

Kielerleben

FÖRDE FRÄULEIN ON TOUR

Ein Tag in Lübeck und das erste
Mal beim Wacken Open Air

MAMMA MIA, DAS SCHMECKT!

Leckere Pastarezepte
zum Nachkochen



Die Messe für
Caravaning,
Vanlife und
Outdoor
in Rendsburg

25. - 28.09.2025

MARKISEN &
INSEKTENSCHUTZ



www.hefa-fahl.de

Herbstklopfen

Spätsommersonne trifft auf herbstliche Vorboten:
Wo du jetzt die schönsten Draußenzeiten im Norden erlebst



DAS NEUE MAGAZIN



**JETZT
ERHÄLTlich!**



200 Seiten

Syltliebe mit den schönsten
Fotos und Inselgeschichten



Mit mehr als

150 Tipps
für deinen Sylt-Urlaub



Tolle Extras:

XXL-Gewinnspiel und
Gastro- & Shoppingguide



Erhältlich unter: www.falkemedia-shop.de,
in der Kielerleben-Redaktion, Exerzierplatz 3, 23103 Kiel und auf [amazon.de](https://www.amazon.de)



DORIS HELDT
Wrangelstraße 27
24105 Kiel

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



mehr
Angebote →



KAUF

**ASCHEBERG/PLÖ // weitläufig // Sonnenterrasse
ca. 7 Stellpl. // Einliegerwohnung mit Garten**

ca. 261 m² Wfl. // sonniges Wohnz.
2 Küchen + 2 Bäder // ca. 1.340 m²
Grdst. // 385.000 € VHB // Prov. 4,76 %



Energiebedarfsausweis:
225 kWh/(m²*a)
Energieklasse G
Energieträger Erdgas
Warmwasser enthalten
BJ Heizung 1997



KAUF

**KIEL-Südfriedhof/Moorteichwiese // ca. 88 m² Wfl.
energetisch saniertes Haus // 3 Zi. // Tiefgarage**

III. OG mit Aufzug // Dach & Balkone
NEU, Wärmeverbundsystem // Parkett
2 Balkone // 295.000 € // Prov. 3,57 %



Energiebedarfsausweis:
65,5 kWh/(m²*a)
Energieklasse B
Energieträger Fernwärme
Warmwasser enthalten
Baujahr 1969



KAUF

**DIREKT am SEE // exkl. Seezugang ca. 50 m breit
top Instandhaltg. // ca. 176 m² Wfl. // Hanglage**

ca. 2.300 m² Grdst. // 2 Sonnenterrassen
5 Zi. + Essdiele // Keller // Wendehammer
Seeblick! // 950.000 € // Prov. 4,76 %



Energiebedarfsausweis
141,71 kWh/(m²*a)
Energieklasse E
Energieträger Öl
Warmwasser enthalten
Baujahr 1997



#drohnenpilotin #lieblingsmaklerin #immobilienheldt

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

der Sommer hat noch nicht ganz die Segel gestrichen, der Herbst scharrt aber schon ungeduldig mit den bunten Blättern – kurz gesagt: Es ist Zeit für Herbstklopfen. Diese magische Übergangsphase, in der man morgens noch Flip-Flops tragen könnte und abends die dickste Strickjacke braucht.

Wir haben für dich genau die richtigen Tipps parat, um die letzten Sonnenstrahlen einzupacken und gleichzeitig schon ein bisschen Herbst-Feeling zu schnuppern: Ausflugs-ideen, die dich rauslocken, egal ob du Team „Eiskaffee im September“ oder Team „Kürbis-suppe im August“ bist. Dazu gibt's Pasta-rezepte mit Frischkäse, die so cremig sind, dass du dich freiwillig in die Küche stellst.

Und dann liest du noch von unserem Förde Fräulein Kathrin, die sich zum aller-ersten Mal aufs Wacken Open Air gewagt hat. Spoiler: Zwischen Matsch, Metal und Moshpits hat sie gemerkt, dass Boots manchmal die wahren Festivalhelden sind.

Also: Mach dich bereit für eine Ausgabe voller Genuss, Abenteuer und jeder Menge KIELerleben – irgendwo zwischen Sonnen-brand und Schalpflicht.

*Deine Kathrin Wesselmann und
die KIELerleben-Crew*



Die KIELerleben-Crew
(v. li.): Kathrin W.,
Sebastian, Kathrin M.,
Gesä, Frank, Stephan,
Maya, Sandra,
Nicolas, Mareike



18

Freizeitspaß in Weissenhäuser Strand



20

Mit dem Förde Fräulein geht's nach Lübeck



38

Christoph Karrasch im Interview



71

Gesunde
Durstlöcher



80

Rezepte aus dem Pasta-Paradies



90

September-Events

HERBSTKLOPFEN

Märkte, Feste, Lichtermagie	6
Messe für Outdoor-Fans	17
Familienurlaub vor der Tür	18

GLEIS & MEER

Ein Spätsommertag in Lübeck	20
-----------------------------	----

STADTGESCHEHEN

Events, News und mehr	24
Fokus aufs Finale bei den Hurricanes	28
Wissenschaft hautnah erleben	31
Förde Fräulein goes Wacken	36
Christoph Karraschs Kinderbuchdebüt	38
Wir suchen den besten Kneipenspruch	40

ARBEIT & AUSBILDUNG

Jobs und Karrierchancen	44
-------------------------	----

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Probier's mal mit Gemütlichkeit	48
Immobilien, Möbel, Einrichtung	50
Wohlige Wärme vorm Kamin	60

GESUNDHEIT & WELLNESS

Zurück zu dir selbst	65
Achtsam durch den September	66
Gutes Körpergefühl	67
Tipps für ein starkes Immunsystem	70
Gesunde Durstlöcher	71
Superfood Sanddorn	76
Weltherztag	78

HUNGER & DURST

Leckere Pastagerichte mit Frischkäse	80
Gute Kohl-Küche	87

KULTUR & UNTERHALTUNG

Ausstellungen, Bühnen und andere Events	88
---	----

JEDEN MONAT DABEI

Editorial	3
Horoskop	72
Impressum/Aus der Redaktion	98

STADTWERKE KIEL ^{24/7}

MACH NICHT IRGENDWAS!

Starte jetzt Deine Karriere
bei den Stadtwerken Kiel!



**Mach was
Sinnvolles:**
Werde Teil der
Energiewende

Frische Energie für Deine Zukunft.

stadtwerke-kiel.de/karriere

HERBSTKLOPFEN

Goldene Spätsommersonne mischt sich mit herbstlichen Vorboten: Wo du im September besonders schöne Draußenzeiten genießen kannst, verraten wir dir auf den nächsten Seiten.





Lass dir diese idyllische
Landpartie nicht ent-
gehen



Wenn die Dahlien
leuchten, rückt der
Herbst näher

HERBSTZAUBER

Ein Fest für alle Sinne auf Hof Bissenbrook

Wenn sich der Sommer langsam verabschiedet und die Natur in ihrem schönsten Farbenspiel leuchtet, öffnet der **HERBSTZAUBER** auf Hof Bissenbrook wieder seine Pforten. Am 13. und 14. September lädt das beliebte Gartenfestival in Großenaspe zu einer stimmungsvollen Landpartie ein – ein spätsommerliches Fest voller Inspiration, Lebensfreude und ländlichem Flair.

Zwischen alten Bäumen, historischen Mauern und weitem Himmel erwartet die Besucher*innen eine liebevoll zusammengestellte Auswahl an Aussteller*innen aus den Bereichen Garten, Wohnen, Handwerk, Mode und Kulinarik. Ob stilvolle Accessoires für drinnen und draußen, handgemachte Einzelstücke, ausgewählte Pflanzen, feine Manufakturwaren oder herbstliche Leckereien – hier lässt sich entdecken, stöbern und genießen. Viele Aussteller*innen kommen extra aus dem ganzen Norden, um ihre besonderen Produkte zu präsentieren.

STIMMUNGSVOLLE LANDPARTIE ZUM AUSKLANG DER GARTENSAISON

Musik, Straßentheater und herbstliche Aromen sorgen für eine unverwechselbare Atmosphäre, die Groß und Klein gleichermaßen begeistert. Künstler*innen, Gaukler und Musiker*innen bringen an beiden Tagen Leben und Leichtigkeit auf das Gelände – eine charmante Mischung aus Markt, Gartenfest und spätsommerlichem Spaziergang.

Ein besonderes Highlight ist das Dahlienfeld, das nur während des **HERBSTZAUBERS** für Besucher*innen geöffnet ist. In voller Blüte zeigen sich hier hunderte Sorten in leuchtenden Farben – ein farbenprächtiges Naturerlebnis, das zum Staunen, Fotografieren und

Verweilen einlädt. Wer auf der Suche nach Inspiration für Haus und Garten ist, ein besonderes Geschenk sucht oder einfach nur einen unvergesslichen Tag auf dem Land verbringen möchte, ist hier genau richtig. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt – von herzhaften Spezialitäten bis zu süßen Verführungen.

Samstag, 13. September & Sonntag, 14. September,
jeweils von 10 bis 18 Uhr
Hof Bissenbrook, Großenaspe
Eintritt: 10 Euro pro Person, Kinder bis 15 Jahre frei
Hunde sind leider nicht erlaubt

Fotos: GARTENZAUBER



HERBST zauber

Hof Bissenbrook
www.gartenzauber.com

13.+14.
September
2025



LICHTERMAGIE AM NORD-OSTSEE-KANAL

Am 6. September ist es wieder so weit: Die NOK-Romantika, Schleswig-Holsteins größtes Lichterfest, kehrt zurück.

Von Brunsbüttel bis Kiel verwandelt ein Meer aus LED-Lichtern, Leuchstäben und Laternen den Nord-Ostsee-Kanal in ein besonders romantisches Spektakel. Überall entlang der prägenden Wasserstraße wird gemeinsam gefeiert. Große Städte und

kleine Dörfer erwachen in einem bunten Lichtermeer. Auf dem Wasser warten besondere Inszenierungen: beleuchtete Fähren, eindrucksvolle Wasserspiele und Raddampfer Freya, der zu einer stimmungsvollen

Lichterfahrt einlädt. Feiere mit und erlebe, wie der Kanal in einem neuen Licht erstrahlt. Mehr Infos zur NOK Romantika findest du auf www.nok-sh.de. Lampen, Laternen, Kerzen und LEDs nicht vergessen – wir sehen uns am Kanal!

Foto: Adobe Stock

Kiel. Sailing. City.
Kiel

**mobilitäts
wende**kiel

Mobilitätsfest & Klimatag an der Hörn



kiel.de/mobil-klima



Foto: Landeshauptstadt Kiel

MOBILITÄTSFEST & KLIMATAG AN DER HÖRN

Am 21. September verwandelt sich der Platz der Kinderrechte an der Hörn in eine bunte Erlebniswelt für nachhaltige Mobilität und gelebten Klimaschutz. Los geht's ab 9.30 Uhr mit einer großen Radsternfahrt aus verschiedenen Stadtteilen, gefolgt von einem Radler*innenfrühstück und der Siegerehrung um 11 Uhr. Ab 11.30 Uhr eröffnet Stadträtin Alke Voß offiziell das Fest, das mit Bühnenprogramm, Kinderspielecke, Mitmachzauberei und kulinarischen Leckerbissen für die ganze Familie lockt. Ein Highlight ist die Fahrradmesse mit Teststrecke, Codierservice und Fahrradcheck. Auf dem Klimatag präsentieren Initiativen und Unternehmen kreative Ideen rund um Klimaschutz, von Photovoltaik bis Zero Waste. Auch der ACE Autoclub Europa ist zum 60. Jubiläum mit einem Verkehrssicherheitstag dabei.

Extra-Bonus: Busfahren ist im gesamten Stadtgebiet kostenlos – einfach das Titelblatt des Programmflyers als Ticket vorzeigen. Alle Infos und Routen zur Radsternfahrt: www.kiel.de/mobil-klima



Blick in die sehenswerte
Ausstellung „Wikingerdämmerung.
Zeitenwende im Norden“



Goldarmringe und Beschläge des
Pferdezaumzeugs (10. Jhr.) werden in
der Ausstellung präsentiert

EIN ABSOLUTER AUSSTELLUNGSMAGNET

Das riesige Publikumsinteresse an der umfangreichen Ausstellung „Wikingerdämmerung. Zeitenwende im Norden“, dem Highlight der Landesmuseen Schleswig-Holstein 2025, ist nach wie vor ungebrochen.

Seit ihrer Eröffnung am 16. April erfreut sich die archäologische Sonderausstellung „Wikingerdämmerung. Zeitenwende im Norden“ großer Beliebtheit und hat sich zu einem echten Publikumserfolg entwickelt, den du dir auf keinen Fall entgehen lassen solltest. Die **Landesmuseen Schleswig-Holstein** zählten bereits weit über 35.000 Gäste – ein deutlicher Beleg für die sehr ansprechende Präsentation und die außergewöhnliche Qualität der gezeigten Ausstellungsstücke aus der spannenden Geschichte der Wikingerzeit.

AUF KEINEN FALL VERPASSEN

Du hast noch bis zum 2. November die Gelegenheit, selbst auf eine wundervolle Entdeckungsreise in die Welt der Wikinger zu gehen. Im Kreuzstall und in der Reithalle werden auf über 1.000 Quadratmetern Ausstellungsfläche herausragende archäo-

logische Funde und aktuelle Forschungsergebnisse gezeigt. Zu sehen sind unter anderem Schatzfunde aus Gold und Silber, jahrhundertealte Schriften und ein spektakulärer Nachdruck des 68 Meter langen Teppichs von Bayeux. Thematisch steht die späte Wikingerzeit und ihr kultureller, politischer und wirtschaftlicher Wandel im Zentrum. Hierbei wird eine Zeit des Umbruchs beleuchtet, denn im Jahr 1066 wurde der bedeutende Seehandelsplatz Haithabu von einem slawischen Heer zerstört – kurz darauf entstand ganz in der Nähe das heutige Schleswig. Im selben Jahr eroberte Wilhelm von der Normandie England. Diese Ereignisse markieren sowohl im Norden als auch auf den britischen Inseln eine tiefgreifende Zeitenwende, die bis heute nachwirkt. Unter www.schloss-gottorf.de stehen dir weitere Informationen zur Verfügung.

MEHR WIKINGER GEHT NICHT

Mit dem vergünstigten Wikinger Kombi-Ticket kannst du gleich zwei Orte besuchen, nämlich die Sonderausstellung „Wikingerdämmerung. Zeitenwende im Norden“ auf der Gottorfer Schlossinsel sowie das Wikinger Museum Haithabu (inkl. Wikinger Häuser im Freigelände). Das Wikinger Kombi-Ticket ist drei Tage gültig und du kannst innerhalb von drei aufeinanderfolgenden Tagen die Sonderausstellung und das Wikinger Museum jeweils einmal besuchen. Bitte beachte die unterschiedlichen Öffnungszeiten der beiden Ausstellungsorte.

Hier geht es zum
Wikinger Kombi-Ticket



Wikinger Dämmerung

Zeitenwende im Norden

16.4. – 2.11.2025

Schloss Gottorf



Schon über 35.000
Besucher*innen!



Tickets hier

**Museumsinsel
Schloss Gottorf**

Landesmuseen SH



LEIBNIZ-ZENTRUM
FÜR ARCHÄOLOGIE

Mit freundlicher Unterstützung von



Förderverein Archäologie
Schloss Gottorf e.V.



Sparkasse

PROVINZIAL

landesmuseen.sh

100 JAHRE DITTMANN
& DIE VIelfALT DER ÄPFEL

EIN WOCHENENDE ZUM FEIERN

Am 27. und 28. September lädt die GartenBaumschule Dittmann in Gettorf zum Apfelfest ein – und feiert dabei ein rundes Jubiläum. Freu dich auf Apfelgenuss, Garteninspiration und echte Familienstimmung.

In Gettorf wird gefeiert – und das gleich doppelt. Die GartenBaumschule DITTMANN begeht ihr 100-jähriges Bestehen und lädt gleichzeitig zum beliebten Apfelfest ein. Zwei gute Gründe also, um an diesem Septemberwochenende vorbeizuschauen. Was dich erwartet? Eine herrlich herbstliche Atmosphäre, jede Menge Apfelgenuss und eine sympathische Mischung aus Gartenfreude, Fachwissen und regionalem Engagement.

FINDE DEINEN LIEBLINGSAPFEL

Ob Holsteiner Cox, Elstar oder Boskoop – beim Apfelfest warten rund 50 verschiedene Sorten darauf, probiert zu werden. Neben Klassikern gibt es auch viele alte Raritäten und neue Züchtungen zu entdecken. Vielleicht findest du genau den Apfel, der perfekt zu deinem Geschmack passt? Die GartenBaumschule zeigt dir außerdem, welche Wuchsformen sich für deinen Garten eignen – vom prächtigen Hochstamm über platzsparende Buschbäume bis hin zu Spalier- und Säulenobst für kleinere Flächen oder Terrassen. So wird dein Garten zum Apfelparadies.

BERATUNG MIT HERZ & QUALITÄT MIT PRÄDIKAT

Seit einem Jahrhundert steht die GartenBaumschule DITTMANN für Qualität, Service und Liebe zum Detail. Hier bekommst du nicht nur Pflanzen, die sich in der Region bewährt haben, sondern auch ehrliche Beratung von echten Gartenprofis. Die Mitgliedschaft im Verband der GartenBaumschulen garantiert dir höchste Standards – von der Sortenvielfalt bis

zur Pflege der Pflanzen. Das Beste: Das Team nimmt sich Zeit für dich, damit dein Gartenprojekt auch wirklich gelingt.

KOMM VORBEI & LASS DICH INSPIRIEREN

Ob du nun Apfelfan bist, neue Pflanzen für deinen Garten suchst oder einfach Lust auf ein schönes Wochenende mit der Familie hast – das Apfelfest und Jubiläum bei DITTMANN ist die perfekte Gelegenheit. Gemeinnützige Aktionen für die Region, freundliche Gespräche und eine herzliche Atmosphäre machen diesen Besuch zu etwas Besonderem. Weitere Infos unter www.garten-dittmann.de.



Zeitreise ins Jahr 1962: Die Garten Baumschule DITTMANN in ihren jungen Jahren – Tradition, die Wurzeln geschlagen hat.

**100
JAHRE**

Garten-
Dittmann
Baumschule

JUBILÄUMS-APFELFEST



27. & 28. SEPTEMBER 2025

Kieler Chaussee 65 - 24214 Gettorf
Tel. 04346/9452 - www.garten-dittmann.de

... alles, was ein Garten braucht!

DRACHENFEST BRASILIEN

Am 20. und 21. September tummeln sich über der Brasilien-Bühne wieder farbenfrohe Drachen am Himmel.

Drachen steigen lassen macht seit jeher nicht nur Kindern Spaß. Bei wunderschönem Herbstwetter findet am 20. und 21. September am traumhaften Drachen-Spot in Brasilien ein Drachenflugwochenende statt. Zwischen 11 und 16 Uhr wird es bunt am Himmel über Brasilien. Riesige Showdrachen: Teddys, Comicfiguren, Tiere und fantastische Wesen und Formen geben sich ein Stelldichein in luftiger Höhe und werden schon von weit her zu sehen sein. Rundherum gibt es ein attraktives Programm mit vielen Aktivitäten, Speisen und Getränken, jeder Menge Spaß und Bewegung in entspannter Atmosphäre. Der Eintritt ist frei!

20. und 21. September • Strand Brasilien, Kiel



Foto: Adobe Stock



Fotos: Hof Ansgarius

3. ALT OPEL TREFFEN AUF HOF ANSGARIUS

Am Freitag, den 3. Oktober (Tag der Deutschen Einheit) findet zum dritten Mal das beliebte Alt Opel Treffen auf dem Hof Ansgarius in Willenscharen/Brokstedt statt. Es beginnt um 9 Uhr mit leckerem Frühstück im Kaminsaal, dann geht es zum Bestaunen, Fachsimpeln und Handeln auf die Festwiese mit der Opelmeile. Für Liebhaber*innen und Besitzer*innen älterer Opelmodelle bis zum Jahrgang 1995 gibt es jede Menge Gelegenheiten, von vergangenen Zeiten zu schwärmen. Wer selbst ein Opelfahrzeug zeigen möchte, ist herzlich dazu eingeladen. Verbringe einen schönen Tag auf dem Lande: Genieße die Natur, die Kunsthandwerkscheune, Grillwurst und hausgebackene Kuchen im Hofcafé.

3. Oktober, 9 bis 16 Uhr • Hof Ansgarius, Willenscharen/Brokstedt

LANDMARKT MIT TRADITIONELLER PFERDE-SHOW

Schönes für Haus, Hof und Garten, Mode, Antikes und Edeltrödel: Auf dem Markt zeigen Händler*innen und Kunsthandwerker*innen ihre Waren und Handwerkskunst. Pippi Langstrumpf kommt auf dem Rücken von „Kleiner Onkel“ und verteilt in der „Villa Kunterbunt“ Goldmünzen an die Kinder. Außerdem warten Obelix, Ponyreiten und Hasendorf, Traventhaler Alpakas und die Kinder-Eisenbahn wieder auf kleine und große Gäste. Ein besonderes Highlight ist die Pferde-Show mit der Barockreiter Gruppe „Doma Clasica“ sowie die Shire Horses – dazwischen tummeln sich auch Schafe und Kaninchen. Nur an diesem Wochenende gibt es „Schnuppertage“ mit freiem Eintritt zum Kennenlernen der „Wunderkammer“. Das Kutschenmuseum ist ebenfalls geöffnet mit der Sonderausstellung „Susanna im Bade“, in einer neu interpretierten Installation von Harry Beiersdorf. Es gibt Landbier, Erbsensuppe, Torten, Crepes, Eis, Gebackenes aus dem Steinofen und vom Holzkohlegrill.

13. und 14. September, 10 bis 18 Uhr • Landgestüt Traventhal, Traventhal



Foto: Harry Beiersdorf



REGIONALER GENUSSMARKT AN
DER ECKERNFÖRDER HAFENSPITZE

MOHLTIED!

Beim „mohltied! GREEN MARKET“ am 14. September haben Lebensmittel aus dem echten Norden an der Hafenspitze wieder ihre große Bühne.

Traditionell am letzten Tag des GREEN SCREEN Naturfilm-Festivals steht Eckernförde ganz im Zeichen des regionalen Genusses. Von 10 bis 18 Uhr präsentieren sich auf dem „mohltied! GREEN MARKET“ dann gut 40 Direktvermarkter, Manufakturen und Gastronomen aus Schleswig-Holstein mit ihren Produkten. Ob Fisch oder Fleisch, Obst oder Gemüse, Bier oder Brand, Honig oder Marmelade, Eier oder Milch, Saft oder Wasser: Auf dem bunten Marktplatz an der Wasserkante informieren die Genussbotschafter*innen des Nordens persönlich über ihre Produkte – und laden zum Entdecken, Verkosten und Einkaufen ein.

Zu den Highlights zählen auch in diesem Jahr das große „Joldelunder“-Zelt mit gläsernem Backofen und Stehcafé sowie der DEHOGA-Anhänger, in dem der Vorsitzende des Ortsverbands Eckernförder Bucht Michael Stöcken vom Strandrestaurant Karlsminde mit Kolleg*innen zeigt, was sich Köstliches aus regionalen Saisonprodukten zaubern lässt – der Erlös geht dabei dieses Jahr an das Hospiz im Wohld im nahen Gettorf.

Auch das Gütezeichen Schleswig-Holstein, das in diesem Jahr seinen 60. Geburtstag feiert, das Direktvermarkterportal des Landes GUTESVOMHOF.SH und die Landesfischereimarkte WIR FISCHEN sind in Eckernförde präsent. Und natürlich wird Schleswig-Holsteins Genießermagazin „mohltied!“ ebenfalls wieder an beiden Markteingängen prominent vertreten sein: mit Lese-lounge, Gewinnspielen und Aktionsangeboten.

Der Eintritt zum „mohltied! GREEN MARKET“ ist wie immer kostenfrei.
14. September, 10 bis 18 Uhr • Hafen Eckernförde

Mohltied!
GREEN MARKET
ECKERNFÖRDE · HAFEN



mohltied!

GREEN MARKET

So, 14. September

10 bis 18 Uhr
Eckernförde · Hafen

www.mohltied.de



Eintritt frei!

IN KOOPERATION MIT



Veranstalter: Eckernförde Touristik und Marketing GmbH · veranstaltungen@ostseebad-eckernforde.de



BUND
FRIENDS OF THE EARTH GERMANY

Dieser Schmetterling braucht Ihre Hilfe!

€ bund-sh.de/spenden



Flensburger Sommerempfang 2025.
Dieses Event wurde von der Stadt
veranstaltet und war der offizielle Start
des Flensburger Sommers
- bei bester Stimmung

FLENSBURGER SOMMER 2025 – NOCH BIS SEPTEMBER 2025

FÖRDE-SPASS

Mit dem „Flensburger Sommer“ haben die Stadtwerke Flensburg bereits zehn Wochen für stimmungsvolle Sommerabende am Wasser, für Musik im Hinterhof und spontane Begegnungen mit Lachen und Mitmachen gesorgt.

„Wir möchten den Sommer neu denken!“ lautet das Motto. Jetzt geht es weiter: Noch bis Ende September wird Flensburg zur Bühne!

FÖRDE VIBES – MUSIK, DIE VERBINDET

Ein besonderes Format innerhalb des „Flensburger Sommers“ ist die Konzertreihe „Förde Vibes“. Sie bringt zwölf kleine Konzerte an drei stimmungsvolle Orte. Die Konzerte sind bewusst klein gehalten, nah dran und voller Atmosphäre – ein Ort für echte Musik, echte Stimmen und echtes Miteinander. Und sie sind kostenfrei für alle! Als besonderes Highlight ist am 13. September Michèl von Wussow dabei. Der Singer-Songwriter mit Wurzeln an der Ostsee hat mit Alben wie Narbenherz und Traum B eine wachsende Fangemeinde gewonnen. Seine Musik ist ehrlich, verletzlich und kraftvoll – genau die Art von Sound, die perfekt zu den Förde Vibes passt.

CRAFT BEER FESTIVAL

Oder wie wäre es am 5. und 6. September

mit der CRAFT BEER RE(B)ELLION im Brauhof der James Farm Brewery im Brauereiweg 21 in Flensburg? Befreundete Brauereien bieten Bier Tasting und Street Food an, es gibt eine Tattoo Station und Good Vibes – der Eintritt ist auch hier frei! Highlight am Freitagabend, 5. September, ist von 20 bis 22 Uhr die Band RePolice mit a tribute to Sting and the Police. Von 19 bis 20 Uhr unterhält „der Bruce aus Eppendorf“, und von 18 bis 19 Uhr sorgt „Lasse PTS“ für Stimmung. Am Samstag, 6. September, lockt von 18 bis 22 Uhr die DJ Night mit Chris_top und Katya Kraus, und von 16.30 bis 18 Uhr rappt sich Beka in die Herzen der Gäste.

HOCH HINAUS – MIT WEITBLICK

Ein Besuch des Wasserturms – hoch über den Dächern der Stadt – auch das gehört zum „Flensburger Sommer“. Von mittwochs

bis sonntags, jeweils von 11 bis 18 Uhr, erhältst du bis einschließlich 28. September einen fantastischen Blick über die Stadt beim Besuch des 26 Meter hohen Wasserturms auf der Ostseite von Flensburg. Die Aussichtsplattform bietet einen tollen Rund-um-Blick und lädt zum Verweilen ein. Am Ende kann man sich sogar sein eigenes Trinkwasser direkt aus dem Turm zapfen. Der Eintritt ist frei.

JUBILÄUMSSHOW: ROCKO SCHAMONI KOMMT!

Am 7. September wartet großes Kino auf dich: Rocko Schamoni kommt mit seiner Jubiläumsshow „40 Jahre King Rocko Schamoni“ ins Kühlhaus nach Flensburg. Über die Kühlhaus-Website lassen sich schnell noch Tickets sichern. Um sich drauf einzustimmen, gibt es am Donnerstag, 4. September, zwei Filme, die so rau sind wie

Musikerin Zoë Schmid Noerr sorgte beim Förde Vibes Konzert für gute Stimmung.



„Picknick im Grünen, Film, Märchenlesung, Konzert, Spiel – uns geht es um Gemeinschaft und Begegnung.“

Stadtwerke Flensburg

der Wind an der Förde. Freu dich auf einen entspannten Abend mit viel nordischem Charme und einer ordentlichen Portion Punk, wenn „Dorfpunks“ und „Fraktus“ im 51 Stufen Kino, Friedrich-Ebert-Straße 7 in Flensburg, über die Leinwand flimmern, und zwar von 18 bis circa 22.30 Uhr.

KLEINE DINGE, GROSSE WIRKUNG

Nicht jede Veranstaltung muss riesig sein, das zeigt der „Flensburger Sommer“ mit Aktionen wie dem Picknick, bei dem neben Kaffee und Decken auch mal ein „Dog Day“ stattfindet, wie zum Beispiel am 21. September das letzte Picknick im Grünen. Professionelle Hundetrainer und das Tierheim vor Ort geben wertvolle Tipps und Tricks für den Umgang mit den vierbeinigen Freunden. Manchmal ist es eben gerade das

Einfache, das verbindet. Die Stadtwerke Flensburg unterstützen dabei nicht als klassische Veranstalter, sondern als Möglichmacher mit Infrastruktur, Kontakten, Technik oder einem offenen Ohr.

EIN SOMMER, DER WÄCHST – MIT SEINEN GÄSTEN

Was der erste „Flensburger Sommer“ am Ende sein wird, entscheidet nicht ein Programm – sondern die Menschen, die mitmachen. Jede Idee, jede Begegnung und jedes Lächeln machen diesen Sommer besonders. Denn darum geht es: Lebensqualität gemeinsam erleben.

Infos und Mitmach-Möglichkeiten:
www.flensburger-sommer.de
events@flensburger-sommer.de



VIEL MEHR ALS VERANSTALTUNGEN

Der „Flensburger Sommer“ ist mehr als ein Kalender voller Termine – er ist eine Einladung, sich zu begegnen, mitzugestalten und neue Seiten an Flensburg zu entdecken. Die Veranstaltungen sind vielfältig und decken sieben große Themenfelder ab:

- **Nachhaltigkeit:** Mit Umwelt-Aktionen wie dem FLENS StrandGut 9.0, Green Kayak oder dem Solarcup für Jugendliche wird sichtbar, was gemeinsam möglich ist.
- **Natur:** Ob beim Spaziergang durch den Volkspark, beim Yoga unter freiem Himmel oder beim Draußensein – die Natur ist fester Bestandteil vieler Formate.
- **Sport:** Der Sommer wird bewegt – mit Yoga im Park, Calisthenics-Angeboten, offenen Sporttreffs und dem Comeback des legendären Drachenbootrennens.
- **Musik:** Von Singer-Songwriter bis Punk-Kultfigur – Musik spielt in diesem Sommer eine tragende Rolle.
- **Kultur:** Offene Bühnen, Ausstellungen und mehr machen Flensburgs kreative Szene sichtbar.

Das legendäre Drachenbootrennen ist zurück! Auf vielfachen Wunsch wird auf der Förde wieder Gas gegeben



Herbstmarkt

Die fünfte Jahreszeit
im Freilichtmuseum
Molfsee

**Inkl. vieler musealer
Mitmachaktionen!**

3.-12.10.2025
täglich 10-18 Uhr

Einfach
ohne Auto
mit den
Buslinien

**780
790
795**

**Freilichtmuseum
Molfsee**

Landesmuseen SH

freilichtmuseum-sh.de

Foto: © Kathrin Knoll

Sparkasse

PROVINZIAL

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

HERBSTKLOPPEN



HERBSTMARKT IN MOLFSEE

Vom 3. bis zum 12. Oktober öffnet der Herbstmarkt im Freilichtmuseum Molfsee jeweils von 10 bis 18 Uhr seine Tore. Dann umweht der Duft von Apfelkuchen und Kaffee, Bratwurst und vielen anderen regionalen Köstlichkeiten wieder die liebevoll hergerichteten Häuser in der historisch geprägten Herbstlandschaft.

Es präsentieren sich auf dem riesigen Museumsareal gut 130 Aussteller*innen. Sie bieten regionale Produkte an, kuschelig warme Kleidung für Erwachsene und Kinder, gewohnt hochwertiges Kunsthandwerk sowie nicht zuletzt Pflanzen und Herbstdeko für Haus und Garten. Die Nordbauern Schleswig-Holstein mit verschiedenen regionalen Erzeugern und Direkt-Vermarktern laden zu einem bunten Bauernmarkt auf dem Herbstmarkt ein. Wie immer stehen selbstproduzierte Waren im Vordergrund. Erfahrungsgemäß entwickeln jene Stände eine große Anziehungskraft, die mit Aktivitäten auf sich aufmerksam machen. So wird auch in diesem Jahr wieder vor der Bockwindmühle der Silberschmiede-Stand mit seinen Vorführangeboten aufgebaut. Erneut mit dabei ist ein Baumkletterer, der seine Arbeit während des Herbstmarkts vorstellt, sich über die Schulter schauen lässt und sogar Kindern das Klettern ermöglichen wird.

KUNSTVERSORGUNG GESICHERT

Das Museum selbst nimmt das begeisterte Feedback aus 2024 auf und

lädt wieder im Haus Schmielau aus Lehe und weiteren Orten im Museumsgelände zum Mitmach-Erlebnis ein. Neben einigen Überraschungen bietet ein neuer Medienguide, den die Besucher*innen wie im Jahr100Haus via Smartphone laden können, Informationen über die historischen Gebäude, die neuen Ausstellungen „Wind“ sowie „Gespeichert“ und die „Licht Gestalten“ geben frische Einblicke in unsere Alltagskultur.

TICKETPREISE UND ONLINE-EINTRITTSKARTEN

Der Eintritt ins Museum und damit auch auf den Herbstmarkt beträgt für Erwachsene 12 Euro (erm. 10 Euro), Kinder/Jugendliche zahlen 4 Euro und die Familienkarte kostet 25 Euro. Wer sich ab Mitte September über die Internetseite des Museums landesmuseen-sh.ticketfritz.de ein Online-Ticket kauft, kommt erfahrungsgemäß schneller ans Ziel.

3. bis 12. Oktober, Freilichtmuseum Molfsee, Hamburger Landstr. 97,
www.freilichtmuseum-sh.de

Hier geht es direkt zum
Herbstmarkt-Online-Ticket



ÖPNV UND RAD NUTZEN

Das Museum, die Gemeinde Molfsee und der Kreis Rendsburg-Eckernförde bitten sehr darum, auf Grund der eingeschränkten Parkplatz-Situation am Museum (am 3. Oktober und an den Wochenenden steht der Parkplatz am Landesamt für Landwirtschaft, Umwelt und ländliche Räume, Hamb. Chaussee 25, Flintbek, zur Verfügung) möglichst die großartigen Angebote des ÖPNV in Anspruch zu nehmen. An allen Veranstaltungstagen verkehren die Busse der Linien 780/790/795 zwischen dem Hauptbahnhof Kiel und Flintbek und bringen die Besucher*Innen in engerer Taktung zum Freilichtmuseum. Darüber hinaus steht direkt am Museum wieder ein bewachter Fahrradparkplatz zur Verfügung.



Vier Tage, 120 Aussteller, 30.000 Gäste
– das ist die Caravan und Co, die Caravaning
Messe mit Festival-Charakter

120 AUSSTELLER UND VIEL RAHMENPROGRAMM
FÜR CAMPER*INNEN UND OUTDOOR-FANS

CARAVAN UND CO MESSE

Vom 25. bis 28. September 2025 steht das Messegelände in Rendsburg ganz im Zeichen der Reiselust: Norddeutschlands einzige Outdoor Verbraucher- und Freizeitmesse für Caravaning, Camping, Freizeit und mobiles Reisen, die CARVAN und CO verspricht erlebnisreiche Tage. Die Messe ist jeden Tag von 10 bis 18 Uhr geöffnet.

Wohnmobile in allen Größen und Ausführungen, individuell ausgebaute Vans mit raffinierten Details, Zubehör, das jede Reise komfortabler macht, dazu Live-Musik, spannende Vorträge und ein Austausch unter Gleichgesinnten: Die **CARAVAN und CO** vereint vom 25. bis 28. September wieder zehntausende Menschen, die alle das gleiche Hobby haben – unterwegs sein und die Welt entdecken. Bereits zum fünften Mal findet die Caravaning-Messe mit Festival-Charakter statt.

GERÜSTET FÜR DAS NÄCHSTE ABENTEUER

„Egal ob man gezielt nach einem neuen Camper, coolem Zubehör oder neuen Ideen für das nächste Outdoor-Abenteuer sucht – bei der CARAVAN und CO wird jede*r fündig. Dazu gibt es ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm für die ganze Familie“, erklärt Hannes Petersen, Messeleitung CARAVAN und CO. Wer sich für die laufende oder kommende Campingsaison ein neues Fahrzeug kaufen oder sich mit

dem passenden Zubehör eindecken möchte, kann sich an vielen Ständen über Messe-rabatte freuen. Aber auch für die reine Inspiration lohnt sich ein Besuch: Neuheiten, persönliche Erfahrungsberichte von erfahrenen Camper*innen, das Nordic Vanlife Village mit ausgebauten Bullis, Unterhaltungsprogramm für jedes Alter, dazu jede Menge Essen und die Gelegenheit, mit Gleichgesinnten zu klönen.

ALTBEWÄHRTES KONZEPT MIT NEUEN HIGHLIGHTS

Wer die CARAVAN und CO bereits in den Vorjahren besucht hat, wird auch in diesem Jahr nicht enttäuscht – die sh:z Event GmbH hält am bewährten Konzept fest. Eine Neuerung in diesem Jahr: Als Partner des Nordic Vanlife Village gestalten die Busbastler einen zentralen Bereich der Messe aktiv mit. Langjährige Erfahrung im Bereich Selbstausbau und ihr starkes Netzwerk in der Community machen sie zum idealen Ansprechpartner für alle, die ihren Camper selbst ausbauen möchten. Sie beantworten

Fragen, liefern Einblicke, Praxisbeispiele und bieten Workshops sowie Vorträge. Am 27. September, ab 18 Uhr steigt die Messeparty (separate Tickets). Anreisende mit Wohnmobil, Wohnanhänger oder Van können auf 180 kostenpflichtigen, exklusiv für Besucher*innen reservierten Stellplätzen in unmittelbarer Nähe nächtigen.



Ticketpreise für die Caravan und Co 2025:

Tickets gibt es im Vorverkauf unter www.caravan-und-co.de/tickets.

Tageskarte Erwachsene: 12 Euro

Tageskarte Kinder/Jugendliche

(6 bis 16 Jahre): 9 Euro

Kinder unter 6: frei

Tages-/Familienkarte

(2 Erwachsene, 2 Kinder/Jugendliche): 32 Euro

4-Tage-Ticket Erwachsene: 38 Euro

4-Tage-Ticket Kinder/Jugendliche: 22 Euro

4-Tage-Familienkarte: 90 Euro

Die Preise beziehen sich auf den Eintritt vor Ort.

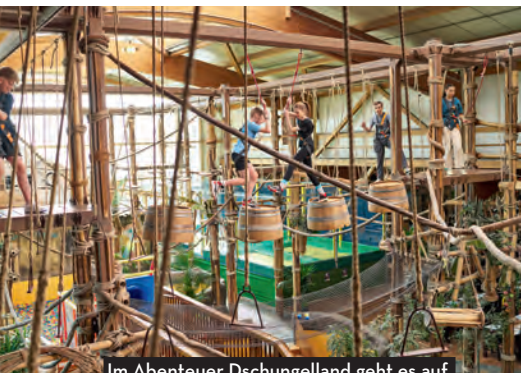
Wer vorab online bucht, kann günstigere Tickets erhalten.

FAMILIENURLAUB DIREKT VOR DER TÜR

Nicht lang schnacken, Koffer packen: Rundum-sorglos-Urlaub und Freizeitspaß für die ganze Familie erwartet dich im Ferien- und Freizeitpark Weissenhäuser Strand.



Warum weit reisen, wenn dein unvergesslicher Familienurlaub nur weniger als eine Stunde entfernt auf dich wartet. Im **Ferien- und Freizeitpark Weissenhäuser Strand**, einer der größten und beliebtesten Ferienanlagen Deutschlands, wird jeder Tag zu einem neuen Abenteuer voller Freude, Lachen und unvergesslicher Momente. Tauche ein ins aufregende Subtropische Badeparadies mit Norddeutschlands längster Welle, 13 rasanten Rutschen und der Wasserspiellandschaft Water World. Große und kleine Abenteurer*innen können im Abenteuer Dschungelland auf Entdeckungsreise gehen und Kaimane, Schlangen und Echsen ganz nah erleben.



Im Abenteuer Dschungelland geht es auf spannende Entdeckungsreise

URLAUB MIT ME(E)HRWERT

- Barfuß durchs Glück: Direkt an der Ostsee gelegen – der Sand zwischen den Zehen, das Meeresrauschen im Ohr
- Dein zweites Zuhause: Gemütliche Ferienwohnungen – ankommen, durchatmen, wohlfühlen
- Abenteuer, die verbinden: Unzählige In- und Outdoor-Erlebnisse für erlebnisreiche Urlaubsmomente
- Rundum-sorglos-Urlaub: Strom, Endreinigung und Handtücher? Schon erledigt!
- Entspannt ankommen: Kostenlose Parkplätze direkt am Gelände
- So schmeckt Urlaub: Von frischem Fisch bis zum süßen Dessert – hier wird jeder Bissen zum Erlebnis
- Immer verbunden: Kostenloses WLAN – für alle, die ihre schönsten Momente teilen wollen

Mehr Infos unter
www.weissenhaeuserstrand.de.



13 rasante Abfahrten und vieles mehr wartet im Subtropischen Badeparadies!

TIPP



GRENZENLOSES ABENTEUER MIT DEM MEGA-WINTERTICKET

Dieses Ticket sorgt dafür, dass im Winter keine Langeweile aufkommt! Das MEGA-Winterticket bietet dir 5 Monate lang (3. November 2025 – 31. März 2026) täglich freien Eintritt ins Abenteuer Dschungelland und/oder Subtropisches Badeparadies. Jetzt im September kaufen und das Parken ist inklusive! Mehr dazu unter <http://www.weissenhaeuserstrand.de/attraktionen/mega-winterticket/>



Urlaub direkt vor der Tür

Warum weit reisen? Jetzt die Ostsee erleben!

Erleben Sie einen unvergesslichen Familienurlaub im Ferien- und Freizeitpark Weissenhäuser Strand – einer der größten und beliebtesten Ferienanlagen Deutschlands!

Freuen Sie sich auf:

- ✓ Kurze Anreise
- ✓ Komfortable Unterkünfte
- ✓ In- und Outdoor-Attraktionen
- ✓ Zahlreiche Restaurants
- ✓ KidzClub mit Kinderbetreuung
- ✓ Und vieles mehr



Jetzt buchen!



WEITEREMPFOHLEN AUF
HolidayCheck '25



**Weissenhäuser
Strand** Ferien- und Freizeitpark
Das ganze Jahr Ostsee

7 TIPPS FÜR EINEN SPÄTSOMMERTAG IN LÜBECK

Mit der DB Regio Schleswig-Holstein ist das Förde Fräulein nach Lübeck gereist, um die Hansestadt im Spätsommer zu entdecken – vom Altstadtbummel über eine Trave-Bootstour bis zum entspannten Beachbar-Ausklang. Hier kommen die schönsten Tipps für einen unvergesslichen Tag.



Lübeck zeigt sich von seiner goldenen Seite



Vom Bahnhof sind es nur wenige Minuten zu Fuß in die Lübecker Altstadt

TIPP 1 REISE MIT DER BAHN

Wer Lübeck im Sommer erleben möchte, muss gar nicht weit reisen. Mit dem Schleswig-Holstein-Ticket der DB Regio Schleswig-Holstein geht's unkompliziert und preiswert in die Hansestadt – ganz besonders, wenn du nicht allein unterwegs bist. Denn ab 32 Euro kannst du den ganzen Tag mit dem Nahverkehr fahren. Kommst du zum Beispiel aus Richtung Hamburg, bringt dich die RE8 direkt nach Lübeck. Vom Lübecker Hauptbahnhof sind es nur wenige Minuten zu Fuß bis zum berühmten Holstentor und damit mitten hinein ins Altstadtabenteuer. Besser kann ein Sommertag doch gar nicht starten, oder? Buche dein Ticket online oder über die DB Navigator App.



Der Ausblick aus dem Aussichtsturm der St. Petri Kirche ist atemberaubend

TIPP 2 ABTAUCHEN MITTEN IN DER STADT

Wenn du eine echte Sommeroase suchst, dann schau unbedingt im Altstadtbad Krähenteich vorbei. Das Naturfreibad liegt versteckt mitten in Lübeck und ist ein Ort, an dem die Zeit einfach stillzustehen scheint. Auf der großen Liegewiese, am kleinen Sandstrand oder direkt im erfrischenden See – hier kannst du die Seele baumeln lassen. Und dieser typische Freibad-Duft nach Sonnencreme und Pommes? Der ist natürlich inklusive. Für 3,50 Euro bekommst du hier Sommer pur – und das mitten in der Altstadt. Badeschluss ist täglich um 18.30 Uhr, also rechtzeitig reinspringen!



Kleine Abkühlung gefällig?

TIPP 3 GENIESSE DEN AUSBLICK VON OBEN

Ein echter Klassiker, der niemals langweilig wird: der Aussichtsturm der St. Petri Kirche. Kaum angekommen, führt mich mein erster Weg genau dorthin. Bei Sonnenschein und klarer Sicht ist der Ausblick einfach atemberaubend – und das im wahrsten Sinne des Wortes. Zu Fuß geht es über 250 Stufen in die Höhe, wo dir ein 360-Grad-Panorama über Lübeck den Atem raubt. Du siehst die Trave, die roten Backsteindächer, das wuselige Treiben rund ums Holstentor und hast das Gefühl, einmal ganz tief durchatmen zu können. Der Eintritt kostet 5 Euro, für Studierende 3 Euro, für Schüler*innen 1 Euro und ist für Kinder bis 5 Jahre sogar kostenlos. Der Ausblick ist jeden Cent wert, versprochen.



Mit dem E-Boot Lübeck
ganz entspannt entdecken

TIPP 5 EIS, EIS, ALTSTADT - SÜSSE ABKÜHLUNG BEI SOUL- MATES I CREAM & CAFE

Eis gehört zum Sommer einfach dazu und in Lübeck im Spätsommer darf ein Besuch bei Soulmates i cream & cafe in der Huxstraße definitiv nicht fehlen. Hier habe ich eine Kugel Pistazieneis und eine Kugel Salted-Caramel probiert. Was soll ich sagen? Ich war kurz sprachlos vor Glück. So cremig, so geschmackvoll, so handgemacht. Das Soulmates-Team legt großen Wert auf hochwertige Zutaten und kreative Sorten. Gemütlich machen kannst du es dir drinnen mit gemütlichen Sitzplätzen oder draußen in der Sonne. Mein Tipp: Unbedingt mal was Neues ausprobieren – hier ist wirklich jede Sorte ein Treffer!

TIPP 6 FANGFRISCH GENIESSEN

Wenn der Magen knurrt, zieht es mich zu Fangfrisch Lübeck. Das charmante Restaurant liegt direkt an der Trave und serviert frische Fischgerichte mit nordischer Note – alles in einer Atmosphäre, die herrlich unaufgeregt und super herzlich ist. Ich starte mit Lachstatar, bevor ich mich bei der Hauptspeise ganz klassisch für Scholle mit hausgemachtem Kartoffelsalat entscheide. Dazu gibt's meinen absoluten Sommerdrink-Tipp: die „Seegurke“. KOM trifft Gurkenlimo – so erfrischend, dass ich am liebsten gleich das Rezept mitgenommen hätte.



Nordischer Fischgenuss
an der Trave

Gibt's übrigens auch alkoholfrei. Wer mag, kann vor Ort sogar hausgemachten Korn mitnehmen. Hier war ich definitiv nicht das letzte Mal! Mein Tipp: Tisch reservieren – gerade im Sommer ist hier viel los. Das geht ganz einfach online.

TIPP 7: LASSE DEN SOMMERABEND IM STRANDSALON AUSKLINGEN

Am Ufer der Trave, mit Blick auf die Altstadt, erwartet dich im Strandsalon echtes Beachclub-Feeling. Der Sand unter den Füßen, chillige Musik im Ohr und ein kühler Drink in der Hand – so kann der Tag entspannt ausklingen. Dazu gibt's Beachvolleyballfelder, einen kleinen Pool und regelmäßig Live-Musik und Events.

TIPP 4 EINMAL KAPITÄN*IN SEIN - E-BOOT FAHREN AUF DER TRAVE

Was wäre ein Sommertag in Lübeck ohne Wasser? Genau deshalb miete ich mir direkt an der Obertrave, Ecke Marlesgrube, ein kleines E-Boot von Boat Now. Ohne Führerschein, ohne große Vorbereitung – einfach einsteigen, lostuckern und Lübeck vom Wasser aus entdecken. Eine gemütliche Fahrt rund um die Altstadtinsel zeigt dir Ecken, die du vom Land aus nie zu Gesicht bekommst. Alte Giebelhäuser spiegeln sich in der Trave, Möwen begleiten dich über dem Wasser und Zeit, die Sonne etwas im Sitzen zu genießen. Die Boote bieten Platz für bis zu sechs Personen.



Mit einem leckeren
Drink den Abend genießen

GENIESSE DAS GRÜNE LÜBECK IM SOMMER

Wer zwischendurch ein bisschen Abstand vom Stadtrubel sucht, wird in Lübeck schnell fündig. Die Wallanlagen laden zu gemütlichen Spaziergängen ein, zum Picknick auf der Wiese oder einfach zum In-die-Wolken-gucken. Rund um den Mühlenteich findest du kleine Pfade, romantische Brücken und das Gefühl, in einem alten Film gelandet zu sein. Oder schlendere einfach durch die vielen kleinen wunderschönen Gassen entlang der Trave. Pssst: hier verstecken sich teilweise romantisch schöne Gassenhäuser mit wunderbaren Vorgärten.

25.-28.09.
2025 Messe
Rendsburg



Die Messe für Caravaning und Outdoor im Norden

über 120 Ausstellende
Nordic Vanlife Village

Zubehör-Shop

Musik & Show

Camping vor Ort

Jetzt Tickets sichern!



EXPO



EXTRA



EXPLORE

Infos unter www.caravan-und-co.de

Hobby
GEBAUT FÜR'S LEBEN



busbastler

CARAVAN

sh:z
das medienhaus

Schleswig-Holstein
Der echte Norden

Volksbanken
Raiffeisenbanken



STADTGESCHEHEN

Von großen Festen bis zu kleinen Alltagsperlen – in Kiel und drum herum ist wieder eine Menge los. Ob NOK-Romantika, Probsteier KunstTage, Sport-Highlights oder spannende Aktionen rund um Lebensmittelrettung, Handwerk und Kultur.



LEUCHTTURMFEST IN PRIES-FRIEDRICHSORT

Das beliebte Stadtteilstadtteilfest lockt auch in diesem Jahr Besucher*innen nach Pries-Friedrichsort. Am 7. September mischt sich festlicher Flair mit verkaufsoffenem Sonntag und einem vielversprechenden Flohmarkt.

Fotos: Adobe Stock (2)

Das Leuchtturmfest im Stadtteil Pries-Friedrichsort bietet auch in diesem Jahr ein kunterbuntes Programm für Jung und Alt. Nicht nur auf der Bühne auf dem Leuchtturplatz ist ordentlich was los, auch verschiedene Mitmachangebote und Infostände von Vereinen, Organisationen und Gewerbetreibenden laden zum Verweilen ein. Für das leibliche Wohl sorgen Anbieter aus der Region, darunter Czernys Küstenbrauerei. Schnäppchenjäger*innen haben auf dem Flohmarkt von 10 bis 17 Uhr die Möglichkeit, nach Herzenslust zu stöbern und zu feilschen. Zudem öffnen die Geschäfte für den verkaufsoffenen Sonntag von 12 bis 17 Uhr die Türen und laden zum entspannten Bummel ein. Der Eintritt zur Veranstaltung ist frei.



Advertorial

MEISTERVORBEREITUNGSKURS FRISEUR IN KIEL

Für viele Kundinnen und Kunden ist ein Friseurbesuch eine kurze Auszeit vom Alltag. Am liebsten bei der Friseurin oder dem Friseur des Vertrauens. Und was bietet mehr Vertrauen als ein Meistertitel?

Die Meisterinnen und Meister im Friseurhandwerk verfügen über umfangreiches Fachwissen – von Haarschneidetechniken über Haarersatz bis hin zu pflegender und dekorativer Kosmetik. Das Dozententeam der Berufsbildungsstätte Kiel begleitet angehende Meisterinnen und Meister bei der Vorbereitung auf die Meisterprüfung. Sie frischen alte Kenntnisse auf, lernen Neues dazu und tauschen Erfahrungen aus.

AUS FREUDE ZUM HANDWERK

Neben der erfahrenen Meister-Ausbilderin Nicola Gross ist auch Dilscha Aslan Teil des Dozententeams. Für die Kieler Friseurunternehmerin ist die Meisterausbildung eine Herzensangelegenheit: „Wir haben einen der schönsten Berufe der Welt. Wir haben die Möglichkeit, Menschen glücklicher zu machen und ihnen zu einem besseren Körpergefühl zu verhelfen. Ich habe Freude daran, mein Wissen zu teilen und ich finde es sehr wichtig, dass es erstklassig und kompetent ausgebildete Friseurmeisterinnen und Friseurmeister gibt. Deshalb engagiere ich mich gern in der Weiterbildung von Fachkräften.“ Der nächste Kurs startet im Januar 2026.

JETZT ANMELDEN!

Du bist Friseurgesellin oder Friseurgeselle und willst den nächsten Schritt auf der Karriereleiter machen? Der Meistertitel ist dein erster Schritt in die Selbstständigkeit. Am 8. September um 16 Uhr kannst du dich direkt vor Ort in der Berufsbildungsstätte Kiel über Inhalte, Organisation und die umfangreichen Fördermöglichkeiten des berufsbegleitenden Meistervorbereitungskurses informieren. Weitere Infoabende finden am 13. Oktober digital und am 3. November vor Ort statt.

Bei Interesse, Rückfragen und Co. melde dich jederzeit gerne:
Berufsbildungsstätte Kiel, Melanie Kramann, Tel.: 0431 / 53 33 25 11
E-Mail: mkramann@hwk-luebeck.de, www.hwk-luebeck.de



Das Dozententeam besteht aus folgenden Profis: Patrick Brack, Enno Doden, Dilscha Aslan, Christian Swierzy, Nicola Gross, Gültin Turhan, Xandra Pohl und Jens Brack (v. li.)

Foto: Handwerkskammer Lübeck



GEMEINSAM GEGEN LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG

Rund 1,3 Milliarden Tonnen Lebensmittel landen jedes Jahr im Müll.
Dagegen setzt foodsharing Kiel e. V. ein Zeichen und lädt am 27. September zum Tag der Lebensmittelrettung ein.

In Kiel retten rund 650 Foodsaver Lebensmittel in etwa 90 Betrieben, die mit dem gemeinnützigen Verein foodsharing Kiel e. V. kooperieren: viele Supermärkte, Bäckereien und Cafés, Kantinen, Caterings, Kindergärten, Restaurants, Tankstellen, Bioläden und Wochenmärkte. Täglich von früh bis spät retten die ehrenamtlichen Helfer*innen unermüdlich Obst und Gemüse, Milchprodukte und Fleisch, Backwaren und Kuchen, belegte Brötchen oder Reste vom Mittagstisch. Im Jahr 2023 waren es pro Woche mehr als 300 Rettungen, durch die jeweils circa 8,3 Tonnen Lebensmittel vor der Mülltonne bewahrt wurden. Die geretteten Lebensmittel werden an Privatpersonen „fairteilt“ und an verschiedene gemeinnützige Kooperationspartner*innen übergeben, damit sie verzehrt werden, statt in der Mülltonne zu landen.

TAG DER LEBENSMITTELRETTUNG

Am Samstag, dem 27. September, ab 14 Uhr wird der Kieler Rathausplatz zum Schauplatz gelebter Lebensmittelwertschätzung. Die Foodsaver zeigen eindrucksvoll, wie viele Tonnen Essbares sie innerhalb von 24 Stunden retten – von Supermärkten, Bäckereien und Cafés bis

„Allein die Lebensmittelverschwendung ist für bis zu 10 Prozent der globalen Treibhausgase verantwortlich.“

Marja Paasch und
Karin Pliquet von
foodsharing e. V.



hin zu Restaurants, Wochenmärkten und Kitas. Dich erwartet eine kompetente Moderation, ein Familienprogramm mit Kinderschminken, Live-Musik und ein professioneller Videodreh mit Drohnen. Mit dabei sind Oberbürgermeister Ulf Kämpfer und weitere Prominente wie zum Beispiel Prof. Mojib Latif, einer der bekanntesten Klimaforscher in Deutschland.

Zum Abschluss werden die geretteten Lebensmittel kostenlos an die Besucher*innen „fairteilt“. Komm vorbei, staune mit – und nimm Impulse (und gerne etwas Leckeres) mit nach Hause!





WALLIS BIRD & SPARK MUSIKALISCHE ZEITREISE MIT POP UND KLASSIK

Mit dem Herbst kehrt auch der Kunstflecken zurück – das renommierte Kulturfestival begeistert vom 12. September bis 5. Oktober wieder mit einem vielfältigen Programm. Ein Highlight: die irische Singer-Songwriterin Wallis und das Klassikensemble „Spark“.

Die Vorfreude auf die Konzerte in der Werkhalle im Rahmen des Kunstfleckens sind jedes Jahr wieder besonders groß, denn das Publikum darf sich hier auf hochkarätige Künstler*innen freuen. Auch in der diesjährigen Ausgabe des Kunstfleckens erwartet uns ein musikalisches Ereignis der Extraklasse: Am 5. Oktober trifft die irische Ausnahmekünstlerin Wallis Bird auf das preisgekrönte Klassikensemble Spark. Gemeinsam präsentieren sie das Projekt „Visions of Venus“ – eine energiegeladene Hommage an 900 Jahre weibliche Musikkultur.

MITREISSENDES GESAMTKUNSTWERK

Von den mystischen Gesängen Hildegard von Bingen über die klangvolle Renaissance Francesca Caccinis bis hin zu modernen Ikonen wie Joni Mitchell, Björk und Kate

Bush. Dabei verschmelzen verschiedenste Stile – von Klassik über Jazz und Folk bis hin zu Indie-Pop – zu einem mitreißenden Gesamtkunstwerk. Wallis Bird, bekannt für ihre raue Stimme, ihre Bühnenpräsenz und ihr expressives Gitarrenspiel, bringt eine leidenschaftliche Note in das Programm. Spark wiederum sorgt mit einem außergewöhnlichen Instrumentarium – darunter Violine, Blockflöten, Cello und Klavier – für virtuose Klangvielfalt. Die historische Werkhalle mit ihrem industriellen Charme wird an diesem Abend zur stimmungsvollen Bühne für ein außergewöhnliches Musikerlebnis. Zwischen Vergangenheit und Zukunft, zwischen weiblicher Kraft und musikalischer Vision entfaltet sich eine Performance, die nicht nur unterhält, sondern berührt. Wer sich dieses außergewöhnliche Klangerlebnis nicht entgehen lassen will, sollte sich frühzeitig Karten sichern.

Weitere Informationen und Tickets zu den vielfältigen Veranstaltungen des Kunstfleckens sind erhältlich unter www.kunstflecken.de, Tel.: 04321/ 942 33 16 sowie im Kulturbüro Neumünster am Kleinflecken 26.

Theater Neumünster

The Fluteman Show
am 13.09. beim
Kunstflecken in
Neumünster



Foto: © Christian Palm

KUNSTFLECKEN in Neumünster

12.09. bis 5.10.2025

The Fluteman Show

Sa., 13.09.25

Große Comedy und unerhörte Klänge mit der Blockflöte

Vorzimmergeschichten

Sa., 20.09.25

Kabarett- und Liederabend mit 1 Schauspieler*in, 4 Powerfrauen und 23 Hits

Rondoprinz

Sa., 27.09.25

Die Neuentdeckung für Deutschpop-Fans!

NORLYZ

Do., 2.10.25

FleckenTanz – die große Nacht der elektronischen Musik

Stimmakrobaten

Sa., 4.10.25

Kabarett, A Capella und Beatbox Mit Andreas Langsch, POSTYR und M.O.M.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Karten und Informationen im
Kulturbüro, Kleinflecken 26, Neumünster
Tel: 0 43 21 | 942 33 16
oder unter
www.theater-neumuenster.de

VOLLER FOKUS AUFS FINALE

Mit dem 21:0-Sieg gegen die Munich Cowboys wahren die Kiel Baltic Hurricanes ihre Playoff-Chancen.

Beim letzten Hauptrundenspiel am 16. August im Münchner Dantestadion zeigten die Hurricanes ihre vielleicht beste Defensivleistung der Saison. „Zu Null zu spielen ist eine Wahnsinnsleistung der Defense“, lobte Head Coach Timo Zorn. Bereits im ersten Viertel verhinderten die Kieler mit einer Interception durch Angelo Blake die erste Cowboys-Führung – und legten im Gegenzug mit einem Touchdown von Chandler Smith vor.

ZWEI BRÜDER, EIN SPIELFELD

Besonders emotional: das erste Aufeinandertreffen der Brüder Benedikt und Vinzent Englmann. Während Benedikt für



Kiel als Receiver auflief, spielte Vinzent als Linebacker für München – inklusive Tackles und Blockduellen. Nach einem punktearmen Mittelteil entschieden die Hurricanes das Spiel im vierten Quarter: Erst traf Maximilian Lundahl zum 14:0, dann sorgte CJ Davis mit einem Fumble-Recovery und Lorenz Rotermund mit dem dritten Touchdown für den 21:0-Endstand.

BLICK AUF DAS HEIMSPIEL

Mit diesem Erfolg gehen die Canes selbstbewusst ins letzte Spiel der Saison: Am 6. September um 16 Uhr empfangen sie die

Paderborn Dolphins im Kilia Stadion. Ein Sieg könnte das Ticket für die Playoffs bedeuten – also: Bringt Stimmung, feuert das Team an und tragt an diesem Spieltag Weiß! Let's go, Canes!

Das nächste Heimspiel:

6. September: Kiel Baltic Hurricanes – Paderborn Dolphins
Kilia Stadion, Hasseldieksdammer Weg 165
Kickoff: 16 Uhr

WEITERE INFOS UND TICKETS:

www.baltic-hurricanes.de

Instagram: @kielbaltichurricanes

Foto: Thomas Hoy



KIEL BALTIC HURRICANES 
1. Bundesliga-Football in Kiel



LIVE MITERLEBEN

**AMERICAN
FOOTBALL**

Kilia Stadion, Kiel | Kickoff 16 Uhr

06.09. Paderborn Dolphins



Tickets erhältlich im Welcome Center
und unter www.baltic-hurricanes.de

White Out Gameday
präsentiert vom

CASINO
KIEL

MIT BILETADO EASY ONLINE BUCHEN

Räume, Technik, Veranstaltungsorte – mit der neuen Plattform Biletado lassen sich Ressourcen in der KielRegion jetzt schnell und digital reservieren.

Ob Bürgerhaus, Vereinsraum oder Veranstaltungstechnik – vielerorts in der KielRegion stehen kommunale Räume und Geräte zur Nutzung bereit. Doch deren Verwaltung ist häufig zeitintensiv: Telefonate, E-Mails, Terminabsprachen und manuelle Abrechnungen erschweren den Alltag von Kommunen, Vereinen und Institutionen. Mit Biletado ändert sich das. Die neue digitale Buchungsplattform macht es möglich, verfügbare Ressourcen unkompliziert zu finden, zu prüfen und direkt online zu buchen. Ganz gleich, ob Proberaum im Vereinsheim oder Beamer im Gemeindesaal – mit wenigen Klicks ist die gewünschte Ressource reserviert.

Modellprojekte Smart Cities (MPSC) und wird vom Bundesministerium für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen (BMWSB) gefördert. Der Begriff Smarte Region (wie auch Smart City) beschreibt das Konzept einer Region oder Stadt der Zukunft, in der mithilfe von digitalen, technischen und gesellschaftlichen Innovationen die Zukunftsfragen rund um Klimawandel, Mobilitätswende oder soziale Teilhabe gelöst werden. Das Team SmarterLeben | KielRegion arbeitet in den Handlungsfeldern Quartiersentwicklung, Regionales Küstenmanagement, Mobilität, Kompetenzaufbau, Beteiligung und Digitale Dienste. www.kielregion.de/smarterleben

HIER GEHT'S
ZUR PLATTFORM:

www.kielregion.de/biletado



Biletado
die Buchungsplattform

DER VORTEIL LIEGT AUF DER HAND

Für Bürger*innen wird der Zugang zu kommunalen Angeboten transparenter und einfacher. Gleichzeitig profitieren Städte, Gemeinden und Organisationen von einer deutlichen Verwaltungsentlastung. Automatisierte Prozesse reduzieren Rückfragen, verhindern Doppelbuchungen und steigern die Auslastung vorhandener Angebote. Biletado ist Teil des Modellprojekts SmarterLeben | KielRegion und wird von der KielRegion GmbH umgesetzt. In den kommenden Monaten soll die Plattform weiterwachsen – mit noch mehr buchbaren Angeboten aus der gesamten Region. So wird digitale Verwaltung konkret erlebbar – für alle, die Räume schaffen oder nutzen möchten.

WAS IST SMARTERLEBEN?

SmarterLeben ist ein gemeinsames Projekt der Landeshauptstadt Kiel sowie der Kreise Plön und Rendsburg-Eckernförde und wird gemeinsam mit der KielRegion umgesetzt. Sie ist eines der derzeit 73



Leon Struppeck betreut die
Buchungsplattform Biletado



KielRegion

SmarterLeben

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Wohnen, Stadtentwicklung
und Bauwesen

KfW

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Charisma serienmäßig

Der neue KGM

ACTYON



Abbildung enthält aufpreispflichtige Sonderausstattungen.

KGM Actyon

1.5 GDI Turbo Benzin
6-Gang Getriebe und Zweiradantrieb,
Ausstattungslevel Core

Unser Angebot

34.130 €

inkl. 990 € Überführung und Zulassung

KGM Garantie: 5 Jahre Herstellergarantie oder bis zu 100.000 km (das zuerst Erreichte gilt).
Es gelten die aktuellen Garantiebedingungen des Herstellers.

Kraftstoffverbrauch Actyon Benzin 2WD 6MT (WLTP kombiniert) in l/100 km: 8,0;
CO₂-Emissionen (WLTP kombiniert) in g/km: 181; CO₂-Klasse G.

Jetzt bei uns Probe fahren.

KGM
Enjoy with Confidence

Autohaus Stien
Dörpstroot 27 | 24861 Bergenhusen
Fabrikstraße 1 | 24848 Kropp
www.autohaus-stien.de

GmbH

WISSENSCHAFT HAUTNAH ERLEBEN

Am 26. September verwandelt sich Kiel in ein lebendiges Labor: Der Science Day lädt von 10 bis 22 Uhr dazu ein, Wissenschaft zu entdecken, zu erleben und mitzugestalten – und das kostenfrei!

Neun Standorte, über 100 Programmpunkte, ein kostenloser Shuttle-Service, freie Fahrt mit der Sprottenflotte und Angebote für jedes Alter machen den Science Day zu einem Highlight für die ganze Familie. Der Science Day ist Teil des Science Summers und wird von den wissenschaftlichen Institutionen der **KielRegion** und der **KielRegion GmbH** organisiert. Ziel ist es, Forschung sichtbar und verständlich zu machen – für Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Senior*innen und Lehrkräfte gleichermaßen.

In der Technischen Fakultät der CAU erwarten Besucher*innen spannende Mitmach-Experimente zu Nanomaterialien, Sensorik und Medizintechnik. Ein Science Slam und Laborführungen runden das

Programm ab. Des Weiteren öffnet die Fachhochschule

Kiel ihre Türen mit Virtual-Reality-Erlebnissen, Blitzlabor, Computermuseum und 360-Grad-Shows im Mediendom – inklusive einer Reise zum Mond mit der Maus Armstrong. Im CITTI-PARK wird Wissenschaft spielerisch: Mit dem Hosentaschenlabor „Laborino“, Fossilienpräparation und Gesundheitsforschung zum Anfassen. Das Wissenschaftszentrum Kiel bietet zudem Robotersteuerung per Sprache, Chemie-Shows und eine Rätsel-Rallye für Kinder. Im SEALEVEL tauchen Besucher*innen in die Meeresforschung ein – mit Vorträgen, Mitmachaktionen und einer Live-Schaltung zum Forschungsschiff

Mehr
Infos und das
vollständige
Programm unter:
www.science-summer.de



SONNE. Das FabLab Kiel öffnet seine Werkstatt und zeigt, wie moderne Fertigungstechnologien wie 3D-Druck, Lasercutting und 360-Grad-Scans funktionieren. Besucher*innen können Hightech-Prototyping hautnah erleben und selbst aktiv werden. Zum Abschluss des Tages veranstalten die hansa48 und Die Pumpe ein abendliches Kulturprogramm mit Filmvorführungen, Science Show, Science Pubquiz und einer Abschlussparty.

Ob Technik, Umwelt, Medizin, Bildung oder Meeresforschung – wer neugierig ist, Fragen stellen oder einfach staunen möchte, ist herzlich zum Science Day eingeladen.

Foto: © K. Stüber, Wissenschaftszentrum



SCIENCE DAY

wissenschaftszukunft
KielRegion



WISSENSCHAFT ERLEBEN
FÜR KLEIN UND GROSS

FR. 26.09.25
10 BIS 22 UHR

9 STANDORTE IN KIEL
BUNTES ANGEBOT

EINTRITT & SHUTTLE FREI!




EINE VERANSTALTUNG IM



www.science-summer.de

FÖRDERER



Funded by
the European Union

Werner
Petersen
Stiftung

VERANSTALTER




HAUPTSPONSOR




10 JAHRE STÖBERN, STAUNEN UND SHOPPEN

Anlässlich des Jubiläums veranstaltet UNIKAT an den Ateliertagen am 27. und 28. September viele tolle Aktionen, bei denen du selbst kreativ werden kannst.

2015 wurde **UNIKAT** in der Holtenauer Straße eröffnet, seit letztem Jahr ist es in der Küterstraße 5 direkt am Alten Markt zu finden. Der kleine Laden ist eine echte Fundgrube, wenn du auf der Suche nach einer besonderen und kunstvoll gestalteten Geschenkidee bist. Hier entsteht liebevoll gefertigtes Kunsthandwerk – und das 100% handmade. Im angrenzenden Atelier – dem Herzstück des Stores – kannst du sogar bestaunen, wie die Produkte hergestellt werden. UNIKAT ist auch insofern besonders, da es keine kommerzielle, sondern eine ausschließlich soziale Zielsetzung verfolgt. Wenn du also eines der originellen Stücke erwirbst, unterstützt du gleichzeitig auch noch einen guten Zweck. Das UNIKAT gehört zu den Marie-Christian-Heimen, einem gemeinnützigen Verein, der Menschen mit einer Behinderung unterstützt, möglichst selbstbestimmt zu leben.

KOMM VORBEI AN DEN ATELIERTAGEN!

Zu den Ateliertagen am 27. und 28. September von 11 bis 18 Uhr warten im Zuge des Jubiläums tolle Workshops auf dich, bei denen du kreativ werden und die Welt des kreativen Schaffens erleben kannst. Alle Interessierten sind eingeladen, das UNIKAT kennenzulernen, mitzufeiern und an den kreativen Aktionen teilzunehmen. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Das Team von UNIKAT freut sich auf dich!



Berit Lux (l.) und Nicole Stöckli arbeiten seit der Gründung vor zehn Jahren als Anleiterinnen bei UNIKAT

Marie-Christian-Heime
selbstbestimmt leben

Fotos: Mareike Neumann



Küterstraße 5 · 24103 Kiel

UNIKAT Öffnungszeiten:

Mo – Do: 9.00 Uhr – 16.00 Uhr
Freitag: 9.00 Uhr – 12.00 Uhr

DIE VERGESSENE UNTERSCHRIFT

Was passiert, wenn ein notariell errichteter Erbvertrag vom Notar nicht unterzeichnet wird? Hat dieser Umstand die Nichtigkeit der letztwilligen Verfügung von Todes wegen zur Folge? Mit dieser Frage hat sich kürzlich das Oberlandesgericht Bremen beschäftigt. Die Eheleute hatten mit ihren Töchtern einen Erbvertrag geschlossen. Vorerben waren wechselseitig die Eheleute, Nacherben die Töchter. Beide Töchter erklärten einen Erbverzicht, alle unterschrieben – nur nicht der Notar, der hat seine Unterschrift auf den Umschlag gesetzt, in dem der Erbvertrag verschlossen war. Später haben die Eheleute ein gemeinschaftliches Testament errichtet und sich gegenseitig zu Alleinerben eingesetzt. Die Frau starb und der Ehemann beantragte einen Alleinerbschein auf sich. So nicht – meinte das Nachlassgericht. Die vertragsmäßigen Verfügungen in dem Erbvertrag hätten nicht durch das spätere gemeinschaftliche Testament aufgehoben werden können. Die fehlende Unterschrift des

Notars auf der Niederschrift sei durch die Unterzeichnung des verschlossenen Umschlags geheilt. Das OLG bestätigte. Der „Gesamtvorgang“ der Errichtung der notariellen Verfügung sei erst abgeschlossen, wenn der Notar die Urkunde an das Nachlassgericht verschickt habe.

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



Foto: A. Adelman-Beckschewe

JETZT BALLAST ABWERFEN

Der aufkommende Herbst ist die Zeit für einen Neubeginn – wenn die Tage kürzer werden, ist der Moment ideal, Schubladen zu sichten, sich von Unnötigem zu trennen und Platz für Neues zu schaffen. Wer Ballast abgibt, gewinnt Leichtigkeit – und kann das Leben wieder mit Freude genießen. Bei **Zeitanker** in der Holtenauer Straße 88 kannst du unkompliziert Goldschmuck, Silberbesteck und versilbertes Besteck verkaufen. Auch Zahngold (mit Zähnen) wird angekauft. Komm einfach montags bis freitags von 10–14 Uhr sowie 16–19 Uhr vorbei und nimm sofort Bargeld mit – bitte Personalausweis mitbringen. Bitte beachten: Samstags geschlossen. Weitere Informationen unter Tel.: 0431 / 56 51 78.

Foto: Adobe Stock



Herbst ist die Zeit für einen Neubeginn! Befreien Sie sich von Dingen die Ihnen keine Freude mehr bereiten. Jetzt Goldschmuck, Silberbesteck und versilbertes Besteck bei Zeitanker verkaufen.

ZEITANKER
Holtenauer Straße 88 • Kiel
 Tel. (0431) 565178 • www.zeitanker.eu
 montags bis freitags 10–14 und 16–19 Uhr



Alle Kunstschaffenden der ProbsteierKunstTage 2025

EIN WOCHENENDE VOLLER KUNST UND KREATIVITÄT

PROBSTEIER KUNSTTAGE 2025

Am 6. und 7. September wird die Probstei erneut zum riesigen Atelier! Die ProbsteierKunstTage 2025, organisiert vom Kulturverein Probstei e.V., laden dich ein, zwei Tage lang die beeindruckende Vielfalt regionaler und überregionaler Kunstschaffender zu erleben.

66 Künstlerinnen und Künstler präsentieren an über 30 Ausstellungsorten ihre neuesten Werke – von Malerei, Zeichnung und Fotografie bis hin zu Skulpturen, Objekten und Installationen. Dabei wird nicht einfach Altes neu aufgehängt: Jedes Jahr entstehen frische Ideen, kreative Experimente und überraschende Werke, die den Besucher*innen einen neuen Blick auf die Kunstszene der Region ermöglichen.

KUNST KOMMT AUFS LAND

Bereits 2020 rief der Kulturverein Probstei die seitdem jährlich stattfindenden Kunst-

Tage ins Leben, mit dem Ziel, Kunst auch aufs flache Land zu bringen. Die Idee, Kunst auch dort zu zeigen, wo sie eigentlich nicht beheimatet ist, macht den Reiz der Kunst-Tage aus und hat sich stets weiter entwickelt.

KREATIVE WERKE AN UNERWARTETEN PLÄTZEN ENTDECKEN

Ob in Dorfgemeinschaftshäusern, Ateliers, Scheunen oder Restaurants – überall öffnen sich Türen für Kunstinteressierte. Bunte Staffeleien in den Farben des Kulturvereins Probstei e.V., Plakate und ein

detailliertes Infoheft weisen den Weg zu den verschiedenen Standorten. Und wer die Probstei auf besondere Weise entdecken möchte, kann die KunstTage auch als Radtour erleben!

Das Infoheft ist während der Probsteier Korntage vom 12. Juli bis 17. August bei den Strohfiguren erhältlich und liegt ebenfalls an den bekannten Stellen in der Umgebung aus. Auch online auf der Website des Kulturvereins sind alle Informationen verfügbar. Der Eintritt ist frei!

6. & 7. September, 11 bis 18 Uhr • Probstei

Foto: Kulturverein Probstei

**ERGONOMISCHE RADANPASSUNG
FÜR ALLE RÄDER UND MENSCHEN**

**SATTEL UNBEQUEM
KNIE- ODER RÜCKENSCHMERZEN
TAUBHEITSGEFÜHLE**



WESTRING 256 | KIEL
WWW.COMFYTTERS.DE



RIDE SMART • FEEL COMFY
COMFYTTERS
BIKEFITTING.WORKS

Deine Hundeschule online und vor Ort bei Kiel

Entspannte Spaziergänge

- Hundebegegnungen ohne Drama
- Rückruf ohne Diskussion
- Laufen an lockerer Leine

www.hundeschule-schönberg.de
bjungs@web.de | 0152-02011967



E-BIKE-ALLROUNDER MIT SATTER REICHWEITE

Ein E-Bike für alle Eventualitäten? Ob Stadtverkehr, Pendelstrecke oder Sonntags-Radtour – das Charger5 vereint smarte Technik mit Ergonomie und Sicherheit: Jetzt exklusiv bei Küstenrad testen!

Der E-Bike Store Küstenrad Kiel hält mit dem brandneuen Charger5 von Riese & Müller ein Touren-E-Bike bereit, das jedem Anspruch gerecht wird – denn dieses Bike ist reichweitenstark, vielseitig und extrem komfortabel!

Das Charger5 und das Charger5 Mixte (Variante mit Trapezrahmen) sind (zurecht) die beliebtesten Bikes des deutschen Premium-E-Bike-Herstellers Riese & Müller. Beide Bikes gibt es nun in innovativer Neuauflage. Meint konkret: Eine neue Rahmenplattform mit Multi-Drive-Schnittstelle, die wahlweise einen extrem leistungsstarken Bosch- oder einen Pinion-Antrieb ermöglicht. So passt sich das Bike an deine Tour an,

sei es in der Stadt, der Arbeitsweg oder die Radtour: Wählen kannst du zwischen dem entspannten Eco-, dem Flow-, Flex-, und dem Fly-Modus – wobei man das Fly beinahe wörtlich nehmen kann. Ein E-Bike für gemütliche und flinke Radler*innen zugleich. Neben einer klassischen Gangschaltung kannst du das Bike auch im smarten Automatic-Modus fahren.

SICHER UNTERWEGS - TAG UND NACHT

Nicht nur wurden Technik und Ergonomie des Dauerbrenners umfassend überarbeitet, auch mit einem hohen Maß an Sicherheit besticht das Bike. Ein Scheinwerfer mit

Fern- und Abblendlicht, ein Rücklicht mit Bremslichtfunktion sowie ein Rahmenschloss mit Kette sind serienmäßig verbaut. Zusätzlich ist jedes Charger5 mit einem RX-Chip für digitale Diebstahlsicherung und Routentracking ausgestattet. Du willst mehr über das Charger5 erfahren? Dann schau vorbei auf www.kuestenrad.de, buche dir dort einen unverbindlichen Beratungstermin und teste das Charger5 bereits exklusiv bei Küstenrad in Kiel!

E-Bike Store Küstenrad Kiel
Bahnhofstr. 37, Kiel
www.kuestenrad.de
Instagram: @kuestenrad

**E-BIKE
DES MONATS**
Das Charger5
von Riese & Müller
präsentiert vom
E-Bike Store
Küstenrad Kiel



KIELerleben-Redakteurin
Isabelle würde das vielseitig
einsetzbare Touren-E-Bike
am liebsten direkt mit
nach Hause nehmen

Mach mit beim GründungsCup KielRegion 2025!

Gründen lohnt sich.



Bewirb dich vom 1. Mai bis zum
30. September 2025 unter:
www.gruendungscup.de

Jetzt bis zu
5.000€ Preisgeld
sichern!



KielRegion
GründungsCup

Veranstalter*innen



Sponsor*innen



Förderung



FÖRDE FRÄULEIN GOES WACKEN!

Zwischen Barbie-Shirt, Bierpong und Matsch bis zum Knöchel:
Was passiert, wenn das Förde Fräulein Kaddi zum ersten Mal
das Wacken Open Air betritt?

Wacken. Das größte Metal-Festival der Welt – und wir mitten-drin. Gemeinsam mit meiner Chefin Gesa tauschte ich Förde-Flair und Möwengeschrei gegen Bierduschen, Bässe und jede Menge Matsch. Und weil wir schon nicht mit Nieten, Bandshirts oder Kutten punkten konnten, setzten wir zumindest modisch ein Statement: Leo-Hose, rosa Shirt und alte Stiefeletten. Weiße Sneaker? Keine Option – Matsch ist in Wacken schließlich Grundausstattung.

IRRWEGE UND ANKUNFT IM CHAOS

Los ging's von Kiel, stilecht mit Wegbier im Gepäck. Der Plan: Einmal umsteigen in Elmshorn, dann durch bis Itzehoe. Der Plan ging nicht ganz auf: „Endstation Hamburg-Altona“ hallte plötzlich durch den Zug. Ups. Improvisation ist eben Teil des Abenteuers. Am Ende kamen wir doch noch am Itzehoer Bahnhof an, wo schon der Shuttlebus auf uns wartete – zusammen mit Hunderten anderen Wacken-Pilger*innen. Ab hier begann das Festivalgefühl zu vibrieren.



Metal trifft Leo-Look: Förde Fräulein Kaddi zeigt, wie harmonisch Gegensätze sein können



Eigenmarketing: QR-Code auf dem Rücken, neue Follower im Gepäck

REIN INS GETÜMME

Nach gut 20 Minuten Busfahrt dann der erste echte Wacken-Moment: Aussteigen, durchatmen – und ab in den Schlamm. Erste Station: Dixi-Klo. Weil's eben dazu gehört. Schnell wurde uns klar: Unsere Schuhe? Optimistisch gewählt. Um uns herum: Gummistiefel, Mülltüten, Tape – die Profis wussten, was kommt. Doch was wäre Wacken ohne Matsch? Genau. Also rein ins Getümmel.

METAL, MATSCH UND MENSCHLICHKEIT

Mit einem kühlen Drink in der Hand landeten wir prompt in einer Bierpong-Runde – rosa Shirt und QR-Code inklusive.

Es wurde gelacht, getanzt, gemosht. Später, bei Sonnenuntergang im „Wacken United“-Bereich, dann der krönende Abschluss: die legendäre Band Guns N' Roses war bis hier hin zu hören und auf Leinwand zu sehen! Danach war klar: Wir fahren mit schweren Schuhen, aber leichten Herzen zurück nach Kiel. Mein Fazit: Wacken ist laut, matschig und herzlich – ein Erlebnis, das verbindet. Ein Nächstes Mal wird's geben, dann aber mit Gummistiefeln!



Teamwork, Taktgefühl und Zielwasser: Kaddi und Chefin Gesa beim Bierpong – Wacken-Edition mit Stil und Spaß

fischer's LAGERHAUS®

... und
frischer Kaffee oder Tee
KOSTENLOS in unserer
Bücherecke

ein weltweit einzigartiges (!) Sortiment kunsthandwerklicher Waren



Holzschnitzerei 'Röhrlinge',
H 13 cm, Ø 10 cm, € 15,80

Weitere
Holzpilze
verfügbar.



Teelichthalter 'Tingker' aus Metall, Vintage-Look,
10 cm x 10 cm x 24 cm, € 7,80



Armlehnstuhl 'Clementz'
aus Teakholz, Sitzhöhe 43 cm,
H 76 cm, B 53 cm, T 53 cm, € 144,-

Start unserer spektakulären Warenlieferungen:

- Sa. 06. September ab 10 Uhr 'Factory-Samstag'
- Sa. 20. September ab 10 Uhr 'Indien-Samstag'
- Sa. 04. Oktober ab 10 Uhr 'China-Samstag'

Ente 'Halus' handgeschnitzt
aus Bambus-Wurzelholz,
in 3 Größen, ab € 6,40



Metallschloss 'Herz',
3 x 4,5 cm, € 5,80

Metallschlösser in vielen aus-
gefallenen Designs verfügbar.



Wurzelholz-Glasvasen-Groß-
auswahl, hier: Ø 10-13 cm,
H ca. 15 cm, € 16,-



Räucherwasserfall mit Buddha-
Kopf aus Eukalyptusholz,
7 cm x 5 cm x 10 cm, € 12,-



Bartisch 'Sveg'
aus massivem
Akazienholz und
Metallrahmen,
90 cm x 90 cm,
H 105 cm, € 489,-

Ihr kennt uns noch nicht?

Unser Kennenlern-
Angebot: Ein

**10,- Euro
Gutschein**

bei einem Einkaufswert
ab 30,- Euro!

Mal vorbeischaun und
aus über 5.000 (!)
ausgefallenen Artikeln
Euer 'Lieblingsstück'
auswählen!

Einfach diese Anzeige
ausschneiden und
an der Kasse vorzeigen!

Gültig bis:
Sa. 04. Okt. 2025



fischer's LAGERHAUS

Udo Fischer GmbH Nord
Mergenthalerstraße 22
im Ostseepark neben BOC
24223 Schwentinental

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo. bis Fr.: 10 - 19 Uhr
Sa.: 10 - 18 Uhr
(auf 1.700 qm Verkaufsfläche)

www.fi-la.com

Hier geht es zu unserem
schönen 440-seitigen
Online-Blätterkatalog!



Jeden 1. und 3. Samstag im Monat neu eintreffende Seecontainer mit ausgefallenen Waren. Der weiteste Weg lohnt sich!

Berufswahl Abenteurer:
Christoph Karrasch entdeckt seit vielen
Jahren als Reisejournalist die Welt –
wie hier New York.

MAGISCHES KINDERBUCH-DEBÜT MIT RIO UM DIE WELT

Der Reisejournalist und TV-Moderator Christoph Karrasch feiert mit „Rios magische Reisen“ sein Kinderbuch-Debüt. Im Interview erzählt uns der Kieler mehr vom mutigen Rio, der dank magischem Hotelzimmer mitten in New York landet.

KIELerleben: Christoph, du bist als Reisejournalist und Fernsehmoderator ständig unterwegs – und schreibst jetzt in deinem Kinderbuch-Debüt über magische Reisen. Wie kam's zu der Idee?

Schreiben war für mich immer schon eine der schönsten Tätigkeiten in meinem Beruf. Nach meinem letzten Buch habe ich überlegt, was für eine Geschichte ich als nächstes schreiben möchte. Zu der Zeit kamen meine Kinder gerade ins Selbstlesealter – und dann war die Idee plötzlich da: Reiseabenteuer für Kinder! Es war dann aber noch ein weiter Weg. Von der allerersten Idee bis heute sind vier Jahre vergangen. Verrückt, wie lange man an so einem Projekt herumdenkt, schreibt, zweifelt und verfeinert. Aber jetzt kann Rio endlich richtig durchstarten. Darauf freue ich mich riesig!

„Plötzlich in New York“ heißt der erste Band der Buchreihe. Wieso startet Rios Abenteuer ausgerechnet dort?

Das stand irgendwie von Anfang an fest. New York war für mich selbst schon immer eine der faszinierendsten Städte der Welt, da würden mir wahrscheinlich viele zustimmen. Und als wir dann mal als Familie dort waren und ich gesehen habe, was für eine Faszination die Stadt auch auf Kinder ausübt, hatte ich keinen Zweifel mehr, dass Rios erstes Abenteuer in New York stattfinden wird.

Rio ist ein neugieriger, mutiger Junge. Wie viel Christoph steckt eigentlich in ihm? Oder haben dich deine Kinder vielleicht sogar inspiriert?

Das stimmt, Rio sucht jedes neue Abenteuer und will die Welt entdecken. Als er feststellt, dass er mit dem magischen Hotel wirklich in New York gelandet ist, kann es für ihn gar nicht schnell genug losgehen. So ist es bei mir auch, seit ich denken kann. Ich wollte auch schon immer wissen, was hinter der Kieler Förde kommt. Und ja, natürlich steht

Rio auch für meine und alle anderen Kinder, die neugierig auf unsere Welt sind. Es gibt da draußen so viel zu entdecken!

Wohin führt sein nächstes Abenteuer?

Ein bisschen was darf ich schon verraten. Es wird im Halbjahrestakt neue Bücher geben. In Band 2 erleben Rio und seine Freunde ein tierisches Abenteuer in Afrika, am Fuß des Kilimandscharos – und Band 3 wird ein wilder Roadtrip quer durch Italien, alles im Zeichen der Pizza.

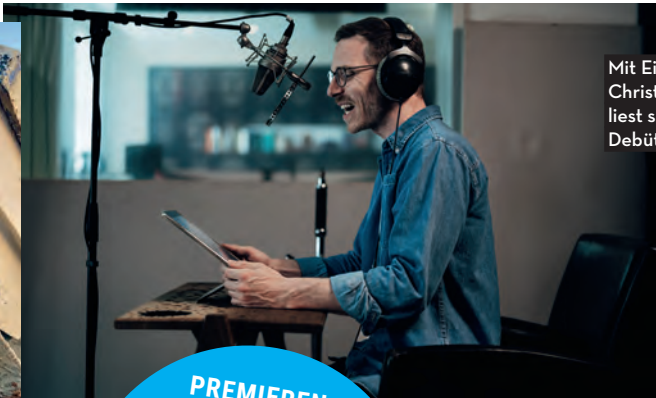
Was hat sich an deinen Reisen verändert, seit du selbst Kinder hast?

Wir waren mit unseren Kindern von Anfang an viel unterwegs, das bleibt bei so einem Vater vermutlich nicht aus ... (lacht) Aber ja, während ich früher manchmal am Morgen noch nicht wusste, wo ich abends schlafe, planen wir heute deutlich mehr. Struktur ist uns wichtig – und wir schauen, dass wir es nicht übertreiben. Nicht zu lange Strecken,

Ob mit Ukulele auf Jamaika, ...



... mit Äffchen auf der Schulter in Namibia ...



Mit Eifer dabei: Christoph Karrasch liest sein Kinderbuch-Debüt ein.

... oder in Südkorea: Christoph sammelt überall spannende Geschichten.

PREMIEREN-LESUNG

Wir verlosen 3 x 2 Tickets für die Premierenlesung am **27. September um 16 Uhr** im KulturForum + je eine Ausgabe von „Rios magische Reisen“. Jetzt mitmachen: www.kielerleben.de/gewinnspiel



nicht zu viele Eindrücke. Aber inzwischen sind unsere Kinder 14 und 10, da haben wir uns diesen Sommer ein bisschen mehr getraut und sind von Kiel mit dem Zug über Tschechien, Ungarn und Slowenien bis nach Kroatien gefahren. Das war wunderschön!

Wenn Rio plötzlich in Kiel landen würde, was dürfte er auf keinen Fall verpassen?

Was für eine schöne Frage! Wenn Rio mit seinem magischen Hotel in Kiel landen würde, würde er sich erstmal mit 'ner Brause und 'nem Packeis bei „Moby“ in einen Strandkorb setzen und danach am Badesteg in die Förde hüpfen. Er würde auf jeden Fall im Meerereslebensraum „SEALEVEL“ in der Holstenstraße vorbeischaun – und an einem Dienstag bei „KielKöken“ im KN-Verlagshof zu Mittag essen. Und selbstverständlich dürfte Rio nicht wieder abreisen, bevor er nicht wenigstens einmal mit dem Dampfer nach Laboe gefahren ist. Jedes Mal, wenn ich das mache, fühlt es sich wie ein kleiner Kurzurlaub an.

Reisen verändert den Blick auf die Welt – was können wir aus Rios Abenteuern mitnehmen?

Hoffentlich eine ganze Menge. Das ist vielleicht ein bisschen meine Mission mit dieser neuen Abenteuerreihe: der nächsten Generation zeigen, dass es eine Bereicherung ist, Menschen aus anderen Ländern zu treffen, andere Sprachen zu hören und anderes Essen zu probieren. Die Welt verschließt sich gerade so sehr wie schon lange nicht mehr, und ich finde, dass es gerade jetzt

wichtig und wertvoll ist, weltoffen zu bleiben.

Du hast auch das Hörbuch eingesprochen und sogar den Titelsong selbst geschrieben. Wie war der Ausflug ins Tonstudio?

Das Sprechen und Moderieren gehört zu meinem Beruf, seitdem ich vor 20 Jahren bei delta radio angefangen habe. Aber das eigene Hörbuch einzusprechen ist noch mal etwas völlig anderes. Sehr aufregend! Für mich stand von Anfang an fest, dass es auch einen Titelsong geben wird. Den kann man ab sofort überall streamen. Wenn das eine oder andere Kind in Zukunft mit einem Rio-Ohrwurm durch die Wohnung laufen würde, würde mich das sehr glücklich machen!

Am 27. September gibt's eine große Premierenlesung von „Rios magische Reisen“ im KulturForum. Was erwartet das Publikum – eher gemütliches Vorlesen oder großes Kopfkino?

Wer Lust hat, zur Lesung zu kommen, kann eine Reise nach New York miterleben. Es wird interaktiv: mit Videos, Illustrationen aus dem Buch, meiner Ukulele – und mit einem geheimnisvollen Rätsel rund um New York, das wir alle gemeinsam lösen wollen. Ich würde mich riesig freuen, viele große und kleine Kieler*innen im KulturForum zu sehen.

Das Interview führte Natalie Zahnnow.

„Ich finde, dass es gerade jetzt wichtig und wertvoll ist, weltoffen zu bleiben.“

Christoph Karrasch

BUCHTIPP

RIOS MAGISCHE REISEN: PLÖTZLICH IN NEW YORK

Kurz vor den Sommerferien wünscht sich Rio nichts sehnlicher, als endlich aus Bad Dönsendorf rauszukommen und die Welt zu entdecken. Doch seine Eltern führen das Hotel Fernweh und haben keine Zeit für Urlaub. Plötzlich verwandelt sich ein Zimmer – und Rio samt Freunden landet mitten in New York, wo ein spannendes Abenteuer voller Rätsel auf sie wartet. Die Rückkehr gelingt jedoch nur, wenn sie den magischen Gegenstand des geheimnisvollen Phil A. Delphia finden ...

Ab 9 Jahre. Buch: Penguin, 208 Seiten, 14 Euro;
Hörbuch: cbj audio, 180 Minuten/MP3-Download, 13,95 Euro





ES GEHT UM DEN DURST!

KIELERLEBEN SUCHT DEN BESTEN KNEIPENSPRUCH

Durstige Sprücheklopfer*innen aufgepasst: In Kiels Gastronomien tauchen derzeit die KIELerleben-Aktions-Bierdeckel auf! Wer Lust hat, mischt mit: Sprüche klopfen, Foto knipsen, ab in den Lostopf.

Du hast Lust auf eine spritzige Herausforderung mit einem satten Gewinn? Sichere dir deine Chance auf coole Preise und zeige uns, wie kreativ du bist! Wie du dich ins Rennen bringst und was dabei für dich herauspringen könnte, verraten wir dir hier:

JETZT GIBT'S WAS AUF DEN DECKEL!

In der KIELerleben-Redaktion regnet es im Minutentakt Wortwitz und Sprüche. Da lag

die Idee auf der Hand: Warum die besten Zeilen nicht auf Bierdeckel drucken? Schluss mit tristen Untersetzern – her mit bunten, knalligen Deckeln, die Laune machen. Jetzt kommst du ins Spiel: Halte die Augen auf, wenn du den nächsten Hopfenhumpen hebst oder die nächste Cola köpfst. Unsere Aktionsdeckel sind aktuell in vielen Kieler Lieblingslokalen zu entdecken und laden dich ein, am Gewinnspiel teilzunehmen. Wie das Ganze funktioniert? Kein Hexenwerk!



MITMACHEN UND GEWINNEN

So bist du dabei

- Folge KIELerleben auf Instagram (@stadtmagazin_kielerleben) und schicke deinen eigenen Spruch per Direktnachricht ein.
- Bonuschance: Entdeckst du die Bierdeckel in deinem Lieblingslokal, mache ein Foto und schick es mit – das erhöht deine Gewinnchance.

Am Ende gewinnt, wer uns mit seinem Spruch am meisten zum Lachen bringt. Gemeinsam mit unseren Aktionspartnern **Kiel-Marketing** und **gut gedruckt** werden einige coole Gewinne verlost. Und wer weiß, vielleicht landet dein Spruch ja auf dem nächsten Bierdeckel! Also: Wortwitz schärfen, Deckel spotten, mitmachen – viel Glück!

Foto: Adobe Stock

KIEL TANZT DURCH DIE NACHT

Neun Clubs, ein Ticket, unzählige Partymomente: Am 11. Oktober feiert die „Nacht der Clubs“ ihr großes Herbst-Revival – mit Musik, Mitternachtsflair und kostenlosem Shuttleservice.

Am Samstag, 11. Oktober 2025, wird Kiel zur Party-Hauptstadt des Nordens: Die „2. Nacht der Clubs“ lädt zur großen Herbst-tour durch das Kieler Nachtleben ein. Mit dabei sind neun Clubs, Diskotheken und Veranstaltungshäuser – vom ANNA Club & Discostadl über lille Brauerei, Do Sul, Max Nachttheater bis hin zur legendären Hansa48.

DIE PARTYTOUR DURCH KIEL

Nacht der Clubs

Sa \ 11 \ 10 \ 25

Kostenloser Shuttleservice + SprottenFlotte
Eintritt 10€ VVK \ 12€ AK \ Ab 20:00 Uhr

EINMAL ZAHLEN, ALLES ERLEBEN

Für nur 10 Euro im Vorverkauf (12 Euro an der Abendkasse) erhältst du ein Bändchen, mit dem du alle teilnehmenden Clubs besuchen kannst. Der besondere Clou: Dank kostenlosem Hop-on/Hop-off-Shuttlebus und der SprottenFlotte-Räder kommst du stressfrei von Club zu Club. Das Ticket

kannst du vorab online oder im Welcome Center Kiel am Stresemannplatz sichern. Die Veranstaltung bleibt ihrem Ziel treu: Kiels vielfältige Clubszene sichtbar machen und Menschen verbinden. Also: Lieblingsoutfit raus, Ticket sichern und tanzen, bis die Sonne aufgeht! Weitere Infos und Tickets: kiel-sailing-city.de/nachtderclubs Instagram: @kulturtausch

Foto: Kulturtausch/Ralph Müller Büro94

AUF DER FÖRDE ZUHAUSE DRACHENBOOTTAGE 2025

An der Kieler Hörn erlebst du am 12. und 13. September bunte Kostüme und Paddel-Power: Auf der 250-Meter-Strecke vor dem Hörncampus treten Teams gegeneinander zum Drachenbootrennen an. Los geht's am Freitag mit dem SchulCup um 14 Uhr für Teams weiterführender Schulen; gefahren werden Vorlauf und, auf Zeitbasis, ein Endlauf – Spannung inklusive. Kreativität zählt: Kostümierungen werden bewertet und prämiert. Am Samstag steigt der FunCup für Freund*innen-, Firmen- und Vereins-Teams. Hauptsponsor bleibt Förde Sparkasse, Veranstalter ist die Ellerbeker Turnvereinigung.

12. und 13. September • Hörn



Foto: Adobe Stock

Foto: Adobe Stock



HERBSTMARKT AUF SCHLOSS HAGEN

Vom 27. und 28. September öffnet die Gemeinde Probsteierhagen erneut die Pforten von Schloss Hagen und lädt zum liebevoll zusammengestellten Herbst- und Bauernmarkt ein. Erfreue dich an den vielfältigen Ständen, an denen Produkte aus den Bereichen Kunsthandwerk, Mode, Kosmetik, Schmuck, Gewürze, kulinarische Köstlichkeiten, Dekoration, Kunsthandwerk und vieles mehr angeboten werden. Für das leibliche Wohl wird mit köstlichen Burgern, auch in veganer Variante, klassischer Bratwurst, herzhafter Erbsensuppe, duftendem Kaffee und verlockendem Kuchen gesorgt. Für Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen stehen direkt am Schloss separate Parkplätze bereit.

27. und 28. September • Schloss Hagen, Probsteierhagen

EINMAL UM DIE WELT – AM HANDGELENK

Mit der neuen Club Sport neomatik Weltzeit blau bringt NOMOS Glashütte frischen Wind in die Kategorie Weltzeituhren – und das auf typisch cleane, elegante Art. Nur unter 10 Millimeter hoch, dafür bis 10 atm wasserdicht, ist dieser Zeitmesser ein echtes Statement für alle, die mehr als eine Zeitzone im Blick behalten müssen – oder wollen. Das blau schimmernde Zifferblatt mit Strahlenschliff zeigt dir nicht nur deine Heimatzeit mit praktischer Tag-Nacht-An-

zeige, sondern auch 24 Zeitzonen auf einen Blick. Per Knopfdruck springst du mühelos von New York nach Tokio, von London nach Sydney – ohne Rechnen, ohne Stress. Ob Business-Trips oder Fernweh: Diese Uhr ist der perfekte Begleiter für Weltenbummler mit Stil. Du magst es etwas klassischer? Kein Problem: Die Club Sport gibt es auch mit rhodiniertem Zifferblatt – erhältlich direkt bei **Juwelier Happe** in der Dänischen Straße.



Foto: Juwelier Happe

20%
auf unsere
Trauringe.
Kommen Sie
vorbei!

seit 1866
HAPPE
Uhrmacher und Juwelier

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

www.juwelier-happe.de

SAISONSTART TSV ALTENHOLZ MIT BREITER BRUST IN DIE NEUE SAISON

TSV Altenholz startet mit frischem Kader und starkem Partner in die neue Drittliga-Spielzeit.

Vor dem Saisonstart am 23. August lud der TSV Altenholz zur Pressekonferenz ins Casino Kiel. Anlass war nicht nur die sportliche Vorbereitung auf das Auftaktspiel gegen die HSG Ostsee N/G, sondern auch die Verlängerung der Hauptpartnerschaft mit dem Casino Kiel. TSVA-Geschäftsführer Sönke Bergemann betonte die Bedeutung der Kooperation: „Nur so ist es uns möglich, in der 3. Liga Nord-Ost auf sportlichem Niveau mitzuhalten.“

Rainer Schepull, Geschäftsführer der Spielbank SH GmbH, zeigte sich überzeugt vom Engagement: „Der Handballsport ist nahbar, emotional und ehrlich. Wenn die Spieler zum Wurf ansetzen und die Brust spannen, sieht jeder: Casino Kiel steht drauf.“ Auch sportlich blicken die „Wölfe“ optimistisch in die

Saison. Trainer Torge Greve: „Wir haben die Vorbereitung bewusst anders angelegt. Die Mannschaft arbeitet seit dem 7. Juli täglich hart – und ist bereit.“ Acht Neuzugänge, viele davon aus der Nachwuchsarbeit des THW Kiel, bringen frischen Wind in den Kader. Ziel sei es, die beste Mannschaft Schleswig-Holsteins in der Liga zu werden. Ein besonderes Highlight ist U19-Weltmeister Rasmus Ankermann, der im erweiterten Kader steht. Kapitän Hannes Glinde fasst zusammen: „Neue Spielertypen, intensive Vorbereitung, topmotiviertes Team – jetzt zählt's.“



Ein weiteres Ziel: mehr Zuschauer. 400 Fans pro Heimspiel wünscht sich Bergemann. Dafür setzt der Verein auf familienfreundliche Spielzeiten, Aktionen für Kinder und die stärkere Präsenz des Sponsors, etwa mit dem „Casino-Cup“.

HEIMSPIEL IM SEPTEMBER

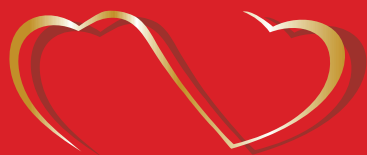
27. September | 18 Uhr
Edgar-Meschkat-Halle

TSV Altenholz – HC Empor Rostock

Fotos: falkmedia Regional/S. Schulten

HERZ AN HERZ

Die neue Hochzeits- und Festmesse bei Kiel



20.09.-21.09.25

Samstag / Sonntag: 10-17 Uhr

Gut Emkendorf

HOCHZEITSMESSE MIT HERZ

Sie ist eine der größten, schönsten und aufregendsten Messen ihrer Art im Norden. Die beliebte Hochzeits- & Festmesse „Herz an Herz“ verwandelt nach über 25 erfolgreichen Jahren am Stammsitz in Lübeck auch wieder das herrschaftliche Gut Emkendorf bei Kiel in eine wunderschöne Welt für Verliebte, die hier mit der umfangreichen Planung ihrer Traumhochzeit beginnen können. Neueste Trends, Ausgefallenes, jede Menge Anregungen und Live-Musik. Am 20. und 21. September wird Gut Emkendorf zum Mekka der Liebenden und all derer, die ein unvergessliches Fest planen. Aussteller*innen aus vielen hochzeitsnahen Branchen präsentieren außer zum Thema Hochzeit auch viele Trends und Ideen, die generell mit dem Thema Festorganisation zu tun haben. Zusätzlich zur Ausstellung gibt es ein spritziges Bühnenprogramm mit Live-Musik!

20. und 21. September
Gut Emkendorf, Emkendorf



Fotos: Herz an Herz Messe

BAUERN- UND REGIONALMARKT

Ein Hauch von Landluft weht durch die lebendige Kieler Innenstadt!

Vom 3. bis 5. Oktober wird der Bauern- und Regionalmarkt das Herz der Stadt erobern und regionale Selbstvermarkter*innen sowie Handwerker*innen präsentieren täglich ihre landwirtschaftlichen und handgefertigten Schätze. Ein Spaziergang über den Markt wird zu einer kulinarischen Reise durch die Region. Frisches Obst und Gemüse, duftende Blumen, handgefertigter Käse und feinste Wurstwaren – die Vielfalt ist groß. Die Besucher*innen können sich auf authentische, lokale Aromen freuen, die direkt von den Erzeuger*innen auf den Markt gebracht werden.

VERKAUFSOFFENER SONNTAG

Für diejenigen, die das Einkaufen lieben, gibt es am 5. Oktober einen zusätzlichen Grund zur Vorfreude, denn an diesem Tag öffnen die Geschäfte von 13 bis 18 Uhr ihre Türen für die stadtweite Sonntagsöffnung „Ich fühl mich Kiel“. So kannst du nach Herzenslust bummeln, einkaufen und die Innenstadt in ihrer ganzen Pracht genießen.

Foto: Georg Angerer



Mehr Informationen unter: kiel-sailing-city.de/bauern-und-regionalmarkt



Fotos: Falkmedia regional

NEUER KAFFEE-SPOT AUF KIELS WOCHENMÄRKTEN

Einkaufen, schlendern – und anschließend noch entspannt einen Kaffee in der Sonne genießen? Mal ehrlich: Für viele Wochenmarktbesucher*innen hat dieses Ritual schon Tradition. Wie gut, dass die Kieler Wochenmärkte nun um einen fantastischen Kaffee-Wagen reicher sind!

Latte Macchiato, Cappuccino, Iced Matcha Latte oder doch lieber Iced Espresso Sunrise? Bei Annelie's hast du die Wahl! Mit ihrem mintgrünen Kaffee-Wagen findest du Annelie Teßmann ab sofort auf den Kieler Wochenmärkten auf dem Exerzierplatz (Mi. & Sa.) und dem Blücherplatz (Do.). Wir haben uns schon einmal durchgeschlürft und sagen: oberlecker!

EIN BLICK HINTER DIE KAFFEETASSE

Annelie hat unsere Redaktion lange als tatkräftige Werkstudentin unterstützt und schon damals vom eigenen Kaffee-Wagen geschwärmt – jetzt hat sie's einfach gemacht. Mit Barista-Erfahrung und jeder Menge Tatendrang im Gepäck wurden Nägel mit Köpfen gemacht. Wir finden: supercool. Viel Erfolg, Annelie!

Auf ihrem Instagram-Account @annelies.kaffee hält sie durstige Kaffeefans auf dem Laufenden. Schau doch mal vorbei!

ARBEIT & AUSBILDUNG

Bock auf einen Top-Job? Wir zeigen dir, wer sucht, wer ausbildet und wer Chancen ermöglicht, dich zu verwirklichen.





FÜR STUDIERENDE AUS ALLER WELT

ZIMMER GESUCHT

Die Kieler Hochschulen suchen dringend privaten Wohnraum für internationale Studierende. Wer ein freies Zimmer oder eine kleine Wohnung hat, kann jetzt unkompliziert helfen – und dabei Begegnung auf Augenhöhe ermöglichen.

Sie kommen aus Indien, Kolumbien oder Marokko – und freuen sich auf ein Studium in Kiel. Doch die größte Herausforderung wartet oft schon vor der ersten Vorlesung: die Wohnungssuche. Denn aus dem Ausland lässt sich kaum ein Zimmer besichtigen, viele Studierende scheitern an Sprachbarrieren oder am engen Kieler Wohnungsmarkt. Damit das Studium in Kiel nicht am fehlenden Dach über dem Kopf scheitert, hat die Christian-Albrechts-Universität

zu Kiel (CAU) eine Taskforce Wohnen ins Leben gerufen. Mit dabei sind die Fachhochschule Kiel, die Muthesius Kunsthochschule, das Studentenwerk SH, der AstA der CAU und die Landeshauptstadt Kiel. Gemeinsam wollen sie Wohnraum für internationale Studierende und Wissenschaftler*innen sichern – und setzen dabei auch auf die Hilfe aus der Bevölkerung. Gesucht werden privat vermietete Zimmer oder Wohnungen, die flexibel beziehbar sind – ob in einer WG, als Einliegerwohnung

oder im leerstehenden Gästezimmer. Der Aufwand ist gering, der Mehrwert groß: „Die internationalen Gäste bereichern unsere Stadt kulturell“, so die Initiatoren. Wer helfen möchte, kann sein Angebot ganz einfach online einreichen: www.wissenschaftszukunft-kiel.de/wohnen

KONTAKT FÜR RÜCKFRAGEN:

Claudia Sheen

(International Center der CAU)

csheen@uv.uni-kiel.de | 0431 / 880 7104

Foto: Adobe Stock

**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



AUF INS SHK-HANDWERK!

Systemrelevante und zukunftssichere Jobs für Einsteiger und Aufsteiger.

Wir verlassen uns darauf, dass rund um die Uhr Wasser in bester Qualität aus dem Hahn kommt und dass die Heizung zuverlässig läuft. Das macht deutlich, wie unverzichtbar moderne Gebäudetechnik ist – und welche Bedeutung die Fachkräfte aus der Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik (SHK) haben. Denn sie sorgen im Hintergrund dafür, dass Wärme, Wasser und frische Luft zuverlässig verfügbar sind und bleiben. Heute gilt die Branche offiziell als systemrelevant, denn funktionierende Versorgungssysteme bilden das Rückgrat des täglichen Lebens.

VIELFÄLTIGE KARRIEREWEGE VON BEGINN AN

Die duale Ausbildung im SHK-Handwerk bietet vielfältige Einstiegsmöglichkeiten in dieser zukunftssicheren Branche. Neben handwerklichem Können und technischer

Präzision sind auch beraterische und kaufmännische Talente gefragt. Tätigkeiten wie das Installieren energiesparender Heizungen, die Umsetzung komfortabler Bäder mit innovativen Funktionen oder die Einrichtung moderner Lüftungssysteme sind ebenso Bestandteil wie Planung, Kundenberatung und nachhaltige Systemlösungen. Nach einer regulären Ausbildungszeit von 3,5 Jahren, häufig auch kürzer, eröffnen sich vielfältige Aufstiegs- und Weiterbildungsmöglichkeiten. Sie reichen vom Meistertitel bis zur Selbstständigkeit. Einen umfassenden Überblick über Ausbildungsmöglichkeiten und Berufsbilder bieten „Die Bad- und Heizungsgestalter“ unter www.die-badgestalter.de. Die Plattform zeigt die Vielseitigkeit der Branche und liefert Infos, wo passende Ausbildungsbetriebe zu finden sind.

Foto: Adobe Stock

NACHWUCHSSICHERUNG

FINDE FACHKRÄFTE VON MORGEN!

Ob Ausbildung, Inklusion oder internationale Talente: Drei Praxisbeispiele aus Schleswig-Holstein zeigen, wie Unternehmen kreative Wege gehen – und wie die IHK dabei unterstützt.

Fachkräftemangel? Für viele Unternehmen in Schleswig-Holstein längst keine Schlagzeile mehr, sondern tägliche Realität. Doch wer jetzt klug handelt, investiert nicht nur in den Betrieb, sondern auch in die Zukunft der Region. Ein inspirierendes Beispiel kommt aus Kappeln: Hannes Mau, Geschäftsführer von Mau & Mittelmann, schafft ein Arbeitsumfeld, in dem Mitarbeitende mitwachsen können – durch Vertrauen, Weiterbildung und klare Perspektiven. Ein Konzept, das sich auszahlt: Das Unternehmen wächst stetig. In Pogeez zeigt Ausbilder Joel Stegemann, dass Inklusion mehr ist als ein Wort. Mit Fingerspitzengefühl und Geduld bildet er

junge Menschen mit besonderen Bedürfnissen aus – und macht deutlich, wie wertvoll Vielfalt im Arbeitsalltag sein kann. In Uetersen geht Providens

Sicherheit neue Wege: Hier zählt nicht der perfekte Lebenslauf, sondern Haltung. Die beiden Geschäftsführerinnen setzen auf ein diverses Team, das von gemeinsamen Werten getragen wird – und zeigen, wie Unternehmenskultur zur Stärke wird. Auch die IHK steht Betrieben zur Seite: Mit regionalen Ansprechpartner*innen,



gezielten Infoangeboten und einer Webinarreihe zur Integration internationaler Auszubildender bietet sie praxisnahe Unterstützung. So entstehen Chancen – für Unternehmen und Menschen gleichermaßen. Weitere Infos, Tipps und regionale Angebote der IHK Flensburg, Kiel und Lübeck findest du unter: www.ihk.de/schleswig-holstein.

Foto: Adobe Stock



ARBEIT & AUSBILDUNG

NUTZ DIE CHANCE

Die Universität zu Kiel öffnet ihre Tore für alle Lernbegeisterten: Das Kontaktstudium geht in eine neue Runde und lädt dich ein, den Campus voller Entdeckerlust zu erleben - ohne Prüfungsdruck und Leistungsstress! Ab sofort kannst du dich online für das Wintersemester 2025/2026 anmelden und Teil eines faszinierenden Bildungsabenteuers werden. Sie bietet unabhängig von Schulabschlüssen und akademischen Titeln ein breites Spektrum an Vorlesungen und Seminaren an: die Welt der aktuellen Forschung. Vom 20. Oktober - 6. Februar 2026 verwandelt sich das Uni-Gelände in einen pulsierenden Wissenskosmos, in den auch Du eintauchen kannst. Die einheitliche Gebühr beträgt 75 Euro, sogar nur 20 Euro mit dem Kiel-Pass oder vergleichbaren Einkommensnachweisen.

Alle Informationen zur Anmeldung findest du unter www.kontaktstudium.uni-kiel.de. Bei Fragen steht dir Anette Schmitz unter der Nummer 0431/880 55 69 zur Verfügung.

MUT ZUM STUDIUM

ArbeiterKind.de bringt Bildungsberatung auf Augenhöhe in die Region. Ob auf der Kieler Woche, an Hochschulen oder auf Schulmessen – die Ehrenamtlichen von ArbeiterKind.de sind im Norden unterwegs, um jungen Menschen Mut zum Studium zu machen. Mit Herzblut und Erfahrung stehen sie Schüler*innen und Eltern zur Seite – zuletzt an der Hochschule Westküste in

Heide, in Trappenkamp oder beim Landesschülerparlament in Rendsburg. Auch die Partnerschaft mit der Friedrich-List-Schule in Lübeck zeigt: Bildung beginnt im Austausch. Das Netzwerk wächst – und lebt vom Miteinander. Wer weiß: Vielleicht setzen sie bald auch in deiner Schule den Anker.



C | A | U

Christian-Albrechts-Universität zu Kiel

Geschäftsstelle Kontaktstudium

Anmeldebeginn:
September 2025
Semesterstart:
Oktober 2025

Kontaktstudium – Ihr weiterbringender Kontakt zur Kieler Universität

- spannende Seminare und Vorlesungen
- wissenschaftlich fundierte Weiterbildung
- Anmeldung, Programm u.a. siehe Website
- unabhängig von Ihrem Alter und Werdegang
- Ihre Chance zum lebenslangen Lernen vor Ort

Kontakt | Anette Schmitz: (0431) 880-5569
www.kontaktstudium.uni-kiel.de



YOUTH FOR UNDERSTANDING
Internationaler Jugendaustausch

Platz frei?



WERDEN SIE JETZT GASTFAMILIE UND ENTDECKEN SIE ZU HAUSE DIE WELT!

Als Gastfamilie für eine*n von über 500 Austauschschüler*innen aus aller Welt erleben Sie eine neue Kultur in den eigenen vier Wänden. Vorbereitet und begleitet werden Sie von der erfahrenen Austauschorganisation Youth For Understanding (YFU).

Ihr Gastkind freut sich schon auf Sie!

gastfamilien@yfu.de
www.yfu.de
040 22 70 02 -0

Gemeinnütziger
Schüleraustausch
seit 1957

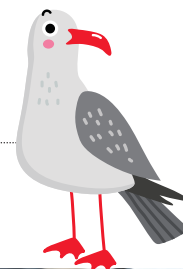
WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Die letzten Sonnenstrahlen tanzen noch durch dein Zuhause, die erste frische Brise weht herein ...
Langsam aber sicher kommt der Herbst auf uns zu.
Und damit auch die gemütliche Zeit des Jahres.



PROBIER'S MAL MIT GEMÜTLICHKEIT

Tauche ein in die Welt der schönen Dinge im Heikendorfer Kaufhaus der Kunst und entdecke eine Vielfalt an einzigartigen, handgefertigten Schätzen.



TRINK MEER TEE

Die tollen Bio-Tees von Trink Meer Tee gibt es im Kaufhaus der Kunst in Heikendorf zu entern. Falls gewünscht, gibt es gleich die passende Tasse dazu. Gesehen ab 10,50 Euro.



SEGEL SETZEN

Aus alt mach neu: Diese stilvollen Türstopper, Schietbüttel und andere Produkte aus alten Segeln zaubern im Nu maritimes Flair in deine vier Wände. Alle in Schleswig-Holstein in Handarbeit hergestellt. Zu entern ab 18 Euro.



Fotos: Kaufhaus der Kunst; Illustrationen: Adobe Stock



KUNSTMEILE KIEL MIT KAUFHAUS DER KUNST

Die Künstlerinnen Sabine Lühr und Karin Haß sind nicht nur im Kaufhaus der Kunst mit ihren Bildern anzutreffen, sondern im September ebenfalls auf der Kunstmeile Kiel im CITTI-PARK in Kiel mit ihren Bildern vertreten. Vom 1. bis 30. September präsentiert sich dort die Kunstmeile Kiel. Schau unbedingt mal vorbei!



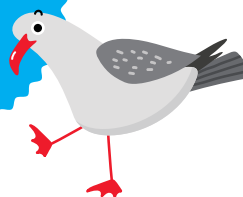
KUSCHELN ERWÜNSCHT

Wunderschöne, kuschelige Kissen gibt es im Kaufhaus der Kunst in Heikendorf zu entdecken. Die meisten wurden in Europa im Öko-Tex-Standard hergestellt.

Preise ab 20 Euro.

KAUFHAUS DER KUNST

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





BAUFINANZIERUNG: ZEIT IST GELD

Wer eine Immobilie kaufen oder bauen möchte, weiß: Zeit ist Geld. Jede Verzögerung kann bedeuten, dass das Traumobjekt an jemand anderen geht oder sich die Konditionen verschlechtern. Bei **Dr. Klein** in Kiel steht deshalb eines im Vordergrund: schnellstmögliche Terminvereinbarung und ein vollständiger Marktüberblick. Dank eines Netzwerks von über 400 Bankpartnern können die Spezialisten von Dr. Klein Angebote in kürzester Zeit vergleichen – inklusive aktueller Sonderaktionen und passender Fördermöglichkeiten. Ob KfW-Programme oder Zuschüsse der schleswig-holsteinischen Förderbank IB.SH: Alles wird auf individuelle Wünsche und

Möglichkeiten abgestimmt. Das Ziel ist klar: eine ganzheitliche Beratung von der ersten Anfrage bis weit über die Darlehensauszahlung hinaus. Die Kund*innen profitieren von einem Partner, der verlässlich, verbindlich und kompetent handelt – immer auf Augenhöhe. Dabei werden nicht nur Zinsen und Tilgung besprochen, sondern auch Themen wie Zinsbindung, Flexibilität und langfristige Sicherheit. Jede Baufinanzierung ist so individuell wie die Menschen, die dahinterstehen. Dr. Klein in Kiel nimmt sich die Zeit, genau zuzuhören und maßgeschneiderte Lösungen zu entwickeln. So sparen Kund*innen nicht

nur bares Geld, sondern auch wertvolle Zeit. Wer also auf Schnelligkeit, Transparenz und persönliche Betreuung setzt, findet bei Dr. Klein in Kiel den idealen Partner. Denn hier gilt: Zeit ist Geld – und beides wird für die Kund*innen optimal eingesetzt.

Dr. Klein in Kiel: Das sind Oliver Arp, Holger Paasch und Thomas Jens in der Holstenstraße 14-16. Weitere Informationen über Tel.: 0431 / 640 828 20 oder über kiel-baufi@drklein.de

Foto: fallkmedia Regional

LOGGIAVERGLASUNG MEHR RAUM FÜR DIE STADTWOHNUNG

Flexible Wohnkonzepte sind gefragt – besonders in Städten, wo der Platz knapp ist. Eine clevere Lösung bieten Loggiaverglasungen.

Loggiaverglasungen verwandeln Außenflächen wie Loggien, Balkone oder Terrassen in geschützte, ganzjährig nutzbare Wohnbereiche – ohne dass sie den offenen Charakter verlieren. „Loggien sind überdachte, seitlich geschlossene Außenräume. Immer häufiger finden sie auch im privaten Wohnbau Anwendung – als geschützter Übergang zwischen innen und außen“, erklärt Dennis Schneider, Geschäftsführer der SUNFLEX Aluminiumsysteme GmbH.

IM WINTER WÄRMEDÄMMEND

Die Systeme von SUNFLEX – wahlweise als Schiebe- oder Drehvariante – lassen sich flexibel öffnen oder schließen. So entsteht ein variabler Zwischenbereich, der sich an Wetter, Tageszeit oder Nutzung anpassen lässt. Neben mehr Aufenthaltsqualität steigern die Verglasungen auch die Energieeffizienz: Im Winter wirken sie wärmedämmend, im Sommer ausgleichend. Auch komplexe bauliche Situationen wie Ecken oder schmale Grundrisse lassen sich dank modularer Bauweise problemlos umsetzen.



RAHMENLOSE SYSTEME

Gestalterisch fügen sich die rahmenlosen Systeme dezent in jede Fassade ein – ob bei Neubauten oder Sanierungen. Die filigranen Aluminiumprofile sorgen für Transparenz und lassen sich individuell anpassen – das ist wichtig bei nachträglichen Einbauten oder bestehenden Loggien.

STEIGERT DEN SCHALLSCHUTZ

Ob Rückzugsort, Homeoffice oder sonniger Essplatz – verglaste Loggien schaffen zusätzlichen Raum mit hoher Alltagstauglichkeit. Gerade in urbanen Lagen verbessern sie zudem den Schallschutz und können den Immobilienwert steigern. Infos unter www.sunflex.de.

Fotos: SUNFLEX Aluminiumsysteme GmbH



TRAUMSOFA NACH MASS

Seit über 25 Jahren steht das Möbelhaus **HMC** in Kiel für Wohnideen mit Trendgepür. Hervorzuheben ist die umfangreiche Auswahl an Sofas, Wohnlandschaften und Schlafsofas aller Art. Ein Beispiel aus dem Sortiment: die abgebildete Sofaeckgruppe mit den Maßen 252 x 163 cm in Stoff, die aktuell zum Aktionspreis von 1.549 Euro erhältlich ist (ohne Funktion und Dekokissen). Dank vielfältiger Kombinationsmöglichkeiten sind alle Polstermöbel planbar als kleine oder große Eckkombination sowie als Einzelsofa. Zusätzlich steht eine riesige Stoff- und Lederauswahl zur Verfügung. Das Team von HMC berät dich gern und plant mit dir die passende Lösung für dein Zuhause. Mehr Infos findest du unter www.moebel-company.de.

ADVERTORIAL

TRADITION TRIFFT INNOVATION IM NORDEN

Seit ihrer Gründung im Jahr 1969 hat sich die **Hans Eggert Fahl GmbH**, besser bekannt als **HEFA**, zu einem führenden Anbieter von Rollläden, Sonnen- und Sichtschutzlösungen, Markisen, Terrassendächern und Garagentoren entwickelt. Mit dem Hauptsitz in Kremperheide und weiteren Standorten in Kiel, Büdelsdorf und Rostock ist das Unternehmen fest im Norden Deutschlands verankert. Die Produktionsstätte in Kremperheide wird heute von der zweiten und dritten Generation geführt und steht für kontinuierliche Weiterentwicklung und Qualität. HEFA setzt auf innovative Lösungen und modernen Service. Nach einer umfassenden Umbauphase eröffnet nun die neue Ausstellung in Kiel, in der die neuesten Produkte und Technologien präsentiert werden.

HEFA bleibt ein verlässlicher Partner für hochwertige Lösungen im Bereich Sonnenschutz und mehr. www.hefa-fahl.info



Schlafsofas

Unsere Schlafsofas in allen Größen & Preislagen - vom Gästebett bis Dauerschläfer.



ab € 1.998,-
mit Matratze & Lattenrost



brühl

Schlafsofa „Quint“
Liegefl. 155 x 200cm
ab € 1.798,-

„Ostseepark Schwentinental“
Dieselstraße 3
24223 Schwentinental
Tel.: 04307 839363
www.moebel-company.de

HMC
MÖBEL COMPANY

Familie Hennemann/Damm, Haus & Grund-Mitglied seit 2017

Unsere Immobilie?

Dafür haben wir jemanden!



Haus & Grund berät und unterstützt Immobilieneigentümer und solche, die es werden wollen. Für einen Jahresbeitrag ab 80,- Euro. Mehr Infos bei Haus & Grund Kiel unter 0431 6636-123 oder www.haus-und-grund-kiel.de



Haus & Grund
Eigentum, Schutz, Gemeinschaft.
Kiel

SICHERHEIT FÜR DEINE ENERGIEZUKUNFT

MIT DEM NEUEN SCHUTZBRIEF VON ENERIX KIEL

Du planst die Installation einer Photovoltaik-anlage, eines Stromspeichers oder einer Wärmepumpe? Dann weißt du: Neben moderner Technik und einem erfahrenen Partner ist vor allem eines entscheidend – langfristige Sicherheit. Deine Investition soll sich nicht nur heute lohnen, sondern auch in vielen Jahren zuverlässig arbeiten und stabile Erträge liefern. Aus diesem Grund hat **enerix Kiel** auf die Wünsche vieler Kund*innen reagiert und mit enerixProtect einen am Markt einzigartigen Anlagenschutzbrief entwickelt.

3-PHASEN-SCHUTZ FÜR DEIN ENERGIEPROJEKT

Dieses Rundum-sorglos-Paket schützt deine Investition – vor, während und nach der Installation – zuverlässig und umfassend. Und das mit Leistungen, weit über die gesetzliche Gewährleistung hinaus.



Wenn du dich für eine Photovoltaikanlage von enerix Kiel entscheidest, erhältst du den kostenlosen 3-Phasen-Schutzbrief:

1. Vor der Installation: Volle Planungs- und Preisgarantie
2. Während der Installation: Optimaler Baustellenschutz
3. Nach der Installation: Maximale Langzeitsicherung durch lebenslangen Allgefahrenschutz

Vereinbare jetzt deine unverbindliche und kostenlose Beratung unter Tel.: 0431 / 696 668 57, per Mail an kiel@enerix.com oder unter www.enerix.de. Oder schau einfach auf dem nächsten Infoabend am 24. September vorbei. Los geht es um 18 Uhr. Die Expert*innen beantworten deine Fragen umfassend in einer gemütlichen Atmosphäre, mit leckeren Häppchen und Getränken.



Illustrationen: enerix Kiel

INFOABEND RUND UM PHOTOVOLTAIK & STROMSPEICHER

ALLES AUS EINER HAND TOP SERVICE QUALITÄTSPRODUKTE

Mittwoch, 24.09.2025, 18 Uhr
Speckenbeker Weg 130, 24113 Kiel

Erfahren Sie alles über Photovoltaik, Stromspeicher und Energiemanagement für eine autarke Energieversorgung – bei Snacks und Getränken in entspannter Atmosphäre!

enerix

Kiel

Jetzt kostenloses Ticket sichern!
Einfach den QR-Code scannen oder auf enerix.de anmelden.



enerix Kiel · Speckenbeker Weg 130 · 24113 Kiel
0431 696 668 57 · kiel@enerix.com · www.enerix.de



enerix Kiel



enerix_kiel



EUPD RESEARCH
TOP BRAND PV
INSTALLER
GERMANY
2025

SKANDINAVISCHES RUHE FÜR DEIN ZUHAUSE

Der Sommer neigt sich dem Ende zu und der Herbst klopft an – und mit ihm der Wunsch nach Gemütlichkeit. So holst du nordische Leichtigkeit und das berühmte Hygge-Gefühl in dein Zuhause.

Eiche oder Esche, Leinen und Bouclé, dazu matte Oberflächen und sanfte Rundungen: Das Traditionshaus **Möbel Janz** schafft mit skandinavischer Natürlichkeit ein Wohngefühl, das Ruhe und Wärme ausstrahlt. Reduzierte Silhouetten lassen Luft zum Atmen, Texturen schaffen Tiefe, ohne zu überladen. Mit fast 100 Jahren Erfahrung wählt Möbel Janz sein Sortiment mit einem Blick für Qualität und Langlebigkeit – zum Anfassen, Probesitzen und Verlieben.

NATÜRLICHKEIT STATT SCHNICKSCHNACK

Weniger Teile, mehr Wirkung: Sideboards auf schlanken Füßen, Sofas in warmen

Beigetönen, Tische mit weichen Kanten – so entsteht ein ruhiges Gesamtbild, das zum Entspannen und Wohlfühlen einlädt. Helle Farben reflektieren das Licht, Naturmaterialien wie Holz und Leinen sorgen für spürbare Wärme.

BERATUNG, DIE ZU DIR KOMMT

Möbel Janz bietet individuelle Planung und persönliche Beratung – auf Wunsch direkt bei dir zu Hause. Beim Kauf übernimmt das Haus die Lieferung, die fachgerechte Montage und sogar die Altmöbel-Entsorgung. Entspannter kann Einrichten kaum sein.



BESSER SCHLAFEN

Für deine Schlafgesundheit stehen im Haus zertifizierte Ergopraktiker*innen bereit. Sie beraten dich zu ergonomisch passenden Matratzen- und Bettsystemen, damit du wieder schmerzfrei und erholt in den Tag starten kannst. Neugierig geworden? An den Aktionstagen vom 18. bis 20. September hast du die Chance, eine kostenlose Schlafberatung in Anspruch zu nehmen. An diesen Tagen ist Schlafexperte Franz Schaller vor Ort. Mehr Infos: www.moebel-janz.de

Foto: Möbel Janz

Gemütlich einrichten

„MEHR ALS NUR MÖBEL: Lassen Sie sich von zahlreichen Tipps und Trends aus der neuen Kollektion inspirieren. Mit den neuesten Wohntrends vereinen Sie Stil, Komfort und Cleverness. Für modernes, persönliches Wohnen.“ – *Christiane Janz-Schnack*



**JANZ
EINFACH
MEHR
WERT**



999,-
VOLLSERVICE PREIS
Inklusive Lieferung & Montage

Eckkombi, Bezug Stoff Unica steel, Metallfuß schwarz, best. aus 2,5-Sitzer mit Armteil links und Canapé mit Armteil rechts. Stellmaß ca. 232x168 cm.



Komfort-Kopfstütze. je 119,-
Gegen Mehrpreis.

Schlaffunktion. 299,-
Gegen Mehrpreis.

Motorisches Canapé. 499,-
Gegen Mehrpreis.

Dekozweig Allium,
Länge ca. 64 cm,
Farbmix. je 3,95



Ohrensessel Batea,
Bezug Stoff natur beige, Kunststofffuß schwarz,
ca. 80x114x83 cm. Ohne Dekokissen.

499,-
VOLLSERVICE PREIS
Inklusive Lieferung & Montage



Hocker Batea,
Bezug Stoff natur beige,
Kunststofffuß schwarz,
ca. 63x46x58 cm.

249,-

Windlicht, Glas lackiert,
in zwei Größen, z.B.
Höhe ca. 15 cm. ab 10,95



**Buffetschrank
Eyeglass Combi,**
Pinie/MDF
Antiqueweiß,
ca. 160x50x220 cm.

2.999,-
VOLLSERVICE PREIS
Inklusive Lieferung & Montage



369,-
VOLLSERVICE PREIS
Inklusive Lieferung & Montage

Schalenstuhl JustBI SP150,
Bouclé Alpine champagne, Stativgestell
Eiche massiv, satiniert geölt, matt lackiert,
ca. 65x91x66 cm. Auf Wunsch Gestell um
180 Grad drehbar, mit Rückholfunktion.
(Gegen Mehrpreis)

JustBI!
Die Bestnote Zimmermann
Kollektion für Musterring

1.699,-
VOLLSERVICE PREIS
Inklusive Lieferung & Montage

Esstisch JustBI SP150 rund,
Massivholzplatte Eiche, satiniert
geölt, matt lackiert, Facetten-
profil, Metallgestell Kegelsäule,
Lack schwarz, ca. Ø 115, Höhe 76 cm.

Weitere Polster-Highlights auf: www.moebel-janz.de/moebel/sofa

inter living
**M Ö B E L
JANZ**

Möbel Janz GmbH
Schönberger Landstr. 59-61
24232 Schönkirchen
Telefon (04348) 9170-0

Folgen Sie uns: [f](https://www.facebook.com/moebel.janz) [p](https://www.pinterest.com/moebel.janz) [y](https://www.youtube.com/moebel.janz) [i](https://www.instagram.com/moebel.janz) [t](https://www.tiktok.com/moebel.janz)



Für ein neues
Lebensgefühl

www.moebel-janz.de



AUSGEZEICHNET
von unseren Kunden!

Zum 7. Mal in Folge
mit Bestnote bewertet!

Mehr Infos auf:
moebel-janz.de/service-inspektor



Die Mitarbeitenden nehmen sich viel Zeit, dich persönlich zu beraten

Lars Neben (l.) und Lars Hundhausen sind seit Juli Geschäftsführer bei valyours



DEIN WEG ZUR TRAUMIMMOBILIE

Du bist auf der Suche nach einer Immobilie oder bist selbst Eigentümer*in und möchtest ein Objekt anbieten? Dann bist du bei valyours richtig! Das macht das Maklerunternehmen so besonders.

Seit dem 1. Juli bringt die Marke **valyours** frischen Wind in den nord-deutschen Immobilienmarkt. Hinter dem neuen Auftritt stehen die Branchenkenner Lars Neben und Lars Hundhausen – mit langjähriger Erfahrung und einer Expertise, die ihren Erfolg prägt. Der Anspruch: dich mit Klarheit, Tempo und Verlässlichkeit durch Verkauf oder Vermietung zu begleiten.

ERFAHRUNG TRIFFT INNOVATION

Neben und Hundhausen stehen für eine neue Generation Makler: innovativ, ehrlich, verlässlich. Digitale Strategien, automatisierte Prozesse und datenbasierte Analysen liefern zusätzliche Marktkennntnisse und machen Entscheidungen nachvollziehbar. Gleichzeitig steht der persönliche Kontakt nach wie vor im Mittelpunkt. Alle Makler*innen haben sehr gute regionale und überregionale Marktkennntnisse und eine exzellente Vernetzung. Das Team nimmt sich Zeit, arbeitet transparent, serviceorientiert und mit hohem Qualitäts-

anspruch – ein Plus, von dem sowohl Eigentümer*innen als auch Interessent*innen profitieren.

STARK IN DER REGION – UND IM WACHSTUM

Gestartet ist valyours an den Standorten Kiel und Büdelsdorf. Am 1. September 2025 folgt Eckernförde – ein weiterer Schritt in einem dynamischen Wachstumskurs. Mit der regionalen Verwurzelung geht eine große Reichweite einher: Von der Wertermittlung über die optimale Präsentation bis zur Verhandlung werden Immobilien professionell und zielgruppengenaue vermarktet – egal ob Verkauf oder Vermietung.

MEHR SICHTBARKEIT FÜR DEINE IMMOBILIE

Besonders interessant für Eigentümer*innen: Viele registrierte

Kund*innen suchen bereits genau nach Objekten wie deinem – ein Netzwerk, das Matches beschleunigt. Wer den Einstieg prüfen will, nutzt die kostenlose Immobilienbewertung von valyours als ersten, unverbindlichen Kompass für die nächsten Schritte. Valyours zeigt, wie moderne Maklerarbeit heute funktioniert: datenstark, menschlich, regional verankert. Oder kurz: valyours – weil deine Immobilie mehr wert ist.

Mehr Infos unter: www.valyours.de

Das Team von valyours kümmert sich gern um dein Anliegen rund um das Thema Immobilien



valyours

Weil Ihre Immobilie mehr **wert** ist.



Ehrlich



Verlässlich



Innovativ

**Wir bewerten Ihre Immobilie
professionell, kostenfrei und
unverbindlich.**

Gern beraten wir Sie bei allen Fragen rund um
die Preisfindung und die Vermarktung Ihrer
Immobilie. **Wir freuen uns auf Ihre
Kontaktaufnahme!**



**Standort
Kiel**

Holtenauer Straße 110 · 24105 Kiel
0431 533 222 10 · www.valyours.de/kiel



**Standort
Büdelisdorf**

Am Dolmen 14 · 24782 Büdelisdorf
04331 13 40 470 · www.valyours.de/buedelsdorf



**Standort
Eckernförde**

Langebrückstraße 22 · 24340 Eckernförde
04351 469 00 50 · www.valyours.de/eckernfoerde

DER GARTEN ALS RÜCKZUGSORT

EIN ZAUN FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT

Ein warmer Spätsommer-Tag, erste Blätter auf dem Rasen – und der Garten wird noch einmal zum Lieblingsort. Viele schätzen ihn als Ort der Entschleunigung. Wer draußen entspannen will, braucht vor allem eines: Privatsphäre.

Gerade in gewachsenen Wohnvierteln fehlt es jedoch oft genau daran. Offene Grundstücke, Straßenlärm oder direkte Einblicke vom Nachbargrundstück stören das Gefühl von Geborgenheit. Ein hochwertiger Zaun kann einen echten Unterschied machen – funktional und gestalterisch.

MEHR ALS NUR ABGRENZUNG

Ein guter Zaun schafft Struktur, schützt vor neugierigen Blicken und verleiht dem Garten Charakter. Besonders beliebt sind derzeit pulverbeschichtete Metallzäune in gedeckten Farbtönen wie Anthrazit oder moderne Gabionen, die sich hervorragend

bepflanzen lassen. Viele dieser Lösungen bieten sogar einen gewissen Schallschutz – gerade in den ruhigeren Monaten ein unterschätzter Komfort. Auch für Familien mit Kindern oder Haustieren bietet ein Zaun Sicherheit. In Kombination mit passenden Toranlagen oder modernen Zutrittslösungen entsteht ein geschützter Raum, der das Leben im Garten entspannter macht – bis weit in den Herbst hinein.

EIN STÜCK LEBENSQUALITÄT

Der Garten wird zunehmend zum erweiterten Wohnbereich: ein Ort für Gespräche, kleine Auszeiten und gemeinsame

Zeit im Freien. Je besser er geschützt und gestaltet ist, desto wohler fühlt man sich. Wer jetzt über einen neuen Zaun nachdenkt, ist gut beraten, vor dem Winter zu handeln. Die **Draht Werner Zaun GmbH** aus Kiel bietet seit vielen Jahren hochwertige Zaunlösungen für Privatgrundstücke – von der Idee bis zur fachgerechten Montage. Das Traditionsunternehmen steht für Qualität, regionale Verbundenheit und persönliche Beratung. Das Beste: Wer sich jetzt kümmert, startet mit einem rundum stimmigen Garten in die neue Saison. Mehr dazu unter: www.draht-werner-zaun.de



Foto: Draht Werner Zaun GmbH

Privatsphäre beginnt am Gartenzaun.

Zäune & Tore aus **Kiel** – für alle, die sich zuhause wohlfühlen wollen.



DRAHT WERNER
Zaun GmbH

📍 Braunstraße 5, 24145 Kiel
☎ 0431 369000
✉ zaun@draht-werner.de
🌐 draht-werner-zaun.de



Rechtsanwalt
Sönke Bergemann,
Geschäftsführer von
Haus & Grund in Kiel

BGH BLEIBT DABEI: SCHONFRISTZAHLUNG HEILT NICHT DIE ORDENTLICHE KÜNDIGUNG

In schöner Regelmäßigkeit erklärt das LG Berlin II, dass eine rechtzeitige Schonfristzahlung nach § 569 Abs. 3 Nr. 2 BGB nicht nur die fristlose, sondern auch die ordentliche Kündigung wegen Zahlungsverzugs unwirksam mache.

Der BGH beharrt weiterhin auf seinem Standpunkt und bekräftigt mit dem vorliegenden Urteil vom 23. Juli 2025 (VIII ZR 287/23) seine bisherige Rechtsprechung; die Schonfristzahlung findet lediglich Anwendung bei einer fristlosen Kündigung, nicht jedoch bei einer zusätzlich (oder ausschließlich) erklärten ordentlichen Kündigung.

Das Urteil fügt sich nahtlos in die bisherige Rechtsprechung des BGH ein. Bemerkenswert ist, dass das Landgericht Berlin II unbeirrt an seiner abweichenden Auffassung festhält. Der Gesetzgeber hat in seinem Koalitionsvertrag 2025 angekündigt, die Möglichkeit einer einmaligen Heilung auch bei der ordentlichen Kündigung durch Schonfristzahlung einzuführen. Dies verdeutlicht, dass eine solche Wirkung derzeit gerade nicht besteht.

Umso wichtiger ist es, dass der BGH seiner gefestigten Linie treu bleibt und auf höchstrichterlicher Ebene Rechtsklar-

heit schafft, denn die Nichtzahlung hat für private Vermieter oftmals spürbare wirtschaftliche Konsequenzen. Bleibt nach Abzug nicht umlagefähiger Kosten überhaupt ein Überschuss aus den Mieteinnahmen, wird dieser unter Umständen für Pflege, Kredite oder den Lebensunterhalt im Alter benötigt.

Ob und in welchem Umfang die Bundesregierung im Rahmen der angekündigten Mietrechtsreform die Schonfristregelung erweitert, bleibt abzuwarten. Zu hoffen ist, dass sie dabei auch die berechtigten Interessen privater Vermieter berücksichtigt, die auf pünktliche und regelmäßige Mietzahlungen angewiesen sind.

**Jetzt Mitglied werden unter
www.haus-und-grund-kiel.de und
die Stimme von Haus & Grund stärken.**

Ihr Sönke Bergemann



Baufinanzierung

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.

STEIN AUF STEIN ZUM EIGENHEIM

Als Experte für energieeffiziente Massivhäuser plant das Ascheberger Familienunternehmen Nagel Massivhaus Traumhäuser nach individuellen Wünschen und steht dabei seit über 40 Jahren für Kompetenz und Zuverlässigkeit. Von der ersten Idee bis zur Schlüsselübergabe ist man hier in den besten Händen.

„Bei uns bekommt man alles aus einer Hand, der Bauherr kann sich ganz entspannt zurücklehnen und muss sich um nichts kümmern“, sagt Susanne Nagel. Der Bauantrag, das Bodengutachten, die Bautrocknung sowie die Beantragung der Hausanschlüsse sind im Leistungsumfang enthalten. „Und auch bei der Grundstückssuche sind wir gerne behilflich. Jedes einzelne Haus wird kompetent und liebevoll geplant.“ Auf die Massivbauweise setzt der Betrieb, den ihr Vater 1977 gegründet hat, nicht ohne Grund. „Vor allem angesichts der hohen Strompreise bringen Massivhäuser viele Vorteile mit sich“, erklärt die Expertin. So überzeugen die Gebäude mit einer besonders wirksamen Wärmespeicherung, massiven, tragenden Wänden, einem gesunden Raumklima sowie bestem Schall-

und Brandschutz. „Durch die Verwendung robuster Baustoffe wie Ziegel und Beton sind Massivhäuser außerdem extrem langlebig“, ergänzt Susanne Nagel.

ENERGIEEFFIZIENTE BAUWEISE

Dank energieeffizienter Bauweise sind die Häuser zudem ausgesprochen zukunftssicher und können auch an folgende Generationen übergeben werden. Dabei überzeugen sie in vielerlei Hinsicht. „Beispielsweise setzen wir schon seit vielen Jahren auf innovative Wärmepumpen mit Lüftungstechnik. So ist das Haus komplett unabhängig von Öl und Gas“, erklärt die Geschäftsinhaberin. Auf diese Weise bleiben die Nebenkosten niedrig, und mit einer zusätzlich gewählten Photovoltaikanlage ist man nahezu unabhängig von Stromkosten.

Gerade in der heutigen Zeit ist das ein wichtiger Punkt.

INDIVIDUELLE PLANUNG

Lösungen „von der Stange“ sind bei **Nagel Massivhaus** tabu. Jedes Haus wird individuell und professionell geplant und schließlich schlüsselfertig übergeben. Die Auswahl ist dabei groß: Ob Einfamilienhaus, Bungalow, Landhaus, Stadtvilla, Stadthaus oder Doppelhaus, die Möglichkeiten sind

vielfältig. In ausführlichen Gesprächen geht Susanne Nagel den Bedürfnissen der Bauwilligen mit viel Geduld und Erfahrung genau auf den Grund. Jedes Detail hilft ihr dabei, Gestaltung, Raumaufteilung und Materialien so abzustimmen, dass man sich in seinem Haus später rundum wohlfühlt.

BEWÄHRTES NETZWERK

Während die Bauingenieurin gemeinsam mit ihrer Architektin Petra Schuchow und Werkstudent Moritz Krüger die Planung übernimmt, setzt ein unternehmenseigenes Team aus Maurern und Betonbauern die Vorstellungen vom ganz persönlichen Traumhaus in die Tat um. Den Innenausbau übernehmen ausschließlich ausgewählte Meisterbetriebe aus der Region, mit denen Susanne Nagel schon lange zusammenarbeitet. „Durch die langjährige, vertrauensvolle Zusammenarbeit ist im Laufe der Zeit ein bewährtes Netzwerk entstanden, das den Bauherren jeden Wunsch von den Augen abliest“, sagt sie.

TRANSPARENZ UND FAIRNESS

Vor jedem Bau steht grundsätzlich eine präzise Schätzung der Nebenkosten. „So sind kein Risiko und keine bösen Überraschungen zu erwarten. Gerade in der heutigen Zeit ist dieser Punkt für uns ein absolutes Muss“, betont Susanne Nagel. Auch sonst werden Transparenz und Fairness groß geschrieben: Sollten nach einem Vertragsabschluss die Preise auf dem Baustoffmarkt sinken, werden die Einsparungen selbstverständlich weitergegeben. Noch bis zum Ende der Bemusterung können die Preise angepasst werden. Und auch nach der Übergabe stehen Susanne Nagel und ihr Team bei Fragen oder Problemen jederzeit gern zur Verfügung. Nähere Infos unter Tel.: 04526 / 300 70 und www.nagelbau.de

Auch Bungalows planen
und bauen die Expert*innen
professionell und geschmackvoll



Wir verwirklichen Wohnträume



**Kurz-
fristiger
Baubeginn
möglich!**



Wir bauen für Sie z.B.
in folgenden Baugebieten:
Bosau, Schönberg
Tökendorf, Schönwalde
Ahrensböck, Kiel, Rendsburg,
Neumünster, Bad Segeberg



- **Jedes Haus auch im KfW 40 Standard möglich**
- **Frei geplanter Grundriss**
- **Massiv gemauert**

- **Abluftwärmepumpe inklusive**
- **Freie Wahl der Ausstattung**
- **Kurze Bauzeit**

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin mit uns
www.nagelbau.de

NAGEL Massivhaus GmbH

Trentrade 35
24326 Ascheberg

Tel. 0 45 26 / 30 07-0
info@nagelbau.de

*Hier bin ich
zu Hause!*

WOHLIGE WÄRME IM HERBST

Was gibt es Gemütlicheres, als an den ersten kühlen Tagen vor dem lodernden Kaminfeuer zu sitzen? Der Familienbetrieb Fahrenkrug macht diesen Traum wahr. Bei den Ofenbauertagen vom 26. bis 27. September kannst du dich ausgiebig informieren und profitierst von besonderen Rabatten.

Wenn die Tage kürzer werden und die Temperaturen langsam sinken, beginnt die Zeit, sich auf ein behagliches Zuhause vorzubereiten. Denn der Herbst steht bereits in den Startlöchern und mit ihm die Heizsaison. Passend dazu lädt die Firma **Fahrenkrug**, Meisterbetrieb für Ofenbau und Kaminöfen, wieder zu den beliebten Ofenbauertagen ein.

OFENBAUERTAGE BEI FAHRENKRUG

Vom 26. bis 27. September von 10 bis 18 Uhr öffnet das Traditionsunternehmen seine Türen für alle, die sich für moderne Heizlösungen mit Stil interessieren. Unter dem Motto „Wärme. Handwerk. Zuhause.“ erwartet Besucher*innen ein informatives und inspirierendes Programm rund um das Thema Ofenbau. Ob zur Inspiration, zur konkreten Planung oder einfach für ein Gespräch mit leckeren Köstlichkeiten aus dem Ofen – bei den Ofenbauertagen wird für jede*n etwas geboten. Für die Kleinen gibt es eine Bastelaktion.

INDIVIDUELLE BERATUNG & NEUE MODELLE ENTDECKEN

Während der Ofenbauertage bietet Fahrenkrug zusammen mit den Herstellern Olsberg, Oranier und Fireplace 10 Prozent Rabatt auf das gesamte Sortiment der genannten Hersteller. Das erfahrene Team steht für persönliche Beratung zur Verfügung – ganz gleich, ob es um einen Neubau, eine Nachrüstung oder eine Sanierung geht.

HANDWERK MIT HERZ UND FLAMME

„Unsere Öfen stehen nicht nur für wohlige Wärme, sondern auch für effizientes Heizen und echtes Handwerk“, sagt Firma Fahrenkrug. „Mit den Ofenbauertagen möchten wir zeigen, wie moderne Technik und traditionelles Handwerk Hand in Hand gehen und wie schön es sein kann, sich wieder auf das Wesentliche zu besinnen.“

Komm vorbei und lass dich inspirieren! Mehr Infos findest du unter www.fahrenkrug-kamine.de.

„Mit den Ofenbauertagen möchten wir zeigen, wie moderne Technik und traditionelles Handwerk Hand in Hand gehen und wie schön es sein kann, sich wieder auf das Wesentliche zu besinnen.“

Fotos: Adobe Stock (3), Fahrenkrug (3)



Der Kaminofen „Polar Neo Vantage W+“ von Orania (links) und der Pelletofen Levana“ von Olsberg

FACHCHINESISCH FOR BEGINNERS

ABKÜRZUNGEN IN IMMOBILIENANZEIGEN

Jeder Millimeter einer Printanzeige kostet, was teils zu Verständnisproblemen führt.

IMMOBILIENTYPEN

ETW: Eigentumswohnung

WEG: Wohnungseigentümergeinschaft, mehrere Eigentümer*innen

EFH: um ein Einfamilienhaus kannst du herumgehen

DHH: bei einer Doppelhaushälfte hast du ein angrenzendes Nachbarhaus

RH: Reihenhaushat zwei Nachbarhäuser (= RMH: Reihenmittelhaus)

REH: Reihenendhaus hat nur ein Nachbarhaus und meist mehr Garten

ZFH: im Zweifamilienhaus gibt es zwei getrennte Wohnungen

ELW: Einliegerwohnung existiert nur im Sprachgebrauch, rechtlich nicht

MFH: Mehrfamilienhaus hat mehr als zwei Wohnungen mit nur eine*r Eigentümer*in, z. B. Altbauten.

Nfl.: Nutzfläche ist alles andere, z. B. der halbe Balkon (bei Dachschrägen < 1 m und die Hälfte der Grundfläche mit 1-2 m Deckenhöhe)

WB: Wannenbad

VB: Vollbad mit Wanne und Dusche

GWC: Gäste-WC

Blk.: Balkon

Terr.: Terrasse

TG: Tiefgarage

SP: Stellplatz

KG: Kellergeschoss

Sout.: Souterrain ist Wohnraum unter dem EG (Hanglage)

EG: Erdgeschoss

Hoch.: Hochparterre = erhöhtes Erdgeschoss, dadurch auch höher liegendes KellerG

OG: oberhalb EG (I. OG, II. OG usw.)

StG: Staffelgeschoss = oberstes Geschoss mit zurückliegenden Wänden zum darunter liegenden Vollgeschoss. Meist mit Flach-/Pultdach und Dachterrasse

AUSSTATTUNG

Wfl.: Wohnfläche bestimmt den Preis und ist zu Wohnzwecken genehmigt. Dazu gehören Küche, Bad und die halbe Balkonfläche (bei Dachschrägen > 1 m und im Bereich von 1-2 m Deckenhöhe die Hälfte der Grundfläche)

EBK: Einbauküche

DB: Duschbad

Weitere Immobilientipps findest du auf

www.HELDT.immo

#lieblingsmaklerinkiel

#drohnenpilotin

#immobilienheldt



Foto: Immobilien Heldt



Ihre Immobilie als Investment – Wir sorgen dafür!

Für unsere vorgemerkten und kapitalstarken Kunden suchen wir ständig Mehrfamilienhäuser und Wohn-Geschäftshäuser zum Kauf. Eine diskrete und professionelle Bearbeitung ist für uns selbstverständlich.

Tel. 0431 906960 • info@schuett.de

Hans Schütt®
Immobilien
Eine Marke der Haus & Grund Immobilien GmbH Kiel

schuett.de



10.000€ GEWINNSPIEL!

KACHELOFEN TAGE

bei Fahrenkrug

SEPTEMBER 26-27
10:00-18:00 Uhr

**KÖSTLICHKEITEN AUS DEM OFEN
KINDER-BASTELN**

**10% RABATTAKTION
OLSBERG, ORANIER
UND FIREPLACE**

Eichenbergskamp 14-16
24149 Kiel
www.fahrenkrug-kamine.de



KOMPLETTSANIERUNG VOM DACH BIS ZUM GARTEN

ALLES AUS EINER HAND

Mit jeder Menge Erfahrung, Leidenschaft fürs Handwerk und Fachkompetenz steht der Meisterbetrieb von **Dachdeckermeister Jan Witt** für hochwertige Sanierungen rund um das eigene Zuhause.

Im Frühjahr 2011 entschloss Jan Witt, seinen Familienbetrieb wiederzueröffnen und steht Kund*innen nunmehr in dritter Generation mit Erfahrung und Know-How als starker Partner zur Seite. Leidenschaft fürs Handwerk und Professionalität wird für das vielseitige Team großgeschrieben: Mit ehrlicher Beratung, einer detaillierten Planung und fachgerechter Ausführung durch hoch qualifizierte sowie engagierte Mitarbeitende sorgt die mittlerweile rund 200 Mann starke Besatzung für zufriedene Kund*innen und hochwertige Ergebnisse, die sich sehen lassen können. Zertifiziert von der Deutschland Kooperation als einer der „100 Top Dachdecker“, ist das leistungsstarke Team um Jan Witt im gesamten Norden unterwegs.

EIN KONTAKT, KLARE WEGE

Doch das ist noch lange nicht alles: Über die letzten Jahre hat sich so einiges in dem Traditionsunternehmen und Meisterbetrieb getan und mit Zusammenhalt und Ideenreichtum haben sich neue Gewerke gebildet, die das Portfolio der Dachdeckerei erweitern. So deckt das stetig wachsende Team jegliche Bereiche ab, die bei einer Haussanierung von Bedeutung sind. Der anfängliche Slogan des Dachdeckerbetriebs „Alles für Ihr Dach“ ist dabei schon lange nicht mehr aktuell – denn das Angebotsportfolio geht mittlerweile weit über das Dach hinaus. Von der Beratung im kompetenten Backoffice über die Planung und Ausführung bis hin zur Fertigstellung des Projekts kommt hier alles aus einer Hand. Selbst Architektenleistungen sind mit in dem umfangreichen Leistungsspektrum enthalten.



Teamwork: Die drei Geschäftsführer
Fynn Staben, Jan Witt, David Stettin (v. l. n. r.)

DAS SANIERUNGS- BAUGESCHÄFT

Zu den Leistungen gehören nicht nur die Gründungsaufgaben der Dachdecker-, Klempner- und Gerüstarbeiten, sondern auch alles rund ums Holz. Egal ob Zimmerer-, Tischler- oder Malerarbeiten – alles wird intern durch eigene Fachkräfte abgedeckt. Statt neu zu bauen, werden bestehende Gebäude, die Erinnerungen tragen, behutsam erneuert und erstrahlen in neuem Glanz – ein Plus für die Nachhaltigkeit im Hausbau. Die komplette Elektro- und Heizungsseite wird durch die Tochterfirma sonne.sh abgedeckt. Von der Installation bis zur PV-Anlage. Alles aus einer Hand eben.

GRÜN RUND UMS HAUS

Jüngster Zugang der Gewerke ist der Garten- und Landschaftsbau, der rund ums Haus für den Wohlfühlfaktor sorgt. Was vor einem Jahr noch fern vom Grundstein der Dachdeckerei erschien, ist seit März dieses Jahres nun fester Bestandteil des Familienbetriebs – umgesetzt von einer achtköpfigen Einheit. In Zusammen-

schluss mit den Firmen von Jan Kühl und Thorsten Lingrön sind den Vorstellungen von Kund*innen keine Grenzen gesetzt wenn es um die Gestaltung ihres Grundstücks geht – vom Friesenwall über die Auffahrt bis hin zur Gestaltung der Grünflächen. Für eine kostenlose Beratung zu Ihrem Projekt steht Ihnen das Team von Jan Witt zur Verfügung. Mehr über das Leistungsspektrum finden Sie auch unter www.dachdeckerei-janwitt.de.

Jan Witt GmbH

Grüner Weg 11, 24808 Jevenstedt

Tel.: 04337/1388

E-Mail: kontakt@dachdeckerei-janwitt.de

Web: www.dachdeckerei-janwitt.de

NEUGIERIG GEWORDEN?

Wer mehr zu dem Leistungsspektrum von Jan Witt und seinem Team erfahren möchte oder Interesse an einer Beratung hat, kann auf der NordBau Messe vom 10. bis 14. September in der Halle 5 am Stand 5119 vorbeischaun.

Der Ursprung des
Betriebshofs ...



... und wie es heute
dort aussieht



Zusammen wachsen: In Zusammenschluss mit den Firmen von Jan Kühl und Thorsten Lingrön bietet das Team rund um Jan Witt jetzt auch Garten- und Landschaftsbau an



sonne.sh
mehr als solar

GESUNDHEIT & WELLNESS

Der Herbst klopft langsam an und jetzt ist ein guter Zeitpunkt, sich schon mal auf die kühlere Jahreszeit vorzubereiten. Mit einem fitten Immunsystem und guter Laune ist er gleich doppelt so schön.



PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG MADE IN KIEL

ZURÜCK ZU DIR SELBST



Sich weiterzuentwickeln, alte Muster zu hinterfragen und neue Wege zu gehen: Die Themen rund um Persönlichkeitsentwicklung sind längst in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Und das ist gut so – denn viele Menschen fühlen sich im Alltag fremdbestimmt, blockiert oder gefangen in Rollenbildern, die nicht (mehr) zu ihnen passen.

Doch so hilfreich Podcasts und Ratgeberbücher auch sein mögen: Oft drehen wir uns damit im Kreis. Denn unsere tief verankerten Denkmuster entstehen nicht im

Bewusstsein – sondern im Unterbewusstsein, erklärt Neurobiologin Dr. Maren Grütters, Gründerin von me time in Kiel. „Über 95 Prozent unserer Gedanken, Gefühle und Handlungen werden vom Unterbewusstsein gesteuert – einer Struktur, die auf uralten Erfahrungen beruht und oft noch von Kindheitserlebnissen geprägt ist.“ Unreflektierte Glaubenssätze wie „Ich muss perfekt sein“, „Ich bin nicht gut genug“ oder „Ich muss mich um andere kümmern“ beeinflussen unseren Alltag – ob wir wollen oder nicht.

ME TIME WÄCHST

Mit dem Angebot von me time setzt Maren gemeinsam mit ihrem Team genau dort an – und hilft Menschen, sich von inneren Blockaden zu lösen und mehr Leichtigkeit ins Leben zu holen. Der Ansatz: Hypnose. In ein bis vier Sitzungen werden unbewusste Programme identifiziert und neu verankert. Dabei behalten Klient*innen jederzeit die Kontrolle, Hypnose ist kein Zustand der Fremdsteuerung, sondern ein natürlicher, fokussierter Bewusstseinszustand. Seit vier Jahren ist me time in Schleswig-Holstein eine gefragte Adresse für moderne Hypnose-Arbeit. Inzwischen wurde das Angebot um eine eigene Academy, Retreats und ein wachsendes Franchise-Konzept erweitert. Heute gehören bereits neun Standorte in Deutschland und Österreich zum Netzwerk – darunter Hamburg, Stuttgart, Graz und der Kreis Segeberg, wo sich eine Coachin sogar auf das Thema Mindset im Reitsport spezialisiert hat. Und die Reise geht weiter.

Wer neugierig geworden ist, kann sich in den Podcast „Losleben - zurück zu dir mit Hypnose“ von me time reinhören oder einen unverbindlichen Kennenlerntermin buchen – entweder direkt beim Team in Kiel oder an einem der Partnerstandorte. Denn manchmal braucht es nur einen kleinen Impuls, um zurück zu sich selbst zu finden.

Schau vorbei auf www.metime.coach und buche dir einen kostenlosen Kennenlern-Call!



Dein Weg zurück zu dir:
Mit moderner Hypnose-Arbeit
verhelfen dir Maren und ihr Team
zu mehr Leichtigkeit im Leben

me time
mind soulutions®

me time mind soulutions® GmbH,
Wildgarten 1, Heikendorf, Tel.: 0175 / 168 60 81
www.metime.coach, mail@metime.coach

Die Persönlichkeit Ihres Kindes



Ihr Kind bringt mehr Eigenschaften in das Leben mit, als durch Erziehung erworben werden.

Astrologie beschreibt die Seele des neugeborenen Menschen:

Temperament, einzigartige Stärken, besondere Talente und individuelle Schwächen sind von Anfang an aus dem Horoskop ersichtlich.

Ihr von mir erstelltes Kinder-Horoskop ist in kindgerechter Sprache verfasst. Es hilft Ihnen, Ihr Kind zu verstehen und angemessen mit seinen vielfältigen Entwicklungs-Möglichkeiten umzugehen.

Ca. 25 Seiten, mit Horoskop-Grafik, gebunden, ansprechende Gestaltung, EUR 59,-.

Martin A. Banger www.12Zeichen.de

04334 181000

banger@12Zeichen.de



ACHTSAM DURCH DIE KIELER BRISE

MOIN SEPTEMBER

Du stehst an der Kiellinie, der Wind pfeift die letzte Sommerträgheit aus dem Kopf und trotzdem rattert im Hinterstübchen die To-do-Liste für die kommenden Tage? Jetzt ist genau der richtige Zeitpunkt für mehr Achtsamkeit. Ohne Räucherstäbchen eher so: Praktisch. Norddeutsch. Direkt.

WAS ACHTSAMKEIT HIER ÜBERHAUPT SOLL

Achtsamkeit ist im Kern nichts weiter als: da sein, wo du gerade bist. Nicht im „Hätte, müsste, sollte“, sondern im „Jetzt – und das reicht“. Das ist keine große Lebensphilosophie, sondern eine kleine Gewohnheit. Sie hilft, wenn der Kopf zu voll wird, der Kalender zu dicht oder das Schietwetter die Laune weht. Hier sind ein paar Tipps, die du auch in deinen Alltag integrieren kannst.

KIELER ALLTAG, ACHTSAM GEDACHT

1. Kiellinie-Atmung: Beim Spazieren am Wasser (oder an jedem x-beliebigen Fleck mit Himmel über dir) nimm dir drei Atemzüge Zeit. Ein, bis vier zählen. Aus, bis sechs. Guck auf die Wellen, nicht ins Handy. Dreimal. Das ist alles.

2. Holtener-Ampel-Check: Immer wenn du an einer roten Ampel wartest, scannst du kurz deinen Körper: Kiefer locker? Schultern runter? Hände entspannen. Grün kommt trotzdem. Du kommst entspannter mit.

3. Fischbrötchen-Meditation: Ja, ernsthaft. Setz dich auf eine Bank, pack dein Brötchen aus und iss die ersten drei Bissen ohne nebenbei zu scrollen. Schmecken, riechen,

kauen. Mmmh. Danach darfst du wieder schnacken.

4. Förde-Sound an, Kopfkino aus: Hör zehn Geräusche, die du wahrnimmst: Wellen, Möwen, Stimmen, Fahrradklingel, Wind im Segel. Zählen hilft, Gedanken zu parken.

5. Regentropfenradar: Wenn's pladdert – statt motzen mal gucken. Welche Wege nehmen die Tropfen an deiner Scheibe? Zwei Minuten Fenstertheater. Überraschend beruhigend.

GRUSS DER HEIMAT, VON UNS GERETTET.

Leuchtturm Roter Sand – das weltweit erste Bauwerk auf offener See. Mehr über die Geschichte dieses Denkmals: dieganzen Geschichte.de

Eines von vielen tausend geförderten Denkmalen.



Wir erhalten Einzigartiges. Mit Ihrer Hilfe!

Spendenkonto
IBAN: DE71 500 400 500 400 500 400
BIC: COBA DE FF XXX, Commerzbank AG
www.denkmalschutz.de



DEUTSCHE STIFTUNG
DENKMALSCHUTZ

Wir bauen auf Kultur.





WACHER BLICK STATT BILDSCHIRM-BLUES

Bildschirmmüdigkeit kennen wir vermutlich alle: Augen brennen, der Kopf wird schwer, der Fokus zerbröselt. Mit ein paar kleinen Stellschrauben holst du Augen und Fokus schnell zurück. Probiere es mal mit der 20-20-20-Regel: Alle 20 Minuten den Blick für 20 Sekunden in die Ferne schweifen lassen. Am besten suchst du dir ein Objekt, das 20 Meter entfernt ist. Blinze bewusst öfter, passe Helligkeit und Kontrast des Bildschirms dem Raumlicht an, vergrößere die Schrift und nutze abends den Blaulichtfilter. Stelle den Monitor eine Armlänge entfernt auf Augenhöhe, idealerweise auch so, dass sich nichts im Bildschirm spiegelt oder blendet. Plane Mikropausen ein und nutze sie für Schulterkreisen und ein Glas Wasser, denn ausreichend Wasser zu trinken, hilft ebenfalls, die Augen feucht zu halten. Regelmäßiges Lüften sorgt dafür, dass die Augen durch Heizungsluft nicht trocken und müde werden. Kurzum: Gönn deinen Augen Pausen, richte den Arbeitsplatz vernünftig ein – dann läut's fokussierter.

Foto: Adobe Stock

GUTES KÖRPERGEFÜHL DANK FETTZELLENREDUKTION & HAARENTFERNUNG

Der September bringt oft eine besondere Ruhe mit sich – die perfekte Zeit, um sich selbst wieder mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Wer seinem Körper etwas Gutes tun und sich mit neuer Energie in den Herbst stürzen möchte, ist beim **Körperteam** aus Kiel genau richtig.

Besonders effektiv: die Kryolipolyse. Mit dieser innovativen Kühltechnik lassen sich ungeliebte Fettpölsterchen ganz gezielt behandeln – ob an Bauch, Hüfte oder Oberschenkeln. In einer 60-minütigen Anwendung werden die entsprechenden Hautareale kontrolliert gekühlt und so die Fettdepots sanft reduziert.

Und auch für alle, die dauerhaft glatte Haut genießen möchten, hat das Studio etwas zu bieten: Mit der modernen IPL-Hyperpulse-Technologie werden Haare am ganzen Körper entfernt – effektiv, hautschonend und ohne Rasur-Stress. Ob Rücken, Beine oder Gesicht: Dauerhaft stoppel-freie Haut fühlt sich immer gut an.

Weitere Informationen und Behandlungen findest du unter www.koerperteam.de.



Foto: Adobe Stock



DAUERHAFTE HAARENTFERNUNG

- keine Stoppeln mehr
- keine eingewachsenen Haare
- kein lästiges Rasieren, Wachsen oder Epilieren

... dafür aber weiche, glatte, feinporige und zarte Haut!

körper *team*

Kryolipolyse – Effektive Kältebehandlung ohne OP!

- Schonend und gezielt
- Ohne OP, ohne Ausfallzeiten
- Unterstützt eine definiertere Körpersilhouette

Erleben Sie eine straffere und schlankere Silhouette!

JETZT KOSTENLOS BERATEN LASSEN

Ziegelteich 29 · Kiel · Europahaus | Telefon 0431 - 387 83 71 7 | info@koerperteam.de | www.koerperteam.de



INTENSIVPFLEGE für außerklinische Beatmung

- 24-Stunden-Betreuung
- Ambulante Heimbeatmung
- Behandlungspflege
- Grundpflege
- Hauswirtschaft



24h-Intensivpflege Amirov

☎ 04381 - 416 067 4
Diensthandy 24h: 0176 - 220 48 776
✉ info@24h-intensiv-beatmungspflege.de
🌐 24h-intensiv-beatmungspflege.de

**DAS RECHT
AUF HILFE IST
NICHT VERHANDELBAR.
SPENDEN FÜR NOTHILFE
IN GAZA.**



m)
medico international

DE69 4306 0967 1018 8350 02
medico.de/nothilfe-gaza



MOBIL DURCH DEN SPÄTSOMMER & HERBST MIT ELEKTRO-ROLLSTUHL FLEXIBEL UNTERWEGS

Milde Temperaturen, wenig Trubel, schöne Landschaften – Für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen sind Spätsommer und Frühherbst ideale Reisezeiten: barrierearme Ausflüge, Familienbesuche und Urlaube ohne Gedränge, vorausgesetzt, die Mobilität passt sich dem Alltag an.

Besonders praktisch: faltbare E-Rollstühle, die im Kofferraum verstaut werden können und vor Ort schnell einsatzbereit sind. MovingStar, Anbieter für moderne, faltbare Elektro-Rollstühle, zeigt, wie Reisen mit dem eigenen Auto und einem passenden Rollstuhl nicht nur machbar, sondern komfortabel und flexibel wird. Die faltbaren E-Rollstühle von MovingStar kombinieren leichtes Design, intuitive Steuerung und starke Akkus. Modelle wie der MovingStar 2000 oder der ultraleichte MovingStar 101 SF ultra light lassen sich mit wenigen Handgriffen zusammenklappen – und passen so in nahezu jeden Pkw. Dank Reichweiten bis zu 25 km, Joystick- oder App-Steuerung und durchdachtem Zubehör wie Transportnetz oder Sicherheitslicht sind sie ideale Begleiter für spontane Ausflüge, Hotelaufenthalte oder Reha-Reisen.

Die Vorteile eines faltbaren E-Rollstuhls zeigen sich nicht nur auf Reisen: Auch im Alltag – etwa beim Arztbesuch, beim Ausflug in den Park oder beim spontanen

TIPPS FÜR ENTSPANNTE FAHRTEN IM SPÄTSOMMER

- 1. Gut vorbereitet starten:** Akku laden, Ladegerät und Notfallset (Medikamente, Werkzeug, Dokumente) einpacken
- 2. Apps nutzen:** z. B. Wheelmap, Google Maps (barrierefrei) oder ADAC Maps helfen bei der Planung barrierearmer Stopps
- 3. Reiseziel prüfen:** Viele Hotels oder Ferienwohnungen sind zertifiziert barrierefrei – telefonisch vorab nach Rampen, Aufzügen oder Türbreiten fragen
- 4. Sicherheit beachten:** Rollstuhl im Auto rutschfest sichern, auf Hitzeschutz bei Akkus achten, ggf. zusätzliche Gurte verwenden

Wochenende mit der Familie, sorgen leichte, transportable Modelle für mehr Selbstständigkeit. Weitere Informationen zu den Modellen und technischen Details findest du unter: <https://moving-star.de>

Calligraphy® Cut – ODER DIE KUNST DES „SCHÖNSCHNEIDENS“

Dass ich feine Haare liebe, weiß mittlerweile jeder. Aber was es bereits seit 2012 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 Schönschreibens, inspirierte meinen Intercoiffure-Kollegen und geschätzten Freund Frank Brormann dazu, eine neue Schnitttechnik zu entwickeln – den Calligraphy Cut. Durch die 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! Gekonnt und akkurat 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 Intercoiffeure aus ganz Deutschland in Hamburg vorstellte, wurde ich zum Intercoiffeur ernannt. Wir sind stolz, die Lizenz zum Schönschneiden zu haben, und freuen uns immer wieder, unsere Kundinnen und 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

Foto: Channel 21

MRS.SPORTY

Bauch-Weg-Aktion

**Trainiere jetzt
4 Wochen für**

29 €*

**Dein 4 Wochen-Neustart.
Mehr Energie, ein gutes Körpergefühl und ein strafferer Bauch.**

Mrs.Sport Kiel Wik
 Prinz-Heinrich-Str.20, 24106 Kiel, Tel: 0431-54449930

Mrs.Sport Kiel-Vorstadt
 Walkerdamm 17, 24103 Kiel, Tel: 0431-5355226

Mrs.Sporty Kronshagen
 Kieler Str.86, 24119 Kronshagen, Tel: 0431-5349415

*Das Angebot gilt für die ersten 50 Teilnehmerinnen.
 Die Teilnahme an der Bauch-weg-Aktion umfasst 4 Wochen Training zum einmaligen Preis von 29€.
 Alle Preise verstehen sich inklusive der gesetzlich gültigen Mehrwertsteuer.

ERSTE HILFE: ZEIT FÜRS UPDATE

Hand aufs Herz: Weißt du noch, wie die stabile Seitenlage geht? Wie tief du bei der Herzdruckmassage drücken musst – und in welchem Takt? Ist dein letzter Erste-Hilfe-Kurs Jahre her, wird es Zeit fürs Update. Wissen rostet, Angst wächst – Üben nimmt die Scheu.

Ein Auffrischkurs dauert nur wenige Stunden und macht dich fit für die häufigsten Notfälle: Bewusstlosigkeit, Herzstillstand, Atemnot, starke Blutungen, Verbrennungen. Du übst, 112 richtig zu alarmieren, den Defi zu nutzen und im Alltag schneller zu reagieren – im Büro, im Verkehr, zu Hause.

Tipp: Alle 2–3 Jahre auffrischen; Termine gibt's zum Beispiel bei DRK, ASB, den Johannitern & Co. Im Ernstfall zählt nicht Perfektion – sondern, dass du handelst.



Foto: Adobe Stock



Foto: Osteopathiepraxis Wik

RÜCKENSCHMERZEN? DARAN KANN'S LIEGEN!

Wusstest du, dass Rückenschmerzen ihren Ursprung im Bauchraum haben können? So können zum Beispiel verklebte Faszien im Bereich der Nieren oder im Darm für Beschwerden sorgen. Die gute Nachricht ist, dass Osteopath*innen mithilfe von sogenannten viszerale Techniken Abhilfe leisten können. Durch eine sanfte manuelle Behandlung mit unterschiedlichem Druck werden die Faszien „entwirrt“, der Parasympathikus angeregt und dadurch die Rückenmuskulatur entspannt.

Osteopathiepraxis Wik
Flensburger Str. 22, Kiel
Tel.: 0431 / 320 06 48
www.osteopathiepraxis-wik.de

10 TIPPS FÜR EIN STARKES IMMUNSYSTEM IM HERBST

FRISCHE LUFT TANKEN

- jeden Tag kurz raus, auch wenn's nieselt.

REGIONAL ESSEN

- Sanddorn, Äpfel & Kohl sind echte Vitaminbomben.

WARM & KALT WECHSELN

- Wechselduschen bringen den Kreislauf in Schwung.

GENUG SCHLAFEN

- mindestens 7 Stunden für echte Abwehrkräfte.

STRESS RUNTERFAHREN

- Atemübungen oder Meditation helfen sofort.

BEWEGEN STATT VERKRIECHEN

- Spaziergänge, Radfahren, Yoga.

VIEL TRINKEN

- Wasser und Kräutertees halten die Schleimhäute fit.

LACHEN ERLAUBT

- gute Laune stärkt nachweislich das Immunsystem.

KRÄUTER NUTZEN

- Ingwer, Kurkuma und Salbei wirken entzündungshemmend.

VITAMIN D CHECKEN

- oft fehlt es im Herbst, ein Test beim Arzt bringt Klarheit.



Foto: Adobe Stock

5 TIPPS FÜR GESUNDE DURSTLÖSCHER

Wenn die Spätsommer-Sonne über Kiel noch mal so richtig knallt, greifen viele zu kühlen, süßen Getränken. Doch Eistee, Limonade oder Cola enthalten oft große Mengen Zucker – mit Folgen für die Gesundheit. Dabei gibt es tolle, natürliche Alternativen, ganz ohne Gedöns.

Wasser ist vielen von uns zu langweilig – vor allem im Sommer. Da hilft auch keine Kohlensäure. Es geht uns um den Geschmack. Doch es gibt Mittel und Wege, Geschmack ins Glas zu bringen: Kräuter wie Minze, Zitronenmelisse oder Basilikum, kombiniert mit frischem Obst oder Gemüse, machen Wasser zum gesunden und leckeren Erfrischungsgetränk. Wichtig ist nur, sich von übermäßig süßem Geschmack zu entöhnen, beziehungsweise sich bestenfalls gar nicht erst daran zu gewöhnen.

GESCHMACK MUSS NICHT SÜSS SEIN

Wer bei Hitze stark schwitzt, verliert nicht nur Wasser, sondern auch Mineralstoffe. Ein Blick auf die Mineralstoffwerte des eigenen Leitungswassers lohnt sich. Je nach Versorgungsbereich kann es reich an Magnesium, Kalzium oder Natrium sein – ganz ohne teures Mineralwasser. Eine gute Basis für sommerliche Durstlöcher, für die wir dir leckere Tipps geben:

1

GESCHMACKSSACHE

Wasser mit frischen Zitronen-, Gurken- oder Orangenscheiben, Beeren oder Minze aromatisieren

EISTEE SELBER MACHEN

Kräuter- oder Früchtetee richtig schön kalt und ungesüßt servieren

2

3

KÖSTLICHE SAFTSCHORLE

1 Teil Saft, 4 Teile Wasser bedeutet wenig Fruchtzucker, aber viel Geschmack

MINERALWASSER MIT SPRITZ

Ein Spritzer Zitrone ins Mineralwasser erfrischt und enthält wichtige Mineralstoffe

4

LEITUNGS-

WASSER DELUXE

Unser Leitungswasser ist meist reich an Elektrolyten wie Magnesium, Kalzium oder Natrium. Das Kieler Leitungswasser gilt als kalkhaltig, so bekommst du gratis noch Kalzium dazu.



STEINBOCK 22.12.–20.01.

Entschlossen bist du schon lange. Jetzt findest du die nötige Klarheit, andere von deinen Vorstellungen zu überzeugen. Praktische Angelegenheiten verlaufen leichter als partnerschaftliche. Du musst nicht allen gefallen.

SCHÜTZE 23.11.–21.12.

Ein Monat im Zeichen erhöhter körperlicher und geistiger Aktivität. Möglicherweise etwas zu viel Aufregung für deinen Geschmack – immerhin kommt keine Langeweile auf. Wichtiges zu regeln, fällt dir leichter. Auch wenn es mit Arbeit verbunden ist, bringst du Struktur in dein Leben.

SKORPION 24.10.–22.11.

Diese Zeit ist sowohl geeignet, Wichtiges allein anzugehen, als auch dafür, sich mit anderen auszutauschen. Du kannst die Zeit aber auch einfach zu genießen. Dann musst du dich jedoch damit abfinden, dass nicht alles im Leben jemals ganz geklärt sein wird.

LÖWE 24.08.–23.09.

An Klarheit und Inspiration mangelt es dir wirklich nicht. Daher gelingt es dir fast nebenbei, Themen zu klären, mit denen du seit einer Weile unzufrieden bist. Freund*innen und Mitarbeitende sind mehr als sonst bereit, dich zu unterstützen. Lasse dich aber nicht daran hindern, deinen eigenen Weg zugehen.

WAAGE 24.09.–23.10.

Endlich ist es möglich, in wichtigen Angelegenheiten einen Sprung nach vorn zu machen. Ob in der Liebe oder in Geschäften: Jetzt solltest du deine guten Chancen nutzen. Nutze deine Intuition, um anderen zuvorzukommen. Diskutiere vor allem nicht mit denen, die sowieso nicht von dir überzeugt sind, sondern triff deine Entscheidungen selbst.

WASSERMANN 21.01.–19.02.

Bald geht es wieder mit Vollgas voran. Ohne etwas zu überstürzen, kannst du auf neue Angebote aufgeschlossen reagieren. Plane weitere Schritte auf lange Sicht. Gespräche und Aktivitäten mit Freund*innen geben dir in der zweiten Monatshälfte neue Anregungen und ermöglichen dir, dein Leben aus anderen Blickwinkeln zu betrachten.

STERNZEICHEN DES MONATS



JUNGFRAU 24.08.–23.09.

Du hast den Eindruck, nicht so genau zu wissen, wo du gerade stehst? Zieh dich besser nicht zu sehr zurück. Wenn es in der Beziehung nicht ganz so läuft, wie du es dir wünschst, solltest du dies nicht zum Anlass nehmen, die positiven Möglichkeiten in anderen Lebensbereichen zu übersehen. Kleine berufliche oder schulische Erfolge zeigen dir, dass du auf dem richtigen Weg bist. Kein Grund, schon jetzt zu feiern. Langfristig ist noch sehr viel mehr drin.



UNSER
ASTROLOGE

Der Kieler Astrologe Martin A. Banger erstellt jeden Monat das aktuelle KIELerleben-Horoskop. Möchtest du es noch genauer wissen? Fordere dein persönliches Horoskop unter www.12zeichen.de an.

FISCHE 20.02.–20.03.

Missverständnisse auf der Arbeit oder im Freundeskreis solltest du fix klären. Du wirst vor allem zuhören müssen. Stößt du andere mit vorschnellen Handlungen oder Aussagen vor den Kopf, wird eine Einigung erst in der zweiten Monatshälfte möglich. Es ist an dir, den Frieden wiederherzustellen.

WIDDER 21.03.–20.04.

Die Versuchung liegt nah, sich auf das nächstbeste Ziel zu stürzen. Kläre zunächst lieber, worum es dir wirklich geht. Handelst du beruflich auf eigene Faust, könntest du wichtige Argumente übersehen. Finger weg von Traumpartner*innen, die bereits gebunden sind. Träume lieber weiter.

STIER 21.04.–20.05.

Einige deiner Vorstellungen sind es durchaus wert, verwirklicht zu werden. Halte dich mit neuen Projekten noch etwas zurück. Lasse dich von Zweifeln und Rückschritten nicht entmutigen. Kaum findest du dich damit ab, wendet sich das Blatt auch schon.

ZWILLINGE 21.05.–21.06.

Du hinterfragst einige Bereiche deines Lebens. Lasse dich nicht entmutigen, indem du den Blick lediglich auf die Unstimmigkeiten richtest. Die Zeit ist günstig, wichtige Anliegen Schritt für Schritt voranzubringen. Für die Vertiefung von Liebesbeziehungen ist der Monat hingegen ungeeignet. Abwarten heißt das Zauberwort.

KREBS 22.06.–22.07.

Du bist dabei, wichtige Bereiche deines Lebens zu ordnen. Trenne dich dabei von alten Plänen oder setze all deine Energie ein, um diese doch noch umzusetzen. Spannungen, die sich bisher unter der Oberfläche befanden, treten ans Licht. Kommt es zu Aussprachen, sind diese längst überfällig. Zum Verhandeln ist die Gelegenheit günstig.

GESTARTET IM SALON, VERLÄNGERT ZUHAUSE

MASSGESCHNEIDERTE HAARPFLEGE



Kennst du das? Nach wenigen Wäschen ist der Salon-Glanz dahin. Fibre Clinix setzt auf langfristige Substanz: Bonding-Technologie wie Bondfinity stärkt die innere Haarstruktur, hautpflege-inspirierte Wirkstoffe – Multi-Peptide, AHA-Fruchtsäuren, Passionsfruchtöl und Elektrolyte – liefern gezielte Pflege. Das Konzept startet im Salon und lässt sich zu Hause smart verlängern – individuell abgestimmt auf dein Haarbedürfnis. Möglich macht's der SalonLab Smart Analyzer: Er scannt dein Haar per Nahinfrarot, macht unsichtbare Schäden sichtbar und verbindet die Daten mit der Expertise deiner Friseur*innen. Ergebnis: ein massgeschneiderter Pflegeplan – persönlich, wissenschaftlich messbar, wirksam. Weil jedes Haar einzigartig ist.

www.schwarzkopf-professional.com

Fotos: Schwarzkopf - Fibre Clinix

 **SLOW DOWN**
TRAVEMÜNDE | HOTEL

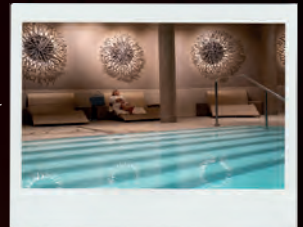
*Sichert euch jetzt euren SlowDown-Modus
für entspannte Feiertage.*

Euer Weihnachten und Silvester
in den SlowDown Hotels.
Zurücklehnen und dabei clever sparen.

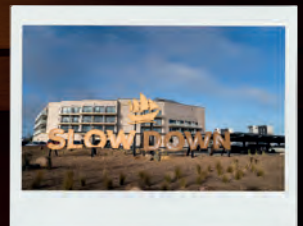
Das Besondere in jedem Zimmer:
Eigene Dampfsauna,
eine Küchenzeile
und einen Balkon.



Angebot
SlowDown Travemünde



Angebot
SlowDown Bottsand | Hotel & Spa



 **SLOW DOWN**
BOTTSAND | HOTEL & SPA



EIN NEUER KURS IM HAUS SCHLEUSBERG

Hast du dir schon mal überlegt, wie du im Alter leben möchtest? Das Haus Schleusberg bietet Senior*innen die Chance, ihren Lebensabend gut versorgt und möglichst selbstbestimmt zu verbringen. Seit Kurzem bringt die neue Leiterin Jana-Christin Rohde frischen Wind in die Einrichtung.

Das Interview führte Mareike Neumann.

KIELerleben: Liebe Jana-Christin, du bist erst seit zwei Monaten Einrichtungsleiterin im Haus Schleusberg. Was ist deine Vision?

Jana-Christin Rohde: Gemeinsam mit meinem Team möchte ich Senior*innen ein Zuhause schenken, wo sie auf hohem Qualitätsstandard versorgt und gepflegt werden. Unser Ziel ist es, dass sich sowohl die Bewohner*innen als auch ihre Angehörigen gesehen und angenommen fühlen und wissen, dass sie mit ihren Sorgen und Ängsten jederzeit zu uns kommen können. Wir sind immer da und haben ein offenes Ohr – auch wenn es vielleicht mal Optimierungsbedarf gibt.

Was macht das Haus Schleusberg so besonders?

Wir haben ein interdisziplinäres Team mit großer Fachexpertise. Dadurch können wir nicht nur den klassischen Alten- und

Pflegebereich abdecken, sondern auch eine medizinische Versorgung auf hohem Niveau anbieten. Darüber hinaus haben wir ein sehr junges und motiviertes Team, das Lust hat, frischen Wind hereinzubringen, Veränderungen anzupacken und zu gucken, wie Pflege ganzheitlich aussehen kann. Bewerbungen von engagierten Fachkräften, die

*„Unser Ziel ist es, dass sich unsere Bewohner*innen gesehen und angenommen fühlen und wissen, dass sie mit ihren Sorgen und Ängsten jederzeit zu uns kommen können.“*

uns auf diesem Weg unterstützen möchten, nehmen wir jederzeit gern entgegen.

Was zählt zu eurem Angebot?

Wir haben mehrere Fachbereiche: Im normalen Alten- und Pflegebereich leben Menschen, die nicht mehr allein leben können und Unterstützung im Alltag, zum Beispiel bei der Grundpflege, der Nahrungsversorgung und bei Toiletten-gängen, benötigen. Dann haben wir einen gerontopsychiatrischen Bereich, der auf ältere Menschen mit psychischen Erkrankungen wie Demenz spezialisiert ist. Und in unserem Wachkoma-Bereich werden Menschen, die beatmet werden müssen, intensivmedizinisch versorgt. Zusätzlich haben wir eine Physio- und Ergotherapie-praxis direkt bei uns im Haus.

Wie sieht es mit älteren Menschen aus, die zwar noch fit sind, aber sich nach Ge-

sellschaft und Freizeitangeboten sehnen?

Für diese Zielgruppe bieten wir zum einen die Tagespflege an. Hier kommen Menschen hin, die entweder noch in ihrem eigenen Zuhause oder bei Angehörigen leben. Wenn ihre Verwandten zum Beispiel tagsüber arbeiten, werden sie in dieser Zeit bei uns pflegerisch versorgt, bekommen Mahlzeiten und können am Beschäftigungsprogramm teilnehmen. Außerdem bieten wir das Seniorenwohnen an. Das sind barrierefreie Wohneinheiten, die von Senior*innen ganz normal gemietet werden. Hier ist eine tolle Wohngemeinschaft entstanden, in der sich alle gegenseitig unterstützen und an gemeinsamen Aktivitäten teilnehmen.

Was für Aktivitäten sind das?

Das ist je nach Bereich unterschiedlich. Auf jeder Station hängt ein Wochenplan aus, damit die Bewohner*innen wissen, was ansteht, und entscheiden können, ob sie teil-

*„Die Welt hat sich weiterentwickelt – aber viele ältere Menschen sind gar nicht mitgekommen. Wir wollen sie da abholen, wo sie gerade stehen. Gerade weil alles im Wandel ist, ist Vertrautheit für unsere Bewohner*innen wichtig.“*

nehmen wollen. Wir hatten schon Angebote wie einen Besuch im Streichelzoo, Kegeln oder Bingo. Dann haben wir noch einen allgemeinen Veranstaltungskalender, der auch auf unserer Website einsehbar ist. Im Juli fand zum Beispiel unser Sommerfest mit einem bunten Programm aus Live-Musik, Auftritten eines Shanty-Chors und eines Tanzmariechens und vielem mehr statt.

Wie läuft die Finanzierung ab?

Das ist je nach Pflegegrad unterschiedlich. Im Pflege- und Altenbereich nehmen wir Menschen ab Pflegegrad 2 auf, im Wachkoma-Bereich ab Pflegegrad 3. Die

Krankenkassen bezuschussen einen Teil, man muss aber auch einen Eigenanteil verrichten. Darunter fallen unter anderem Kosten für Essen, Strom und Wasser – also das, was man auch zu Hause bezahlen würde. Wenn wir eine Aufnahmeanfrage bekommen, setze ich mich mit den Angehörigen und dem*der zukünftigen Bewohner*in zusammen, bespreche die Kosten und geben ihnen Informationen an die Hand, welche finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten es gibt.

Was ist in Zukunft noch geplant?

Wir wollen Angehörigen die Chance geben, aktiver am Alltag der Bewohner*innen teilzunehmen. Dafür starten wir im September eine Angehörigenbefragung. Außerdem wollen wir die Soziale Betreuung ausbauen und ein Beschäftigungsprogramm anbieten, das vielleicht auch mal von der Norm abweicht. Worauf haben die Bewohner*innen Lust, was sind schöne Kindheitserinnerungen, an die wir anknüpfen können? Ob das nun ein Ausflug in ein Trabi-Museum, eine Band, die Musik von früher spielt, oder etwas ganz Anderes ist, ist den Bewohner*innen überlassen. Die Welt hat sich weiterentwickelt – aber viele ältere Menschen sind gar nicht mitgekommen. Wir wollen sie da abholen, wo sie gerade stehen. Gerade weil alles im Wandel ist, ist Vertrautheit für unsere Bewohner*innen umso wichtiger.



Die neue Einrichtungsleitung Jana-Christin Rohde (ganz links) mit Jennifer Ewoldt, Leiterin des gerontopsychiatrischen Bereichs, Nicole Kamrowski, Leiterin der Tagespflege, und Zia Rahmani, Leiter des Alten- und Pflegebereichs (v. l. n. r.). Nicht im Bild: Herr Knödler, Leiter des Wachkoma-Bereichs

Wenn du Lust hast, zu einem jungen und dynamischen Team dazuzustoßen und aktiv Veränderungsprozesse anzustoßen, freut sich das Team von Haus Schleusberg über deine Kontaktaufnahme!

Mehr Infos gibt's hier:
www.haus-schleusberg.de

Fotos: Mariele Neumann

„Humor wird bei uns auch gepflegt!“



Wir pflegen, betreuen und bieten:

- Pflegegrade 1 bis 5
- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege
- Seniorengerechtes Wohnen
- Beschütztes Wohnen (Demenz)
- Phase F – Wachkoma
- Intensivpflege
- Erkrankungen durch Psychotrope Substanzen
- Praxen für Ergo- und Physiotherapie

Verstärkung ist bei uns immer willkommen.

Wir suchen Pflege-Talente als:

WOHNBEREICHS-LEITUNG
für den beschützten Wohnbereich (m/w/d) in Voll- oder Teilzeit

PFLEGEFACHKRÄFTE
für Tag- und/oder Nachtdienst (m/w/d) in Voll- oder Teilzeit

außerdem:

GESUNDHEITS- UND PFLEGEASSISTENTEN
(m/w/d) in Voll- oder Teilzeit

PFLEGEHELFER
(m/w/d) in Voll- oder Teilzeit



Senioren- und Therapiezentrum
Haus Schleusberg
www.haus-schleusberg.de

Schützenstraße 2-8
24534 Neumünster
Telefon: (04321) 49 05 - 0
info@haus-schleusberg.de

Attraktives Gehalt!

TOP-Mitarbeiter-vorteile!

Jetzt bewerben!

Bewerbungen an:
einrichtungsleitung@haus-schleusberg.de

SUPERFOOD SANDDDORN

Leuchtend orange, erfrischend sauer und randvoll mit Nährstoffen: Sanddorn hat im September Saison. Die Beere bringt uns gut durch den Herbst – als Saft, Mus oder getrocknet, als Topping.

Sanddorn ist vor allem an der Küste zu Hause – und in der Herbstküche ein echtes Multitalent. Die Beeren liefern außergewöhnlich viel Vitamin C, deutlich mehr als Zitrusfrüchte, dazu Carotinoide, Vitamin E und sekundäre Pflanzenstoffe. Im Alltag lässt sich Sanddorn unkompliziert nutzen, wird aufgrund seines säuerlichen Geschmacks zumeist aber nur in verarbeiteter Form verzehrt: Ein Spritzer Sanddornsafft ins Mineralwasser ergibt einen herben, erfrischenden Durstlöcher. Als Mus verfeinert Sanddorn Joghurt, Porridge oder Pancakes; ein Löffel im Salatdressing bringt fruchtige Säure.

MULTITALENT: VON KÜCHE BIS KOSMETIK

Je nach Belieben kannst du die Früchte entweder vorsichtig selbst ernten und deinen eigenen Saft herstellen oder auf verzehrfertige Produkte zurückgreifen. Achte beim Einkauf auf reinen Saft oder reines Mus ohne Zuckerzusatz. Alternativ lassen sich die Früchte auch einfrieren und als Zugabe für Smoothies verwenden. Dank seiner entzündungshemmenden Eigenschaften wird Sanddorn übrigens auch in Pflegeprodukten eingesetzt; mit dem Saft der leuchtend orangefarbenen Beeren angereicherte Cremes und Öle können gereizte Haut beruhigen.

MINI-REZEPT: SANDDORN- INGWER-SPRITZER

200–250 ml Mineralwasser
2 EL Sanddornsafft (pur), 1 TL Honig
(optional) 2–3 Scheiben frischer Ingwer
Alles verrühren, mit Eiswürfeln
servieren – fruchtig
und vitaminreich.





SPORTLICH DURCHSTARTEN

Im **4Fun Fitness** gibt es im September gleich 2 tolle Aktionen.

TAGE DER OFFENEN TÜR

Am 22. und 23. September finden die Tage der offenen Tür statt. Die perfekte Gelegenheit, um sich ganz in Ruhe umzuschauen, beraten zu lassen und sich für ein neues Lebensgefühl zu entscheiden. An diesen Tagen zeigt dir das Team vom 4Fun Fitness die Anlage und berät dich, welches der vielen sportlichen Angebote am besten ganz individuell zu dir passt. Wer sich an diesen Tagen anmeldet, kann bis zu 199 Euro sparen!

MUSKELTRAINING IM HERBST

Außerdem steht der ganze Herbst im 4Fun Fitness unter dem Motto „Muskeltraining für ein gesundes Leben“. Warum gezieltes Muskeltraining so wichtig ist, erläutert Inhaberin Ilka Jürgensen gerne: „Es stärkt die Gelenke und lindert somit Beschwerden. Durch ein stärkeres Muskelkorsett werden Stürze verhindert und es entsteht eine höhere Reaktionsgeschwindigkeit. Es beugt Diabetes Typ II vor, stärkt das Immunsystem, beugt Osteoporose vor, fördert den Fettstoffwechsel und vieles mehr.“ Longevity (Langlebigkeit) ist ein Megatrend. Gesund Altern ist ein Bedürfnis, das immer mehr in den Fokus rückt und es wird eine neue Ära des Alterns eingeläutet. Wer testen möchte, ob Muskeltraining etwas für ihn oder sie ist, bekommt im 4Fun Fitness im September und Oktober ein Kurzabo: 6 Wochen für 79 Euro.

Weitere Infos und Vorträge zu diesen Themen gibt es im 4Fun Fitness, Kronshagener Weg 97, Kiel.



TAGE

DER OFFENEN

TÜR



MONTAG DIENSTAG

22. & 23. SEP.

Sparen Sie 199€*

* Bei Abschluss einer mind. 12-monatigen Mitgliedschaft



MEIN WOHLFÜHLCLUB

Kiel | Gettorf | Kappeln

4FUN-FITNESS.DE



AM 29. SEPTEMBER IST WELTHERZTAG

HÖR AUF DEIN HERZ!

Das Herz ist praktisch der Motor unseres Körpers. Umso wichtiger, dass wir auf dieses elementar wichtige Organ Acht geben. Der Weltherztag erinnert jedes Jahr am 29. September daran, wie wertvoll ein starkes Herz ist – und wie viel wir selbst dafür tun können.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind weltweit die häufigste Todesursache, doch viele Risiken lassen sich senken. Viele Gewohnheiten wirken unmittelbar auf die Herzgesundheit. Rauchen, erhöhter Blutdruck und hohe Blutfette, Bewegungsmangel sowie anhaltender Stress und Schlafmangel erhöhen das Risiko – oft unbemerkt. Wer diese Faktoren ehrlich prüft und an kleinen Stellschrauben dreht, gewinnt an Lebensqualität und senkt das eigene Erkrankungsrisiko.

BLEIB IN BEWEGUNG

Schon 150 Minuten moderater Bewegung pro Woche machen einen Unterschied. Zügiges Gehen, Radfahren oder Treppensteigen verbessern Blutdruck und Blutzucker und heben die Stimmung. Wichtig ist die Regelmäßigkeit: Plane dir feste Zeiten

ein, starte in kleinen Etappen und baue Alltagspausen bewusst aktiv ein.

HERZFREUNDLICHE KÜCHE

Eine mediterran geprägte Küche schützt das Herz. Setze auf viel Gemüse, Hülsenfrüchte, Vollkorn und Nüsse, koche mit Olivenöl und integriere regelmäßig Fisch. Rotes und verarbeitetes Fleisch, zuckerhaltige Getränke und stark verarbeitete Snacks sollten selten auf den Teller kommen. Ein bewusster Umgang mit Salz und das Begrenzen von Alkohol unterstützen zusätzlich.

REGELMÄSSIGE VORSORGE

Regelmäßige Kontrollen von Blutdruck, Blutzucker, Cholesterin und Taillenumfang helfen, Risiken früh zu erkennen. Gesetzlich Versicherte haben ab 35 Jahren alle drei Jahre Anspruch auf einen

Gesundheits-Check-up, der auch die Früherkennung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen umfasst. Nutze diesen Termin und besprich individuelle Fragen mit deiner Ärztin oder deinem Arzt. Brustdruck, Atemnot, kalter Schweiß sowie Schmerzen, die in Arm, Kiefer oder Rücken ausstrahlen, sind mögliche Alarmzeichen. Diese Beschwerden gehören umgehend ärztlich abgeklärt.

DEIN START AM 29. SEPTEMBER

Der Weltherztag ist eine gute Gelegenheit, ins Tun zu kommen: Plane einen Spaziergang, stelle den Einkaufszettel mediterran um und buche deinen Check-up. Jede Entscheidung in diese Richtung ist ein Plus für dein Herz – heute, morgen und langfristig. Weitere wertvolle Informationen rund um das Thema Herzgesundheit findest du unter: herzstiftung.de

3 BUCHTIPPS FÜR DEINEN ALLTAG

WOHLFÜHLWISSEN TO GO

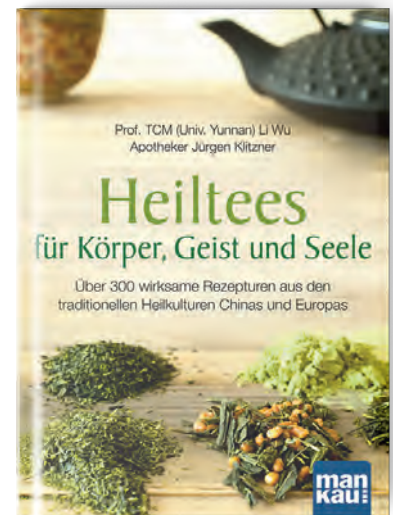
Du willst deinem Wohlbefinden einen kleinen Schubs geben – ohne gleich dein ganzes Leben umzukrempeln? Hier kommen drei Empfehlungen, die leicht in den Alltag passen: verständlich, praxisnah und angenehm undogmatisch. Einfach reinblättern, mitnehmen, was sich gut anfühlt – der Rest darf warten.



HANDBUCH TCM-ERNÄHRUNG

Noch nie wurde die Ernährung der Traditionellen Chinesischen Medizin so umfassend und anwenderfreundlich dargestellt. Vom Grundlagenwissen über die Ernährung in allen Lebensphasen bis zu Nachschlageregister und Rezepten. Das Mutter-Tochter-Autorinnenduo, Weggefährtinnen der TCM-Pionierin Barbara Temelie, teilt sein tiefes Wissen und ihren gesamten Erfahrungsschatz.

Beatrice und Franziska Trebuth:
Handbuch TCM-Ernährung,
Thieme Verlag, 400 S., 42 Euro



HEILTEES AUS OST & WEST

Die einzigartige Symbiose des Heilwissens aus Ost und West: Der renommierte TCM-Experte Prof. TCM Univ. Yunnan Li Wu und der Apotheker und Heilpflanzen-Experte Jürgen Klitzner führen die 5.000 Jahre alte chinesische Medizin und die fast 2.000 Jahre alten Kenntnisse aus der europäischen Kräuter- und Teebehandlung zusammen. Mit zahlreichen Rezepturen und Behandlungsempfehlungen.

Li Wu, Jürgen Klitzner: Heiltees für Körper, Geist und Seele,
Mankau Verlag, 239 S., 22 Euro

EINFACH GESUND

Der seit Jahren bewährte und nun grundlegend überarbeitete Gesundheitsratgeber ist praxisnah und anwenderfreundlich gestaltet und empfiehlt Heilmittel, die einfach zu beziehen und leicht anzuwenden sind – inklusive „Hildegard-Apotheke für Einsteiger“, Hinweisen zum richtigen Fasten und der wohlthuenden Lebensführung nach den sechs goldenen Lebensregeln, Frauengesundheit und gesunder Ernährung.

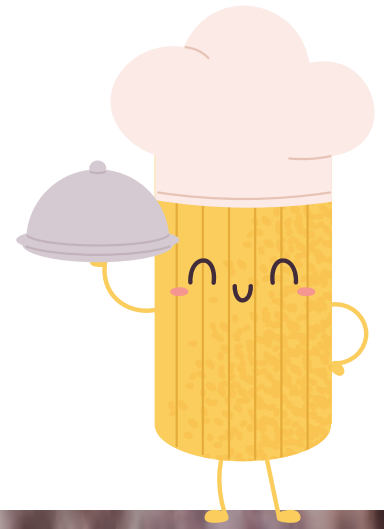
Brigitte Pregener: Einfach gesund.
Das Hildegard von Bingen Gesundheitsbuch,
Tyrolia Verlag, 352 S., 25 Euro



UNSERE LIEBSTEN NUDELGERICHTE

PASTA PREFERITA

Freu dich auf sechs köstliche Pastakreationen, die mit **unterschiedlichen italienischen Frischkäsesorten** zur Höchstform auflaufen. Buon appetito!



Zitronen-Stracciatella-Fettuccine mit Hähnchen

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Für 4 Personen:

- 1 Zucchini
- 1/2 Bund Petersilie
- 1 roter Peperoncino
- 1-2 EL Butter
- 50 g Semmelbrösel
- 500 g Hähnchenbrustfilet
- 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 400 g Fettuccine
- 300 g Stracciatella
- 1 Biozitron (abgeriebene Schale und Saft)
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Zucchini putzen, waschen und mit einem Spiralschneider zu dünnen Streifen verarbeiten. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Peperoncino waschen, entkernen und fein würfeln.

2 Die Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen, die Semmelbrösel darin goldbraun rösten. Die Pfanne vom Herd nehmen, gehackte Petersilie sowie gewürfelten Peperoncino untermengen, die Mischung dann beiseitestellen.

3 Fleisch trocken tupfen und in Streifen schneiden. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Fleisch darin anbraten. Inzwischen die Fettuccine nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen.



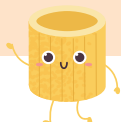
4 Die ungegärten Zucchiniestreifen in ein Sieb geben, die Fettuccine darüber abgießen, dabei etwas Pastakochwasser auffangen. Zucchini und Fettuccine zurück in den Topf geben und mit Stracciatella sowie Zitronenschale und -saft vermengen.

Ggf. etwas Kochwasser unterrühren. Die gebratenen Hähnchenstreifen untermengen, alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pasta auf Tellern anrichten und mit der Bröselmischung garniert servieren.

LIEBLINGSZUTAT

Stracciatella

„Stracciato“ bedeutet „zerrissen“ und beschreibt die Herstellung des Käses, bei der Mozzarellafäden mit Sahne vermengt werden. Diese Kombination verleiht ihm eine cremige Konsistenz und einen milden Geschmack.





Casarecce mit Rucolapesto, gebratenen Auberginen & Burrata

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Für 4 Personen:

- 75 g Pinienkerne**
- 2 mittelgroße Auberginen**
- 125 g Rucola**
- 1 Knoblauchzehe**
- 12 EL natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Beträufeln**
- 30 g frisch geriebener Parmesan**
- 400 g Casarecce**
- 2 Kugeln Burrata (à 150 g)**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anrösten. Herausnehmen und abkühlen lassen. Die Auberginen waschen, putzen und grob würfeln. Die Würfel rundherum mit etwas Salz bestreuen und 10 Minuten ruhen lassen.

2 Inzwischen Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Etwas zum Garnieren beiseitelegen, den Rest in ein hohes, schmales Gefäß geben. Knoblauch schälen, grob würfeln und zum Rucola geben. 8 EL Öl und 2/3 der Pinienkerne hinzufügen und alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Parmesan unterrühren und das Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3 Die Casarecce nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Auberginenwürfel trocken tupfen und im übrigen Öl anbraten. Casarecce abgießen, etwas Kochwasser auffangen

und die Casarecce zurück in den Topf geben. Pesto mit Kochwasser bis zur gewünschten Konsistenz glatt rühren, mit Casarecce und Auberginenwürfeln vermengen. Burrata abtropfen lassen und jeweils halbieren. Pasta auf Teller verteilen, je 1 Burratahälfte daraufsetzen, leicht salzen und pfeffern. Pasta mit Rucola und Pinienkernen toppen und mit etwas Olivenöl beträufelt servieren.

LIEBLINGSZUTAT

Burrata

Der aus Apulien stammende Filatakäse besteht traditionell aus Kuhmilch. Die äußere Schicht von Burrata ist glatt und fest, während der Kern weich und eher fließend ist. Der Geschmack ist mild, sahnig und leicht süßlich.



Caprese-Lasagne mit Büffelmozzarella

Zubereitungszeit: 70 Minuten

Für 4 Personen:

- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel
- 5 Stiele Majoran
- 400 g gegrillte Paprika in Lake (Glas)
- 4-5 Strauchtomaten
- 4 Kugeln Büffelmozzarella (à 125 g)
- 3 EL natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 2 EL Tomatenmark
- 400 g passierte Tomaten (Dose)
- ca. 12 Lasagneplatten
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Knoblauch und Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Majoran waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Die gegrillte Paprika abtropfen lassen und grob schneiden. Tomaten waschen und in dünne Scheiben schneiden. Den Mozzarella gut abtropfen lassen und ebenfalls in Scheiben schneiden.

2 Das Olivenöl in einem kleinen Topf erhitzen, Knoblauch und Zwiebel darin andünsten. Majoran und Tomatenmark hinzufügen und kurz mit anrösten. Dann gegrillte Paprika und passierte Tomaten in den Topf geben. Alles aufkochen, mit etwas Salz und Pfeffer würzen und 4-5 Minuten köcheln lassen, dabei zwischendurch gelegentlich umrühren.

3 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Etwas Soße in eine gefettete Auflaufform geben. Lasagne-

platten, Tomaten- und Mozzarellascheiben sowie Soße abwechselnd in die Auflaufform schichten, bis die Zutaten aufgebraucht sind, dabei mit Tomaten und Mozzarella abschließen. Die Lasagne im vorgeheizten Backofen in 35-40 Minuten goldbraun backen, ggf. die Oberfläche abdecken. Die Lasagne aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen, dann in Stücke schneiden und servieren.

LIEBLINGSZUTAT

Büffelmozzarella

Die Variante des klassischen Mozzarellas, die ursprünglich aus Kampanien stammt, wird aus der Milch von Wasserbüffeln hergestellt. Diese lässt den cremigen, weichen Käse sehr intensiv und leicht säuerlich schmecken.



Piperigate-Pfanne mit Robiola, Hack und Brokkoli

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Für 4 Personen:

- 1/2 Bund Frühlingszwiebeln
- 500 g Brokkoli
- 400 g Pipe rigate
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 500 g gemischtes Hack
- 200 g Robiola
- 1/2 TL Chiliflocken, nach Belieben
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Brokkoli putzen, in kleine Röschen teilen und waschen. Dann in kochendem Salzwasser 4–5 Minuten blanchieren, in ein Sieb abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.

2 Die Pipe rigate nach Packungsangabe in einem Topf in kochendem Salzwasser al dente garen. In der Zwischenzeit das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Das Hackfleisch darin unter gelegentlichem Wenden rundherum goldbraun und krümelig braten. Die Frühlingszwiebeln und den blanchierten Brokkoli dazugeben und kurz mitbraten.

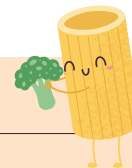
3 Den Robiola-Käse in grobe Würfel schneiden. Die Pipe rigate in ein Sieb abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen. Die Nudeln tropfnass in die Pfanne zur Gemüse-Hack-Mischung geben. Die Robiolawürfel sowie etwas heißes Pastakochwasser dazugeben und alles vorsichtig durchschwenken, sodass der Käse ein wenig schmilzt. Die Piperigate-Pfanne mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken, dann auf Teller verteilen. Das Pastagericht nach Belieben mit einigen Chiliflocken bestreuen und sofort servieren.

TIPP: Alternativ zum Hackfleisch kannst du nach Belieben 4 Salsicce in breite



Scheiben schneiden und ohne Zugabe von Fett langsam bei mittlerer Hitze in einer beschichteten Pfanne goldbraun braten. Die italienische Bratwurst ist in verschiedenen Varianten erhältlich: klassisch mit Fenchelsaat oder auch in einer scharfen Version mit Peperoncino. Nach dem Anbraten der Wurstscheiben wie im Rezept beschrieben weiter vorgehen.

LIEBLINGSZUTAT



Robiola

Der leicht körnige, streichfähige Frischkäse aus dem Piemont und der Lombardei wird aus Kuh-, Ziegen- und Schafsmilch hergestellt. Er hat einen würzigen Geschmack, der je nach Reifegrad intensiver werden kann.



'Nduja-Mascarpone-Penne

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Für 4 Personen:

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Fenchelknollen
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 250 g 'Nduja
- 2 EL Tomatenmark
- 400 g Tomaten (Dose)
- 400 g Penne
- 250 g Mascarpone
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Fenchelknollen putzen. Das Grün grob hacken und zum Garnieren beiseitelegen. Die Knollen der Länge nach in dünne Streifen schneiden, waschen und gut abtropfen lassen.

2 Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebel, Knoblauch sowie Fenchelstreifen darin andünsten. 'Nduja hinzufügen, mit dem Kochlöffel leicht zerdrücken und mitbraten, bis sie zu schmelzen beginnt. Das Tomatenmark unterrühren und kurz anrösten, dann alles mit den Dosentomaten ablöschen. Aufkochen lassen und alles 8–10 Minuten köcheln lassen. Ggf. etwas Wasser hinzufügen.

3 In der Zwischenzeit die Penne nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Mascarpone unter die 'Ndujasoße rühren und diese mit etwas Salz und Pfeffer ab-

schmecken. Die gegarten Penne in ein Sieb abgießen und tropfnass untermen-gen. Die Pasta auf Teller verteilen, mit dem beiseitegelegten gehackten Fenchelgrün garnieren und das Gericht sofort servieren.

TIPP: 'Nduja ist eine pikante streichfähige Wurst aus Kalabrien, die aufgrund ihres Fettgehalts beim Erhitzen schmilzt.

LIEBLINGSZUTAT



Mascarpone

Der reichhaltige Klassiker wird aus Sahne hergestellt, die durch Zugabe von Zitronensäure oder Essig gesäuert und dann erhitzt wird, bis sie dickflüssig ist. Nach dem Auskühlen und Abtropfen entsteht der milde Frischkäse.

Cremige Ricotta-Erbsen-Capellini mit Pancetta

Zubereitungszeit: 35 Minuten

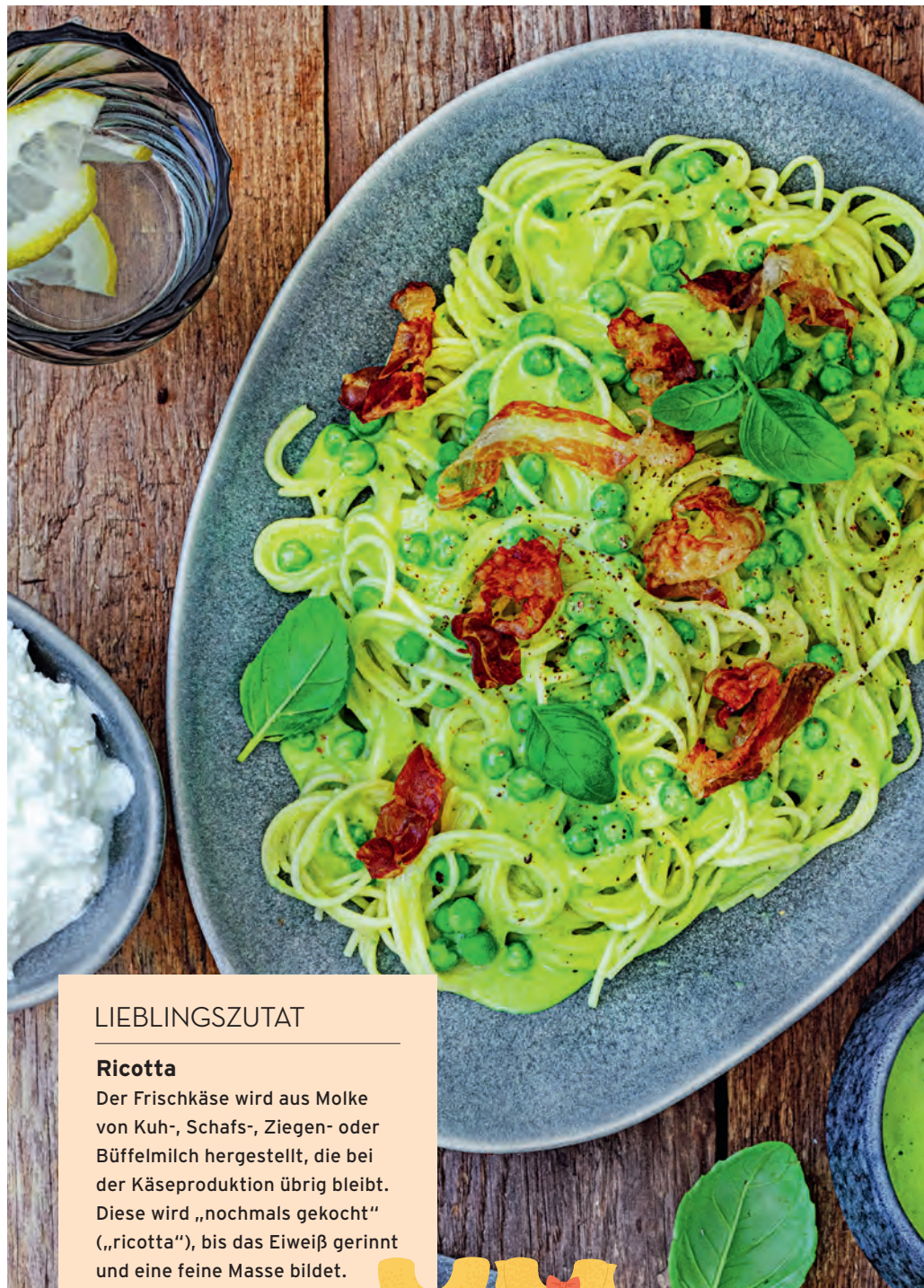
Für 4 Personen:

- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 1/2 Bund Basilikum
- 150 g Pancetta in dünnen Scheiben
- 500 g gepaltete Erbsen (alternativ TK-Erbsen)
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 400 g Capellini
- ca. 400 ml heiße Gemüsebrühe
- 250 g Ricotta
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Schalotten und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen. Den Pancetta in grobe Streifen schneiden.

2 Die Erbsen in kochendem Salzwasser 3–4 Minuten blanchieren. Dann in ein Sieb abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, den Pancetta darin rundherum goldbraun und knusprig anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Inzwischen die Capellini nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen.

3 Das restliche Öl in einem Topf erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin andünsten. Die Hälfte der abgetropften Erbsen hinzufügen und kurz mitdünsten. Die heiße Gemüsebrühe dazugießen, alles einmal aufkochen, dann den Ricotta sowie die Hälfte des Basilikums unterrühren und die Mischung vorsichtig mit dem Stabmixer pürieren. Bei Bedarf etwas mehr Gemüsebrühe untermixen, dann die übrigen Erbsen unterrühren. Die Soße mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.



LIEBLINGSZUTAT

Ricotta

Der Frischkäse wird aus Molke von Kuh-, Schafs-, Ziegen- oder Büffelmilch hergestellt, die bei der Käseproduktion übrig bleibt. Diese wird „nochmals gekocht“ („ricotta“), bis das Eiweiß gerinnt und eine feine Masse bildet.

4 Die Capellini abgießen und tropfnass unter die Erbsen-Ricotta-Soße mengen. Das Pastagericht auf Teller verteilen, mit dem restlichen Basilikum und dem gebratenen Pancetta toppen und servieren.

TIPP: Anstelle von Erbsen bietet sich auch Babyspinat sehr gut für dieses leckere Pastagericht an. Einen Teil davon kurz mit dem Stabmixer mitpürieren, den Rest in der Ricottasoße zusammenfallen lassen.



Diese und viele weitere Rezepte gibt's in der aktuellen Ausgabe der So is(s)t Italien. Erhältlich im Zeitschriftenhandel oder unter www.falkemedia-shop.de.

So isst Italien Club

Italien fühlen, schmecken, erleben – mit mir, Serena

Das erwartet dich im Club:



Italien auf deinem Teller
Originalrezepte aus allen
Regionen – echt & köstlich!



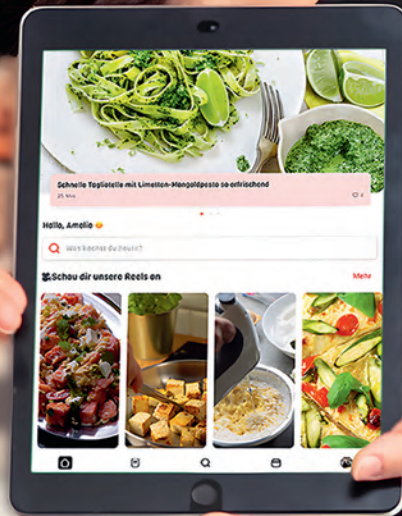
Koch mit mir – ganz einfach
Italienisch kochen mit meinen
Rezeptvideos und Tipps



Italien entdecken & genießen
Geheimtipps für Regionen,
Städte und Genussreisen



Dein digitaler Genussplan
Magazine, Wochenpläne und
Lieblingsrezepte immer dabei



„Ich bin Serena Loddo und liebe die
italienische Küche. Als Italienken-
nerin & Genussexpertin bin ich im
So isst Italien Club an deiner Seite.“

NUR JETZT:

1 Jahr Italien-Gefühl
für nur **19,99 €*
(statt 49,99 €)**

**60%
RABATT**

**Starte jetzt und hole dir
Bella Italia in deine Küche!**
www.soisstitalien.de/kennenlernangebot

*Im ersten Jahr, danach 49,99 €/Jahr



WEIHNACHTSFEIERN & CO. MASSGESCHNEIDERTESCATERING

Weihnachtsfeier schon in Planung – aber bitte ohne schnödes Stehbuffet? Speis & Dank Catering baut dir und deinem Team ein festliches Winterdorf mit allem, was Laune macht. Ab 150 Personen sorgen verschiedene Foodstationen für lockeres Schlendern statt Schlangestehen. Schnapp dir würzigen Glühwein oder Punsch, nasche gebrannte Mandeln und wähle nach

Lust: Spätzle? Oder lieber Holsteiner Rübenmus? Das Beste: Das Angebot passt sich dir an. Speis & Dank hört zu, berät und plant mit Erfahrung. Location noch unklar? Das Team hilft bei der Auswahl und bringt auf Wunsch Kooperationspartner mit, die mit Deko, Licht und Co. sogar Orte feierlich machen, die zunächst ungeeignet wirken. Kulinarisch bleibt's klassisch, mit kreativem Twist: traditionelle Weihnachtsgerichte neu gedacht. Klingt nach deinem Fest? Infos und Kontakt:

Speis & Dank Catering
Beselerallee 38, Kiel
Tel.: 01520 / 850 916 5
<https://speisunddank.de/Get-in/>

KOHL-KÜCHE 5 GUTE GRÜNDE

Kohl ist so ein großartiges Gemüse, dass ihm gleich ein ganzes Fest gewidmet wird: die Dithmarscher Kohltage. Vom 16. bis zum 21. September 2025 wird der Star der Region erneut gebührend gefeiert, denn Kohl bringt weit mehr als nur guten Geschmack auf den Teller ...

Regional & nachhaltig:

Im feuchten, milden Westküstenklima wächst Kohl fast ohne Pflanzenschutz. Kurze Transportwege schonen zudem die Umwelt.

Nährstoff-Power:

Viel Vitamin C und K, Ballast- und Mineralstoffe, Antioxidantien; Senföle geben Aroma und unterstützen das Immunsystem.

Vielseitig & lecker:

Perfekt zu Fisch, Fleisch, Wild – oder rein pflanzlich. Als Beilage, Suppe oder Hauptgericht: geht alles.

Gut für den Darm:

Ballaststoffe stabilisieren den Blutzucker, machen lange satt und bringen die Verdauung in Schwung.

Leicht & sättigend:

Rund 25 kcal pro 100 g – herzhaft genießen ohne viele Kalorien.



Foto: Adobe Stock

**Wir
sind wieder
da!**

Wir haben die Zeit genutzt, um unser Restaurant für Sie noch schöner zu gestalten. Nach einem Monat Umbau sind wir ab dem **29.08.** wieder wie gewohnt für Sie da – mit neuer Atmosphäre und bewährtem Geschmack.

HERZLICH WILLKOMMEN IM

FUEGO DEL SUR

In unserem Restaurant bieten wir nicht nur erstklassige argentinische Steaks vom Holzkohlegrill, sondern auch eine vielfältige Auswahl an internationalen Gerichten. Neben unseren argentinischen Steaks, dem legendären Lava-Steack, köstlicher Pizza und unwiderstehlichen Fischgerichten bieten wir jetzt auch frühlingshafte Spezialitäten an, wie zum Beispiel gefüllte Ravioli mit Steinpilzen und Trüffel-Sahne-Sauce oder Crespelle, also hausgemachte Pfannkuchen, mit Spinat, Ricotta und Trüffel-Sahne gefüllt und mit Käse überbacken. Unser Restaurant ist ein Ort, an dem Geschmacksgrenzen verschwimmen und Genießer aller Art willkommen sind – von Familien bis Feinschmeckern. Erleben Sie bei uns kulinarische Vielfalt in gemütlicher Atmosphäre.

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

Wir sind jetzt
auch Montags wieder
für Sie da!

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

Feiern Sie bei uns Hochzeiten,
Geburtstage, Feiern mit Buffet



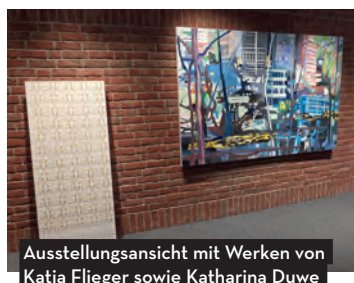
www.fuegodelsur.com



Corinne Wasmuht
– Transverse XXL, 2011 © Corinne Wasmuht



Ulrike Ottinger – Allen Ginsberg, 1966
© Matthias Kolb, Berlin



Ausstellungsansicht mit Werken von
Katja Flieger sowie Katharina Duwe

Foto: Heiko Buhr

MALEREI TRIFFT KERAMIK/OBJEKTE

In „Urban Rhythms and the City's Pulse“ werfen Katharina Duwe und Katja Flieger einen jeweils eigenen Blick auf das Thema Großstadt. In ihren Bildern präsentiert Katharina Duwe Großstadtansichten, wobei keine bestimmte Stadt gezeigt wird. Es sind verzerrte Ansichten, die ihren ganz eigenen Reiz ausstrahlen. Katja Flieger wiederum folgt Spuren und Strukturen der bzw. in den Großstädten. So bildet sie etwa Reifenspuren ab oder in Keramik gestaltete Hinweisschilder.

bis 26. September •

Sparkassen- und Giroverband

KIELER KUNSTHALLE ZU GAST IN DER GERISCH-STIFTUNG

BREITE KÜNSTLERISCHE PALETTE

In einem Kooperationsprojekt zeigen die Kunsthalle zu Kiel und die Gerisch-Stiftung in Neumünster aktuell die Ausstellung „Von Lovis Corinth bis Corinne Wasmuht“.

Die Kunsthalle zu Kiel ist bekanntlich seit dem 25. September 2023 wegen einer umfassenden Sanierung für mehrere Jahre geschlossen. Für die Übergangszeit hat sich das Kunsthallen-Team aber vorgenommen, Teile der Sammlung an anderen Orten zu präsentieren – so wie in der Gerisch-Stiftung in Neumünster. Hier erwarten dich 55 ausgewählte Werke aus der Sammlung der Kunsthalle zu Kiel, die als Dauerleihgaben vom Kunsthallen-Stifterkreis stammen. In der Villa Wachholtz treffen im Themenraum „Menschenbilder“ Porträts verschiedener Epochen aufeinander – etwa Lovis Corinth's „Frau auf Gartenbank“ (1911) und Georg Baselitz' „Schwarzer Akt“ (1973).

Weitere Räume widmen sich Dynamik und Gestik, Kontemplation und Meditation. Eine Auswahl an Arbeiten auf Papier, darunter von Maria Lassnig und Arnulf Rainer, wird in einem abgedunkelten Raum präsentiert. Die Remise gibt über eine wandfüllende Chronologie Einblicke in die Geschichte des Stifterkreises, während in der Gerisch-Galerie jüngere Erwerbungen von Künstlerinnen wie Miriam Cahn, Annette Kelm oder Ulrike Ottinger gezeigt werden, die sich mit Themen wie Flucht, Krieg und totalitären Regimen auseinandersetzen und damit bedrückend aktuell sind.

bis 12. Oktober •

Herbert Gerisch-Stiftung in Neumünster



Foto: Alexander Torday

Der Kieler Maler und Grafiker Alexander Torday präsentiert in seiner Werkstatt in der Wilhelms-haver Str. 6 (Hof) politische Malerei

KIELER ATELIERTAGE

Die Kieler Ateliertage sind mittlerweile ein fester Bestandteil des Kunstjahres an der Förde geworden. In diesem Jahr öffnen am 27. und 28. September jeweils von 11 bis 18 Uhr (teilweise abweichend) bei freiem Eintritt 87 Ateliers, Galerien und Werkstätten an 54 Orten ihre Türen. Du kannst dich mit den Kunstschaffenden ins Gespräch vertiefen, dir die jeweiligen Arbeitsweisen erklären lassen oder auch einfach nur die präsentierten Werke anschauen. Auf der Webseite und im Programmheft sind alle teilnehmenden Ateliers, Galerien und Werkstätten aufgeführt.

27. und 28. September • Kiel und Umland



Foto: Carina Jirsch

Jens Rausch – Gelichtetes Forstwerk
(Öl, Kalk, Erden, Bitumen auf Leinwand)

DURCHFÖRSTUNGEN

Unter dem obigen Titel gibt die Galerie Brennwald einen Einblick in das Werk von Jens Rausch. Zunächst bringt der Künstler Materialien wie Asche, Pflanzenteile, Bitumen, Erden, Kalk oder Harz auf die Leinwand und setzt damit chemische Prozesse in Gang, um die entstehenden Strukturen anschließend mit Messern und scharfen Werkzeugen zu „durchforsten“. Mit dieser Art einer „kreativen Zerstörung“ bringt er feine Verästelungen, Stämme und Licht ins Werk. Der Künstler ist am 24. und 27. September sowie zum Künstlergespräch am 10. Oktober vor Ort.

24. September bis 26. Oktober •

Galerie Brennwald

BUCHTIPPS FÜRS SOFA



LAURA WINDMANN

DER TOTE IM WATTENMEER

Ebbe Knudsen, ehemaliger Privatdetektiv und von seiner Frau verlassen, ist als Endfünfziger und Vorruchständler auf seine Heimatinsel Pellworm zurückgekehrt. Dort arbeitet er ehrenamtlich als Deichschützer. Nun ja, wie es so ist, bei einer Wattbegehung findet er eine Leiche. Die ist allerdings arg mitgenommen und auch als tiefgefrorenes Ding schon ein paar Jahrzehnte alt. Gemeinsam mit Inselkriminalistin Marret Knudsen, nicht verwandt oder verschwägert, geht er auf Täter*insuche. Zugleich flammt seine Liebe zu Kaya, der Kojenhaus-Wirtin, wieder auf. Und bei der kommt ohnehin so eine richtige Inselclique regelmäßig zusammen. Humorvoller, mit viel norddeutschem Kolorit versehener Krimi.

Laura Windmann: Der Tote im Wattenmeer, Ellert & Richter Verlag, 248 Seiten, 14,95 Euro

JINA KHAYYER

IM HERZEN DER KATZE

Dieses Buch belegt, warum Literatur so wichtig und großartig ist. Literatur geht weiter als jedes Sachbuch. Sie verbindet Geschichte mit Emotionen und durch die Empathie verbinden wir uns mit den Ereignissen sowie Charakteren. „Im Herzen der Katze“, weil Iran als geografische Kontur dem Bild einer Katze ähnelt. Aber auch, weil die Katze der Legende nach mehrere Leben haben soll. Es gibt mehrere Leben, die wir durch diese Lektüre erfahren. Das ganz intime, persönliche und das öffentliche. Anhand mehrerer Generationen iranischer Frauen beschreibt die Autorin die Geschichte von Exil, Unterdrückung, Freiheit und Emanzipation.

Jina lebt in Frankreich. Eines Abends scrollt sie durch die sich stets aktualisierenden Bilder und Beiträge auf Instagram. Die kurdische Iranerin Jina Mahsa Amini wurde von der iranischen Sittenpolizei ermordet. Die Sittenpolizei hielt sie zuvor an, angeblich wegen „unislamischer Kleidung“ und die spätere Todesursache ist auf die Polizeigewalt zurück-

TIPP
DER BUCHHANDLUNG
ALMUT SCHMIDT

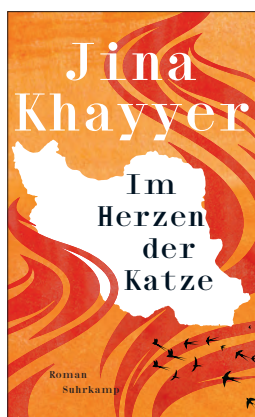


zuführen. Diese Nachrichten rufen im Iran große Empörung wegen der täglichen Gewalt gegen Frauen und Minderheiten aus. Der Protest wird lauter und geht auf die Straße. Darunter auch die Schwester der Erzählerin. Sie versucht durch die auf sie einfließenden Bilder das Gegenwärtige zu fassen und beginnt sich zu erinnern. Eine Reise in die Vergangenheit beginnt.

„Im Herzen der Katze“ erinnert an die Werke von Nassir Djalali oder Rasha

Khayat. Ein intensives und spürbares Buch, das auch den Lebenswitz mit einbezieht. Ein sinnlicher Roman, der Mut zeigt und viele Gedankenprozesse anregt.

Jina Khayyer: Im Herzen der Katze, Suhrkamp Verlag, 253 Seiten, 25 Euro, www.buchhandlung-friedrichsort.de, www.leseschatz.com



DANIEL GLATTAUER

EINE BESONDERE BEGEGNUNG

Eduard Brünhofer, Autor von sehr erfolgreichen Liebesromanen, leidet an einer Schreibkrise und hat schon zehn Jahre lang kein Buch mehr veröffentlicht. Nun sitzt er in einem Zug, der ihn von Wien nach München bringen soll, wo ihn offenbar ein unschöner Termin erwartet. In dem Abteil, in dem sein Sitzplatz reserviert ist, befindet sich noch eine weitere Person, nämlich die Therapeutin Catrin Meyr, die ebenfalls nach München unterwegs ist. Zunächst beobachtet Brünhofer die gut aussehende Frau verstohlen, dann kommen sie ins Gespräch. Doch anders als Brünhofer erwartet, erkennt sie in ihm nicht gleich den bekannten Schriftsteller. Als er ihr seine Identität offenbart, entspinnt sich ein Dialog, bei dem Catrin Eduard immer weitergehender ausfragt. Es geht um die Liebe, ums Schreiben, seine Karriere, seine jahrzehntelange Ehe, seine Tochter, um Sex und vieles mehr. Was als unscheinbare Unterhaltung beginnt, entspinnt sich zu einer Generalbetrachtung seines Lebens – und das sowohl gemeinsam mit Catrin im Gespräch, als auch gedanklich in seinem Inneren, wobei Widersprüche ans Licht kommen. Und während so Eduard mit sich selbst konfrontiert wird, fragt er sich die ganze Zeit, was Catrin eigentlich von ihm will. Da soll er eine ziemliche Überraschung erleben in diesem großartigen Roman von Daniel Glattauer.

Heiko Buhr

Daniel Glattauer: In einem Zug, Dumont Buchverlag, 208 Seiten, 23 Euro

CLAN OF XYMOX

Seit den 80ern prägen „Clan of Xymox“ die Dark-Wave-Szene und zählen bis heute zu ihren einflussreichsten Vertretern. Mit über 30 Alben und unzähligen Konzerten rund um den Globus haben sie eine treue Fangemeinde aufgebaut und prägen Generationen. Songs wie Louise, A Day oder Medusa gehören längst zu den Klassikern des Genres. Die Band um Ronny Moorings übersetzt alles Beunruhigende und Aufwühlende dieser Welt in düstere, zugleich heilsame Klänge. Ihre Konzerte sind intensiv, atmosphärisch dicht und ein fesselndes Erlebnis, das dunkle Tage in musikalische Ekstase verwandelt. Tickets gibt's an allen bekannten VVK-Stellen sowie unter www.logohamburg.de für 28 Euro zzgl. Gebühren.

5. September, 20 Uhr • LOGO, Hamburg



Foto: Clan of Xymox

MARTINA BEHM: HIER DRAUSSEN



Mit „Hier draussen“ legt die Journalistin und international erfolgreiche Strickdesignerin Martina Behm ihren ersten Roman vor – eine scharf beobachtete, humorvolle und zugleich berührende Geschichte über das Leben auf dem Land und die Sehnsucht nach Zugehörigkeit. Als Ingo und Lara von der Großstadt ins holsteinische Dorf ziehen, prallen Er-

wartungen und Realität schmerzhaft aufeinander – ein Unfall mit einer weißen Hirschkuh setzt eine Kette von Ereignissen in Gang, die die Dorfgemeinschaft aufrüttelt. Der Eintritt kostet 15 Euro. Mehr Infos auf www.stadtbuecherei-preetz.de.

**9. September, 19.30 Uhr
Klosterkirche, Preetz**



Foto: Sabine Braundt



Foto: Agentur Waldmeister

GERRIT HOSS & BAND

Gerrit Hoss verbindet modernes Songwriting mit plattdeutscher Sprache und norddeutschem Charme. Als Sänger, Gitarrist und Moderator hat er sich längst einen festen Platz in der Musikszene des Nordens erspielt – bekannt von der Band Godewind ebenso wie durch seine Arbeit beim NDR. Mit seinem aktuellen Album „Wind vun achtern“ präsentiert er eigene Songs, die frische Popklänge mit heimatlichen Gefühlen verbinden. Live überzeugt Hoss mit lockerer Moderation, Spontanität und der Einbindung des Publikums – ob groovige Nummern zum Mitsingen, ruhige Balladen oder Godewind-Klassiker: Man darf sich auf ein Konzert voller Ohrwürmer und guter Laune freuen.

13. September, 16 Uhr • Haus Kana, Kropp

ROCKO SCHAMONI

Zum 40. Bühnenjubiläum liest Rocko Schamoni im Rahmen des Flensburger Sommers am 7. September im Kühlhaus. Seit seinen ersten Konzerten 1985 im Vorprogramm der „Goldenen Zitronen“ als Roddy Dangerblood – später als „King Rocko Schamoni“ – prägt er die deutsche Popkultur. Mit Bands wie „Little Machine“, „Studio Braun“ oder „Fraktus“, diversen Romanen, Theaterstücken und dem legendären „Golden Pudel Club“ verbindet er Musik, Literatur und Humor zu einzigartiger Kunst. Mehr Infos und Tickets für 28,20 Euro zzgl. Gebühr gibt's unter www.kuehlhaus.net.

7. September, 20 Uhr • Kühlhaus, Flensburg



Foto: David Königsmann

LÜBBERTY

Die drei haben sich gesucht und gefunden. Arne Lübbert, Anne Diedrichsen und Lars Hansen (v. li.) bringen frischen Wind auf die Ohren. Ausprobieren, Grenzen dehnen, Neues entdecken, zusammen klingen und sich dabei aufeinander verlassen können – so entsteht melodische Musik, die sich nicht so recht in eine Schublade stecken lassen will. Ausgefeilter Sound, bedingungsloses Zusammenspiel und dazu Eigenkompositionen, die von sphärischen Klängen über straighten Swing hin zu tighten Grooves einiges im Gepäck haben. Im Rahmen der Sommerkonzerte treten Lübberty am 6. September im Freibad Osterrönnfeld auf. Der Eintritt ist frei.

6. September, 19 Uhr • Freibad, Osterrönnfeld

Foto: Lübberty



Foto: Axel Schön

MON MARI ET MOI

Shakti und Mathias Paqué sind „Mon Mari et moi“: humorvolle Liedermacher aus dem Pfälzer Wald, die „Kleinkunst-Pop“ spielen. Ihre eigenwilligen Songs handeln von Provinzmädchen, Gute-Laune-Verbreitern oder Tanzflächenrandsitzern. Mal dadaistisch, mal melancholisch erzählen sie Geschichten voller Charme und Witz. Zwischen Autoharp, Gitarre und Pianica entsteht ein Sound, der ein kleines Schlupfloch aus dem Alltag bietet und das Publikum mit unerwarteten Wendungen zum Lachen bringt. Mehr Infos und Tickets für 18 Euro unter www.kulturladen-leuchtturm.info.

12. September, 20 Uhr • Kulturladen Leuchtturm, Kiel

SWATTSCHAP OP WITTSCHAP

Das berühmt-berüchtigte Hof-Festival mit dem unaussprechlichen Namen „Swattschap op Wittschap“ geht in die vierte Runde und lädt zu einer Kulturveranstaltung

vom Feinsten ein. Es darf sich auf Spiel und Spaß für Groß und Klein, Cocktails, Bio-Wildwuchs-Bier, Pizza mit hofeigenem Gemüse, leckerem Grillgut, viel Kuchen, tolle Bands und DJs, Hofführungen, Ponyreiten, Kinderschminken, Mitmachzirkus und Feuershow gefreut werden. Musikalisch gibt's Kinderlieder von Lennart, Pop-Klassiker der One Night Band und handgemachte Musik von Singer-Songwriter Julius Krebs. Schubi Straßenfeger sorgt mit den Borstigen Banditen für einen wilden Mix aus Cumbia, Tango, Punk und Anarcho-Schlager. Der Eintritt ist frei. Mehr auf www.wittschap.de.

6. September, ab 15 Uhr
Hof Wittschap, Kiel



STRASSENMUSIKFESTIVAL BADABOOM

Sieben Spielorte, 42 Auftritte, sechs Stunden Live-Musik: Das Straßenmusikfestival BaDaBoom verwandelt Neumünsters Innenstadt in eine große Bühne. Musiker*innen verschiedenster Genres bringen ein vielseitiges Programm von Folk bis Pop. Familienfreundlich, spontan und voller Begegnungen bietet das Festival jedes Jahr neue Entdeckungen. Von Straßenbands bis Singer-Songwriter – hier trifft man auf Musik mitten im Leben, improvisiert und unmittelbar, ein Erlebnis für die ganze Stadt.

13. September, 11-17 Uhr • Innenstadt, Neumünster

BaDaBoom Festival



Foto: Jan Ziegler

HÖRBIE SCHMIDT BAND

Die Hörbie Schmidt Band feat. Lili Czuya sorgen für eine frische Brise zwischen Rock, Blues, Funk und Jazz, dazu kommen gefühlvolle Balladen. Hörbie Schmidt – Sänger, Gitarrist, Texter und Komponist – gilt als Ikone der Popmusik aus dem hohen Norden und führt mit Witz und Charme durch ein buntes Programm. Dich erwarten Texte über Lust, Liebe und Leidenschaft, zwischen Anspruch und Wirklichkeit, Himmel und Hölle sowie zwischen Illusion und Vision: mal heiter-ironisch, mal träumerisch und immer klar und direkt. An den Instrumenten steht die Crème de la Crème der Hamburger Musikszene.

5. September, 20 Uhr • Lutterbeker, Lutterbek



DAS GEHT AB IM BAU

- 05.09.** / Ben Diggin - eclectic grooves
- 12.09.** / Karo Bube - 80's disco
- 20.09.** / Bingo - mit den Bingobären
- 26.09.** / Pow Pow - Bass, Rap, Classics
- 03.10.** / Johnny Reggae - Reggae, Rocksteady, Ska
- 11.10.** / Palenke Chillout Chor
- 17.10.** / 2. Dachs-Kniffel-Meisterschaft
- 31.10.** / Ghostbadgers - Halloweenvergnügen
- 22.11.** / Schön und Besoffen - mit Beauty on fleek

JEDE WOCHE, IMMER!

SKAT Jeden 1. Montag im Monat
alle Level - Solospieler willkommen
(01.09., 06.10., 03.11., 01.12.)

5 Würfel und ein Becher
AKA Kniffeldienstag - für jeden Kniffel
gibt's einen Schnaps aufs Haus

Fo' sprizzle
Am Mittwoch gibt es alle Spritzgetränke für 7 €,
Aperol, Limoncello und Pampelle



Waitzstraße 91

zumfrechendachs.de / Party Im Bau 0431 12 84 17 64

RUDELPLATZ FÜR NACHTEULEN

Seit 2024 ist im ehemaligen Hanging Garden in der Waitzstraße 91 „Zum Frechen Dachs“ zu Hause. Der Name ist Programm: nachtaktiv, gesellig, ein bisschen frech. Kaya Schenk hat die Räumlichkeiten aufwendig saniert und gemeinsam mit ihrem Team ein farbenfrohes Kneipen-Paradies geschaffen. Kurzum: buntes Publikum, vielfältige Drinks, coole Events. Dienstags wird gekniffelt, Skat gibt's jeden ersten Montag im Monat, im Herbst legen DJs auf und am Wochenende laufen Specials wie „Schön-und-Besoffen“. Zwischen Nägel machen und Brauen zupfen läuft dann der Prosecco-Hahn auf Hochtouren. Hier kommt der Secco nämlich direkt vom Fass. Am Hahn rotieren unter anderem Biere der Dachsbrauerei bei Lüneburg. Eine starke Cocktailkarte, gute Weine und viele alkoholfreie Optionen sind gesetzt. Wichtig ist Kaya und ihrem Team das Miteinander: „Wir sind ein Ort für alle und reagieren sehr klar auf jegliche Formen von Rassismus, Diskriminierung oder Queerfeindlichkeit“, erklärt sie. Denn hier sollen Gäste vor allem eines: sich wohlfühlen!



Kaya Schenk betreibt seit letztem Jahr die Wohlfühl-Kneipe „Zum Frechen Dachs“ in der Waitzstraße

Foto: Maya Schukies

REGENER, PAPPIK, BUSCH

Sven Regener, vor allem als Mitglied von „Element of Crime“ und als Autor bekannt, kehrt mit Richard Pappik und Ekki Busch zu seinen Jazz-Wurzeln zurück. Ihr Trio-Album „Field of Lights“ kombiniert Trompete, Schlagzeug und Klavier zu kargen, atmenden Klangräumen. Die Musiker spielen seit Jahrzehnten zusammen und improvisieren mit blindem Verständnis. Live entsteht ein intensiver Sound, der Minimalismus mit Emotion verbindet – ein Jazzprojekt, das durch seine Unmittelbarkeit und den unverwechselbaren Stil fasziniert. Mehr Infos und Tickets für 44 Euro zzgl. Gebühr gibt's unter www.fabrik.de.

17. September, 20 Uhr • Fabrik, Hamburg

Foto: Charlotte Gollermann



Fotos: XXXXX (f)

SAG MAL, DU ALS PHYSIKER ...

Die Podcaster Johannes Kückens, Michael Büker und Jens Schröder gehen mit ihrem neuen Live-Programm „Energie!“ auf Tour. Humorvolle Experimente und anschauliche Erklärungen machen Physik greifbar und zeigen, wie Energie unser Leben bestimmt – von Stromkabeln bis Heizkörpern. Statt trockener Belehrung gibt es Aha-Momente und spielerische Erkenntnisse, die Wissenschaft leichtfüßig vermitteln. Mehr Infos und Tickets für 30 Euro zzgl. Gebühr gibt's unter www.diepumpe.de.

18. September, 19 Uhr • Pumpe, Kiel

KERSTIN OTT **LIVE**
MIT BAND

FÜR IMMER FÜR EUCH

14.11.25 KIEL
WUNDERINO
ARENA

RAILS'N'RIVERS

Heinz Lück und Sönke Reymann interpretieren Klassiker von The Byrds bis Crosby, Stills und Nash sowie eigene Songs. Mit zweistimmigem Gesang, akustischen Gitarren, Blues-Harp und Querflöte entsteht ein Sound zwischen Rock-Pop, Blues und Americana. Ihre Musik reicht von gefühlvollen Slowsongs bis zu groovigen Nummern und erzählt Geschichten mit Tiefe und Charme. Mehr Infos und Karten für 14 Euro gibt's unter www.kulturladen-leuchtturm.info.

Foto: Rails'n'Rivers

19. September, 20 Uhr • Kulturladen Leuchtturm, Kiel



Foto: Olaf Struck

JEDER STIRBT FÜR SICH ALLEIN

Otto und Anna Quangel, ein Berliner Arbeiterhepaar, verlieren im Zweiten Weltkrieg ihren Sohn und wenden sich vom NS-Regime ab. Otto schreibt regimekritische Karten, die beide heimlich in Berliner Treppenhäusern auslegen, in der Hoffnung, andere zum Widerstand zu bewegen. Doch die Gestapo ist ihnen bereits auf der Spur. Hans Fallada verarbeitete dafür einen realen Fall und schuf ein eindringliches Bild des Widerstands einfacher Menschen. Mehr Infos und Karten gibt's unter www.theater-kiel.de.

Premiere: 19. September, 20 Uhr • Schauspielhaus, Kiel

FILMFEST HAMBURG

Das Filmfest Hamburg ist seit mehr als drei Jahrzehnten ein zentraler Treffpunkt für Kinobegeisterte und Filmschaffende und zeigt die Filme, die die Sprache des Kinos von morgen prägen. Zehn Tage lang laufen in zehn Sektionen auf 19 Leinwänden Werke aus aller Welt – vom Debüt bis zum Meisterwerk. Im Fokus steht nicht nur das Sehen, sondern auch der Austausch: Gespräche mit Regisseur*innen, Publikum und Branche gehören zum Markenzeichen des Festivals. Das Festival hat ein besonderes Gespür für Talente – viele heute gefeierte Namen wie Céline Sciamma, Xavier Dolan oder Yorgos Lanthimos stellten hier ihre ersten Filme vor. Zahlreiche Preise würdigen Kreative und Produktionen, darunter der Douglas Sirk Preis für besondere Verdienste. Das Publikum kürt zudem seinen Favoriten, beim MICHEL Kinder- und Jugend-Filmfest entscheidet eine Kinderjury. Seit 2024 wird am 3. Oktober mit dem „Tag des freien Eintritts“ zudem die verbindende Kraft des Kinos gefeiert – offen für Cineast*innen und Neulinge gleichermaßen. Mehr Infos und das gesamte Programm gibt's unter www.filmfesthamburg.de

Fotos: „Amrum“ © Bombero International GmbH Co. KG, Rialto Film / Kinosaal © Filmfest Hamburg

25. September bis 4. Oktober • Hamburg

Am 3. Oktober lockt zum zweiten Mal der „Tag des freien Eintritts“.



Fatih Akins in Cannes umjubeltes Werk „Amrum“ feiert beim Filmfest Deutschlandpremiere.





VON AMERICANA BIS ROCKBLUES

Die Pumpe in Kiel lädt zum doppelten Konzert-Highlight ein: Am Freitag, dem 26. September, steht um 20 Uhr Jaimi Faulkner mit Band auf der Bühne. Der Australier verbindet Americana, Rock und Songwriter-Soul zu groovenden Songs und glänzt mit virtuoser Gitarre sowie einer Stimme, die unter die Haut geht. Sein neues Album „Half Of It“ liefert den roten Faden des Abends. Einlass ist um 19 Uhr. Am Samstag, dem 27. September, setzt WellBad aus Hamburg noch einen drauf. Dich erwartet eine febrile Rockblues-Show, getragen von Daniel Welbats kraftvoller, sonorer Stimme, die zwischen Jazzkeller-Intimität und Rock-Exzess schillert. Einlass ist ab 19 Uhr, Beginn um 20 Uhr. Sicher dir jetzt deine Tickets unter www.diepumpe.de!

26. September, 20 Uhr & 27. September, 20 Uhr • Pumpe, Kiel

Fotos: Die Pumpe



DAS DOPPELTE LOTTCHEN: DUBBELT HÖLLT BETER

Lotte und Luise erkennen im Ferienlager, dass sie Zwillinge sind, und schmieden einen Plan: Nach den Ferien tauschen sie die Rollen und wollen ihre Eltern wieder zusammenbringen. Erich Kästners Klassiker erscheint hier in plattdeutscher Fassung und norddeutschem Setting – mit viel Humor und Herz. Ein turbulentes Familienstück für alle Generationen, das Sprache und Kultur spielerisch verbindet. Mehr Infos und Tickets sind erhältlich unter www.ohnsorg.de.

Premiere: 28. September, 15 Uhr (bis 16. November) • Ohnsorgtheater, Hamburg

EMMI & WILLNOWSKY

Das Comedy-Duo Emmi & Willnowsky feiert 29 Jahre „Samthochzeit“. Mit bissigen Sketchen, schamlosen Pointen und umgetexteten Schlagern zerlegen sie ihre Ehe auf der Bühne – laut, frech und hemmungslos. Zwischen Schlager, Klassik und Musical bieten sie einen Abend voller Lachen und Selbstironie. Ein fester Favorit der deutschen Comedy-Szene, der sein Publikum mit Dauerrwitz und absurden Dialogen begeistert. Mehr Infos unter www.emmi-und-willnowsky.de. Tickets für 37,54 Euro gibt's an allen bekannten

VVK-Stellen sowie auf www.eventim.de.

**30. September, 20 Uhr
Stadthalle
Eckernförde**



Foto: Emmi & Willnowsky



25.09.25

- 06.09. JUST TAYLOR NIGHT
- 11.09. MEN WITHOUT HATS +
SUPPORT TWIN NOIR
- 13.09. OLD SCHOOL BEATS
- 18.09. SAG MAL, DU ALS PHYSIKER
- 19.09. HARD ON THE WIND FESTIVAL
- 20.09. FLYING CIRCUS UND JOHNNY BOB
- 26.09. JAIMI FAULKNER & BAND
- 27.09. WELLBAD
- 28.09. MODULAR
- 02.10. TEUTEREKORDZ
- 02.10. STORM SEEKER
- 03.10. I-FIRE
- 08.10. MIA MORGAN
- 11.10. SUPERBRISSE
- 11.10. THROUGH THE NIGHT
- 15.10. ROLLER DERBY
- 16.10. ADAM ANGST
- 17.10. PHILIPP DITTBERNER
- 18.10. LES YEUX DLA TETE
- 23.10. MAKE A MOVE
- 24.10. HINNERK KÖHN - SCHWINDEL
- 25.10. ACHT EIMER HÜHNERHERZEN
- 27.10. LEAP
- 29.10. BABYLON CIRCUS

Karten und Infos:

www.diepumpe.de

📷 [insta:diepumpe](https://www.instagram.com/diepumpe)

GEPRÜFT VON
Kiel.
Sailing City.

Räucherei 24143 Kiel
Preetzer Str. 35

PHYSICAL GRAFFITI
LED-ZEPPELIN
GREATEST HITS TOUR 2025
26.09.2025 20:30 Uhr **Kiel**
Europe's leading Led Zeppelin Tribute
presents 50th Anniversary of the
legendary Album „Physical Graffiti“!

BONITA 
AND THE BLUES SHACKS
Klassische Soulstimme aus Südafrika
trifft auf Europas beste Blues-Band.
Ein einmaliges Konzert-Highlight!

10.10.2025 20:30 Uhr **Kiel**
Demnächst im Vorverkauf:

THE WATCH plays GENESIS
23.1.2026 (Fr) Einlass: 19.30 Uhr
Beginn: 20.30 Uhr

**27. Int. Kieler
Blues Festival**
27.2.2026 (Fr) Einlass: 19.00 Uhr
Beginn: 20.00 Uhr

Tickets u.a.: www.eventim.de
Hotline: 0451 - 58 24 91 43
www.german-concerts.de

KULTUR & UNTERHALTUNG

DER AUFZUG

Mit „Der Aufzug“ bringt das Thalamus Theater ein brandneues Stück auf Basis des gleichnamigen Hörspiels von Mariana Leky auf die Bühne. Entstanden ist ein intensives Kammerspiel, in dem eine hypochondrische Mittvierzigerin und ein cholerischer Arzt in einem steckengebliebenen Aufzug aufeinandertreffen. Während ein geheimnisvoller Hausmeister über die Gegensprechanlage versucht zu vermitteln, entwickelt sich ein Dialog voller Komik, Schärfe und unerwarteter Nähe. Premiere ist in der

Hansa48 in Kiel, weitere Spielorte sind auf www.thalamus-theater.de zu finden.

Premiere:
20. September,
20 Uhr •
Hansa48, Kiel



Foto: Thalamus Theater



Foto: Take Four

TAKE FOUR

Seit 1986 stehen die A-cappella-Sänger von „Take Four“ gemeinsam auf der Bühne und zählen zu den profiliertesten Barbershop-Ensembles Deutschlands. Als fünffache Deutsche Barbershop-Champions gastierten sie nicht nur bundesweit und in Nordeuropa, sondern auch bei internationalen Wettbewerben in Miami Beach und Nashville. Ihr Repertoire reicht von klassischem Barbershop und Jazz über Popstandards bis hin zu Stücken der Comedian Harmonists – mit perfektem Close-Harmony-Gesang, feinem Humor und norddeutschem Charme. Mehr Infos: www.alte-meierei-am-see.de

20. September, 19.30 Uhr • St. Katharinen-Kirche, Kirchbarkau



Foto: Kai F. Beck

HOLGER DAUB & TIM LOTHAR

Tim Lothar und Holger „HoBo“ Daub sind ein grenzüberschreitendes Blues-Duo aus Dänemark und Deutschland, das sich durch die Verbindung von traditionellem Mississippi-Delta-Blues und modernen Einflüssen auszeichnet. Mit minimalistischen Arrangements und einer einzigartigen Mischung aus Folk, Blues und akustischen Klängen schaffen sie eine Atmosphäre, die sowohl melancholisch zum Träumen und Verweilen einlädt als auch kraftvoll ist. Mehr Infos und Tickets für 20 Euro gibt's unter www.savoy-bordesholm.de.

20. September, 20.30 Uhr
Savoy, Bordesholm



Foto: Kid Knorke & Betty Bluescreen

WORN DOWN THREAD, KID KNORKE & BETTY BLUESCREEN

Worn Down Thread stehen für energiegeladenen Skatepunk – schnell, melodisch und kompromisslos nach vorne. Das spacige Duo Kid Knorke + Betty Bluescreen bringt Elektropunk mit Gameboy-Beats, selbstgebauter Laserknarre und grellen Weltraumanzügen – Tanzgarantie inklusive. Und als Ersatz für die Surfits, die krankheitsbedingt leider absagen mussten, wird noch eine weitere Band gesucht!

Mehr Infos: www.ajz-neumuenster.de
20. September, 19 Uhr • AJZ, Neumünster

„ALICE AUF ANFANG“

Muss das sein, dass die jetzt auch noch...? Ja, es muss! Alice Köfer, die Frau der Boygroup „Vocal Recall“, begibt sich erstmalig auf Solopfade. Charmant berlinernd quasselt sie sich sensationell gelaunt um Kopf und Kragen. Mal versehentlich philosophisch, mal lustig sinnentleert, widmet sich Alice den wirklich wichtigen Fragen des Lebens: Warum gibt's in meiner Straße fünf Burgerrestaurants? Ab wann ist Fallobst tot? Lohnt sich heute noch eine schöne Unterschrift? Natürlich werden jede Menge Songs erklingen in einer wilden Mischung aus destruktiver Liebeslyrik und Stadion-Pop im Garagenformat.

12. September, 20 Uhr • Lutterbeker Lutterbek



Foto: Nicole Jäger

NICOLE JÄGER: WALKÜRE

Mit „Walküre“ stellt sich Nicole Jäger furchtlos den Dramen des Lebens und formt daraus ein totkomisches Bühnenprogramm, das zwischen herzhaftem Lachen und berührender Stille pendelt. Die Hamburgerin bringt einen Saal zum Beben vor Lachen, um ihn kurz darauf tief zu berühren, und reißt das Publikum sofort wieder in die nächste Pointe. In „Walküre“ spricht sie über Körperbilder, maskulines Teppichverlegen und eigene Gewalterfahrungen. Mehr Infos und Tickets für 31,70 Euro gibt's unter www.nicole-jaeger.de.

20. September, 20 Uhr • Kolosseum, Lübeck



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



fr 5.9. **Hörbie Schmidt Band** / Czuya
sa 6.9. **Reisegruppe Ehrenfeld**
fr 12.9. **Alice Köfer** „Alice auf Anfang“
sa 13.9. **Philipp Scharrenberg** Kabarett Mindfucks
fr 19.9. **Jess Jochimsen** SatireSongs
sa 20.9. **Matthias Brodowy** Musik Kabarett
fr 26.9. **ThalamusTheater** „Der Aufzug“
sa 27.9. **catfish row** musik v. Duke Ellington/Gershwin
do 2.10. **Chin Meyer** „die Erotik des Geldes“
fr 3.10. **Nagelritz** „Containerbingo“
sa 4.10. **Aquabella** a capella - weltweit
fr 10.10. **Ulan & Bator** „UndSinn“
sa 11.10. **Die Deichgranaten** AnniHeger/Insina
so 12.10. 19⁰⁰ **HuunHuurTu** Obertongesang
fr 17.10. **Werner Mommsen** „Das Werner Unser“

24235 Lutterbek Tel. 04343 9442
www.lutterbeker.de





Foto: Lilly Merck

STUDNITZKY SOLO

Sebastian Studnitzky verkörpert einen Giganten des Understatements mit einem kreativen Antrieb, der ebenso unnachgiebig und optimistisch wie bescheiden und warmherzig ist. Seine Musik ist elementar von der unbeirrten Bereitschaft geprägt, entlang der Kante zu balancieren, das Zwielficht zu erkunden. Ob solo, Bands, Orchester – Studnitzkys Ungebundenheit zeigt sich nicht nur in seinen Musikstücken, die sich nicht um Genres und Regeln scheren, sondern auch in der Fülle der musikalischen Projekte, an denen er mitwirkt. Mehr Infos und Tickets für 18 Euro zzgl. Gebühr gibt es unter www.kiel.de/kulturforum.

20. September, 20 Uhr • KulturForum, Kiel



Foto: Niederdeutsche Bühne Kiel

MIT DIEN OOGEN

Anna, erfolgreiche Anwältin und Mutter, führt ein geordnetes Leben – bis Karl vor ihrer Tür steht. Er hat sein Leben auf einer Hallig verbracht, ist nach dem Tod seiner Mutter im Heim gelandet und will nun frei sein. Anna sieht in ihm einen „Fall“ und beschließt, ihn vor Gericht zu verteidigen. Doch Karl, der die Welt völlig anders betrachtet, bringt ihre Pläne durcheinander. Mit der Zeit erkennt Anna, dass das Leben, mit seinen Augen gesehen, gar nicht so verrückt ist – und vielleicht sogar schöner, als sie dachte. Mehr Infos und Tickets gibt's unter www.niederdeutschebuehne-kiel.de.

Premiere: 20. September, 18 Uhr (bis Januar 2026) • Niederdeutsche Bühne, Kiel

MIT DIEN OOGEN

(MIT DEINEN AUGEN)

StGB

Strafgesetzbuch

Komödie von Frank Pinkus, Niederdeutsch Renate Wedemeyer

20. September 2025
bis 11. Januar 2026

THEATER AM WILHELMPLATZ

WILHELMPLATZ 2, 24116 KIEL
WWW.NBKIEL.DE

NIEDERDEUTSCHE BÜHNE KIEL


Günn Di wat - günn Di Platt!

**DIE NÄCHSTE
KIELERLEBEN**

erscheint am
30.09.

Anzeigenschluss
21.10.

AUS DER REDAKTION

KIELERLEBEN AUF ACHSE

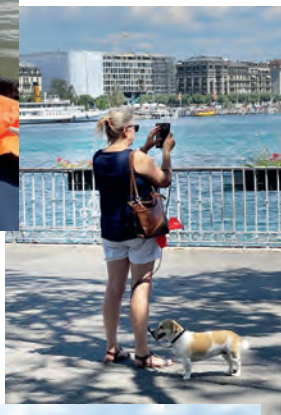
Huch, das waren schon wieder die Sommerferien.

Und weil's so schön war, schwelgen wir noch ein wenig in Erinnerungen. Eine schnelle Portion Fernweh zum Ferienende:

Verkaufsleiter
Stephan sauste mit der Family über den Vilssee in der Mecklenburgischen Seenplatte.



Unterwegs mit dem Camperbus:
Für Redakteurin Marion ging's mit Mutter, Tante, Cousine sowie den Hündinnen Liesel und Flöckchen im Gepäck an den Genfer See.



Office Managerin Friederike
genoss entspannte Familienzeit auf der grünen Insel Irland.



Aber bitte mit Action: Für Grafikerin Mette ging es in der Sächsischen Schweiz hoch hinaus.

Mediaberaterin Heinke gönnte sich drei Tage La Dolce Vita im wunderschönen Rom.



Grafikerin Sandra reiste mit ihren Liebsten nach Thailand über Bangkok und weiter nach Koh Samui – schockverliebt, sagt sie.



IMPRESSUM

KIELERLEBEN ist eine Publikation aus dem Hause falkemedia.

falkemedia Regional GmbH

Geschäftsführung: Gesa Schimmer &

Kathrin Wesselmann (V. i. S. d. P.)

Exerzierplatz 3, 24103 Kiel

Tel.: 0431 / 200 766-933, Fax: 0431 / 200 766-50

HRA 8781 KI Amtsgericht Kiel

Herausgeber:

Kassian Alexander Goukassian

Chefredaktion:

Kathrin Wesselmann

Redaktion:

Tel.: 0431 / 200 766-933

E-Mail: redaktion@kielerleben.de

Heiko Buhr, Marion Laß, Kathrin Mandel,

Mareike Neumann, Maya Schukies,

Sebastian Schulten, Isabelle Sester,

Hanna Wendler, Natalie Zahnw

Anzeigenkoordination & Mediaberatung:

Stephan Reußner, Tel.: 0431 / 200 766-62

E-Mail: s.reussner@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

Gesa Schimmer, Tel.: 0431 / 200 766 75

E-Mail: g.schimmer@falkemedia.de

Layout & Bildbearbeitung: Sandra Huege

Titelgestaltung: Sandra Huege

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:

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

© 2025 by falkemedia.
Alle Rechte vorbehalten.



X< XTRA SCHNELL LADEN. WEIT FAHREN.

Das elektrische G6 SUV Coupé für die Langstrecke.
Ultimative Ladegeschwindigkeit und Reichweite.

ab 423€ mtl.²
ohne Anzahlung



Elektrisch ohne Reichweitenangst mit bis zu 570 km (WLTP).¹
Xtraschnelles Laden von 20% auf 80% in 15 Minuten.
Mit eingebautem Vertrauen: 7 Jahre Garantie auf das Fahrzeug.

Stromverbrauch 17,5 - 17,9 kWh/100 km; CO₂-Emission 0 g/km;
CO₂-Klasse: A (kombinierte Werte gem. WLTP).

1 im kombinierten Testzyklus gem. WLTP je nach Version und Ausstattung.

2 Ein Privat-Leasing-Angebot (Kilometer-Leasing) der Arval Deutschland GmbH (Leasinggeber), Bajuwarenring 5, 82041 Oberhaching – für den XPENG G6 Long Range bei 60 Monaten Laufzeit, monatlichen Leasingraten à 423,00 €, 10.000 km Laufleistung pro Jahr und einer Leasing-Sonderzahlung von 0 €, Bonität vorausgesetzt, Preise (brutto) jeweils zzgl. Überführungs- und Zulassungskosten. Ohne Wartung und Verschleiß. Beinhaltet Kundenrabatt teilnehmender XPENG Vertragshändler. Angebot ist nicht mit anderen Nachlässen/Aktionen kombinierbar.



XPENG Store Süverkrüp
Daimlerstraße 1, 24109 Kiel
0431 59670671 | bdc@sueverkruep.de

Süverkrüp
Ihr Lächeln. Unser Antrieb.

SKODA**130**
JAHRE

LET'S CELEBRATE

**ŠKODA FEIERT
130 JAHRE**Feiern Sie mit uns am
13. September**SKODA****130 | PAKET¹**
JAHRE**5 JAHRE GARANTIE
WARTUNG & INSPEKTION****Jubiläumsbonus²****FÜR ALLE SOFORT VERFÜGBAREN
LAGERFAHRZEUGE**

Škoda feiert 130 Jahre – und Sie bekommen die Geschenke!

130 Jahre Innovation und Fahrspaß. Dieses Jubiläum feiern wir gemeinsam mit Ihnen und laden Sie herzlich ein. Sichern Sie sich ab sofort exklusive Specials, mit denen es noch mehr Spaß macht, in einem Škoda unterwegs zu sein. Profitieren Sie beispielsweise beim Kauf eines Neuwagens von unserem 130 Jahre Paket¹ mit 5 Jahren Garantie sowie Wartung und Inspektion zu attraktiven Konditionen oder dem Jubiläumsbonus² für Lagerfahrzeuge.

Weitere Details zur Aktion erhalten Sie unter skoda-kiel.de oder bei Ihrem Besuch im Škoda Zentrum Kiel.



Infos online

Abbildung zeigt Sonderausstattung.

¹ Das 130 Jahre Paket besteht aus einer Škoda Anschlussgarantie und Wartung & Inspektion. Bei der enthaltenen Škoda Anschlussgarantie handelt es sich um eine Garantiever sicherung der Volkswagen Versicherung AG, Braunschweig. Max. Gesamtlauflistung: 150.000 km. Wartung & Inspektion ist ein Angebot der Škoda Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Braunschweig, für Privatkunden beim Abschluss eines Leasingvertrags über ein Neufahrzeug der Marke Škoda. Es besteht ein Anspruch auf die im Serviceplan des Fahrzeugs vorgeschriebenen Wartungen und Inspektionen gemäß Herstellervorgabe für max. 5 Jahre bzw. 50.000 km Laufleistung (je nachdem, was zuerst eintritt). Nicht enthalten sind Kosten für Verschleißteile, Zusatzumfänge, Betriebsstoffe, gesetzliche Hauptuntersuchung inkl. Abgasuntersuchung sowie Zusatzangebote. Gültig für ausgewählte Modelle bei Bestellung bis 30.09.2025.

² Der Jubiläumsbonus ist modellabhängig und besteht aus einem Herstelleranteil sowie unserem zusätzlich gewährten Händler nachlass. Gilt für Privatkunden bei Abschluss eines Kauf-, Leasing- oder Finanzierungsvertrags für sofort verfügbare Lagerfahrzeuge bis zum 30.09.2025. Gültig bei Zulassung bis zum 31.10.2025 und nur solange der Vorrat reicht. Nicht kombinierbar mit weiteren ausgewählten Sonderaktionen oder Sonderkonditionen. Der Verkaufspreis wird allein von uns festgesetzt.

Schmidt & Hoffmann Baltic GmbH & Co. KG

Projensdorfer Str. 174, 24106 Kiel

T 0431 530529-0

skoda-kiel.de**Škoda Zentrum Kiel**schmidt&hoffmann
mobilität