

Kielerleben

PASTA & PASSENDER VINO

Mediterrane Nudelsalate mit frischer Begleitung

ENTDECKE ECKERNFÖRDE

Komm mit auf Erkundungstour in das idyllische Ostseebad



Sommererleben

Cooler Beats am Bootshafen, White Night in der Holtenauer & mehr: Diese Events stehen jetzt oben auf der To-do-Liste!

Unsere Kundenbewertungen:
EXCELLENT* (4,9 von 5,0)
für Immobilienverkäufe



*Rückmeldungen unserer Immobilienverkäufer der
vergangenen 18 Monate auf immobilenscout24.de



Neuer Heimathafen?

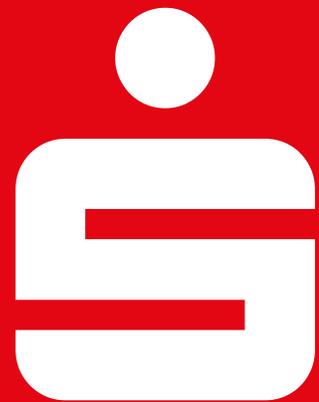
**Wir verkaufen
Ihre Immobilie in Kiel
und Umgebung.**

* erfahren * kompetent * leidenschaftlich

Wir freuen uns auf Sie!

Immobilienvermittlung Linda Elliott
0431 592-3888
immobilien@foerde-sparkasse.de

Im Auftrag der LBS Immobilien GmbH



Förde Sparkasse



Welche Laufzeit hat ein Dromedarlehen?

Wir beantworten auch ungewöhnliche Fragen rund um Ihre Baufinanzierung.

Persönliche Budgetberatung:
Jetzt Termin vereinbaren!



Ihre Finanzierungsberater vor Ort



Holger Paasch
Dipl.-Betriebswirt (FH)



Oliver Arp

Holstenstraße 14-16
24103 Kiel

T 0431 / 640 828 20
Kiel-baufi@drklein.de
www.drklein.de

DR. KLEIN

Die Partner für Ihre Finanzen.

Die KIELerleben-Crew:

v. li.: Sebastian, Anne, Gesa, Kathrin W., Malin, Jörg, Kathrin M., Finja, Claudia, Frank, Marleen, Lennart, Mirjam, Kristina und Mona



LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

voilà, der Juli ist da! Lange Tage, laue Nächte – es ist Hochsommer im Norden! Schwimmen, sonnenbaden, segeln, surfen, SUPen, Eis essen, Beeren pflücken, grillen, radeln, Kanu fahren ... diesen Monat steht so einiges auf unserer To-do-Liste. Und auch im Kalender sind schon manche Termine rot markiert: Vom 14. bis 16. Juli trifft regionaler Käse wieder auf spritzigen Wein aus Süddeutschland und lädt vor maritimer Kulisse am Bootshafen – untermalt von Live-Musik – zum Schlemmen, Schnacken und Schwofen ein. Ebenfalls auf unserem Plan steht der Lighthouse Swim Open Water Kiel, der dieses Jahr bereits zum dritten Mal stattfindet. Am 8. Juli schwimmen mehr als 100 Sportler*innen im Rahmen der Städtepartnerschaft mit San Francisco von Schilksee bis zum Friedrichsorter Leuchtturm oder zum Segelcamp an der Kiellinie

quer durch die Kieler Förde. Damit setzen sie ein Zeichen für die Erhaltung des einzigartigen Lebensraums, der Kiel für Einheimische und Tourist*innen so besonders macht. Für alle Landratten gibt es ein buntes Rahmenprogramm auf der Reventlouwiese zum Thema Meeresschutz – mit Live-Übertragung, Infoständen und lecker Essen aus der Region. Noch mehr Veranstaltungstipps, Ideen für einen Ausflug nach Eckernförde, frische Förde-News und mediterrane Pasta-Rezepte mit dem dazu passenden Vino findest du in dieser Ausgabe.

Genieß' den nordischen Sommer!

*Deine Kathrin Wesselmann und
die KIELerleben-Crew*

Danke, dass du bei uns warst!

Wir erinnern uns gern an unsere liebe Kollegin Claudia Horn, die stets einen lustigen Spruch auf den Lippen hatte und uns mit ihrem leckeren Muxaller Cider das eine oder andere Fest versüßt hat. Wir vermissen ihre fröhliche Art und werden sie immer in guter Erinnerung behalten. Claudia ist im Mai verstorben.





10
Tadaaa! Das neue Sylt-Fräulein-Magazin ist da! Vollgepackt mit Tipps für Inselfans!



22
Ausflugstipps für Eckernförde-Erlebnisse



07
Käse trifft Wein: Genuss garantiert



34
Am 9. Juli lädt die Wik zum bunten Stadtteilst



30
„Förderfrauen“ im Fokus



66
Pasta + Vino = Amore

SOMMER ERLEBEN

Käse, Vino, Lighthouse Swim & viel Meer	7
Das neue Sylt-Fräulein-Magazin ist da!	10
White Night in der Holtenauer	18
Erkundungstour durch Eckernförde	22

STADTGESCHEHEN

Igers Kiel	28
Inspiriende Frauen aus Kiel und Umgebung	30
Holstenfleet: Preisverdächtig	32
Miteinander füreinander: Stadtteilstfest in der Wik	34

ARBEIT & AUSBILDUNG

Neues und Spannendes rund um die Arbeit	36
---	----

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

So sparst du weiterhin Energie	45
Aktuelle Lage: mieten oder kaufen?	50

MODE & BEAUTY

Sommertrends und Beautyhighlights	54
-----------------------------------	----

GESUNDHEIT & WELLNESS

Das tut uns im Sommer gut	60
---------------------------	----

HUNGER & DURST

Rezepte: Pastasalate mit passendem Wein	66
Neues aus Kiels Gastroszene	71

KULTUR & UNTERHALTUNG

Buchtipps für einen wohligen Sommer	74
Bühne & Ausstellungen & mehr	75

JEDEN MONAT DABEI

Editorial	3
Impressum	82

SEEBAR

DÜSTERNBROOK



SOMMER SPECIAL

20.7. / 10.8. / 24.08. / 07.09. START 19.00 HR

DJ-SETS VARIOUS ARTISTS

Sommererleben

Summer in die City: Heiße Beats und coole Klänge erwarten dich beim Bootshafensommer, Leckerer für den Gaumen gibts bei „Käse trifft Wein“ und ein erfrischendes Event sorgt für Trubel in der Förde und drumherum: der Lighthouse Swim. Doch das ist natürlich nicht alles. Voilà – der Juli ist da!



REGIONALER KÄSE UND SÜDDEUTSCHER WEIN

Schleswig-Holstein ist ein Käseland. Ob vom Schaf, der Kuh oder Ziege – die Sortenvielfalt unseres Landes kann sich sehen lassen. Mehr als 100 Käsesorten, konventionell oder nach Bioland- beziehungsweise Demeterrichtlinien hergestellt, werden von den über 30 handwerklichen Käsereien der KäseStraße produziert, die sich auch im internationalen Vergleich sehen lassen können. Bei „Käse trifft Wein“ kann man die Erzeugnisse des Vereins – ausgezeichnet mit dem Gütezeichen „Geprüfte Qualität Schleswig-Holstein“ der Landwirtschaftskammer – probieren und sich fachkundig beraten lassen. Ausgewählte Rot-, Rosé- und Weißweine aus verschiedenen Weinanbaugebieten Süddeutschlands sorgen für abwechslungsreiche Geschmackskombinationen, erstmalig dabei ist auch das nördlichste Weingut Deutschlands Gut Deutsch-Nienhof aus dem Naturpark Westensee. Dazu gibt es täglich Live-Musik vor maritimer Kulisse – eine kulinarische Genussmeile der besonderen Art!

Käse trifft Wein

14. bis 16. Juli, Kieler Bootshafen

Öffnungszeiten: Freitag: 14 bis 23 Uhr, Samstag: 11 bis 23 Uhr, Sonntag: 11 bis 18 Uhr (Die Käsereien sind am Freitag und Samstag bis 22 Uhr geöffnet)

Fotos: Kiel-Marketing



KÄSE- UND WEINVERKOSTUNG

Zusammen mit deutschen Weinen, frischem Brot aus der Kieler Bäckerei Restez! und traditioneller Sauerrahmbutter kannst du spannende Käsesorten aus der KäseStraße Schleswig-Holstein kosten und von der zertifizierten Käsesommelière Petra Schweim sowie der Käseaffineurin Cindy Jahnke alles über die Herstellung und Reifung von Käse sowie über die KäseStraße erfahren. Ausgewählte Winzer*innen geben Einblicke in die Welt der Weine. **Fr & Sa 16.30-18 Uhr | Sa & So 12-13.30 Uhr** Buchung unter <https://kiel-sailing-city.de/kaesetrifftwein>



Käse trifft Wein

am

BOOTSHAFEN KIEL

 **KäseStraße**
SCHLESWIG-HOLSTEIN

14.–16. Juli

Öffnungszeiten

Freitag 14 – 23 Uhr, Samstag 11 – 23 Uhr, Sonntag 11 – 18 Uhr

Kiel.
Kiel
Sailing.City.

Tickets zur Wein- & Käseverkostung:
www.kiel-sailing-city.de/kaesetrifftwein

Kielerleben PRÄSENTIERT

LIGHTHOUSE SWIM

*Am 8. Juli findet der dritte Lighthouse Swim Open Water Kiel statt. Bereits jetzt haben sich mehr als 100 Sportler*innen zu dem Event in der Förde angemeldet. Gemeinsam schwimmen sie nicht um die Wette, sondern für den Meeresschutz.*



Die Teilnehmer*innen des Freiwasserschwimmerevents Lighthouse Swim setzen ein Zeichen für die Erhaltung des einzigartigen Lebensraums, der Kiel für Einheimische und Tourist*innen so besonders macht. Initiiert wurde das Projekt, das in diesem Jahr bereits zum dritten Mal stattfindet, vom Verein The Bay Areas e. V., Kiel-Marketing sowie Schwimmer*innen aus Kiel und San Francisco im Rahmen der Städtepartnerschaft.

14 Kilometer für den „Beach-Track“ oder vier Kilometer für den „Fjord-Track“ schwimmen die Sportler*innen von Schilksee bis zum Friedrichsorter Leuchtturm oder zum Segelcamp quer durch die Kieler Förde. Dabei erleben sie hautnah, wie sich die Quallen mit steigender Wassertemperatur an der Oberfläche tummeln und ob Plastikteilchen das Wasser trüben. Wer könnte somit authentischer auf die Verschmutzung der Meere und die damit verbundenen Gefahren für unseren Planeten aufmerksam machen? Für alle Landratten gibt es ein Rahmenprogramm auf der Reventlou-Wiese mit Live-Übertragung, Infoständen zum Thema Meeresschutz sowie leckerem Food- und Getränkeangebot aus der Region.

DU WILLST MITMACHEN?

Schwimmer*innen können sich unter www.lighthouse-swim.de anmelden. Außerdem werden noch geübte Paddler*innen für die Begleitung und Absicherung der Strecke gesucht. Hierzu kannst du dich auch auf der Event-Homepage registrieren.

Weitere Infos gibt es unter www.lighthouse-swim.de

OPENING-EVENT

Das diesjährige Lighthouse Swim Open Water Kiel Event wird mit einem ganz besonderen Highlight eröffnet: Im Zeichen der lebendigen Städtepartnerschaft zwischen Kiel und San Francisco und des Meeresschutzes vereinen sich die Partnerprojekte Lighthouse Swim Kiel und Lighthouse Swim San Francisco, das CINEMARE Meeresfilmfestival sowie das Intl. Ocean Film Festival San Francisco in einer Veranstaltung. The Bay Areas und CINEMARE Meeresfilmfestival präsentieren den Kinofilm „Cold Refuge“. Er handelt vom Freiwasserschwimmen in San Francisco und den damit verbundenen physischen, psychischen und spirituellen Aspekten des völligen Eintauchens in die Natur. Neben den Geschichten der Schwimmenden bilden Meeressäuger, Vögel, Kunstwerke und eine Vielzahl von Schauplätzen im offenen Wasser eine visuelle Meditation darüber, was es bedeutet, unserer abstrakten digitalen Welt zu entfliehen und sich auf das zu besinnen, was wirklich ist. Judy Irving, Sundance- und Emmy-Preisträgerin sowie Produzentin von „Cold Refuge“, ist nicht nur Mitglied im befreundeten Southend Rowing Club San Francisco, sondern auch aktive Teilnehmerin beim Lighthouse Swim.

Tickets für die Veranstaltung am 7. Juli kannst du unter www.metrokino-kiel.de für einen symbolischen Euro erwerben.



LEINEN LOS!

Die Saison im Segelcamp powered by Stadtwerke Kiel nimmt wieder Fahrt auf.

Das Segelcamp an der Kiellinie lädt mit verschiedenen Schnuppersegelangeboten zum Mitmachen ein. Im Herzen der maritimen Landeshauptstadt kommen so Klein und Groß auf den Geschmack, den Spaß am Segeln zu entdecken oder alte Kenntnisse in lockerer Atmosphäre wieder aufzufrischen. Im Segelcamp wird auf Optimisten, O'pen SKIFFs, Jollen, kleinen Segelyachten und Kuttern gesegelt. Seit letztem Jahr bietet das Segelcamp auch einen SUP-Verleih an, um den Gästen erneut eine spannende Facette der Förde zu präsentieren und auch an Land gibt es einiges zu erleben: Beachvolleyballfelder, kostenlose Geschicklichkeitsspiele, ein Segelsimulator, ferngesteuerte Segelmodellboote und ein Badesteg direkt an der Kieler Förde warten auf ihren Einsatz. Bei „MOBY“ findest du ein leckeres Angebot an kreativen Fischgerichten und weitere Köstlichkeiten aus

der Region. Die Landeshauptstadt Kiel präsentiert das Segelcamp, ein Gemeinschaftsprojekt der Kiel-Marketing GmbH und der Stadtwerke Kiel AG. Es hat zum Ziel, Kinder und Jugendliche mit dem Segelsport in Kontakt zu bringen. Zudem werden wichtige Werte wie Teamgeist, soziale Kompetenz, Kommunikation erlebbar und das Naturerlebnis sowie Umweltverständnis gestärkt. Dieses bundesweit einmalige Projekt wird von der Wirtschaft, von den Medien und von vielen Organisationen positiv begleitet. Das Camp ist unter Tel.: 0431 / 240 00 70 zu erreichen.

www.segelcamp-kiel.de
www.facebook.com/segelcamp
www.instagram.com/segelcamp.kiel

Foto: Kiel-Marketing

Kiel.
Kiel

Sailing. City.

SEGELCAMP

powered by **STADTWERKE KIEL** 24/7

LEINEN LOS AUF DER KIELER FÖRDE!

Segeln für Groß und Klein, direkt an der Kiellinie/Reventlowwiese.

Vielen Dank an die Partner des Segelcamps.



Veranstalter
Kiel-Marketing

kiel-sailing-city.de
segelcamp-kiel.de

Scan mich! Für mehr
Infos und Anmeldung



DEIN SOMMER- BEGLEITER FÜR SYLT

Die lang ersehnte vierte Ausgabe meines großen Sylt Fräulein Magazins lädt dich mit inspirierenden Geschichten, praktischen Tipps und den schönsten Seiten der Insel dazu ein, den Sommer auf Sylt in vollen Zügen zu genießen.

Es ist wieder so weit: Die große und nun schon vierte Sylt-Fräulein-Sommerausgabe ist da! Viele fragen mich, ob mir bei dieser kleinen Insel nicht langsam die Themen ausgehen. Aber weißt du was? Sylt hat so viel zu erzählen, dass mein Kopf vor neuen Ideen nur so übersprudelt. Das liegt vor allem an den faszinierenden Persönlichkeiten, die der Insel ihr unverwechselbares Gesicht geben. In meinem Magazin lernst du einige von ihnen näher kennen. Es liegt aber auch an der lebendigen Gastro-Szene, aus der ich dir eine Auswahl alter und neuer Lieblingsadressen zusammengestellt habe. Mein Highlight: Ich durfte mit Sternekoch Felix Gabel ein Fischbrötchen kreieren!

BYE BYE PLASTIK

Gar nicht oft genug erwähnen kann ich die engagierten Vereine und gemeinnützigen Organisationen, die sich für den Erhalt der atemberaubenden Natur einsetzen. Ein besonderer Fokus liegt diesmal auf der wertvollen Arbeit von Bye Bye Plastik. Denn es ist mir ein Anliegen, andere dazu zu motivieren, achtsamer mit der sensiblen Flora und Fauna umzugehen und auch im Urlaub nachhaltigere Entscheidungen zu treffen. Außerdem erwartet dich ein bunter Strauß an Inspirationen und Geheimtipps für besondere Erlebnisse – ob bei einer spaßigen E-Roller-Tour oder in der entspannten Atmosphäre einer Strandsauna. Lass dich also mitreißen von unseren liebevoll ausgewählten Geschichten und Bildern, spüre den Sand zwischen deinen Zehen, den Wind in deinen Haaren und das Salz auf deiner Haut, während du Seite um Seite umblättest. Ich wünsche dir viel Freude dabei!



Seit 2018 ist Finja in der Rolle des Sylt Fräuleins jeden Monat auf der Insel unterwegs. Dieses Jahr erscheint bereits die vierte Ausgabe des Magazins



Auf fast 200 Seiten gibt es jede Menge Inspirationen für einen unvergesslichen Sommer auf Sylt

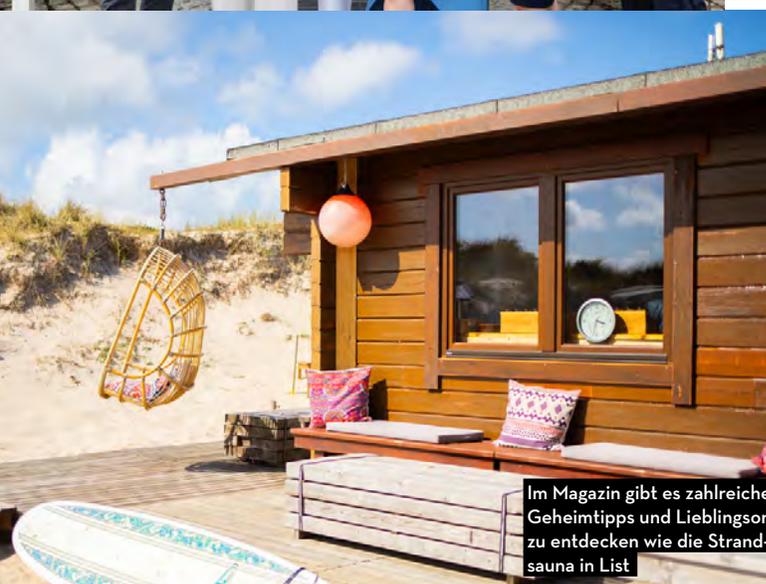


Finjas Traum wurde wahr: Sie hat ein Fischbrötchen mit Sternekoch Felix Gabel kreiert!

Fotos: Sina Hoyer, Kathrin Knoll (1)



Am 19. Juni auf dem Magazin Release-Event übergab Finja den Spendenscheck an das Team von Bye Bye Plastik



Im Magazin gibt es zahlreiche Geheimtipps und Lieblingsorte zu entdecken wie die Strand-sauna in List



Inselschnauze Charles verrät seine Tipps für vierbeinige Sylt-Fans

SYLT FRÄULEIN SPENDET 15.000 EURO

Das Medienhaus falkemedia, bei dem auch das Sylt Fräulein Magazin erscheint, spendet in diesem Jahr einen Teil der Einnahmen aus ausgewählten Projekten an Bye Bye Plastik. So haben die 18 Betriebe aus meinem Gastro-Guide zum Herausnehmen jeweils einen Betrag zur Verfügung gestellt, den die Nord-Ostsee Sparkasse freundlicherweise um 1.500 Euro aufgestockt hat. Am 19. Juni, auf meiner Magazin-Release-Party, habe ich den Spendenscheck über insgesamt 15.000 Euro an das Team der gemeinnützigen Organisation überreicht.



DAS NEUE SYLT FRÄULEIN MAGAZIN IST HIER ERHÄLTLICH:

In der KIElerleben-Redaktion am **Exerzierplatz 3** oder im Onlineshop unter **shop.syltfräulein.de** zum Preis von 9,90 Euro. Hier kannst du jetzt auch ein Jahres-Abo abschließen, das neben der großen Sommerausgabe drei weitere Jahreszeitenguides für Frühling, Herbst und Winter sowie eine tolle Prämie beinhaltet.



- Praktischer **Gastro-Guide** zum Herausnehmen
- Drei einzigartige **Sylt-Poster** zum Einrahmen
- Umfangreiches **Hotel-Spezial für ganz Deutschland, Österreich und die Schweiz**
- **XXL-Gewinnspiel!** Gewinne eine Gourmet-Woche auf Sylt im Wert von mehr als 3.000 Euro!

LIVE-MUSIK VOR MARITIMER KULISSE

Vom 21. Juli bis zum 27. August findet im Herzen der Kieler Innenstadt der 15. Bootshafensommer statt. An sechs Wochenenden kannst du dich immer freitags und samstags zwischen 15 und 22 Uhr auf vielfältige Live-Musik sowie verschiedene Thementage freuen.

Künstler*innen aus den verschiedensten Genres von Punk über Klassik bis Reggae liefern vor maritimer Kulisse für jeden Geschmack den Soundtrack zum Sommer. Die Veranstalter*innen von Kiel-Marketing legen viel Wert auf ein breit gefächertes Musikangebot – und ermöglichen sowohl Kieler Newcomer*innen als auch überregional bekannten Acts eine Bühne in einzigartiger Lage. Die Gastpartner*innen Dean&David, Cup&Cino, Forstbaumschule und viele mehr verwöhnen die Gäste mit kulinarischen Köstlichkeiten und sommerlichen Kaltgetränken.

Was es hier noch zu erleben gibt, erfährst du unter www.kiel-sailing-city.de/bootshafensommer.



Foto: Kiel-Marketing

GENIESST DEN SOMMER!

Hier kommt euer Sommer-Reiseführer für Schleswig-Holstein und Hamburg!

Liebe Familien, packt eure sieben Sachen und kommt mit an Bord: Die neue Ausgabe „Tipps für Kids“ ist am 19. Juni erschienen! Mit diesem Heft stechen wir in See und begeben uns auf eine Reise durch den wahren Norden – genauer gesagt durch Schleswig-Holstein und Hamburg. Vielleicht treffen wir vor Sylt sogar auf ein Schiff voller kleiner Pirat*innen.

weilig! In Hamburg trifft ihr Ernie, Bert, Elmo und das Krümelmonster, in Grömitz skatet ihr mit anderen Kids um die Wette, in Kiel nehmt ihr euer Innerstes unter die Lupe und in Schleswig lernt ihr (fast) echte Wikinger kennen. Außerdem stellen wir euch lustige Spiele, fesselnde Bücher, die besten Adressen rund um die gesunde Förderung der Lütten und vieles mehr vor.

DAS IST DRIN

In dieser Ausgabe stellen wir euch wieder zahlreiche Ausflugstipps vor, die sich perfekt für Familien mit Kids bis circa 14 Jahren eignen. Von magischen Museen über atemberaubende Aktivitäten bis hin zu Naturerlebnissen an der frischen Luft haben wir ein buntes Sammelsurium zusammengestellt, das euch in die verschiedenen Himmelsrichtungen führt. So wird der Sommer bestimmt nicht lang-

HER DAMIT!

Das Magazin erhaltet ihr an zahlreichen Auslegestellen in Schleswig-Holstein und Hamburg, bei uns am Exerzierplatz 3 in Kiel und natürlich könnt ihr es auch online von unterwegs lesen: www.tippsfuerkids.de. Wollt ihr noch mehr Tipps bekommen? Dann schaut mal bei unserem Instagram-Account [@tipps.fuer.kids](https://www.instagram.com/tipps.fuer.kids) vorbei. Viel Spaß und genießt den Sommer!



Foto: Getty Images



FESTIVAL AUF DEM BAUERNHOF

Du magst gute handgemachte Livemusik, familiären Charme und Urlaub auf dem Bauernhof? Dann wirst du das **Angeliter Open-Air Taarstedt** richtig genießen können. Am 18. und 19. August hörst du DAD, Pennywise, The Real McKenzies, Dritte Wahl und viele mehr auf dem Festival im rustikalen Ambiente des malerischen Dreiseitenhofes. Außerdem dabei sind Tequila and the Sunrise Gang, Montreal und Mac Piet. Dazu gibt es nette Menschen, kühle Getränke und regionale Köstlichkeiten. Tickets, Infos zum Camping und das gesamte Line-up findest du unter www.angeliter-openair.de.

18. + 19. August • Taarstedt

SONNE, MUSIK & FESTIVALVIBES

Das lala Festival ist ein Kunst- und Kulturfestival, das vom Verein lala e. V. mitten in Schleswig-Holstein veranstaltet wird. Seit 2014 pilgern Freund*innen von guter Musik im Sommer in die kleine Gemeinde Negeharrie. Das Gut Ovendorf verwandelt sich dann für drei Tage in einen bunten Ort voller Freude, Achtsamkeit und Liebe. In diesem Jahr lädt das lala Festival vom 20. bis zum 23. Juli 2023 zum Tanz unter dem Sternenhimmel ein: die Füße im Sandstrand, in der Hand ein Cocktail oder zwei. Und auch drinnen gibt es viele tolle Bühnen zu entdecken!

lala Festival, 20. bis 23. Juli, Gut Ovendorf



45 JAHRE PASSAGE-KONTOR

Ein Reisebüro als Familienunternehmen und das schon seit 45 Jahren – das **Passage-Kontor** hat allen Grund zu feiern. „Den Erfolg und unser Bestehen über so viele Jahre verdanken wir, neben all unserer Leidenschaft für das Reisen, in erster Linie unseren Kund*innen“, blickt Chefin Bettina Zwickler stolz zurück. „Das Vertrauen, die Empfehlungen, die Treue, auch Anregungen, haben uns über all die Jahre wachsen lassen.“ Vom Telefon mit Wählscheibe, Schreibmaschine und Fax, hin zur Erreichbarkeit auf allen Kanälen, ohne den persönlichen Kontakt zu verlieren: ein spannender Weg. Heute sind es der Urlaubsfinder auf der Website, E-Mail oder Telefon, sogar WhatsApp – Buchen ist überall möglich.



Die persönlichen Beratungsgespräche im Büro in Schwentinental finden seit zwei Jahren mit Terminvereinbarung statt, ein sehr gern angenommener Service.

Zur Erfolgsgeschichte gehört das umfassende Zusatzangebot: Das Team ist als Kreuzfahrtingenieurin bekannt, veranstaltet maßgeschneiderte sowie begleitete Gruppenreisen (z. B. Südafrika, Kuba, Weihnachtsmärkte, Yacht- und Eventreisen) und bildet sich stetig weiter. Eines bleibt: die Leidenschaft für das Reisen und zum Entdecken der Welt.

Passage-Kontor

Bahnhofstraße 32, Schwentinental

Tel.: 04307 / 66 00

WhatsApp: 0174 / 770 66 00

www.passage-kontor.de



Foto: Förde Fräulein

MEE(H)R ALS NUR STRAND ...

Die Kieler Strände gehören zum Sommerprogramm einfach dazu. Auch abseits der sandigen Küstenstreifen hat Kiel eine Menge für Meerliebhaber*innen zu bieten. Ein Ausflug in den Stadtteil Holtenau, genauer gesagt zum historischen Tiessenkai, bringt seinen ganz eigenen maritimen Charme mit sich. Das Schiffercafé winkt mit leckerem Kuchen und herrlichem Frühstück in traumhaftem Ambiente. Bei einem Spaziergang kannst du entzückende Seemannshäuschen, das traditionelle Packhaus und den Leuchtturm bestaunen. Eine willkommene Abkühlung bietet die schöne Seebadeanstalt vor Ort. Über die Strandstraße gelangst du auf das MFG-5-Gelände, ein weitläufiges, grünes Areal, das direkten Meerblick und Platz zum Entspannen, Skaten, Radfahren und Inlinern bietet. Ein Feierabendgetränk gönnst du dir in einem der Strandkörbe auf der Terrasse des Fördeblicks.

E-BIKE-SPASS & KANAL-IDYLLE

Wir haben hier in Schleswig-Holstein so schöne Radstrecken und jetzt, wo der Sommer endlich da ist, nimmt Redakteurin Finja dich bei strahlendem Sonnenschein mit auf eine wunderbare Radtour entlang des Nord-Ostsee-Kanals.

Der heimliche Star der Tour ist der Kollege hier: das Townie Commute Go! 5i der Marke Electra (ab 2.799 Euro) aus dem Kieler E-Bike-Store Küstenrad – für entspannte, aber dennoch sportliche Ausflüge auf zwei Rädern ideal, und auch für den alltäglichen Weg zur Uni, Arbeit und Co. ein richtig toller Wegbegleiter. Da du auf dem Bike eine aufrechte Sitzposition hast und on top auch noch auf einem stoßgedämpften Sattel sitzt, ist es super bequem und je nach Strecke und Fahrstil kannst du ganz easy verschiedene Unterstützungsstufen einstellen – von Eco über Tour bis hin zu Turbo!



Redakteurin Finja on tour

**E-BIKE
DES MONATS**
Das Townie
Commute Go! 5i
der Marke Electra
präsentiert vom
E-Bike Store
Küstenrad Kiel



Das schicke E-Bike ist ab 2.799 Euro erhältlich – ein echter Preis-Leistungs-Knaller!

VOLLER BAUCH, VOLLES HERZ & VOLLGAS

Auch wenn Finja dank des 250 Watt-starken Bosch-Motors weit davon entfernt ist, aus der Puste zu sein, freut sie sich dennoch sehr, als sie beim Obstcafé Warleberg ankommt und sich eine kleine Pause gönnt. Erdbeerkuchen und Kanalblick sind doch wirklich eine unschlagbare Kombi, nicht wahr? Zum Glück kann Finja sich ganz ihrer süßen Stärkung widmen und muss sich währenddessen keine Sorgen um ihr E-Bike machen: Das lässt sich nämlich dank des Rahmenschlusses total unkompliziert abschließen und das integrierte Lenkradschloss sorgt dafür, dass der Lenker nicht nach links oder rechts kippt und so gut wie jedem Untergrund einen festen Stand hat – auch auf einem Obsthang!



Radtour, Erdbeerkuchen und Kanalblick: Was will man mehr?

SCHAU VORBEI IM KÜSTENRAD E-BIKE STORE

Wir können dir auf jeden Fall empfehlen, unbedingt auch mal den Kanal und seine wunderschönen Radstrecken unsicher zu machen. Und noch viel mehr empfehlen wir dir einen Besuch im Küstenrad E-Bike Store Kiel, um die schicken Modelle von Electra selbst mal auszuchecken. Buche dir ganz unkompliziert und unverbindlich deinen Termin auf www.kuestenrad.de, lasse dich ohne Wartezeit von der kompeten-

ten Küstenrad-Crew beraten und teste die Bikes vor Ort. Das Team nimmt sich immer genügend Zeit für dich und ist sich sicher: Beim Küstenrad wird jede*r fündig!

Küstenrad E-Bike Store Kiel
Bahnhofstraße 37, Kiel
Tel.: 0431 / 58 09 11 40
www.kuestenrad.de
Instagram: @kuestenrad

HOF ANSGARIUS
* Café * Garten * Saal * Ausstellung *

Selbstgebackene Torten, Waffeln, Eisbecher im Garten genossen
Cafézeit: Jeden Sonntag 13-18 Uhr

Mont. 17.07. 15 - 18 Uhr „Blauer Montag“ in der Natur
Rundgang, Rituale, Entspannung und Kaffeepause € 30,-

Dienst. 1.08. 20 - 23 Uhr „Vollmond im Wald“
Magic Moments, Feuer, Krafttierreise, Imbiss € 30,-
- Bitte mit Anmeldung -

Familienfeiern bis 120 Pers. täglich nach Absprache
Fam. Fölster - Am Wallberg 2 - 24616 Willenscharen
Tel. 04324 1070 www.hofansgarius.de



Die Händler- und Handwerker*innen präsentieren auf dem Sommermarkt ihre Waren und fertigen diese auch vor Ort



Für die ganze Familie bietet der Sommermarkt in Haithabu spannende Entdeckungen und Erlebnisse

HIER PULSIERT DAS
WIKINGERZEITLICHE LEBEN

DER SOMMERMARKT IN HAITHABU

*Auch in diesem Jahr findet wieder der große Sommermarkt des Wikingermuseum Haithabu statt. Vom 13. bis zum 16. Juli treffen sich über 200 Teilnehmende aus Deutschland und den angrenzenden Ländern – Handelnde, Handwerker*innen und auch der ein oder andere Krieger – bei den Wikingern Häusern Haithabu.*

Für vier Tage lässt das lebendige Sommermarkt-Treiben rund um die rekonstruierte Siedlung mitten im historischen Fundplatz von Haithabu erahnen, wie geschäftig, bunt und faszinierend der Alltag zwischen Häusern und Hafen vor 1.000 Jahren in einem der bedeutendsten frühmittelalterlichen Handelsplätze Nordeuropas gewesen sein mag.

Es kann auf dem Sommermarkt Glasperlenmachern, Schmieden, Töpfern und Holzhandwerkern bei ihrer Tätigkeit über die Schulter geschaut werden. Dazu gibt es ein umfangreiches Sortiment an wikingerezeitlichen Waren: Von kunstvoll geschmiedeten Messern bis hin zu originalgetreuen Tongefäßen, von wertvollen Schmuckre-

pliken bis zu Kleidung und Schuhen nach wikingerezeitlichen Vorlagen bieten die Händler*innen ein einzigartiges Angebot an Repliken wikingerezeitlicher Objekte an.

Viele orientieren sich bei Herstellung und Auswahl ihrer Produkte und Waren dabei an archäologischen Funden aus Haithabu. Die Besucher*innen können so ganz konkret Handwerkstechniken erleben und Repliken einzelner Funde in die Hand nehmen und erwerben, die sie zuvor in der Ausstellung des Wikingermuseum Haithabu gesehen haben. Aktuelle Informationen zum Sommermarkt in Haithabu sind auf der Website des Museums unter www.haithabu.de abrufbar.

ANREISETIPPS

Wie bereits im letzten Jahr wird wieder ein kostenloser Shuttledienst angeboten. In der Zeit von 9 bis 17.30 Uhr werden Busse zwischen dem Parkplatz am Wikingermuseum Haithabu und einem großen P+R-Parkplatz an der B77 beim Fliegerhorst Schleswig/Jagel fahren.

Auch wird es am Nordtor von Haithabu (Straße „Zum Nordtor“) wieder einen bewachten Fahrradparkplatz geben, auf dem in der Nähe der Wikingere Häuser Fahrräder sicher abgestellt werden können.



Der Sommermarkt im Wikingermuseum Haithabu findet vor einem herrlichen Naturpanorama statt

Fotos: Stiftung Schleswig-Holsteinische Landesmuseen

Sommermarkt in Haithabu

haithabu.de

13.-16.7.
9 bis 17 Uhr



**Wikingermuseum
Haithabu**

Landesmuseen SH

 **Welterbe
Haithabu-Danewerk**

 **Sparkasse**

Die Sparkassen sind Partner der
Stiftung Schleswig-Holsteinische Landesmuseen
Schloss Gottorf

PROVINZIAL

Kielerleben PRÄSENTIERT

SOMMERNACHTSTRÄUME IN HONIGSEE

Die beliebten Honey Lake Sessions finden vom 20. bis 23. Juli wieder in Schleswig-Holstein statt und lassen mit ihrem Musikprogramm Ende Juli den Honigsee wieder aufleben.

Vom 20. bis 23. Juli öffnen die Honey Lake Sessions dieses Jahr ihren liebevollen Hof und laden fantastische Künstler*innen und Bands ein, die über vier Tage das musikalische Programm bilden werden. In herzlicher und familienfreundlicher Atmosphäre wird ein musikalischer und kultureller Begegnungsort geschaffen, der die Gäste während der Konzerte sowohl überrascht als auch zum Nachdenken und Entdecken bringt.

HIGHLIGHTS AM DONNERSTAG

Die Sommerkonzerte beginnen am Donnerstag, den 20. Juli um 18.00 Uhr mit CATT. Strahlend kann sie zwischen ihren vielen Instrumenten wechseln, begeistert saugt das Publikum diese Spielfreude aus. So wie CATT sich in ihre Songs fallen lässt, so fallen wir in ihre Musik. Im Anschluss bringen Intergalactic Lovers aus Belgien ihr neues Album „Liquid Love“ auf die Bühne und lassen die Luft um sie herum ein wenig pulsieren.

DAS GEHT AM FREITAG

Am Freitag öffnet das nordische Jazz Duo Svaneborg Kardyb. Ihre Musik ist eine exquisite und freudige Verschmelzung von schönen Melodien, zartem Minimalismus, eingängigen Grooves



VERLOSUNG

Wir verlosen insgesamt
2 x 2 Karten in unserem
Newsletter am 12. Juli.
Anmelden unter
[kielerleben.de/
newsletter](https://kielerleben.de/newsletter)

und subtilen Electronica-Vibes. Darauf folgt das Deutschlanddebüt der Multi-Instrumentalistin und Songwriterin Maro aus Portugal, die erst letztes Jahr für den Eurovision Song Contest angetreten ist. Geschlossen wird der Abend durch die Band Ego-pusher.

DER SONNABEND

Nur einen Tag später, am Samstag, geht es direkt weiter mit LELÉKA, ein multikulturelles Berliner Jazzquartett,

das sich zur Aufgabe macht, Honigsee mit seinen zeitgleich dynamischen und zarten Folkklängen zu verzaubern. Rosario Smowing lässt im Anschluss Elemente der Strömungen der 40er-, 50er- und 60er-Jahre zu einem eigenen Musikstil „Swing Argentino“ wieder auferleben. Danach werden die Heuballen weggerollt für den Schlussakt am Samstagabend, denn es ist unmöglich, bei einem COLLIGNON Konzert nicht von der Energie mitgerissen zu werden.

SONNTAG- NACHMITTAG

Im Gegensatz zu den letzten Jahren beginnt am Sonntag das Programm bereits um 14 Uhr und wird durch LOKI eröffnet. Die Konzerte des großköpfigen Ensembles stehen dabei für einnehmende Intimität und komplexe Klangflächen. Die Honey Lake Sessions finden nach LOKI ihren Abschluss mit einer musikalischen Reise durch das Universum von Rocket Men. Irgendwo zwischen Jazz, Fusion, Dub, Elektronik und Klängen aus aller Welt treffen sich die Einflüsse und werden zu etwas, was die Band selbst als „Intergalactic Jazz, Drum & Space“ bezeichnet.

Weitere Infos findest du unter www.honeylake.live

DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE:

Wann:

Donnerstag, 20. Juli –
Sonntag, 23. Juli 2023

Wo:

Sommerkonzerte in
Honigsee, Rönner Str. 22
in 24311 Honigsee

Was kostet der Spaß:
ab 33 Euro



LUST AUF PARTY? SOMMER SPECIAL IN DER SEEBAR!

Sommer, Sonne, Meer – ein Tag in der Kieler Seebar ist sowieso schon immer wie Urlaub. Doch es kommt noch besser ...

Denn ab sofort kannst du wieder unvergessliche Nächte in dieser tollen Location verbringen – und zwar beim Sommer Special. Diese Partys stehen dem legendären Afterwork in nichts nach!

Los geht's am Donnerstag, 20. Juli, um 19 Uhr. Da wird extra der rote Teppich für alle Partygänger*innen ausgerollt. Zu Gast ist der begnadete, national und international gefragte DJ Elvin Addo, der mit seinen House-Tracks Summer-Vibes und Ibiza-Feeling auf den Steg der **Seebar** holt. Ausgelassen feiern, tanzen, Spaß haben bis open end – ein Kieler Party-Highlight, das du einfach erlebt haben musst. Auch die nächsten Sommer Special-Termine können wir dir wärmstens ans Herz legen, wenn du mal wieder richtig gut feiern willst: 10. August, 24. August und 7. September. Funk, Soul, Disco, House – Top-DJs legen an den jeweiligen Donnerstagen auf, die für wirklich jeden Musikgeschmack etwas dabei haben. Mehr unter www.seebar-kiel.de.



Fotos: Seebar, Getty Images



PASSAGE KONTOR

KAPITÄN PETER HENSSEL

Mit uns auf Kurs
Richtung Traumurlaub!

Bahnhofstraße 32 / 24223 Schwentinental
Telefon 04307 6600 / WhatsApp 0174 770 6600
urlaub@passage-kontor.de / www.passage-kontor.de

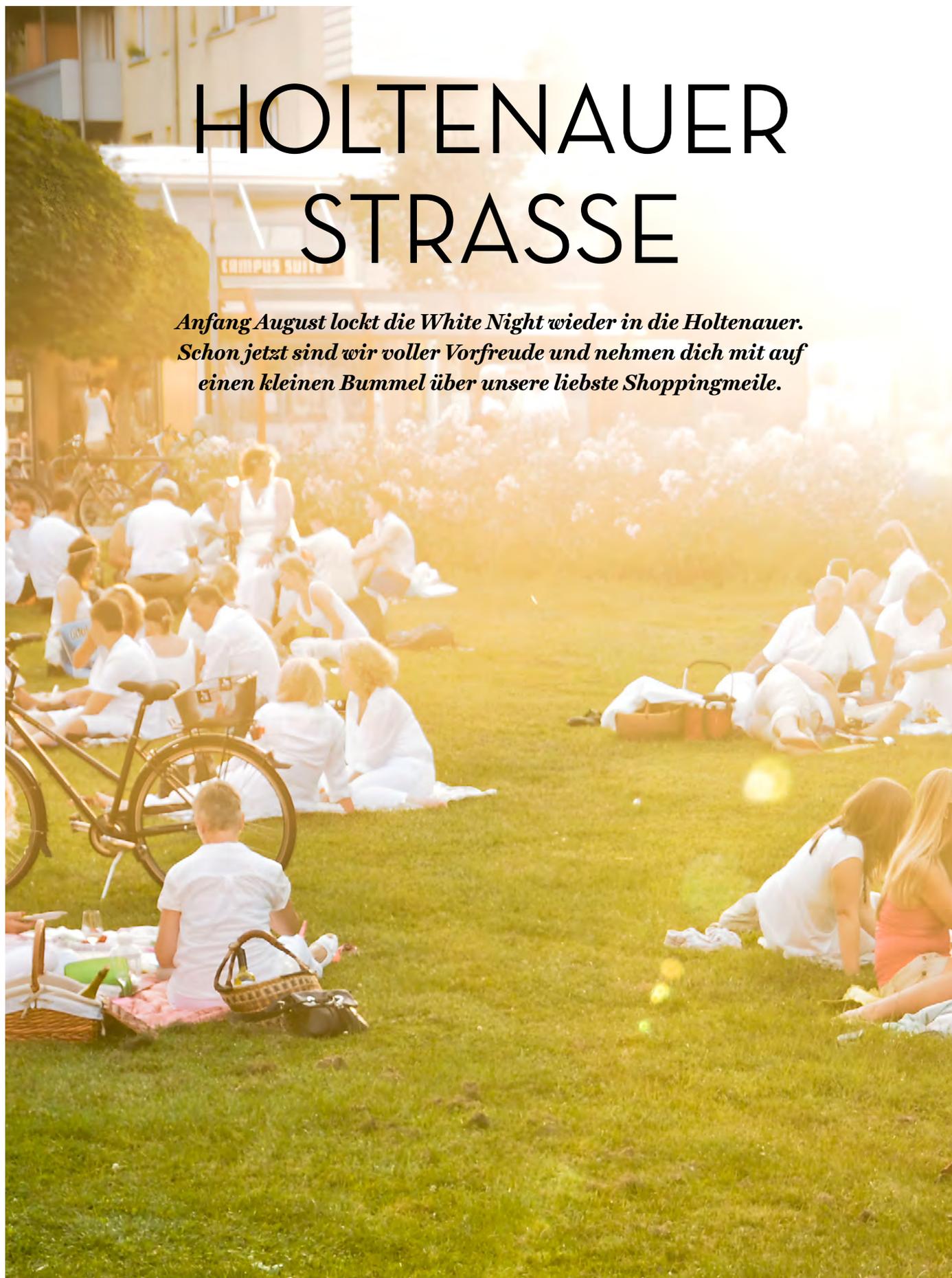


Folgen Sie uns
auf Facebook &
Instagram rund
um die Welt!



HOLTENAUER STRASSE

Anfang August lockt die White Night wieder in die Holtenauer. Schon jetzt sind wir voller Vorfreude und nehmen dich mit auf einen kleinen Bummel über unsere liebste Shoppingmeile.





ZERO WASTE-PICKNICK

Die Interessengemeinschaft „die Holtenauer“ e. V. ruft gemeinsam mit dem Umweltschutzamt der Landeshauptstadt Kiel alle Bürger*innen zum ZERO WASTE-Picknick mitten auf die Holtenauer Straße.

Am Samstag, den 15. Juli, ist die Holtenauer Straße ab Vormittag bis abends für den Verkehr gesperrt. Mit dem Aufruf zum abfallfreien Picknick knüpfen die Veranstalter*innen an die Tradition der beliebten Umweltfeste auf der Holtenauer Straße an. Kernsymbol dieser ab 1994 jährlich wiederkehrenden Aktion war ein XXL-Picknicktisch, an dem sich Menschen aus den umliegenden Quartieren mit ihren Picknickkörben auf der Straße trafen. Gebrauch von Mehrweg-Geschirr sowie Abfallvermeidung waren und sind erneut zentrales Anliegen. Das Anfang des Jahres erhaltene Zertifikat Kiels als „Zero Waste City“ verpflichtet zum Handeln. In diesem Jahr soll der ab 12 Uhr bereitgestellte Picknicktisch eine Gesamtlänge von 440 Metern erreichen. Er zieht sich auf einer Fahrspur von der Jungmannstraße bis hoch zur Kreuzung Höhe Waitzstraße. Den übrigen Straßenraum teilen sich im Quartier ansässige Vereine, Organisationen und Gewerbetreibende mit Umweltschutzinitiativen. Gemeinsam verwandeln sie die ansonsten verkehrsreiche Kreisstraße in eine Meile, auf der Kinder mit Straßenkreiden malen und spielen, alle zur Live-Musik tanzen und Nachbar*innen sich zum Klönschnack verabreden können.



ZEHN JAHRE „FAIRTRADE-STADT“

Parallel zum Start des Rahmenprogramms ab 14 Uhr lädt das Umweltschutzamt alle Besucher*innen mit Mehrwegbechern zum Kaffee aus fairem Handel ein – zumindest so lange der Vorrat reicht. Anlass ist das zehnjährige Jubiläum Kiels als „Fairtrade-Stadt“. Für Kinder steht Apfelsaft aus regionaler Erzeugung bereit. Bringt eure eigenen Gläser oder Becher mit! Pünktlich um 21 Uhr wird die Straßensperrung aufgehoben.

Die Interessengemeinschaft „die Holtenauer“ vereint etwa 150 Mitglieder, darunter Handel, Dienstleister*innen, städtische Einrichtungen wie das Theater Kiel sowie ehrenamtlich geführte Initiativen rund um die Holtenauer Straße. Die Unterstützung des Umweltschutzes ist laut Satzung eines der Vereinsziele.

Kiel. Sailing.City. **die holtenauer**

Alle auf die Straße

Zero Waste-Picknick auf der Holtenauer

Samstag, 15. Juli 2023, 14 bis 18 Uhr

Tische von Jungmannstraße bis Waitzstraße



kiel.de/zerowaste



 COPENHAGEN
WHITE JULY

**30% AUF ALLE
WEISSEN SNEAKER**

IM COPENHAGEN STORE
HOLTENAUER STR. 38, 24105 KIEL

FEINHEIMISCHES FLEISCH IM NEUEN GEWAND

*Aus Heinrich wird Steffen: Am 8. Juni eröffnete die Fleischerei Steffen ihre neue Filiale in den Räumlichkeiten des ehemaligen Student*innentreffpunkts „Heinrich der Achte“.*



Anna Steffen und ihr Team versorgen dich täglich mit frischen und hochwertigen Fleischwaren in der neuen Kieler Filiale

Atelier 85
MEISTERGOLDSCHMIEDE

EINE SCHÖNE
WHITE NIGHT!

Meistergoldschmiede Atelier 85
Holtenuer Str. 85
24105 Kiel
0431-91545

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 10-18 Uhr Sa 10-14 Uhr

Foto: Uta Jürgens

**WERBEN SIE
DIREKT AN DER
UNIVERSITÄT UND
DER FACHHOCH-
SCHULE
KIEL.**

Gerne beraten wir Sie.

0431 888 5147
kiel@feinripp.net
hochschulmarketing.feinripp.net

Seit über 50 Jahren wächst das Unternehmen der Familie Steffen stetig und entwickelt sich weiter. Eine der vier beliebten Filialen wurde kürzlich umgesiedelt. Nur einen Steinwurf vom ehemaligen Verkaufsladen entfernt, in die Räumlichkeiten des ehemaligen Student*innentreffpunkts „Heinrich der Achte“.

Verführerischer Duft nach geräucher-tem Schinken macht sich im Eingangsbereich des geräumigen Ladens breit. Hier und da wird geklönt – man kennt sich. Die 20 Sitzplätze bieten jetzt noch mehr Platz für hungrige Mittagstisch-Gäste. In jedem der vier Läden von Familie Steffen wird täglich mit viel Liebe frisch gekocht. Und auch sonst wandert hier nur hochwertige Ware über die Theke. Verantwortung und Nachhaltigkeit im Fleischer*innenhandwerk steht dabei für die Familie hoch im Kurs: Beim Thema regionale Wertschöpfung sind sie bereits ganz vorne.

„Wir haben den eigenen Futteranbau für unsere Tiere und wir betreiben die eigene Schlachtung auf dem Hof, wo auch alles von uns produziert wird“, sagt Fleischermeisterin Anna Steffen, die gemeinsam mit ihrem Team den neuen Laden leitet.

Als Mitglied im Verein FEINHEIMISCH e. V. verwendet Hof Steffen sowohl für die frischen Gerichte als auch für die in Weckgläsern ausschließlich saisonale Produkte aus der Region. Besonders gern lassen sich die Kund*innen die leckeren Räucherwaren einpacken. Schinken, Speck oder auch Mettwurst werden direkt in der hofeigenen Reetdachkate in der Probstei geräuchert. Zur sommerlichen Grillsaison lockt feines Grillgut die Kundschaft an. Täglich werden in der Holtenuer Filiale frische Bratwürste in verschiedenen Variationen hergestellt. Von Bärlauch-Würsten bis hin zu Grillern mit schmackhafter Tomate-Basilikum-Note. Das nächste Barbecue kann definitiv kommen!

Weitere Filialen von Hof Steffen findest du in Heikendorf, Preetz und Lütjenburg. Auch auf den Kieler Wochenmärkten ist die Familie mit frischen Fleischwaren vertreten.

Fleischerei Steffen
Holtenuer Straße 142, Kiel
Tel.: 04348 / 34 3.

LECKERES FÜR DIE WHITE NIGHT

Die Frage nach dem passenden Outfit für die White Night lässt sich wahrscheinlich recht schnell klären. Doch welche Leckereien kommen in den Picknickkorb? Hier kommen vier schnelle und einfach zubereitete Ideen:

Was natürlich nicht fehlen darf, ist der Käseigel. Verschiedene Käsesorten wie Cheddar, Gouda, Brie, Blauschimmel- und Ziegenkäse passen perfekt zu sowohl Cherrytomaten, Oliven oder Cornichons als auch frischen Früchten wie Weintrauben, Beeren oder Ananas.

Ergänzt du diese bunte Auswahl mit Nüssen und getrockneten Früchten, kann niemand die Finger vom Käseigel lassen. Eine halbe Melone eignet sich übrigens wunderbar als Igelbasis und schmeckt auch noch gut.

Redakteurin Mirjam hat kürzlich ein Rezept für eine leckere Dattelcreme gefunden. Dafür einfach je 200 Gramm Schmand und Frischkäse mit gehackten Datteln fein pürieren und mit Currypulver und Pfeffer würzen. Schon fertig und passt super zu krossen Brot oder herzhaften Keksen.



Bei der Vorbereitung ist Naschen erlaubt

Sandwich geht sowieso immer. Eine leckere Kombi bilden Hummus, gegrilltes Gemüse und Avocado als Belag.

Bist du auf der Suche nach einem süßen und schnellen Snack fürs Picknick? Dann püriere zwei reife Bananen, mische sie

mit Haferflocken und Schokoladenstückchen, bis ein schöner Teig entsteht und forme kleine Kekse auf einem Backblech.

Nach etwa 15 bis 20 Minuten bei 180 °C im Backofen sind sie fertig.

Foto: Getty Images



Foto: Adobe Stock

ZAHNGOLD ZU BAREM GELD MACHEN

Altes Zahngold kannst du bei **Zeitanker** in der Holtenuer Straße 88 zu barem Geld machen. Aufgrund des hohen Goldpreises lohnt sich das jetzt besonders. Das Zahngold wird auch mit den Zähnen daran gekauft. Für eine größtmögliche Transparenz sortiert Inhaber Timo Keil alle Wertgegenstände direkt in Gegenwart der Kund*innen, wiegt diese aus und zahlt den Gegenbetrag anschließend in bar aus. Weitere Informationen unter Tel.: 0431 / 56 51 78 und unter www.zeitanker.eu.

*Gold und Silber
verkauft man in
Kiel bei Zeitanker!*

ZEITANKER
kauft an:

Goldschmuck
Goldbanduhren
Zahngold
Silberschmuck
Silberbesteck
versilbertes Besteck
Zinn

Holtenuer 88 • Kiel
montags - freitags
10-14 und 16-19 Uhr

Tel. (0431) 565178 • zeitanker.eu

8 TIPPS FÜR EINEN ERLEBNISREICHEN TAG IN ECKERNFÖRDE

Gemeinsam mit der DB Regio Schleswig-Holstein hat das Team Förde Fräulein wieder mal einen wunderbaren Tagesausflug unternommen und verrät dir die besten Tipps und Adressen. So viel schon mal vorweg: Dich erwartet ein Tag voller Ostsee-Info, süßen und herzhaften Schlemmereien, bunter Shoppingvielfalt und sogar Krimi-Abenteuer!



Auf dem Ausflugssegelschiff „Tu Solo Tu“ kannst du Eckernförde zu Wasser entdecken



So eine Tagestour nach Eckernförde hat echt einiges zu bieten: das malerische Hafen-Areal, karibische Strände, schöne Boutiquen, zuckersüße Souvenirs und die vielen Freizeitattraktionen. Wenn das mal nicht vielfältig klingt!

1. REISE ENTSPANNT MIT DER BAHN AN

Von Kiel aus reisen wir in nur rund 30 Minuten mit DB Regio Schleswig-Holstein in das schöne Hafenstädtchen. So sind wir ganz ohne Stau und Parkplatzsuche sogar etwas schneller unterwegs als mit dem Auto. Am Bahnhof in Eckernförde befindet man sich dazu in direkter Nähe zur Innenstadt und zum Strand – entspannter geht's kaum! Achtung: In diesem Jahr kommt es leider verstärkt zu Bauaktivitäten auf der Strecke zwischen Kiel und Eckernförde. Prüfe daher am besten vor jeder Fahrt die Reiseverbindung auf www.bahn.de oder in der App DB Navigator.

2. GEHE DER OSTSEE AUF DEN GRUND

In der liebevoll gestalteten Ausstellung des Ostsee Info-Centers direkt am Hafen lernen wir nicht nur viel Neues über die Ostsee und ihre Lebewesen, sondern kommen ihnen auch am großen Fühlbecken ganz nah. Dazu werden unter anderem Fragen geklärt wie: Wie klingt die Ostsee unter Wasser oder wie sieht Plankton unter dem Mikroskop aus? Vergiss bei deinem Besuch auf keinen Fall den botanischen Dachgarten und das Bistro, auf dessen Terrasse du den Strand bestens im Blick hast.



Ausflug in Sicht: Mit DB Regio Schleswig-Holstein beginnt dein Tag direkt entspannter



Auch Strandkrabben kannst du im Fühlbecken über den Rücken streicheln

3. KLEIDE DICH NEU EIN BEI FRÄULEIN M.

Die Boutique Fräulein M. in der Langebrückstraße 20 gehört schon lange zu unseren Lieblingsadressen in Eckernförde. Die schönen Klamotten gibt es hier ab Konfektionsgröße 42, denn das Geschäft hat sich ganz und gar auf trendige Mode für Kurvenkönniginnen spezialisiert. Soll aber nicht heißen, dass nicht auch Sina mit diesem schicken Karoblazer beispielsweise ihr Lieblingsteil gefunden hat – vor allem, weil er einen schönen, lockeren Sitz hat. Hinzu kommt die große Auswahl an tollen Accessoires, bei denen Größen so oder so keine Rolle spielen. Ansonsten beraten dich Inhaberin Christine und ihr liebes Team aber auch immer gerne mit ganz viel Leidenschaft und jeder Menge Kurvenpower!



Sinas Lieblingsteil: Eine schicke Blazerjacke im Oversize-Look

4. GEHE AUF SPURENSUCHE AUF DEM KRIMI-TRAIL

Hast du Lust, deinem Ausflugstag etwas mehr Spannung zu verleihen? Dann begeben dich auf den Krimi-Trail! Das ist eine fiktive Rätsel-Route quer durch die Stadt, zu der du dich und deine Freund*innen auf www.krimi-trails.de anmelden musst. An verschiedenen Standorten der Stadt ermittelt ihr rund drei bis vier Stunden, um den oder die Täter*in zu überführen. Alles, was ihr dazu braucht, sind ein Handy mit Internetverbindung und die richtige Spürnase!



Startpunkt der Krimi-Tour: Die Nixe „Mareminde“ am Strand von Eckernförde

Das schöne Logo der Boutique findest du auch als Druck auf diesem stylischen Shirt

5. SHOPPE DICH GLÜCKLICH BEI YOU, ME & THE SEA

In der Slow-Fashion-Boutique You, Me & the Sea in der St.-Nikolai-Straße schlagen unsere Modeherzen bei der Auswahl an nachhaltiger Mode „Made in Europe“ prompt ein bisschen höher. Von Kopf bis Fuß kannst du dich hier neu einkleiden: von Jacke, Pullover oder Bluse über Hosen und Röcke von namhaften Marken wie „Brigitte Büge“ oder „Marc Aurel“ bis hin zur eigenen Schuhkollektion. Dazu lassen sich wunderbar handgefertigter Schmuck, Gürtel, Tücher und Taschen von „Keine Schwester“ kombinieren. Und während des Shop-pings stehen uns Inhaberin Martina und ihr liebes Team immer mit gutem Rat zur Seite.



Flammkuchen in der einen Hand, ein Drink in der anderen, die Füße im Sand und das Meer vor der Nase - herrlich!



6. SCHLEMME KÖNIGLICH BEI LAND IN SICHT

Dass Eckernförde kulinarisch mehr als nur Fischbrötchen zu bieten hat, beweist das Brauhaus und Restaurant Land in Sicht. Direkt an der Eckernförder Stadthalle versorgt es seine Gäste mit feinstem Ostseepanorama und norddeutschem Wohlfühlambiente. Wir lassen uns heute an der Strandbar direkt am Wasser einen leckeren Flammkuchen, Pommes und eine Limo schmecken. Nur ein kleiner Vorgeschmack auf die feinsten Fisch- und Fleischgerichte des Restaurants, in dem du unbedingt auch das selbst gebraute Bier probieren solltest!

In der Bonbonkocherei wird nicht nur genascht, sondern auch live produziert



7. STECHE IN SEE MIT DER TU SOLO TU

Für noch mehr Erlebnis gehen wir an Bord der 1962 erbauten Segelyacht Tu Solo Tu. Heute sind wir bei der eineinhalbstündigen kleinen Fördefahrt dabei – rund eine Stunde länger dauert der große Fördetörn. Nächsten Sommer möchten wir unbedingt eine Abendfahrt oder ein Schnuppersegeln auf dem Southern California Catch machen! Die Karten zu allen Ausfahrten kannst du dir bis zu drei Tage im Voraus, spätestens aber am Morgen deines gewünschten Termins am Schiff besorgen. Alle Abfahrten und Preise gibt's auf www.segelschiff-tusolotu.de.

Gegen etwas Kleingeld bekommst du am Bonbonautomaten eine süße Tüte



8. BESORGE DIR EIN LECKERES SOUVENIR

Nie – wirklich nie – kehre ich Eckernförde den Rücken, ohne mindestens eine süße Tüte aus der Bonbonkocherei in der Frau-Clara-Straße mitgenommen zu haben. Mein absolutes Highlight: Mit etwas Glück kannst du bei der Produktion zuschauen und live den Weg von der flüssigen Zuckermasse bis zum fertigen Bonbon verfolgen. Als krönenden Abschluss darfst du natürlich auch von den frisch hergestellten Leckereien naschen. Und wenn die Manufaktur mal geschlossen hat, versorgt dich der Bonbonautomat im Hinterhof der Manufaktur.

MIT DB REGIO VON KIEL NACH ECKERNFÖRDE

Züge: RE 72 oder RB 73

Takt: ca. alle 35 Minuten fährt eine Verbindung

Ankunftsort: Bahnhof Eckernförde, Reeperbahn 54-58, 24340 Eckernförde

Hinweis: In diesem Jahr kommt es leider verstärkt zu Bauaktivitäten auf der Strecke zwischen Kiel und Eckernförde. Prüfe daher am besten vor jeder Fahrt die Reiseverbindung in der App DB Navigator oder auf www.bahn.de.

10 Jahre Villa Tausendschön

Wir feiern Geburtstag und SIE werden beschenkt:
20% auf die gesamte Mode!



20%
**JUBILÄUMS
RABATT**

10 Jahre führen wir erfolgreich unseren mehrfach ausgezeichneten Damenstore (Top Fachgeschäft Deutschlands 2021 und 2023) mit Herz und Leidenschaft.

Gerne möchten wir uns daher bei unseren zahlreichen Kundinnen für die langjährige Treue und die vielen tollen Momente herzlich bedanken.

Unser Geschenk: Ab sofort 20% Rabatt!

Kommen Sie uns besuchen und finden Sie Ihr Lieblingsstück und stoßen mit uns bei einem kühlen Getränk auf unser Jubiläum an.

Ab einem Einkaufswert von 50,00 € erwartet Sie zusätzlich noch ein hochwertiges Überraschungsgeschenk.



Öffnungszeiten:

Montag - Freitag: 10:00 - 18:00 Uhr | Samstags: 10:00 - 16:00 Uhr

Jeden Sonntag ab 12:00 Uhr geöffnet!

Kieler Straße (Süd) 77 | 24340 Eckernförde



ERKUNDUNGSTOUR UMS ECK

ENTDECKE ECKERNFÖRDE

Der Juli wird heiß! Und weil wir auch mal außerhalb von Kiel den Norden genießen, erzählen wir dir, wie du im Nachbarstädtchen Eckernförde den Sommer erleben kannst.



VEGAN SUMMER

Seit 2013 veranstaltet das Team von vegan summer wunderschöne Feste rund um das Thema veganes und nachhaltiges Leben. Dich erwarten leckeres Essen, tolle Produkte, Live-Musik und informative Vorträge. Das vegane Sommerspektakel findet vom 7. bis 9 Juli in Eckernförde statt und überrascht mit drei vollen Tagen Programm. Von saftigen veganen Burgern über frische Salate und Smoothies bis hin zu köstlichen Desserts – hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Die Besucher*innen haben die Möglichkeit, neue Geschmackserlebnisse zu entdecken und sich von der Kreativität der veganen Küche inspirieren zu lassen. Neben kulinarischem Genuss gibt es eine Vielzahl von Informationsständen zu nachhaltiger Mode, veganer Kosmetik und mehr. Infos unter www.vegansummer.de.

7.-9. Juli • Preußerstraße



TIERISCHES VERGNÜGEN

Auch ab vom Wasser gibt es viel zu entdecken. Wer das Maskottchen der Stadt – das Eichhörnchen – von Nahem sehen möchte, der macht sich auf in den Hans-Christian-Andersen-Weg. In der dortigen Schutzstation werden tierische Findelkinder wieder aufgepäppelt. Hier werden verwaiste oder verletzte Eichhörnchen aufgenommen und liebevoll gepflegt, um ihnen eine zweite Chance auf ein gesundes Leben in freier Wildbahn zu ermöglichen. Die engagierten Mitarbeiter*innen setzen sich mit viel Herzblut für das Wohlergehen dieser super niedlichen Nagetiere ein. Sie sorgen für eine artgerechte Unterbringung, bieten eine ausgewogene Ernährung und medizinische Versorgung. Neben der Rehabilitation spielt die Eichhörnchen-Schutzstation auch eine wichtige Rolle in der Aufklärung und Sensibilisierung der Öffentlichkeit für den Schutz der Eichhörnchen und ihren Lebensraum. Sie bietet Führungen und Informationsveranstaltungen an, um Besucher*innen das Eichhörnchen näherzubringen ... Mehr erfährst du unter www.eichhoernchen-eck.de.

FASZINATION OSTSEE

Möchtest du der Ostsee etwas mehr auf den Grund gehen? Dann schau im Ostsee-Info-Center vorbei. Das Info-Center erzählt dir alles über ihre faszinierende Welt: vom Ökosystem über die Flora und Fauna bis hin zu den vielfältigen maritimen Aktivitäten. Das Zentrum bietet außerdem interaktive Ausstellungen, informative Vorträge und geführte Touren an, um den Besucher*innen einen umfassenden Einblick in die einzigartige Natur der Ostsee zu ermöglichen. In dem große Fühlbecken kannst du Plattfische, Seesterne & Co. anfassen. Kleine und große Besucher*innen können nicht nur viel fühlen, sondern auch hören, denn ein Hydrophon stellt so etwas wie eine Telefonverbindung her. Am anderen Ende des Apparates ist die Ostsee, die dich mit vielen Geräuschen unterhalten wird. Mehr unter www.ostseeinfocenter.de.





„FILM AB!": GREEN SCREEN FESTIVAL

Eckernförde wird zum Mekka für Naturfilmfreund*innen und Filmschaffende, wenn mit dem **Green Screen Festival** am 6. September das populärste Festival für Naturdokumentationen in Europa startet. Bis zum 10. September stehen mehr als 100 internationale und nationale Naturdokumentationen auf dem Programm, das die Zuschauer*innen vom schleswig-holsteinischen Wattenmeer bis an die Küsten Haitis entführt. Das Festival bietet ein breites Spektrum an herausragenden Dokumentationen, die die Schönheit der Natur darstellen, aber auch brisante Themen rund um den Naturschutz aufgreifen. Interessierte können schon vor dem offiziellen Start Festival-Luft schnuppern: Während der KinoNächte Kiel läuft am 16. Juli auf der Krusenköppel ein „Best-Of-Cut“ aus herausragenden Filmen des vergangenen Festivals. Am 25. August bietet das Strandkino, direkt am Eckernförder Kurstrand, die perfekte Kulisse für den Meeresfilm „Der Strand“. Infos und Ticketbestellung unter www.greenscreen-festival.de.

Fotos: Timo Wendt (Vavvo Media)



HANDGEMACHTES PARADIES

Bist du auf der Suche nach Geschenken für die Liebsten oder für dich selbst? Handgemachtes kommt doch immer gut an ... Also auf nach Eckernförde an die Hafensperrmauer, denn vom 28. bis zum 30. Juli treffen sich hier wieder zahlreiche ausgesuchte Kreative und präsentieren beim **Handgemacht-Markt** den Gästen in schönster Hafenkulisse ihre Werke. Mit von der Partie sind zum Beispiel Schmuck- und Textildesign, Papier- und Buchbindearbeiten sowie Glas- und Schmiedeprodukte. Für jeden Fan von Handgemachtem ist etwas dabei – sei es Deko für draußen oder drinnen oder Kleidung für den eigenen Schrank und Geschenke für die Liebsten. Mehr Infos unter www.handgemacht-maerkte.com.

28.-30. Juli, 10-19 Uhr • Hafensperrmauer Eckernförde

GREEN SCREEN®
17. INTERNATIONALES NATURFILMFESTIVAL ECKERNFÖRDE

JETZT TICKETS SICHERN!

**06. SEPT
10. 2023**

www.greenscreen-festival.de

© GREEN SCREEN BY Corinna Krippel

Eckernförde

Am Hafen...

KUNSTHANDWERK & LECKERE DINGE DESIGN

Handgemacht

f Handgemacht -Märkte

28.-30. Juli

STADTGESCHEHEN

*Fördefrauen im Fokus, augenöffnende Ausstellungen
und bunte Feiereien: Was der Kieler Juli außer
Sommer-Feeling noch bereithält, liest du auf den
nächsten Seiten.*

DER #IGERSKIEL- MOMENT DES MONATS

PRÄSENTIERT VON #IGERSKIEL



Instagrammer: Karin Kunkel

Instagram: @karin.k.kiel

Der Moment: „Das Bild ist am 6. Juni dieses Jahres früh morgens um 5.49 Uhr am Kleinen Kiel entstanden. Meine Leidenschaft, Momente wie diese fotografisch festzuhalten, habe ich 2018 in London entdeckt. Das Zusammenspiel von historischen Gebäuden und modernen Wolkenkratzern hat mich fasziniert. Unsere Natur mit ihren satten Farben, Blumen, glitzerndem Wasser, Sinnen und noch so vieles mehr schenken mir immer wieder einzigartige Erlebnisse, die ich einfach einfangen muss.“

MEHR LASTENRÄDER – MEHR ABSTELLMÖGLICHKEITEN

Die Zahl der Lastenräder im Straßenverkehr nimmt stetig zu – und damit auch der Bedarf an sicheren Abstellmöglichkeiten. Nun sind im Jungfernstieg und in der Jahnstraße weitere sichere Fahrrad und Lastenradstellplätze dazugekommen, an denen du dein Rad mit gutem Gefühl abstellen kannst. Im Jungfernstieg stellte das Tiefbauamt zwei Lastenrad-Doppelboxen auf – eine neben die bereits vorhandene Box vor Hausnummer 22 und eine weitere vor der Hausnummer 42, die zusätzlich durch einen Lastenradbügel ergänzt wird. Die Stellplätze sind Teil eines Pilotprojektes zur Schaffung von sicheren Fahrrad- und Lastenradstellplätzen. Im Vorfeld wurde mit einer Plakataktion für die Boxen geworben und der Bedarf ermittelt. Zurzeit können sie für 90 Euro pro Jahr gemietet werden. Eine weitere Lastenrad-Doppelbox wird in der Jahnstraße aufgestellt. Auch neben dieser



Box werden Lastenrad- und Fahrradbügel installiert. Hier entsteht insgesamt Platz für vier Lastenräder und sechs Fahrräder. Dafür fallen drei Pkw-Parkplätze weg. Auskünfte

über das Angebot und die Vermietung der Stellplätze bekommst du beim Tiefbauamt unter Tel.: 0431 / 901 45 72.

Foto: Getty Images



FOTOTAGE KIEL BEI VICO

Am 7. und 8. Juli ab jeweils 9 Uhr finden bei **VICO** die beliebten Fototage statt. Dabei kannst du dich über die aktuellen Neuheiten informieren und von Expert*innen (unter anderem von Fuji, Panasonic, Sony, Nikon und Sigma) vor Ort beraten lassen und alle Fragen loswerden. Bei einem Kaffee oder Kaltgetränk kannst du dich in Ruhe informieren und Kameras und Objektive ausführlich testen. Übrigens: Auf alle Stativ- und Filter gibt es an beiden Tagen 10 Prozent Nachlass, außerdem die Kamera- und Sensorreinigung für nur 19 Euro (statt 49 Euro). Auch für deine Urlaubsfotos hat VICO eine Idee: Mit dem Fototage-Gutschein erhältst du bis Ende August 100 Fotos (10 × 15 cm) für 19,95 Euro. Frag vor Ort einfach nach und schau am Freitag von 9 bis 18 Uhr oder am Samstag von 9 bis 13 Uhr bei VICO am Exerzierplatz 32 vorbei! Alle Infos unter www.fotohaus-kiel.de.

Foto: VICO



**JETZT
TERMIN
MACHEN**

FAMILIENFOTOS

- » Babybauchfotos als einzigartige Erinnerung
- » oder haltet das kleine Wunder nach der Geburt in tollen Fotos fest
- » Im Fotostudio oder bei Euch zu Hause
- » als hochwertige Abzüge und Daten

zum Beispiel

Portraitserie Familie im Studio

inkl. 3 Abzüge in der Größe 13x18 cm

59.- €VICO Kiel | Exerzierplatz 32 | 24103 Kiel | T: 0431-98262 0 | www.fotohaus-kiel.de

AUSSERGEWÖHNLICHE KIELER FRAUEN

Ein neues Buch rückt vier besondere „Förderfrauen“ in den Fokus.

Natürlich kennen wir Kieler*innen alle die Toni-Jensen-Schule in Dietrichsdorf. Das Lotti-Huber-Haus am Kieler Südfriedhof wiederum ist vielleicht nicht allen so bekannt. Und wer die beiden Persönlichkeiten waren, nach denen die Schule und das Senioren- und Therapiezentrum benannt wurden, und was diese mit Kiel verbindet, da hört es mit dem Wissen dann meistens endgültig auf. Dieses gilt wohl genauso für Anne Liebreich und Elfriede Kaun, die ebenfalls viel mit unserer Landeshauptstadt verbindet. Doch nun können alle interessierten Menschen mehr über die vier prominenten Frauen erfahren. Christiane Buhl und Christian Hoffarth haben ihre beeindruckenden Geschichten aufgeschrieben und stellen in ihrem Buch „Förderfrauen“ die politisch aktive Toni Jensen, die Wissenschaftlerin Anne Liebreich, die Sportlerin Elfriede Kaun sowie den Bühnenstar Lotti Huber vor.



Bei den Olympischen Spielen 1936 in Berlin übersprang Elfriede Kaun (1914-2006) die Höhe von 1,60 Metern und gewann damit die Bronzemedaille

Dabei richten sie den Fokus aber nicht nur auf die vier „Kieler“ Frauen, sondern zeigen diese in den Abschnitten „Frauen haben die Wahl“, „Vertriebene Wissenschaftlerinnen“, „Olympische Hoffnungen“ sowie „Frauen auf der Bühne“ in größeren geschichtlichen Kontexten.



Der Filmemacher Rosa von Praunheim verhalf dem Bühnenstar Lotti Huber (1920-1998) im hohen Alter 1981 noch einmal zu einem neuen Karrieresprung

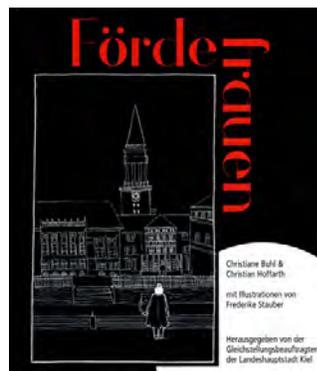
Das wiederum führt Buhl/Hoffarth zu weiteren historisch bedeutsamen Frauenpersönlichkeiten, was „Förderfrauen“ zu mehr als nur einem „Kiel“-Werk macht. Visuell wird das Buch dazu durch die Illustrationen von Frederike Stauber auf sehr schöne Weise aufgewertet. Das von der Gleichstellungsbeauftragten der Landeshauptstadt Kiel herausgegebene Buch ist im Neuen Rathaus (vierte Etage) kostenfrei erhältlich.

Die Gleichstellungsbeauftragte der Landeshauptstadt Kiel (Hg.): Christiane Buhl/Christian Hoffarth (Illustr.: Frederike Stauber): Förderfrauen, 127 Seiten



Toni Jensen (1891-1970), nach der in Kiel eine Schule benannt ist, war eine politisch aktive Frau und setzte sich auch für Bildung stark ein

TONI JENSEN



AUF DEN SPUREN DER FÖRDEFRAUEN

Alle, die gern einmal die Wirkorte der „Förderfrauen“ kennenlernen möchten, haben dazu am 2. September von 11 Uhr bis 13.30 Uhr bei einem Stadtrundgang die Gelegenheit. Der Rundgang beginnt und endet in der Innenstadt. Da die Teilnehmendenzahl begrenzt ist, bitte im Geschäftszimmer des Referats für Gleichstellung (Sabine von den Driesch, Sabine.vondenDriesch@kiel.de, Tel.: 0431/901 20 56) anmelden.



Rund 120.000 Menschen besuchten während des dreitägigen Ocean Race Kiel Fly-By unsere Landeshauptstadt



IM ZEICHEN DES SEGELSPORTS

Bereits vor DEM Highlight in der Landeshauptstadt – der Kieler Woche – stand unsere Stadt während des Ocean Race Kiel Fly-By vom 8. bis 10. Juni im Zeichen des Segelsports und lockte tausende Besucherinnen und Besucher in den Norden. Vom Tag der Meeresschutzstadt im Rahmen des The Ocean Race Fly-by bis zu den abendlichen Konzerten auf der RADIO BOB! Stage fanden sich bis zu 120.000 Menschen entlang der Kiellinie zusammen, um das bunte Programm zu verfolgen. Die Fernsehbilder gingen um die Welt, besonders die Hubschrauber- und Aufnahmen ließen die Erinnerungen an den Zieleinlauf der Illbruck im Jahr 2002 aufleben. Der NDR verlängerte seine auf eine Stunde geplante Liveübertragung kurzerhand auf knapp drei Stunden. Die zunächst auf eine Zahl von 2.000 geschätzten Privatbooten in der Kieler Innenförde, erhöhte sich die Schätzung schnell um weitere, gefühlt 1.000 Boote mit Aufhebung der Sperrung des Fahrwassers. Denn viele Skipper*innen warteten bereits weit vor dem Kieler Leuchtturm auf die Racer und nutzten die Chance, dicht an die Racer ranzufahren. So war das Dreitages-Event ein voller Erfolg für die Landeshauptstadt Kiel sowie über seine Grenzen hinaus.

Foto: Kiel-Marketing/Jan-Michael Boeckmann

ERBRECHT: RECHTSTIPP & AKTUELLES

Strafe muss sein – aber nicht immer! Das Oberlandesgericht Frankfurt/Main entschied diesen Fall: Ein Ehepaar hatte ein gemeinschaftliches privatschriftliches Testament verfasst. Darin haben sich beide zu Alleinerben des jeweils Erstversterbenden, die Kinder aus den früheren Beziehungen zu je ein Drittel als Schlusserven eingesetzt. Um zu gewährleisten, dass der Nachlass des Erstversterbenden dem Überlebenden nach Möglichkeit erhalten bleibt, wurde eine Pflichtteilsstrafklausel in das Testament aufgenommen. Danach sollte dasjenige Kind, welches einen Pflichtteil nach dem Tod des Erstversterbenden beansprucht und erhalten hat, beim Tod des zuletzt Versterbenden vom Schlusserbe ausgenommen sein. Zuerst verstarb der Ehemann. Nach seinem Tod hat eine seiner Töchter den Pflichtteil beansprucht. Nach dem Tod der Ehefrau haben die zweite Tochter des Ehemannes und die Tochter der Ehefrau einen Erbschein beantragt, indem sie beide zu 50 Prozent als Erbinnen hervorgehen sollten. Dem hat das Oberlandesgericht eine Absage erteilt. Der Pflichtteil nach dem Tod des Vaters war praktisch „null“, es floss kein Geld. Ein ins Leere gehender, wertloser Pflichtteil löse nicht die Sanktionswirkung der Pflichtteilsstrafklausel aus. Folglich wurden alle drei Töchter Erbinnen zu je ein Drittel.

Angelika Adelmann-Beckschewe
Rechtsanwältin & Mediatorin
Fachanwältin für Erbrecht
Fachanwältin für Familienrecht
Fachanwältin für Verkehrsrecht
Stromeyerallee 11, Kiel
Tel.: 0431 / 398 69 79
ad@kanzlei-adelmann.de



Bestehen Fragen?
 Angelika Adelmann-Beckschewe
 berät gerne zu diesem und weiteren
 Themen rund ums Erbrecht

Life is better at the beach!

Das finden wir auch! Daher bringen wir Sie vom 22. April bis 15. Oktober 2023 mit den Kieler Strandlinien ans Meer!



Hier finden Sie die Fahrpläne:

Falckensteiner Strand (90S)
& Strande und Laboe (92S)



AUSSTELLUNG ÜBERFLUT

Überflutungsrisiken an der Ostsee – mit Bildern und Texten von Schleswig-Holsteiner Küstenbewohner*innen lädt die Ausstellung ÜberFlut zum Nachdenken und Vorsorgen ein.

Durch den Klimawandel werden Überflutungen an der Ostseeküste in Schleswig-Holstein an Intensität und Häufigkeit zunehmen, dementsprechend wichtig ist es, sich diesen Risiken anzupassen. Viele Küstenbewohner*innen sind sich dessen aber noch kaum bewusst.

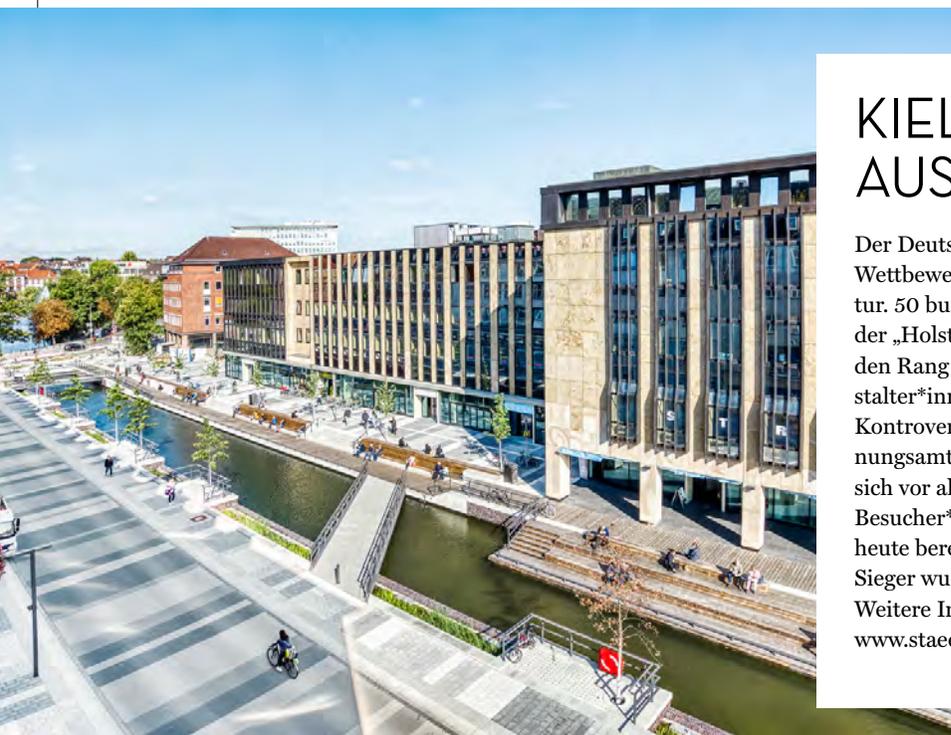
Die Ausstellung ÜberFlut widmet sich den Themen Überflutungsrisiken und Eigenvorsorge und präsentiert Beiträge von ganz normalen Menschen aus Schleswig-Holstein. Dazu wurden im Rahmen des Projekts „Überflutung? Eigenvorsorge. Wissen. – Eine Ausstellung zu Überflutungsrisiken“ Schleswig-Holsteiner*innen dazu eingeladen, die Ausstellung mit eigenen Beiträgen, Fotos, Geschichten mitzugestalten.

Der Gedanke dabei: Geschichten und Bilder ermöglichen es, die Welt besser zu verstehen als abstrakte Zahlen oder Grafiken. Eine Ausstellung, die Perspektiven, Erfahrungen und Betroffenheiten der lokalen Bevölkerung kreativ einbezieht, erzählt das Thema Überflutungsrisiken

emotionaler, lebendiger und konstruktiver als trockene wissenschaftliche Fakten.

In den Texten zu den Exponaten haben die Schleswig-Holsteiner*innen beschrieben, was sie zum Ausdruck bringen möchten. In dieser Unterschiedlichkeit zeigt sich die Vielfalt der Erfahrungen und Meinungen. Die Ausstellung trägt so auf positive, einladende Weise zur Sensibilisierung und Aufklärung der Öffentlichkeit über Überflutungsrisiken bei. Sie schafft einen Raum für Dialog und Engagement und regt zum Nachdenken über die Herausforderungen an, denen wir uns angesichts des Klimawandels stellen müssen. Sie ermutigt die Menschen, ihre individuellen Schritte zur Eigenvorsorge zu überdenken und einen Beitrag zum Schutz vor Überflutungen zu leisten.

Die ÜberFlut mit 22 Exponaten ist noch bis Ende August im Geographischen Institut der CAU Kiel zu sehen. Der Zugang ist barrierefrei. Weitere Informationen unter www.kommflutost.de.



KIELER HOLSTENFLEET AUSGEZEICHNET

Der Deutsche Städtebaupreis ist der wichtigste bundesweite Wettbewerb für zukunftsweisende Planungs- und Stadtbaukultur. 50 bundesweite Bewerbungen gingen ins Rennen, darunter der „Holstenfleet“. Kiel belegte mit zwei weiteren Kommunen den Rang 2. Stadtbaurätin Doris Grondke gratuliert den Gestalter*innen: „Das Holstenfleet zeigt, dass intensiv geführte Kontroversen Projekte verbessern.“ Der Leiter des Stadtplanungsamtes der Landeshauptstadt Kiel, Florian Gosmann, freut sich vor allem darüber, dass das Bauwerk von Kieler*innen und Besucher*innen gut angenommen wird: „Das Holstenfleet ist heute bereits ein völlig selbstverständlicher Teil der Innenstadt.“ Sieger wurde das Projekt WERKSQUIERTEL in München. Weitere Informationen und die Begründung der Jury unter www.staedtebaupreis.de oder unter www.kiel.de/holstenfleet.



Timo Boss (Mitte) bedankt sich bei Timo Kaiser (Kieler Volksbank) und Ute Ojowski für die Pflanzaktion in Molfsee

KIELER VOLKSBANK INVESTIERT IN BLÜTEN-BUFFET

Eingekuschelt zwischen ruhigem Wanderweg, plätschernder Eider und einem Wohngebiet gibt es demnächst ein neues Zuhause für viele wildbunte Raritäten. Der Grund? Hier tauschten Timo Kaiser, Vorstandsmitglied der Kieler Volksbank, und die Geschäftsführerin der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein, Ute Ojowski für ein paar Stunden ihren Schreibtisch und Bürostuhl gegen Pflanzschaufel und Handschuhe und pflanzten die ersten rund 30 heimischen Wildpflanzen. Die wunderschönen Wilden mit den schleswig-holsteinischen Wurzeln sehen nicht nur wunderschön aus, sie erfüllen auch einen wichtigen Zweck. Mehr noch: Sie sind überlebenswichtig für viele Wildbienen, Schmetterlinge und Schwebfliegen. Und das fördert das Kreditinstitut mit einer Spende von 12.500 Euro. „Wir freuen uns, dass wir mit unserer Spende dazu beitragen, hier direkt an der Eider für die vielen bunten Wildblumen einen Platz zum Wachsen und Gedeihen zu schaffen“, sagt Timo Kaiser im Namen der Kieler Volksbank.

Foto: Stiftung Naturschutz

FERIENPASSPROGRAMM RESTPLÄTZE SICHERN

Bunte Lehmtage und Bauernhoferlebnisse, Zaubern und Klettern, Surfen und Segeln – Kieler Kinder und Jugendliche können sich in den Sommerferien mit dem Kieler Ferienpass wieder aktiv und kreativ austoben. Seit Mitte Mai wird er online über das Ferienpassbüro des Amtes für Kinder- und Jugendrichtungen angeboten. Viele Kurse sind bereits ausgebucht, es gibt aber auch noch zahlreiche freie Plätze. Welche Angebote die jungen Kieler*innen ab sechs Jahren noch in den Sommerferien nutzen können, siehst du unter www.kiel.de/ferienpass.



Foto: Getty Images

falkemedia

WELCOME
FUTURE
WE ARE MEDIA-PIONEERS!

2023

IM NOVEMBER

Das Zukunfts-Event für KMUs und alle, die sich entwickeln wollen:

- Personal & Recruiting, Socialmedia-Marketing,
- Künstliche Intelligenz und Persönlichkeitsentwicklung.
- Top-Speaker:innen, Vorträge und Masterclasses, die Dich erfolgreich machen.

Ständig neue Infos unter: www.welcomefuture.de
und auf www.falkemedia.de
* Datum wird in Kürze auf der Website veröffentlicht

Seit über **36 Jahren** im Norden für Sie da.

SIEGFRIED BOEHM

Glas- und Büroraumreinigung · Gartenpflege

Über **36 Jahren** im Norden

Dienstleistungen unseres Unternehmens:

<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fensterreinigung, Glas, Rahmen, Wintergärten etc. ✓ Termine nach Wunsch ✓ Rasen- und Gartenpflegedienst ✓ Bauendreinigungen, Wohnungsreinigungen nach Um- oder Neubau ✓ Haushaltsauflösung ✓ Wasserschadenbeseitigung 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Teppichbodenreinigung ✓ Teppich- und Polsterreinigung, Hol- und Bringendienste ✓ Gehwegreinigung, Abstrahlen von verschmutzten Platten ✓ Schmutzfang-Mattenverleih für Eingangsbereiche, Schmutzfang-Mattenservice ✓ Büroreinigung, Treppenhäuser etc.
--	--

Wenn um Sauberkeit geht ...

Siegfried Boehm

Glas- und Büroraumreinigung · Gartenpflege
Timmerloh 3 · 24787 Fockbek
Telefon (04331) 39757 · Fax 39921
Autotelefon (0171) 4112669

MITEINANDER FÜREINANDER

Die Wik ist ein Stadtteil voller spannender Projekte! Am 9. Juli sind alle herzlich zum Kennenlernen, Mitmachen und Genießen eingeladen.



Neben einem durchgehenden Bühnenprogramm bieten Kunstworkshops und Bastelaktionen, Infostände, Radel- und Sportangebote, Hüpfburg und vielfältige Führungen zu Campus, Kirche, Kunst und mehr Spiel, Spaß und beschauliche Momente für Jung und Alt. Es ist Zeit für Gemeinschaft ... Willkommen auf dem Stadtteil-Fest Wik!

Das Stadtteil-Fest soll neben dem unbeschwertem Zusammenkommen über kulturelle, soziale und Altersgrenzen hinweg Menschen aktiv vernetzen und den Stadtteil so stärken und mobilisieren. Aus einem gemeinschaftlich organisierten Flohmarkt im Sommer 2022 ist in 2023 ein ganzes Stadtteil-Fest gewachsen. So konnte eine vielfältige Gruppe aus Organisator*innen ein wachsendes Programm mit über 30 Anbieter*innen von Kultur, Kunst, Kinder und Kulinarik-Angeboten gestalten. Schaut vorbei, seht, was die Wik zu bieten hat und schmiedet Ideen für die Zukunft!



ERÖFFNUNG DES COWORKHAUSES

Im besonderen Rahmen des Stadtteil-Festes wird Bürgermeisterin Renate Treutel um 12 Uhr das Coworkhaus des Ansharcampus feierlich eröffnen. Nach der Fertigstellung im letzten Jahr soll an diesem Tag gefeiert werden, was hier mit großartiger Unterstützung und Förderung der Landeshauptstadt Kiel ermöglicht wurde: Ein offener, moderner Arbeits- und Veranstaltungsort, an dem gesellschaftliche Transformation erprobt und Ideen in die Tat umgesetzt werden können. Ein neues Leben für ein weiteres historisches Gebäude des Kreativzentrums Ansharcampus im denkmalgeschützten ehemaligen Marinelazarett Kiel Wik.

9. Juli, 12 bis 18 Uhr

**Petruskirche - Coworkhaus & Atelierhaus
Ansharcampus - Ansharpark**

Aktuelle Informationen unter:
ansharcampus.de/events/stadtteilfest-wik

Jahresausstellung der Muthesius Kunsthochschule
Eröffnung am Donnerstag, 20. Juli 2023, um 17 Uhr
Mehr Informationen → einblickausblick.de

ausblick

2023

20. – 23.

juli



juli

20. – 23.

2023

einblick

Jahresausstellung der Muthesius Kunsthochschule
Eröffnung am Donnerstag, 20. Juli 2023, um 17 Uhr
Mehr Informationen → einblickausblick.de



ARBEIT & AUSBILDUNG

Egal, ob du deine Arbeit mit dem Kopf, mit den Händen oder ganz anders verrichtest: Wir zeigen dir, was in Sachen Arbeit und Ausbildung noch so möglich ist.



Foto: Austin Ramsey/Unsplash

Herzlich Willkommen
bei inlingua Kiel

Die neuen
Sprachkurse
starten jetzt!



JETZT FÜR
SPRACHKURSE
ANMELDEN!



Alle Kurse
mit Einstufung,
muttersprachlichen
Trainern und Fokus
auf das Sprechen



Flexibles Lernen:

- Abendkurse
- Intensivkurse
- Schülerkurse
- Studentenkurse



inlingua[®]

Sprachen sind inlingua.

Alter Markt 7, Kiel
Tel. 0431-98 13 80

www.inlingua-kiel.de

BESSERE NOTEN & MEHR SPASS

SPRACHKURSE IN DEN FERIEN

Wissen ist Macht, das wissen wirklich alle. Egal, ob es dabei um das Lernen von neuen Sprachen oder um eine solide Vorbereitung für ein gelungenes Abitur geht: inlingua hilft dir beim Erreichen deiner Ziele!



FLIESSEND SPRACHEN SPRECHEN

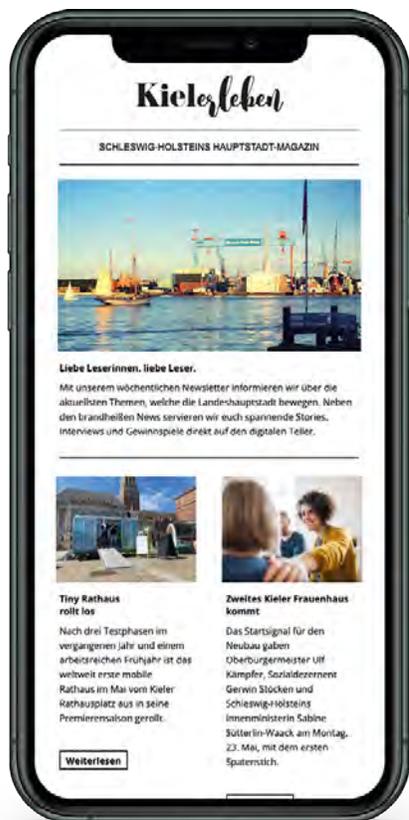
Wer in der Schule Probleme mit Englisch, Spanisch und Französisch hat, kann in den Ferien in nur kurzer Zeit das eigene Sprachniveau um ein Vielfaches anheben. Am meisten hilft es beim Lernen einer Sprache nämlich, diese auch zu sprechen. Das weiß auch die Sprachschule inlingua in Kiel und bietet daher verschiedene Kursformate an, bei denen Schülerinnen und Schüler sich dank Native Speakern wie in einem Kurzaufenthalt im Ausland fühlen können. Der Fokus liegt dabei vor allem auf dem Sprechen und Anwenden der Sprache, denn das ist das Ziel: mühelose Verständigung. In kleinen Gruppen lernt ihr hier Englisch, Spanisch oder Französisch. Die Kurse finden nach Möglichkeit an den Vormittagen in den Schulferien statt, zuvor gibt es einen Online-Test, um zu erfahren, auf welchem Sprachniveau du dich bereits befindest.

BESTE VORBEREITUNG FÜR DEIN ABITUR

Du schreibst dein Abitur im Fach Englisch und fühlst dich noch nicht ganz so sicher? Kein Problem. Bei inlingua gibt es extra dafür Prüfungsvorbereitungskurse. Die Kurse richten sich an die Absolvent*innen und helfen dir dabei, dich gut vorbereitet zu fühlen: sowohl für die schriftliche als auch für die mündliche Prüfung. Auch hier führen dich Native Speaker durch den Dschungel an Vokabeln und Grammatik – und zeigen dir, wie viel Spaß Englisch macht! Jeweils einmal pro Woche lernst du gemeinsam in Gruppen von vier bis fünf Teilnehmenden. Für die genauen Termine, informiere dich am besten bei inlingua direkt.

Alle weiterführenden Infos zu den Kursen und Anmeldungen findest du auf der Website unter www.inlingua-kiel.de oder du rufst an unter Tel.: 0431 / 98 13 80.

IMMER TOP INFORMIERT



Brandheiße Kiel-News –
in unserem wöchentlichen
Newsletter bequem per E-Mail
in euer Postfach geliefert

- ✓ Euch erwarten die neuesten Artikel zum **Stadtgeschehen**
- ✓ Ihr seid up to date und verpasst keine **Veranstaltung**
- ✓ Ladet die neueste Ausgabe schon **vor dem Druck** herunter

Noch nicht genug? Weitere Kiel-News findet ihr unter www.kielerleben.de, auf unseren Social-Media-Kanälen und auf dem Blog des Förde Fräuleins!

Meldet euch an und verpasst nichts,
was in eurer Lieblingsstadt passiert!

kielerleben.de/newsletter

Advertorial



LM
LISA MONTBRUN

LISA MONTBRUN JEWELRY – FAIRER SCHMUCK

Einzigartiger Schmuck mit dem Sinn fürs Schöne und mit Liebe aus nachhaltigen Materialien gefertigt: Am 1. Juli eröffnet Lisa Montbrun ihr Goldschmiedeatelier mit besonderem Anspruch, denn Nachhaltigkeit und Ethik sind die Grundbausteine ihres Handwerks. „Ich verarbeite ausschließlich zertifiziertes Fairtrade-Gold und -Silber, recycelte Edelmetalle und fair gehandelte Edelsteine.“ Dabei entstehen Schmuckstücke, die so schön wie originell und edel sind. Individuelle Wünsche sind Lisa Montbrun herzlich willkommen, am liebsten arbeitet sie mit 750er Gelbgold, aber auch 925er Sterling Silber und andere Farben und Legierungen sind möglich.



Für kleine Gruppen bietet sie zudem Goldschmiedeworkshops in ihrem Atelier an.

Lisa Montbrun Jewelry
Feldstraße 116, 24105 Kiel
www.lisamontbrun.com

AUSBILDUNG

DER WEG IN DIE GOLDENE SCHMIEDE

Die Ausbildung zum Goldschmied oder zur Goldschmiedin ist eine tolle Möglichkeit für kreative Menschen, die handwerkliches Geschick mit der Herstellung von Schmuckstücken verbinden möchten. Die Ausbildung dauert in der Regel drei Jahre und findet sowohl in der Berufsschule als auch im Ausbildungsbetrieb statt. Während der Ausbildung lernst du eine Vielzahl von Techniken und Fertig-

keiten und erhältst theoretischen Unterricht über Metalle, Edelsteine und Designprinzipien. Darüber hinaus erwirbst du praktische Kenntnisse wie Schmieden, Löten, Feilen, Sägen oder Polieren, außerdem moderne Technologien. Im Ausbildungsbetrieb arbeitest du unter Anleitung erfahrener Handwerker*innen. Meist hast du die Möglichkeit, verschiedene Bereiche kennenzulernen, von der Anfertigung von Ringen und Ketten bis hin zur Restaurierung und Reparatur. Kreativität, Geduld und Präzision sind dabei entscheidende Faktoren. Nach erfolgreichem Abschluss stehen dir vielfältige Karriereoptionen offen: Juweliergeschäfte, Schmuckwerkstätten oder auch Ateliers. Nicht wenige entscheiden sich dafür, ein eigenes Schmucklabel zu gründen und selbst Designs zu verwirklichen.





ALLOHEIM[®]
SENIOREN-RESIDENZEN

Wir dienen Ihrer
Lebensqualität.

EINFACH ALLES,

NUR KEINE LANGEWEILE

„AUSBILDUNG BEI ALLOHEIM HEIßT FÜR MICH,

HERAUSFORDERUNGEN MEISTERN UND MENSCHEN

MIT EINEM LÄCHELN BEGEGNEN.“ Carolin (30), 3. Ausbildungsjahr

Wir bieten Dir:

- + Top-Ausbildungsgehalt
- + Abwechslungsreiche Aufgaben
- + Kompetentes Team an Deiner Seite
- + Aufstiegschancen
- + Garantierte Übernahme
- + Alloheim Klasse ab 01.04.2023 in Kiel vor Ort
- + Qualifizierung auch für ungelernte, erfahrene Pflegehilfskräfte möglich

10
STANDORTE
IN KIEL +
LABOE

STARTE DEINE AUS-
BILDUNG IN KIEL UND
UMGEBUNG ALS
PFLEGEFACHKRAFT
(M/W/D)



Alloheim Senioren-Residenzen SE

Kontakt: Katinka Clausen | 0157 788 65471 | katinka.clausen@alloheim.de

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

*Wer kein Ferienhaus auf Ibiza besitzt,
muss sich nicht grämen: Auch bei uns
ist es wunderschön! Und mit den rich-
tigen Einrichtungstipps holen wir uns
das mediterrane Flair einfach in die
eigenen vier Wände.*

Wir verraten dir, wie das geht!

WOHLFÜHL-AMBIENTE, DEKO-AKZENTE & SOMMERMOMENTE

Sommer ahoi! Im Juli versorgt dich das Kaufhaus der Kunst mit perfekten Accessoires für unvergessliche Grillpartys bei Fackelschein oder gemütliche Stunden im kuscheligen Strandkorb.

KAUFHAUS DER KUNST

Hafenstr. 27,
Heikendorf
Mobil: 0176 / 54
92 85 44

MARITIME KLEIDUNG FÜR DIE GANZ LÜTTEN

Tolle und besondere maritime Kleidung für die ganz Lütten gibt es in Heikendorf im Kaufhaus der Kunst zu entdecken. Alles gefertigt in Europa im Oeko-Tex Standard, zu einem fairen Preis – Kombi für etwa 60 Euro, bestehend aus Shirt, Hose, Mütze und Halstuch.



AHOI HEIKENDORF

Diese besonderen Türstopper werden in Handarbeit in Schleswig-Holstein hergestellt. Jedes Stück ist ein Unikat, aus recyceltem Segel. Zu entdecken im Kaufhaus der Kunst für 31 Euro.



Fotos: Sabine Lühr



SAG'S DURCH EINEN SPRUCH

Du möchtest etwas Besonderes mitteilen oder ausdrücken? Wie wär's mit diesen tollen Worten? Sei es als Geschenk, als Mitteilung oder nur einfach zur Dekoration. Im Sommer ein klarer Ausdruck und im Winter schöne Erinnerungen an eine tolle Zeit. Für je 9,90 Euro im Kaufhaus der Kunst in Heikendorf.



FACKELN IM STURM

Wunderschön und edel – die steckbaren Gartenfackeln aus Metall und mit Glaseinsatz machen jeden Garten, Innenhof und sogar Strand zu etwas ganz Besonderem. Im 2-er-Set zu einem besonders tollen Preis für 29 Euro. Schnell sein lohnt sich im Kaufhaus der Kunst in Heikendorf.

KUSCHELIGE KREBS-KISSEN

Diese fröhlichen Gute-Laune-Kissen machen den Sommer noch schöner und gemütlicher. Egal ob auf der Couch oder im Strandkorb, die Kissen verbreiten nur gute Stimmung. Entdeckt im Kaufhaus der Kunst in Heikendorf, inklusive Füllung für 20 Euro.





HINGUCKER FÜRS HEIM

Entdecke das außergewöhnliche Ecksofa-Modell Vesta bei **HMC in Schwentinental**, das in zahlreichen Größen erhältlich ist. Dank seiner vielfältigen Kombinationsmöglichkeiten kannst du es ganz nach deinen individuellen Bedürfnissen gestalten. Ob als kleine oder große Eckkombination oder sogar als Einzelsofa – Vesta lässt keine Wünsche offen. Das schwedische Design verleiht dem Wohnzimmer eine einzigartige Atmosphäre. Es bietet verschiedene Sitzpolsterungen für den perfekten Komfort, mit dem sich entspannte Stunden genießen lassen. Egal ob weich und gemütlich oder fest und stützend – bei Vesta findest du die passende Polsterung. Kommt vorbei und lass dich von dem kompetenten Team beraten. Übrigens: HMC Möbel bietet bis zum 22. Juli ein besonderes Sommer-Special an. Ab einem Einkauf von 2.000 Euro gibt es 200 Euro geschenkt. Ab einem Einkaufswert von 1.000 Euro, werden dir noch 100 Euro erlassen (Nicht anrechenbar auf reduzierte, markengeschützte & Aktionsware. Nur ein Gutschein je Einkauf und Kunde). www.moebel-company.de

Foto: HMC Möbel Company

Sommer-Special

Wir schenken Ihnen bis zu € **200,-*** bis 22.07.2023



- * • € **200,-** ab einem Einkauf von € 2.000,-
 - € **100,-** ab einem Einkauf von € 1.000,-
- Nicht anrechenbar auf reduzierte, markengeschützte & Aktionsware.
Nur ein Gutschein je Einkauf & Kunde.

HMC Möbel Company "Ostseepark Schwentinental"
Dieselstraße 3, 24223 Schwentinental, Tel.: **04307 839363**

www.moebel-company.de



Advertorial

DIE REGION IM TEAM GESTALTEN? DAFÜR HABEN WIR JEMANDEN!

Dass bei uns im Norden die glücklichsten Menschen leben, zeigen Studien immer wieder, und wer den Norden kennt, den dürfte das auch kaum überraschen. Denn wo herrliche Natur, attraktive Wirtschaft und vielfältige Freizeitmöglichkeiten aufeinandertreffen, entsteht die beste Work-Life-Balance.



Rechtsanwalt
Sönke Bergemann,
Geschäftsführer
Haus & Grund Kiel

Damit dieses Gleichgewicht auch ein berufliches Zuhause hat, kommen wir ins Spiel. Als Teil der bundesweiten Haus & Grund-Familie stehen wir seit 150 Jahren für Freude am Eigentum. Um diese zu erhalten und zu steigern, engagieren wir uns für die privaten Eigentümer und nehmen mit gezielter Interessenvertretung Einfluss auf die öffentliche Hand. Unsere Mitglieder erhalten Unterstützung und Informationen in der Beratung oder der Norddeutschen Hausbesitzer Zeitung und profitieren von den Vorteilen unserer Kooperationspartner. Dafür haben wir im Verein und unseren Tochtergesellschaften Haus & Grund Immobilien GmbH Kiel, Hans Schütt Immobilien GmbH und Haus & Grund - Verlag & Service GmbH Kiel qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die täglich mit uns daran arbeiten, dass unsere Region auch weiterhin so lebenswert bleibt. Damit dem Norden das Glück auch in Zukunft immer wieder bescheinigt wird.
www.haus-und-grund-kiel.de

Foto: Haus und Grund

Eva Sandra Pluta und Martin Boris Becker,
Haus & Grund-Mitglieder seit 2000

Unsere Immobilie?

Dafür haben wir jemanden!



Haus & Grund berät und unterstützt Immobilieneigentümer und solche, die es werden wollen. Für einen Jahresbeitrag ab 60,- Euro. Mehr Infos bei Haus & Grund Kiel unter **0431 6636-123** oder **www.haus-und-grund-kiel.de**

Recht & Steuern | Vermieten & Verwalten | Bauen & Renovieren | Technik & Energie



Haus & Grund
Eigentum. Schutz. Gemeinschaft.

BUND
FRIENDS OF THE EARTH GERMANY

Dieser Schmetterling braucht Ihre Hilfe!

€ bund-sh.de/spenden



WINDGESCHÜTZTE WETTERKÖRBE

40 JAHRE EIDERSTEDTER STRANDKÖRBE

Jetzt ist die perfekte Zeit für Entspannung im Garten und am Strand – am besten im Strandkorb. Wer dabei nicht im 0815-Modell sitzen möchte, der ist bei der Firma Eiderstedter Strandkörbe genau an der richtigen Adresse. Hier wird jede maritime Sitzgelegenheit individuell per Hand hergestellt.



Gegründet hat die Firma 1983 der gelernte Korbflechtmeister Karl Heinz Lorenzen, genannt Kalle Korb. Er machte sich mit seinem Meisterstück, dem „Eiderstedter Strandkorb“, einen noch heute anerkannten Namen. Mittlerweile führt Stiefsohn Oliver Theede die Firma in der „Holländerstadt“ und beschäftigt elf Mitarbeiter*innen in mehreren Bereichen, angefangen bei der Schneiderei, über die Tischlerei bis hin zur traditionellen Korbflechterei.

INDIVIDUELLE ANFERTIGUNG NACH MASS

Bei der Ausstattung des Strandkorbes gilt das Motto: Nichts muss, aber alles kann.

Die windgeschützten Wetterkörbe werden individuell nach den Wünschen und Bedürfnissen der Kund*innen hergestellt. Ob 95 oder 190 cm breit, traditionell oder extravagant, jeder Strandkorb wird komplett von Hand gefertigt und ist somit ein wahres Unikat. Doch die Eiderstedter Strandkörbe zeichnen sich nicht nur durch das fachmännische Handwerk der Mitarbeiter*innen aus, sondern auch durch die Qualität der hochwertigen Materialien, durch Beschläge aus Edelmetall und Hölzer, wie etwa sibirische Lärche, die für die Herstellung benötigt werden. Die Strandkörbe aus der Manufaktur schützen nicht nur an Nord- und Ostseeküste vor Wind und Sonne, sondern verschönern in ganz Deutschland die Gärten.

PATENTIERTER KOMFORT

Mit der patentierten „Komfort-Stufenlosverstellung“ lässt sich die Position des Strandkorbes sowohl in Liege- als auch in Sitzrichtung verändern, ohne dass man aus diesem aussteigen oder eine zweite Person um Hilfe bitten muss.

**Eiderstedter Strandkörbe, Uelvesbüller
Str. 1 Friedrichstadt, Tel.: 04881 / 368
www.eiderstedter-strandkoerbe.de**

Eiderstedter
Strandkörbe 



In der Manufaktur entstehen handgefertigte Unikate



MODERNES TERRASSEN- UND BALKONDESIGN

Die Serie Cosmo von Terralis ist ein echtes Allroundtalent: Sie eignet sich ideal für Gärten, Terrassen sowie für die Gestaltung von Höfen und Parks. Insbesondere durch ihre moderne Optik setzt sie dabei Akzente. Die Serie Terralis Cosmo ist rektifiziert, besonders einfach zu verlegen, pflegeleicht und frostsicher. In der großen, neu gestalteten Ausstellung präsentiert die Firma **RABE** die Fliesenmuster und bietet die Gelegenheit, die Produkte näher kennenzulernen. Auch bei der Verlegung und Auswahl der Verarbeitungsmaterialien beraten die Spezialist*innen gerne ausführlich. Weitere Informationen auf www.rabe-kiel.de.

TIPPS VOM ENERGIESPARKOMMISSAR

Carsten Herbert, Diplom-Bauingenieur sowie Gründer und Geschäftsführer eines Ingenieurbüros, betreibt als „Energiesparkommissar“ einen Youtube-Kanal. Auf diesem gibt er den Menschen Tipps, wie sie Energie sparen können. Ob Heizungstechnik, Dämmung, Fenster und anderes mehr, Carsten Herbert greift alles rund ums Haus auf, analysiert kompetent und zeigt verständlich sowie nachvollziehbar, worauf es beim Energiesparen ankommt. Alles das ist auch in sein Buch „Alles, was Sie über Energiesparen wissen müssen“ eingeflossen. Zugleich räumt er darin auch mit Energiesparmythen wie „Wände müssen atmen“ oder „Innendämmung verursacht Schimmel“ auf. Alle, die ein Gebäude besitzen, aber ebenso

auch alle Mieter*innen, sollten das hilfreiche Buch von Carsten Herbert unbedingt lesen, denn bekanntlich stehen in den nächsten Jahren hinsichtlich der energetischen Sanierung von Gebäuden umfangreiche und zukunftsweisende Entscheidungen an, die alle Menschen in irgendeiner Weise betreffen werden. Und für diese Entscheidungen bietet „Alles, was Sie über Energiesparen wissen müssen“ sehr hilfreiche Erklärungen und Tipps.

Carsten Herbert: Alles, was Sie über Energiesparen wissen müssen.
Verlag Herder, 285 S., 18 Euro



Wir stehen für Qualität in der Zinshausverwaltung

GEG, UVI, EnSikuMaV

oder Gaspreisdeckel –

wir behalten immer

den Überblick!

Wechseln Sie jetzt und profitieren Sie von unserer Fusion.

T. 0431-90 69 77 – ulrike.beretta@schuett.de

T. 0431-220 33 222 – thilo.reer@hv-kiel.de



Hans Schütt®
Immobilien GmbH



Haus & Grund®
Immobilien GmbH Kiel



Das Schweigen brechen. Miteinander aus der Krise finden. Viele Paare suchen Hilfe, wenn es schon fast zu spät ist. Wir unterstützen sie, wieder ins Gespräch zu kommen und die Probleme zu lösen. pro familia bietet professionelle Beratung zu Partnerschaft, Sexualität und Lebenskrisen - einfühlsam und vertraulich in landesweit 13 Beratungsstellen. Mehr unter www.profamilia.de/sh oder Tel. 04 61 - 90 92 620

mit uns können Sie reden **pro familia**
Schleswig-Holstein

GRÜNE ALLWETTER-OASE

„Mit viel Erfahrung und Expertenwissen haben die Mitarbeiter von Nelson Park Terrassendächer die Planung, Gestaltung und den Bau unserer Überdachung ausgeführt“, sagt die zufriedene Kundin Frau Paul.

„Seit wir unser Terrassendach haben, ist der Raum für Erholung und gemütliches Beisammensein unsere Terrasse.“ Vom Frühjahr bis in den Herbst verbringen Frau Paul und ihre Familie unzählige Stunden auf der Terrasse, die dank des Daches einen besonderen Raum für Erholung und gemütliches Beisammensein bietet.

„Der Entschluss, unsere Terrasse überdachen zu lassen, war eine der besten Ideen der letzten Jahre“, sagt sie. Die Firma **Nelson Park Terrassendächer** hat ein Terrassendach mit Ganzglasschiebeelementen gebaut. Das moderne, schlichte Design und die großen Glaselemente sorgen für einen unverbauten Blick in den Garten. Je nach Wetterlage können die Glaselemente auf- und zugeschoben werden, damit kann man für eine optimale Belüftung und Temperatur sorgen. Problemlos könnte sich die Überdachung schrittweise zu einem Kaltwintergarten erweitern lassen, der eine interessante und preisgünstige Alternative zum Warmwintergarten ist. Anders als dieser ist er weder beheizt noch isoliert.

Vor allem bei südlich gelegenen Kaltwintergärten kann aber die natürliche Sonneneinstrahlung optimal genutzt werden. Er ist ein idealer Aufenthaltsort für Pflanzen, die den Winter im Norden nicht überleben würden. Eine Markise bietet bei zu großer Sonnen-

einstrahlung ausreichend Schatten. Die in die Profile eingebauten LED-Lichtleisten beleuchten die Terrasse in den Abendstunden mit einem angenehmen und in der Helligkeit abstufbarem Licht. Weitere Infos unter www.nelsonpark-td.de.



Foto: Nelson Park Terrassendächer

Aktion zum Sommeranfang: 12 % Rabatt auf Terrassendächer und Kaltwintergärten



Unsere Terrassendächer und Kaltwintergärten sind individuell und maßgefertigt, sie passen genau zu Ihrem Haus, Ihrer Terrasse und Ihrem Garten.



Nelson Park Terrassendächer

Servicebüros in Ihrer Nähe:

24784 Westerröfald, Gorch-Fock-Weg 8, 0 43 31 / 4 38 09 49

24226 Heikendorf, Binzer Weg 1, 04 31 / 9 90 18 25

www.nelsonpark-td.de

**Neu bei Nelson Park:
Solar-Terrassendächer**

GROSSER ABVERKAUF BEI MÖBEL JANZ

Zeit für Schnäppchen: Wer sein Heim neu gestalten will, sollte bei Möbel Janz vorbeischaun. Dort findest du viele tolle Produkte jetzt bis zu 50 Prozent reduziert.

Alle Abteilungen sind dabei, wenn es heißt: Abverkauf! Von Polster- garnituren und Wohnwänden über Betten, Matratzen und ganzen Schlafzimmern bis hin zu Garderoben oder Esszimmereinrich- tungen kannst du hier nach Herzenslust stöbern. Und dabei nicht nur schön shoppen, sondern auch viel Bares sparen. Dabei sind alle Stücke sofort lieferbar und du musst nicht lange auf deine neue Wohlfühloase warten. Auch Textilien, Wohnaccessoires und Möbel der Schöner Wohnen Kollektion, Musterring und auch Interliving sind bis zu 50 Prozent reduziert. Es lohnt sich also in jedem Fall, bei **Möbel Janz** vorbeizuschauen. Übrigens: Wer sich jetzt fragt, wohin mit den alten Möbeln, kann beruhigt sein. Möbel Janz kümmert sich kostenfrei um deine Altmöbelentsorgung! Und wenn das noch immer nicht genug ist, dann haben wir noch ein weiteres Schman- kerl: Auf jede Neubestellung gibt es 20 Prozent Rabatt. Na, kannst du schon deine neuen Wohn(t)räume sehen? Mehr Informationen und Aktuelles online auf der Website unter www.moebel-janz.de.

Fotos: Interliving



Hübsche Deko- accessoires und gemütliche Lounge-Möbel aus der Inter- living-Serie jetzt bis zu 50 Prozent reduziert



- Polstergarnituren
- Betten
- Garderoben
- Wohnwände
- Matratzen
- Tische
- Sofas
- Dekoartikel
- Vasen
- Kissen
- Badaccessoires
- Speisezimmer
- Schlafzimmer
- Kerzen
- Bettwäsche
- Decken
- Geschirr
- und vieles mehr!

Summer SALE

auf unser Fachsortiment & in der Wohnboutique!

z.B.:
Brotkasten „Elly“,
in cool Grey
statt 72,95 €
jetzt 35,95 €



bis zu
50%
reduziert



M Ö B E L JANZ

Möbel Janz GmbH
Schönberger Landstr. 59-61
24232 Schönkirchen
Telefon (04348) 9170-0
Folgen Sie uns: [f](#) [p](#) [v](#) [i](#) [o](#)

www.moebel-janz.de

**Ausstellungstücke
in allen Abteilungen
reduziert!**

**Möbel
ohne
Lieferzeit!**

Für ein neues Lebensgefühl

KIEL FÄNGT SONNE EIN

ERFOLGREICHE SOLAR-FÖRDERUNG WIRD FORTGESETZT

Auf die Dächer, fertig, Strom! Das war im April 2022 der Startschuss für das Solar-Förderprogramm der Landeshauptstadt Kiel. Um den Bezug kostengünstiger erneuerbarer Energien zu ermöglichen, unterstützt die Stadt die Installation von Photovoltaik- und Solarthermieanlagen auf Kieler Dächern und Freiflächen und führt das Programm in 2023 fort.

Im ersten Jahr der Förderung wurden Anträge für 262 Anlagen mit einer Leistung von zusammen 3.158 Kilowatt-Peak gestellt und positiv beschieden. Diese Anlagen belegen insgesamt 16.590 Quadratmeter auf Kieler Dachflächen. Wenn jedes Jahr diese Menge an Solarleistung in Kiel installiert wird, kann das gemäß Ratsbeschluss angestrebte Ziel von 50 Megawatt-Peak Solarenergie im Kieler Stadtgebiet in zwölf Jahren erreicht werden. Der Kieler Stefan Zahorsky ließ die 15,6 Kilowatt-Peak-Photovoltaikanlage für sein Einfamilienhaus durch das Kieler Förderprogramm bezuschussen. Über seinen Beitrag zur Kieler Energiewende sagt er: „Es macht absolut Sinn, die gesamten Dachflächen zu belegen und unseren Teil zur Energiewende beizutragen. Wir haben uns bewusst gegen einen Stromspeicher entschieden und verdrängen lieber fossilen Strom im Stromnetz. Die Energiewende

ist eine Aufgabe der Gesellschaft und nicht jede*r hat Möglichkeiten, eine Photovoltaikanlage zu errichten. Jedes geeignete Dach, welches nicht mit einer Photovoltaikanlage belegt ist, ist ein Dach zu wenig. Eigentum verpflichtet unserer Meinung nach zum Handeln – und wir haben angefangen zu handeln.“

300.000 EURO IM TOPF

Bis Ende 2023 stehen für das Förderprogramm insgesamt wieder 300.000 Euro bereit. Kieler Bürger*innen, Unternehmen, Wohnungseigentümer*innengemeinschaften und Institutionen können die Fördermittel aus dem vielfältigen Förderprogramm laufend beantragen. Unter www.kiel.de/solarfoerderung sind die Förderbedingungen und Anträge im Internet abrufbar. Dort kann der Antrag auch online gestellt werden.

Großes Potenzial sieht das Klimaschutz-Team insbesondere auf den Dächern von Mehrfamilienhäusern, auf Freiflächen wie Parkplätzen und auch auf gewerblichen Immobilien von Unternehmen. „Solarenergie macht unabhängig und ist wesentlich günstiger als fossile Energien. Gerade in energieintensiven Branchen kann eine eigene Stromerzeugung wesentlich zur Senkung der Betriebskosten beitragen“, führt Doris Grondke, Stadträtin für Stadtentwicklung, Bauen und Umwelt, aus.

Auch die Adolf Richter GmbH hat die Vorteile des eigenen Solarstroms erkannt und eine Förderung ihrer Photovoltaikanlage beantragt: „Entschieden haben wir uns für die Anlage, weil auch wir unseren Beitrag zur Klimaneutralität leisten wollen. Und natürlich auch, um unabhängig von den schwankenden Strompreisen zu sein. An den Sonnentagen leistet die Anlage so viel, dass wir unseren benötigten Strom komplett selbst produzieren, an den eher schattigen Tagen natürlich nicht. Der überschüssige Strom wird in das Netz eingespeist. Unser Ziel ist es, den zu viel produzierten Strom mittelfristig selbst zu speichern. So können wir die Schwankungen selbst ausgleichen und wären komplett klimaneutral“, sagt Geschäftsführer Kim Seidler.

Das aktualisierte Kieler Solardach-Kataster – online zu finden unter www.solar-kataster-kiel.de – ermöglicht Interessierten eine unkomplizierte erste Einschätzung der Eignung und Wirtschaftlichkeit von Photovoltaik- und Solarthermieanlagen auf dem eigenen Dach.



STARKE PREISE BEI KNUTZEN HOME

Knutzen Home lädt dich ein zu einer exklusiven Shopping-Erfahrung mit besonderen Vorteilen für die geschätzte Kundschaft.

Entdecke jetzt die hochwertigen Möbel zu unschlagbaren Preisen, die das Team von **Knutzen Home** speziell für jetzt im Rahmen des großen Umbaus zusammengestellt hat. Profitiere von einem Preisnachlass von bis zu 50 Prozent auf Möbel und Betten und erstaunlichen 70 Prozent Rabatt auf Bettwäsche, Decken, Kissen und Matratzen. Ein besonderes Highlight ist die beliebte Couchgarnitur „Santiago“, die einmalig für nur 1.250 Euro inklusive Hocker erhältlich ist, anstatt des regulären Preises von 2.398 Euro. Dieser attraktive Nachlass von Einzelstücken ist Teil des umfangreichen Umbaus und Sortimentwechsels. Schnell

sein lohnt sich! So erhältst du exklusive Möbel mit kleinen, teilweise nicht einmal sichtbaren Schönheitsfehlern sowie Garnituren, die aus dem Sortiment genommen werden. Nutze diese einzigartige Gelegenheit, um dein Zuhause stilvoll zu gestalten. Zusätzlich bietet Knutzen unschlagbare Angebote für Tempur- und Emma-Matratzen. Lass dich von der exquisiten Auswahl inspirieren und schau rein bei Knutzen Home in der Straße Kehr wieder in Kiel. Alle Mitarbeitenden freuen sich darauf, dir bei der Verwirklichung deiner Wohnträume behilflich zu sein. www.knutzen-home.de.



Hier findest du besondere Möbelstücke zu fairen Sonderpreisen



Fotos: Sebastian Schulten



KNUTZEN HOME

DIE MIT DEM GRÜNEN HAUS!

16 x in Schleswig-Holstein

WWW.KNUTZEN-HOME.DE

VORHER



NACHHER



Beratungs- & Aufmaßtermin vereinbaren!

04321-2517160

oder

0151-61728795

per mail:

Treppen@knutzen-home.de



Zum Produktvideo

TREPPENRENOVIERUNG

Wir machen Ihre Treppe schön!

Mit unserem Treppenrenovierungssystem bieten wir Ihnen das Rundum-Sorglos-Paket. Von der Beratung über das Aufmaß bis hin zum Einbau begleiten wir Sie auf dem Weg zu Ihrer neuen Traumtreppe. Unsere Treppenprofis beraten Sie unverbindlich und kostenlos über die Möglichkeiten und den genauen Umfang der Treppenrenovierung.

- Kompetente Planung & Montage
- Ansprechende Designs
- Pflegeleicht & Robust
- 20 Jahre Garantie auf Abrieb
- Made in Germany



BERATUNG & AUFMASS

Bei Ihnen oder in einem unserer 16 Treppenstudios entwerfen wir Ihre neue Traumtreppe. Im Anschluss erfolgt der Aufmaßtermin vor Ort.

FACHGERECHTE MONTAGE

Die Montage erledigen unsere Profis für Sie in 2-5 Tagen, je nach Komplexität und Menge der Stufen. Hierbei ist die Treppe jederzeit begehbar.

Besuchen Sie auch unsere großen Treppenstudios in den Filialen.

KNUTZEN HOME **KIEL**
Asmusstr. 19-21
Tel. 0431 / 74 808

KNUTZEN HOME **KIEL**
Bahnhofstr. 14
Tel. 0431 / 64 25 24

KNUTZEN HOME **KIEL**
Kehrwieder 13
Tel. 0431 / 73 84 15

KNUTZEN HOME **SCHÖNBERG**
Eichkamp 18
Tel. 04344 / 41 32 20

OstseeMakler
 Immobilien-Verkauf
 kann so einfach sein.



Gutschein
 für eine kostenlose
 Immobilienbewertung

6 x im Norden
 Laboe | Gettorf | Kappeln
 Bordesholm | Schleswig |
 Lütjenburg

Seit über
20 Jahren

www.ostseemakler.de
 T (04346) 363 988 - 0



Seit über
 80 Jahren

FAHRENKRUG
 KACHELÖFEN UND KAMINE



www.fahrenkrug-kamine.de

- Heizkamine
- Ersatzteile
- Kachelöfen
- Zubehör
- Speicheröfen
- Wartung
- Stilkamine
- Reparaturen
- Fliesenarbeiten

Eichenbergkamp 14-16 Kirchenstraße 11
 24149 Kiel 24211 Preetz
 Telefon 0431/20 15 15 Telefon 04342/78 78 65



Immobilienkauf, Anschlussdarlehen, Modernisierung:
 Holger Paasch, Sandra Trennt und Oliver Arp (v. li.)
 sind die Ansprechpartner bei Immobilienfinanzierer Dr. Klein

PASSENDE LÖSUNGEN FÜR MODERNISIERUNGEN

Um den Wert einer Immobilie zu erhalten, zu steigern oder einfach für mehr Wohnqualität und Nachhaltigkeit zu sorgen, ist von Zeit zu Zeit eine Modernisierung oder Renovierung erforderlich. Dabei kann gleichzeitig Energie und Geld gespart, von staatlichen Fördermöglichkeiten profitiert und das Klima geschützt werden. Egal ob heute modernisiert werden soll oder eine Modernisierung in den kommenden Jahren ansteht, es gibt für jeden die passende Finanzierungslösung! Die Spezialisten von Dr. Klein in Kiel beraten Eigenheimbesitzer zu den verschiedenen Möglichkeiten, ihr Vorhaben zu realisieren. Manchmal lohnt es auch, einen Blick auf staatliche Förderungen zu werfen. Weitere Informationen erhalten Sie bei Sandra Trennt, Holger Paasch und Oliver Arp von Dr. Klein in der Holstenstraße 14-16, über 0431 / 64 08 28 20, kiel-baufi@dr.klein.de oder www.drklein.de.

Foto: Sebastian Schulten

KAUFEN ODER MIETEN: DIE AKTUELLE LAGE

Ob mieten oder kaufen ökonomisch betrachtet sinnvoller ist, hängt von der individuellen finanziellen Belastung ab – und die steigt aktuell oft, da die Bauzinsen in den vergangenen Monaten einen deutlichen Sprung machten. Durch einen höheren Zinssatz wird der Einstieg ins Eigenheim für viele schwieriger. Da die höheren Bauzinsen Kredite teurer machen, kann schon ein geringer Anstieg des Zinsniveaus die monatliche Belastung um Hunderte Euro erhöhen.

Zusätzlich sind durch die hohe Inflation viele andere Kosten gestiegen, was das monatliche Budget weiter schmälert. Einige Makler*innen sprechen bereits von einer Trendwende, da der Kreis der Kaufinteressent*innen, die sich noch eine Immobilie leisten können oder wollen, kleiner wird, was die Nachfrage und auch die Kaufpreise drückt. Dieser Mechanismus war im dritten Quartal 2022 schon zu beobachten: So fielen die Preise für Wohnimmobilien laut Statistischem Bundesamt im Schnitt um 0,4 Prozent zum Vorquartal. Die Nachfrage werde sich teils auf den Mietwohnungsmarkt verlagern und dort den Druck erhöhen, heißt es in einer Studie der Landesbank. Das trifft in Deutschland viele Menschen, da nur rund die Hälfte der Bevölkerung in Eigentum lebt. Sowohl Eigentum als auch die Mieten werden derzeit also tendenziell teurer (Quelle: Fokus.de).



Foto: Getty Images

CHARAKTERSTARKE EINGÄNGE FÜR DAS HAUS

Sie sind der Ort, an dem jedes „Herzlich willkommen“ stattfindet: Haustüren! Bei Glasbau Schwarz gibt es sie in schicker, individueller und vor allem moderner Ausführung.

TOP WAHL FÜR MODERNE & MODERNISIERTE HÄUSER

Jeder weiß, der Eingang ist die Visitenkarte eines Hauses und verrät viel über die Menschen, die dort wohnen. Für individuelle und puristische Geschmäcker bietet Glasbau Schwarz mit GAYKO pure elements deshalb neue, exklusive Designs der Haustürserie GAYKO Aluline an. Vier verschiedene Materialführungen stehen dabei im Fokus der neuen Exklusiv-Designs: „pure oak“, „pure beton stil“, „pure keramik“ und „pure dekor stil“. Alle Haustüroberflächen verbinden modernes Design mit hochwertigen Materialien zu einem starken Gesamtergebnis und sind obendrein national und international geprüft und zertifiziert. Komponenten wie Blendrahmen, Griffe, Applikatoren und

Ornamentgläser sind in puncto Farbe und Ausführung individuell wählbar. Und wie wäre es zudem mit einer eleganten LED-Beleuchtung der Türgriffe oder einer Smart-Touch-Funktion für schlüsselfreies Öffnen?

EINBRUCHSCHUTZ DER SONDERKLASSE

In Sachen Sicherheit, Wärmeschutz und Schallschutz macht Glasbau Schwarz keine Kompromisse, deswegen zeichnen sich alle GAYKO-Produkte durch hochwertige Materialien, Farb- und Alterungsbeständigkeit sowie die sorgfältige handwerkliche Verarbeitung aus. Die „pure oak“-Serie ist auch als GAYKOSafeGA® mit geprüfter und zertifizierter Sicherheitsausführung bestellbar. „Wir schenken mit dieser Technologie



unseren Kunden das Vertrauen, zu jeder Tages- und Nachtzeit in ihrem Haus sicher zu sein. Die seit Jahren bewährte patentierte Sicherheitstechnologie von GAYKO hat bereits zahlreiche Einbrüche wirksam verhindert und bietet optimalen Einbruchschutz“ erklärt Hendrik Neumann von **Glasbau Schwarz**.

Foto: GAYKO Fenster-Türenwerk GmbH

GAYKOALULINE
Aluminium Haustüren

Entdecken Sie die neuen GAYKO pure elements

Alles in einem:

- ✓ Exklusive Design-Oberflächen
- ✓ Energiekosten sparen
- ✓ Hoher Einbruchschutz

pure oak

Seit 1871
**GLASBAU
SCHWARZ**
Tradition. Innovation. Perfektion.

Mehr Infos:



Ihr GAYKO Fachbetrieb vor Ort:
Schlehenkamp 14 · D-24146 Kiehl
Tel: (04 31) 58 08 100 · www.glasbau-schwarz.de

20%
Staatlicher
Zuschuss

SCHÖNHEIT UND NACHHALTIGKEIT VEREINT

Trava Solar setzt mit einer innovativen Voldachlösung ein Zeichen für nachhaltige Architektur und umweltbewusstes Wohnen.



Vom ersten Gespräch bis zum ersten eigenen Strom kümmert sich das Team von Trava Solar um alles

„Trava Solar legt großen Wert auf ein harmonisches Zusammenspiel von Energieerzeugung und ansprechendem Design“, sagt Fachberater Torsten Klüss. „Im Gegensatz zu einem unansehnlichen Flickenteppich aus Solarmodulen auf dem Dach, bietet unsere elegante und lückenlose Aufdachanlage eine ästhetisch ansprechende Alternative. Mit Modulen unterschiedlicher Größe können wir für jedes Dach eine optisch ansprechende Lösung finden.“ Die Photovoltaikanlagen von **Trava Solar** bieten zahlreiche ökonomische und ökologische Vorteile.

Durch die Nutzung der unerschöpflichen Energiequelle Sonne können nicht nur die Stromkosten erheblich gesenkt werden, sondern auch der CO₂-Fußabdruck reduziert und

ein aktiver Beitrag zum Klimaschutz geleistet werden. Gleichzeitig wird die Unabhängigkeit von steigenden Energiepreisen erreicht. Zusätzlich zur Einsparung der Umsatzsteuer, die bei der Anschaffung einer Photovoltaikanlage zurzeit entfällt, ist die Nutzung der verfügbaren Fläche effizienter und der Ertrag höher. „Von der individuellen Beratung über die sorgfältige Planung bis hin zur fachgerechten Installation stehen unseren Kunden erfahrene Experten zur Seite“, so Klüss. „Nutzen Sie die Kraft der Sonne für ein sauberes, energieeffizientes Zuhause. Setzen Sie auf Qualität, Stil und Zukunftssicherheit und vertrauen Sie Ihrem regionalen Photovoltaikanbieter.“ www.trava-solar.de

Foto: Trava Solar



Neu!

Photovoltaik nachhaltig und schön:



Flickenteppich auf dem Dach? Das muss nicht sein! Mit Trava-Solarmodulen bewahren Sie die ansprechende Optik Ihres Hauses.

Trava-Solarmodule in unterschiedlichen Formen und Größen:










TRAVA SOLAR

SOLARDÄCHER

Lassen Sie sich ein unverbindliches und kostenloses Angebot bei Ihrem regionalen Photovoltaik-Anbieter machen!

Servicebüro Kiel
24111 Kiel
Wilmsdorfer Str. 30
04 31 / 69 10 77 19
www.trava-solar.de



WAS IST LOS AUF DEM IMMOBILIENMARKT?

*Die Hochpreisphase hat sich abgekühlt und die Verkaufspreise für Immobilien sind um etwa zehn Prozent gefallen. Ein Grund zum Jubeln für Käufer*innen?*

Mitnichten, denn damit haben wir wieder das Preisniveau von 2020 erreicht. Jetzt sind allerdings die vormals sehr günstigen Zinsen dreimal so hoch als noch 2020. Immobilien sind immer noch knapp, denn die Baubranche schafft es weder personell noch materiell, die große Nachfrage zu decken. Bauen ist deswegen und aufgrund der inzwischen höheren Kosten heute keine echte Alternative mehr. Selbst die öffentliche Hand hinkt hinter ihren eigenen Zielen von 400.000 neuen Wohnungen pro Jahr hinterher. Der Wohnungsmangel hängt auch damit zusammen, dass Menschen heute einen um 30 Prozent höheren Platzbedarf haben als noch vor dreißig Jahren. Viele Immobilien werden inzwischen ganz anders genutzt, als es geplant war.

Zum Einen ziehen Ältere nicht aus ihren, inzwischen meist zu großen gewordenen, Immobilien aus. Zum Anderen leben immer mehr Singles in Wohnungen, die früher als Paar oder mit der Familie genutzt wurden, weil zum Beispiel ein Arbeitszimmer fürs Homeoffice gebraucht wird. Dass der Markt nicht so in Bewegung ist wie bis vor etwa zehn Jahren, merken vor allem Mieter*innen auf Wohnungssuche. Eine Immobilie ist also nach wie vor eine sehr gute Geldanlage. In dreißig Jahren hat/hätte man eine sehr schöne Immobilie abbezahlt, statt sie zu mieten. Wer die Immobilie nicht durchgehend selbst nutzt, kann sie vermieten. Und beim Verkauf realisiert man die Wertsteigerung, die es gibt, seit Häuser gebaut werden. In der Zwischenzeit hat man zusätzlich entweder selbst die Miete gespart oder Mieteinnahmen erhalten. Eine Immobilie ist daher also keinesfalls spekulativ, sondern ein ganz realer Gegenwert. Mehr unter www.HELDT.immo



Von **DORIS HELDT**
Immobilien **HELDT**
#lieblingmaklerinkiel #drohnenpilotin



DORIS HELDT
Wrangelstraße 27
24105 Kiel

Mobil 0177.33 30 310
Büro 0431.88 80 802
Mail doris@heldt.immo



Alle Angebote sehen



KAUF KIEL-Blücherplatz // herrschaftlich
ca. 190 m² Wfl. // 2 sonnige Balkone

2018 modernisiert // **NOUVE**-Küche weiß
separates WC // alle Leitungen f. 2. Bad
Kaufpreis 769.000 € // Provision 3,57 %

Energiebedarfsausweis: 147
kW/h (m²*a)
Energieklasse E
Energieträger **Fernwärme**
Warmwasser enthalten
Baujahr 1910

KAUF Direkt im Seglerparadies // STRANDE
Handwerker-Haus // ca. 565 m² Garten

Für Segler // Reihemittelhaus mit Eck-
grundstück // in Hafen- und Strandnähe
Kaufpreis 590.000 € // Provision 3,57 %

Energiebedarfsausweis
486,44 kW/h (m²*a)
Energieklasse H
Energieträger Erdgas
Warmwasser enthalten
Baujahr 1956 (Heizung 2013)

KAUF KIEL // Privatstraße // 3 Bäder
4 Zi. // großer Garten m. Teich

Wintereg. // Bulthaup-EBK // Dachterrasse
ca. 207 m² Wfl. // 765.000 € // Prov. 3,57 %

Energiebedarfsausweis:
261,99 kW/h (m²*a)
Energieklasse H //
Energieträger Öl //
BJ 1973
Warmwasser
enthalten

#drohnenpilotin #lieblingmaklerin #immobilienheldt

MODE & BEAUTY

Die Sommermode- und Beauty-Trends bringen frische Farben, leichte Stoffe und natürliche Looks mit sich. Genieße den Juli mit Stil!



BE [...] MY FRIEND

Das junge Label **BE [...] MY FRIEND** stellt hochwertige, rein pflanzliche Hautpflege-Produkte her, die für verschiedene Zwecke verwendbar und kombinierbar sind. Weg vom voll geräumten Badezimmer-Schrank, hin zum natürlichen, minimalistischen Regal voll herrlich duftender und wohltuender, rein biologischer und veganer Gesichts- und Körperpflege lautet die Mission! Produziert wird ressourcenschonend mit sozialer Verantwortung aus natürlichen Rohstoffen in Bio-Qualität. Alle Produkte sind frei von Farbstoffen, Parabenen, Mineralöl, Aluminium, Silikonen, Weichmachern, Formaldehyd und PEGs und natürlich strikt ohne Tierversuche - denn um sich zu pflegen, braucht man keine Chemie, sondern nur die simpelsten, dafür besten Zutaten. Wie bei wahrer Freundschaft. Weitere Infos unter www.besoapmyfriend.com.



COPENHAGEN MEETS KIEL

Vielleicht hast du ihn schon entdeckt: Seit Oktober letzten Jahres glänzt in der Holtenauer Straße ein brandneuer Store für lässige Sneaker, Stiefel und mehr, nämlich der **Copenhagen Store Kiel**. In der Holtenauer Straße 38 findest du tolle Schuhmodelle, die in Kopenhagen designt und in Europa hergestellt werden, das Leder dafür stammt aus ausgewählten, familiengeführten Manufakturen in Italien. Der Stil? Casual, lässig, leger und ziemlich

cool. Kieler*innen finden hier den perfekten Begleiter! Übrigens: Falls du nicht nur selbst super in love mit den Modellen bist, sondern auch andere dafür begeistern kannst, dann melde dich im Store. Das Team sucht noch Unterstützung im Sales-Bereich! Vielleicht bist du ja genau richtig!

Das Modell CPH1 für 199,90 Euro bringt dank Scandi-Retro-Design und orangefarbener Details sommerlich gute Laune in deinen Kleiderschrank



Foto: Copenhagen



**camel active Store
Kiel**

Alter Markt 11

**Wir freuen uns auf
Ihren Besuch!**



STILVOLL

Tipps mit Stil von Autorin Jasmin Khezri und Illustrationsfigur IRMA.

Wie reise ich stilvoll mit leichtem Gepäck? Wie setze ich in meinem Outfit Farbe ein? Mit ihrer Illustrationsfigur IRMA stellt Autorin Jasmin Khezri vielen Frauen schon lange eine liebgewonnene Lebensbegleiterin zur Seite. Sie ist nicht nur in dem digitalen Magazin der Illustratorin und Modejournalistin zu sehen, sondern war außerdem lange Jahre Bestandteil der Glamour und vieler internationaler Magazine. In diesem Callwey Buch vereint Jasmin Khezri ihren großen Bild- und Textschatz und gibt mithilfe von IRMA Tipps, wie man sich in jeder Situation stilvoll durch das Leben bewegt, auch ohne zu tief in den Geldbeutel greifen zu müssen.

**Jasmin Khezri: Irma's world.
Stilvoll in allen Lebenslagen
Callwey, 208 S., 45 Euro**



Jasmin Khezri weiß, wie man sich stilvoll durch das Leben bewegt



DIE LEGENDE SETZT SICH FORT

Eine Uhr, so individuell wie du: Die AIKON Automatic Kollektion begeistert durch ein einfaches Armbandwechsel-System, ganz ohne Werkzeug. Egal ob hochwertiges Leder, flexibler Kautschuk oder glanzvoller Edelstahl – die Armband-Optionen sind so vielseitig sein/e Träger*in. Die AIKON Automatic Kollektion ist umfangreich und umfasst unterschiedliche Farben, Komplikationen und Größen. Der starke Charakter mit Edelstahlband und -gehäuse wird durch diverse Zifferblattfarben mit «Clous de Paris»-Motiv betont. Neben ihrem selbstbewussten Look glänzt die AIKON auch durch ihre Funktionen wie ein Automatikwerk und die Datumsanzeige. Hochwertige und glanzvolle Zeitmesser wie die MAURICE LACROIX AIKON Automatic findest du bei **Juwelier Happe** in der Dänischen Straße. Mehr unter Tel.: 0431 / 921 90 und www.juwelier-happe.de

Foto: PR

Im Juli
20%
auf unsere
Trauringe.
Kommen Sie
vorbei!



Happe Juwelier
Dänische Straße 8-10
Tel. (04 31) 9 21 90

www.juwelier-happe.de



Das Glanz & Gloria Team (v. li.):
Sandra, Angelika, Sabrina, Gudrun und Patricia

**BORDESHOLMER
SOMMERFEST**
1. JULI
VON 12-18 UHR

Handgefertigter
Schmuck in Pastell-
farben von gubo



Eine süße Geschenkidee sind
die Überraschungstüten von
der Manufaktur Wunderle



Schöne Teelichthalter
in zarten Farbtönen



Ledertaschen
von Harbour 2nd

HAPPY BIRTHDAY

15 Jahre Glanz & Gloria in Bordesholm

Sommeroutfit
von Sorgenfri Sylt



Am Anfang war die Idee, dann kam die Vision und dann die Umsetzung. Heute ist das Geschäft von den Schwestern Sabrina John und Angelika Kleen im Herzen Bordesholms ein Conceptstore mit vielseitigem Sortiment. Kund*innen finden hier nordische Damenmode und Accessoires, Schmuck, Naturkosmetik, Mitbringsel und Geschenkartikel sowie Leckeres für das leibliche Wohl. Der Fokus liegt dabei auf Nachhaltigkeit und Fair Fashion – regionale Unternehmen und kleine Manufakturen werden bevorzugt. Alles, was es hier zu kaufen gibt, suchen die beiden Schwestern mit viel Sorgfalt und Liebe zum Detail aus – immer mit einem Blick für das Besondere abseits des Mainstream. Jede*r ist herzlich willkommen, diese bunte Welt voller Glanz und Gloria zu entdecken, zu erleben und zu genießen.

LIEBLINGSSTÜCKE FÜR DEN SOMMER

Aktuelle Lieblingsstücke aus nachhaltiger und fairer Produktion sind zum Beispiel neue Sommeroutfits von Sorgenfri Sylt und Armedangels, handgemachter Schmuck von gubo oder Ledertaschen von Harbour 2nd aus Hamburg. Außerdem gibt es süße Geschenkideen, Mitbringsel und Überraschungstüten von Wunderle. Weitere Informationen unter Tel. 04322 / 88 87 27 oder www.lieblings-stuecke.shop.

Glanz & Gloria
Lieblingsstücke



Fairfashion &
Scandic Lifestyle

Bordesholmer Sommerfest

Geburtstagsrabatt am 01. Juli

15%

auf die Modekollektion

Mo.-Fr. 10-18 Uhr • Sa. 10-13 Uhr
Mühlenstraße 1 • 24582 Bordesholm
www.lieblings-stuecke.shop



Matter, deckender & langanhaltender Lippenstift, der die Lippen nicht austrocknet
Preis 30,50 Euro



Samtiger und feuchtigkeits-spendender Lippenstift,
Preis 28,50 Euro

ICH BIN SO WILD ...

... nach deinem Erdbeermund, ist mit den Lippenstiften von 100 % pure wörtlich zu nehmen, denn diese werden aus gesunden Fruchtpigmenten hergestellt. So leuchten die Lippen in den schönsten Farben und werden gleichzeitig mit wertvollen Vitaminen und Antioxidantien gepflegt. Hergestellt aus 100 Prozent natürlichen Inhaltsstoffen ohne künstliche Konservierungs- oder Duftstoffe und natürlich ohne Tierversuche! Erhältlich auf www.100percentpure.de



Anti-Aging-Lippenstift, der die Lippen weich und geschmeidig hält, Preis 32,50 Euro

Advertorial

Calligraphy[®] Cut – ODER DIE KUNST DES „SCHÖNSCHNEIDENS“



Dass ich feine Haare liebe, weiß mittlerweile jeder. Aber was es bereits seit 2014 in unserem Salon in Kiel gibt, ist nicht nur bekannt durch die Sendung „Die Höhle der Löwen“, sondern revolutionär: der „Calligraphy Cut“. Kalligrafie, die Kunst des Schönschneidens, inspirierte meinen Intercoiffure-Kollegen und geschätzten Freund Frank Brommann dazu, eine neue Schnitttechnik zu entwickeln – den Calligraphy Cut. Durch die neue Haarschneidemethode wird das Haar kräftiger und weniger anfällig für Spliss. Die größten Modezeitschriften haben bereits über das Wunder Calligraphy Cut berichtet, und viele Stars schwören darauf! Ganz exklusiv hat Frank unser ganzes Team in Kiel geschult. Echtes Umdenken war gefordert, und der „Wow“-Effekt ließ nicht lange auf sich warten.

Die Modelle waren alle begeistert und genossen das neue Haargefühl! Was ist das Geheimnis? Ein spezielles „Schönschneidemesser“ schneidet das Haar im Gegensatz zur Schere in einem speziellen Winkel schräg ab. Dadurch bekommen die Haare mehr Bewegung und stützen sich gegenseitig, sodass die Frisur insgesamt fülliger wirkt. Darüber hinaus wird die Haarfaser nicht verletzt, es entsteht weniger

Spliss, und der Schnitt hält circa drei Wochen länger als üblich. Die Technik wurde speziell für feines Haar entwickelt, aber geeignet ist sie ebenso für kräftige Mähnen und Locken. Besonders gut kommt der Schnitt bei kurzen oder schulterlangen Haaren zur Geltung. Und auch für Männer ist der Effekt des Calligraphy Cuts ein echtes Plus! Und etwas ganz Besonderes verbindet mich mit dem Calligraphy Cut: Als Frank die neue Technik im Rahmen einer Gala für Intercoiffure aus ganz Deutschland in Hamburg vorstellte, wurde ich zum Intercoiffeur ernannt. Wir sind stolz, ganz exklusiv in Kiel die Lizenz zum Schönschneiden zu haben, und freuen uns schon, unsere Kunden damit zu begeistern. Lassen Sie sich darauf ein und probieren Sie ihn aus: den Calligraphy Cut!

Herzlichst,
Ihr Björn Donner

bd björn donner,
Bismarckallee 2, Kiel
Tel.: 0431 / 26 09 79 77
www.bjoern-donner.de

FESTLICHE BIS REVOLUTIONÄRE BEAUTY-NEWS

*Im Kieler Kosmetikstudio COSMETIC ART ist aktuell
ganz schön was los – was, erfährst du hier!*



5-JÄHRIGES JUBILÄUM

Vergangenen Monat wurde im Kieler Kosmetikstudio COSMETIC ART Jubiläum gefeiert. Das Studio, in dem sich Inhaberin Marlena Grzesiak und ihr Team seit nun schon fünf Jahren um das Wohlbefinden und die Schönheit ihrer Kund*innen kümmern, lud zu einer tollen Feier mit rund 180 Gästen ein. Marlena war begeistert über die Resonanz: „Wahnsinn! Ich möchte mich bei jedem einzelnen herzlich bedanken, der mit mir gemeinsam diesen schönen Tag verbracht hat. Ich danke allen für das Vertrauen und die langjährige Treue.“ Das Team ist voller Vorfreude auf die kommenden Jahre und die Gelegenheit, weiterhin eng mit seinen geschätzten Kund*innen zusammenzuarbeiten.



GLATTE HAUT MIT LASER-REVOLUTION

Ganz neu bei COSMETIC ART: der 3 Wellen Ice Laser von SHR Germany! Marlena und ihr Team freuen sich riesig über den Neuling in ihrem Studio, mit dem sie ihren Kund*innen makellose Haarfreiheit und seidenglatte Haut zaubern. Der 3 Wellen Laser vereint drei moderne, in der apparativen Kosmetik bewährte und als wirksam erwiesene Laserbehandlungsmethoden in einem Handstück. Mit ihm können die Hauttypen I-V, also sehr helle bis dunkle Haut behandelt werden. Die Anwendung ist gewebeschonend und effizient und bereits nach nur drei bis sechs Sitzungen darfst du dich über haarfreie, seidig glatte Haut freuen. Mehr Infos und Termine unter www.cosmetic-art-kiel.de.

HOCHWIRKSAME PFLEGEPRODUKTE

Wenn bei COSMETIC ART nicht gerade eine dicke Jubiläumsparty steigt, dreht sich hier alles um Beauty und Erholung. Marlena und ihr Team behandeln dich in stilvollem Ambiente in den Schwerpunkten Haut- und Fußpflege. Mit Leidenschaft vereinen sie dabei ein ganzheitliches Pflegekonzept mit einer ausführlichen Beratung. Dafür arbeiten sie mit einer einzigartigen, bildbasierten Hautanalyse, bei der das Hautanalysegerät beispielsweise die Dicke der Haut sowie Merkmale wie Trockenheit, Textur oder geplatzte Kapillaren unter der Haut bestimmt. Das Team setzt dabei auf die international anerkannten, hochwirksamen Produkte von Environ, die sich aufgrund ihrer Inhaltsstoffe und Wirkungsweisen zwischen Wissenschaft und Medizin bewegen. Mit entsprechenden Nahrungsergänzungsmitteln, einer ausgewogenen Pflege und der abschließenden dekorativen Kosmetik von Jane Iredale wirst du dich nicht nur gesund, sondern auch schön fühlen!

COSMETIC ART
Düppelstraße 40, Kiel
Tel.: 0431 / 534 10 43
info@cosmetic-art-kiel.de



GESUNDHEIT & WELLNESS



Das kühle Nass vor der Haustüre genießen, die Seele am Pool baumeln lassen, Zeit für ausgiebiges Entspannen und Sonnenvitamine tanken – das steht auf unserer Feelgood-Liste. Was steht auf deiner?

DEINE ZEIT IST JETZT!

Wir alle kennen das Problem: Die guten Neujahrsvorsätze, dieses Jahr früher mit dem Sport anzufangen, um im Sommer 2023 in Bestform zu sein, halten nicht lange an. Denn irgendeine Ausrede findet man leider immer. Zu müde, zu wenig Zeit, zu kalt, zu warm. Und jetzt ist es ja auch schon wieder viel zu spät, um anzufangen. Vielleicht klappt es ja dann im nächsten Jahr...



SCHLUSS MIT DEN AUSREDEN

Eins ist ganz wichtig: Es ist nie zu spät, um anzufangen! Vor allem, wenn es doch um so viel mehr geht als eine „Strandfigur“. Es geht um dich und deine Gesundheit. Dein Wohlbefinden, deine Ziele, dein eigener Stolz und dieses unbeschreibliche Gefühl, wenn du in den Spiegel schaust und dein Spiegelbild dir leise zuflüstert: „Wir haben es tatsächlich geschafft!“. Jetzt ist endlich Schluss mit den Ausreden! Das **MARE Wellness & Sport** in Schönkirchen hilft dir dabei: Mit dem 100-Tage-Power-Programm bringt dich das MARE in absolute Topform.

ERST SPORTELN, DANN ENTSPANNEN

Eine große Auswahl aus über 100 mitreißenden Kursen steht dir jede Woche zur Verfügung. Hinzu kommen hochwertige vernetzte Fitness- und Ausdauergeräte auf dem allerneuesten Stand, die dein Training intuitiv und vor allem smart gestalten. Qualifizierte Trainer*innen beraten dich nach deinen individuellen Bedürfnissen und Zielen. Nach der aktiven Phase folgt dann die wohlverdiente Entspannung im Sauna- & SPA-Bereich. In der Saunalandschaft kannst du dich im Ruheraum zurücklehnen, ein

heißes Dampfbad genießen und verschiedene Saunen sowie ein Solebad ausprobieren. Oder du genießt ganz einfach ein ausgiebiges Sonnenbad auf der Außenterrasse. Weitere Informationen zum Programm unter www.mare-kiel.de.

Spielend fit und top in Form: Mit dem 100-Tage-Power-Programm für nur 169 Euro macht das MARE dich fit und strandklar. Nicht nur deine Freund*innen werden Augen machen. Deine Zeit ist jetzt!

Foto: MARE Health Club & Spa GmbH & Co.KG

Deine Zeit ist jetzt!



IN 100 TAGEN ZUR BESTEN VERSION VON DIR! 100 TAGE MARE WELLNESS & SPORT FÜR NUR 169,- €!*

Erstellung eines persönlichen Trainingsplans, Getränke-Flatrate sowie Nutzung des gesamten Fitness- und Kursangebotes inkl. Sauna & SPA, ausreichend kostenfreie Parkplätze und die Möglichkeit für eine Kinderbetreuung, Personaltraining und Ernährungscoaching lassen keine Wünsche offen.

*Angebot gültig bis 15.08.2023. Zzgl. 30,-€ für Mitgliedskarte und Trainingsschlüssel.



MARE
WELLNESS & SPORT

Erlebe Wellness & Sport auf mehr als 8.000 qm · umfangreiches Kursprogramm · moderne Trainingsfläche · Saunalandschaft mit Solebad
Söhren 47 · 24232 Schönkirchen · Telefon 0 43 48 - 91 15 10
www.mare-kiel.de · [f/mare.kiel](https://www.facebook.com/mare.kiel) · [@mare_wellnessundsport](https://www.instagram.com/mare_wellnessundsport)

Verspannungen?

Wir können helfen:



© dlm/arschen, Foto: fizkes / Shutterstock

Mit der rPMS-Anwendung zur gezielten Behandlung bei Verspannung und Schmerzen im Lenden-, Rücken- oder Nackenbereich.

Kosten: 32,06 € pro Anwendung.
(ca. 5 Anwendungen sind notwendig)

Sprechen Sie uns an:

Neurologische Praxis im Medizinischen Zentrum Altenholz
PD Dr. med. habil. Roland Wenzelburger und Ina van Loh
Dänischenhagener Str. 12 b · Altenholz · Tel.: 0431 - 322 125

www.gleichstromstimulation.de



„Es ist schön zu erfahren, dass man den Menschen als Arzt direkt und effektiv helfen kann.“

Dr. Uwe Kersten, Einsatzarzt

Werden auch Sie zum Helfer!



Spendenkonto:
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE26 5502 0500 4000 8000 20
BIC: BFSWDE33MNZ

German Doctors e.V.
Löbestr. 1a | 53173 Bonn
info@german-doctors.de
www.german-doctors.de



WOZU BRAUCHEN WIR HYALURONSÄURE?

Hyaluronsäure ist eine im Körper natürlich vorkommende Substanz, die für ihre Fähigkeit bekannt ist, Feuchtigkeit zu bewahren. Sie ist ein Zuckermolekül, das Feuchtigkeit bis zum 1000-fachen der eigenen Größe binden kann. Daher ist Hyaluronsäure sowohl in der Haut- als auch in der Haarpflege sehr beliebt.

5 VORTEILE VON HYALURONSÄURE:

- 1. FEUCHTIGKEITSSPENDEND:** Hyaluronsäure kann Feuchtigkeit bis zum 1000-fachen ihrer eigenen Größe binden. Eine Eigenschaft, die dazu beiträgt, das Haar weich und glänzend zu halten oder die Haut vor Trockenheit zu bewahren.
- 2. KRÄFTIGUNG:** Hyaluronsäure trägt zur Kräftigung des Haares bei, von den Wurzeln bis zu den Spitzen. Eine ausgezeichnete Lösung für Menschen mit dünnem oder geschädigtem Haar.
- 3. FÖRDERUNG DES HAARWACHSTUMS:** Hyaluronsäure kann auch dazu beitragen, Haarausfall vorzubeugen und das Haarwachstum zu fördern, da sie die Durchblutung der Kopfhaut fördert. Daher ist es wichtig, Haarpflegeprodukte mit Hyaluronsäure auf die Kopfhaut aufzutragen.
- 4. ANTI-AGING:** Hyaluronsäure ist auch für ihre Anti-Aging-Eigenschaften bekannt, da sie dazu beiträgt, die Elastizität der Haut oder der Haare zu erhalten.
- 5. GEEIGNET FÜR ALLE:** Hyaluronsäure ist ein vielseitiger Inhaltsstoff, der für alle Haar- und Hauttypen geeignet ist.



KOWSKY TEAM-UND FIRMENLAUF NEUMÜNSTER

Am 15. September geht es los: der Lauf mit dem besonderen Flair, rund um den Tierpark in Neumünster. Der vom Sanitätshaus **Kowsky** gegründete 4,5 Kilometer lange Lauf soll Menschen zum Laufen motivieren, aber auch die Gemeinschaft fördern. Dabei sind Anfänger*innen genauso willkommen wie die sportlichen Läufer*innen, Kinder ab sechs Jahren, Erwachsene und Vereine. Wer mitmachen möchte, kann sich hier anmelden: www.stgk.de. „Wir haben bewusst eine kurze Distanz gewählt, die fast jede*r bewältigen kann. Wir freuen uns aber auch über die Wettkampfläufer*innen, die ihre Zeit verbessern möchten“, so Jörg Kowsky, Geschäftsführer des Sanitätshauses. Der Erlös der Veranstaltung wird zu 100 Prozent gespendet, je mehr Sponsor*innen sich engagieren, desto höher die Spendensumme. Infos über den Lauf und die Möglichkeiten zum Unterstützen gibt es unter: www.kowskylauf.de.

MINERAL-DRINK

Gerade im Sommer verliert man über den Schweiß viel Magnesium. Der Mineralstoff ist ein wichtiger Nährstoff, der an vielen biologischen Prozessen im Körper beteiligt ist. Hauptaufgabe ist die Aktivierung von über 300 Enzymen, welche die wichtigsten Stoffwechselforgänge regeln und so für Gesundheit und Wohlbefinden mitverantwortlich sind. Bei Mangelerscheinungen oder erhöhtem Bedarf ist der natürlich-fruchtige Mineral-Drink von Salus eine leckere und sinnvolle Ergänzung.



Erhältlich in Apotheken, Reformhäusern und Drogerien. Weiter Informationen unter www.salus.de.

Dann mal los!



-10%
auf alle
Reisestrümpfe*

Einfach. Unbeschwerd.
Unterwegs.

Vorbeugen
gegen
Reisethrombose.

*gültig bis zum
30.09.23

SOLANGE DER VORRAT REICHT

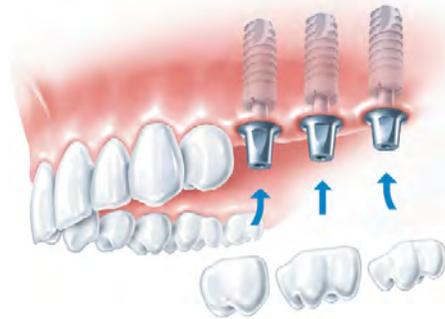
Besuchen Sie uns auch auf
www.kowsky-kiel.com



Projensdorferstr. 97
24106 Kiel

IMPLANTATION UND ZAHNERSATZ IN EINER HAND

Zahnimplantate jetzt auch minimal-invasiv (ohne Schneiden)



schmerzarm • kostengünstig • schnell
im Vergleich zu konventionellen Methoden

Mitarbeiter/-in gesucht - werde Teil unseres Teams!

Schönberger Str. 143
24148 Kiel - Wellingdorf
Tel. 0431 - 72 37 52
www.dr-thomas-moritz.de

ZAHNARZT
MASTER OF ORAL MEDICINE IN IMPLANTOLOGY
DR. THOMAS MORITZ
NILS VON BERG angestellter Zahnarzt



Zusammen mit einer Bewohnerin dreht Physiotherapeutin Annika Just auf der Dachterrasse ihre Runden beim Nordic Walking

PHYSIOTHERAPEUTISCHE BEHANDLUNGEN BEI ALLOHEIM

*Tolle Neuigkeiten aus dem Günter-Lütgens-Haus: Die Kieler Alloheim-Pflegeresidenz hat gleich zwei tolle Kooperationen gestartet, die ihren Bewohner*innen umfassende physiotherapeutische sowie orthopädische Unterstützung bietet.*

Rund 30 Prozent der Bewohner*innen des Günter-Lütgens-Hauses sind auf physiotherapeutische Behandlungen angewiesen. Dank der Zusammenarbeit mit dem NeuroNetzwerk – einem Zusammenschluss von Physiotherapeut*innen, Ergotherapeut*innen und weiteren therapeutischen Fachkräften – erhalten nun alle Bewohner*innen die nötige Versorgung. Physiotherapeutin Annika Just ist Teil des NeuroNetzwerks Kiel und behandelt sie nun unter der Woche täglich. Neben klassischer Krankengymnastik, führt sie mit ihnen auch wertvolles Wasch- und Anziehtraining durch, überprüft, ob Hilfsmittel wie Rollatoren oder Rollstühle optimal eingestellt sind, und gibt allerlei Tipps und Tricks mit an die Hand, wie sie ihren Alltag leichter bewältigen können.

VIEL FINGERSPITZENGEFÜHL

Um die jeweils richtige Behandlung zu gewährleisten, liest sich Annika Just vor jeder Begegnung die Biografien ihrer Patient*innen durch, damit sie auch ganz genau weiß,

wer was braucht. „Es erfordert viel Fingerspitzengefühl und einen liebevollen Umgang mit den Bewohner*innen. Einige benötigen jede Menge Bewegung, manche hingegen einfach nur Entspannung“, erzählt die fröhliche Physiotherapeutin. Sämtliche Übungen zielen darauf ab, die Senior*innen zu mobilisieren, somit den Pflegealltag zu erleichtern und ihre Lebensqualität zu verbessern. Langfristig soll sogar jede*r bis zu dreimal pro Woche eine Behandlung erhalten – einschließlich Lymphdrainage und Massage.

DOPPELTE UNTERSTÜTZUNG

Gestärkt wird die therapeutische Versorgung noch durch eine weitere Kooperation: Das Günter-Lütgens-Haus arbeitet zusätzlich

mit Prof. Dr. Ludger Gerdesmeyer aus dem MARE Klinikum zusammen. Einmal pro Quartal kommt der Orthopäde zur Visite vorbei und stellt betroffenen Bewohner*innen entsprechende Rezepte für therapeutische Anwendungen aus. Die Unterstützung durch die beiden ist nicht nur eine enorme Bereicherung für die Senior*innen, sondern gleichzeitig auch eine willkommene Entlastung für das Pflegepersonal. Aktuell bestehen die Kooperationen zwischen dem NeuroNetzwerk sowie Prof. Dr. Gerdesmeyer ausschließlich mit dem Günter-Lütgens-Haus, doch Residenzleiterin Katinka Clausen ist zuversichtlich, dass die Zusammenarbeit auch in den anderen Kieler Alloheim-Häusern etabliert werden kann. Wir drücken die Daumen!



Günter-Lütgens-Haus, Charles-Roß-Ring 89-91, Kiel
Tel.: 0431 / 33 97 90, kiel-guenter-luetgens-haus@alloheim.de
www.alloheim.de/pflege-kiel-guenter-luetgens



WAS MACHT EIGENTLICH DAS OZONLOCH?

Am 13. Juli berichtet der renommierte Kieler Klimaforscher Prof. Mojib Latif über die Auswirkungen des Ozonlochs auf das menschliche Leben und den aktuellen Erkenntnisstand des Naturphänomens.

Als Ozonloch bezeichnet man den extremen Rückgang des Ozons über dem Südpol. Das Ozon filtert die aggressive ultraviolette (UV-) Strahlung. Eine Ausdünnung der Ozonschicht

erhöht deswegen unweigerlich das Risiko für Hautkrebs. Ursache des Ozonschwunds in der Atmosphäre sind hauptsächlich die Fluorchlorkohlenwasserstoffe (FCKW). Im Jahr 1987

wurde das Montrealer Protokoll zum Schutz der Ozonschicht beschlossen. Wird sich die Ozonschicht wieder ganz erholen, und wenn ja, wie lange wird es dauern? Und was wäre passiert, hätte es keine Maßnahmen zum Schutz der Ozonschicht gegeben? Auswirkungen und Ausmaß unterschiedlich schädlicher Emissionen und Emittenten im Gesamtbereich der Atmosphäre werden in ihrer Entwicklung erörtert und im Hinblick auf die Lebensverhältnisse weltweit diskutiert. Eintritt: Fünf Euro. Frei für SHUG-Mitglieder, Schüler Azubis und Schwerbehinderte.
13. Juli • Mensa der OGTS Heikendorf



VORANKÜNDIGUNG

Gutes Essen - Schlechtes Essen? Was sind „hochverarbeitete Lebensmittel“ und welchen Einfluss haben Sie auf unsere Gesundheit?

10. August 2023
19 Uhr

Rathaus Heikendorf

Vortrag von

Prof. A. Bosy-Westphal



MRS.SPORTY

Starte jetzt

dein Projekt
BESTFORM

29€
im 1. Monat*



Mit dem neuen Mrs.Sporty
ist es nie zu spät für deinen
Sommerwohlgefühlbody.

Mrs.Sporty Kiel-Vorstadt
Walkerdamm 17 / Eingang Schülperbaum, Tel.: 0431 - 53 55 226
www.mrssporty.de/club162

Mrs.Sporty Kiel-Wik
Prinz Heinrich Strasse 20 / Famila, Tel.: 0431 - 54 44 99 30
www.mrssporty.de/club313

Mrs.Sporty Kronshagen
Kieler Straße 86, Tel.: 0431 - 53 49 415
www.mrssporty.de/club213

* Trainiere im ersten Monat für nur 29 Euro. Das Angebot gilt für die ersten 50 Neumitglieder bei Abschluss einer Jahresmitgliedschaft zzgl. einmaliger Kosten für die Aktivierung der Mitgliedschaft (39 Euro) und halbjähriger digitaler Trainingspauschale, erstmalig fällig im 3. Monat (29 Euro). Je nach gewählter Mitgliedschaft fallen im Anschluss monatliche Kosten ab 45,00 Euro an. Nicht mit anderen Angeboten kombinierbar. Alle Preise inkl. der aktuell gültigen MwSt. Fahrentholz & Fahrentholz, GbR Claudia und Oliver Fahrentholz, Walkerdamm 17 / Eingang Schülperbaum, 24103 Kiel Fahrentholz & Fahrentholz, GbR Claudia und Oliver Fahrentholz, Prinz-Heinrich-Str.20 / bei Famila, 24106 Kiel Inhaber*in: Mrs.Sporty Kiel-Kronshagen: Manuela Meuel, Kieler Straße 86, 24119 Kronshagen

PASTA & VINO

NUDELGERICHTE MIT
PASSENDER WEINEMPFEHLUNG

*Freu dich auf unsere
Rezepte für sommer-
liche Pastasalate.
Mit einem Gläschen
Vino wird der Ge-
nuss noch getoppt!*

Fotos & Styling | Anna Gieseler & Henrieke Wölf



WASSERMELONEN-PASTASALAT

Zubereitungszeit: 40 Minuten
Für 4 Personen

400 g	Castellane
800 g	Wassermelone
2	Salatgurken
3	Frühlingszwiebeln
1/2 Bund	Minze
150 g	Feta
4 EL	Weißweinessig
6 EL	natives Olivenöl extra
1 EL	Ahornsirup
etwas	Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1. Die Castellane nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Dann abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.

2. Inzwischen die Melone schälen, ggf. entkernen und das Fruchtfleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Gurken waschen, der Länge nach vierteln und in Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Minze waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und in feine Streifen schneiden. Feta abtropfen lassen und grob zerbröckeln.

3. Essig, Öl und Ahornsirup in einer Salatschüssel verquirlen. Das Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pasta, Melone, Gurken, Frühlingszwiebeln und Minze mit dem Dressing vermengen. Den Pastasalat auf Teller verteilen, mit Feta bestreuen und servieren.



PASSENDE WEINEMPFEHLUNG

Exotischer Moscato

Als waschechter Charmeur vereint dieser Wein die typischen Eigenschaften eines Doppio Passo mit den besonderen Qualitäten der Moscato-Traube, die auf Sizilien besonders gut gedeiht. Heraus kommt ein Weißwein mit verführerischer Frucht und weichem Schmelz.

Wir empfehlen:

„2022 Doppio Passo Moscato Sicilia DOP“, 12,5 Vol.-%,
Rebsorte: Moscato, 7,95 Euro,
www.ludwig-von-kapff.de/so-ist-italien



FRUCHTIGER RIGATONISALAT MIT GARNELEN

Zubereitungszeit: 50 Minuten

Für 4 Personen

400 g	Rigatoni
1 Bund	gemischte Kräuter (z. B. Petersilie, Basilikum)
2	Knoblauchzehen
150 ml	natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Bestreichen
5 Scheiben	altbackenes Ciabatta
1 EL	weiche Butter
1/2 TL	rosenscharfes Paprikapulver
4	Nektarinen
500 g	Garnelen (bis auf das Schwanz- segment geschält, entdarmt)
1	Biolimette (abgeriebene Schale und Saft)
1	Römervalat
etwas	Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1. Die Rigatoni nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen, dann abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Blättchen abzupfen und hacken. Knoblauch schälen und hacken. Kräuter, Knoblauch, Öl sowie 120 ml Olivenöl mischen und durchziehen lassen.

2. Ciabattascheiben von beiden Seiten mit der Butter bestreichen, dann grob würfeln und in einer Pfanne goldbraun anrösten. Herausnehmen, mit Salz und Paprikapulver würzen und abkühlen lassen. Nektarinen waschen, halbieren und entsteinen. Die Hälften mit Öl bestreichen und auf dem heißen Grill oder in der Grillpfanne grillen.

3. Die Garnelen waschen, trocken tupfen und im übrigen heißen Öl scharf anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Garnelen mit Limettensaft und Salz würzen. Den Salat putzen, in Stücke schneiden, waschen und trocken schleudern. Die Rigatoni mit Ciabattacroûtons, Salat, Garnelen, Nektarinen, restlichem Limettensaft, -schale sowie etwas Salz und Pfeffer vermengen. Den Pastasalat mit Kräuteröl beträufeln und servieren.



PASSENDE WEINEMPFEHLUNG



Sonnige Grüße von Sizilien

Beim Appassimento-Verfahren werden die Trauben für die natürliche Trocknung erst Ende September, Anfang Oktober gelesen. Dieser Wein strahlt strohgelb mit goldenen Reflexen. Am Gaumen ist er gespickt mit Noten von reifem Pfirsich, Honig und Jasmin. Er ist strukturiert und erfrischend.

Wir empfehlen:

„2021 Settesoli Appassimento Grillo Sicilia DOP“, 13 Vol.-%

Rebsorte: Grillo, 7,95 Euro, www.ludwig-von-kapff.de/so-isst-italien



PASTASALAT MIT TAGLIATA DI MANZO

Zubereitungszeit: 50 Minuten
Für 4 Personen

2 Zweige	Rosmarin
2	Knoblauchzehen
500 g	Tagliata di manzo am Stück (Zimmertemperatur)
7 EL	natives Olivenöl extra
400 g	Orecchiette
100 g	Pinienkerne
500 g	Kirschtomaten
200 g	Rucola
80 g	Grana Padano
3 EL	Balsamicoessig
1 Prise	Zucker
etwas	Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1. Backofen auf 140 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Rosmarin waschen, trocken schütteln und die Zweige grob zerpfücken. Die Knoblauchzehen ungeschält andrücken. Fleisch trocken tupfen. 3 EL Öl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen, das Fleisch darin bei großer Hitze rundum scharf anbraten. Rosmarin und Knoblauch dazugeben und kurz mitbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen. Das Fleisch rundum salzen, pfeffern und 25–30 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben.

2. Die Orecchiette nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Inzwischen die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anrösten, dann herausnehmen und auskühlen lassen. Die Tomaten waschen und halbieren. Den Rucola verlesen, gut waschen und trocken schleudern. Grana Padano in grobe Späne hobeln.

3. Übriges Öl, Balsamicoessig, Zucker, Salz und Pfeffer in einer Salatschüssel verquirlen. Orecchiette, Rucola und Tomaten untermengen. Den Pastasalat auf Teller verteilen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und mit Alufolie abgedeckt kurz ruhen lassen, dann mit einem scharfen Messer in dünne Scheiben schneiden und auf

dem Pastasalat anrichten. Das Gericht mit gerösteten Pinienkernen und Grana Padano bestreuen und sofort servieren.



PASSENDE WEINEMPFEHLUNG

Klassiker aus Süditalien

Eine kräftige, trockene Rotweincuvée aus Italien mit einem saftigen Charakter. Der aus den heimischen Trauben Negroamaro und Malvasia gekelterte und sechs Monate im Holz gereifte Rotwein besticht mit intensiven Beerenaromen, feiner Würze und einem harmonischen Wesen. Ein wirklich erstklassiger Wein.

Wir empfehlen:

„2018 Marchese di Borgosole Salice Salentino DOC Riserva“, 13,5 Vol.-%, Rebsorten: Malvasia, Negroamaro, 7,95 Euro, www.ludwig-von-kapff.de/so-isst-italien



Endlich
wieder da!



falkedia

WELCOME
FUTURE

WE ARE MEDIA-PIONEERS!

2023
IM NOVEMBER

*

Das Zukunfts-Event für KMUs und alle, die sich entwickeln wollen:



Personal & Recruiting, Socialmedia-Marketing,
Künstliche Intelligenz und Persönlichkeitsentwicklung.



Top-Speaker:innen, Vorträge und Masterclasses,
die Dich erfolgreich machen.



Ständig neue Infos unter: www.welcomefuture.de und auf www.falkedia.de

* Datum wird in Kürze auf der Website veröffentlicht

PASTASALAT IM GLAS MIT HÄHNCHEN-ZUCCHINI-SPIESSEN

Zubereitungszeit: 50 Minuten
Für 4 Personen

- 400 g Risoni
- 6-7 EL natives Olivenöl extra
- 1 Knoblauchzehe
- 1/2 Bund gemischte Kräuter
(z. B. Petersilie, Oregano)
- 400 g Sahnejoghurt
- 2 EL Biozitroneensaft
- 2 gelbe Paprikaschoten
- 120 g getrocknete Tomaten in Öl (Glas)
- 250 g Artischockenherzen in Lake (Dose)
- 125 g grüne Oliven, entsteint
- 1 Zucchini
- 300 g Hähnchenbrustfilet
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer



1. Die Risoni nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Mit 2 EL Öl vermengt auskühlen lassen. Knoblauch schälen und fein hacken. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Knoblauch, Kräuter, Joghurt, Zitronensaft sowie 2 EL Öl verrühren. Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken und in Schraub- oder Bügelgläser verteilen. Die Paprikaschoten waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Getrocknete Tomaten, Artischocken sowie Oliven gut abtropfen lassen, dann in mundgerechte Stücke oder Scheiben schneiden.

2. Zucchini waschen, putzen, der Länge nach halbieren und in ca. 2 cm breite Scheiben schneiden. Das Hähnchenfleisch trocken tupfen, in ebenso große Stücke schneiden, abwechselnd mit den Zucchini-Stücken auf gewässerte Holzspieße stecken. Spieße mit dem übrigen Öl bestreichen, salzen und pfeffern. Auf dem heißen Grill oder in der Grillpfanne goldbraun grillen. Paprika, Oliven, Pasta, Tomaten und Artischocken in die Gläser schichten. Den Salat mit den Spießen servieren.

PASSENDE WEINEMPFEHLUNG



Dolce Vita im Glas

Portofino ist der Inbegriff italienischen Lebensgefühls. Die Trauben für diesen Wein wachsen an den üppigen Hängen direkt über dem kleinen Örtchen. Unglaublich fruchtig und saftig, mit viel Eleganz und Charme ausgestattet, präsentiert sich der Wein als echter Sommerhit.

Wir empfehlen:
„2021 Volpi ‚Rosafino‘ Rosé“, 12 Vol.-%,
Rebsorte: Grenache, 9,50 Euro, www.ludwig-von-kapff.de/so-isst-italien



Diese und viele weitere sommerlich-frische Rezepte findest du in der aktuellen Ausgabe der **So is(s)t Italien**. Erhältlich im Zeitschriftenhandel oder im **falkemedia-Shop** unter www.falkemedia-shop.de.

SYLTER LEBENSGEFÜHL AN DER HÖRN

Kurz vor der Kieler Woche hat direkt an der Hörn-Brücke am Ende der Kieler Förde ein neuer GOSCH eröffnet. Die 25-köpfige Crew hat diese stürmische Einarbeitungszeit gut überstanden. Jetzt nimmt sie mit ihren Gästen Kurs auf einen Sommer mit viel feinem Seafood, kalten Getränken und einem tollen Ausblick auf das Hafен- und Innenstadt-Leben der Landeshauptstadt.

In den ehemaligen Räumlichkeiten des Vapiano hat das neue Restaurant einen perfekten Liegeplatz gefunden. Zuvor stand allerdings noch ein aufwändiger Komplett-Umbau inklusive moderner Küche und leistungsfähiger Entlüftungsanlage an. Aber das nahm Robin Jenei, Regionalleiter des Lizenznehmers, gerne in Kauf. Der **GOSCH** an der Hörn ist schließlich der erste Kieler Standort unter seiner Verantwortung. Darüber hinaus betreut das Unternehmen einige der GOSCH-Topstandorte an Nord- und Ostseeküste wie St. Peter-Ording, Scharbeutz, Norderney oder Binz auf Rügen.

Fotos: Gosch Kiel

Die Terrassenbereiche wurden ebenso erneuert und laden mit vielen Sitzplätzen zum Entspannen ein. Innen sorgen gemütliche Loungemöbel und ein Kamin für das richtige Ambiente zu edlen Fischfilets und herzhaften Garnelen-Gerichten. Natürlich gerne in Begleitung eines guten Tropfens von der großen Weinkarte. Oder man angelt sich einfach ein Fischbrötchen „to go“. Auch „Käpt'n“ Jürgen Gosch ist hier schon auf einen Brathering vorbeigesegelt und hielt gleich schmunzelnd fest: „Ich fühl mich hier fast wie zuhause!“



AB NOVEMBER PARTYS MIT LIVE-MUSIK

Die Crew ist jeden Tag von 11 Uhr bis Feierabend an Deck. Und ab November gibt es regelmäßige Partys mit Live-Musik. Mehr auf www.gosch.de.

GRÜSS GOSCH IN KIEL AN DER HÖRN

Jetzt Fest machen und maritime Spezialitäten und feine Weine direkt am Kieler Hafen angeln.

GOSCH KIEL AN DER HÖRN

Kaistraße 51 | 24114 Kiel
direkt an Klappbrücke und Bahnhof
Tel.: 0431 - 544 888 11 | kiel-hoern@gosch.de
Öffnungs-Gezeiten: täglich von 11 Uhr bis Feierabend

NEU



LIVE
BEI GOSCH
ab November
Eintritt frei!

gosch.de



FÜR JEDEN GESCHMACK WAS DABEI

Argentinische Spezialitäten treffen auf maritimes Ambiente. Während der warmen Sommertage und an lauen Abenden kannst du dich auf der gemütlichen Terrasse des Fuego del Sur verwöhnen lassen!



Direkt an der Kieler Hörn befindet sich An der Halle 400 1 das **Fuego del Sur**. Neben hochwertigen argentinischen Steaks vom Holzkohlegrill stehen auch leckere Pasta, knusprige Pizza und frischer Fisch auf der Karte und versprechen Qualität, die man nicht nur sieht, sondern auch schmeckt. Als einziges Restaurant in Kiel, das für die Zubereitung des Fleisches einen Holzkohlegrill verwendet und das legendäre Lava-Steak anbietet, beschert das Fuego del Sur seinen Gästen ganz besondere Geschmackserlebnisse. Dank der warmen Temperaturen lässt es sich auf der Terrasse des Fuego del Sur besonders gut aushalten. Sie bietet einen tollen Ausblick auf das Treiben an der Hörn.

BRUNCH & EVENTS

Nicht nur zum Mittagstisch und in den Abendstunden lohnt sich ein Besuch im Fuego del Sur. Jeden Sonntag von 11 bis 14 Uhr gibt es ein großes Brunchbuffet mit kalten und warmen Gerichten, Desserts sowie Kaffee, Tee und Orangensaft für 23,80 Euro pro Person.

Du planst eine Feier? Auch dann eignet sich die Location hervorragend, denn Geschäftsführer Sadat Bujupaj und sein Team haben das Restaurant so konzipiert, dass es sowohl für besondere Anlässe als auch für einen entspannten Abend mit Freund*innen und Familie geeignet ist. Mehr zu alledem und die Speisekarte findest du unter www.fuegodelsur.com.



UNSERE TERRASSE IST FÜR SIE GEÖFFNET

HERZLICH WILLKOMMEN IM

FUEGO DEL SUR

Wir laden Sie ein, eine kulinarische Reise durch Argentinien zu unternehmen und die köstlichen Aromen unserer Speisen zu genießen. Unsere Gerichte sind von der argentinischen Kultur und Tradition inspiriert und werden von unseren talentierten Köchen mit frischen und hochwertigen Zutaten zubereitet.

Einmalig in Kiel - argentinisches Steak vom Holzkohlegrill

für jeden etwas dabei: STEAKS - PIZZA - PASTA

Mo-Fr 12:00-22:00 Uhr
Mittagstisch 12:00-15:00 Uhr
Sa: 17:00-22:00 Uhr
So: 11:00-22:00 Uhr

Sonntags Brunch:
11:00-14:00 Uhr
anschließend à la Carte

JETZT RESERVIEREN: ————
(04 31) 88 86 02 78 oder ————
———— info@fuegodelsur.com ————

Feiern Sie bei uns Hochzeiten,
Geburtstage, Feiern mit Buffet



www.fuegodelsur.com



GENIESSEN – MIT MEERBLICK

Unser Plan für die sonnigen Tage? La Dolce Vita im Casa Tripaldi in Laboe genießen!

Das beliebte italienische Restaurant Casa Tripaldi hat nicht nur die wunderschöne Terrasse mit Meerblick, auf der du die schönsten warmen Momente genießen kannst ... Direkt am Hafen von Laboe verwöhnt dich das Team auch noch mit original italienischer Küche, von Antipasti über fangfrischen Fisch und exzellentem Fleisch bis hin zu leckerer Pasta und knuspriger Steinofenpizza. Dazu gibt es einen atemberaubenden Blick über das Wasser, viel Gastfreundschaft und eine große Portion Herzlichkeit.

FEIN SCHLEMMEN AUCH FÜR DAHEIM

Unser Tipp: Seit einiger Zeit hält das Casa Tripaldi zusätzlich ein echtes Leckerchen für dich bereit. Im hauseigenen Feinkostladen bietet das Team erlesene Weine, feine und würzige Käsespezialitäten, gut abgehängenen Parmaschinken und vieles mehr. Ein wunderbarer Ort, um sich von den einzigartigen, original italienischen Spezialitäten überzeugen zu lassen, denn sehr gerne kannst du natürlich die eine oder andere Kostprobe erhalten.

Fotos: Casa Tripaldi



Casa Tripaldi
Fördewanderweg 2, Laboe
Tel.: 04343 / 424 20
www.casa-tripaldi.de



RISTORANTE • PIZZERIA
FEINKOSTLADEN

RESTAURANT –
direkt am Yachthafen Laboe, Kieler Förde

FEINKOSTLADEN –
mit einzigartigen, original italienischen
Spezialitäten, gleich neben unserem Restaurant

Fördewanderweg 2 • 24235 Laboe
Telefon 04343 42 42 0
E-Mail: info@casa-tripaldi.de

Ganzjährig geöffnet!



Bjarne Joecks/Lars Wolf/
Tygge Mumm/Tom Tuschy -
Peter Pan, 2023



Gisela Meyer-Hahn -
Zwischenraum,
2009/23



Uschi Koch -
Mädchen, 2014

AUSSTELLUNGEN IM JULI

Perfekt für den Sommer: Egal, ob in gekühlten Räumen oder draußen – in Galerien kann man sich Zeit lassen.

THE LAST WALTZ

Rund 20 Kilometer südlich von Kiel liegt das idyllische Dorf Bissee. Zum 25. und letzten Mal hat sich der Ort im Rahmen von „Skulptur in Bissee“ wieder in eine Galerie ohne Wände und Öffnungszeiten unter freiem Himmel verwandelt. Bis zum 21. Oktober kannst du wieder in Bissee durch den hübschen Ort schlendern und dabei am Weges- und Straßenrand, auf Höfen und in Gärten wunderbare, in ihrer Vielfältigkeit überwältigende Skulpturen von insgesamt 21 Künstler*innen entdecken. Dabei sind in diesem Jahr unter anderem Uschi Koch, Gisela Meyer-Hahn, Tina Schwichtenberg sowie Jan Koblasa, Joy Kley und Jörg Plickat.

Mit dieser Ausstellung, die wieder einfach nur begeisternd ist, beendet der organisierende „Verein Skulptur in Bissee“ seine Arbeit. Ein Grund mehr für dich, diesen „Letzten Walzer“ nicht zu versäumen und noch einmal die grandiose Verbindung von Landschaft und Kunst zu genießen. Und wer gern einen geführten Rundgang mitmachen möchte, hat dazu am 13. August sowie am 10. September (Start am Antikhof, keine Anmeldung erforderlich, Kosten: 5 Euro) jeweils ab 15 Uhr Gelegenheit. Weitere Informationen gibt es unter www.skulptur-in-bissee.de.
bis 21. Oktober • Landschaftsgalerie in Bissee

Fotos: Heiko Buhr



Ein Thema, unterschiedliche
Wahrnehmungen

ZUFLUCHTSORT NATUR

Die Galerie Brennwald stellt in der aktuellen Ausstellung „Durchstreifen und verweilen – Gemälde von Raffael Bader und Thomas Geyer“ zwei Leipziger Künstler vor, die bereits zu Beginn ihrer Karriere internationale Anerkennung genießen. Ihre künstlerischen Positionen zeigen die Natur als spannungsvollen Zufluchtsort, aber auch als Herausforderung für unsere Wahrnehmung. Thomas Geyer schafft real anmutende Landschaften, die oft von einer nächtlichen Stimmung geprägt sind. Raffael Bader bezieht seine Inspiration ebenfalls aus der Landschaft, die sich in seinen abstrakten Gemälden jedoch nur erahnen lässt. www.brennwald-galerie.de
bis 21. Juli • Galerie Brennwald, Kiel



Jurek Zawalinski -
Reibung, 2010 und 2011

Foto: Heiko Buhr

MAGIE UND LINIE

Die Ausstellung im Historischen Eingang der Förde Sparkasse zeigt acht Grafiken auf Fotokarton sowie 16 Werke aus Plexiglas, verchromtem Aluminium, Buntstift, Glaskugeln, verschiedenen Kunststoffen und Holz von Jurek Zawalinski. Die Arbeiten verdeutlichen das sehr genaue, präzise und planvolle Vorgehen des Künstlers. Ein allbestimmendes Stilmittel seiner Kunstwerke ist dabei die Linie: gerade, geschwungen, gedreht, gewellt, sich überschneidend, parallel verlaufend, perspektivisch gedacht, horizontal geführt oder vertikal, in Gold und Silber, kupfer- und bronzefarben auf dunklem Grund.
bis 28. Juli • Förde Sparkasse (Lorentzendamms 28-30), Kiel



Gute Kunst bedeutet nach
Schwontkowski Drama

VERBEUGUNG

Norbert Schwontkowski hat sich nie festgelegt. Obwohl der deutsche Maler meist Figürliches und Gegenständliches darstellte, ließ er in seinen Werken Raum für das Unbestimmte, Fantastische und Surreale. Der Spagat zwischen Fantasie und Wirklichkeit gelang ihm stets aufs Neue, oft gepaart mit provokantem, zeitkritischen Humor. In Miga Ogasawaras Malerei geht es um Menschlichkeit. Die Malerei ist für sie ein Projektionsraum des Lebens und ein Feld, in dem sie das Menschliche verdichten und poetisieren kann. Das Dargestellte ist kein kurzer Augenblick, sondern eine Atmosphäre des Lebens, die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft in sich trägt.
bis 30. Juli • Galerie Rainer Gröschl, Kiel

BUCHTIPPS FÜRS SOFA



CHRISTOPHER ECKER

RETTET DIE HUMMELLITERATUR!

Der in Saarbrücken geborene und in Kiel lebende Autor Christopher Ecker hat dreizehn mal längere, mal kürzere Geschichten geschrieben, in denen er immer wieder mit Drehungen und Wendungen sowie wunderbaren Schlusspointen zu überraschen weiß. So machen sich in der Titelgeschichte beispielsweise eine Feld-, eine Wiesen- sowie eine Waldhummel eines schönen Tages auf den Weg, um die Hummelliteratur zu retten. Was sie dabei so alles erleben und was dann die Hummelliteratur rettet, scheint ganz einfach zu sein, ist aber sehr philosophisch. Mit herrlichen Bildern hat der Kieler Illustrator Jens Rasmus das Buch versehen, welches so neben dem Lesevergnügen auch noch ein visueller Hochgenuss ist.

(Heiko Buhr)

Christopher Ecker (Illustr.: Jens Rasmus): Die beste Hummelgeschichte der Welt und andere Geschichten, mitteldeutscher verlag, 173 Seiten, 20 Euro



JÜRGEN SERKE

AUS DER ASCHE ...

Das Buch von Jürgen Serke ist legendär. Erstmals erschien es 1977. Zuvor schrieb der Journalist und Schriftsteller eine Stern-Artikelserie über Autor*innen, die in Vergessenheit geraten waren. Serke besuchte sie zusammen mit einem Fotografen – so beispielsweise die heute wieder ins rechte Licht gerückte Irmgard Keun. Die „Lebensgeschichten und Dokumente“ sind nun in einer prächtigen Neuauflage erhältlich, die aus Anlass des 90. Jahrestages der Bücherverbrennung sowie des 85. Geburtstages des Autors veröffentlicht wurde. Heute sind Autor*innen wie Claire Goll, Else Lasker-Schüler, Hans Henny Jahnn oder Ernst Toller wieder einer literarisch interessierten Öffentlichkeit bekannt und ihre Bücher in den Buchhandlungen vorrätig. Das war 1977 jedoch längst nicht der Fall, denn der feurige Strich, den das NS-Regime 1933 unter ihre Werke gezogen hat, wirkte da noch immer nach. Es ist Jürgen Serkes unschätzbare und zugleich eindrucksvolle Verdienst, mit der Artikelserie sowie diesem großartigen Buch und unerschütterlichem Einsatz dafür gesorgt zu haben, dass sie alle heute wieder in der Weise wertgeschätzt werden, wie sie es verdienen.

(Heiko Buhr)

Jürgen Serke: Die verbrannten Dichter, Wallstein Verlag, 363 Seiten, 38 Euro

CAROLINE WAHL

SCHWIMMEN ZUR FREIHEIT

Caroline Wahl schreibt mit ganz viel Hingabe, das Dramatische erhält durch die Sprache und den melancholischen Humor eine Tiefe und Schönheit, sodass man bereit ist, jede einzelne Bahn der Protagonistin in einem Rausch mitzuschwimmen. Die Adresse der Erzählerin zeigt, es handelt sich um Menschen, die am Rand der Gesellschaft leben. Die Familie wohnt im traurigsten Haus am Ende der Fröhlichstraße. Tilda ist kurz vor dem Ende ihres Mathematikstudiums und durch ihren Fleiß könnte sie bald Karriere machen. Doch noch kann sie die Kleinstadt nicht verlassen, weil sie sich um ihre jüngere Schwester Ida kümmert. Da die väterlichen Unterhaltszahlungen nicht ausreichen und die Mutter keine Hilfe ist, arbeitet Tilda als Kasskraft im Supermarkt. Auch hierbei macht sie ihre analytischen Beobachtungen und Spiele. Freiheit findet Tilda beim Schwimmen, wenn sie ihre abgezählten Bahnen zieht. Hier ist sie fern ihres Alltags und träumt vom sorgenfreien Leben. Doch plötzlich taucht Viktor wieder auf und wirft sie wortwörtlich aus der Bahn.



TIPP
DER BUCHHANDLUNG
ALMUT SCHMIDT



Hauke Harder

Advertorial

Der Roman lebt von der Struktur, die die Figur Tilda ihm gibt. Es ist ihre Sprache, ihre Geschichte und ihr Blick auf die Welt. Durch den Witz, die Verletzlichkeit und die Stärke wächst die Charakterisierung von Bahn zu Bahn. Es ist ein Roman, der von verletzten, aber enorm starken Frauen erzählt. Die Verantwortung gegenüber der Familie und dem eigenen Leben stehen im Mittelpunkt. Sofort wachsen einem Tilda und Ida ans Herz und man wünscht beiden, dass sie ihr Glück finden. Mögen sie endlich das Meer sehen und die Liebe finden. Denn „22 Bahnen“ ist auch ein wunderschöner Liebesroman. Ein taktvoller, zarter, kraftvoller, witzig-melancholischer Text. **Caroline Wahl: 22 Bahnen, Dumont, 208 Seiten, 22 Euro, www.buchhandlung-friedrichsort.de, www.leseschatz.com**



Lutterbeker
Kneipe, Küche, Kunst, Musik, Theater, Studio,
Appartements, Laden, Fotografie



sfr 7.7.+ **Frau Jahnke** hat eingeladen
 sa 8.7. **Frau Jahnke** hat eingeladen
 mit Anka Zink + Nessi Tausendschön
 fr 14.7. **Mick Chudd** Rock'n Roll "handgemacht"
 sa 15.7. **Julia Kock** chante Piaf + **Frank Grischek**
 fr 21.7. **Duo Hand in Hand** Charmant, leicht
 sa 22.7. **Jan Hengmith** Flamencoguitar
 fr 28.7. **Stührwoldt + Schnoor** Leeder op platt
 sa 29.7. **Jai Jarkan** Singer, Multiinstrumentalist Austr.
 fr 4.8. **I Jah Dynesty** Reggae, Salsa, Afrobeat
 sa 5.8. **Carrington / Brown** "Best of 15 Jahren"
 do 10.8. **Henri Jerratsch OrganicTrio**
 fr 11.8. **Nito Torres** Kwatsch mit Qualität Kabar.
 fr 25.8. + sa 26.8. **LaLeLu** "Alles richtig gemacht"

gefördert von 

24235 Lutterbek Tel. 04343 9442
www.lutterbeker.de

COSÍ FAN TUTTE

Drei Herren schließen eine Wette auf die Treue der Frauen ab: Guglielmo und Ferrando behaupten, ihre Geliebten Fiordiligi und Dorabella seien auf ewig die ihren.



Der Zyniker Don Alfonso wettet hingegen, dass er die Untreue der beiden Damen beweisen können. Mozarts letzte und reifste Opera buffa ist eine der ehrlichsten und schonungslosesten Betrachtungen über die Wandelbarkeit von Gefühlen. Ein spannender Trip in die Abgründe der menschlichen Seele in Luise Kautz' bildstarker Inszenierung und dem mitreißenden Dirigat von Generalmusikdirektor Benjamin Reiners.

1. + 6. Juli, 19.30 Uhr • Theater Kiel

Foto: Olaf Struck

25. KIELER LILIENCRON

Die Kieler Liliencron-Dozentur führen das Institut für Neuere Deutsche Literatur und Medien der Christian-Albrechts-Universität Kiel und das Literaturhaus Schleswig-Holstein seit 1997 gemeinsam durch. Zu zwei öffentliche Veranstaltungen mit dem diesjährigen Dozenten Ulf Stolterfoht im Literaturhaus ist das Publikum herzlich eingeladen. Mit der Wahl Ulf Stolterfohts würdigt die Jury einen bereits mehrfach ausgezeichneten Dichter, der sich in innovativer und experimenteller Weise mit Sprache und Literatur auseinandersetzt.

3., 4., Juli • Literaturhaus SH, Kiel



Foto: Dirk Skiba

Ihr Jahr 2023



Wo stehen Ihre Chancen bestens, wo sollten Sie sich zurückhalten?



Jahreshoroskop
ca. 25 Seiten, EUR 65.-

Telefonberatung 1 Std. EUR 120.-

weitere Angebote auf
www.12Zeichen.de

Astrologe & Coach
Martin A. Banger

04334 181000
banger@12Zeichen.de



Jahresplanung • Partnerschaft
OP-Termine
Geschäftsberatung steuerlich absetzbar

MYSTERIUM DÄNISCHER GESAMTSTAAT

„Spaziergang auf den Spuren des dänischen Gesamtstaates in Düsternbrook“ – Rundgang mit Jens Martin Neumann und Dr. Martin Rackwitz Wir besuchen den „Marinetempel“ oberhalb der Krusenkoppel. Durch das Düsternbrooker Gehölz geht es zur Stelze des ehemaligen Ausflugslokals „Sanssouci“. Über die ehemalige Fruchtbauerschule und Forstbauerschule, die in den 1780er Jahren angelegt wurden, gelangen wir zum Hirschfeldblick in der Bismarckallee, wo wir uns abschließend mit Gartenbautheorie befassen. Besucher*innen mögen festes Schuhwerk mitbringen. Anmeldungen unter 0431/ 901 34 25. Der Eintritt ist frei.

7. Juli, 16.30 Uhr • Hotel Kieler Kaufmann, Kiel

DOMINIK SIMMEN

Durch seinen Halbfinal-Erfolg bei DSDS 2022 erreichte Dominik Simmen deutschlandweit Bekanntheit. Der gebürtige Kie-



ler verleiht Klassikern der letzten 40 Jahre durch seine einmalige Stimme eine ganz besondere Note und interpretiert sie mithilfe seiner Gitarre neu. Durch Anekdoten aus der Bühnen- und Fernsehwelt lockert er dabei sein Programm auf und gewährt interessante Einblicke hinter die Kamera. Freu dich auf einen besonderen Abend mit einem sympathischen Künstler und toller Musik im **Kulturladen Leuchtturm!** Tickets gibt es für 15 Euro.

7. Juli, 20 Uhr • Kulturladen Leuchtturm, Kiel-Friedrichsort



VOLL DISKOTABEL!

Willkommen bei der Ü60 Party in der **Pumpe**. Gespielt werden vor allem die Hits, zu denen du tanzen möchtest: Rock 'n' Roll, The Rolling Stones, Queen und auch etwas Funk & Soul der 60er und 70er. Freu dich zum leichten Vergnügen auf einen Sektempfang und vor allem nimm Freund*innen und die liebe Verwandtschaft mit.
7. Juli, 20 Uhr • Die Pumpe, Kiel



FATONI

29.11.23

CSD ABSCHLUSSPARTY

Komm zur großen CSD-Abschlussparty in die **Pumpe** und feiert gemeinsam den CSD in Kiel! Ab 22 Uhr legt Drag Queen Donatella Divanese aus Flensburg im Großen Saal eine bunte Mischung aus aktuellen Pop-Hits, 90er, Black Music und Deutschrapp auf. Zur selben Zeit wird das SPA Kollektiv dem Roten Salon ordentlich einheizen: Von Melodie Techno, Dark-Disco bis hin zur Dirty Downtempo ist alles dabei! Karten gibt es im VVK für 8 Euro zzgl. VVK-Gebühr bei TixForGigs oder an der Abendkasse für 10 Euro. Üb-



rigens wird vorher ab 18 Uhr eine Queere Jugenddisco (Altersgruppe 14–21 Jahre) stattfinden – der Eintritt ist frei!
8. Juli, 22 Uhr • Die Pumpe, Kiel

08.07. CSD ABSCHLUSSPARTY

22.07. THROUGH THE NIGHT

12.08. NUR WIR

07.09. SEBASTIAN 23

08.09. ALAIN FREI

16.09. SIMON & JAN

24.09. FABI ROMMEL

29.09. I-FIRE

04.10. BRUNKE

13.10. SKI AGGU

19.10. THE OFFENDERS

20.10. BLACK SEA DAHU

27.10. THE O'REILLYS AND

THE PADDYHATS

22.10. HINNERK KÖHN

02.11. MIA MORGAN

09.11. JEAN-PHILIPPE KINDLER

16.11. SHE PAST AWAY

18.11. SMOKE BLOW

29.11. FATONI

02.12. LOTTO KING KARL & DIE 3

RICHTIGEN

13.12. TORFROCK

Karten an allen bekannten Vorverkaufsstellen erhältlich oder bei uns in Der Pumpe.
Mo. - Fr. 10:00 - 16:00 Uhr



www.diepumpe.de

Die Pumpe e.V. - Haßstrasse 22 - 24103 Kiel

Foto: Getty Images

CATFISH ROW

Im Rahmen des 24. KULTourSOMMERs ist das Berliner Trio catfish row – benannt nach der als Schauplatz der Oper „Porgy and Bess“ berühmten Straße – am 8. Juli, um 20.30 Uhr erstmals zu Gast in Postfeld. Die Band präsentiert in einem Open-Air-Konzert im kleinen Park; der Alten Meierei am See ihre raffinierten Arrangements zu Kompositionen von George Gershwin und in ihrem neuen Programm von Duke Ellington. Catfish row greifen tief in die Kiste der Kompositionen Gershwins und Ellingtons. Pralle Orchester-Arrangements und satte Klavierakkorde werden hier gekonnt auf eine Stimme und zwei Holzbläser reduziert.
8. Juli, 20.30 Uhr • Alten Meierei am See



KLASSISCHER SOMMER-EINSTIEG

Zum Abschluss des Sommersemesters lädt das Collegium musicum unter der Leitung des Universitätsmusikdirektors Daniel Kirchmann zum Orchesterkonzert ein. Am Samstag, 8. Juli um 19.30 Uhr sowie am Sonntag, 9. Juli um 18 Uhr präsentiert das Ensemble im Audimax der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel gemeinsam mit dem Violinisten Leo Esselson und der Cellistin Johanna Leitz Musik aus dem 19. Jahrhundert. Es erklingt das Doppelkonzert für Violine, Violoncello und Orchester von Johannes Brahms sowie die 6. Sinfonie von Peter Tschaikowsky.
8., 9., Juli • Audimax, Kiel

CLARITY

Heller Hafenklang verbindet sich im mit virtuosens Fiddelspiel, sowie einfallreicher Begleitung und fließt mit faszinierendem gälischen Gesang direkt in die Seele des Publikums. Und das heißt: „Traditional Irish Folk“ ist wie seit Jahren auch ein wesentlicher Bestandteil des 25. KULTour-SOMMERS. Am 9. Juli wird das Trio Clarity ohne Klischees bemühen zu müssen, mit spannender Instrumentierung eine zauberhafte Verbindung zwischen traditioneller und zeitgenössischer irischer Musik und dem Zuhörer modellieren.

9. Juli, 19 Uhr • Alten Meierei am See



DAS GRÜNE KÖNIGREICH

Am Sonntag, den 9. Juli, 11 Uhr wird Cornelia Funke live von ihrem Schreibtisch aus der Toskana in den Rittersaal von Schloss Eutin geschaltet. Sie liest aus ihrem neuen Buch „Das grüne Königreich“. Darin entdeckt Caspia auf ungeahnte Weise eine reiche Pflanzenwelt. Cornelia Funke spricht mit den Gästen über ihr Buch und beantwortet alle Fragen – auch solche, die nichts mit dem Buch zu tun haben. Wer mag, entdeckt im Anschluss noch die reiche, historische Pflanzenwelt in den Gärten von Schloss Eutin.

9. Juli, 11 Uhr • Schloss Eutin



Foto: Dressler-Michael Orth

LABYRINTH DER TRÄUME

Bilder, die zu Leben erwachen; Fantasien, die mit der Realität verschwimmen – in »Labyrinth der Träume« begibt sich Ivanenko auf eine Erkundungsreise in die innere und äußere Welt des Künstlers Salvador Dalí. Befeuert wird der Abend durch die wohl berühmtesten Ballettmusiken von Igor Strawinsky »Der Feuer-vogel“

und »Le Sacre du printemps«. Absurdes und Fantastisches dominieren. Der Betrachter wird durch optische Täuschungen und rätselhafte Symbole herausgefordert. In seinem Ballett begibt sich Ivanenko auf Spurensuche im Leben und Werk des exzentrischen Künstlers.

9. Juli, 18 Uhr • Theater Kiel



Foto: Olaf Struck

VORVERKAUFSSTART FÜR DAS SH FESTIVAL ORCHESTER



In diesem Jahr sind rund 120 talentierte junge Musiker*innen aus 32 Nationen zu Gast zwischen den Meeren und bilden das Schleswig-Holstein Festival Orchester. Gemeinsam werden sie in den Sommermonaten anspruchsvolle Programme einstudieren und unter der Leitung von Dirigent*innen an Orten in ganz Schleswig-Holstein zur Aufführung bringen. Seit Juni können Tickets für die öffentlichen Generalproben des Festivalorchesters unter www.shmf.de/fo sowie unter 0431/ 23 70 70 erworben werden.

10. Juli - 16. August • ACO Thormannhalle, Kunstwerk Carlshütte, Rendsburg

Foto: Hester Sophia Hegwald

MARITIME MÄRCHEN

„Maritime Märchen auf einem Stadtrundgang erleben! - Spaziergang mit der Märchenerzählerin Brigitte Harkou durch die Altstadt. Der kleine Rundgang führt vorbei am Schlossgarten bis zum Schiffahrtsmuseum Fischhalle, Wall 65. Auf dem Weg zur Förde werden passend zu der Dauerausstellung in der Fischhalle Geschichten rund um die maritimen Welten abschließend Märchen vom Meer und von Seefahrern aus aller Welt gehört. Anmeldung unter 0431/ 901 34 25. Der Eintritt ist frei.

11., 25. Juli, 15 Uhr • Stadtmuseum Warleberger Hof, Kiel



IRON SLAM SPEZIAL

In der coolen Industriekulisse der Carlshütte fliegen wieder die Worte. Erstmals in diesem Jahr wird das Finale der schleswig-holsteinischen Landesmeisterschaften des Poetry Slams 2023 im Rahmen der beliebten Iron-Slam-Reihe ausgetragen. Die Gewinner*innen der Halbfinalrunden in Lübeck, Kiel und Bargtheide treten an zum Kampf um die Gunst des Publikums, die besten drei Slammer*innen des Finales erhalten außerdem die Startberechtigung für die deutschsprachigen Meisterschaften des Poetry Slams in Bochum im Herbst 2023. Special Guest und außer Konkurrenz ist Mona Harry aus Kiel, Landesmeisterin des Jahres 2021. Der Vorverkauf läuft, Tickets in den Rendsburger Buchhandlungen Coburg'sche, Liesegang und Goeser, an der Kasse der NordArt, beim Nordkolleg Rendsburg oder online unter bit.ly/IronSlam2023.

14. Juli, 20 Uhr • Kunstwerk Carlshütte, Vorwerksallee 3, Büdelsdorf

Foto: Suscha Reinhold

ANMELDUNG ZUR KONFI-ZEIT

Nach den Sommerferien startet in der Ev.-Luth. Friedensgemeinde Kiel die neue Konfi-Zeit. Konfi-Zeit?! Dazumal als Konfirmandenunterricht bekannt. Für alle, die vor dem 7. Juli 2024 mindestens 14 Jahre alt sind. Anmeldungen sind noch bis zum 14. Juli 2023 möglich im Kirchenbüro und auf www.fg-kiel.de/page/1665/konfi-zeit. Die Konfi-Einheiten starten am Dienstag, 12. September 2023, bei Pastorin Monika Behrend und Dipl.-Theol. Franziska Voß in der Vicelinkirche, Harmsstraße 123. Den Auftakt dazu bildet bereits die Konfi-Freizeit vom 8. bis 10. September 2023 in Bünsdorf am Wittensee. Neben den Einheiten finden Konfi-Tage statt sowie eine zweite Freizeit 2024. Die Konfirmation wird am 7. Juli 2024 sein.



DER KLEINE PRINZ

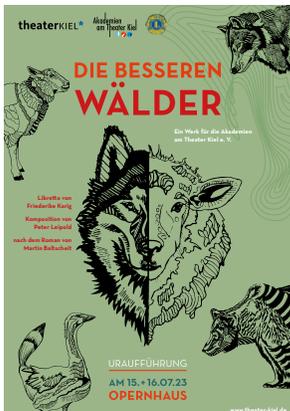
Vom 14. Juli bis 20. August 2023 kehrt das Theaterstück „Der Kleine Prinz“ auf die Bühne im Innenhof des Kieler Rathauses zurück! Tauchen Sie ein in die faszinierende Märchenwelt des Kleinen Prinzen, die seit 1993 dort vom professionellen Ensemble des Theater Die Komödianten, Kiel, verkörpert wird. "Der Kleine Prinz" ist das großartige Werk des Autors Antoine de Saint-Exupéry, welcher eine tiefgründige und berührende Handlung geschaffen hat, die einen märchenhaft verspielten und doch hochaktuellen Blick auf die Gesellschaft und ihre Werte wirft. Geschrieben als Märchen für Erwachsene, ist diese Inszenierung doch auch ein Sommertheater für die ganze Familie.



Premiere 14. Juli, 20 Uhr • im Freilichttheater im Innenhof des Kieler Rathauses

vom 14. Juli - 20. August • im Freilichttheater im Innenhof des Kieler Rathauses

DIE BESSEREN WÄLDER



Eine Oper von Peter Leipold. Ein Werk für die Akademien am Theater Kiel e. V. Der kleine Wolf Ferdinand ist mit seinen Eltern auf dem Weg in „die besseren Wälder“, wo sie sich mehr Nahrung erhoffen. Ferdinands Eltern werden von Jägern erschossen, doch ein kinderloses Schafpaar nimmt ihn auf. Damit er in die Herde integriert werden kann, bringen sie ihm bei, sich wie ein Schaf zu verhalten und verkleiden ihn. Ferdinand wird ein sehr gutes Schaf und ein angesehenes Mitglied der Gemeinschaft. Doch dann passiert etwas

Schreckliches, das Ferdinands Leben für immer verändert!

15. Juli, 18 Uhr • Theater Kiel

Deine Konfi-Zeit

GLAUBST DU SCHON?

Melde dich bis zum 14. Juli 2023 an!

QR code

Ev.-Luth. Friedensgemeinde Kiel

Evangelisch-Lutherische Kirche in Norddeutschland

ELEKTRO FESTIVAL

STRANDGUT FESTIVAL

29 JULI 2023

FELIX JAEHN
GLOCKENBACH LUMIX // PLASTIK FUNK
TUJAMO // YOUNOTUS
DARREN DREYER

TICKETS & INFOS AUF:
STRANDGUT-FESTIVAL.DE

SÜDSTRAND
ECKERNFÖRDE



HAFENKANTE

Feier den Sommer in Marina Wendtorf. Das Hafenkante soll seinen Besucher*innen ein rundum einzigartiges Oaket an Techno Musik bieten. Namhafte Acts der Szene nach Kiel zu holen, aber auch Newcomern aus der Gegend eine Bühne bereiten – so sehen die Veranstalter ihre Aufgabe für das Open Air-Erlebnis in Marina Wendtorf. Dieser Mix spiegelt sich in fairen Preisen und Angeboten für die Gäste wider. Dazu kommt der Vorteil der außergewöhnlichen und eigenen Location direkt am Wasser. Die bereits vorhandene Infrastruktur bietet Platz für 5000 Gästen.

15. Juli • Marina Wendtorf



VERLOSUNG
5 x 2 Karten
für den 15. Juli
kielerleben.de/gewinnspiel



Foto: Lea Köttig

JAHRESAUSSTELLUNG EINBLICK / AUSBLICK

Zur Jahresausstellung „Einblick / Ausblick“ öffnet die **Muthesius Kunsthochschule** von Donnerstag, 20., bis Sonntag, 23. Juli, ihre Türen für die breite Öffentlichkeit. An diesen Tagen verwandeln sich Ateliers, Werkstätten, Hörsäle, Studios und Arbeitsräume in eine rund 10.000 Quadratmeter große Ausstellung: Besucherinnen und Besucher können vier Tage lang bei freiem Eintritt einen Einblick in das künstlerische Schaffen von Studierenden der Freien Kunst, Kunst auf Lehramt, des Kommunikations- und Industriedesigns sowie der Raumstrategien erhalten. Eröffnet wird die Jahresausstellung von Dr. Arne Zerbst, Präsident der Muthesius Kunsthochschule, und den Studierenden am Donnerstag, 20. Juli, um 17 Uhr. Zu sehen ist Einblick / Ausblick bis Sonntag täglich von 11 bis 19 Uhr. Es gibt ein vielseitiges kulturelles Programm mit Konzerten und DJ-Sets, Installationen und Mitmachaktionen für die ganze Familie. Zudem wird während der Eröffnung der Preis des Deutschen Akademischen Austauschdienstes (DAAD) für hervorragende Leistungen internationaler Studierender an deutschen Hochschulen verliehen. Der Eintritt ist frei.

20.-23. Juli • Muthesius Kunsthochschule

HAND IN HAND

Annett Lipske und Beate Wein sind zwei Musikerinnen, die feinste handgemachte Musik präsentieren. Mit Witz, Charme, Leichtfüßigkeit und musikalischem Können. Beste Unterhaltung und Tiefgang in einem DUO! Sie touren seit 2003 durch den deutschsprachigen Raum und sind gespannt, welche Orte es noch gibt, wo Wert auf Qualität gelegt wird und wo die Liebe zu Musik und Zwischenmenschlichkeit zu Hause sind. Zusammen liefern sie im **Lutterbeker** einen tollen Mix aus angejazzten Melodien und klugen Texten.

21. Juli, 20 Uhr • Lutterbeker, Lutterbek

JAN HENGMITH

Neben der Veröffentlichung mehrerer Solo-CDs und diversen Tourneen schaffte es Jan Hengmith, mit solch bekannten Größen wie Paco de Lucia, John McLaughlin, Al Di Meola, Egberto Gismonti und Vicente Amigo auf einer Platte verewigt worden zu sein. Bei seinen Solo-Konzerten spielt der Musikpreisträger (Varta 1988) Eigenkompositionen und Interpretationen von Stücken alter und zeitgenössischer Meister der Flamengitarre und moderiert im **Lutterbeker** durch sein Programm.

22. Juli, 20 Uhr • Lutterbeker, Lutterbek



STÜHRWOLDT

Dass der Stolper Biobauer Matthias Stührwoldt wundervolle Geschichten erzählen kann, ist im Norden hinlänglich bekannt. Dass er auch plattdeutsche Lieder schreibt, wissen bislang nur Eingeweihte. Gemeinsam mit Achim Schnoor, Gitarrist und Sänger aus Groß Wittensee, hat er nun ein neues, typisch norddeutsches Programm namens „Nich schlecht!“ erarbeitet. Eine Gitarre, zwei Stimmen und hymnische, romantische, traurige



oder auch abgründige Songs, immer wieder kombiniert mit Stührwoldts Geschichten op Platt hörst du im **Lutterbeker**.
28. Juli, 20 Uhr • Lutterbeker, Lutterbek

FESTIVAL AUF DEM BAUERNHOF

Du magst gute handgemachte Livemusik, familiären Charme und Urlaub auf dem Bauernhof? Dann wirst du das **Angeliter Open-Air Taarstedt** richtig genießen können. Am 18. und 19. August hören Sie DAD, Pennywise, The Real McKenzies, Dritte Wahl und viele mehr auf dem Festival im rustikalen Ambiente des malerischen Dreiseitenhofes. Außerdem dabei sind Tequila and the Sunrise Gang, Montreal und Mac Piet. Dazu gibt es nette Menschen, kühle Getränke und regionale Köstlichkeiten. Tickets, Infos zum Camping und das gesamte Line-up findest du unter www.angeliter-openair.de.

18. + 19. August • Taarstedt





PREMIERE FÜRS STRANDGUT-FESTIVAL

Ostseeluft und Sommergefühle bilden die perfekte Mischung für ein unvergessliches Open Air-Erlebnis mitten am Strand. Zwischen Strandkörben und Fischbuden wird das beschauliche Eckernförde für einen Tag zum Anlaufpunkt für Musik- und Festivalbegeisterte. Am 29. Juli feiert „Strandgut – das Elektrofestival“ Premiere am Eckernförder Südstrand: Den Startschuss für das Musikfestival am Strand gibt der Local Darren Dreyer. Auch Felix Jaehn, Glockenbach, Lum!x, Tujamo, YouNotUs und Plastik Funk bringen den Strand zum Beben. Wer dabei sein will, kann sich jetzt Tickets sichern unter www.Strandgut-Festival.de.

29. Juli • Südstrand, Eckernförde

LECHE CON CAFÉ

Leche con Café präsentieren Musik aus Kuba und Lateinamerika fürs Herz und für die Seele. Die temperamentvolle Sängerin Peggy Sunday hat in Südamerika ihre zweite Heimat. Gemeinsam mit dem Kubaner Amed Soto spielt und singt sie im **Lut-terbeker** die schönsten südamerikanischen Canziones. Begleitet werden die Beiden von Torge Niemann (Gitarre), Jens Bruns (Percussion) und Juan Iriarte Lecaros (Percussion). Die Gäste dürfen sich auf eine mitreißende Band freuen, die mit großer Spielfreude ihr Publikum begeistert. Eintritt ab 20 Euro, für Schüler und Studenten 10 Euro.

18. August, 20 Uhr • Kulturladen Leuchtturm, Kiel-Friedrichsort

WI MAKEN FOFFTHEIN!

Die **Niederdeutsche Bühne Kiel** geht in die Sommerpause und blickt zurück auf eine ereignisreiche Spielzeit. Es wurde gestritten, getrunken, geliebt, gefeiert und sogar gemordet. „Mensch weer dat schön!“ ist sich das Ensemble einig. Und nun? Lass dich mitreißen von der Theaterwelt und der plattdeutschen Sprache! In der Spielzeit 2023/2024 geht es weiter, unter anderem mit der Uraufführung von „Dröög“ und dem Weihnachtsstück „Der nette Herr Fauch“. Das Ensemble hat wieder Komödien, Gaunergeschichten und natürlich etwas für das Herz dabei. Und wer in der letzten Spielzeit den Klassiker „De golden Anker“ verpasst hat, bekommt an Silvester die Gelegenheit, es nachzuholen. Freuen Sie sich in der neuen Spielzeit auf spannende, lustige und teils absurde Geschichten. In diesem Sinne: Günn Di wat – günn Di Platt! Mehr Infos unter www.niederdeutschebuehne-kiel.de.

ab September • Niederdeutsche Bühne Kiel

KERSTIN OTT

BEST OTT TOUR
23/24

29.11.2023

FLENSBURG FLENS-ARENA

NDR Schlager sh:z das medienhaus Kielesleben

semmel.de münner* Tickets: eventim+

Angeliter OPEN AIR 2023

DAD PENNYWISE

THE REAL MCKENZIES DRITTE WAHL

MOTIFF ★ THE MAHONES
DENMANTAU ★ MONTREAL
100 KILO HERZ ★ LINA BO
TEQUILA & THE SUNRISE GANG

18/19 AUGUST 2023

TAARSTEDT

WWW.ANGELITER-OPENAIR.DE

Angeliter Event-Agentur GmbH • Hauptstr. 3 • D-24893 Taarstedt • Tel. +49 (0) 4622 188580

**DIE NÄCHSTE
KIELERLEBEN**

erscheint am
31.07.

Anzeigenschluss
18.07.

Aus der Redaktion

NICE TO MEET YOU! NEU HIER?

Drei Monate lang macht Maya Schukies ein Praktikum in unserer Redaktion. Die Zeit verlief bisher anders, als erwartet ... aber lies doch einfach selbst!

Moin, ich bin Maya, 23 Jahre alt, und mache drei Monate lang ein Praktikum in der Redaktion der Regionalmedien. Ich befinde mich in den letzten Zügen meines Studiums, Öffentlichkeitsarbeit und Unternehmenskommunikation – oder kurz gesagt „irgendwas mit Medien“ – an der Kieler Fachhochschule. Ich mag Kiel, bin hier geboren, bin hier aufgewachsen und, entgegen meiner Erwartung, hier geblieben. Kurz und knapp: Kiel hat was. Und damit meine ich nicht nur das Meer ...

Schreiben und mit Wörtern jonglieren, das mochte ich schon immer. Geschichten, Gedichte und fiktive Zeitungsartikel habe ich mir als Steppke „en masse“ ausgeklügelt. Deshalb einmal Redaktionsluft schnuppern, ein tolles Gefühl! Als ich mich auf das Praktikum beworben habe, hatte ich noch keine Ahnung, was mich in so kurzer Zeit alles erwartet. Mal rauskommen wäre schön, der Wunsch fast all meiner Kommiliton*innen während des Praktikums, egal ob in Agenturen, Unternehmen oder Vereinen. Klar ist sofort: Einen klassischen Bürojob gibt es hier nicht – ein Glück, denk ich mir!

Während meines Praktikums darf ich mit vielen interessanten Menschen ins Gespräch kommen, spannende Orte in ganz Schleswig-Holstein entdecken, viele Texte schreiben natür-



lich, hier und da auch über eigene Themen ... jeder Tag als Praktikantin ist auf seine ganz eigene Art und Weise aufregend und einzigartig. Wenn ich nach Hause komme, habe ich stets viel zu erzählen. Und ich merke dabei: Ich mag, was ich tue! Eine schöne Erkenntnis, finde ich.

Apropos Feierabend, am liebsten lasse ich den Tag auf meinem gemütlichen Balkon ausklingen, ein gutes Buch gesellt sich hin und wieder dazu. Und sonst so? Kiel mit dem Rad erkunden, Frischluft schnuppern, kreativ sein – das sind Dinge, die mir gut gefallen. Das Meer mag ich sehr, guter Kaffee, am liebsten vom Wochenmarkt, Erinnerungen schaffen und mit Freund*innen lachen ... all das sind Sachen, die mich glücklich machen.

IMPRESSUM

KIELERLEBEN ist eine Publikation aus dem Hause falkemedia.

falkemedia Regional GmbH
Geschäftsführer: Jörg Stoeckicht (V. i. S. d. P.)
An der Halle 400 #1, 24143 Kiel
Tel.: 0431 / 200 766-66, Fax: 0431 / 200 766-50
HRA 8781 KI Amtsgericht Kiel

Herausgeber:
Kassian Alexander Goukassian

Redaktion:
Tel.: 0431 / 200 766-66,
E-Mail: redaktion@kielerleben.de

Ramona Dabringer, Marion Laß, Maya Schukies, Sebastian Schulten, Isabelle Sester, Mirjam Stein, Finja Thiede, Hanna Wendler, Kathrin Wesselmann

Anzeigenkoordination & Mediaberatung:
Jörg Stoeckicht, Tel.: 0431 / 200 766-61
E-Mail: j.stoeckicht@falkemedia.de
Frank Barghan, Tel.: 0171 / 412 43 89
E-Mail: f.barghan@falkemedia.de
Kathrin Mandel, Tel.: 0431 / 200 766-24
E-Mail: k.mandel@falkemedia.de

Layout & Bildbearbeitung:

Zlatan Rasidovic

Titelgestaltung: Zlatan Rasidovic

Anzeigengestaltung: Nicolas Rexin

Titelfoto: Adobe Stock

Vertrieb: Die KIELERLEBEN erhältst du an über 1.000 Vertriebspunkten in und um Kiel.

Abopreis: 25 Euro

Aboservice: Tel.: 0431 / 200 766-00

Für unverlangt eingesandte Bilder und Manuskripte keine Haftung. Eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden.

WIR SIND SCHLESWIG-HOLSTEIN!

Förde Fräulein - Der Blog
www.foerdefraeulein.de

Sylt Fräulein - Der Blog
www.syltfraeulein.de

RENSBURGERLEBEN
www.rensburgerleben.de

Lebensart im Norden
www.lebensart-sh.de

Tipps für Kids - Das Familienmagazin
www.tippsfuerkids.de

FIETE - Das Campusmagazin
www.fiete-kiel.de

Geht los! - Das Azubimagazin
www.gehtlos-sh.de

KIELERLEBEN
WWW.KIELERLEBEN.DE

Bei falkemedia erscheinen die Publikationen:

DigitalPHOTO (www.digitalphoto.de)
So is(s)t Italien (www.so-isst-italien.de)
BÜCHER (www.buecher-magazin.de)
mein ZauberTopf (www.zaubertopf.de)
Mac Life (www.maclife.de)
BEAT (www.beat.de)
www.falkemedia.de

© 2023 by falkemedia.
Alle Rechte vorbehalten.

„Qualität hat einen Namen“

Eiderstedter
Strandkörbe



www.eiderstedter-strandkoerbe.de
info@eiderstedter-strandkoerbe.de

Uelvesbüller Str.1 D-25840 Friedrichstadt 0 48 81 / 3 68

Glasfaser vom Testsieger

Jetzt ab 19,95 € buchen!*



tng.de/testsieger

*Das Angebot gilt für die Glasfasertarife **fibreflex**, **fibrefamily**, **fibreprö** und **fibrelight** bei einer Mindestvertragslaufzeit von 24 Monaten. Bereitstellung einmalig 79,95 €. · **fibreflex**: 3 Monate 19,95 € mtl., ab dem 4. Monat 39,95 € mtl. · **fibrefamily**: 6 Monate 19,95 € mtl., ab dem 7. Monat 49,95 € mtl. · **fibreprö**: 6 Monate 19,95 € mtl., ab dem 7. Monat 69,95 € mtl. · **fibrelight**: 3 Monate 19,95 € mtl., ab dem 4. Monat 39,95 € mtl. · Die Tarife sind in vielen Gebieten verfügbar (siehe www.tng.de). Durch den Anschluss können weitere Kosten entstehen. Stand: März 2023