

YOUR DAILY DOSE OF OPTIMISM



SUNSHINE POST

03	KREDITGENOSSENSCHAFTEN	08	ST PATRICK’S	15	KI-TIPPS	17	HEALTHY AGING
----	------------------------	----	--------------	----	----------	----	---------------

Digitalisieren sie die Vergangenheit?
Oder bauen sie die Zukunft?
Für Generation Z und Generation Alpha wird diese Entscheidung darüber bestimmen, ob ...

Am 17. März sehen die Vereinigten Staaten aus, als wären sie sanft in Grün getaucht worden. Die Flüsse schimmern in einem hellen, fast unwirklichen Smaragdgrün.

In dieser Reihe, die von unserem Tech-Team und KI-Experten unterstützt wird, zeigen wir Ihnen, wie Sie KI im Alltag nutzen können.

Willkommen oder willkommen zurück bei „Healthy Aging“, dem Ort, an dem wir endlich das größte Geheimnis der Menschheitsgeschichte lüften: uns selbst...



Mit Zuversicht in den März

Liebe Leserinnen und Leser,
Der März bringt längere Tage, frische Energie und die Aussicht auf einen Neubeginn. Während sich der Winter langsam verabschiedet und der Frühling näher rückt, lädt dieser Monat dazu ein, nach vorne zu blicken – ohne dabei die Traditionen und Werte aus den Augen zu verlieren, die uns als Gemeinschaft verbinden.

In dieser Ausgabe feiern wir den St. Patrick’s Day, ein Fest, das Menschen durch Geschichte, Kultur und Lebensfreude zusammenbringt. Passend dazu präsentieren wir Ihnen unser Rezept des Monats: klassisches Corned Beef – herzhaft, traditionsreich und ideal, um gemeinsam mit Familie und Freunden am Tisch zusammenzukommen.

Der März ist zugleich eine eher praktische Zeit im Jahr. Unsere Beiträge rund um Steuern und Buchhaltung sollen Ihnen Orientierung geben und dabei helfen, mit mehr Klarheit und Sicherheit durch diese oft herausfordernde Phase zu gehen. Verständlich, nahbar und hilfreich, so möchten wir Sie begleiten.

Auch Gesundheit und Wohlbefinden stehen weiterhin im Mittelpunkt. In „Healthy Aging: Teil 4“ widmen wir uns erneut der Frage, wie wir Körper, Geist und Lebensqualität in jeder Lebensphase bewusst stärken können.

Mehr auf Seite Nr. 2 →

Interview mit Katarina, Anja and Diana von der DARIA US

Anja Behrendt
Hallo liebe Leser!
Herzlich willkommen zu unserer ersten Interviewrunde
Mein Name ist Anja und gemeinsam mit meinem Team leite ich das Property Management. Hinter jedem Aufenthalt steht bei uns ein eingespieltes Netzwerk aus erfahrenen Fachkräften – vom Cleaning-Service über Pool- und Gartenpflege bis hin zu vielen weiteren Leistungen, die Ihren Urlaub so entspannt und hochwertig wie möglich machen.

Unsere Häuser bauen wir selbst und richten sie professionell, mit viel Liebe zum Detail und einem klaren Qualitätsanspruch ein. So stellen wir sicher, dass keine Wünsche offenbleiben und Sie sich vom ersten Moment an rundum wohlfühlen.

Mehr über DARIA Adventures auf Seite Nr. 10 →

SUNSHINE POST

HERO OF THE MONTH

Do you know someone who makes our community a better place?



A neighbor, a volunteer, a mentor or just someone whose kindness inspires others? We at Sunshine Post would love to share their story.

Nominate your Hero of the Month today and help us shine a light on the people who truly make a difference.

Send us your suggestion at info@sunshine-post.com.

Let's celebrate the everyday heroes among us together





Professional Window Cleaning

shops, offices, family homes, apartments & more



Get in touch:

contact@spenchi.com

(239) 486-0585

„Omas Bank?“

Wie Kreditgenossenschaften die Generation Z verlieren – und wie eine weitere Generation sie neu erfindet

An einem Dienstagnachmittag in Tampa klappt der 19-jährige Malik Johnson seinen Laptop zu und schüttelt den Kopf. „Ich weiß ehrlich gesagt gar nicht, was eine Kreditgenossenschaft eigentlich macht“, sagt er. „Ist das nicht so ... Omas Bank?“ Seine Großmutter ist seit 1978 treues Mitglied einer Kreditgenossenschaft. Sie geht noch in die Filiale. Sie unterschreibt Formulare auf Papier. Sie spricht von „Beziehungsbanking“. Malik tut nichts davon. Er handelt Aktien vom Smartphone aus. Er teilt seine Miete mit drei Clicks. Er erwartet, dass Überweisungen sofort ankommen. Er hat noch nie einen Scheck geschrieben. Er war noch nie in einer Bankfiliale.Und er hat auch nicht vor, das zu ändern.

Hier verläuft die Generationengrenze, vor der Amerikas Kreditgenossenschaften stehen. Über Jahrzehnte lebten sie von Loyalität. Mitglieder traten jung bei – und blieben ein Leben lang. Doch dieser Kreislauf bricht gerade auseinander. Generation Z – und die noch jüngere Generation Alpha – übernehmen Finanzinstitute nicht mehr automatisch von ihren Eltern. Sie laden sie herunter. Und wenn die Erfahrung langsam, umständlich oder altmodisch wirkt, löschen sie sie wieder.

Die technologische Lücke, über die niemand gern spricht
Hinter der freundlichen Fassade vieler Kreditgenossenschaften verbirgt sich eine unbequeme Realität: Ein Großteil ihrer Kernsysteme stammt aus einer anderen Zeit. Viele arbeiten noch mit:

- lokalen Kernbankensystemen (On-Premise)
- batch-basierten Buchungsläufen
- begrenzten API-Schnittstellen
- stark vendor-abhängigen Mobile-Lösungen
- fragmentierten digitalen Kanälen

Was das im Alltag bedeutet, ist schlicht: Reibung. Überweisungen, die Stunden statt Sekunden dauern. Kreditentscheidungen, die manuelle Prüfungen erfordern. Apps, die wie aus dem Jahr 2013 wirken.

“Entgegen dem Klischee ist Generation Z nicht finanziell leichtsinnig. Studien zeigen sogar, dass sie vorsichtiger ist als Millennials im gleichen Alter.”

Kundenservice, der an Öffnungszeiten gebunden ist. Für Gen Z, aufgewachsen mit Echtzeit-Streaming, On-Demand-Lieferungen und 24/7-Verfügbarkeit, wirkt das archaisch. Eine 22-jährige Hochschulabsolventin formuliert es so: „Wenn ich darauf warten muss, dass meine Bank mit meinem Leben Schritt hält, dann bin ich bei der falschen Bank.“ Großbanken investieren Milliarden in digitale Transformation. Fintechs sind in der Cloud geboren. Kreditgenossenschaften hingegen tragen oft Jahrzehnte technischer Altlasten mit sich herum. Das genossenschaftliche Modell gab ihnen Stabilität. Aber keine

Geschwindigkeit. **Das Imageproblem: „Omas Bank“** Technologie ist nur die halbe Wahrheit. Die andere Hälfte ist kulturell. Für viele junge Menschen wirken Kreditgenossenschaften wie Relikte. Backsteingebäude mit beigem Teppich. Freundlicher, aber langsamer Service. Newsletter über Autokredite. Plakate zu Finanzbildungsseminaren.

Daran ist nichts falsch. Aber für eine Generation, die mit TikTok, Discord und digitalen Plattformen sozialisiert wurde, fühlt es sich nicht relevant an. Generation Z verbindet Vertrauen nicht mit physischer Präsenz. Sie verbindet Vertrauen mit nahtloser Nutzererfahrung. Sie suchen keine Beziehung zu einem Institut. Sie suchen reibungslose Werkzeuge. Sie sprechen ohne Zögern mit KI. Aber sie zögern bei Papierformularen. In ihrer Welt wirkt „Sprechen Sie mit unserem Kreditberater“ eher einschüchternd als beruhigend.

Was Generation Z wirklich erwartet
Entgegen dem Klischee ist Generation Z nicht finanziell leichtsinnig. Studien zeigen sogar, dass sie vorsichtiger ist als Millennials im gleichen Alter. Aber ihre Erwartungen sind grundlegend anders. Sie erwarten:

- Sofortüberweisungen
- Echtzeit-Kontostände
- Automatisierte Budgetplanung
- Transparente Gebühren
- 24/7-Erreichbarkeit
- Keine Papierprozesse
- Integration in digitale Ökosysteme

Sie wollen keine Filialbesuche. Sie wollen keine Termine vereinbaren. Sie wollen nicht auf Gremienentscheidungen warten. Sie wollen Antworten: jetzt. Und möglichst ohne mit jemandem sprechen zu müssen. Für traditionelle Finanzinstitute ist das irritierend. Für Generation Z ist es Effizienz.

Gewinnen die Großbanken?
Wenn Kreditgenossenschaften kämpfen, gewinnen dann die Großbanken? Nicht wirklich. Großbanken bieten zwar hochentwickelte Apps, aber sie tragen Altlasten:

- Gebührenfrust
- Datenschutzbedenken
- Wahrnehmung von Konzernferne
- Vertrauensverlust aus früheren Krisen

Fintechs wiederum wirken modern, aber ihnen fehlen oft Stabilität, Regulierungstiefe oder ein vollständiges Produktangebot. Hier entsteht eine Lücke. Diese Lücke ist ein Raum für ein Institut, das Folgendes vereint:

- die Werte und Mitgliederorientierung der Genossenschaften
- die digitale Geschwindigkeit von Fintech
- die regulatorische Stabilität klassischer Banken

Lange schien diese Kombination unrealistisch. Jetzt wird sie möglich.

Die neue Welle: Digitale De-Novo-Kreditgenossenschaften
In mehreren US-Bundesstaaten formiert sich leise eine neue Generation von Kreditgenossenschaften. Nicht als Filialnetz. Sondern als Cloud-Architektur. Technologen, Genossenschaftsgründer und ehemalige Fintech-Architekten beantragen neue – sogenannte de-novo – Charter. Sie beginnen nicht mit einem Gebäude, sondern mit einem Systemdiagramm.

Statt alte IT umzubauen, entwerfen sie:

- Cloud-native Kernbankensysteme
- API-first-Infrastrukturen
- Echtzeit-Zahlungsrails
- KI-gestützten Member-Support
- Vollständig mobiles Onboarding
- Robo-Filialen zur Identitätsprüfung

Das Ergebnis ist keine digitalisierte Alt-Genossenschaft. Es ist eine digital geborene Genossenschaft.

Was „Mobile First“ wirklich bedeutet
Bei traditionellen Instituten heißt „Mobile First“ oft: Wir haben auch eine App. Bei De-Novo-Initiativen bedeutet es: Die App ist das Institut. Kontoeröffnung in Minuten. Biometrische Identitätsprüfung per KI. Kreditentscheidungen in Echtzeit. Sparziele passen sich automatisch an. Chatbots sind rund um die Uhr erreichbar. Filialen? Vielleicht gar nicht. Oder als „Robo-Branches“ – digitale Kioske für komplexere Vorgänge. Das System ist auf Selbstbestimmung ausgelegt. Und genau das spricht junge Generationen an.

KI ohne Ausbeutung
Viele fürchten KI im Finanzbereich wegen Datenmissbrauchs. Hier liegt der genossenschaftliche Vorteil. De-Novo-Kreditgenossenschaften sind nicht darauf ausgelegt, Nutzerdaten zu monetarisieren. Ihre KI dient den folgenden Punkten:

- Betrugserkennung
- Finanzanalyse
- Sparimpulsen
- Risikobewertung

Sie dient nicht personalisierter Werbung. Nicht Cross-Selling um jeden Preis. Generation Z akzeptiert KI. Aber sie misstraut Überwachungskapitalismus. Eine digitale Genossenschaft kann Effizienz bieten – ohne Ausbeutung.

Die Chance der Staats-Charter
Viele dieser Initiativen entstehen auf Ebene der Bundesstaaten. Bundesstaatliche Aufsichtsbehörden zeigen sich innovationsfreundlich, besonders wenn:

- finanzielle Inklusion gefördert wird
- unterversorgte Gruppen erreicht werden
- Technologie Sicherheit erhöht
- genossenschaftliche Governance gewahrt bleibt

Der Weg ist komplex, aber realistisch und potenziell transformativ.

Werte treffen auf Infrastruktur
Generation Z interessiert sich für:

- Nachhaltigkeit
- soziale Gerechtigkeit
- Transparenz
- ethische Governance

Traditionelle Kreditgenossenschaften verkörpern diese Werte – kommunizieren sie aber selten digital überzeugend. Neue digitale Genossenschaften integrieren diese Ideale von Beginn an: CO2-orientierte Kreditrichtlinien. Transparente Governance-Dashboards. Digitale Abstimmungen. Offene Wirkungsberichte. Plötzlich wirkt Genossenschaft nicht verstaubt, sondern modern.

Der Wendepunkt
Die Eigenschaften, die Kreditgenossenschaften stark machten – Filialen, persönliche Nähe, Ehrenamt – erschweren heute oft den Zugang für junge Zielgruppen. Das Problem ist nicht die Idee.

Es ist die Infrastruktur. Ältere Institute stehen vor schwierigen Entscheidungen:

1. Teure Kernbankensystem-Migration
2. Fusion
3. Oder langsames Altern mit der Mitgliedschaft

Währenddessen entstehen neue Institute ohne Altlasten. Eine kreative Zerstörung nach Schumpeter – im genossenschaftlichen Gewand.

Von „Omas Bank“ zu „meiner Bank“
Malik aus Tampa hat inzwischen eine Kreditgenossenschaft. Nicht die seiner Großmutter. Eine neue. Er fand sie über Social Media. „Own your bank. Control your data. Instant everything.“ Konto in fünf Minuten. Chatbot um 2:17 Uhr nachts.

Die Eigenschaften, die Kreditgenossenschaften stark machten – Filialen, persönliche Nähe, Ehrenamt – erschweren heute oft den Zugang für junge Zielgruppen.

Sofortige Gehaltsgutschrift. Echtzeit-Budgetübersicht. Er hat nie mit einem Mitarbeiter gesprochen. Aber er hat digital abgestimmt. Und wenn man ihn fragt, welche Bank er nutzt, sagt er: „Es ist eine Kreditgenossenschaft. Aber nicht wie die alten.“

Am Scheideweg
Die Genossenschaftsbewegung steht an einem Scheideweg. Hinter ihr: ein Jahrhundert Vertrauen und Stabilität. Vor ihr: eine digitale Welt aus Geschwindigkeit und Autonomie. Die Frage lautet: Digitalisiert sie die Vergangenheit? Oder baut sie die Zukunft? Für Generation Z und Generation Alpha wird diese Entscheidung darüber bestimmen, ob genossenschaftliches Finanzwesen nostalgisch bleibt — oder zur modernsten Idee im Banking wird.

von FTF

Seid bereit!!!
In der April-Ausgabe wird es hier eine interaktive Umfrage geben.

USA-Fakten Teil 1: Wirtschaftsleistung

Wirtschaftsleistung wird u.a. am Bruttoinlandsprodukt gemessen!

Diese Zahl beschreibt die Produktivität der Menschen in ihrer jeweiligen Gruppe, ihrem Land und im Durchschnitt pro Person!

Die Abkürzung ist wenig überraschend BIP.

Nachfolgend vergleiche ich die USA, Florida, Deutschland, China und Russland, um eine Ordnung herzustellen und gravierende Unterschiede herauszustellen!

Vorab sei gesagt, dass das weltweite BIP in 2024 bei etwa 111 Billionen US Dollar lag!

Davon entfallen etwa 30 Billionen auf die Vereinigten Staaten

Das sind etwa 27%. Das spiegelt deutlich die Position der USA im Weltmarkt und im Welthandel wieder!

1.7 Billionen entfallen davon auf Florida, dass damit wirtschaftlich das 15. größte Land der Erde wäre, wenn es unabhängig wäre!

Deutschland liegt bei 4.7 Billionen und ist damit immer noch mit großem Abstand das wirtschaftlich größte Land Europas und die 3. grösste Volkswirtschaft der Erde!

China folgt den Amerikanern auf Rang 2 mit 19 Billionen!

Russland ist weit abgeschlagen bei 2.1 Billionen US Dollar!

Noch deutlicher wird diese Betrachtung bei dem BIP pro Kopf!

1 USA knapp 90.000 Dollar

2 Florida liegt mit knapp 74.000 Dollar auf Platz 2 (Florida hat in vielen Bereichen niedrigere Löhne als im Staatsdurchschnitt)

3 Deutschland mit etwa 55.000 Dollar, also weit entfernt von der Pro-

duktivität der US Gesellschaft!

4 Russland mit ca. 14.000 Dollar, und liegt damit weit entfernt von der wirtschaftlichen Produktivität des „Westens“!

5 ist China mit etwas mehr als 13.000 Dollar.

Zum Vergleich: Entwicklungsländer liegen zwischen 5.000-10.000 Dollar pro Kopf, der Durchschnitt weltweit bei 20.000 Dollar!

Diese Zahlen haben einen großen Einfluss, weil sie z.B. bedeuten, dass eine Volkswirtschaft im Welthandel nicht auf die USA verzichten kann! 27% des BIP's werden in den USA produziert! Diese Zahl zeigt die eigentliche Stärke des Landes und damit auch seine politische Bedeutung!

Fasst man die Wirtschaftsleistung der USA und der EU zusammen, kommt auf 45% des Welt BIP!

Insgesamt basiert der Wohlstand der Gesellschaft in 1. Linie auf der eigenen Produktivität!

Ich möchte am Ende noch ein politisches Beispiel hinzufügen!

Wenn ein Land 27% der Weltproduktivität besitzt, wird es sich immer daran orientieren, Einfluss auf die weltweite Entwicklung, politisch wie wirtschaftlich, zu nehmen!

Eine solche Marktposition zu behaupten, ist eine sehr komplexe Aufgabe und das verdeutlicht auch, warum die USA in vielen Fällen nicht einfach zusehen kann, wenn sich Dinge zum Nachteil entwickeln!

von Irving Samuelson

Freu Dich auf die nächsten Teile von:

USA-Fakten

Florida als Impulsgeber: Ein Woche, die Maßstäbe setzt und Perspektiven erweitert

Eine Woche kann genügen, um neue Horizonte zu eröffnen, strategische Weichen neu auszurichten und Menschen auf ein gemeinsames nächstes Level zu führen. Genau das ist geschehen, als unsere Consultants aus Deutschland in den Sunshine State Florida reisten, um dort gemeinsam mit der Geschäftsführung Frank Rahlf, Kolleginnen und Kollegen eine intensive, inspirierende und richtungsweisende Schulungs- und Strategiewoche zu erleben.

Schon bei der Ankunft war spürbar, dass diese Tage mehr sein würden als ein reguläres Trainingsprogramm. Die Atmosphäre war geprägt von Aufbruch, von Professionalität und von dem klaren Bewusstsein, dass kontinuierliche Weiterentwicklung kein optionaler Zusatz ist, sondern integraler Bestandteil unseres Selbstverständnisses.

Diese Woche stand sinnbildlich für das, was Daria US im Kern ausmacht: Anspruch, Haltung, Verlässlichkeit – und der unerschütterliche Wille, für alle Beteiligten das Beste zu erreichen.

Wissen vertiefen. Strukturen schärfen. Zukunft gestalten.

Die Agenda war wie immer anspruchsvoll, durchdacht und strategisch aufgebaut. Fachliche Intensivmodule wechselten sich mit praxisorientierten Workshops und strategischen Arbeitsrunden ab. Jeder Programmpunkt hatte ein klares Ziel: Kompetenz vertiefen, Strukturen optimieren und nachhaltige Mehrwerte schaffen.

Im Fokus stand insbesondere die Weiterentwicklung des Vertriebs. Märkte verändern sich. Kundenbedürfnisse differenzieren sich. Erwartungshaltungen steigen. Wer in einem dynamischen Umfeld dauerhaft erfolgreich sein möchte, muss bereit sein, sich immer wieder neu zu hinterfragen – und besser zu werden.

Bestehende Prozesse wurden detailliert analysiert, Effizienzpotenziale identifiziert und neue Standards definiert. Argumentationsstrukturen wurden geschärft, Beratungsansätze verfeinert und Kommunikationswege weiter professionalisiert. Dabei ging es nicht um kosmetische Anpassungen, sondern um strukturelle Optimierungen mit langfristiger Wirkung.

Im Gepäck der Rückreise: Neues Fachwissen, vertieftes Verständnis für strategische Zusammenhänge, Klarheit darüber, wie ihre individuelle Leistung in das große Ganze eingebettet ist und

welchen Beitrag sie zur nachhaltigen Entwicklung des Unternehmens leisten.

Energie, die verbindet, heißt Austausch auf höchstem Niveau

Neben dem fachlichen Input war es vor allem die Energie dieser Woche, die nachhaltig wirkte. Unterschiedliche Perspektiven aus Deutschland und den USA trafen aufeinander. Erfahrungswerte wurden geteilt, Best Practices diskutiert, Herausforderungen offen angesprochen.

Dieser offene, konstruktive Dialog schuf Raum für Innovation. Ideen entstanden nicht isoliert, sondern im gemeinsamen Denken. Strategien wurden nicht nur präsentiert, sondern gemeinsam entwickelt.



Fotos zur Verfügung gestellt von: Dina Veronique Scheve

In intensiven Sessions wurden konkrete nächste Schritte definiert:

- klare Zielsetzungen für die kommenden Monate
- messbare Meilensteine
- t r a n s p a r e n t e Verantwortlichkeiten
- s t r u k t u r i e r t e Implementierungspläne

Diese Klarheit schafft Orientierung. Und Orientierung schafft Sicherheit – intern wie extern.

Klare Vision. Starke Umsetzung. Inspirierende Führung und Verantwortung: Frank Rahlf gestaltet Wachstum mit Haltung

Ein zentrales Element dieser Woche war die enge Zusammenarbeit mit der Geschäftsführung, insbesondere mit Frank Rahlf. Sein persönliches Engagement war nicht nur organisatorischer Natur – es war Ausdruck einer tief verwurzelten Überzeugung.

Für Frank Rahlf ist es von essenzieller Bedeutung, die Consultants regelmäßig vor Ort zu haben. Nicht aus symbolischen Gründen, sondern aus strategischer Notwendigkeit. Exzellenz entsteht nicht durch Distanz, sondern durch Nähe. Durch direkten Austausch. Durch gemeinsames Arbeiten an

Details.

Weiterbildung ist bei Daria US kein Marketingbegriff. Sie ist Haltung. Sie ist Einstellung. Sie ist Anspruch. Und sie ist eine klare Linie, die sich durch sämtliche Unternehmensbereiche zieht.

Frank Rahlf machte in zahlreichen Gesprächen deutlich, dass nachhaltiger Erfolg nur dort entsteht, wo Menschen kontinuierlich befähigt werden. Wer Verantwortung trägt, muss auch investieren – in Wissen, in Struktur, in Qualität. Dieses Engagement sendet ein starkes Signal: Wir entwickeln uns nicht zufällig weiter. Wir entscheiden uns bewusst dafür.

Vertrieb als dynamischer, lernender Prozess

Die stetige Optimierung im Vertrieb war einer der strategischen Schwerpunkte dieser Woche. Denn Vertrieb bedeutet heute weit mehr als Abschlüsse. Es bedeutet Beratung auf Augenhöhe. Es bedeutet strategisches Verständnis. Es bedeutet Vertrauen.

Gemeinsam wurde daran gearbeitet,

- Prozesse effizienter zu gestalten
- Beratungsqualität weiter zu erhöhen
- Kundenerlebnisse nachhaltig zu verbessern
- Standards zu definieren, die reproduzierbar und skalierbar sind

Dabei wurde eines besonders deutlich: Struktur schafft Freiheit. Klare Prozesse ermöglichen es den Consultants, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren – den Mehrwert für ihre Member.

Kultur, die Vertrauen verdient

„Zum Wohle aller Beteiligten“ – dieser Satz ist bei Daria US keine Floskel. Er ist Leitprinzip.

Die Weiterentwicklung der Consultants dient nicht ausschließlich dem unternehmerischen Wachstum. Sie dient vor allem den Mitgliedern. Denn sie dürfen erwarten, von

hervorragend ausgebildeten, strategisch geschulten und fachlich versierten Ansprechpartnern begleitet zu werden. Vertrauen entsteht nicht durch Worte, sondern durch Kompetenz und Verlässlichkeit. Genau deshalb investiert das Unternehmen kontinuierlich in Qualität.

Nachhaltige Wirkung über die Woche hinaus

Die Woche war ein Impulsgeber. Ein weiterer strategischer Meilenstein. Ein Fundament für die nächsten Entwicklungsschritte.

Im Gepäck:

- vertieftes Fachwissen
- neue Vertriebsstrategien
- geschärfte Strukturen
- klare Zielbilder
- und spürbare Motivation

Hier wird Entwicklung nicht dem Zufall überlassen.

Ein Ausblick – auch für unsere Member

Diese Dynamik endet nicht innerhalb der Unternehmensstrukturen. Sie entfaltet Wirkung nach außen.

Als Member – oder als potenzieller zukünftiger Member – darfst du dich auf deinen Besuch im Sunshine State Florida freuen. Denn hinter diesem Standort steht nicht nur ein geografischer Ort, sondern ein Qualitätsversprechen mit:

- Innovationskraft
- professionellen Strukturen
- und einem Team, das kontinuierlich daran arbeitet, besser zu werden

Du erlebst ein Unternehmen, das seine Verantwortung ernst nimmt. Ein Unternehmen, das investiert. In Menschen. In Prozesse. In Zukunft.

Eine Woche, die mehr war als Training

Diese Schulungswoche war kein gewöhnliches Weiterbildungsformat. Sie war Ausdruck einer Unternehmenskultur, die Exzellenz nicht behauptet, sondern erarbeitet.

Sie war ein Zeichen dafür, dass Daria US langfristig denkt. Strategisch handelt. Und kontinuierlich wächst.

Was in Florida begann oder vertieft wurde, wirkt weit über diese Tage hinaus. In jedem Gespräch. In jeder Beratung. In jeder strategischen Entscheidung.

Und genau darin liegt ihre Bedeutung. Eine Woche voller Energie. Voller Klarheit. Voller Verantwortung. Und voller Zukunft.

von Dina Veronique Scheve

Vorsorge in Florida: Warum deutsche Regelungen hier nicht ausreichen

Viele deutschsprachige Auswanderer, Investoren und sogenannte „Snowbirds“ in Florida gehen davon aus, dass deutsche Vorsorgedokumente wie Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung oder Sorgerechtsverfügung auch in den USA wirksam sind. Das ist in der Praxis meist nicht der Fall. Die USA – und insbesondere Florida – setzen deutlich stärker auf Eigenverantwortung als auf staatliche Vorsorge. Dennoch ist eine rechtliche Absicherung unerlässlich, um im Ernstfall handlungsfähig zu bleiben.

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

In Florida regeln eine Durable Power of Attorney sowie ein Living Will und ein Health Care Surrogate finanzielle und medizinische Entscheidungen. Diese Dokumente sind gesellschaftlich anerkannt und werden von Banken und Krankenhäusern regelmäßig abgefragt. Liegen sie nicht vor, können Gerichte eingeschaltet werden – meist erst dann, wenn Konflikte entstehen.

Sorgerecht für Kinder

Eltern können in Florida im Rahmen einer Guardianship Designation festlegen, wer im Notfall die Vormundschaft übernimmt. Der Wille der Eltern hat dabei ein hohes Gewicht, solange das Kindeswohl nicht gefährdet ist.

Bundesstaatenrecht beachten
Entscheidend ist: Vorsorgeregulungen sind Bundesstaatenrecht. Dokumente aus Deutschland oder anderen US-Bundesstaaten gelten in Florida nicht automatisch.

Fazit:
Wer in Florida lebt oder investiert, sollte seine Vorsorge bewusst nach floridianischem Recht regeln. Vorsorge schafft Klarheit – und entlastet

Angehörige im Ernstfall erheblich.

Rechtlicher Hinweis:

Dieser Beitrag dient ausschließlich der allgemeinen Information und stellt keine Rechts-, Steuer- oder Anlageberatung dar. Trotz sorgfältiger Recherche kann keine Gewähr für die Aktualität, Vollständigkeit oder Richtigkeit der Inhalte übernommen werden. Rechtliche Regelungen, insbesondere

im internationalen Kontext und im US-amerikanischen Bundesstaatenrecht, können sich ändern und sind stets einzelfallabhängig. Für konkrete rechtliche oder steuerliche Fragen wird die Konsultation eines entsprechend qualifizierten Rechtsanwalts oder Steuerberaters empfohlen.

von Bernd Roebers

ADVANCE CARE PLANNING IN IN FLORIDA

Photos courtesy of: Bernd Roebers

Infokasten: Vorsorge in Florida das Wichtigste auf einen Blick

- ✓ Vorsorgevollmacht
- ✓ medizinische Vorsorge
- ✓ Sorgerechtsregelung
- ✗ Dokumente müssen nach Florida-Recht erstellt werden
- ✗ Deutsche Dokumente sind meist nicht ausreichend

US-Accounting, Steuertermine & Vermögensschutz: Was Deutsche in Florida jetzt wissen müssen

Accounting und Steuern in den USA sind für viele Deutsche ein sensibles Thema – besonders jetzt, mitten in der US-Steuer-saison. Wer in Florida lebt, investiert oder über US-Strukturen Vermögen hält, sollte wissen: In den USA entscheidet sauberes Accounting und rechtzeitige Planung darüber, ob Vermögen geschützt wird oder unnötige steuerliche Risiken entstehen.

Accounting ist in den USA die Grundlage jeder Steuerplanung

Im Gegensatz zu Deutschland ist die Steuererklärung in den USA lediglich das Ergebnis. Die eigentliche Arbeit findet das ganze Jahr über statt. Ohne laufende, strukturierte Buchhaltung geraten selbst gut gemeinte LLC-Strukturen schnell ins Wanken – mit möglichen Folgen beim IRS, bei Banken oder im Verkaufsfall.

- Gutes US-Accounting umfasst:
- laufendes Bookkeeping nach US-Standards
 - klare Trennung von privaten und unternehmerischen Zahlungen
 - korrekte Einordnung von Ein-

- nahmen, Darlehen und Investitionen
 - fristgerechte Meldungen und vollständige Dokumentation
- Gerade für deutsche Mandanten ist das essenziell, denn Fehler führen nicht nur zu höheren Steuern, sondern können direkt den Vermögensschutz gefährden. Steuertermine, die jetzt besonders wichtig sind. Aktuell stehen zentrale Abgabefristen an, die viele Deutsche unterschätzen:

- Form 1040-NR (US-Steuererklärung für Steuerausländer):
 - 15. April, wenn US-Einkommen mit Lohnsteuerabzug vorliegt
 - 15. Juni, wenn keine US-Löhne erzielt wurden
 - Verlängerung bis 15. Oktober möglich (nur auf Antrag)
- Form 5472 (für ausländisch gehaltene US-LLCs):
 - Abgabefrist 15. April gemeinsam mit einer pro-forma Form 1120
 - Verlängerung ebenfalls bis 15. Oktober möglich

Verspätete oder fehlende Abgaben – insbesondere bei Form 5472 – können empfindliche Strafzahlungen nach sich ziehen.

Besondere Stolperfallen für Deutsche und Steuerausländer

Viele Deutsche in Florida sind steuerlich Non-Resident Aliens oder planen, ihren Lebensmittelpunkt in die USA zu verlegen. Genau hier entstehen häufig unterschätzte Risiken:

- US-Quelleneinkommen (z. B. aus LLCs oder Immobilien) ist in den USA steuerpflichtig
- mit der US-Steuerresidenz greift die Welteinkommensbesteuerung
- vorhandenes Vermögen kann plötzlich steuerlich relevant werden
- falsche Einkunftsarten oder fehlende Struktur führen schnell zu Quellensteuer oder Nachzahlungen

Das Doppelbesteuerungsabkommen USA–Deutschland schützt nur dann, wenn es aktiv, korrekt und strukturell sauber angewendet wird.

Warum rechtzeitige Planung aktiver Vermögensschutz ist

Wer sich erst nach dem Umzug nach Florida mit steuerlichen Fragen befasst, verschenkt oft wertvolle Gestaltungsspielräume. Frühzeitige Planung bedeutet:

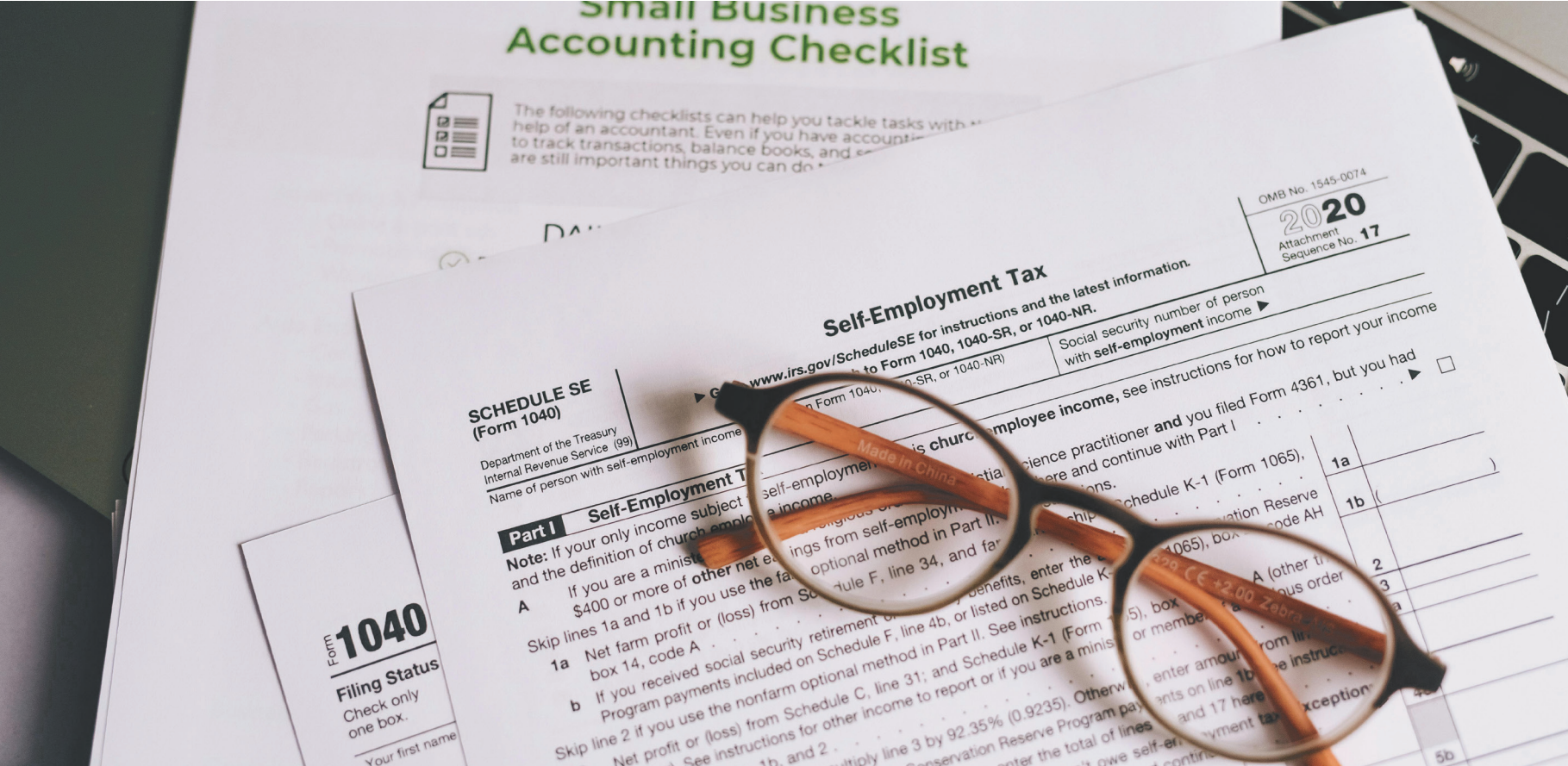
- Strukturierung von LLCs und Investments vor dem Wegzug
- klare Trennung von Privat- und Betriebsvermögen
- Vermeidung unnötiger Steuerbelastungen beim Statuswechsel

US-Accounting ist kein Verwaltungsakt, sondern aktiver Vermögensschutz.

Im zweiten Artikel zeigen wir, warum strategisches Accounting hier den entscheidenden Unterschied macht – und warum DARIA US Accounting Service LLC für Deutsche in Southwest Florida die richtige Ansprechpartnerin ist.

von Alexandra Welsch

Fotos zur Verfügung gestellt von: Alexandra Welsch



VIKTORIA'S HOME

WE ALWAYS GO
ONE STEP FURTHER

What happens when a remarkable designer
works with the world's finest furniture?



VIKTORIA'S HOME – EUROPEAN DESIGN EXCELLENCE.



Lee County Immobilienmarkt Update

Die Sunshine Post Marktanalyse

Mit Stand Januar 2026 bleibt der Markt für Einfamilienhäuser in Lee County insgesamt ausgeglichen, auch wenn das Angebot im Jahresvergleich spürbar zurückgegangen ist. Die Anzahl aktiver Inserate liegt unter dem Vorjahresniveau, was darauf hindeutet, dass der zuvor starke Angebotsanstieg deutlich abgeflacht ist. Immobilien benötigen weiterhin etwas länger bis zum Verkauf als vor einem Jahr, allerdings hat sich die Dynamik gegenüber den Vormonaten stabilisiert. Der mediane Verkaufspreis zeigt nur eine leichte Anpassung nach unten, was eher auf eine Normalisierung als auf eine deutliche Preiskorrektur hinweist. Das Verhältnis von Listen- zu Verkaufspreis bestätigt, dass Käufer weiterhin Verhandlungsspielraum haben. Hypothekenzinsen knapp über 6 % wirken weiterhin dämpfend auf die Nachfrage und begrenzen aggressive Gebotsstrategien. Insgesamt deutet alles auf einen Markt hin, der sich in einer kontrollierten Stabilisierungsphase befindet, in der realistische Preisstrategien entscheidend bleiben.

von Kevin Tremmel

Lee County Einfamilienhäuser – Marktüberblick
(Datenstand Januar 2026 | Veröffentlichung März 2026)

Kennzahl	Wert	Veränderung zum Vorjahr
Medianer Verkaufspreis	\$390,000	-2.3%
Aktive Angebote	7,847	-6.1%
Median Days on Market	52 Tage	+4.0%
Angebotsmonate (Months of Supply)	6.6 Monate	-13.2%
Listenpreis-/Verkaufspreis-Verhältnis	96.9%	-0.5%
Ø 30-jährige Festhypothek	6.04%	Stand: 17.02.2026

Die Daten basieren auf abgeschlossenen Verkäufen von Einfamilienhäusern im Lee County für Januar 2026. Alle MLS-Kennzahlen (außer dem Hypothekenzins) werden als gleitender 3-Monats-Durchschnitt ausgewiesen, um Trends präziser darzustellen. Die Hypothekenzinsdaten stammen von Mortgage News Daily.



Contact Information:

Daria US Brokerage LLC

Tel: 239-319-7217

E-Mail: brokerage@daria-us.com

Address: 1525 Hendry St,
Fort Myers, FL 33901

License Number: CQ1072232

Spotlight Home

793 Sunset Vista Dr, Fort Myers

3 Bed | 2 Bath | 2 Car Garage

Prime Location! No Flood Zone!



Fotos zur Verfügung gestellt von: Kevin Tremmel

Lebensethik statt Arbeitsethik. Wie Ria-Dewi von Garnier Daria US prägt.

Manche Menschen müssen nicht laut sein, um präsent zu wirken. Ihre Stärke zeigt sich nicht in Selbstdarstellung, sondern in Beständigkeit, Klarheit und einem tiefverankerten Verantwortungsgefühl. Sie bringen Ruhe in komplexe Situationen, Stabilität in Phasen mit Druck und halten vieles im Hintergrund zusammen. Dewi von Garnier ist genau so ein Mensch.

Als persönliche Assistentin von Frank Rahlf spielt Dewi eine zentrale Rolle im täglichen Leben von Daria US. Sie koordiniert, strukturiert, filtert und schützt Prozesse, die nach außen oft unsichtbar bleiben. Doch was sie wirklich ausmacht, ist nicht ihre Position, sondern die Art und Weise, wie sie ihre Werte lebt. Ehrlichkeit, Verantwortung und Verlässlichkeit sind für sie keine Werkzeuge, die man bei Bedarf einsetzt. Sie sind das Fundament ihrer Persönlichkeit.

Auf die Frage, was Fremde über sie wissen sollten, antwortet Dewi mit bemerkenswerter Klarheit. Nichts. Sie ist überzeugt davon, dass Menschen immer das sehen, was sie sehen wollen. „Diejenigen, die mich wirklich sehen wollen, werden mich sehen – ganz ohne Erklärung.“ Sie versucht nicht, Wahrnehmungen zu steuern oder Meinungen zu beeinflussen. „Ich versuche einfach, so ehrlich zu mir selbst zu sein, wie ich kann.“ Authentizität braucht für Dewi keine Rechtfertigung. Sie braucht Raum.

Im Zentrum ihres Lebens steht ihre Familie. Klein, geschützt und nicht verhandelbar. Neben der Familie bilden Ehrlichkeit und Verantwortung den Kern ihres Wertesystems. Dewi spricht offen darüber, dass diese Werte nicht plötzlich entstanden sind, sondern sich durch Erfahrungen und Reflexion herausgebildet haben. Lange Zeit lebte sie nach Werten, die nicht wirklich ihre eigenen waren.

„Meine Werte waren immer da“, sagt sie, „ich habe nur andere gelebt, weil ich meine eigenen noch nicht erkannt hatte.“ Besonders wichtig ist ihr heute das Verständnis füreinander. Sie ist überzeugt, dass viele Konflikte an Bedeutung verlieren würden, wenn Menschen ehrlicher versuchen würden, sich gegenseitig zu verstehen.

Arbeit ist für Dewi kein separater Bereich des Lebens. Sie ist keine Last, keine Pflicht und kein Opfer. „Ich verbinde das, was ich tue, nicht mit Arbeit“, erklärt sie. „Es ist Teil meines Lebens.“ Sie weiß, dass sie nicht über ihren Job definiert ist – und genau deshalb kann sie sich ihm voll hingeben. Disziplin, Pünktlichkeit und Verlässlichkeit empfindet sie nicht als Einschränkungen. Sie sind Ausdruck von Respekt. Respekt vor Zeit. Respekt vor Menschen. Respekt vor Verantwortung.

Jeden Morgen steht Dewi früh auf. Nicht, weil es leicht ist, sondern weil Beständigkeit für sie zählt. Pünktlich zu sein, Zusagen einzuhalten und Erwartungen zu erfüllen sind für sie keine Kleinigkeiten. Sie sind die Bausteine von Vertrauen. Und Vertrauen ist für Dewi niemals abstrakt. „Vertrauen ist nicht einfach da“, erklärt sie, „Vertrauen entsteht.“ Es wächst langsam, durch Wiederholung und Konsequenz. Durch kleine Handlungen, die für sich genommen unscheinbar wirken, aber über Zeit enorme Wirkung entfalten. Da zu sein, wenn man es zugesagt hat. Zu tun, was man versprochen hat. Verlässlich zu sein – nicht nur dann, wenn es bequem ist, sondern gerade dann, wenn es das nicht ist.

Vertrauen braucht für Dewi keine großen Gesten oder dramatischen Momente. Es entsteht im Alltag. In Pünktlichkeit. In Zuverlässigkeit. In

Ehrlichkeit. Und genauso sorgfältig, wie Vertrauen aufgebaut wird, kann es auch beschädigt werden, wenn diese kleinen Dinge vernachlässigt werden. Vertrauen ist etwas, das bewusst getragen und geschützt werden muss. In Momenten mit viel Druck wird Dewi ruhiger. „Je lauter und chaotischer es um mich herum wird, desto ruhiger werde ich in mir“, sagt sie. Diese innere Ruhe erlaubt es ihr, fokussiert zu bleiben und Verantwortung klar zu tragen. Schwierigen Entscheidungen weicht sie nicht aus. Sie trifft sie bewusst und steht zu ihnen. „Ich kann mit den Konsequenzen meiner Entscheidungen leben“, sagt sie. „Und wenn eine Entscheidung falsch war, stehe ich trotzdem dazu.“ Auf die Frage nach ihrer Arbeitsethik korrigiert Dewi den Begriff sanft. „Ich würde es nicht Arbeitsethik nennen“, sagt sie, „Es ist meine Lebensethik.“ Sie wechselt nicht zwischen privater und beruflicher Identität. Sie lebt nach einem einheitlichen Prinzip in allen Lebensbereichen. Ehrlich sein. Verlässlich sein. Direkt sein. Präsenz zeigen. Diese Konsequenz gibt ihr Kraft und sorgt dafür, dass selbst anspruchsvolle Arbeit Sinn ergibt, statt zu belasten. Was sie antreibt, ist nicht persönliche Anerkennung oder individueller Erfolg. Es ist das große Ganze. „Es geht nicht um mich oder um dich“, erklärt sie, „Es geht um uns alle – und um unsere Kinder.“ Etwas aufzubauen, das Bestand hat. Etwas, das über den Moment hinaus Bedeutung trägt. Diese Haltung spiegelt die Philosophie von Daria US wider, wo Werte, Vertrauen und Verantwortung keine Schlagworte sind, sondern gelebte Realität. Dewi ist auch ein leises Vorbild, besonders für junge Menschen. Sie

ermutigt dazu, sich selbst treu zu bleiben, keine Rollen zu spielen und dem eigenen inneren Kompass zu vertrauen. „Vergiss nie, wer du bist“, rät sie. Authentizität spart Energie. Reflexion schafft Klarheit. Und mit sich selbst im Reinen zu sein, ist keine Schwäche, sondern Stärke. Am Ende des Gesprächs, als sie gefragt wird, wie sie sich in diesem Artikel selbst vorstellen würde, schließt Dewi den Kreis mit schlichter Ehrlichkeit. „Hallo, ich bin Dewi. Ich bin echt. Ich lade dich ein.“ Daria US wird von Menschen wie Dewi geprägt. Von Menschen, deren Stärke nicht laut ist, sondern nachhaltig. Von Menschen, die zeigen, dass Vertrauen, Verantwortung und Menschlichkeit kein Zusatz sind, sondern der Kern sinnvoller Arbeit. by Katharina Kaufmann

Do YOU want to advertise with us?

Get in touch today at advertising@sunshine-post.com

Wenn Amerika grün wird

Wie der St. Patrick’s Day zu einem Fest des Erbes und der Freude wurde

Am 17. März sehen die Vereinigten Staaten aus, als wären sie sanft in Grün getaucht worden. Die Flüsse schimmern in einem hellen, fast unwirklichen Smaragdgrün. In Städten im ganzen Land leuchten nach Sonnenuntergang ikonische Gebäude – von Wolkenkratzern über Brücken bis hin zu Denkmälern – in grünem Licht. Dudelsäcke erklingen auf den Straßen der Innenstädte, Paraden schlängeln sich an jubelnden Menschenmengen vorbei, und plötzlich wirken grüne Hüte, Schals und sogar grüne Haare völlig normal. Es ist St. Patrick’s Day – und in Amerika ist es unmöglich, ihn zu übersehen. Auf den ersten Blick wirkt das Fest wie reiner Spaß: Musik, Lachen, Paraden und ein fröhliches Auf-den-Kopf-Stellen des Alltags. Doch hinter dem grünen Glanz verbirgt sich eine Geschichte von Tradition, Migration und etwas zutiefst Amerikanischem: der Freude daran, kulturelles Erbe offen und gemeinsam zu feiern. Der Tag ist nach St. Patrick, dem Schutzheiligen Irlands, benannt, einem Missionar des fünften Jahrhunderts, um den sich Legenden ranken. Es wird gesagt, dass er das Christentum nach Irland brachte und den Klee, ein einfaches dreiblättriges Kleeblatt, benutzte, um die Idee der Heiligen Dreifaltigkeit zu erklären. Diese bescheidene Pflanze wurde zu einem der bekanntesten Symbole der Welt, eng verbunden mit der Farbe Grün und der irischen Identität. Jahrhundertlang war der 17. März in Irland eher ein religiöser Gedenktag als ein öffentliches Fest. Die lauten, bunten Feierlichkeiten, die den

heutigen St. Patrick’s Day prägen, wurden nicht auf der Insel selbst erfunden. Sie entwickelten sich weit entfernt von Irland – in den Vereinigten Staaten. Im 19. Jahrhundert emigrierten Millionen von Iren nach Amerika, viele auf der Flucht vor Armut und der verheerenden Großen Hungersnot. Sie kamen mit wenig Geld und wenigen Kontakten, oft konfrontiert mit Diskriminierung und Ausgrenzung. Die Bewahrung von Sprache, Musik und Traditionen wurde zu einem Weg, Würde und Identität in einer fremden Welt zu bewahren. Der St. Patrick’s Day bot genau das: Er wurde zu einem Tag, um die Heimat in Erinnerung zu rufen, gemeinsame Wurzeln zu ehren und Erinnerung in Feierlichkeit zu verwandeln. Paraden füllten die amerikanischen Straßen, besonders in Städten wie New York, Boston und Chicago. Diese Märsche waren freudvoll, trugen aber auch eine stille Botschaft: Wir sind hier, wir sind stolz, wir gehören dazu.



Bild: Pixabay

Everyone’s
Irish on March
17th!

Im Laufe der Zeit wuchs die Feier – und Amerika nahm sie begeistert auf. Die Paraden wurden größer, die Musik lauter, die Symbole leuchtender. Flüsse wurden grün gefärbt, Skylines erleuchtet, und der St. Patrick’s Day verwandelte sich in eines der bekanntesten jährlichen Feste des Landes.

Heute reicht das Fest weit über die irisch-amerikanische Gemeinschaft hinaus. Menschen aller Herkunft feiern mit, viele ohne jegliche irische Abstammung. Freunde treffen sich nach der Arbeit, Fremde kommen ins Gespräch, und ganze Städte scheinen kollektiv zuzustimmen: Heute darf man das Leben ein wenig mehr genießen. Grün zu tragen ist längst nicht mehr nur ein Zeichen für irisches Erbe – es ist eine offene Einladung, mitzufeiern. Diese Offenheit macht den St. Patrick’s Day so unverkennbar amerikanisch. Die Vereinigten Staaten sind ein Land, das durch Einwanderung geprägt ist, und sie feiern leidenschaftlich,

woher ihre Menschen stammen. Oktoberfest wird in Städten im ganzen Land begangen, das chinesische Neujahr füllt Viertel mit Laternen und Drachentänzen, und Kulturfestivals aus aller Welt werden mit Begeisterung aufgenommen. Diese Feierlichkeiten gelten nicht als fremd, sondern als Teil einer gemeinsamen nationalen Geschichte. Der St. Patrick’s Day passt perfekt in diese Tradition. Es ist ein Tag, der das irische Erbe feiert und gleichzeitig alle anderen einlädt, mitzufeiern. Geschichte wird nicht hinter Museumsglas bewahrt; sie wird auf die Straßen gebracht, als Musik gespielt, als Farbe getragen und als Lachen geteilt. Für Amerikaner erinnert der Feiertag daran, dass die Identität des Landes aus vielen Reisen und vielen Traditionen besteht. Für Leser in Deutschland bietet der St. Patrick’s Day einen lebendigen Einblick, wie die Vereinigten Staaten sich selbst verstehen: als einen Ort, an dem Erbe nicht versteckt, sondern gefeiert wird – am besten mit Musik, Farbe und guter Gesellschaft. So ist der 17. März – ob im Smaragdglanz des Chicago River, in Downtown Fort Myers mit irischer Musik in der Luft oder beim lebhaften Pub-Crawl in Cape Coral – ein Tag für uns alle. Ein Tag voller Grün, Musik, Geschichten und Lachen ... und eine fröhliche Erinnerung daran, dass unser Erbe uns zu dem macht, was wir sind, und unser gemeinsames Feiern Gemeinschaft schafft. Alles, was man braucht, um mitzumachen, ist ein Hauch von Grün, ein Lächeln und die Bereitschaft, gemeinsam zu feiern.

von S. Mechalik

Zwischen Schokolade und Selbstfindung

Was Versuchungen wirklich mit uns machen

„Versuchungen sollte man nachgeben – man weiß nicht, ob sie wiederkommen.“ Mit dieser pointierten Bemerkung brachte Oscar Wilde das Lebensgefühl einer ganzen Epoche auf den Punkt. Und Hand aufs Herz: Ein bisschen schmunzeln wir zustimmend. Ob es die berühmte „zarteste Versuchung“ aus der Werbung ist, das nächste Streaming-Highlight, ein spontaner Kauf oder der Wunsch nach Anerkennung – Versuchungen gehören zum Menschsein. Aber was genau passiert da eigentlich mit uns? Und warum spielt die Fastenzeit im christlichen Kalender mit genau diesem Thema? **Warum Versuchungen so attraktiv sind** Psychologisch betrachtet sind Versuchungen keine moralischen Ausrutscher, sondern Ausdruck eines Grundmechanismus unseres Gehirns. Unser Belohnungssystem reagiert auf Aussicht auf Genuss, Status oder Macht mit einem regelrechten Motivationsschub. Dopamin sorgt dafür, dass wir wollen, bevor wir bekommen. Genuss an sich ist dabei nichts Negatives. Im Gegenteil: Er stabilisiert, schafft Ausgleich und stärkt Lebensfreude. Problematisch wird es erst, wenn aus gelegentlichem Genuss eine Gewohnheit wird – und aus Gewohnheit eine Abhängigkeit. Dann verlieren wir nicht nur Maß, sondern oft auch Freiheit. Genau hier setzt die Fastenzeit an. **Fasten: Kein kirchlicher Stimmungskiller** Viele verbinden mit Fasten vor allem Verzicht: kein Alkohol, keine Süßigkeiten, weniger Medien. Klingt zunächst nach moralischer Selbstkasteiung. Doch das greift zu kurz. Fasten ist keine Unterbrechung des „eigentlichen Lebens“, kein religiöses Luftanhalten bis Ostern. Es ist vielmehr

ein bewusstes Innehalten. Ein Experiment. Eine Art geistliches Selbstcoaching. Die christliche Tradition spricht von „Umkehr“ – einem Perspektivwechsel. Es geht nicht darum, sich etwas zu verbieten, sondern darum, neu zu entdecken, was wirklich trägt. Der entscheidende Punkt ist nicht der Verzicht selbst, sondern das Ziel des Verzichts. **Die großen Versuchungen: Mehr als nur ein Stück Schokolade** Im Matthäusevangelium wird erzählt, wie Jesus in der Wüste Versuchungen begegnet (Mt 4). Später formuliert er einen Satz, der wie eine Überschrift über diesem Abschnitt steht: „Was hilft es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewinnt, dabei aber Schaden nimmt an seinem Leben?“ (Mt 16,26) Hier geht es nicht um Süßigkeiten oder kleine Alltagsfreuden. Es geht um Macht, Einfluss, Kontrolle – um das



er nicht mehr der wäre, der er ist. Das ist hochaktuell. Unsere Gesellschaft bietet uns ständig Optimierungsmöglichkeiten: schneller, schöner, erfolgreicher, sichtbarer. Aber wann kippt Selbstverbesserung in Selbstverlust? **Verzicht als Wertschöpfung** Interessanterweise zeigt die Verhaltensforschung: Wer bewusst verzichten kann, steigert langfristig Zufriedenheit und Selbstwirksamkeit. Nicht, weil Verzicht per se glücklich macht – sondern weil er Klarheit schafft. Wenn ich etwas weglasse, merke ich erst, welche Rolle es in meinem Leben spielt. Brauche ich es wirklich? Oder füllt es nur eine Leerstelle? Der „Anfang des Aufhörens“ – wie es im Ausgangstext heißt – ist oft die größte Herausforderung. Denn hier geschieht die eigentliche Bewegung: Ich übernehme Verantwortung für mein Leben. Fotos zur Verfügung gestellt von: Tobias Leinesser Verzicht wird so zur Wertschöpfung. Nicht im ökonomischen Sinn, sondern existentiell. Ich entdecke meinen eigenen Wert jenseits von Konsum, Anerkennung oder Leistung. **Genuss gehört dazu – aber mit Maß** Die christliche Tradition ist übrigens weit davon entfernt, Genuss grundsätz-

lich zu verteufeln. Schon im alttestamentlichen Buch Jesus Sirach heißt es sinngemäß: Wer sich selbst nichts gönnt, wird auch anderen nichts gönnen. Es geht also nicht um Askese um ihrer selbst willen. Genauso wenig wie zielloser Verzicht sinnvoll ist, ist auch zielloser Genuss erfüllend. Beides gewinnt seinen Wert erst im rechten Maß. Der „geglückte Lebensweg“, so könnte man sagen, führt durch die Mitte. Und genau das ist vielleicht die eigentliche Botschaft der Fastenzeit: Maß finden. Balance wiederentdecken. Freiheit zurückgewinnen. **Frei werden für mehr** Wenn wir etwas loslassen – sei es Konsum, ständige Erreichbarkeit oder eingefahrene Gewohnheiten – wird Energie frei. Zeit. Aufmerksamkeit. Offenheit. Und diese Freiheit hat eine Richtung. Sie bleibt nicht beim eigenen Wohlbefinden stehen. Christlich gedacht öffnet sie den Blick für Gott und für den Mitmenschen. Wer nicht mehr nur um sich selbst kreist, sieht wieder das „Mehr“ des Lebens: die Bedürfnisse anderer, die Zerbrechlichkeit der Schöpfung, die eigene Sehnsucht nach Sinn. Fasten ist daher kein religiöses Diätprogramm. Es ist ein Training für innere Freiheit. **Ein Experiment mit offenem Ausgang** Vielleicht lohnt es sich, die kommenden Wochen als Experiment zu verstehen: Was passiert, wenn ich bewusst etwas weglasse? Was gewinne ich? Was verliere ich wirklich? Und vielleicht entdecken wir dabei, dass nicht jede Versuchung bekämpft werden muss – aber dass wir entscheiden dürfen, welche wir annehmen und welche nicht. Oscar Wilde hatte recht: Man weiß nicht, ob sie wiederkommt. Aber vielleicht ist die größere Frage: Wer möchte ich sein, wenn sie kommt?

von Tobias Leinesser

Tipps für Floridareisende! Der Sunshine Post Event-Kalender

Auf der Suche nach der nächsten großen Party oder vielleicht einer eleganten Soirée? Dann sind Sie hier genau richtig! Die Kulturabteilung der Sunshine Post hat die neuesten Tipps, wo man hingehen, wen man sehen und was man in und um Fort Myers unternehmen kann. Viel Spaß!

nur auf Englisch verfügbar

Bonus & Family-Friendly Options

(Past events that may return; check local listings each year)

- St. Patty's Kid Fun Run — themed kids' run with music and face-painting at Lakes Park, Fort Myers.
- Millennial Brewing Co. St. Patrick's Festival — craft beers, food trucks and games.
- Live Irish Music & Specials — Many local pubs and restaurants host green beer nights, live bands and Irish food specials throughout the weekend and on March 17th itself.

Fort Myers Beach St. Patrick's Day Parade

Where? Santini Plaza → Woman's Club on Sterling Ave

When? 10 AM – 11 AM

Parades, entertainment, music and family fun along Estero Boulevard.

14

St. Patrick's Day at the German-American Club

Where? Biergarten, Cape Coral

When? runs daytime

Irish and German food, live music and beer from both traditions.

14
15

St. Patrick's Day Bar and Pub Crawls

Fort Myers Bar Crawl: Nighttime bar-hopping experience with drink specials and festive energy.

14
15

St. Patrick's Day Block Party — Downtown Fort Myers

Where? River District (1st & Hendry) • Free event

When? ~ Noon–8 PM

Live music, Celtic dancers, petting zoo for kids, Irish-inspired food and drinks, and entertainment for all ages.

17

Naples St. Patrick's Day Parade

One of Florida's largest St. Patrick's Day parades with marching bands, festive floats and community spirit.

Where? Downtown Naples (from 3rd St South & Broad Ave)

When? Flag-Raising ~ 9:30 AM • Parade ~ 11 AM

After-Parade Parties & Pub Celebrations

- The Vine Room — Irish-themed cocktails and atmosphere post-parade.
- Tavern on the Bay — waterfront views with live music and festive drinks.
- Cabana Bar at Bayfront — live entertainment, Irish drinks.
- The Pub Naples — weekend brunches, live music & corned beef specials.
- Shea's Lansdowne — classic Irish pub vibe all weekend.

17

Send Us Your Event Recommendations!

info@sunshine-post.com

Bild: Pixabay



Das Rundum Sorglos Paket bei DARIA: Warum Reisen und Wohnen so easy ist!

Interview mit Katarina, Anja und Diana von DARIA US

Anja Behrendt

Hallo liebe Leser!

Herzlich willkommen zu unserer ersten Interviewrunde.

Mein Name ist Anja und gemeinsam mit meinem Team leite ich das Property

Glasschiebetüren. Das en-suite Badezimmer erinnert an ein exklusives Resort: eine großzügige, begehbare Dusche, Doppelwaschbecken sowie zwei begehbare Kleiderschränke bieten viel Raum und Komfort.

Zwei weitere Schlafzimmer, ebenfalls mit Kingsize-Betten, sind stilvoll

Kochen, Genießen und Zusammensein zum Erlebnis werden.

Zu unserem Service gehören unter anderem die persönliche Begrüßung, eine 24/7-Erreichbarkeit sowie zahlreiche zusätzlich buchbare Leistungen, wie zum Beispiel Kayaks und weitere Freizeitangebote.

Wir sprechen Deutsch und Englisch und arbeiten sehr eng mit Diana von der DARIA US Travel Agency zusammen, damit eure Anreise reibungslos und entspannt verläuft. Für Aktivitäten, Erlebnisse und den Spaßfaktor vor Ort kooperieren wir mit Katharina von der DARIA US Adventures.

Diana Siegel

Als Travel Service und Travel Agency biete ich maßgeschneiderte Reiselösungen für Kunden aus der ganzen Welt. Mein Angebot richtet sich sowohl an Mitglieder („Member“) als auch an internationale Kunden, die Wert auf persönliche Betreuung, individuelle Planung und besondere Reiseerlebnisse legen.

Ein zentraler Bestandteil meines Angebots ist der Limousinen-Service, der in individuell zusammengestellten Paketen für unterschiedliche Anlässe angeboten wird – von privaten Feiern über Business-Events bis hin zu exklusiven Wochenend-Erlebnissen. Leistungen und Preise werden dabei stets auf den jeweiligen Anlass und die persönlichen Wünsche abgestimmt.

Darüber hinaus übernehme ich die komplette Organisation der Reise: Flüge, Mietwagen, Unterkünfte, Hotels, Transfers oder besondere Zusatzleistungen werden vollständig aus einer Hand geplant und koordiniert. Der große Vorteil für meine Kunden liegt darin, dass ich eine feste Ansprechpartnerin für alle Reisebelange bin – von der ersten Idee bis zur Rückkehr.

Im Mittelpunkt steht dabei die maßgeschneiderte Reiseplanung. Kunden können ihre Wünsche konkret äußern oder sich ein individuelles Konzept zusammenstellen lassen. Gleichzeitig begleite ich auch jene, die noch nicht genau wissen, wohin oder wie sie reisen möchten: In persönlichen Gesprächen werden Vorstellungen, Interessen und Bedürfnisse gemeinsam herausgearbeitet, dokumentiert und Schritt für Schritt in ein passgenaues Reiseerlebnis umgesetzt.

Dabei geht es nicht zwingend darum, immer den günstigsten Preis anzubieten, sondern vielmehr darum, Leistungen intelligent zu kombinieren, besondere Erlebnisse zu schaffen und Reisen zu gestalten, die genau zu den Menschen passen, die sie antreten.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf exklusiven Kooperationen. Gemeinsam mit Partnern aus den Bereichen Unterkunft, Event- und Erlebnisbetreuung entstehen ganzheitliche Konzepte – von stilvollen Städtetrips über betreute Events vor Ort bis hin zu außergewöhnlichen Fernreisen, etwa auf die Bahamas, inklusive der vollständigen Gestaltung des Rahmenprogramms. Auch Sport- und Lifestyle-Events lassen sich individuell integrieren.

Das Besondere an diesem Travel Service ist die persönliche, enge und kontinuierliche Betreuung. Alles wird über eine zentrale Ansprechpartnerin koordiniert – ein Service, der heute

selten geworden ist und gerade deshalb geschätzt wird. Ziel ist es, Reisen zu schaffen, die nicht von der Stange sind, sondern so individuell wie die Menschen, die sie erleben

Und wenn ihr vor Ort Fun und Aktivitaeten plant, kommt unsere Katharina ins Spiel.

Katharina Kaufmann

Mit DARIA US Adventures entstehen Ausflüge für Menschen, die Florida gemeinsam erleben möchten. Die Ausflüge sind kompakt aufgebaut: Man erlebt viel, ohne, dass es stressig wird. Es geht darum, draußen zu sein, neue Eindrücke zu sammeln, gemeinsam unterwegs zu sein und Florida in allen Facetten zu spüren.

Ich bin Katharina Kaufmann und lebe in Florida. Durch meinen Alltag und meine Arbeit habe ich viele Orte kennengelernt, die man oft nicht sieht, wenn man nur kurz hier ist. Viele dieser Erlebnisse haben mich selbst begeistert – genau das möchte ich weitergeben und mit anderen teilen.

Zum Start gibt es eine bewusst ausgewählte Reihe an Ausflügen. Dazu gehören Trips nach Cape Canaveral, wo Raumfahrtgeschichte, Technik und Zukunftsvisionen aufeinandertreffen und man Orte besucht, die weltweit einzigartig sind.

Ein besonderes Naturerlebnis ist die Wanderung durch die Everglades mit anschließender Airboat-Tour. Zu Fuß erlebt man die Ruhe, die Weite und die besondere Atmosphäre dieser Landschaft, bevor es später mit dem Airboat über das Wasser geht – mitten durch Mangroven, Graslandschaften und natürliche Lebensräume.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf Erlebnissen am und auf dem Wasser. Ein Beach Day in Siesta Key mit anschließender Jet-Ski-Tour verbindet entspannte Stunden am Strand mit Action auf dem Meer. Wer den Tag verlängern möchte, kann direkt daran anschließend an einer Sunset Jet-Ski Tour rund um Siesta Key teilnehmen, wenn das Licht weicher wird und die Sonne langsam im Meer versinkt. Diese Fahrten sind ruhiger, besonders stimmungsvoll und zeigen die Küste von einer ganz neuen Seite. Ein ganz eigenes Erlebnis ist das Hochseefischen. Gemeinsam geht es hinaus aufs offene Meer, mit Angel in der Hand und Zeit zum Ankommen. Es geht um das Angeln selbst, um das Beobachten des Wassers, um die Spannung beim Warten und um den Moment, wenn ein Fisch anbeißt. Je nach Saison begegnet man unterschiedlichen Fischarten und erlebt das Meer unmittelbar und intensiv.

Ergänzt wird das Programm durch Wochenendtrips nach Key West und nach Bimini auf den Bahamas. Diese Reisen bieten einen Ortswechsel, Gemeinschaft und das Gefühl, für ein paar Tage komplett raus zu sein – mit Sonne, Meer und neuen Eindrücken.

Das sind die ersten geplanten Ausflüge von DARIA US Adventures und geben eine klare Richtung vor, wohin sich das Angebot entwickelt.

Anja Behrendt

Behaltet die Zeitung im Blick!

In Zukunft werden hier mehr Infos und Angebote folgen!

von Anja Behrendt, Katharina Kaufmann



Fotos zur Verfügung gestellt von: Anja Behrendt, Katharina Kaufmann

Management. Hinter jedem Aufenthalt steht bei uns ein eingespieltes Netzwerk aus erfahrenen Fachkräften – vom Cleaning-Service über Pool- und Gartenpflege bis hin zu vielen weiteren Leistungen, die Ihren Urlaub so entspannt und hochwertig wie möglich machen.

Unsere Häuser bauen wir selbst und richten sie professionell, mit viel Liebe zum Detail und einem klaren Qualitätsanspruch ein. So stellen wir sicher, dass keine Wünsche offenbleiben und Sie sich vom ersten Moment an rundum wohlfühlen.

Wir bieten unseren Gästen umfassenden Service in deutscher Qualität, kombiniert mit persönlicher Betreuung, Zuverlässigkeit und echter Gastfreundschaft.

All diese Werte – Qualität, Leichtigkeit und Liebe zum Detail – spiegeln sich auch in dem Haus wider, das wir Ihnen nun vorstellen dürfen.

Schon beim Eintreten spüren Sie die besondere Atmosphäre dieses elegant gestalteten Ferienhauses mit drei Schlafzimmern und drei Bädern. Großzügige Fensterfronten lassen viel Tageslicht herein und verbinden modernes Design mit einem offenen, entspannten Wohngefühl. Hochwertige Möbel, klare Linien und warme Materialien schaffen einen Ort, an dem Ankommen und Wohlfühlen mühelos ineinander übergehen.

Koffer abstellen, durchatmen, Urlaub genießen: das ist das Motto!

Die Master Suite ist ein ruhiger Rückzugsort mit komfortablem Kingsize-Bett und direktem Zugang zur Poolterrasse über große

eingerichtet und teilen sich ein modernes Badezimmer – ideal für Familie oder Freunde, die gemeinsam reisen und dennoch ihre Privatsphäre genießen möchten.

Die offene, professionell ausgestattete Küche bildet das Herzstück des Hauses. Sie verbindet Funktionalität mit eleganter Ästhetik und geht fließend in den großzügigen Essbereich sowie den lichtdurchfluteten Wohnraum über. Ob gemeinsames Kochen, lange Abende am Tisch oder entspannte Stunden auf dem Sofa – hier entstehen besondere Urlaubsmomente.

Ob beim Frühstück am Wasser, einer Runde im Pool oder einem Glas Wein im Whirlpool unter dem Sternenhimmel – dieser Außenbereich lädt zum Verweilen ein.

Ein separater, ruhiger Arbeitsplatz macht das Haus ideal für Workation oder mobiles Arbeiten. Selbstverständlich steht Ihnen schnelles WLAN im gesamten Haus zur Verfügung.

Für die Innenausstattung wurden erstklassige Materialien wie Naturstein, Edelstahl, Buntmetalle, Naturholz, Glas und Keramik verwendet. Dieses gehobene Interieur schafft eine exklusive, zeitlose Atmosphäre, die auf nachhaltigen Designkonzepten basiert. Unser Anspruch ist es, einen Wohnstil zu kreieren, der höchsten Komfort, klare Ästhetik und authentisches Wohngefühl vereint – modern, elegant und zugleich einladend.

Die erlesene offene Küche verbindet luxuriöse Oberflächen mit maßgefertigten Details und modernsten Geräten. Sie ist funktional und zugleich ein Designstatement – ein Ort, an dem

You can reach us anytime for inquiries at:

booking@daria-us.com

Florida Panthers Suite Owner Tour 2026

Wenn Eishockey, Gastfreundschaft und ein Hauch Magie aufeinandertreffen

Wenn es jemals eine Meisterklasse dafür gab, wie man Spitzensport, luxuriöses Reisen und echte zwischenmenschliche Verbundenheit miteinander verbindet, dann wäre die Suite Owner Tour 2026 der Florida Panthers ganz oben dabei.

Als stolzer Suite-Eigentümer in der Heimspielstätte der Panthers, der Amerant Bank Arena, wurde die DARIA US Group zur diesjährigen Suite Owner Tour eingeladen - mit Ziel Washington, D.C. Was folgte, waren drei Tage voller Premium-Service, unvergesslicher Momente und so vieler herzlicher Begegnungen, dass selbst das Hotelpersonal noch lange davon erzählen dürfte.

Freitag: 4:30 Uhr und schon voller Vorfreude

Mitte Januar.
Dunkel. Früh.
Sehr früh.

Pünktlich machten sich Philipp Hills, Head of Sales bei DARIA US, und Maximilian von Garnier, Director of DARIA US Sport Events, von Cape Coral aus auf den Weg zum Flughafen Fort Lauderdale. Kaffee war Pflicht. Valet Parking? Selbstverständlich organisiert. Denn das war keine gewöhnliche Reise, das war Panthers-Level.

Am Gate verwandelte sich die morgendliche Reisestimmung schlagartig in ein VIP-Event. Taralynn, Jessica, Alexa und Kacie bereiteten einen herzlichen Empfang mit Panthers-Bannern, Luftballons und sogar einem Frühstück für die Gäste vor. Alle 18 Teilnehmer wurden persönlich vorgestellt – eine beachtliche Leistung zu dieser frühen Stunde.

Und als die Stimmung kaum noch zu steigern war, bog plötzlich Stanley C., das charismatische Maskottchen der Panthers, um die Ecke. Fotos wurden gemacht. Gelächter erfüllte das Gate. Für einen Moment wurden aus erfolgreichen Geschäftsleuten wieder begeisterte Kinder.

Auch an Bord ging es außergewöhnlich weiter: jetBlue, offizieller Airline-Partner der Panthers, machte aus dem Flug nach Washington eine Überraschungsverlosung. Zu gewinnen gab es Panthers-Swag, ein signiertes Spielertrikot und sogar ein jetBlue-Flugticket zu einem Wunschziel. Plötzlich wurde selbst der Flug zum Erlebnis.

Champagner um 11:00 Uhr? Aber selbstverständlich

In Washington angekommen, begab sich die Panthers-Delegation ins luxuriöse Conrad Washington DC, ein exklusives Haus aus dem Portfolio von Hilton Worldwide. In bester Lage an der First Street, umgeben von renommierten Marken, setzte das Hotel sofort ein klares Zeichen: Champagner zur Begrüßung – um 11:00 Uhr morgens. Denn wenn man mit den Panthers reist, ist Zeit nur eine Randnotiz. Nach etwas freier

Zeit - die viele in Chinatown, nur wenige Schritte vom Hotel entfernt, verbrachten - traf sich die Gruppe am Abend im legendären Old Ebbitt Grill. Viktorianischer Charme, historische Atmosphäre und ein eigener, abgetrennter Bereich mit privater Bar und Barkeeper, denn exzellenter Service kennt keine Kompromisse.

Ein besonderes Highlight: ein eigens für diese Reise entworfener und produzierter, streng limitierter Schal für die Suite-Mitglieder. Er wurde sofort zum stilvollen Erinnerungsstück und Symbol dieser besonderen Gemeinschaft.

So klang ein heiterer, lebhafter und rundum gelungener erster Tag aus – ein perfekter Auftakt für ein außergewöhnliches Wochenende.

Samstag: Politik, Plexiglas und pure Emotion

Das Frühstück im Conrad am Samstagmorgen hätte mühelos eine eigene Fünf-Sterne-Bewertung verdient. Strahlende Gesichter, exzellenter

Kaffee und gespannte Vorfreude auf den Tag.

Die freien Morgenstunden nutzte die DARIA-Gruppe für einen Spaziergang zum Weißen Haus. Bei leichtem Frost, aber strahlendem Sonnenschein entstanden zahlreiche Erinnerungsfotos vor der wohl bekanntesten Fassade der Vereinigten Staaten. Zwar waren die Spieler der Florida Panthers am Vortag im Weißen Haus vom Präsidenten der Vereinigten Staaten für ihren zweiten Stanley-Cup-Sieg geehrt worden, doch der Präsident selbst war an diesem Morgen nicht mehr zu sehen.

Dank eines persönlichen Kontakts über Alexa von den Panthers erhielt die Gruppe am Nachmittag eine exklusive, individuell gestaltete Führung durch das Kapitol. Eindrucksvoll, bewegend und inspirierend – ein Erlebnis, das jeder mindestens einmal im Leben erfahren sollte. Geschichte zum Anfassen.

Zurück im Hotel wurden die Game-Day-Outfits angelegt, bevor man sich gemeinsam auf den Weg zur Capital One Arena machte. Ein kurzer Zwischenstopp bei Clyde's of Gallery Place sorgte für die nötige Stärkung.

Die reservierte Suite bot einen hervorragenden Blick auf das gesamte Spielfeld. Getränke, Snacks, Popcorn – die perfekten Voraussetzungen für einen unvergesslichen Hockeyabend.

Doch damit nicht genug: Als besondere Überraschung erhielten die Gäste zusätzlich vier Plätze direkt hinter dem Tor. Näher am Spielgeschehen geht es nicht. Mit rund 150 km/h prallten die Pucks gegen die Plexiglasscheiben, Spieler krachten mit voller Wucht in die Bande. Ein Spektakel, das jede Sekunde elektrisierte. Die Gruppe wechselte sich periodisch ab, sodass jeder diese einzigartige Perspektive erleben konnte.

Das Spiel selbst war durchgehend span-

nend und endete mit einem verdienten 5:2-Sieg der Panthers.

Überglücklich, lautstark jubelnd und voller Emotionen kehrte die Gruppe ins Hotel zurück, wo der erfolgreiche Abend an der Bar gebührend gefeiert wurde.

Sonntag: Ein letztes Frühstück, ein letzter Moment

Am Sonntagmorgen lag diese besondere Mischung aus Zufriedenheit und Wehmut in der Luft. Noch einmal versammelte sich die Gruppe zum außergewöhnlichen Frühstück im Conrad,

bevor es nach dem Check-out zurück zum Flughafen und nach Florida ging.

Es wurde gelacht. Es wurden Umarmungen ausgetauscht. Und bereits neue Pläne geschmiedet.

Mehr als eine Reise: eine Familie

Es ist schwer, die Perfektion dieses Wochenendes in Worte zu fassen. Alles griff nahtlos ineinander. Die Panthers-Organisation bot absoluten Premium-Service für ihre Premium-Mitglieder. Doch noch wichtiger war das, was

John Heinrich zwischen den Programmpunkten geschah.

Neue Kontakte entstanden. Besuche in den jeweiligen Suiten der Amerant Bank Arena wurden vereinbart. Freundschaften wurden geschlossen.

Dieses Wochenende machte eines erneut deutlich: Die Florida Panthers sind weit mehr als ein Eishockeyteam. Sie sind eine Familie. Eine Familie, die zusammenhält, wächst und Werte lebt. Vertrauen. Respekt. Freude.

Werte, die auch DARIA US verkörpert. Und genau deshalb werden die Panthers und die DARIA US ihren gemeinsamen Weg noch lange fortsetzen.

Go Panthers.
von Jacob Kugmun und John Heinrich



Fotos zur Verfügung gestellt von: Jacob Kugmun,

John Heinrich



Wir möchten von Ihnen hören!

Ihre Meinung ist uns wichtig. Bei der Sunshine Post ist unsere Rubrik „Leserbriefe“ ein Ort, an dem Leser ihre Meinung äußern, Diskussionen anregen und auf die Geschichten reagieren können, die unsere Gemeinschaft prägen. Ob Sie einen aktuellen Artikel kommentieren, ein Thema hervorheben möchten, das Beachtung verdient, oder einfach nur Ihre Sichtweise mitteilen möchten – wir freuen uns über Ihre Gedanken.

Senden Sie und Ihren Brief (bis 250 Wörter) an editor@sunshine-post.com. Please include your full name, city, and a contact number for verification.

Hidden Sparks: Tiere, die strahlen wollen

Jeden Monat nehmen wir uns einen Moment Zeit, um genauer hinzuschauen – auf die Leisen, die Sanften und auf jene, die nicht sofort im Mittelpunkt stehen. Auch diesmal stellen wir zwei besondere Tiere aus dem Cape Coral Animal Shelter vor, die ihren eigenen Funken in sich tragen. Manche Funken leuchten sofort, andere glimmen zunächst im Verborgenen. Doch in jedem von ihnen steckt ein Licht, das wachsen will – mit Geduld, Freundlichkeit und einem sicheren Zuhause. Mit der richtigen Familie kann aus einem versteckten Leuchten etwas Strahlendes werden – für ihr Leben und für deines. Vielleicht wartet eine dieser pelzigen Seelen genau darauf, bei dir zu erstrahlen.

von Jennifer Hagemeister



Fotos zur Verfügung gestellt von: Cape Coral Animal Shelter.

Öffnungszeiten:

Dienstag und Donnerstag:

12:00–17:00

Freitag bis Sonntag:

12:00–16:00

Montag und Mittwoch:

geschlossen

Cape Coral Animal Shelter
325 SW 2nd Avenue
Cape Coral, FL 33991

More information and all
adoptable animals at:
www.capecoralanimalshelter.com

LILIANA

Liliana ist eine 3–5 Jahre alte Hündin – sanft, freundlich und bereit für einen neuen Anfang. Ihr Leben war nicht immer leicht, doch sie ist offen für ein Kapitel voller Wärme, Geborgenheit und Liebe, auf die sie sich verlassen kann.

Sie braucht vielleicht etwas Zeit, um sich einzugewöhnen, doch in ruhigen Momenten zeigt sich ihre liebevolle und zarte Art. Liliana wünscht sich eine Familie, die ihr Sicherheit schenkt – mit weichen Schlafplätzen, warmen Streicheleinheiten und der Gewissheit, endlich angekommen zu sein. Mit Geduld und Beständigkeit kann sie zu der verwöhnten kleinen Prinzessin werden, die in ihr steckt.

Wenn du ihr einen ruhigen Platz und verlässliche Zuneigung schenken möchtest, könnte Liliana eine treue Begleiterin an deiner Seite werden. Ihre Adoptionsgebühr beträgt 225 \$.

JUPITER

Jupiter ist eine 5–7 Jahre alte Katze – eine elegante Tuxedo-Dame mit einem sanften Herzen und einem leisen Schnurren. Anfangs zeigt sie sich etwas zurückhaltend und beobachtet lieber aus sicherer Entfernung, bis sie Vertrauen gefasst hat.

Mit Geduld und Freundlichkeit entfaltet sich ihre süße Art ganz allmählich. Jupiter ist eine Katze, die still aufblüht – eine Streicheleinheit nach der anderen. Sie drängt sich nicht in den Vordergrund, doch wenn sie sich geborgen fühlt, schenkt sie ruhige Nähe und Wärme, die ein Zuhause besonders macht.

Wenn du eine feinfühlige Begleiterin suchst, die Schritt für Schritt Vertrauen schenkt, könnte Jupiter genau die Richtige für dich sein. Ihre Adoptionsgebühr beträgt 70 \$.



The Hidden Gem - Jetzt mit goldener Kante

Großer Relaunch in Cape Coral !



Einer der beliebtesten kulinarischen Schätze von Cape Coral hat sich verwandelt - und mit welchem beeindruckenden Auftritt!

Ehemals schlicht als Rock’n Rolls German Bakery & Bistro bekannt, ist der lokale Favorit nun offiziell Teil der DARIA-Familie geworden. Und auch, wenn der Name künftig stolz die Signatur von Daria’s German Bakery & Bistro trägt, eines sei ganz deutlich gesagt: Herz, Seele, Rezepte, Team, Handwerk - und ja, auch die Liebe - sind exakt dieselben geblieben. Was sich verändert hat? Das Erscheinungsbild. Und was für eines.

Gekleidet in Blau und Gold

Das neue Design greift das charakteristische, tiefdunkle DARIA-Blau auf - elegant, selbstbewusst, unverkennbar. Doch der eigentliche Blickfang? Die Goldkante. Jede Vitrine. Jede Tür. Jedes Fenster. Selbst die markanten Schwarz-Weiß-Fotografien an den Wänden, sorgfältig ausgewählt, um die stolze Geschichte

von Cape Coral zu erzählen, erstrahlen nun in edlen goldenen Rahmen. Es ist subtil. Es ist stilvoll. Es ist das neue, unverwechselbare Markenzeichen.

Von nun an wird jede Daria’s German Bakery & Bistro genau an diesem prägenden Detail erkennbar sein: der goldenen Kante. Die Goldkante ist keine Dekoration – sie ist ein Statement. Und die Gäste haben es bemerkt. Neue Besucher betreten den Raum und bleiben kurz stehen. Stammgäste lächeln wissend. „Es wirkt edler“, bemerkte ein langjähriger Gast. „Aber es fühlt sich immer noch wie Zuhause an.“ Genau darum geht es.

Das vertraute Gesicht – weiterhin im Mittelpunkt

Im Zentrum des Ganzen steht nach wie vor das bekannte und geschätzte Gesicht der Bäckerei: Jörg „Joe“ Domscheit. Joe bleibt Persönlichkeit, Handwerker und lächelnder Botschafter dieser

deutschen Institution. Die Rezepte sind weiterhin familiär verwurzelt. Die Brötchen knuspern noch immer perfekt beim Aufbrechen. Die Croissants zergehen nach wie vor butterig auf der Zunge. Und die Mittagsgerichte versetzen einen ohne Reisepass direkt nach Deutschland. Neues Gewand. Gleiche Legende.

Frühstück, Mittag und bald der Duft von Berlin

Gewachsen ist allerdings die Speisekarte - und zwar auf wunderbare Weise. Das Frühstücksangebot wurde erweitert und bietet Frühaufstehern noch mehr Gründe, ihren Tag auf die deutsche Art zu beginnen. Frische Brote, authentische Aufstriche, traditionelle Spezialitäten – ergänzt um neue Optionen, die aus einem schnellen Kaffee einen genussvollen Morgen machen.

Zur Mittagszeit bereichert die Küche das Angebot um neue klassische deutsche Gerichte, die das kulinarische Erlebnis weiter vertiefen. Herzhaft, authentisch und zubereitet mit denselben kompromisslosen Qualitätsstandards, die die Bäckerei zu einer lokalen 4,9-Sterne-Institution gemacht haben. Und dann ist da noch die Nachricht, über die bereits geflüstert wird.

Ja. Der Döner Kebab kommt.

Die professionellen Döner-Grills sind bereits in Deutschland bestellt. Sie sind auf dem Weg. Die Küche wurde umfassend modernisiert, um dieses nächste Kapitel einzuläuten. Und dank eines neu installierten Fensters hinter dem Tresen werden Gäste den legendären Döner-Spieß bald nicht nur sehen, sondern ihn bereits riechen, bevor sie die Kasse erreichen.

Sagen wir es so: Cape Coral darf sich bereit machen.

Eine Familie wächst – in Gold gefasst, mit Liebe gebacken

Diese Transformation ist mehr als ein Facelift. Sie markiert die nächste Entwicklungsstufe einer wachsenden kulinarischen Familie. Schon bald wird auch Downtown Fort Myers seine eigene Daria’s German Bakery & Bistro begrüßen, selbstverständlich im unverkennbaren Goldkante-Design. Und ja, auch Fort Myers wird den authentischen Döner Kebab erleben dürfen,

der in Cape Coral bereits für Vorfreude sorgt.

Die Expansion verwässert die Magie nicht. Sie vervielfacht sie.

Denn das, was Rock’n Rolls von Anfang an besonders machte - Handwerk, Authentizität, Herzlichkeit und Freude - wird durch die DARIA-Identität nicht ersetzt, sondern verstärkt. Gleiche Hände. Gleiche Rezepte. Gleiche Standards. Neue Eleganz.

The Hidden Gem – poliert, nicht verändert

Wenn überhaupt, dann bestätigt diese Weiterentwicklung nur, was treue Gäste längst wussten:

Dies war nie einfach nur eine Bäckerei. Es war immer ein verstecktes Juwel im offenen Blickfeld. Jetzt strahlt es nur ein wenig heller - in Blau gehüllt, mit goldener Kante versehen und bereit für das nächste Kapitel. Und das Beste daran?

Wir stehen erst am Anfang.

von Jacob Kugmun



Fotos zur Verfügung gestellt von: Jacob Kugmun



Wo Stil auf Gefühl trifft: Enjewel in Downtown Fort Myers

Mitten im Herzen von Downtown Fort Myers, dort wo historische Fassaden auf eine lebendige, sich ständig weiterentwickelnde Lifestyle-Szene treffen, gibt es Orte, die mehr sind als nur ein Geschäft. Orte, die man nicht einfach besucht - sondern entdeckt. Enjewel ist genauso ein Ort.



Fotos zur Verfügung gestellt von: Katharina Kaufmann

Schon beim Vorbeigehen spürt man, dass diese Boutique etwas Besonderes ist. Nichts wirkt laut oder aufdringlich; nichts versucht, sich in den Vordergrund zu drängen. Stattdessen entsteht eine stille Anziehungskraft. Der Raum wirkt liebevoll kuratiert, fast schon wie eine kleine Welt für sich - elegant, warm und gleichzeitig unglaublich einladend. Es ist ein Ort, an dem man automatisch langsamer wird, sich umschaut, verweilt. Ein Ort, der nicht dafür gemacht ist, schnell wieder verlassen zu werden, sondern erlebt zu werden.

Diese besondere Atmosphäre entsteht nicht zufällig. Sie ist Ausdruck der Werte und der Haltung der Menschen dahinter.

Dr. Tim Ferguson, Inhaber von Enjewel, hat einen Weg eingeschlagen, der alles

andere als typisch für die Retail-Welt ist. Über vier Jahrzehnte hinweg war sein Leben geprägt von Bildung, Verantwortung und Führung - als Lehrer, Schulleiter, Verwaltungsleiter und Hochschuldozent. Ein Leben voller Struktur, Entscheidungen und großer Systeme.

Und doch kam irgendwann der Wunsch nach etwas anderem. Nach etwas Persönlicherem. Etwas, das näher ist, greifbarer. Etwas, das bleibt.

Der Traum, ein eigenes kleines Unternehmen zu führen, war schon lange da - nicht als kurzfristiges Projekt, sondern als Vision. Als etwas, das man aufbauen, pflegen und eines Tages weitergeben kann. Etwas, das nicht nur wirtschaftlich funktioniert, sondern emotional Bedeutung trägt.

Als sich im Jahr 2020 - mitten in einer unsicheren Zeit - die Möglichkeit ergab, Enjewel zu übernehmen, war das mehr als nur eine geschäftliche Entscheidung. Es war ein Gefühl. Eine Chance, die sich richtig anfühlte.

Was als zufälliges Gespräch begann, entwickelte sich zu einem neuen

Kapitel. Eine bestehende Boutique, bereits über zwanzig Jahre Teil von Downtown Fort Myers, mit einer Geschichte, einer Stammkundschaft und einem klaren Konzept - bereit, weitergeführt zu werden.

Und genau das ist es, was Enjewel heute ausmacht: nicht neu erfunden, sondern weitergedacht. Die Boutique steht für eine seltene Balance. Für Stil und Individualität - ohne dabei unnahbar zu wirken. Für Qualität - ohne Distanz zu schaffen. Für Mode, die nicht nur schön ist, sondern sich auch richtig anfühlt.

Viele Menschen gehen zunächst davon aus, dass ein Ort wie dieser teuer sein muss. Doch genau hier entsteht einer der schönsten Momente: wenn Erwartungen sich auflösen und Raum für echte Überraschung entsteht. Wenn Kundinnen und Kunden feststellen, dass besondere Stücke nicht unerreichbar sein müssen.

Enjewel schafft genau diesen Zugang. Mit bewusst ausgewählten Kollektionen, die nicht nur Trends folgen, sondern Persönlichkeit ausdrücken. Mit einem Sortiment, das sich ständig verändert und dennoch immer stimmig bleibt.

Alles, was sich im Store befindet, ist sichtbar. Es gibt keine versteckten Lager, keine künstliche Verknappung - sondern Offenheit, Bewegung und immer wieder Neues zu entdecken. Genau das macht jeden Besuch anders. Und genau das ist der Grund, warum Menschen immer wieder zurückkehren.

Doch das, was Enjewel wirklich besonders macht, geht weit über Kleidung und Schmuck hinaus. Es sind die Momente, die hier entstehen.

Wenn mehrere Generationen gemeinsam durch den Laden gehen. Wenn eine Großmutter, eine Mutter und eine Tochter sich gegenseitig beraten, lachen, anprobieren und sich wiederfinden - jede auf ihre eigene Art. Wenn aus einem Einkauf ein gemeinsames Erlebnis wird.

Genau in diesen Augenblicken zeigt sich die eigentliche Idee hinter Enjewel: ein Ort für Verbindung. Für gemeinsame Zeit. Für Erinnerungen.

Diese Philosophie spiegelt sich auch in der Struktur des Unternehmens wider. Enjewel ist ein Familienbetrieb - im wahrsten Sinne des Wortes. Die Zukunft ist bereits angelegt, die nächste Generation eingebunden. Es geht nicht um schnelles Wachstum oder

Expansion, sondern um Beständigkeit. Um etwas, das weiterlebt.

Und während sich Downtown Fort Myers immer weiter verändert, bleibt Enjewel ein Teil dieser Entwicklung - und gleichzeitig ein ruhiger Anker darin.

Dr. Ferguson kennt diese Stadt seit über fünfzig Jahren. Er hat erlebt, wie Downtown sich gewandelt hat - von einem Ort, der früh zur Ruhe kam, zu einem lebendigen Zentrum voller Möglichkeiten. Restaurierte Gebäude, neue Restaurants, Hotels und Konzepte bringen Bewegung und Energie in die Straßen.

Und dennoch gibt es Herausforderungen. Saisonalität, Infrastruktur, die Frage, wie Menschen immer wieder zurück in die Innenstadt gezogen werden können.

Doch trotz all dessen bleibt vor allem eines: der Glaube an das Potenzial dieses Ortes. Und an die Kraft der Gemeinschaft.

Denn was Downtown wirklich ausmacht, sind nicht nur Gebäude oder Konzepte - es sind die Menschen. Die Beziehungen. Das gegenseitige Unterstützen.

Und genau dafür steht auch Enjewel.

Für Echtheit statt Inszenierung.
Für Nähe statt Distanz.
Für Erlebnisse statt bloßem Konsum.

Ein Ort, der nicht laut ist - aber bleibt. Ein Geschäft, das nicht beeindruckend will - aber berührt. Ein Gefühl, das man mitnimmt, auch wenn man längst wieder draußen ist.

Sie haben nun einen Einblick in eines der besonderen Hidden Gems von Downtown Fort Myers bekommen.

Wenn Sie das nächste Mal durch Downtown schlendern, nehmen Sie sich einen Moment Zeit, treten Sie ein und lassen Sie sich selbst davon überzeugen - Enjewel wartet darauf, entdeckt zu werden.

von Katharina Kaufmann



Fotos zur Verfügung gestellt von: Katharina Kaufmann

Revolutionär: Wie KI Ihren Alltag verändern kann

Künstliche Intelligenz ist keine Science-Fiction – das ist sie schon lange nicht mehr. Immer mehr Menschen nutzen KI-Tools, um alltägliche Herausforderungen zu meistern – von Wochenendausflügen über die Frage, was es zum Abendessen gibt, bis hin zur Budgetplanung. In dieser Reihe, die auf den Kenntnissen unseres Tech-Teams und erfahrener KI-Experten basiert, zeigen wir Ihnen, wie auch Sie von dieser Technologie profitieren können.

von Marc Siewert

Was sind eure alltäglichen KI-Fragen?

Ob es sich um ein Rezept, ein Reise-Dilemma oder einen praktischen Tipp handelt, senden Sie uns Ihre meistgenutzten Fragen an: info@sunshine-post.com

Betreff: "AI Prompt Submission"

"In the long run, the biggest risk with AI is not that it becomes malicious, but that we become complacent."

-Fei-Fei Li, Co-Director of Stanford's Human-Centered AI Institute

Wusstest du?

Die besten KI-Prompts sind spezifisch!
Spezifität = Bessere Ergebnisse!

Anstelle von: „Hilf mir beim Kochen“
Versuchen Sie: „Schnelles 30-Minuten-Abendessen für 4 Personen mit Hähnchen“

"We always overestimate the change that will occur in the next two years and underestimate the change that will occur in the next ten. Don't let yourself be lulled into inaction."

-Bill Gates, Co-founder of Microsoft

Spring-Break-Überlebensführer

„Wir wohnen in Cape Coral und unsere Enkel kommen in den März-Schulferien zu Besuch. Plane eine Woche mit Aktivitäten, die Outdoor-Spaß, lehrreiche Erlebnisse und Erholung kombinieren – ohne das Budget zu sprengen.“

KI schlägt vor:

- Montag: Manatee Park für kostenlose Wildtierbeobachtung – März ist Hochsaison für Seekuhe, bevor sie abwandern
- Dienstag: IMAG History & Science Center in Fort Myers – interaktive Ausstellungen und ein lebendes Labor mit heimischen Tieren
- Mittwoch: Strandtag im Bowditch Point Park mit Picknick – ruhigeres Wasser und schattige Pavillons für alle Altersgruppen
- Donnerstag: Radfahren auf den Cape Coral Greenway Trails am Morgen, Splash Pad im Sunsplash am Nachmittag
- Freitag: Muschelsuche auf Cayo Costa State Park per Fähre – einer von Floridas bestgehüteten Geheimnissen für ruhige Strände

Spring-Training-Baseball-Erlebnis

„Wir sind neu in Südwest-Florida und möchten das Spring-Training-Baseball erleben. Welche Teams spielen in der Nähe, und wie machen wir einen ganzen Tag daraus?“

KI schlägt vor:

- Die Minnesota Twins spielen im Hammond Stadium in Fort Myers – Spiele den ganzen März über mit erschwinglichen Tickets ab ca. 25 Dollar
- Die Boston Red Sox trainieren im JetBlue Park, ebenfalls in Fort Myers – komm früh für Batting Practice und Autogramm-Möglichkeiten
- Mach einen ganzen Tag daraus: Tailgaten auf dem Parkplatz mit Kühlbox und Campingstühlen – eine beliebte lokale Tradition
- Nach dem Spiel zum Abendessen am nahegelegenen Daniels Parkway – dutzende Restaurants in fünf Minuten Fahrt
- Tipp: Spiele unter der Woche sind weniger überlaufen und Parken ist einfacher – die intime Stadionatmosphäre macht Spring Training so besonders

Florida-Garten für Neulinge

„Ich habe gerade ein Haus in Cape Coral gekauft und möchte einen Garten anlegen. Was wächst im März gut, und wie unterscheidet sich das Gärtnern hier vom Mittleren Westen oder Nordosten?“

KI schlägt vor:

- März ist Hauptpflanzzeit in USDA-Zone 10 – beginne mit Tomaten, Paprika, Kräutern und Mangos, die in Südwest-Floridas Hitze gedeihen
- Vergiss traditionellen Rasen – erwäge Florida-freundliche Bepflanzung mit heimischen Pflanzen wie Coontie, Firebush und Muhly-Gras, um Wasser zu sparen und Pflege zu reduzieren
- Besuche den Lee County Extension Service im Terry Park für kostenlose Gartenworkshops und Bodenanalysen – Floridas sandiger Boden braucht andere Zusatzstoffe als nördlicher Lehmboden
- Installiere früh eine Regentonne – die sommerliche Regenzeit füllt sie, und Cape Corals Bewässerungsbeschränkungen machen gespeichertes Regenwasser unschätzbar
- Vorsicht vor invasiven Arten: Pflanze niemals Brasilianischen Pfefferbaum oder Luftkartoffel – sie breiten sich aggressiv aus und der Anbau ist in Florida illegal

Floridas State Parks im Frühling entdecken

„Wir möchten diesen Frühling Floridas State Parks erkunden, bevor es zu heiß und mückig wird. Welche Parks in der Nähe von Südwest-Florida eignen sich am besten für Tagesausflüge, und was sollten wir vorher wissen?“

KI schlägt vor:

- Lovers Key State Park zum Kajakfahren, Muschelsuchen und Delfinbeobachten – der März bietet ideales Wetter, bevor die Sommermücken kommen
- Koreshan State Historic Site in Estero für einen einzigartigen Blick auf Floridas utopische Geschichte – schattige Naturpfade entlang des Estero River
- Tagesausflug zum Myakka River State Park (90 Minuten nördlich) – lauf den Baumkronenpfad und beobachte Alligatoren von der Aussichtsplattform
- Packe Sonnencreme, Wasser und geschlossene Schuhe ein – Floridas Wanderwege sind sandig, und die Frühlingssonne ist stärker als Neulinge erwarten
- Kaufe einen Jahrespass für Florida State Parks für 60 Dollar – er rechnet sich nach wenigen Besuchen und gilt für den Fahrzeugeintritt in allen 175 Parks

Rezept für Corned Beef mit Kohl

ZUTATEN (FÜR 4–6 PERSONEN)

- 3–4 Pfund Corned Beef Brisket (mit Gewürzmischung, falls enthalten)
- 10 Cups Wasser
- 1 Zwiebel, geschält und geviertelt
- 3–4 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 10 ganze schwarze Pfefferkörner
- 2 Lorbeerblätter
- 1 kleiner Kopf Grünkohl, in Spalten geschnitten
- 4–5 mittelgroße Kartoffeln, geschält und halbiert
- 4 Karotten, geschält und in Stücke geschnitten
- Optional: Senf oder Meerrettichsauce zum Servieren

1. Corned Beef zubereiten

- Corned Beef unter kaltem Wasser abspülen, um überschüssiges Salz zu entfernen.
- In einen großen Topf oder Bräter mit Wasser geben.
- Zwiebel, Knoblauch, Pfefferkörner und Lorbeerblätter hinzufügen.

3. Gemüse hinzufügen

- Etwa 30–40 Minuten bevor das Fleisch gar ist, Kartoffeln und Karotten in den Topf geben.
- Etwa 15 Minuten vor Ende der Garzeit Kohlstücke hinzufügen.
- Kochen, bis das Gemüse gar ist.

2. Corned Beef kochen

- Bei mittlerer bis hoher Hitze zum Kochen bringen.
- Hitze reduzieren, abdecken und 2½–3 Stunden köcheln lassen, bis das Fleisch zart ist. (Tipp: Sie können es auch 6–8 Stunden lang in einem Slow Cooker auf niedriger Stufe garen.)

4. Servieren

- Das Fleisch herausnehmen und 5–10 Minuten ruhen lassen.
- Corned Beef quer zur Faser in dicke Scheiben schneiden.
- Auf einer Platte mit Kohl, Kartoffeln und Karotten anrichten.
- Mit Senf, Meerrettich oder etwas Bratensaft servieren.

T i p p s f ü r perfektes Corned Beef

- Nicht zu lange kochen: Durch sanftes Köcheln bleibt das Fleisch zart.
- Gegen die Faserrichtung schneiden: So wird jedes Stück zart und leicht zu kauen.
- Für zusätzlichen Geschmack: Manche geben gerne einen Schuss Bier, ein paar Nelken oder einen Teelöffel Zucker in die Kochflüssigkeit.

von S. Mechalik

Wo Lernen atmen darf

Über eine besondere Art von Schule

Für viele Schüler bedeutet Schule: Druck, Überforderung, endlose Tage, Berge von Hausaufgaben und stundenlanges Stillsitzen. Ich kenne das nur zu gut. Bevor meine Mutter Clonlara entdeckte – Clonlara heißt auf Irisch „weinende Stute“ –, war mein Schulalltag geprägt von Frust und Erschöpfung. Ich war in einer Klasse mit 36 Kindern – eine Zahl, die keinen Platz für Individualität ließ. Ich fühlte mich nicht gesehen, überfordert und gleichzeitig unterfordert. Es war, als würde niemand wirklich sehen, wer ich bin, was ich brauche oder was mich wirklich interessiert. Meine Fähigkeiten hatten größtenteils keinen Platz. Mit fast einem Burnout in der 6. Klasse merkte ich schnell: So zu lernen, wie es an vielen Schulen passiert, funktioniert für mich nicht. Ich wollte nicht nur Wissen aufnehmen – ich wollte wachsen, ausprobieren, verstehen, etwas bewegen. Ich wollte als Mensch gesehen werden, nicht nur als eine weitere Nummer.

Und genau das habe ich bei Clonlara gefunden. Schon der Gedanke, dass eine Schule wirklich jeden Schüler als Individuum wahrnimmt, seine Stärken erkennt und ihn begleitet, hat mich fasziniert. Hier kann ich lernen, wie ich es brauche: im eigenen Tempo, nach meinen Interessen, mit Unterstützung, aber ohne einengende Grenzen. Seit meinem neunten Lebensjahr ist es mein Traum, Tierärztin zu werden. Also ist es für mich besonders wichtig, dass mein Lernen sinnvoll auf meine Zukunft abgestimmt ist. Clonlara gibt mir die Möglichkeit, mein Transcript (Zeugnis) gezielt so zu gestalten, dass es für die Universitäten, an denen ich mich bewerben werde, optimal ist. Gleichzeitig können andere Schüler handwerkliche Projekte verfolgen, kreativ arbeiten oder völlig eigene Themen entwickeln. Es gibt keinen starren Weg – sondern den Weg, der zu jedem einzelnen Schüler passt.

Clonlara wurde 1967 von Pat Montgomery, Ph.D., und ihrem

Mann Jim gegründet. Der Campus der Schule befindet sich in Ann Arbor, Michigan. Pat hatte selbst in öffentlichen und kirchlichen Schulen unterrichtet und erkannte, dass das klassische Schulsystem die natürliche Entwicklung von Kindern kaum berücksichtigt. Inspiriert von Piaget, der betonte, dass Kinder am besten durch Spielen, Ausprobieren und eigenes Entdecken lernen, wollte sie eine Schule schaffen, in der jeder Schüler im eigenen Tempo lernen kann und als denkendes Individuum ernst genommen wird. Pat wollte eine Schule, die offen ist für Kinder aller Altersstufen, ethnischen Hintergründe und Glaubensrichtungen – und in der eine entspannte, freundliche Atmosphäre herrscht, in der Gemeinschaft, Praxisbezug und familiäre Beteiligung eine zentrale Rolle spielen.

1979 entstand das Off-Campus-Programm, das Clonlaras Bildungsansatz über den Campus hinaus in die Häuser von Familien in den USA und später in zahlreiche andere Länder brachte. 2013 wurde das Online-Programm eingeführt, das Schülern dieselbe Freiheit, Flexibilität und individuelle Begleitung in digitaler Form ermöglicht. Heute unterstützt Clonlara Schüler in über 70 Ländern weltweit und bietet Programme in mehreren Sprachen an. Es ist eine Schule, die international anerkannt ist und die Schüler mit einem vollwertigen Highschool-Abschluss ausstattet – ein Abschluss, der in den USA, Kanada, vielen europäischen Ländern und auch in Südamerika anerkannt wird.



Fotos zur Verfügung gestellt von: Lilibet Ida

Ein zentrales Element des Lernens an Clonlara ist Full Circle Learning. Jedes Projekt, jede Lerneinheit wird in einem Kreis aus zehn Schritten organisiert: Man beginnt mit der Auswahl eines Themas, plant die Vorbereitung, recherchiert, erstellt einen Projektvorschlag und sucht sich einen Mentor – sei es ein Freund, ein Familienmitglied oder ein Coach. Dann folgt die aktive Phase, in der das Projekt umgesetzt wird, ein Bericht wird erstellt, Fotos und Materialien werden im Portfolio hinterlegt, das Projekt wird präsentiert und schließlich reflektiert – sowohl vom Schüler selbst als auch vom Mentor. Ab der Highschool werden Leistungen nach dem amerikanischen Notensystem bewertet. Dieses Konzept kombiniert Selbstständigkeit mit Begleitung: Man lernt, Verantwortung zu übernehmen, eigene Ziele zu setzen, Fortschritte zu dokumentieren und hat dennoch jederzeit jemanden, der unterstützt, Feedback gibt und ermutigt. Besonders beeindruckend finde ich die Rolle der Advisors. Sie helfen, das Lernen so zu strukturieren, dass es den eigenen Interessen entspricht, geben Orientierung bei der Planung von Projekten oder beim Aufbau des Transcripts und sorgen dafür, dass man weder überfordert noch unterfordert ist. Gleichzeitig vermittelt Clonlara ein Gefühl von Gemeinschaft: Auch im Off-Campus-Programm ist man nie allein. Es gibt regelmäßigen Austausch, Treffen und eine inspirierende Community, die einen motiviert und unterstützt. Das gemeinsame Ziel von Clonlara reicht also über Kontinente hinweg.

Für mich persönlich ist Clonlara nicht nur eine Schule, sie ist das Tor zur echten Welt und vermittelt einem Freiheit und Sicherheit zugleich.

Ich habe gelernt, meine eigenen Grenzen zu erkennen, meine Fähigkeiten einzuschätzen und gleichzeitig über mich hinauszuwachsen. Ich kann mich auf meine Interessen konzentrieren, kreativ sein, praxisnah arbeiten und weiß, dass ich dabei nicht alleine gelassen werde. Ich kann entscheiden, wie ich lernen möchte, welche Themen ich vertiefe und wie ich meine Projekte gestalte. Dieses Vertrauen in die eigene Verantwortung und die individuelle Begleitung durch die Schule haben mir geholfen, nicht nur zu lernen, sondern auch zu mir selbst zu finden.

Clonlara ist für mich ein Ort, an dem Fehler machen menschlich ist und kein Verbot. Hier habe ich die Möglichkeit, meinen Traum, Tierärztin zu werden, gezielt zu verfolgen, und gleichzeitig lerne ich, meine Neugier, Kreativität und Eigenverantwortung zu entfalten.

Von der Grundschule über die Mittelstufe bis hin zur Oberstufe zeigt Clonlara, dass Lernen mehr sein kann als Druck und Stillsitzen: Es kann spannend, praxisnah, persönlich und nachhaltig sein, egal in welchem Alter. Und genau das macht Clonlara so besonders.

von Lilibet Ida

Falls du nun Interesse hast und noch mehr über Clonlara lernen möchtest besuche gerne die Webseite:

clonlara.org

„GLÜCK“

GLÜCK – was ist das? Also wie beschreibst Du Glück? Ein Zufall? Ein Zustand der nur selten vorkommt? Ein positives Ereignis mit niedriger Wahrscheinlichkeit? Ein Wunsch? Ein flüchtiges Gefühl?

Und warum wurde uns eingetrichtert, das seltene Dinge/ Ereignisse wie das vierblättrige Kleeblatt und Sternschnuppen Glücksbringer seien?

Ist Glück nicht auch ein Zustand tiefer Lebenszufriedenheit? Ich denke: JA!

Und im selben Moment meldet sich diese leise Stimme des Zweifel und der Prägung mit: „hast Du das verdient?“

Je nach Umfeld meldet sich aber auch die laute Stimme der Gesellschaft mit: „das kann ja gar nicht von Dauer sein! – Irgendwas passiert immer, dass Dich unglücklich machen könnte. Die ganze Zeit glücklich wäre ja auch gar nicht auszuhalten.“ – WIESO? Weil wir sehr gut darin sind, zu funktionieren und die Herausforderungen unseres Lebens zu meistern oder zumindest (psychisch) zu überleben. Aber für einen dauerhaften Zustand der Lebensfreude müssten wir in die Veränderung gehen, was gefühlt herausfordernder ist, als mit dem Alltäglichen zu kämpfen...

Für mich ist dieses Glück im Sinne von “glücklich sein” sehr gut durch Lebensfreude definiert.

Mit Leichtigkeit und Genuss, so wie reines Kinderglück! - Kannst Du Dich daran erinnern? An reines Kinderglück?

Beispiel: Ich bin 3 Jahre alt und steh, in der Küche meiner Oma, pausbackig und mit rotblondem Haar, auf einem Hocker vor ihrem Herd und stibitze mit breitem Grinsen die erste doppelseitig gebratene Dampfnudel aus der Pfanne! Hmhmhmhm.

Unbeschwert, spitzbübisch und überglücklich...

In der Zwischenzeit ist Einiges passiert. Nicht nur das sich meine Haarfarbe geändert hat.

Ich geh zur Schule und lerne so wichtige Dinge wie die Mitternachtsformel – wo ich bis heute drauf warte das mich jemand um Mitternacht weckt und die wissen will. Ich mach meine Schreiner Ausbildung und auf einer spontanen Party verliebe ich mich in meine spätere Ehefrau Karin.

Wir haben eine gute Zeit, bekommen zwei großartige Kinder und bauen ein Haus. Als selbständiger Jungunternehmer habe ich ordentlich zu tun und wir haben ein funktionierendes Familienleben.

Vor allem, weil ich funktioniere. Mein Handballsport ist als Selbständiger zu riskant, die Aktivitäten der alten Clique zu unerwachsen. Spontanität kann ich mir nicht leisten. Ich “ackere”, um die Raten für den Hauskredit aufzubringen und weiter, um auch in Urlaub fahren zu können. Arbeiten – für das Familienleben am Sonntag und im Urlaub...



Bis zu dem Tag, an dem der Arzt mit der Aussage, dass in meiner Frau etwas wächst, was Ihr das Leben kosten wird, unser Leben auf den Kopf stellt.

Wenn Du dastehst und nicht mehr weißt, wo oben und unten ist – was Du deiner Frau sagen sollst, weil Du gedacht hast, Du hast alles im Griff. Keine Ahnung was Du tun sollst, weil es keine Anleitung dafür gibt...wenn Du das Gefühl hast, nie wieder lachen zu können!

Also tue ich was ich bereits kann: ich organisiere, strukturiere und arbeite ab, was anfällt – ich funktioniere. Jahrelang. Auch über den Tag ihrer Trauerfeier hinaus funktioniere ich weiter und kann deshalb gar nicht trauern. Ich stelle mich in den Hintergrund, um für meine Kinder stark zu sein und Alles am Laufen zu halten.

Nicht mehr viel übrig vom Glück!

Wieso Karin? Warum wir? Warum? Und weil ich spüre, dass ich darauf keine Antworten von außen bekomme, sich aber unbedingt etwas ändern muss, weil ich sonst kaputt gehe – beschäftige ich mich mit mir. Lasse mich coachen – was tut mir gut? Warum ticke ich so wie ich ticke? Was will und was brauche ich?

Weil ich erkenne, dass ich nur dann das Erlebte verarbeiten kann; meinen Liebsten nur dann guttun kann, wenn es mir selbst gut geht und meine Speicher voll sind. Glücklich sein gibt’s nicht auf Rezept – glücklich sein entsteht, indem Du Dich für Dich selbst entscheidest.

Du hast hoffentlich noch keinen Schicksalsschlag verdauen müssen... fragst Dich aber dennoch vielleicht manchmal, wo Deine Freude und Leichtigkeit geblieben ist? Ob Du glücklich sein kannst? – Ich weiß, dass Du glücklich sein kannst! Vielleicht weißt Du nicht genau wie – und da ist es gut, wenn Dir jemand einen Impuls gibt und die richtigen Fragen stellt...

Kannst Du dich erinnern, wer Du warst, bevor die Welt Dir erzählt hat, wer Du sein solltest?

Erinner Dich! Was war deine doppelseitig gebratene Dampfnudel? Denn Du trägst bereits **ALLES** in Dir – musst keine neuen Strategien erlernen, sondern Dich lediglich bewußt für **DICH** entscheiden und Dich kennen lernen Denn wenn Du Deine Bedürfnisse kennst, definierst Du Dein Glück selbst und machst Dich dadurch unabhängig vom “Hollywood-kitsch” und “Konsumwahn”. Selbst wenn Dich ein Schicksalsschlag trifft oder ein nicht beeinflussbares Problem vor der Tür steht, kannst Du besser damit umgehen, als in einem fremdbestimmten Bild von Glück.

Verändere deinen Blickwinkel, gehe aus der Komfortzone, überdenke vermeintliche Lebensweisheiten und lern Dich kennen. Viel Freude dabei!

Und bedenke: Glück kannst Du „nur“ im Hier und Jetzt fühlen. Obwohl Du Dir eine schöne Zukunft vorstellen kannst, wirst Du erst in dem Moment darüber glücklich sein können, in dem er Gegenwart ist. Im Umkehrschluss sind die negativen Ereignisse in unserem Leben zu betrachten. Nicht was wir erleben macht uns aus, sondern wie wir empfinden, was wir erleben

von Matthias Erbacher
Happiness and Joy of Life Experte

Sunshine Post Serie: Healthy Aging, Teil 4

Machen wir Fitness nicht unnötig kompliziert:
Wenn du gern Gewichte hebst - heb Gewichte.
Wenn du gerne Rad fährst - heb Gewichte.
Wenn du gerne läufst - heb Gewichte.
Wenn du gern Yoga machst - heb trotzdem Gewichte.
Siehst du? So einfach ist es eigentlich.

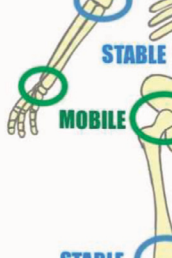
So in etwa können wir die letzte Ausgabe zusammenfassen. Und tatsächlich halte ich Krafttraining für vollkommen unterbewertet. Leider ist das wie immer nur ein Teil der Wahrheit, bzw. in unserem Fall der Gesundheit. Denn diese mit viel Aufwand gut trainierten Muskeln, können dem Körper auch Probleme bereiten. Um dies zu verhindern dürfen wir neuen Aufwand betreiben und uns um die Beweglichkeit kümmern. Kleiner Spoiler: den Aufwand des Muskeltrainings zu sparen, um den Aufwand des Beweglichkeitstrainings gar nicht anfangen zu müssen, ist **KEINE** Lösung.

Zur Veranschaulichung der Zusammenhänge möchte ich auf ein interessantes Modell verweisen, was vom kanadischen Therapeuten Gray Cook und vom amerikanischen Trainer Michael Boyle entwickelt wurde.

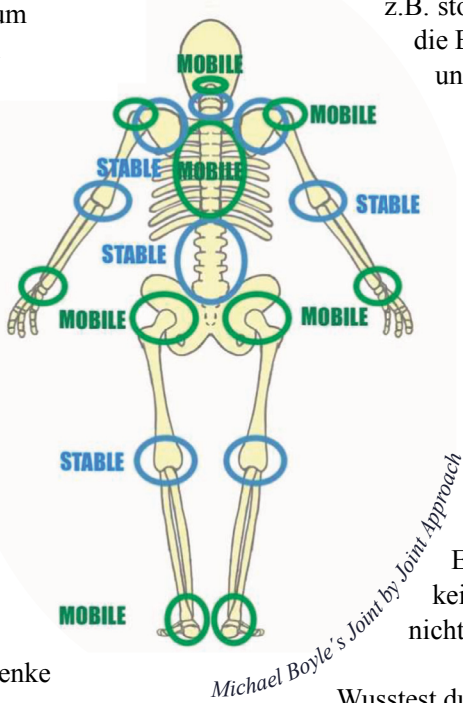
Der Joint-by-Joint-Ansatz (“Gelenk-zu-Gelenk-Ansatz”) konzentriert sich auf das Wechselspiel zwischen Mobilisation und Stabilisation der Gelenke. Die Methode geht davon aus, dass die Gelenke entlang der kinetischen Kette abwechselnd auf Mobilität oder Stabilität spezialisiert sind. Wenn ein Gelenk in dieser „Kette“ nicht einwandfrei funktioniert, kann es in den darunter oder darüber liegenden Gelenken zu Überbelastungen kommen. Daher sollten zum Beispiel bei Kniebeschwerden die Ursachen nicht immer nur im Kniegelenk gesucht, sondern auch die Strukturen darüber und darunter betrachtet werden.

In dieser Grafik sieht man, dass von unten angefangen die Gelenke aufsteigend immer abwechselnde Aufgaben haben.

In der Betrachtung von unten anzufangen ergibt daher Sinn, da dort das Körpergewicht auf den Boden wirkt: beim gehen, stehen, springen, usw. Sehr häufig entstehen Schmerzen in einer Region aufgrund einer Fehlfunktion des benachbarten (meist drunterliegenden) Gelenkes.



Das Diagramm zeigt eine schematische Darstellung der menschlichen kinetischen Kette von der Hand bis zum Fuß. Die Gelenke sind in Paaren markiert: Schulter und Hüfte sind als 'STABLE' (blau) gekennzeichnet, während das Knie und das Handgelenk als 'MOBILE' (grün) gekennzeichnet sind. Dies illustriert das Prinzip des Joint-by-Joint-Ansatzes, bei dem benachbarte Gelenke komplementäre Funktionen von Stabilität und Mobilität übernehmen.



um das Becken wird schwach und unflexibel und analog zu dem Verhältnis Knie-Fussgelenk wird durch eine immobile Hüfte das Problem an die darüberliegende Region abgegeben. So entstehen Rückenschmerzen oft nicht durch einen zu schwachen Rücken, sondern durch ein völlig immobiles Becken. Insbesondere der Hüftbeuger, der den vorderen Oberschenkelknochen mit dem Rumpf verbindet, ist hierbei im Fokus. Durch häufiges, zu langes sitzen, wird dieser Muskel verkürzt und wenn dieser dann nicht explizit gedehnt wird, zieht er dauerhaft das Becken in eine unvorteilhafte Position.

Wenn du also deine Muskeln trainierst und sie aufgrund der fehlenden Dehnung auf Spannung bleiben, ziehen sie die Gelenke förmlich zusammen und verengen den Platz, den die Gelenke für eine wortwörtlich reibungslose Bewegung brauchen. Gespannte, nicht geschmeidige Muskeln sind träge und können dadurch nicht so schnell kontrahieren. Dies ist insbesondere dann ein Problem, wenn man z.B. stolpert. Muskeln die träge sind, können nicht schnell genug die Botschaft zur schnellen Reaktion aus dem Gehirn umsetzen und ein Sturz ist deutlich wahrscheinlicher.

Auf Basis dieser Erkenntnisse muss ich den einleitenden Witz natürlich relativieren. Wenn du gern Gewichte hebst - mach Yoga, wäre die passende Ergänzung.

Ihr merkt so allmählich, dass der Preis für gesundes Altern leider hoch ist. Er kostet viel Zeit und Überwindung, denn schnell wird klar: mit 2 x pro Woche ein bisschen Krafttraining ist es leider nicht getan.

„Das ist für mich vollkommen unrealistisch. Wie soll ich das neben Arbeit und Familie denn schaffen?“

Leider richtig. Es ist sehr schwer, das zu schaffen. Und keine KI kann dir diese harte Arbeit abnehmen. Du musst hingehen, du musst trainieren!

Es ist alles eine Frage deiner Entschlossenheit. Findest du einen Weg, den Aufwand zu betreiben, wirst du wahrscheinlich 100 Jahre alt. So einfach ist das!

Wusstest du, dass füllige Formen über weite Zeiten der Geschichte als Schönheitsideal und Statussymbol galten, da sie Wohlstand und Fruchtbarkeit symbolisierten? Insbesondere die Barockzeit (17. Jahrhundert) ist hier durch die Rubensfiguren bekannt.

Warum war das so? Weil es zu der Zeit schwer war, füllig zu werden. Lebensmittel gab es nicht im Überfluss wie heute und die überwiegend harte körperliche Arbeit verbrauchte massig Kalorien.

Heute ist es schwer, schlank und athletisch zu sein, weil der Kühlschrank immer voll und das nächste Sofa niemals weit ist. Daher ist athletisch sein jetzt attraktiv. Die schweren Dinge im Leben sind sexy, nicht die einfachen. So erklärt sich auch der Trend zu MMA-Sportarten. Das ist verdammt harter Sport. Und harte Dinge tun macht eben attraktiv.

Wenn es für dich weiterhin attraktiv ist, gesund zu altern, weißt du ja nun, was zu tun ist.

Wähle den harten Weg. Investiere in Bewegung, Muskeltraining und Mobility (Beweglichkeit). Die gute Nachricht ist, dass sich dieses Mobility-Training wunderbar integrieren lässt. In deine Krafttrainings, aber auch in den Alltag. Es sind bloß 15 Minuten Mehraufwand bei jedem Training, bzw. 5 Minuten jeden Tag.

Welchen Ärzten du auf dem Weg zu mehr Gesundheit im Alter vertrauen solltest, liest du in der nächsten Ausgabe.

von Clemens Müller

Sunshine State of Mind

Teil 3: Zwischen Palmen und Pickups – Die erste Landung

Mitte Februar in Südwest-Florida. Wir sind nun seit zwei Wochen in Fort Myers bzw. Cape Coral, und auch wenn dies offiziell noch die „Vorbereitungsphase“ vor dem finalen Visum ist, fühlt es sich bereits verdammt richtig an. Der Weg hierher war jedoch alles andere als eine entspannte Reise – er war ein Kraftakt, der uns bis zur letzten Sekunde alles abverlangt hat.

Drama vor dem Fest: Eine Beule und 65 Freunde

Bevor wir das Flugzeug bestiegen, stand unsere große Abschiedsfeier an. Wer schon einmal ausgewandert ist, weiß: Die letzten Tage sind ein hochexplosiver Mix aus Zeitdruck und Emotionen. Zwei Stunden bevor die ersten Gäste eintreffen sollten, passierte es: Unsere Jungs tobten so wild, dass der Jüngere ungebremst gegen eine Wand lief. Das Ergebnis war eine besorgniserregende Beule und eine aufgelöste Mama, die auf direktem Weg ins Krankenhaus fuhr. Wir standen kurz davor, die Party abzusagen.

Erst als die Entwarnung kam – keine Gehirnerschütterung –, konnten wir tief durchatmen. Die Party wurde trotz des Schocks zu einem rauschenden Fest. 65 Freunde, Wegbegleiter und meine gesamte Tennis-Mannschaft kamen zusammen. Es fühlte sich nicht wie ein endgültiger Abschied an, sondern eher wie ein „Auf Wiedersehen auf Zeit“. In Zeiten von Videotelefonie und Sprachnachrichten rückt die Welt zusammen, und wir wissen, dass die Menschen, die uns am Herzen liegen, Teil unseres Lebens bleiben – egal, wie

groß der Ozean dazwischen ist.

Logistik-Tetris und die letzte Flasche Wein

Der norddeutsche Winter verabschiedete uns mit einer Härte, wie wir sie seit 15 Jahren nicht mehr erlebt hatten. Klirrende Kälte und Dunkelheit bildeten die Kulisse für unser finales Pack-Abenteuer. Was bleibt im Haus? Was kommt in den Container? Und was muss in die acht großen Koffer, die uns im Fliegen begleiten? Die Zollbestimmungen für einen Umzug in die USA sind eine Wissenschaft für sich. Dank der Unterstützung durch meine zukünftige Logistik-Partnerfirma der DARIA Group war die Vorarbeit zwar geleistet, aber das eigentliche Packen blieb reine Fleißarbeit.

Am Vorabend des Abflugs saßen wir um 22 Uhr noch mit einer guten Freundin bei einem letzten Glas Wein im Wohnzimmer, während ich den buchstäblich letzten Koffer schloss. Um 3:45 Uhr rollte das Großraumtaxi vor. Mit acht riesigen Koffern, vier Handgepäckstücken und diversen Rucksäcken am Hamburger Flughafen aufzukreuzen, bescherte uns einige schräge Blicke – wir waren definitiv die Schwergewichte am Check-in. Doch alles klappte reibungslos, und nach einem Zwischenstopp in Frankfurt setzten wir am späten Nachmittag in Fort Myers auf.

The American Way of Drive

Bei der Mietwagenstation wurde uns schnell klar: Ein Standard-SUV würde unser Gepäckgebirge niemals fassen.



Es musste ein Pickup her. Lenn, unser Sechsjähriger, durfte aus einer Reihe von fünf Giganten wählen und entschied sich zielsicher für einen RAM Rebel. Das Auto ist so hoch, dass Janine buchstäblich hineinklettern muss. Ein zukünftiger Kollege kommentierte das treffend: „Typisch deutsch – kaum in den USA, muss der American Lifestyle mit dem größtmöglichen Auto gelebt werden.“ Er hat recht. Es fühlt sich einfach gut an.

Nach 28 Stunden ohne Schlaf bezogen wir unser Miethaus. Dank meiner Schwester und meiner Nichte, die uns den Kühlschrank bereits gefüllt hatten, mussten wir uns um nichts mehr kümmern. Wir bauten uns das angekündigte „Bettenlager“ und schliefen das erste Mal unter der subtropischen Nacht Floridas ein. Ok, ehrlich gesagt: Es war in dieser Nacht ungewöhnlich kalt.

Manatees, Super Bowl und deutsches Brot

Das erste Wochenende war direkt ein Sprung ins Gemeinschaftsleben. Unsere zukünftigen Kollegen organisierten eine SUP-Tour, um Manatees zu beobachten. Auch wenn das Wasser an diesem Tag zu trüb war, um die sanften Riesen zu sehen, war die Leichtigkeit auf dem Wasser der perfekte Einstand.

Fotos zur Verfügung gestellt von: Marc Siewert

Am nächsten Abend folgte die Super Bowl Party im Daria Headquarter. Es war die ideale Gelegenheit, in entspannter Atmosphäre zu netzwerken und die Menschen hinter der Community kennenzulernen, mit denen ich bald zusammenarbeiten werde.

Aktuell befinden wir uns in der Sondierungsphase. Wir erkunden die Umgebung, vergleichen Schulen und Kindergärten und bereiten die infrastrukturellen Grundlagen für das mit meiner Geschäftspartnerin und mir zu gründende IT-Unternehmen vor. Es ist eine Zeit des Beobachtens und Lernens. Und ja, eine kleine Anekdote darf nicht fehlen: Der erste Weg führte uns natürlich zu „Daria’s German Bakery“. Kleine Realitätsprüfung nach zwei Wochen Florida: Freiheit? Ja! Große Autos? Unbedingt! Aber beim Brot werden wir zu den typischsten aller Deutschen. Ein ungesüßtes Laib Brot ist für uns der wahre Luxus im Sunshine State.

Die Freiheit und die Freundlichkeit der „Floridians“ vermitteln uns ein Gefühl der Leichtigkeit, das in der Dunkelheit des norddeutschen Winters schwer vorstellbar war. Wir sind angekommen – vorerst. Der richtige Aufbau beginnt bald, aber das Fundament fühlt sich bereits jetzt felsenfest an.

von Marc Siewert

Leserbrief

From Dream to Driveway: Settling Into Retirement in Florida

nur auf Englisch verfügbar

Retirement had always come with a vision: sunshine, slower days, and a home in Florida. When the time finally arrived, we packed our bags, pointed the car south, and after three days on the road, arrived in Cape Coral—ready to begin life as half-year Florida residents, six months at a time.

Our new chapter began in a brand-new construction home, beautiful and full of promise... and completely empty. The only seating available was a pair of folding camping chairs, and at night we slept on an airbed. It wasn't glamorous, but it was ours—and it marked the beginning of turning a house into a home. Furnishing quickly became our first retirement challenge. Priority number one was a proper bed, followed closely by window coverings. From there



Fotos zur Verfügung gestellt von: Christi Klocke

came the small necessities that make daily life functional, then living room furniture. We purchased a gas grill, had it delivered, and proudly assembled it ourselves. A computer desk had to be ordered, shipped, and put together once it arrived. Television sets came last—and surprisingly, we went three full weeks without watching the news and didn't miss it at all.

Of course, hanging the TVs presented its own challenge, especially with a deadline looming: they had to be up in time for the Super Bowl. Little by little, the empty rooms filled. Boxes disappeared. Furniture found its place. And one day, we realized we finally felt at home.

We had imagined warm Florida weather greeting us with open arms. The first few days delivered, with temperatures

in the 80s. Then came the unexpected—cold winds, wind chills dipping to 25 degrees, and even talk of snow in Cape Coral. Who would have thought we'd bring Minnesota weather with us? Still, optimism remains strong. We're looking forward to sunshine returning, afternoons by the pool, and the many adventures waiting for us in Florida. Family and friends are already eager to visit, and we can't wait to share our home—and this new chapter—with them.

Retirement, we're learning, isn't just about where you end up. It's about the journey, the adjustments, and the joy of building something new—one room, one memory, and one sunny day at a time.

by Christi Klocke

Leserbrief

Liebe Direktion Nord, lieber Andreas, liebe Tereza, liebe Gabi,

Es ist schwer, für das, was wir in dieser Woche erleben durften, die richtigen Worte zu finden – und doch kommen sie von ganz tief aus dem Herzen.

Ihr wart für uns mehr als Begleiter. Ihr wart unsere Anstupser, unsere Wegweiser, unsere Mutmacher. Ihr habt uns gezeigt, dass Investieren nicht nur Zahlen bedeutet, sondern Leichtigkeit. Dass finanzielle Freiheit kein ferner Traum ist, sondern ein Weg, den man gehen darf – wenn die richtigen Menschen an der Seite stehen.

Diese Woche in Florida hat uns nicht nur gezeigt, wohin unser Geld fließt, sondern vor allem wohin unser Leben fließen kann. Sie hat uns spüren lassen, was unbegrenzte Freiheit bedeutet.



Fotos zur Verfügung gestellt von: René Mrosek

Freiheit im Denken. Freiheit im Fühlen. Freiheit im Sein.

DARIA hat uns nicht einfach unterhalten – es hat uns bewegt. Tief. Es hat Emotionen geweckt, Energie entfacht und uns gezeigt, dass das Leben hier leichter sein darf. Dass Träume Raum bekommen, wenn man sich traut, sie zu leben.

Und dafür danken wir euch.

Danke, dass ihr uns in die richtige Richtung gelenkt habt.

Danke, dass ihr an uns geglaubt habt.

Danke, dass aus Begegnungen Vertrauen wurde – und aus Vertrauen Freundschaft.

Wir können nicht glücklicher sein, euch zu kennen. Und wir sind unendlich dankbar, diesen Weg mit euch gehen zu dürfen.

Danke für alles.

Von Herzen.

Eure

Karina, René, Eric and Michele

REACH THE HEART OF COMMUNITY WITH THE SUNSHINE POST

DO YOU WANT TO ADVERTISE WITH US?

Whether you're a local business, an event organizer, or a service provider, our readers are your audience.



WHY ADVERTISE WITH US?

- Wide and engaged readership (50.000 issues/month distributed)
- Local newspaper supporting local businesses
- Tailored options for every budget

Get in touch today at advertising@sunshine-post.com and let's create the perfect campaign for your brand!

Die Sunshine Post feiert Meilensteine des Lebens!

Wir feiern Geburtstage, Jahrestage und besondere Momente aus unserer Community!

Wir möchten Menschen feiern, deren besondere Tage uns daran erinnern, warum Meilensteine wichtig sind. Geburtstage, Jahrestage und persönliche Erfolge markieren die Kapitel unserer gemeinsamen Geschichte. Feiern Sie hier mit gemeinsam mit uns, Freunden, Familien, Nachbarn und Kollegen die wichtigen Momente im Leben.

Die Sunshine Post Community wünscht alles Gute zum Geburtstag...

Stefani Osborn
Darius Tukan
Athanasios Ntomaris
Alexander Stolz
Axel Bladeck
Julia Frei
Ralf Stachowiak
Shannon Mileur
Joachim Herrmann Matthes

Und ganz besondere Glückwünsche an:

Melina Schmelter
Katharina Kaufmann
Anja Cäcil Terbrüggen
Judith Wittmann
David Odenthal
Jennifer Hagemeister
Alexander Siegel
Daria Rahlf
Andre Bretzke

Möchten Sie jemandem Besonderen gratulieren?

Senden Sie uns Ihre Anfrage an

info@sunshine-post.com

Betreff: "Celebrating Life"

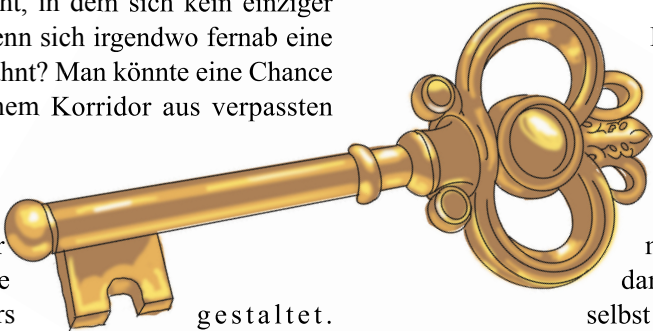
Karikatur des Monats: März

Die Illusion der offenen Tür

Wir alle kennen das tröstliche Klischee: „Wenn sich eine Tür schließt, öffnet sich eine andere.“ Ein Satz, der Hoffnung schenken soll – doch haben Sie ihn je hinterfragt? Was, wenn keine weitere Tür aufgeht? Was, wenn man in einem kalten, stillen Flur steht, in dem sich kein einziger Griff rühren lässt? Und noch schlimmer: Was, wenn sich irgendwo fernab eine Tür öffnet, von deren Existenz man nicht einmal ahnt? Man könnte eine Chance verpassen, die man nie kannte, gefangen in einem Korridor aus verpassten Gelegenheiten.

Ich betrachte diese Metapher inzwischen anders, vielleicht ehrlicher. Ich sehe keinen einzelnen Flur mit nur einer Öffnung. Stattdessen sehe ich endlose Gänge voller verschlossener Türen. Jede ist anders gestaltet. Einige leuchten in modernen Farben, andere tragen die verwitterte Textur des Alters. Manche wirken einladend neu, während andere die schwere Last tausender ungehörter Geschichten zu tragen scheinen. Doch eines ist sicher: Jede Tür ist ein eigenes Rätsel, und niemand – weder Mentoren noch Gleichaltrige – kann mit Gewissheit sagen, wohin sie führen.

Das Ziel eines erfüllten Lebens ist nicht, wahllos nach jeder Chance zu greifen oder ziellos durch jede Tür zu schlendern, die zufällig unverschlossen ist. Das ist kein Fortschritt; das ist bloßes Umherirren.



Die wahre Herausforderung besteht darin, nicht länger auf ein Wunder zu warten, sondern gezielt nach dem Schlüssel zu suchen, der einen durch die richtige Tür führt.

In einer Welt voller Lärm ist das Wichtigste, woran man sich erinnern sollte: Eine Tür gehört einem nur dann wirklich, wenn man diejenige Person ist, die sie selbst erwählt. Erfolg hat nicht nur – oder vielleicht sogar gar nicht – mit Glück zu tun; es geht um Absicht.

Denn am Ende sind es nur die eigenen, bewussten Handlungen, durch die aus einem einfachen Pfad schließlich der eigene Weg wird.

von Emilia Fürst



Von Emilia Fürst, Sunshine Post Editorial Team

DARIA

dreams come easy



INVEST IN YOUR DREAMS

