

Rendsburger *leben*

REMMI DEMMI

Die ganze
Stadt ein Festival

EHRENSACHE

Messe rund
ums Ehrenamt

FRÜHLINGSERWACHEN

Es liegt was in der Luft: Die Eventsaison beginnt und
die Stadt blüht auf – wir lieben den März!

KENNENLERN-ANGEBOT FÜR LITERATURFANS

Unabhängige Rezensionen und
neue Bücherwelten!



E-Paper
für nur
1 EURO
testen*

JETZT BESTELLEN:
buecher-magazin.de/testabo
oder QR-Code scannen



ABO-ID: BU22EPA

*Nach Ende der Laufzeit von
zwei Monaten geht der Bezug
in ein Jahresabo von derzeit
28,90 € über.



LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

kaum noch zu bändigen war unsere Vorfreude, während wir diese Ausgabe der RENDSBURGERleben für dich vorbereitet haben, denn es liegt was in der Luft! So langsam verschwinden Kälte und Dunkelheit und machen Platz für eine Ahnung von Frühling. Fast schon symbolisch dafür tönen in der ganzen Stadt am Ende dieses Monats unterschiedlichste Töne aus den Türen und Fenstern von fast zwei Dutzend Locations: Das Remmi Demmi-Festival bringt wieder Livemusik und Kneipenbummel der Extra-klasse. Auf den folgenden Seiten verraten wir dir alles über das Line-up und natürlich, wann und wo

es die beliebten Einlassbändchen zu kaufen gibt. Auch an anderen Stellen bereitet sich die Stadt auf einen fabelhaften Frühling vor: Es wird gemeinschaftlich Müll gesammelt, das Klima-Team erstellt mit deiner Hilfe eine Coole Karte und für die Kids steht schon ein buntes Programm für die Osterferien in den Startlöchern. Kunst und Kultur schlafen in Rendsburg sowieso nie, sodass du dich im März wieder auf einen bunten Mix aus Lesungen, Theater und Konzerten freuen kannst.

Deine RENDSBURGERleben-Crew



06
Frühlingserwachen

FRÜHLINGSERWACHEN

Es geht los: Das Remmi Demmi naht	6
Gute Zwecke und frische Farben	8
Grüne Tipps: Ringelblumen	10
Märkte in der Nordmarkhalle	14
Kulturerlebnisse	16
Tag der Druckkunst 2026	18
Engagement mit Wirkung	20
Rendsburgs „Coole Karte“	22
City-News	24

AUFBLÜHEN & LOSZIEHEN

Frühlingsaufbruch in Haithabu	28
Studieninfo-Tage in Kiel	29
Science Comes to Town	30
Entdecker-Tag in Kropp	32
Internationale Wochen gegen Rassismus	33

GLEIS & MEER

Ein Ausflug nach Husum	34
------------------------	----

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Frische Impulse und aktuelle Trends	38
Küchenideen	43
Die Wand im schönsten Gewand	45

GESUNDHEIT & WELLNESS

Zeit, den Füßen etwas Gutes zu tun	47
Die größten Mythen über Medikamente	48
So gut tut die Sauna	51

HUNGER & DURST

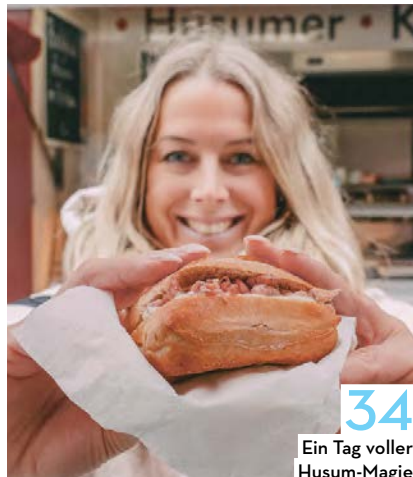
Pronto, bitte: schnelle Rezepte	52
Genuss & Begegnung an der Obereider	57

KULTUR & UNTERHALTUNG

Ausstellungen, Bühnen und andere Events	58
---	----

JEDEN MONAT DABEI

Editorial	3
Horoskop	50
Impressum/Aus der Redaktion	66



34
Ein Tag voller
Husum-Magie



26
Aufblühen und losziehen



55
Bruschette alla
Puttanesca



51
Schwitzen für ein längeres Leben



45
Florales Comeback an der Wand

Danke!

Für eure ehrliche Kritik und viele gute Ideen.

Wir wollen nicht raten, was ihr braucht. Deswegen haben wir gefragt: Was ist dein Pünktlich, dein Nachhaltig, dein Zuverlässig und dein Einfach? Insgesamt erhielten wir über 1.500 qualitative und ausführliche Antworten - mit viel hilfreicher Kritik und wichtigen Ideen zum Nahverkehr. **Danke!**

Wir wollen die Mobilitätswende gemeinsam mit euch voranbringen. Der nun laufende Dialog über eure Nahverkehrs-Erfahrungen ermöglicht uns wichtige Perspektiven und für euch: **Mitgestaltung.**



Neugierig?
Entdeckt alle
Antworten unserer
Umfrage!



NAH.SH

Der Nahverkehr

Schleswig-Holstein
Der echte Norden

ES GEHT LOS

Es ist fast schon eine kleine Tradition, dass das Remmi Demmi-Festival in Rendsburg den Beginn der Eventsaison einläutet. Doch nicht nur musikalische Klänge, sondern noch viele andere Erlebnisse lassen uns im März den Frühlingsbeginn erahnen.

Verkauf der Bändchen

Der Verkauf der Einlassbändchen startet am 6. März.

Um möglichst vielen Besucher*innen das Remmi Demmi anbieten zu können, läuft der Bändchenverkauf in drei Etappen:

Morgens um 9 Uhr startet das Fräulein Möhls am Schiffbrückenplatz 6 mit dem Verkauf.

Ab 12 Uhr gibt es Bändchen im Hotel ConventGarten in der Hindenburgstraße 38–42.

Für alle, die erst am Nachmittag zum Bändchenkauf kommen können, geht das dritte Kontingent ab 16 Uhr in der Rendsburg Information am Altstädter Markt in den Verkauf. Die Rendsburg Information bleibt an diesem Tag extra bis 20 Uhr geöffnet.

Der Preis pro Bändchen liegt bei 15 Euro, eine Reservierung ist nicht möglich, pro Person werden maximal vier Bändchen abgegeben.

LIVEMUSIK-FESTIVAL REMMI DEMMI

Vom Start weg vor zwei Jahren war das Musik-Kneipen-Festival Remmi Demmi ein so großer Erfolg, dass es 2026 in die dritte Runde geht: Am 28. März wird wieder die ganze Stadt zum Festival!

Die heiß begehrten Remmi-Demmi-Bändchen berechtigen an diesem Abend von 20 bis 24 Uhr zum Eintritt in Kneipen, Bars und viele Locations – bei Livemusik vom Feinsten aus unterschiedlichsten Genres. In diesem Jahr sind 20 Spielstätten dabei, erneut drei mehr als zuletzt. Die Bands und Musiker*innen werden von den Locations gebucht, was ein sehr abwechslungsreiches Musikangebot verspricht, von Singer-Songwriter über Soul bis Rock, immer authentisch und handgemacht.

DER REMMI-DEMMI-SHUTTLE

Die ganze Stadt wird zum Festivalgelände, das dieses Jahr sogar bis an den Kanal reicht: In der Bar und auf dem Panoramadeck des Hotels ConventGarten treten zwei Acts auf. Um die Location gut zu erreichen, gibt es zum ersten Mal den Remmi-Demmi-Shuttle, der zwischen Haltestelle Paradeplatz/Stadtpark und ConventGarten pendelt. Abfahrt jede Viertelstunde, das Einlassbändchen berechtigt zur Mitfahrt.

DIE LOCATIONS UND ACTS

Fräulein Möhls **Thomas Melzer**

Klassiker, Rock und Partyhit-Cover

Ruby Days **Safratho**

Handgemachte, ehrliche Rock-Cover vom Feinsten

Feez Darts & Bar* **Three Men's Project 3mp**

Kneipenmusik de luxe zum Zappeln, Schwofen und Schmusen

Abfüllbar **Just2**

Akustik-Duo mit Rock, Jazz und Soul

Café tagespost **Brendan Lewes**

Folk-Rock Singer-Songwriter aus Nordwestengland

Sparkasse Mittelholstein **Johnny Stone**

Cover-Mix zum Mitsingen und mit ganz viel Augenzwinkern

Stadttheater **M.E.N.semble**

Pane Vino **Micha Mark Knierim**

Ein Mann und seine Gitarre sorgen für Stimmung

ConventGarten (Bar) **Jens Petersen**

Piano-Artist mit Classic, Rock, Pop und Boogie

ConventGarten (Panoramadeck) **Crown**

Singer-Songwriter-Duo mit Bandpower

T-Stube* **The Bigguns**

Heart achin' – booty shakin' – back bone breakin' R&B and Blues

Strandbar **Jane Panzee**

Rock-Cover mit doppelter Frauenpower an den Mikrofonen

ONNO Hotel **Achim Orwat**

Irish und Scottish Folk, Country, Rock und Balladen

Datscha* **Duett Gelöt**

Partyduo mit Akustik-Covern

Piccola Italia **Los Zorros**

Tanzbare Latin-Rhythmen von Salsa bis Bossa Nova

Torre Suda **Roberto Pennisi**

Italo-Pop

Schauburg Filmtheater **GrandPas on Stage**

2 Gitarren, 2 Stimmen, handgemachter Rock und Pop

Alte Markthalle **Gerrit Hoss**

Gitarrenpop, norddeutsch interpretiert

Riverside **Ferrotape**

Immer etwas knapp neben dem Mainstream mit Rock-Covern der 80er und 90er

Altstadt Passage **4 Way Street**

Rock und Pop von den 60ern bis heute



*Raucher-Kneipe (Zutritt ab 18 Jahren)

Alle Acts und Locations unter Vorbehalt, Stand 20. Februar 2026.

Aktuelle Info:

www.rendsburg-tourismus-marketing.de/remmidemmi



GUTE ZWECKE UND FRISCHE FARBEN

Im März zieht der Frühling auf den Rendsburger Wochenmärkten ein. Zwischen fröhlichen Farben, ersten blühenden Pflanzen und saisonalen Spezialitäten wächst die Vorfreude auf die anstehende Jahreszeit. Gleichzeitig ist weiter eine große Vielfalt an Wintergemüse wie Kohl, Möhren oder Lauch erhältlich – gewohnt regional und frisch. So verbinden die Märkte das Beste aus zwei Jahreszeiten.

Ein besonderes Highlight im März ist die Aktion des Rotary Clubs Rendsburg: An jedem Samstag von 10 bis 13 Uhr werden Speiseeier als Ostereier verkauft. Der Erlös kommt gemeinnützigen Zwecken zugute. Wer also seinen Wocheneinkauf erledigt, kann dabei ganz unkompliziert Gutes tun – Gelegenheit, Genuss und Engagement zu verbinden.

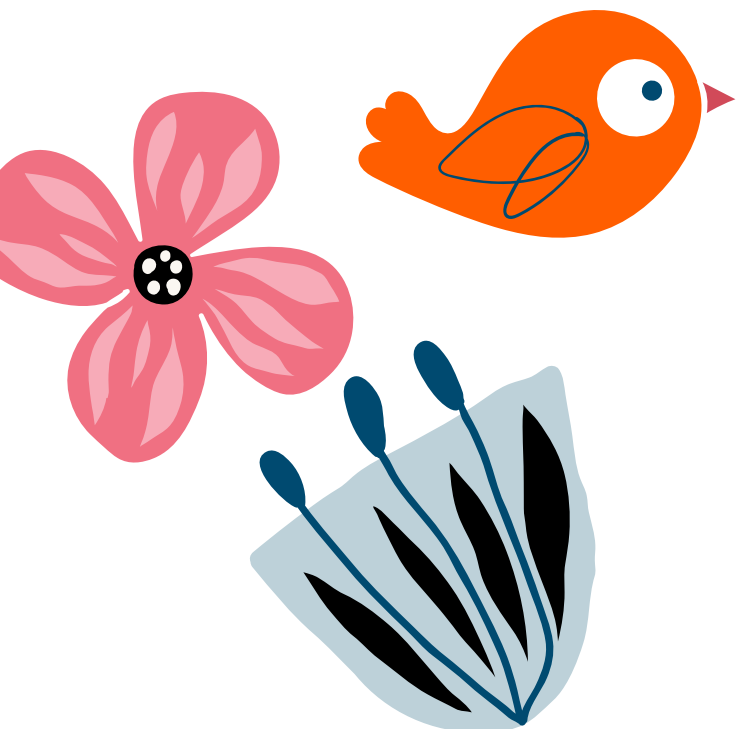
Die Rendsburger Wochenmärkte laden dazu ein, Qualität aus der Region zu entdecken, ins Gespräch zu kommen und den Frühling willkommen zu heißen.

Wochenmarkt in Rendsburg

Schiffbrückenplatz:

mittwochs und samstags von 8 bis 13 Uhr

Nordmarkhalle: freitags von 12 bis 17 Uhr



WOHLFÜHLKÜCHE MIT WASSERBLICK

Auch im Winter lohnt sich ein Besuch im Riverside, dem charmanten Restaurant mit Aussicht auf den Yachthafen.



Schon beim Eintreten sorgt eine warme, einladende Atmosphäre für echtes Wohlfühlgefühl. Gastgeber Usman Arshad empfängt seine Gäste mit Leidenschaft und einem feinen Gespür für Genuss. Mit frischen Ideen und viel Liebe zum Detail hat er das Riverside zu einem Ort gemacht, an dem man gerne verweilt – persönlich, herzlich und immer aufmerksam.

SAISONALE KÜCHE, DIE BEGEISTERT

Die Speisekarte überzeugt durch Abwechslung und Qualität: Sie richtet sich nach der Saison und setzt auf frische, regionale Zutaten. Ob zartes Fleisch, fang-

frischer Fisch oder vegetarische Raffinesse – hier kommt jede*r auf den Geschmack. Ein Highlight ist die bunte Antipasti-Platte, perfekt zum Teilen, gerne begleitet von einem Lillet Wildberry oder einem Maracuja-Spritz, der selbst im Winter sonnige Akzente setzt. Abgerundet wird das Menü mit einem edlen Tropfen aus der Weinkarte.

GUTE NEUIGKEITEN FÜR GENIESSER*INNEN

Dank der wieder eingeführten sieben Prozent Mehrwertsteuer in der Gastronomie hat das Riverside die Preise für Gäste gesenkt – ein schöner Bonus für

alle, die mit Genuss durch den Winter gehen wollen. Außerdem dürfen sich Feinschmecker*innen schon jetzt freuen: Ab sofort überrascht das **Riverside** mit einer neuen Speisekarte, die frischen Wind auf die Teller bringt.

JETZT AN OSTERN DENKEN

Gerne werden noch Oster-Reservierungen entgegengenommen, bequem per Telefon, WhatsApp oder online. Wer die Feiertage entspannt mit einem besonderen kulinarischen Erlebnis verbringen möchte, ist im Riverside genau richtig: <https://riverside-restaurant.de/>

Fotos: Restaurant Riverside



Herzlich Willkommen im Riverside Restaurant & Cafe in Rendsburg!

Feiern Sie Ihre **Veranstaltung** bei uns – egal, ob Familienfeier, Firmenevent, Geburtstag, Hochzeit und vieles Mehr!



Wir bieten deutsch-italienische Gerichte im modernen, maritimen Ambiente mit **traumhafter Aussicht auf den Rendsburger Yachthafen.**

Riverside Restaurant & Cafe
Am Eiland 11, 24768 Rendsburg

Tel. 04331 - 149988
info@riverside-restaurant.de

Öffnungszeiten bis März:

Mo.-Fr. 17-22 Uhr
Sa + So. und an Feiertagen 11-22 Uhr



SERIE GRÜNE TIPPS RINGELBLUMEN

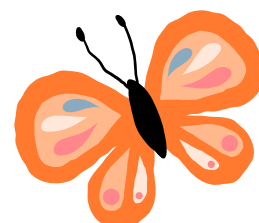


Im beliebten Garten des Nordkollegs zeigt Gärtner Jochen Bock mit seinem Team, wie nachhaltiges Gärtnern funktionieren kann. In der RENDSBURGERleben stellt er monatlich eine Idee vor – praxiserprobt und im Nordkolleg-Garten zu bestaunen. In diesem Monat geht es um die Ringelblume.



Im März wird es langsam handfester in Sachen Gartenarbeit und du darfst endlich wieder Erde an deinen Fingern spüren. Eine Pflanze, die du jetzt schon draußen säen kannst, ist die Ringelblume (*Calendula officinalis*). Die einjährigen Pflanzen vermehren sich über ihre kringelig geformten Samen, die der Pflanze ihren Namen eingebracht haben.

Warum ausgerechnet die Ringelblume, fragst du? Ganz klar: Weil sie eine Heilpflanze ist, deren Blüten du beispielsweise zum Herstellen einer Salbe benutzen kannst. Außerdem ist sie pflegeleicht, wunderschön anzusehen, verbessert die Bodenqualität und ihre Blüten bieten vielen Insekten Nahrung. Für die medizinische Nutzung werden die Blütenblätter verwendet – und davon braucht man viele! Wenn du kannst, pflanze die Ringelblumen daher großzügig. Die Blütezeit ist von Juni bis Oktober. In dieser Zeit können immer wieder Blüten geerntet werden.





ERWIESEN HEILSAM

Die Ringelblume wird traditionell als Heilpflanze verwendet – ihre positive Wirkung auf die Wundheilung und ihre entzündungshemmende Wirkung sind wissenschaftlich anerkannt. Eine Salbe aus dem Extrakt der Ringelblumenblüte kannst du zur Unterstützung der Wundheilung verwenden, sie wirkt aber auch bei leichtem Sonnenbrand oder bei rauer Haut an den Händen.

REZEPT FÜR RINGELBLUMEN-SALBE

Zutaten:

1-2 Handvoll trockene Ringelblumenblüten
150 ml Olivenöl
30-40 g Bienenwachs (aus Naturwabenbau oder aus der Apotheke)

So wird's gemacht:

Die gesammelten Ringelblumenblüten in einem Topf mit dem Olivenöl bei niedriger Hitze erwärmen. Um ein Frittieren der Blüten zu vermeiden, sollte der Ansatz nicht kochen. Nach 20 Minuten den Sud abkühlen lassen und anschließend das Blüten-Öl-Gemisch durch ein Tuch abseihen. In einem Wasserbad das Bienenwachs verflüssigen lassen und unter ständigem Rühren mit dem noch warmen Olivenöl vermischen. Die Flüssigkeit in saubere Gläser abfüllen und vollständig abkühlen lassen. Die Salbe ist im Kühlschrank mehrere Monate haltbar.



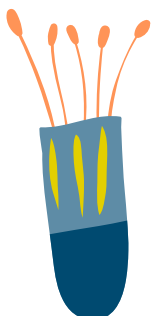




DER MÄRZ WIRD BUNT

VIER MÄRKTE IN DER NORDMARKHALLE

Gleich vier unterschiedliche Märkte laden Besucher*innen im März dazu ein, in der Nordmarkhalle zu stöbern, zu entdecken und zu feilschen. Von hochwertigen Antiquitäten über kreative Heimkunst und nostalgischen Trödel bis hin zur Babybörse für junge Familien ist für jeden etwas dabei.



Am Sonntag, den 8. März macht der **Trödeltreff** den Auftakt. Hier stehen klassische Flohmarktschätze im Mittelpunkt: Sammlerstücke, Dekoratives und Kuriositäten – wer genau hinsieht, kann zwischen den Ständen echte Fundstücke aus vergangenen Jahrzehnten entdecken. Der Eintritt zum Markt ist frei.

Am Wochenende des 14. und 15. März öffnet die Nordmarkhalle Tor und Tür für den

Antikmarkt. Liebhaber*innen hochwertiger und historischer Stücke kommen hier vollends auf ihre Kosten. Möbel, Porzellan und Schmuck stehen an diesem Wochenende im Fokus. Für erfahrene Sammler*innen bietet sich gleichermaßen wie für Einsteiger*innen die Gelegenheit, in vergangene Epochen einzutauchen und fachkundige Beratung zu erlangen. Für Erwachsene ab 16 Jahren beträgt der Eintritt 2 Euro.

Kreativ wird es am 21. und 22. März beim **Heimkunstmarkt**. Hier präsentieren Ausstellende selbstgefertigte Produkte – von handgearbeiteter Dekoration bis zu individuellen Geschenkkideen und Unikaten. Der Markt spricht besonders Besuchende an, die Wert auf Handarbeit und regionale Kreativität legen. Der Eintritt beträgt für Erwachsene ab 16 Jahren 2 Euro.

Den Abschluss des Marktmonats bildet die **Babybörse** am 29. März. Familien finden hier Kleidung und Spielzeug für die ersten Lebensjahre. Der Eintritt zu diesem Markt ist frei.

Auf dem Willy-Brandt-Platz bei der Nordmarkhalle stehen zahlreiche Parkplätze zur Verfügung, und für alle Märkte gilt: Das Parken ist kostenfrei.

8. März, 9-15 Uhr • Trödeltreff

14. und 15. März, 10-15 Uhr • Antikmarkt

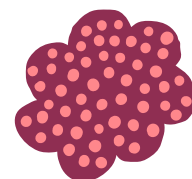
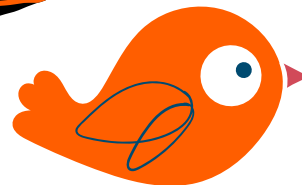
21. und 22. März, 10-16 Uhr • Heimkunstmarkt

29. März, 8-13 Uhr • Babybedarfs- und Kleiderbörse

Auch kurzentschlossene Verkäufer*innen sind herzlich willkommen, es sind noch Standflächen verfügbar.

Die Buchung ist möglich in der Nordmarkhalle direkt bei Nicole Claussen unter Tel.: 04331 / 66 345 23 oder bequem online:

www.rendsburg-tourismus-marketing.de/nordmarkhalle.



Ihre Immobilie in guten Händen

Wir leben in der Region und kennen und schätzen ihre Menschen. Nicht zuletzt aus diesem Grund hat ein vertrauensvolles und ehrliches Miteinander für uns oberste Priorität.



Sie möchten Ihre Immobilie auch erfolgreich verkaufen? **Melden Sie sich gern!**



Reimer Carstens

Dipl. Betriebswirt (BA)
Kaufmann der Grundstücks-
und Wohnungswirtschaft (IHK) hhh
0162 565 18 85 • rc@rc-immo.de



Marcel Fentner

Bankkaufmann • Immobilienberater
0172 902 34 43 • mf@rc-immo.de



IMMOBILIENBERATUNG CARSTENS GMBH

Assenkoppeln 8 a • 24787 Fockbek • 04331 437 58 20
www.rc-immo.de



IMMOBILIENBERATUNG
REIMER CARSTENS
BEWERTUNG | FINANZIERUNG | VERMITTLUNG

KULTURERLEBNISSE

Oper, Konzert, Schauspiel und mehr:
Das Schleswig-Holsteinische Landestheater und Sinfonieorchester präsentiert
diesen Monat in Rendsburg ein vielfältiges Programm.



Corpus Delicti

Die Schneekönigin



Le Nozze di Figaro

Tickets: Theaterkasse, Hans-Heinrich-Beisenkötter-Platz 1, Rendsburg
Tel.: 04331/234 47, E-Mail kasse.rendsbuerg@sh-landestheater.de
Mo.-Fr.: 10-13 Uhr und 16.30-18.30 Uhr, Sa.: 10-13 Uhr, Abendkasse: samstags, sonn- und feiertags
eine Stunde vor Vorstellungsbeginn, Online-Ticketbuchung: sh-landestheater.de



Baskerville

2. März, 19.30 Uhr und 15. März, 15 Uhr, Große Bühne
Elling Schauspiel in zwei Akten von Axel Hellstenius, Ingvar Ambjørnsen, Gabriele Hæfs, Hartmut Cyriacks und Peter Nissen (Gastspiel NBR Rendsburg)

4. März, 19.30 Uhr, Große Bühne
Le Nozze di Figaro (Die Hochzeit des Figaro) Opera buffa von Wolfgang Amadeus Mozart in italienischer Sprache mit deutschen und englischen Übertiteln

5. März, 19.30 Uhr, Große Bühne
Alles kein Akt Musical von Lars Scheffel, Gastspiel der Musical-Academy Schleswig-Holstein

7. März, 19 Uhr, Kammerspiele
Baskerville Ein Sherlock-Holmes-Krimi von Ken Ludwig

8. März, 11.15 Uhr, Großes Haus
3. Kammerkonzert mit Werken von Franz Josef Haydn, Ferenc Farkas und Louis Spohr

8. März, 18 Uhr, Große Bühne
Ball im Savoy Operette in einem Vorspiel und drei Akten von Paul Abraham in deutscher Sprache mit deutschen und englischen Übertiteln (17:30 Uhr Werkeinführung)

10. März, 14.30 und 16.30 Uhr und 11. März, 9.30 und 11 Uhr, Großes Foyer
Lauschkonzert Sitzkissenkonzert für die Allerkleinsten (0 bis 3 Jahre), Eintritt frei

14. März, 19 Uhr, Große Bühne
Die Schneekönigin Familienoper in sieben Bildern von Marius Felix Lange in deutscher Sprache mit deutschen Übertiteln

17. März, 18 Uhr, Große Bühne
Deutschstunde Nach dem Roman von Siegfried Lenz

19. März, 19:30 Uhr, und 22. März, 16 Uhr, Große Bühne
Pinocchio Tanztheater für die ganze Familie in Zusammenarbeit mit Puppenspielerin Sonja Langmack

22. März, 11 Uhr, Großes Foyer
Ein Podium für die Zukunft Konzert der Musikschulen aus Schleswig-Holstein

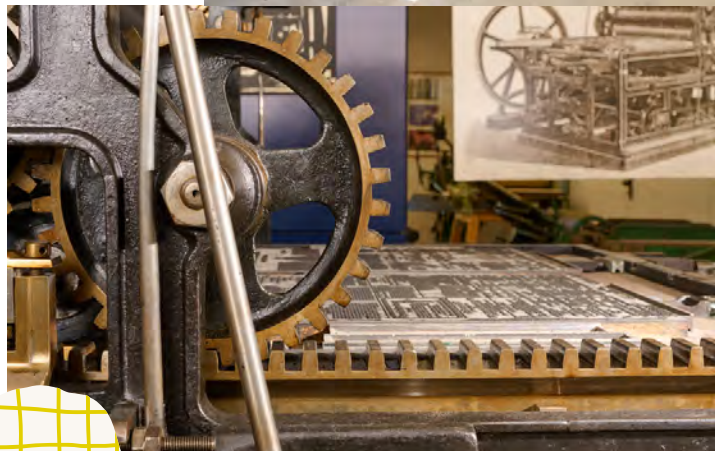
23. März, 19 Uhr, Nordkolleg
Die Stimme der Verantwortung Zum 100. Geburtstag von Siegfried Lenz | Lesung zum Lenz-Jubiläum in Kooperation mit dem Literaturhaus Schleswig-Holstein

24. März, 19 Uhr, Große Bühne
Im Dialog Kulturvermittler*innen: Butter bei die Fische – Sind wir alle Rassisten?
 (Anmeldung bis zum 17. März an thode@vhs-rendsborg.de oder per WhatsApp an 01753/106 21 70 mit Namen und Personenzahl)

29. März, 18 Uhr, Große Bühne
Corpus Delicti von Juli Zeh

Pinocchio





Die verstehen ihr Handwerk:
Werner Kaden, Helmut Kohlbrenner,
Gernot Rabba, Uwe Mewes (v. l.)

TAG DER DRUCKKUNST 2026

Seit 2018 gibt es den Tag der Druckkunst – ein fester Termin im Veranstaltungskalender der Museen im Kulturzentrum Rendsburg mit ihrem großartigen Druckmuseum.

Am 15. März 2018 sind die künstlerischen Drucktechniken des Hoch-, Tief-, Flach- und Durchdrucks in das Verzeichnis des Immateriellen Kulturerbes der UNESCO aufgenommen worden, seitdem wird der Tag der Druckkunst jährlich mit vielen Veranstaltungen und Aktionen im ganzen Land gefeiert. Auch in diesem Jahr werden die alten Maschinen des Druckmuseums wieder aus ihrem Tiefschlaf geholt und unter fachkundiger Anleitung zum Leben erweckt.

Druckmuseum? Ja! Neben dem historischen Museum der Stadt Rendsburg befindet sich im Kulturzentrum auch das Druckmuseum mit einer umfangreichen Sammlung zum Satz- und Druckereiwesen. Hier sind nicht

nur zahlreiche historische Maschinen zum Buchdruck, Maschinensatz und zur Bildaufbereitung zu finden, sondern auch eine voll ausgestattete und funktionstüchtige Setzergasse.

Auf etwa 600 qm Fläche wird schnell deutlich, wie sich Setz- und Druckhandwerk im Laufe der Jahrhunderte verändert haben. Heute wissen nur noch wenige Menschen, wie die imposanten Maschinen bedient werden und wie sie technisch funktionieren. Glücklicherweise sind im Druckmuseum etwa zehn fachkundige Ehrenamtliche tätig, die die Maschinen betreiben und noch aus erster Hand berichten können, worauf es bei ihrer damaligen Arbeit als Drucker oder Setzer ankam. Am Tag der Druckkunst

werden sie vor Ort sein und mit ihren eindrucksvollen Druckvorführungen Geschichte greifbar machen. Durch sie wird aus Technik Begeisterung, aus Theorie Praxis und aus einem Besuch im Museum ein echtes Erlebnis. Der Eintritt ist an diesem Tag für alle Interessierten frei. Mitmachaktionen für Kinder sind ebenfalls geplant und eine Buchbinderin ermöglicht Einblicke in ihr traditionelles Handwerk.

Also, komm' vorbei und freue dich auf ratternde Maschinen, Farbe an den Händen und vielleicht sogar ein eigenes Stück Druckkunst zum Mitnehmen.

www.museen-rendsburg.de

15. März, 11-17 Uhr • Museen im Kulturzentrum, Arsenalstraße 2-10, Rendsburg

Schöner Garten?

Wir liefern Ideen,

Beratung & das Material

Jetzt scannen
und blättern



**Bauzentrum
ZERSSEN**

Ein Unternehmen der Schröder-Gruppe.

Rendsburg & Hamweddel | www.bauzentrum-zerssen.de



EHRENAMTSMESSE 2026:

ENGAGEMENT MIT WIRKUNG

60 Vereine, Institutionen und Projekte geben sich am 7. März bei der Ehrenamtsmesse im Hohen Arsenal in Rendsburg die Ehre – nach der erfolgreichen Premiere im vergangenen Jahr verwandelt sich der Bürgersaal erneut in eine Hochburg des bürgerschaftlichen Engagements.

Und das hat im Kreisgebiet viel zu bieten: vom klassischen Ehrenamt bei Rettungsdiensten über freiwillige Mitarbeit in Fördervereinen bis hin zu Richtertätigkeiten. Auf mehr als 550 qm stellen sich die Organisationen mit Mitmachangeboten, Vorführungen und Infoständen vor. Dabei gewähren sie einen tiefen Einblick in ihre Tätigkeiten. Neben allgemeinen Fragen rund um das Ehrenamt geht es vor allem um das persönliche Kennenlernen. Wer sind die Menschen, die so viel im Kreisgebiet möglich machen, und was bewegt sie, sich für ihr Thema einzusetzen?

43 Prozent aller Menschen in Schleswig-Holstein engagieren sich ehrenamtlich. Ein Ehrenamt bedeutet für sie dabei nicht nur, etwas Sinnvolles zu tun und Menschen zu helfen. Sie können durch das Ehrenamt etwas Positives bewirken – auch für sich selbst. „So unterschiedlich die Tätigkeiten der Organisationen auch sein mögen, eines verbindet sie alle: die Leidenschaft für das, was sie tun. Und das merkt man auf der Messe“, erklären die Organisatoren Matthias Bruhn von der VHS Rendsburger Ring e. V. und Marek Schlegel von der Brücke Rendsburg-Eckernförde e. V.

Auch wer kein Ehrenamt sucht, ist auf der Messe richtig, denn hier präsentieren sich Organisationen, die vielleicht manchen noch unbekannt sind, aber ein interessantes Angebot bieten. Auch zum Vernetzen ist die Messe gedacht, was Marek Schlegel bestätigt: „Letztes Jahr haben wir durch die Teilnahme einen Verein näher kennengelernt, mit dem wir nun eine enge Kooperation haben.“

Das Ehrenamt lebt von aktiven Menschen, die ihre Zeit und ihr Engagement einbringen – und von Gelegenheiten, diese Menschen zusammenzubringen. Die Ehrenamtsmesse bietet dafür einen idealen Rahmen. Wer sich informieren, inspirieren lassen oder den ersten Schritt in ein Ehrenamt wagen möchte, findet hier zahlreiche Möglichkeiten, ein Teil eines starken Netzwerks in der Region Rendsburg zu werden. Vorbeikommen, entdecken, mitmachen – und vielleicht etwas finden, das bleibt.

Der Eintritt zur Messe ist frei, für das leibliche Wohl wird gesorgt.

Info: Matthias Bruhn (bruhn@vhs-rendsburg.de) und Marek Schlegel (marek.schlegel@bruecke.org)

7. März, 10–15 Uhr • Bürgersaal im Hohen Arsenal, Arsenalstraße 2–10, Rendsburg



LESUNG GEGEN RASSISMUS

Rendsburg beteiligt sich auch in diesem Jahr an den Internationalen Wochen gegen Rassismus, die vom 16. bis 29. März in Schleswig-Holstein stattfinden. Unter dem Motto „100% Menschenwürde. Zusammen gegen Rassismus und Rechtsextremismus“ soll ein starkes Zeichen für Vielfalt, Toleranz und gegenseitigen Respekt gesetzt werden. Im Rahmen der Aktionswochen lädt die Stadt zu einer Lesung mit dem Autor Andreas Speit ein. Am 17. März, 18.30 Uhr, stellt Speit im Hohen Arsenal sein Buch „Autoritäre Rebellion“ vor. Darin beschreibt er, wie antimoderne Denkmuster immer breitere gesellschaftliche Schichten erreichen und Menschen zunehmend nach rechts rücken – oft aus dem direkten sozialen Umfeld, etwa aus Familien, Freundeskreisen oder Vereinen. Speit geht der Frage nach, warum radikale, antimoderne Ideen nicht mehr nur Randgruppen betreffen, sondern längst auch die Mitte der Gesellschaft erreicht haben. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos, um Anmeldung bis zum 6. März wird gebeten: 04331/20 61 42 68 oder fluechtlingshilfe@rendsburg.de.

**17. März, 18.30 Uhr • Hohes Arsenal,
Arsenalstraße 2-10, Rendsburg**



OSTERFERIENPROGRAMM ONLINE

Die Stadt Rendsburg hat für die Osterferien vom 26. März bis 10. April ein buntes Angebot für Kinder und Jugendliche zusammengestellt – in Zusammenarbeit mit zahlreichen Kooperationspartnern. Mit über 20 Angeboten ist für nahezu jede Altersgruppe und jedes Interesse etwas dabei: Nähwerkstatt, Breakdance, Stadtrallye, kreative Workshops, Kochangebote und vieles mehr. Die über 200 Plätze im Ferienprogramm der Stadt Rendsburg stehen ab sofort zur Buchung online bereit. Eltern haben damit die Möglichkeit, sich zu informieren und die Osterferien gemeinsam mit ihren Kindern zu planen.

www.unser-ferienprogramm.de/rendsburg

SPORTMESSE 2026

Die AktivRegion Rendsburg lädt am Samstag, 21. März, zur Sportmesse ein. Von 10 bis 17 Uhr können Besucher*innen in der Sporthalle der Heinrich-Heine-Schule in Büdelsdorf zahlreiche Sportarten kennenlernen, ausprobieren und mit Vereinen aus der Region ins Gespräch kommen. Der Eintritt ist für alle frei. Das erwartet dich: viele Sportvereine und Organisationen aus der Region; Sportarten wie Rudern, Segeln, Fußball, Boxen, Tennis, Volleyball, Basketball, Schießsport, Kart-Slalom, Yoga, Tanz, Selbstbehauptung und vieles mehr; Mitmachaktionen wie Boxing,

Lichtpuntschießen, Tennis- und Volleyballstationen, Kart-Slalom und Bogenschießen; eine Spielecke für Kinder. Ein besonderes Highlight ist die Messe-Rallye, vorbereitet vom TSV Vineta. Erwachsene und Kinder können Fragen beantworten und mitmachen. Über den Tag verteilt gibt es Vorführungen und Mitmachangebote, darunter Kinder- und Showtanz, Box- und Selbstbehauptungsübungen, Yoga, Wassersport-Talks, Schützensnack sowie weitere Sportpräsentationen.

21. März, 10-17 Uhr • Sporthalle der Heinrich-Heine-Schule, Neue Dorfstraße 67, Büdelsdorf





RENSBURGS „COOLE KARTE“

Sommer, Sonne, Hitze kommen schneller als gedacht: Wir brauchen deine Tipps für kühle Orte.



Ob ein schattiger Platz unter der alten Linde oder ein Wasserspiel, um einen kühlen Kopf zu bewahren: Um allen Bürger*innen der Stadt Rendsburg zu helfen, gut durch die heißen Monate zu kommen, arbeitet die städtische Klimaanpassungsmanagerin an der „Coolen Karte: Kühle Orte in und für Rendsburg“. Diese interaktive Karte wird Orte in der Stadt sammeln, an denen sich die Menschen an heißen Tagen abkühlen können – drinnen und draußen – und Trinkwasser finden können. Die heißen Tage und Hitzewellen im Sommer nehmen als Folge des Klimawandels auch in Schleswig-Holstein zu. Deshalb wird Klimafolgenanpassung zunehmend wichtiger.

DEINE MEINUNG IST GEFRAGT!

Die Stadt Rendsburg möchte dich aufrufen, bei der digitalen Bürgerbeteiligung unter www.adhocracy.plus/rendsburg deine Lieblingsorte im Sommer zu markieren und mit Kommentaren zu versehen. Wo hältst du dich gern auf? Mithilfe deiner Vorschläge wird die „Coole Karte“ für alle Bürger*innen sowie Besucher*innen Rendsburgs realisiert. Sie soll diesen Sommer sowohl digital als auch in gedruckter Form zur Verfügung stehen. Teil den Aufruf auch gern mit Bekannten!

RENSBURG PASST SICH AN

Neben kühlen Rückzugsorten ist auch die Verfügbarkeit von kostenlosem Trinkwasser wichtig. Hier bietet

es sich an, auf www.refill-deutschland.de nach einer Refill-Station in der Nähe zu schauen und die eigene Wasserflasche aufzufüllen – oder aber als gewerbetreibende Person, sich selbst unkompliziert bei Refill zu registrieren und mit einem Sticker zu zeigen, dass einem das Wohl der Mitmenschen am Herzen liegt. Nebenbei reduziert Refill Plastikmüll und trägt zum Umweltschutz bei.

Auch wenn die Sommerhitze hierzulande nicht so extrem wie in anderen Teilen Deutschlands ausfällt, sind Menschen in Norddeutschland weniger an hohe Temperaturen gewöhnt, was Anpassungen notwendig macht. Besonders gesundheitsgefährdet sind die sogenannten „vulnerablen Gruppen“: ältere Menschen, Kleinkinder und Babys, Schwangere sowie Menschen mit Behinderung. Auch Menschen, die viel im Freien arbeiten oder wohnungslos sind, zählen dazu.

LOS GEHT'S

Die digitale Beteiligung kannst du bis zum 31. März 2026 hier aufrufen und aktiv mitgestalten: <https://adhocracy.plus/rendsburg/projects/coole-karte-kuhle-orte-in-rendsburg/>





Oster-Freuden

**Holt Euch mit bunten Osterdekorationen
und Osterglocken den Frühling nach Hause!**

Auch für die Ostereiersuche findet ihr im RONDO
viele kleine Überraschungen und Köstlichkeiten.



rondo.sh/news

RONDO — einkaufen, erleben, wohlfühlen

RONDO Einkaufszentrum
Am Ahlmannkai 2
24782 Rendsburg/Büdelndorf
Mo.–Sa.: 9 – 20 Uhr
REWE: 7 – 22 Uhr



RONDO

**REWE
CENTER**

**BiōMarkt
HIMMEL & ERDE**

kik

MiKaado niacafé

Ernsting's
family

FIGARO 

HANI NAILS


staggenborg

ROSSMANN

simtech

KNAACK

SUBWAY

Tabakwaren
Schwandt



DIE 3 ORTE IN DER STADT, DIE SICH BALD STARK VERÄNDERN WERDEN

Mit dem Frühling kehrt auch eine aufregende Aufbruchsstimmung in Rendsburg ein. Das erkennst du nicht nur an den vielen Frühblühern, die sich langsam ihren Weg ans Licht bahnen, sondern auch an so manchem Großprojekt, das das Stadtbild vielleicht für immer verändern wird.

DER OBEREIDERHAFEN

Nach langjährigem Hoffen auf die angekündigte Belebung des Areals am Obereiderhafen durch einen Investor hat die Stadt Rendsburg die Fläche nun wieder zurückgekauft. Die Mission ist klar: Es soll ein Ort mit hoher Aufenthaltsqualität für Bürger*innen und Gäste entstehen. Dabei sollen diesmal viele lokale Akteur*innen beteiligt werden anstatt externer Investor*innen. Wir finden: Das Potenzial ist riesig: Die Fläche hat eine einmalige Wasserlage und bietet viele Möglichkeiten, ein neuer schöner Ort für alle zu werden. Los geht's!

DER WILLY-BRANDT-PLATZ

Hier rollen wahrscheinlich schon bald die ersten Bagger, denn die Handwerkskammer Flensburg plant ab August den Bau eines neuen, modernen Bildungszentrums für die überbetriebliche Ausbildung. Die Nähe zum Bahnhof und zum Internat der Handwerkskammer in der Kieler Straße waren entscheidend für die Standortwahl. Rund 250 junge Auszubildende aus dem gesamten nördlichen Schleswig-Holstein sollen hier einen Ort zum Lernen bekommen. Wir finden: In Bildung zu investieren, ist immer eine gute Idee! Und vielleicht bringen die jungen Azubis eine ungeahnte Dynamik in die Stadt ...

RUND UM DEN ALTSTÄDTER MARKT

Mit der Sanierung des historischen Platzes ist der erste Schritt getan, das Herz der Stadt wieder strahlen zu lassen. Nachdem ehemalige Besitzer*innen der angrenzenden Häuser ihre Immobilien leider lieber haben verkommen lassen, nimmt die Stadt sich nun selbst der Sache an. Oberste Priorität ist dabei die behutsame Entwicklung des Gebietes und die möglichst weitreichende Erhaltung historischer Bausubstanz. Trotzdem wurde angekündigt, dass das Haus Altstädter Markt 14 – ehemals Frisör Griwodz – abgerissen werden muss. Wir finden: Manchmal kann nur etwas Neues entstehen, wenn etwas Altes geht. Gut, dass die Stadt hier selbst tätig wird, bevor der Verfall weiter fortschreitet.



Schlüsselübergabe im Materialhof: Daniel Grade (r.) übernimmt die Betriebsstättenleitung von Björn Ott

LEITUNGSWECHSEL IM MATERIALHOF

Mitten im Rendsburger Zentrum gelegen, ist der Materialhof seit fast 40 Jahren ein lebendiger Ort der Arbeit, Teilhabe und Begegnung. Als anerkannte Werkstatt für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen bringt er Menschen mit und ohne Handicap ganz selbstverständlich zusammen, etwa beim Mittagstisch im café tagespost, beim Stöbern im Materia-Laden, bei der Arbeit in Rendsburgs ersten Coworking-Space, bei Ausstellungen und Veranstaltungen oder in einem der zahlreichen weiteren Gewerke.

Seit Anfang 2025 ist der Materialhof Teil der Werkstätten Rendsburg-Eckernförde.

Björn Ott, der viele Jahre als Leiter den Materialhof geprägt hat, reicht nun den Schlüssel weiter. Er übernimmt die Gesamtleitung der Werkstätten Rendsburg-Eckernförde und übergibt die Betriebsstättenleitung des Materialhofs an Daniel Grade. „Ich bin sehr glücklich, den Materialhof in so kompetenten und erfahrenen Händen zu wissen“, betont Ott. Daniel Grade, Diplom-Pädagoge mit über 20 Jahren Erfahrung in der sozial-psychiatrischen Arbeit, war zuletzt bei der Starthilfe in Kiel tätig. Er blickt seiner neuen Aufgabe voller Motivation entgegen: „Ich freue mich darauf, meine Erfahrung in dieses vielfältige Haus einzubringen, Bewährtes weiterzuführen, neue Impulse zu setzen und gemeinsam im Verbund mit den anderen Betriebsstätten für die Menschen, die unsere Unterstützung brauchen, wirksam etwas zu bewegen.“



SCHIETSAMMELN: RENDSBURG SAMMELT MÜLL

Rendsburg packt an: Am Samstag, 7. März, sind alle Bürger*innen aufgerufen, sich an der landesweiten Aktion „Unser sauberes Schleswig-Holstein“ zu beteiligen. Gemeinsam soll ein Zeichen gegen achtlos weggeworfenen Müll gesetzt und unsere Heimat sauber gehalten werden.

Plastik, Glas und andere Abfälle stellen außerdem eine erhebliche Gefahr für die Tierwelt dar. Auch Zigarettenkippen sind problematisch: Ihre Schadstoffe werden durch Regen ausgewaschen und gelangen so ins Grundwasser.

„Der Schietsammeltag ist eine tolle Gelegenheit, gemeinsam für die Sauberkeit unserer Stadt zu sorgen. Ich freue mich auf viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer und danke allen, die mitmachen“, so Bürgermeisterin Sönnichsen.

Die diesjährige Müllsammelaktion findet von den folgenden vier Sammelpunkten aus statt:

Treffpunkt Mastbrook: 9.20 Uhr an der Schule Mastbrook (Ostlandstraße 44)

Treffpunkt Schleife: 9.40 Uhr an der Schule Nobiskrug (Nobiskrüger Allee 116)

Treffpunkt Kronwerk: 10 Uhr am Gymnasium Kronwerk (Eckernförder Straße 58)

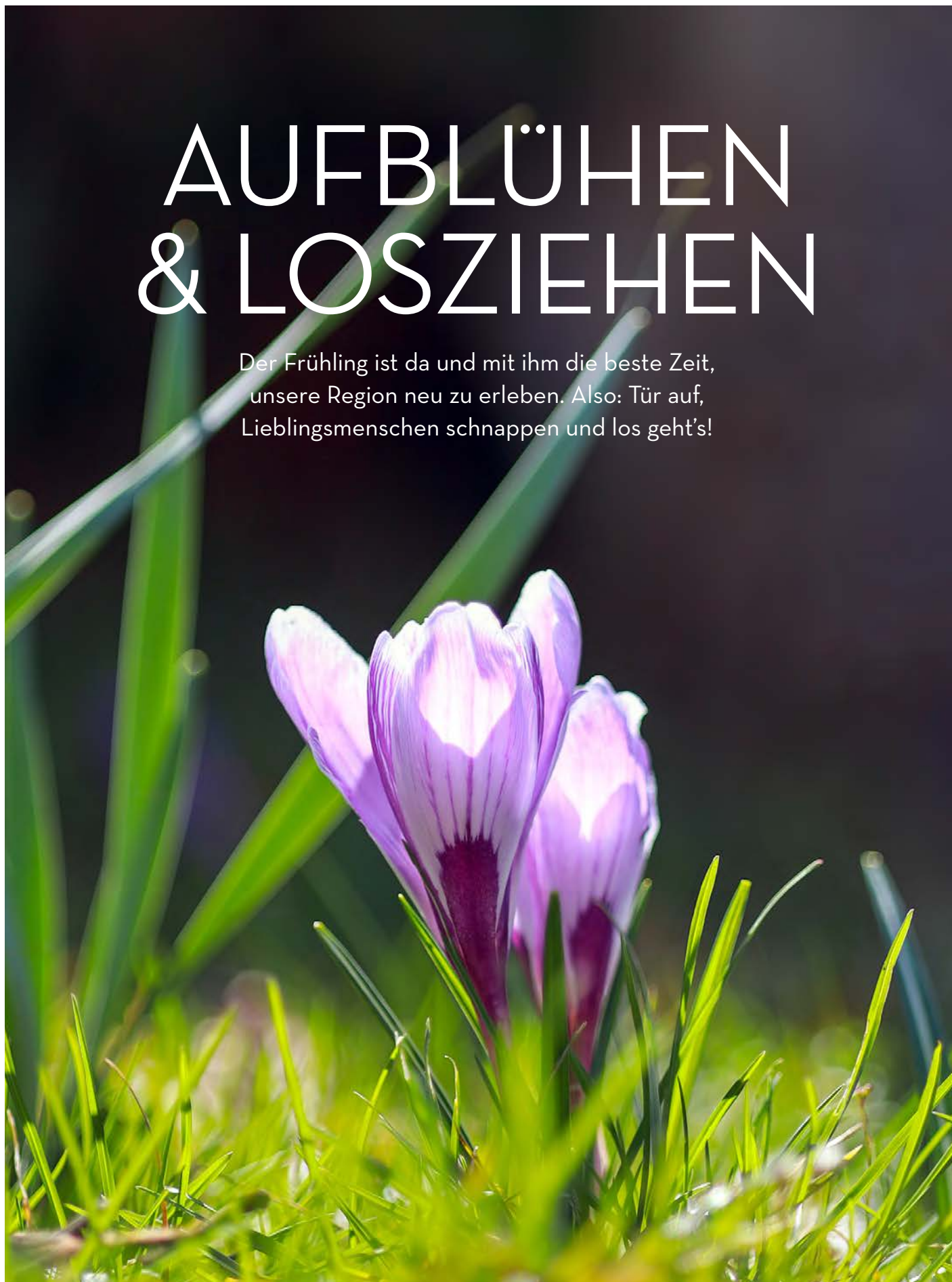
Treffpunkt Innenstadt: 10 Uhr vor dem Neuen Rathaus (Am Gymnasium 4)

Als Dankeschön lädt die Stadt im Anschluss ans Sammeln alle fleißigen Helfer*innen zu einer kleinen Stärkung ein.



AUFBLÜHEN & LOSZIEHEN

Der Frühling ist da und mit ihm die beste Zeit,
unsere Region neu zu erleben. Also: Tür auf,
Lieblingsmenschen schnappen und los geht's!





SERVICE MIT SIEGEL – FÜR JEDES RAD

Die Werkstatt von **Fahrrad Rosacker** in Büdelsdorf wurde erneut erfolgreich vom TÜV Nord zertifiziert. Regelmäßige, unangekündigte Prüfungen und Kundenbefragungen sichern dabei dauerhaft hohe Qualitätsstandards. Gerade bei moderner Fahrrad- und E-Bike-Technik bietet die Zertifizierung Kund*innen ein Plus an Sicherheit – auch im Leasing-Bereich. Es werden nicht nur Räder aus dem eigenen Verkauf gewartet, sondern ausdrücklich auch Fahrräder und E-Bikes angenommen, die anderswo gekauft wurden, außer unbekannter Motoren. Reparaturen werden transparent aufgenommen, inklusive Durchsicht und klarer Kostenübersicht. Neben Reparaturen werden auch Inspektionen und UVV-Prüfungen angeboten. Termine können telefonisch oder online gebucht werden, viele Räder sind oft innerhalb von 24 Stunden wieder abholbereit. Bei längeren Wartezeiten stehen Leih-E-Bikes zur Verfügung. Im Fokus stehen dabei stets ein zuverlässiger Service und zufriedene Kundschaft.

Foto: Fahrrad Rosacker



Foto: Harry Beiersdorf

GROSSER OSTERMARKT

Wenn der Osterhase das historische Landgestüt besucht, steht der Frühling vor der Tür. Auf dem Gestüt stellen wieder viele Marktleute und Kunsthandwerker*innen ihre Waren aus: z.B. Schinken und Wurst vom Strohschwein aus eigener Herstellung, Gewürze, Schokoladenkreationen, Deko für Haus & Garten, ungewöhnlichen Osterschmuck, Mode und Accessoires. Die Kinder haben ihren Spaß beim Ponyreiten und auf der Kindereisenbahn. Der Osterhase verteilt an beiden Tagen Süßigkeiten. Die Traventhaler Alpakas, Schafe mit Osterlämmern und das bunte Hasendorf erwarten die kleinen und großen Gäste. Die Sonderausstellung zeigt „Susanna im Bade“, ursprünglich von Jacopo Tintoretto (1555), in einer Neuinterpretation von Harry Beiersdorf. Für das leibliche Wohl gibt es frische Torten, Crêpes und Kaffeespezialitäten, das Traventhaler Hengst-Bier aus der Landbrauerei, Wurst vom Holzkohlegrill und die beliebte Erbsensuppe.

21. und 22. März, 10 bis 18 Uhr • Landgestüt Traventhal

03.2026 **RendsburgerFeier** 27



NUTZE UNSERE LEASING-KOMPETENZ!

- ✓ Wir machen die Abwicklung so unkompliziert wie möglich
- ✓ Große Bike-Auswahl von sportlich bis komfortabel
- ✓ Wir kümmern uns fachgerecht um alle Reparaturen und Inspektionen während der Leasingzeit
- ✓ Wir beraten Dich individuell zum Bike-Leasing und erklären Dir alle Vorteile

WIR ARBEITEN MIT ÜBER 20 LEASING-PARTNERN:

eb eurorad JOBRAD BIKELEASING.DE Neuer als Unternehmen BUSINESS BIKE  u.a.

BESTE BIKES - BESTER SERVICE

- ✓ TÜV-zertifizierte Qualitäts-Werkstatt
- ✓ Beste Neuradmontage
- ✓ Transparente Kostenkalkulation
- ✓ Sorgfältige Inspektionen
- ✓ Fachmännische Reparaturen
- ✓ Moderne Reparaturannahme



JETZT BERATUNGSTERMIN BUCHEN!



FAHRRAD ROSACKER | Hollerstr. 27 | 24782 Büdelsdorf
 Öffnungszeiten: Mo-Fr 9.00 - 13.00 Uhr & 14.00 - 18.00 Uhr, Sa 9.00 - 13.00 Uhr,
 ACHTUNG: Mittwoch nachmittags geschlossen.
www.fahrrad-rosacker.de

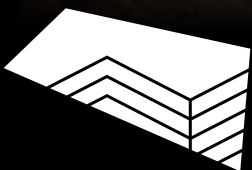
Frühjahrs- markt in Haithabu

AUFBLÜHEN & LOSZIEHEN



Ostern
3.-6.4.
9 bis 17 Uhr

haithabu.de



**Wiking Museum
Haithabu**

Landesmuseen SH

 **Welterbe
Haithabu-Danewerk**

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

PROVINZIAL




Das Osterwochenende ist
eine gute Zeit für den
Besuch in Haithabu



Auf dem Frühjahrsmarkt
können alte Handwerks-
techniken bestaunt werden



Fröhliche Stimmung herrscht im
Wiking Museum Haithabu



Das Angebot ist stilvoll
und vielseitig

FRÜHLINGSAUFBRUCH

Wenn nach der kalten Jahreszeit die Natur aus ihrem Winterschlaf erwacht, dann lädt vom 3. bis zum 6. April jeweils von 9 bis 17 Uhr das **Wiking Museum Haithabu** wieder zu seinem vielfältigen Frühjahrsmarkt nach Haddeby bei Schleswig ein.

Über das Osterwochenende wird das bedeutende Handelszentrum am Noor erneut lebendig und überall herrscht rege Betriebsamkeit. In die Häuser fallen die ersten frühlingsschönen Sonnenstrahlen und die Marktbetreibenden und die Besucher*innen handeln und tauschen in buntem Treiben lokale Produkte, Kunsthandwerk und exotische Waren wie Schmuck, Kleidung, Keramik, Holzgefäße, hochwertige Messer und andere Schmiedewaren. Dazu heißt das Wiking Museum Haithabu über hundert Händler*innen aus Deutschland, Dänemark und den Nachbarländern willkommen. Das Besondere am Frühjahrsmarkt ist, dass den Marktbesuchenden ein authentisches Erlebnis geboten wird. Die Händler*innen und Handwerkenden orientieren sich an den überlieferten Techniken, Materialien und

Formen, nach denen in der Wikingerzeit gearbeitet wurde, und erzählen und erklären diese mit Leidenschaft. All dies geschieht in der faszinierenden Atmosphäre der nachgebauten Häuser, die das damalige Leben der Wikinger widerspiegeln.

Aufgrund der begrenzten Parkplätze und zum Schutz des Welterbes Haithabu wird auch zum Frühjahrsmarkt wieder der kostenlose Shuttledienst von 9 bis 17.30 Uhr angeboten. Dieser wird regelmäßig zwischen dem großen P+R-Parkplatz an der B77 beim Fliegerhorst Schleswig/Jagel und dem Parkplatz am Wiking Museum Haithabu fahren. Weitere Informationen sind unter www.haithabu.de verfügbar.

**3. bis 6. April, Frühjahrsmarkt in
Haithabu, Wiking Museum Haithabu,
Haddeby bei Schleswig**

STUDIEN-INFO-TAGE 2026 AN DER UNI KIEL

Vom 10. bis 12. März öffnet die Christian-Albrechts-Universität zu Kiel ihre Türen für Studieninteressierte. Über 200 Studienfächer und vielfältige Beratungsangebote warten auf dem Campus.

Im März wird der Campus der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel (CAU) erneut zum Treffpunkt für alle, die sich mit ihrer Studienwahl beschäftigen. Vom 10. bis 12. März 2026 laden die Studien-Info-Tage dazu ein, die Universität kennenzulernen und sich einen umfassenden Überblick über das vielfältige Studienangebot zu verschaffen. Das Programm ist bereits online verfügbar. Ob kurz vor dem Abitur, mitten im Entscheidungsprozess oder einfach neugierig auf neue Perspektiven – die Veranstaltung richtet sich an Schüler*innen, Studieninteressierte und Studierende gleichermaßen. Mehr als 200 Studienfächer werden im Rahmen zahlreicher Vorträge vorgestellt.

Dabei geht es sowohl um grundständige Studiengänge wie Bachelor, Staatsexamen oder Diplom als auch um weiterführende Masterprogramme.

VORTRÄGE, BERATUNG UND EINBLICKE IN DEN CAMPUS-ALLTAG

Neben Fachvorträgen bietet die CAU umfangreiche Beratungsangebote. Im Audimax und im Messezelt stehen Expert*innen für persönliche Gespräche bereit. Die Zentrale Studienberatung informiert über Studienstart, Bewerbung und Finanzierungsmöglichkeiten. Auch Fragen rund um das Lehramtsstudium in Schleswig-Holstein, Auslandsaufenthalte oder den Studien-

standort Kiel werden thematisiert. Geführte Campus-Spaziergänge ermöglichen zudem einen Blick hinter die Kulissen einzelner Institute und geben Einblicke in den Studienalltag. Vertreter*innen der Fakultäten, Fachschaften, des Allgemeinen Studierendenausschusses (AStA), des Zentrums für Lehrerbildung sowie weitere Partnerinstitutionen stehen für Gespräche zur Verfügung. Ergänzt wird das Angebot durch Beratungen externer Einrichtungen, etwa zur Studienfinanzierung oder zu beruflichen Perspektiven. Die meisten Vorträge werden online übertragen. Die Studien-Info-Tage sind ohne Anmeldung zugänglich. www.uni-kiel.de/studien-info-tage



Foto: Bevis M. Nickel, Uni Kiel

C | A | U

Christian-Albrechts-Universität zu Kiel

Vorträge
Orientierung
Beratung

Austausch
mit Studis
& Lehrenden

Campus-
Spaziergänge

Info-
Messe

Studien-Info-Tage der Universität Kiel vom 10. bis 12. März 2026

Informationsveranstaltung für Schülerinnen und Schüler, Studierende der Bachelorstudiengänge und Studieninteressierte. **Alle Informationen unter:** www.uni-kiel.de/de/studien-info-tage



WENN DER ALLTAG ZUR FORSCHUNGSFRAGE WIRD

Science Comes to Town zeichnet Gewinnerprojekte aus und startet neue Wettbewerbsrunde

Große Fragen beginnen oft im Kleinen – in der Schule, im Stadtbild oder bei der Berufswahl. Genau hier setzen die ausgezeichneten Co-Creation-Projekte von Science Comes to Town 2026 an. Gemeinsam mit Wissenschaftler*innen machen Bürger*innen ihren Alltag zum Forschungsraum. Noch bis zum 15. April läuft die zweite Wettbewerbsrunde.

DIE GEWINNERPROJEKTE

Eine zwölfte Klasse des Geschichtsprofils der Hebbelschule untersucht ihre Schule als gesellschaftlichen Mikrokosmos. Interviews mit ehemaligen Lehrkräften, Schüler*innen und Eltern, Archivmaterial und historische Stundenpläne zeigen, wie Kriege, Reformen oder Bewegungen wie Fridays for Future den Schulalltag prägen.

Ein weiteres Projekt nimmt die Kieler Stickerlandschaft unter die Lupe. Aufkleber an Ampeln oder Straßenschildern erzählen von Protest, Humor und Zugehörigkeit. Motive, Orte und Überklebungen werden kartiert und dokumentiert. Eingereicht wurde die Idee von Charlie Brodersen und

Paul Rasmus Lindhorst.

Im dritten Projekt stehen oft übersehene Naturwissenschaftlerinnen im Fokus. Ihre Biografien und Entdeckungen werden als Podcast, Trickfilm, Hörspiel oder Bühnenstück neu erzählt. Ziel ist es, Wissenschaft niedrigschwellig erfahrbar zu machen, so Dr. Madeleine Freund vom Netzwerk NaturSpielpädagogik.

JETZT BEWERBEN!

Die zweite Wettbewerbsrunde richtet sich an Bürger*innen, Schüler*innen, Initiativen und Vereine aus Kiel sowie den Kreisen Plön und Rendsburg-Eckernförde.

Bewerbungsschluss: 15. April

Bekanntgabe: Mai

Umsetzung: Juni bis November

Ausgewählte Teams erhalten bis zu 1.000 Euro, wissenschaftliche Begleitung und eine öffentliche Präsentationsmöglichkeit.

Alle Gewinner*innen sind zudem zur Abschlusszeremonie eingeladen.

Paul Rasmus Lindhorst und Charlie Brodersen widmen ihr Forschungsprojekt der Kieler Stickerlandschaft

Infos und Sprechstunden:
WWW.SCTT-2026.DE



WEITERE TERMINE

Expedition Open-Science-Land

Interaktive Ausstellung zu Open Science in der ZBW – Leibniz-Informationszentrum Wirtschaft.

Täglich geöffnet. www.expedition-open-science.org

Offener Lesekreis „Die Odyssee“

Ab 3. März 17 Uhr • Universität Kiel

Ein 24-wöchiger, wissenschaftlich begleiteter Lesekreis zur antiken Vorlage – ohne Vorkenntnisse, Einstieg jederzeit möglich.

Women Science Show

5. März, 19 Uhr • Studio Filmtheater

Junge Wissenschaftlerinnen geben Einblicke in ihre Forschung und ihre Motivation.

Kinder-Uni: Roboter und Eis

18. März, 14.30–15.30 Uhr • HAW Kiel, Hörsaal 6, mit Professor Bernd Finke-meyer, für Kinder ab acht Jahren.

DLR_Raumfahrt_Show

18. März, 16.30 Uhr • Konzerthaus am Schloss, interaktive Show für Familien zu Luftfahrt, Raumfahrt, Energie und Verkehr – mit Anmeldung.

Mach mit beim Science Battle!

Bewerbungsschluss 20. März • Bist du neugierig, experimentierfreudig und arbeitest gern im Team? Dann nimm am Science Battle teil! In Brest, Kiel und Split treten Teams in spannenden Challenges an – von Quiz und Experimenten bis zu kreativen Bauaufgaben. Auf die Siegerteams wartet das große Finale auf der Kieler Woche! Mitmachen können alle ab 14 Jahren.

HYBRID UND E-PICK-UP FEIERN PREMIERE ENTDECKER-TAG IN KROPP

Am 14. März lädt das Autohaus Stien zum KGM Entdecker-Tag nach Kropp ein. Im Mittelpunkt stehen zwei echte Kraftpakete.

Der Frühling bringt Bewegung auf die Straße – und im Autohaus Stien in Kropp auch gleich zwei Fahrzeugpremierer. Am 14. März 2026 lädt das Team rund um Geschäftsführer Stefan Stien zum KGM Entdecker-Tag ein. Von 10 bis 15 Uhr stehen in der Fabrikstraße 1 die neuesten Modelle der koreanischen Marke KGM im Rampenlicht: der Torres Hybrid und der Musso EV, der erste vollelektrische Pick-up des Herstellers.

TORRES HYBRID: MEHR EFFIZIENZ FÜR DAS SUV-SEGMENT

Mit dem neuen Hybridantrieb treibt KGM die Elektrifizierung seiner Modellpalette konsequent voran. Erstmals bietet die Marke einen Vollhybrid an – zunächst im SUV Torres, der damit nicht nur in Sachen

Technik, sondern auch im Alltag an Attraktivität gewinnt. Der Hybrid kombiniert einen 1,5-Liter-Turbobenziner mit Elektromotor und erreicht eine Systemleistung von 150 kW/204 PS. Das Ergebnis: mehr Dynamik bei reduziertem Verbrauch. Laut Hersteller liegt der kombinierte Kraftstoffverbrauch bei 6,1 Litern auf 100 Kilometer, die CO₂-Emissionen bei 139 g/km (WLTP)..

MUSO EV: DER ERSTE VOLL-ELEKTRISCHE PICK-UP VON KGM

Neben dem neuen Hybrid-SUV sorgt ein weiteres Modell für Aufmerksamkeit: Der



KGM Musso EV bringt das bewährte Pick-up-Konzept der Marke erstmals in die vollelektrische Zukunft. Mit einer Pritsche von knapp 1,35 Metern, einer Nutzlast von bis zu 500 Kilogramm und einer Anhängelast von bis zu 2,3 Tonnen richtet er sich an alle, die Alltagstauglichkeit und moderne Antriebstechnik verbinden möchten.

KGM Entdecker-Tag: 14. März 2026, 10-15 Uhr
Autohaus Stien GmbH, Fabrikstraße 1, Kropp
(auch in Bergenhusen)

Foto: KGM

HERZLICH WILLKOMMEN ZUM KGM ENTDECKER TAG

AM 14. MÄRZ 2026 IN KROPP



KGM Musso EV: Stromverbrauch kombiniert: 26,0–23,0 kWh/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert: 0 g/km; CO₂-Klasse: A.

Entdecken Sie die Fahrzeuge von KGM: familienfreundliche SUVs und Pick-Ups aus Südkorea.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch am 14. März 2026 von 10–15 Uhr in unserem Haus in Kropp.

Das Highlight:
Die Premiere des neuen
vollelektrischen Pick-Ups Musso EV!

KGM
Enjoy with Confidence

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

GmbH

100% MENSCHENWÜRDE

INTERNATIONALE WOCHEN GEGEN RASSISMUS 2026

Vom 16. bis 29. März finden die Internationalen Wochen gegen Rassismus in Schleswig-Holstein statt.

Das diesjährige Programm unter dem Motto „100% Menschenwürde. Zusammen gegen Rassismus und Rechtsextremismus“ umfasst mehr als 130 Veranstaltungen und Angebote im Land, die dazu einladen, sich mit Rassismus, Rechtsextremismus, Diskriminierung und gesellschaftlichem Zusammenhalt auseinanderzusetzen. Koordiniert werden die Aktionswochen wie in den Vorjahren vom Landesdemozentrum Schleswig-Holstein (LDZ S-H).



Autorin Kübra Gümüşay spricht bei der Eröffnung am 16. März zum Thema Sprache und Rassismus

ERÖFFNUNG AM 16. MÄRZ

Zur Eröffnung der **Internationalen Wochen gegen Rassismus 2026** laden das Landesdemozentrum und die Landesbeauftragte für Flüchtlings-, Asyl- und Zuwanderungsfragen des Landes Schleswig-Holstein am 16. März ins InnoPier in Kiel ein. Die Autorin des Bestsellers „Sprache & Sein“ und Moderatorin Kübra Gümüşay spricht in ihrer Keynote über strukturellen

Rassismus, Ausgrenzung und Entmenschlichung. Im Fokus steht dabei die Sprache als Instrument zur Konstruktion sozialer Identität. Künstlerisch begleitet wird der Abend durch die Slampoet*innen Mona Harry und Björn Högsdal. Zudem ist die Ausstellung #wasihrichtseht von Dominik Lucha Teil des Rahmenprogramms.

Am 21. März, dem Internationalen Tag gegen Rassismus, wird weltweit der Opfer und Angehörigen rassistischer Gewalt gedacht – zugleich ein Tag, der zum aktiven Engagement gegen Rassismus aufruft. Das vollständige Programm der Internationalen Wochen gegen Rassismus ist online abrufbar unter www.ldz-sh.de/iwgr und über den QR-Code.



eyekey design

GEGEN RASSISMUS UND RECHTS- EXTREMISMUS

16. BIS 29. MÄRZ 2026

Internationale Wochen gegen Rassismus Veranstaltungsreihe in Schleswig-Holstein

#IWGR
www.ldz-sh.de

Gefördert vom

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie *leben!*

Landesdemozentrum
Schleswig-Holstein

LANDESPRÄVENTIONSRAT
SCHLESWIG-HOLSTEIN

Schleswig-Holstein
Ministerium für Inneres,
Kommunales,
Wohnen und Sport

EIN TAG VOLLER HUSUM-MAGIE

Ein Frühlingsausflug nach Husum lohnt sich im März besonders. Sobald die Sonne durch die Wolken blinzelt, zeigt sich die charmante Hafenstadt an der Nordsee von ihrer schönsten Seite. Zum Krokusblütenfest am 14. und 15. März verwandelt sich Husum in ein lila Blütenmeer und begeistert mit nordischem Flair, frischer Luft und ganz viel Frühlingsgefühl. Das Förde Fräulein nimmt dich mit auf einen perfekten Tag in Husum und zeigt dir die schönsten Orte, persönliche Tipps und echte Highlights, die diesen Ausflug unvergesslich machen.

Im März erstrahlt Husum
in einem lila Blütenmeer
aus Krokussen



Das Frühstück im Künstler-
café ist wie ein kleiner
Urlaub in Frankreich



Ticket geschoppt und los
geht's: Die DB Regio bringt
dich stressfrei ans Ziel



TIPP 1: REISE MIT DER BAHN NACH HUSUM

Für mich beginnt ein perfekter Husum-Tag am besten bequem mit der Bahn. Die DB Regio Schleswig-Holstein bringt dich stressfrei aus Richtung Hamburg oder Westerland nach Husum, während draußen die ersten Frühlingsgrünflächen vorbeiziehen und die Landschaft sofort gute Laune macht. Die passende Verbindung nach Husum findest du wie immer unter www.bahn.de oder in der App DB Navigator.

Husum bietet einige
schöne Läden zum Stöbern



TIPP 2: FRÜHSTÜCK WIE EIN KLEINER URLAUB

Wenn du in Husum ankommst, darf ein Frühstück im Künstlercafé Husum auf keinen Fall fehlen. Das Café hat diesen wunderbar französischen Charme: Holzmöbel, kleine Pflanzen auf den Tischen und dieser Duft von frischem Kaffee und Croissants, der einem schon beim Eintreten den Tag versüßt. Sogar die Fliesen auf dem Boden sind einfach wunderschön.

Meine Frühstücksauswahl? Ein Teller voller himmlischer Köstlichkeiten: eine Auswahl an frisch gebackenem Baguette und Brot, gegrilltes Gemüse, süßes Bananenbrot, frisches Obst, hausgemachte Marmelade und leckerer Lachs mit Honig-Senf-Soße. Dazu ein Croissant mit Pistaziencremefüllung und ein Café mit Pistaziencreme – mehr Frühstückshimmel geht kaum.

Wenn du nach dem Frühstück noch ein bisschen Platz hast, probiere unbedingt eine Tarte oder Torte. Im Sommer kannst du im Hinterhof zwischen Orangenbäumen sitzen, die Sonne auf der Haut spüren und fast vergessen, dass du nur in Husum bist. Für mich ist dieses Frühstück wie ein kleiner Urlaub in Frankreich, nur mitten in Schleswig-Holstein.

TIPP 3: BUMMEL DURCH DIE CHARMANTEN GASSEN UND SHOPS

Nach dem Frühstück lohnt es sich, die Gassen der Husumer Altstadt zu erkunden. Überall warten kleine Läden, Conceptstores und Boutiquen darauf, von dir entdeckt zu werden. Mein erster Tipp ist der Gundt Home Conceptstore: liebevoll kuratierte Wohnaccessoires, kreative Geschenkideen und kleine Schönigkeiten für dein Zuhause. Und ein kleiner Bonus: Dich begrüßt die süße französische Bulldogge Hope – ein absoluter Gute-Laune-Garant! Bei Schmucke Deern geht es farbenfroh mit meinem zweiten Tipp weiter: Klamotten, Accessoires und aktuelle Trends reihen sich wie auf einer kleinen Modenschau aneinander – perfekt, wenn du Lust auf ein bisschen Inspiration oder Shopping-Spaß hast. Ich liebe es, hier ein bisschen durch die Gassen zu stöbern, die Atmosphäre zu genießen und die kreativen Ideen aufzusaugen. Husum zeigt hier seine ganz persönliche, charmante Seite.

TIPP 4: BESTAUNE DAS LILA HIGHLIGHT: KROKUSBLÜTENFEST

Jetzt kommt mein persönliches Highlight und Tipp für deinen Ausflug: das Krokusblütenfest im Husumer Schlosspark, das dieses Jahr am 14. und 15. März stattfindet. Sobald man den Park betritt, ist man umgeben von einem lila Blütenteppich, der sich wie ein

Frühlingsmeer über die Wiesen legt. Ich kann dir sagen: So ein Anblick lässt jeden grauen Wintertag vergessen. Und nicht nur die Blüten sind beeindruckend: Das Husumer Schloss selbst, der einzige erhaltene Schlossbau an der schleswig-holsteinischen Westküste, bildet einen wunderschönen Rahmen für das Fest. Ob Fotomotive, Spaziergänge zwischen den Beeten oder einfach nur das Genießen der Farben – das Krokusblütenfest ist ein Erlebnis, das du in Husum nicht verpassen solltest.

Ein kulinarisches Muss;
ein frisches Krabbenbröt-
chen auf die Hand



TIPP 5: GEMÜTLICHER TAGESABSCHLUSS IM KINO

Nach einem Tag voller Eindrücke und frischer Nordseeluft ist das Kino Center Husum der perfekte Ort, um gemütlich zu entspannen und den Tag ausklingen zu lassen. Das Kino hat acht Säle und jeder einzelne hat seinen eigenen Namen, Charakter und kleine Besonderheiten. Besonders charmant finde ich die liebevollen Details: An jedem Platz gibt es eine kleine Klingel, mit der man Essen und Getränke direkt bestellen kann. Einfach zurücklehnen, Popcorn genießen und den Film in Ruhe erleben. Ich liebe es, wie hier Gemütlichkeit, ein bisschen Retro-Flair und norddeutscher Charme zusammenkommen. Die Atmosphäre ist urig, aber gleichzeitig modern. Das Kino Center Husum macht einen Besuch besonders und rundet deinen Tag in Husum einfach perfekt ab.



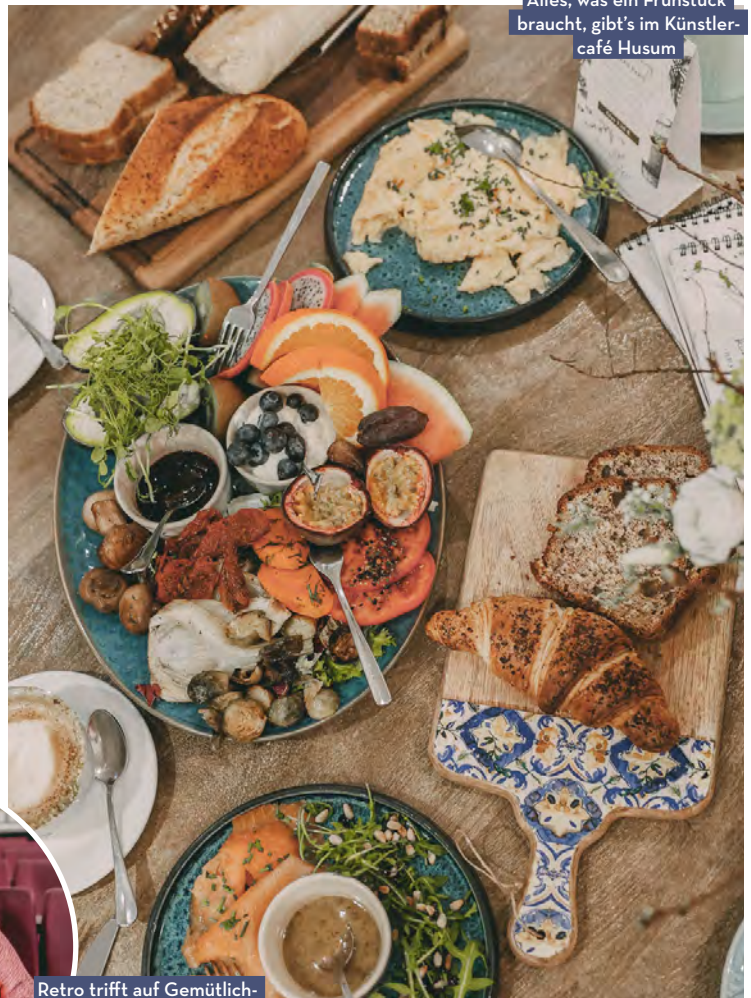
Retro trifft auf Gemütlichkeit: Das Kino Center hat seinen eigenen Charme

TIPP 6: GENIESSE DAS HAFENFLAIR

Nach dem Parkspaziergang zieht es mich an den Husumer Hafen. Hier erwarten dich nicht nur frische Seeluft und ein maritimes Flair, sondern auch das absolute kulinarische Muss: ein frisches Krabbenbrötchen bei Husumer Krabbenbrötchen. Das Brötchen ist sogar noch warm und mit Liebe zubereitet – ein Stück Nordsee auf die Hand darf bei meinem Ausflug nach Husum nicht fehlen.

Doch der Hafen hat noch mehr zu bieten: Der Husumer Speicher ist heute ein lebendiger Kulturort mit Konzerten, Lesungen und Events direkt am Wasser. Auch das Schifffahrtsmuseum erzählt spannende Geschichten rund um die Nordsee und die Seefahrt, während das Theodor-Storm-Haus Einblicke in das Leben und Werk des berühmten norddeutschen Schriftstellers gibt. Hier spürt man das Herz von Husum: Historie, Kultur und echtes Nordsee-Flair direkt nebeneinander.

Alles, was ein Frühstück braucht, gibt's im Künstler-café Husum



KLEIN, FEIN, HUSUM

Ein Tag in Husum ist wie ein kleiner Frühlingsurlaub: Krokusblüten, Hafenflair, charmante Läden und himmlisches Frühstück. Pack deine Kamera ein, schnapp dir eine Jacke für die frische Nordseeluft und lass dich vom Krokusblütenfest und dem besonderen Charme der Stadt verzaubern. Husum ist klein, aber oho und perfekt für einen Tagesausflug voller Nordsee-Flair.

FRÜHLINGS BALL



21.03.

DJ H-YO

MAX AND FRIENDS



halle400.de

Veranstalter: Kai City Events

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Frische Impulse,
aktuelle Möbeltrends
und clevere Immobilien-
tipps - wir zeigen
dir, wie dein Zuhause
jetzt richtig aufblüht.





NEUE WOHNTRÄUME 2026

Interliving Highlights jetzt bei Möbel Bergemann entdecken

Ob stilvolles Boxspringbett oder moderne Polstergarnitur – bei Möbel Bergemann in Rendsburg stehen die Interliving-Neuheiten 2026 im Mittelpunkt. Die aktuelle Kollektion verbindet zeitgemäßes Design mit durchdachter Funktionalität und hohem Komfort – ganz nach dem Motto: „Mein Stil“.

KOMFORT TRIFFT DESIGN

Bereits in der Ausstellung erlebst du die neuen Boxspring- und Polsterbetten Interliving 1414 und Interliving 1420. Sie

überzeugen mit hochwertiger Verarbeitung, individueller Planbarkeit und spürbarem Schlafkomfort. Ebenfalls vor Ort: die neue Polstergarnitur Interliving 4420, die modernes Wohnen mit gemütlicher Großzügigkeit vereint – ideal für entspannte Stunden im Wohnzimmer.

Ab Mai ergänzt das Modell Interliving 1421 die Ausstellung. Auch dieses Boxspringbett steht für stilvolle Optik und ergonomisch durchdachte Lösungen für erholsamen Schlaf.

PERSÖNLICHE BERATUNG VOR ORT

Möbel Bergemann setzt auf regionale Nähe, kompetente Beratung und Qualität. In den Ausstellungsräumen in Rendsburg kannst du die neuen Interliving-Modelle nicht nur anschauen, sondern probesitzen und probeliegen – und gemeinsam mit dem Team dein individuelles Wohnkonzept entwickeln. Wer frische Impulse für sein Zuhause sucht, findet mit den Interliving-Neuheiten 2026 stilvolle Antworten auf moderne Wohnfragen. Mehr unter: www.moebel-bergemann.de



NEUE MUSTERBÄDER IM FLIESENHOF FOCKBEK

Das Team vom Fliesenhof Fockbek hat die kalte Jahreszeit genutzt und die Ausstellung modernisiert. Ab sofort erlebst du zeitlose Natursteinoptik in frischem Look – robust, pflegeleicht und stilvoll.

Fliesen in Natursteinoptik lassen Räume natürlich und schlicht wirken, gleichzeitig markant und authentisch. Das Feinsteinzeug in Steinoptik von Emilgroup verbindet die Anmutung und Beständigkeit von Stein mit der Alltagstauglichkeit des Materials und passt zu vielen Wohnstilen, vom lütten Gästebad bis zur Wellnesszone.

HIGHLIGHT: SALT STONE VON PROVENZA

Die Serie Salt Stone übersetzt den zeitlosen Charme von Stein in ein

technisch und optisch erstklassiges Feinsteinzeug. Die Kollektion gibt es in zwei Stärken und fünf Formaten. Abgerundet wird sie vom 3D-Dekor Modula, das den Bruchsteineffekt eingeschlossener Salzblöcke realistisch nachbildet und Akzentflächen sowie Wandverkleidungen plastisch wirken lässt. Buche jetzt deinen persönlichen Termin und lass dich von den neuen Musterbädern im **Fliesenhof Fockbek** inspirieren: Tel.: 04331 / 661 60 oder www.fliesenhof-fockbek.de



Fliesen in Natursteinoptik wirken natürlich und schlicht – zugleich markant und authentisch

Fotos: Fliesenhof Fockbek



Fliesenhof Fockbek

*Kreativität
für Ihre Räume*



Beratung • Planung • Durchführung

Zum Kratt 4 · 24787 Fockbek
fon: 04331/66 160 · fax 04331/66 16 26
www.fliesenhof-fockbek.de



FRISCHEKUR FÜR DEN KÜHLSCHRANK

Hand aufs Herz: Wann hast du deinen Kühlschrank zuletzt gründlich gereinigt? Dabei sorgt regelmäßiges Putzen nicht nur für Hygiene, sondern auch für längere Haltbarkeit deiner Lebensmittel. Räume zunächst alles aus und lagere empfindliche Lebensmittel kurzzeitig kühl. Entferne Einlegeböden und Schubladen und reinige sie mit warmem Wasser und etwas Spülmittel. Für den Innenraum reicht meist eine Mischung aus warmem Wasser und einem Schuss Essig oder Natron – das wirkt antibakteriell und neutralisiert Gerüche. Aggressive Reiniger sind nicht nötig. Wichtig: Dichtungen nicht vergessen! Hier sammeln sich Krümel und Feuchtigkeit. Mit einem weichen Tuch oder einer alten Zahnbürste kommst du gut in die Zwischenräume.

Eine kleine Schale mit Natron oder Kaffeepulver im Kühlschrank bindet unangenehme Gerüche ganz natürlich. Etwa alle vier Wochen austauschen – fertig. So bleibt deine Küche nicht nur optisch, sondern auch hygienisch frisch.

Foto: Adobe Stock

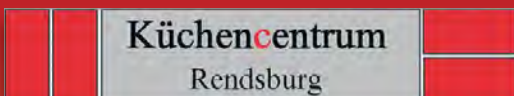
WENN WERKSTATT WIEDER NACH VERTRAUEN KLINGT

Neu in Büdelsdorf – und trotzdem keine Neulinge: Mit der **HP Fahrzeugtechnik GmbH & Co. KG** in der Fehmarnstraße 5 in Büdelsdorf startet ein Betrieb, hinter dem zwei erfahrene Köpfe stehen. Tarek, Kfz-Meister, und Tim, Automobilkaufmann, kennen sich bereits aus einem früheren Unternehmen, in dem sie gemeinsam gearbeitet haben. Nun gehen sie zusammen den Schritt in die Selbstständigkeit – mit dem Anspruch, Kund*innen ehrlich, freundlich und auf Augenhöhe zu betreuen. Wer sein Fahrzeug abgibt, soll am Ende genau wissen, was gemacht wurde – und warum. Zum Leistungsspektrum gehören Inspektionen, Wartung, Reifenwechsel, Reparaturen sowie Umbauten und individuelle Anpassungen. Ein besonderes Plus: HP Fahrzeugtechnik bietet auch Service und Reparaturen für Motorräder – ein Angebot, das in der Region längst nicht überall selbstverständlich ist.

www.hp-fahrzeugtechnik.com



Foto: HP Fahrzeugtechnik GmbH & Co. KG



MEINE NEUE KÜCHE



Wir geben keine 60% Wir geben alles!

Besuchen Sie unsere große Küchenausstellung.
Wir erstellen Ihnen ein kostenloses Angebot.

Friedrichstädter Straße 26 ♦ 24768 Rendsburg
Tel.: 04331 45063
www.kuechencentrum-rendsburg.de



HP Fahrzeugtechnik GmbH & Co. KG

Ihre Kfz- und Motorrad-Werkstatt des Vertrauens!



HP Fahrzeugtechnik - Zuverlässiger Service, faire Preise und echte Leidenschaft für Autos.

Unsere Leistungen:

- ✓ Inspektion & Wartung nach Herstellervorgabe
- ✓ Ölwechsel, Bremsenservice, Zahnriemen u. Steuerkette
- ✓ Reifenwechsel & Einlagerung
- ✓ Fehlerdiagnose
- ✓ Hauptuntersuchung & mehr

Jetzt Termin vereinbaren - wir freuen uns auf Ihren Besuch!

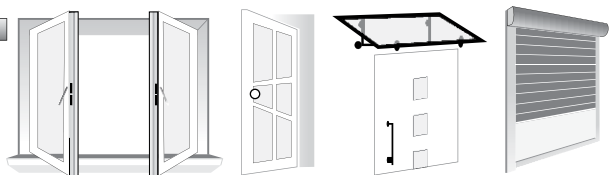
Öffnungszeiten:
Mo - Do: 08:00 - 12:00 Uhr | 13:00 - 17:00 Uhr
Fr: 08:00 - 12:00 Uhr | 13:00 - 15:00 Uhr

Fehmarnstr. 5 • 24782 Büdelsdorf
Telefon: 04331 / 123 31 55
E-Mail: info@hp-fahrzeugtechnik.com



WISSER GmbH

Fenster • Haustüren • Vordächer
 Rollläden • Innentüren • Reparatur
 Wartung • Insektenschutz
 Sicherheitsbeschläge • Verglasungen



**Wir erstellen Ihnen gerne
 ein kostenloses Angebot!**

Wisser GmbH
 Hollerstraße 105
 24782 Büdelsdorf

Telefon 0 43 31 / **3 13 86**
 Fax 0 43 31 / **3 98 00**
 info@wisser-buedelsdorf.de

www.wisser-buedelsdorf.de



**Garten-
 Dittmann
 Baumschule**



**Haus-Bäume, Obstgehölze, Rosen,
 Ziergehölze, Stauden, Gräser, Hecken,
 Gartendeko, Erden, Dünger...**

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

... alles, was ein Garten braucht!

CUBE - NEUER ANSATZ IM SONNENSCHUTZ VERTRIEB

Die Firma HEFA mit Filialen in Kiel, Büdelsdorf und Kremperheide setzt das innovative Konzept der Firma HELLA um – eine Revolution in Beratung und Vertrieb von Sonnen- und Sichtschutz-Produkten.

Die Erfolgsgeschichte begann 2024, als HEFA-Geschäftsführer Christian Fahl auf der R+T Messe in Stuttgart erstmals den CUBE entdeckte. Anfangs skeptisch, erkannte er das Potenzial: „Das hat echten Mehrwert für unsere Kund*innen!“ Im Oktober 2024 wurde die Technologie am HEFA-Hauptsitz in Kremperheide installiert.

TECHNOLOGIE TRIFFT ERLEBNIS

Der CUBE ist eine interaktive Erlebniswelt mit zwei Komponenten: bestehend aus der HELLA Erlebniswelt CUBE und der kompakten HELLA Wandlösung WALL. Ein Touch-Tisch ermöglicht den Kund*innen, ihre Wünsche zu visualisieren. Das erstellte Hausprojekt wird dann auf einer Leinwand dargestellt, während Tageszeit- und Wettersimulationen die Wirkung des Sonnenschutzes erlebbar machen.

BERATUNG MIT ALLEN SINNEN

Mit den Konzepten CUBE und WALL bietet HELLA innovative Verkaufstools, die herkömmliche Ausstellungen übertreffen. Endverbraucher*innen, Architekt*innen und Fachhändler*innen können den CUBE in Kremperheide erleben. „Entdecken Sie eine neue Art der Beratung“, freut sich Christian Fahl auf Anfragen. Die Termine dazu können gerne unter Tel.: 04821 / 890 90 erfragt werden.

HAUSMESSE MIT RABATTEN

Vom 16. bis zum 21. März bietet die HEFA Hausmesse attraktive Rabatte auf das gesamte Sortiment, darunter Terrassenüberdachungen, Außenjalousien, Insektenschutz, Garagentore, Vordächer, Rollläden und Markisen. Ein Besuch in den HEFA-Filialen lohnt sich. Geöffnet ist werktags von 8 bis 17 Uhr und samstags von 9 bis 13 Uhr.

HEFA Hans-Eggert Fahl GmbH

Dorfstraße 4, Kremperheide

Zweigstelle Büdelsdorf: Neue Dorfstraße 89

Zweigstelle Kiel: Asmusstraße 19-21

Zweigstelle Rostock: Am Hechtgraben 12



HEFA-Geschäftsführer Christian Fahl ist begeistert vom neuen Beratungskonzept des CUBE von HELLA

Fotos: HEFA

Die Musterküchen im Küchenstudio Holling umfassen alle Wünsche. Manchmal kannst du sogar ein Schnäppchen schlagen, wenn Ausstellungsküchen zum Abverkauf stehen



PLANGEMÄSS ZUR NEUEN KÜCHE

Immer wieder einen Besuch wert ist das **Küchenstudio Holling**: Neue Musterküchen bereichern die Ausstellung! Andrea und Jens Holling haben die neuesten Trends in ihr Küchenstudio in Büdelsdorf implementiert.

Die Küche hat sich in den vergangenen Jahren zunehmend zum Mittelpunkt des Lebens entwickelt. Sie ist heute nicht nur ein Platz zum Kochen und Essen, sondern ein Treffpunkt für die ganze Familie. Dadurch haben sich auch die Ansprüche an Küchenstudios verändert. Das Küchenstudio Holling, das seit mehr als 30 Jahren in der Hollerstraße in Büdelsdorf zu finden ist, umfasst insgesamt 21 aktuelle Ausstellungsküchen. Hier kann man die neuesten Küchentrends erleben. Zu sehen sind namhafte Hersteller wie Nolte, Brigitte oder Ballerina und Geräte von Neff, Miele und Siemens. Passend

dazu wird fachgerecht beraten – natürlich auch zu Geräten, mit denen man sein Essen möglichst schonend zubereiten kann. Wer sich bereits vorab einen Eindruck verschaffen möchte, dem bietet der 360°-Rundgang auf der Website einen umfassenden Überblick. Damit die Ausstellungsfläche immer aktuell ist, stehen bisherige Ausstellungsküchen für günstige Preise zum Abverkauf bereit. Das langjährig eingespielte Team berät individuell nach besonderen Wünschen und Vorstellungen – von der Planung bis zur Umsetzung! Infos unter Tel.: 04331 / 303 71 oder unter www.kuechen-rendsburg.de.

Fotos: Küchenstudio Holling

KüchenStudio
HOLLING
Büdelsdorf

BERATUNG · PLANUNG · VERKAUF · EINBAU

Telefon 0 43 31-30 371
www.kuechen-rendsburg.de



Neue Küchenideen finden Sie bei uns





Baufinanzierung

Wo möchten Sie landen?

Neubaufinanzierung
so individuell wie Ihre Pläne.



Ihre Spezialisten in Büdelsdorf

Fehmarnstraße 20 · T 04331 4370116

buedelsdorf-baufi@drklein.de

www.drklein.de

DR. KLEIN

Die Partner für Ihre Finanzen.

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

BAUFINANZIERUNG: WELCHE BANK IST GEEIGNET?

Wer sich den Traum vom Eigenheim erfüllen möchte, steht vor einer zentralen Frage: Welche Bank passt am besten zu den eigenen Plänen? Für angehende Bauherr*innen gibt es eine große Auswahl an Kreditinstituten – umso wichtiger ist es, die Finanzierung sorgfältig zu planen. **Sven Bargstädt**, Spezialist für Baufinanzierung bei Dr. Klein in Büdelsdorf, rät dazu, die Lösung individuell auf Budget, Sicherheitsbedürfnis und persönliche Wünsche abzustimmen. Aspekte wie Tilgung, Zinsbindung und mögliche Zukunftsveränderungen – etwa

Familienzuwachs oder ein vorübergehender Einkommensausfall – sollten frühzeitig berücksichtigt werden. Dass die Hausbank alle Wünsche abdeckt und gleichzeitig die besten Konditionen bietet, ist möglich, aber nicht selbstverständlich. Deshalb empfiehlt es sich, Angebote zu vergleichen und unabhängige Beratung in Anspruch zu nehmen. Finanzierungsvermittler wie Dr. Klein können auf die Angebote von mehreren hundert Banken zugreifen und so passende Lösungen finden. Weitere Informationen unter www.drklein.de.



Foto: Sven Bargstädt

Zukünftige Auszubildende? Finden Sie mit uns!

Sprechen Sie direkt Schülerinnen und Schüler an, die sich für einen Ausbildungsplatz interessieren. Mit einem Inserat in unserem Berufsstarter-Magazin *geht los!* erreichen Sie alle Abschlussklassen in Schleswig-Holstein und viele Schulen Hamburgs.

Interessiert an einer Anzeige oder einem Firmenporträt? Wir helfen Ihnen gern!

Kurze E-Mail an info@kielerleben.de oder per Telefon 0431 / 200 766 933 – wir melden uns schnell!

geht los! erscheint jeweils im **März** und **September**.

Anzeigenschluss für die nächste Ausgabe ist am **03.09.2026**



NATURGEFAHREN RICHTIG ABSICHERN

Starkregen, Überschwemmungen oder extreme Schneefälle treten auch in unserer Region immer häufiger auf. Die Schäden können erheblich sein – etwa durch überflutete Keller, zerstörte Einrichtung oder hohe Schneelasten auf Dächern. Was viele nicht wissen: Solche Risiken sind meist nicht automatisch in der Wohngebäude- oder Hausratversicherung enthalten. Schäden durch Starkregen, Rückstau oder Erdbeben zählen zu den weiteren Naturgefahren und müssen gesondert abgesichert werden. Staatliche Hilfe ist im Schadenfall in der Regel nicht zu erwarten. Wer vorsorgt, schützt sein Eigentum und vermeidet hohe finanzielle Belastungen.

Kontakt & Beratung

Concordia Versicherungen, Arno König e.K., Stafstedt

Tel.: 04875 / 511, www.concordia.de/arno-koenig

Ein starkes Team: Emma Traulsen, Arno und Yvonne König (v. l.)



Foto: Arno König

DIE WAND IM SCHÖNSTEN GEWAND

Pflanzen beruhigen. Zwischen gezeichneten Blüten, dunklen Botanicals und zarten Aquarellen erlebt das Florale ein großes Comeback. Dabei verleihen 3D-Paperwalls den Mustern Tiefe und spielen mit dem Licht.

Florale Looks feiern ein Comeback – und zwar in allen Facetten. Große Blätter und üppige Blüten auf dunklem Grund bringen Eleganz ins Haus. Perfekt für Akzentwände, die den Gästen sofort ein spontanes „Wow“ entlocken. Wer es dezenter mag, greift zu Japandi-Botanicals: feine Zweige, sanfte Aquarelle in Sandfarben, Eukalyptus oder Kreideweiß. Das Ergebnis sind Räume, die nicht nur schön aussehen, sondern sich stimmig anfühlen. Dazwischen blüht das Arts-&-Crafts-Revival: matte Salbei-, Ocker- und Indigo-Töne, dazu Motive mit handgemalter Anmutung – natürlich, warm, zeitlos. Besonders spannend wird es, wenn Struktur und Muster zusammentreffen: ein dezentes Leinen- oder Gras-Feeling als Basis, darüber zarte florale Linien. Haptisch reich, visuell entspannt – ein Mix, der Räume erdet.

3D-WÄNDE BRINGEN LICHT UND SCHATTEN

Auch 3D-Wände sind ein Thema: feine Rillen und Wellen, die mit dem Licht spielen und ein Relief erzeugen. Ton in Ton wirkt

das edel und beruhigend. In Kombination mit Blumen bekommt die Wand Tiefe, ohne unruhig zu wirken. Wichtig ist gutes Licht. Seitlich gerichtete Leuchten oder punktuelle Spots arbeiten die Struktur sanft heraus – so entsteht ein lebendiges Spiel zwischen Licht und Schatten.

Kleiner Tipp: Relief-Tapeten benötigen glatte, grundierte Wände und sauber geplante Übergänge. Dann verwandelt sich dein Zuhause in eine stilvolle Oase.

WELCHE TAPETE FÜR WELCHEN RAUM?

In Flur und Küche solltest du robuste Tapeten wählen, zum Beispiel abwaschbare Vliestapeten. Im Schlafzimmer sorgen matte Oberflächen und kleine Rapporte für entspannte Ruhe.



Großflächige florale Designs sind im Trend

KLEINER TIPP Bevor du dich für eine Tapete entscheidest, solltest du dir – idealerweise zu Hause – Musterproben bei Tages- und bei Kunstlicht anschauen.

Foto: Adobe Stock



E.H. Nissen GmbH

Fockbeker Transportbeton

- Ausführung von Erdarbeiten
- Lieferung von Fertigbeton
- Bagger- und Fuhrbetrieb
- Kieswerk



Sandberg 18 a
24806 Lohe-Föhrden
Telefon 0 43 35 / 3 79

Werk: Zum Kratt
24787 Fockbek
Telefon 0 43 31 / 6 17 67



schnell • flexibel • zuverlässig

Seit über 75 Jahren Ihr Transportunternehmen vor Ort

GESUNDHEIT & WELLNESS

Jetzt wird aufpoliert, aufgefrischt und aufgeblüht: mit streichelzarten Füßen oder einem wohltuenden Saunagang.



Dr. Sandra Luzniak-Jarr
und Partner



WARUM DEINE FÜSSE MEHR AUFMERKSAMKEIT VERDIENEN

Wann warst du das letzte Mal barfuß unterwegs? Unsere Füße stecken die meiste Zeit in Schuhen – dabei lieben sie Bewegung, Abwechslung und frische Luft. Gerade jetzt im Frühling ist die perfekte Zeit, ihnen etwas Gutes zu tun.

TIPPS FÜR GESUNDE FÜSSE IM ALLTAG

Wechsle öfter deine Schuhe und trage möglichst passgenaue Modelle.

Gönn deinen Füßen zwischen-
durch eine kleine Massage –
zum Beispiel mit einem Igelball.

Laufe zu Hause öfter barfuß.

Achte auf trockene Hautstellen
oder Druckpunkte und
nimm Veränderungen ernst.

KLEINE ÜBUNGEN FÜR ZU HAUSE

Zehengreifen: Hebe mit den Zehen ein Handtuch oder kleine Gegenstände vom Boden auf.

Fußkreisen: Im Sitzen beide Füße langsam kreisen lassen – mobilisiert die Gelenke.

Wadenstretch: Mit den Händen an die Wand, ein Bein nach hinten stellen und die Ferse bewusst in den Boden drücken.

Schon ein paar Minuten täglich machen einen Unterschied. Deine Füße tragen dich schließlich durchs Leben – vielleicht ist jetzt genau der richtige Moment, ihnen etwas zurückzugeben.

UNSER SPEKTRUM:

Prophylaxe:

Grundlage unserer Zahnheilkunde

Behandlung:

schonend, schmerzlos, einfühlsam

Füllungen, Kronen, Brücken:

zahnfarben, metallfrei

Cerec 3 D:

Keramikfüllungen, -kronen in einer Sitzung, ohne Abdruck

Implantologie / Parodontologie:

ggf. mit Knochenaufbau

Praxislabor:

Präzision & Ästhetik – nah am Patienten, mit modernster CAD/CAM-Computertechnik



FAKTEN UND FIKTION

DIE GRÖSSTEN MYTHEN ÜBER MEDIKAMENTE

Medikamente helfen uns, Krankheiten zu behandeln, Symptome zu lindern und unsere Lebensqualität zu verbessern. Doch rund um Einnahme und Wirkung von Medikamenten gibt es viele Mythen.

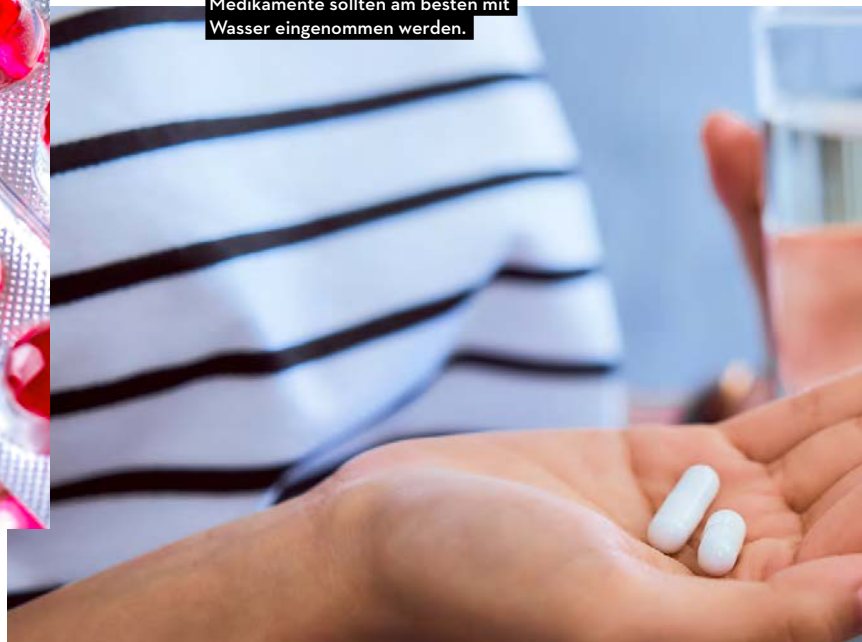
MYTHOS 1: MEDIKAMENTE KANN MAN MIT JEDEM GETRÄNK EINNEHMEN

Falsch! Wer beispielsweise Antibiotika nimmt, sollte Milch und Milchprodukte aufgrund des Calciumgehalts vermeiden. Auch die Kombination mit manchen Fruchtsäften ist nicht empfehlenswert: Grapefruitsaft kann die Wirkung vieler Medikamente verstärken, Orangen- und Apfelsaft können die Absorption bestimmter Medikamente verringern. Vorsicht ist bei Kräutertees geboten, weil einige Kräuter die Wirkung von Medikamenten beeinflussen. Die beste Wahl ist Wasser.

MYTHOS 2: MEDIKAMENTE SOLLTE MAN IM BADEZIMMER AUFBEWAHREN

Falsch! Die richtige Aufbewahrung von Medikamenten ist wichtig, um deren Wirksamkeit und Sicherheit zu gewährleisten. Und obwohl es praktisch erscheint, ist es nicht das Badezimmer. Die hohe Feuchtigkeit und die Temperaturschwankungen sind nicht empfehlenswert. Medikamente sollten an einem kühlen, trockenen Ort aufbewahrt werden – und außerhalb der Reichweite von Kindern, vorzugsweise in einem verschlossenen Schrank oder einer Schublade.

Medikamente sollten am besten mit Wasser eingenommen werden.



MYTHOS 3: NATÜRLICHE HEILMITTEL SIND IMMER SICHERER

GESUNDHEIT & WELLNESS

Nein, leider nicht. Einige Pflanzen und Kräuter enthalten starke Wirkstoffe, die Nebenwirkungen haben oder sogar toxisch sein können. Außerdem können sie mit verschreibungspflichtigen Medikamenten interagieren und deren Wirkung beeinflussen. Zum Beispiel kann Johanniskraut die Wirksamkeit von Antidepressiva oder der Pille verringern. Es ist wichtig, bei der Verwendung von natürlichen Heilmitteln genauso vorsichtig zu sein wie bei konventionellen Medikamenten. Besser die Mediziner*innen oder Apotheker*innen konsultieren, bevor man etwas Neues ausprobiert.

MYTHOS 4: GENERIKA SIND MINDERWERTIGE MEDIKAMENTE

Falsch. Generika enthalten denselben Wirkstoff in derselben Menge wie das Original. Sie durchlaufen dieselben Zulassungsprüfungen und müssen Wirksamkeit und Sicherheit belegen. Der Unterschied: Nach Ablauf des Patents dürfen andere Hersteller den Wirkstoff produzieren – das senkt den Preis, nicht die Qualität.

MYTHOS 5: DIE NEBENWIRKUNGEN VON MEDIKAMENTEN TRETEN IMMER AUF

Die Packungsbeilage eines Medikaments listet häufige und seltene Nebenwirkungen auf, basierend auf klinischen Studien und Berichten nach der Markteinführung. Nebenwirkungen sind von vielen Faktoren abhängig und variieren von Person zu Person. Manche erleben Nebenwirkungen, andere haben keine oder eher milde Reaktionen. Dosis, Dauer der Einnahme und der eigene Gesundheitszustand spielen dabei eine Rolle. Oder auch die gleichzeitige Einnahme mehrerer Medikamente kann das Risiko von Nebenwirkungen erhöhen.

Diese Mythen führen nicht nur zu falschen Erwartungen, sondern bergen auch gesundheitliche Risiken. Welche das sind, verrät uns die Debeka Krankenversicherung in Deutschland.

Astrologe Banger



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, Rückfragemöglichkeit, EUR 59,-.

Martin A. Banger www.12Zeichen.de
04334 181000 banger@12Zeichen.de

WIR LADEN EIN ZUM
**FRÜHLINGS
MARKT**

29. MÄRZ
11⁰⁰-16⁰⁰ UHR

**Buntes
Programm:**
Kunsthandwerk und
Handarbeit aus
der Region

Kulinarisches:
Frische Waffeln
Süßes und Herzhaftes
aus unserer Küche

 Senioren- und Therapiezentrum
Haus Schleusberg
Schützenstraße 2-8
24534 Neumünster

www.haus-schleusberg.de



WAAGE

24.09.–23.10.

Missverständnisse liegen in der Luft. Falls eine Verabredung nicht zustande kommt, heißt das nicht, dass dem anderen nichts an dir liegt. Am Ball zu bleiben lohnt sich. Beruflich wie in der Ausbildung: Mach deine Position klar; von allein schaut gerade niemand genauer hin.



SKORPION

24.10.–22.11.

Deine Vorstellungen lassen sich nicht so zügig umsetzen, wie du es dir wünschst? Das ist noch lange kein Grund, jetzt alle Zweifel ernst zu nehmen. Genieß die ruhige Phase – Neues kommt bald, und vielleicht wird's schneller turbulent, als dir lieb ist.



SCHÜTZE

23.11.–21.12..

Was dich allein betrifft, läuft solide – erste Erfolge werden sichtbar. In der Liebe darfst du offensiver werden. Grundsätzliche Zweifel sind nicht immer treffsicher: Vertraue nicht jedem Gefühl.



STEINBOCK

22.12.–20.01.

Was in der ersten Monatshälfte leicht geklärt werden kann, ist in der zweiten etwas schwieriger zu regeln. Aufschieben lohnt sich also nicht. Mach dich nicht überall unentbehrlich, sonst wird die Last groß. Erkenne, was dir deine Kontakte geben – und plaudere keine Geheimnisse aus.



WASSERMANN

21.01.–19.02.

Wenn du jetzt nur tust, was getan werden muss, wirst du schnell die Motivation verlieren. Plane bewusst Dinge, die dir Freude bereiten, und such beruflich frische Anregungen. In der Beziehung bringen dich kleine Kompromisse schneller voran, auch wenn du dich im Recht fühlst.



FISCHE

20.02.–20.03.

Energie hast du genug, aber planlos loslegen wäre unklug. Kläre zunächst, wie du mit den Bereichen umgehen willst, mit denen du zur Zeit unzufrieden bist. Enge Freundschaften brauchen deine Gesprächsbereitschaft. In der Liebe hilft klare Haltung – mit Kopf und Herz.



STIER

21.04.–20.05.

Nur Pflichterfüllung kühlt die Motivation. Tu bewusst auch Dinge, die dir Spaß machen, und such beruflich neue Impulse. In der Beziehung führen kleine Kompromisse oft schneller zum Ziel, selbst wenn du dich im Recht fühlst.



ZWILLINGE

21.05.–21.06.

Flirten fällt dir leicht, aber die Konkurrenz schläft nicht. Eine Abfuhr ist kein Drama – gib dem Ganzen Zeit. Was dich in wichtigen Zielen in den letzten Monaten viel Kraft gekostet hat, gelangt zum Abschluss. Neue Angebote bitte kritisch prüfen, vor allem dort, wo dein Bauchgefühl warnt.



KREBS

22.06.–22.07.

Stress im Job oder in der Schule lässt sich nicht vermeiden. Zeig Kampfgeist, wenn Konkurrenz auftaucht. In Beziehungen: Forderungen weder überhöhen noch kleinreden – akzeptiere, dass dein*e Partner*in nicht all deine Erwartungen erfüllen muss.



LÖWE

23.07.–23.08.

Plane deine nächsten Schritte in Ruhe. Mit deiner Klarheit findest du Lösungen – und kannst anderen helfen. In der Liebe läuft es in der ersten Monatshälfte leichter. Verfahre also nach dem Motto: Erst das Vergnügen und dann die Arbeit.



JUNGFRAU

24.08.–23.09.

Fehlende Energie und Klarheit sind nur ein vorübergehender Zustand, der nicht weiter hinterfragt zu werden braucht. Der Weg zum Erfolg kann auch mal mühsam sein. Du hast doch wohl nichts anderes erwartet, oder? Nicht jedes Wort ist übrigens so ernst gemeint, wie es bei dir ankommt.

STERNZEICHEN DES MONATS



WIDDER

21.03.–20.04.

Die Versuchung mag naheliegen, von einer besseren Zeit und großartigen neuen Zielen zu träumen, doch das wird dich kaum weiterbringen. Überprüfe lieber, wo du deinen Forderungen mehr Nachdruck verleihen willst. Siehst du dich vor unangenehme Hindernisse gestellt, solltest du dich mit anderen austauschen. Dann wirst du einige neue Möglichkeiten für dich erkennen.



UNSER
ASTROLOGE

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



SCHWITZEN FÜR EIN LÄNGERES LEBEN?

Schwitzen, abkühlen, durchatmen – für viele gehört die Sauna fest zum Wohlfühlprogramm. Aber kann regelmäßiges Saunieren tatsächlich Herz, Gefäße und Immunsystem stärken?

Ein Saunagang bringt den Körper sofort auf Touren: Der Schweiß fließt, die Haut rötet sich, der Puls steigt, danach sinkt der Blutdruck. Doch wie gesund ist regelmäßiges Saunieren langfristig?

Laut Prof. Dr. Axel Schmermund, Kardiologe und Mitglied im wissenschaftlichen Beirat der Deutsche Herzstiftung, sind häufige, auch intensive Saunagänge nicht schädlich – im Gegenteil: Wer regelmäßig sauniert, lebt tendenziell länger und gesünder.

Besonders profitiert das Herz-Kreislauf-System. Studien zeigen, dass das Risiko für Bluthochdruck, Erkrankungen der Herzkranzgefäße, Schlaganfall und plötzlichen Herztod sinken kann.

Regelmäßiges Saunieren kann den Blutdruck senken, die Gefäßfunktion verbessern und Arterien elastischer halten. Zudem wirkt es positiv auf das vegetative Nervensystem, reduziert Entzündungen und oxidativen Stress und kann Blutfett- sowie Stresswerte wie Cortisol verbessern. Darüber hinaus gibt es Hinweise auf ein geringeres Demenzrisiko, eine bessere Lungenfunktion bei Asthma oder chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD), Schmerzlinderung etwa bei rheumatoider Arthritis und Spannungskopfschmerzen sowie eine gestärkte Hautbarriere. Viele Menschen berichten zudem von weniger Stress und einem stärkeren Immunsystem. Wichtig ist jedoch: Die stärksten Effekte zeigen sich bei regelmäßiger Anwendung.

PHYSIO
ZENTRUM
FOCKBEK

SWANHILD
PRIESTLEY

*Frisch in den
Frühling*



Frischekick

für **40,-** statt 47 Euro

Sanfte Massage mit einem Blüten-Aromaöl. Zum Abschluss erhalten Sie ein erfrischendes Fluidum nach Ihrer Wahl.
Dauer: 30 Min.

Wohlfühlfüße

für **60,-** statt 67 Euro!

Die Fußreflexzonen-Massage tut nicht nur Ihren Füßen gut, sondern aktiviert und entspannt Ihren ganzen Körper.
Dauer: 40 Min.

Rendsburger Straße 43 | 24787 Fockbek
T 04331 629-42 | swanhild-priestley.de
Prävention | Physio | Wellness

Die aktuellen Angebotspreise finden Sie auf unserer Website ►



Bald ist OSTERN!

Ein **Wellnessgutschein** lässt sich gut verstecken und bereitet viel Freude!

PRONTO, BITTE!

EINE MAHLZEIT IN MINUTEN

Huch, schon fertig? Diese raffinierten Gerichte stehen blitzschnell auf dem Tisch und verwöhnen uns im Nu mit mediterraner Gaumenfreude.


35
Minuten

EINFACHE KARTOFFEL- SUPPE AUS 5 ZUTATEN

FÜR 4 PERSONEN

1 kg mehligkochende Kartoffeln
1 Bund Suppengrün
2 EL natives Olivenöl extra
900 ml heiße Gemüsebrühe
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Kartoffeln schälen, waschen und in grobe Würfel schneiden. Das Suppengrün (außer der Petersilie) putzen, ggf. schälen, dann waschen und in grobe Stücke schneiden. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken.

2 Das Öl in einem großen Topf erhitzen, das Suppengrün darin andünsten. Die Kartoffeln dazugeben und kurz mitdünsten, dann die Brühe und 2/3 der Petersilie hinzufügen. Alles langsam aufkochen und abgedeckt ca. 20 Minuten köcheln lassen.

3 Die Kartoffelsuppe mit dem Stabmixer fein pürieren und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. In Suppenschüsseln füllen und mit Petersilie garniert servieren.

Zubereitungszeit: 35 Minuten


35
Minuten

TORTELLINI IN CREMIGER KÄSE-LAUCH-SOSSE

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel**
- 2 Knoblauchzehen**
- 450 g Lauch**
- 2 Stiele Petersilie**
- 100 g Bergkäse**
- 1 EL Butter**
- 200 g Sahne**
- 200 g Kräuterfrischkäse**
- 100 ml heiße Gemüsebrühe**
- 1 kg Tortellini nach Wahl**
(z.B. mit Fleischfüllung, Kühlregal)
- etwas frisch geriebene Muskatnuss**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Zwiebel und Knoblauch schälen, beides fein würfeln. Den Lauch putzen, gründlich waschen und in Ringe schneiden. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Den Bergkäse reiben.

2 Die Butter in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Lauch darin andünsten. Sahne, Frischkäse, heiße Brühe, etwas Muskat, Salz und Pfeffer hinzufügen. Die Soße 5–8 Minuten köcheln lassen, dabei zwischendurch umrühren.

3 In der Zwischenzeit die Tortellini nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Den Bergkäse in die Pfanne geben und unter Rühren in der Soße schmelzen lassen. Dann die tropfnassen Tortellini untermengen. Das Gericht auf Teller verteilen, mit gehackter Petersilie garnieren und sofort servieren.

Zubereitungszeit: 35 Minuten

ZITRONENRISOTTO MIT GARNELEN

FÜR 4 PERSONEN

- 3 EL kalte Butter**
- 2 EL natives Olivenöl extra**
- 1 Zwiebel, fein gewürfelt**
- 350 g Risottoreis (z.B. Arborio)**
- 150 g trockener Weißwein**
- 1 l heiße Geflügelbrühe**
- 1 Biozitrone**
- 1 gelbe Paprikaschote**
- 400 g Riesengarnelen (bis auf das Schwanzsegment geschält, entdarmt)**
- 3 Stiele Thymian**
- 2 Knoblauchzehen, gehackt**
- 40 g frisch geriebener Parmesan**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Je 1 EL Butter und Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebel darin glasig dünsten. Reis mitdünsten, bis er glasig geworden ist. Mit dem Wein ablöschen, diesen verkochen lassen. Nach und nach heiße Brühe angießen und immer wieder unter gelegentlichem Rühren verkochen lassen. Auf diese Weise den Reis in 17–20 Minuten al dente garen.

2 Inzwischen die Zitrone heiß abwaschen und trocken reiben. Schale fein abreiben, die Frucht auspressen. Die Paprikaschote waschen, putzen und in Stücke schneiden. Zitronenschale, 2/3 des Zitronensafts sowie Paprika in den letzten Garminuten zum Risotto geben.

3 Garnelen waschen und trocken tupfen. Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. 1 EL Butter und übriges Öl in einer Pfanne erhitzen, die Garnelen darin rundherum scharf anbraten. Übrigen Zitronensaft, Knoblauch und Thymian unterschwenken, alles leicht salzen. Übrige Butter und Parmesan unter das Risotto rühren. Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf Teller verteilen, mit den Garnelen toppen und servieren.

Zubereitungszeit: 35 Minuten




20
 Minuten

BRUSCHETTE ALLA PUTTANESCA

FÜR 8 STÜCK

- 4** Sardellen in Öl (Dose)
- 60 g** schwarze Oliven, entsteint
- 1 EL** Kapern in Lake (Glas)
- 150 g** Kirschtomaten
- 1** rote Zwiebel
- 2** Knoblauchzehen
- 2 Stiele** Petersilie
- 2 Stiele** Basilikum
- 4 EL** natives Olivenöl extra
zzgl. etwas mehr zum
Bestreichen
- 1 EL** Balsamicoessig
- 1 TL** Biozitroneusatz
- 8 Scheiben** Ciabatta
- 50 g** frisch geriebener Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Sardellen, Oliven und Kapern gut abtropfen lassen und alles fein hacken. Die Tomaten waschen, putzen und sehr fein würfeln. Zwiebel und 1 Knoblauchzehe schälen, ebenfalls fein würfeln. Petersilie und Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Alles in einer Schüssel vermengen.

2 Olivenöl, Essig und Zitronensaft verquirlen, mit wenig Salz und Pfeffer würzen. Zum Tomatenmix in die Schüssel geben und alles gut vermengen.

3 Ciabattascheiben beidseitig mit etwas Öl bestreichen und in einer Pfanne auf beiden Seiten goldbraun rösten. Herausnehmen. Übrige Knoblauchzehe schälen, halbieren und die Brotscheiben damit einreiben. Die Tomatenmischung auf die gerösteten Brotscheiben verteilen. Bruschette mit Parmesan bestreut servieren.

Zubereitungszeit: 20 Minuten



APFELKUCHEN- GRIESSBREI

FÜR 4 PERSONEN

- 150 g Mehl
- 100 g kalte Butter in Stückchen
- 130 g Zucker
- 70 g gehackte Haselnüsse
- 1 Pck. Vanillezucker
- 1 TL Zimtpulver
- 1 Prise Salz
- 3 Äpfel
- 1/2 Biozitron (Saft)
- 1 l Milch
- 130 g Weichweizengriess

1 Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Mehl, Butter, 80 g Zucker, Haselnüsse, Vanillezucker, Zimt und Salz in einer Rührschüssel zu Streuseln verarbeiten. Auf das Blech geben und im vorgeheizten Ofen in ca. 10 Minuten goldbraun backen, ggf. zwischendurch wenden.

2 Inzwischen die Äpfel waschen. 2 Äpfel fein reiben, den Rest in dünne Spalten schneiden. Alles mit dem Zitronensaft vermengen. Milch in einem Topf langsam aufkochen. Restlichen Zucker, Apfelraspel und Griess hinzufügen und alles nach Packungsangabe des Griess quellen lassen. Den Apfelkuchen-Griessbrei in Schüsseln geben, mit Streuseln und Apfelspalten garnieren und servieren.

TIPP: Noch krosser gelingen die Streuseln, wenn du ca. 50 g des Mehls durch kernige Haferflocken ersetzt. Anstelle von Haselnüssen schmecken auch Walnüsse oder Mandeln sehr gut.

Zubereitungszeit: 35 Minuten



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



35
Minuten





GENUSS & BEGEGNUNG AN DER OBEREIDER

Direkt am alten idyllischen Treidelweg gelegen, ist das Fährhaus Hollersche Anlagen ein echter Lieblingsort für alle, die Natur, Gastfreundschaft und Gemeinschaft schätzen. Hier trifft entspannte Atmosphäre auf herzliche Begegnungen.

Von April bis September lädt das Café jeden Sonntag von 13 bis 18 Uhr zu hausgemachten Kuchen, feinen Kaffeespezialitäten und herzhaften Snacks ein. Ob auf der Sonnenterrasse mit Flussblick, auf gemütlichen Waldsitzplätzen oder auf der großzügigen Entspannungswiese – hier findet jede*r das persönliche Wohlfühlplätzchen. Auch Familien sind herzlich willkommen: Naturnahe Spielmöglichkeiten sorgen bei den kleinen Gästen für Freude.

Darüber hinaus ist das Fährhaus eine besondere Location für Feste, Jubiläen oder Tagungen. Ob Geburtstag, Familienfeier oder Seminar – das Team unterstützt dich bei der Planung und erstellt individuelle Angebote. Der lichtdurchflutete Seminarraum mit Panoramablick bietet auf rund 70 Quadratmetern Platz für bis zu 40 Personen und schafft den passenden Rahmen für kreative Ideen und produktive Gespräche.

GEMEINSAM FÜR DIE GÄSTE

Getragen wird das Fährhaus von der **Brücke Rendsburg-Eckernförde e. V.**, für die Inklusion mehr als ein Schlagwort ist. Im Team arbeiten Menschen mit unterschiedlichen Biografien und Talenten zusammen – mit und ohne Handicap. Gemeinsam setzen sie sich mit viel Engagement für ihre Gäste ein und machen das Fährhaus zu einem Ort gelebter Vielfalt. Kontakt und Info: Fährhaus Hollersche Anlagen, Büdelsdorf, Tel.: 0173 / 20 970 81, faehrhaus@bruecke.org



Herzlich Willkommen zum Frühstücksbuffet im Hotel Heidehof

Käse-, Wurst- und Fischspezialitäten, Brot- und Brötchenauswahl, Joghurt, Müsli, Obst, Kuchen und natürlich auch gluten-, laktosefreie und vegane Produkte.

Alle Heißgetränke, Säfte und Sekt inklusive!

€ 21,50 pro Person (Kinder von 6-12 Jahren zahlen die Hälfte.)

Montag- Freitag von 6-10 Uhr,

Samstag- Sonntag und Feiertage von 6:30-11 Uhr

Reservieren Sie bitte telefonisch oder per Mail Ihren Tisch.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch im Heidehof!

HOTEL HEIDEHOF

★★★★★ GARNI

Hollerstraße 130 · 24782 Büdelsdorf · Tel.: +49 (4331) 343-0

E-Mail: info@heidehof.de · Internet: www.heidehof.de



HUBERT HEIN & DENNIS HEIN:
Gemeinsam in Richtung Zukunft,
erfahren und kompetent.

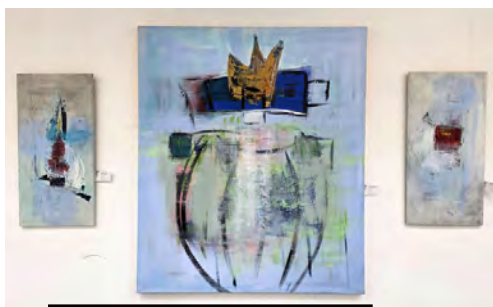


Hein
BESTATTUNGEN

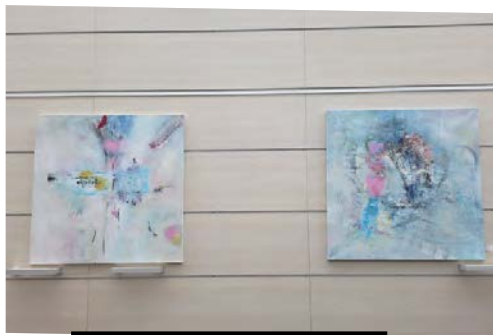
JUNGFERNSTIEG 4
NORTORF

TEL. 04392-44 13

www.hein-bestattungen.de



Susanne Lamprecht - Königsgeflüster (Mitte) und Geflüster I und II



Ausstellungsansicht mit zwei Bildern von Susanne Lamprecht

AUF DIE INNERE STIMME HÖREN

Lichte Malerei

In ihrer Ausstellung „Die Leichtigkeit des Seins“ zeigt Susanne Lamprecht aktuell ihre sehenswerten Bilder im Karl-Lennert-Krebszentrum Nord.

Susanne Lamprecht, 1958 in Kiel geboren, ist studierte Pädagogin, Visagistin sowie seit fast 30 Jahren freie Künstlerin. Ein wichtiger Meilenstein auf ihrem künstlerischen Weg war eine Begegnung mit dem türkischen Künstler İlhamy Atalay. Mit ihren bezaubernden Bildern stattet sie in schönster Weise Innenräume beispielsweise in Praxen oder Kanzleien aus. Ihr Atelier befindet sich im Anscharpark. Hier entstehen ihre von zarten Farbnuancen geprägten Bilder, meist abstrakt, wobei sich aber auch immer wieder Gesichter und Menschen auf ihren Werken finden.

Im Karl-Lennert-Krebszentrum Nord präsentiert die Kielerin großformatige Arbeiten, die einerseits fröhlich stimmen, andererseits immer wieder neue Ent-

deckungen für die Betrachtenden bereithalten. Es sind Gefühlsbilder, die nicht nur die Befindlichkeit der Malerin ausdrücken, sondern auch auf die Emotionen der Menschen vor den Werken wirken. Manchmal scheint es, als würde Susanne Lamprecht uns einladen, ihr in ihre eigenen Galaxien zu folgen, um uns dann wieder an anderer Stelle mit kleinen Farbexplosionen auf uns selbst zurückzuwerfen. Und immer wieder gelingt es ihr, unseren Blick einzufangen und uns mit ihren Bildern zu faszinieren. Was da aus einem Impuls heraus entstanden zu sein scheint, erweist sich stets als überaus kunstfertig.

bis 30. April, Karl-Lennert-Krebszentrum Nord, Feldstr. 21, Kiel,
www.susannelamprecht.de

Fotos: Heiko Buhr

Janusz Berowski - Katerfrühstück



Foto: Heiko Buhr



Blick in die Ausstellung „Sag mir, wo die Blumen sind“

Foto: Flandernbunker

Der Kunsthallen-Glasvorbau mit der Videoinstallation „Electromagnetic Brainology“



Foto: Heiko Buhr

VIelfältig

Neun Fotograf*innen haben sich unter der Leitung der Fotografin und Designerin Betti Bogya im Rahmen eines Förder-vhs-Projekts mit unterschiedlichen Spielarten der Zeit beschäftigt und in Bildern, die Zeit als Moment, Wandel und Erinnerung einfangen, umgesetzt. Die Ausstellung „Zeit im Blick“ präsentiert die Ergebnisse des Projekts und eröffnet den Besuchenden die Möglichkeit, Zeit nicht nur zu messen, sondern auch zu erleben – in Bildern, die Geschichten erzählen. Dabei wird in den Fotografien Zeit in verblüffender Weise sichtbar gemacht.

bis 20. März, VHS-Kunstschule im Neuen Rathaus, Andreas-Gayk-Str. 31, Kiel

DREI INSTALLATIONEN

Verhandlungstisch, Informationen und Denkaufgaben versus Beinprothesen, Stacheldraht und Bomben: Der Flandernbunker öffnet mit der neuen Ausstellung „KRIEG & FRIEDEN – Strategien zur Zivilisierung und Konfliktregulierung“ von Wolf Art/Wolfgang R. Vogt seine Türen für eine außergewöhnliche Auseinandersetzung mit den drängendsten Fragen unserer Zeit. Die Schau lädt dazu ein, die Mechanismen von Gewalt zu verstehen und die Voraussetzungen für einen stabilen Frieden neu zu entdecken. Dabei versteht sie sich als aktiver Erfahrungs- und Reflexionsraum.

bis 6. April, Flandernbunker, Kiellinie 249 (am Tirpitzhafen), Kiel

FANTASIEVOLL

Die Kunsthalle zu Kiel präsentiert mit „Lu Yang. Electromagnetic Brainology“ ihr viertes Pop-up-Projekt. In digitalen Bildwelten, die mit den Ausstellungsflächen verschmelzen, setzt sich der 1984 in Shanghai geborene Lu Yang mit Themen wie Buddhismus, Gender, Körperlichkeit und existenziellen menschlichen Zuständen auseinander. So auch mit der farbintensiven Videoinstallation „Electromagnetic Brainology“ aus dem Jahr 2017, ein Anime, welches Darstellungen buddhistischer Gottheiten mit Actionfiguren aus der Fantasyreihe „Masters of the Universe“ verbindet.

bis 30. März, Kunsthalle zu Kiel, Glasvorbau

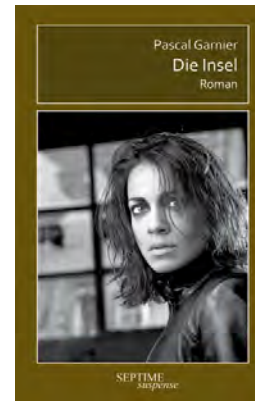
BUCHTIPPS FÜRS SOFA



CHRISTOPHER ECKER DIE LEUCHTENDE REUSE

Der in Saarbrücken geborene und seit vielen Jahren in Kiel beheimatete Christopher Ecker hat bereits eine ganze Reihe von Romanen sowie Erzähl- und Gedichtbänden veröffentlicht. Die literarische Reise mit ihm begann 1997 mit seinem Debüt „Die leuchtende Reuse“, einem lange Zeit vergriffenen Roman. Nun ist er in einer überarbeiteten Neuausgabe wieder erhältlich und alle Freunde anspielungsreicher Literatur, großer Erzählfreude und sprachlicher Brillanz dürfen sich freuen, denn die Geschichte von Josef Gripke, Lehrer im Vorruhestand, der einem rätselhaften Verschwinden nachgeht, ist voller überraschender Wendungen und skurriler Einfälle – willkommen in der fantastischen Christopher-Ecker-Welt. (Heiko Buhr)

Christopher Ecker: Die leuchtende Reuse,
Mitteldeutscher Verlag, 312 S., 24 Euro



PASCAL GARNIER DIE INSEL

Olivier kommt aus Frankreichs Süden, wo er mit seiner Gattin Odile lebt, nach Versailles, weil seine ihm entfremdete Mutter verstorben ist und er den Nachlass und die Beerdigung regeln muss. Olivier hasst es, nach Versailles zurückzukommen und möchte alles so schnell wie möglich hinter sich bringen und wieder aus der Wohnung der Toten verschwinden. Dumm nur, es ist kurz vor Weihnachten, die Erde hart gefroren und die Beerdigung kann frühestens am 27. Dezember stattfinden. Ausgerechnet gegenüber seiner Mutter wohnen Jeanne und ihr Bruder, der blinde, dickliche und gefräßige Rodolphe, ein bitterer Zyniker, der seine Schwester an sich gebunden hat. Rodolphe bringt Roland, einen Obdachlosen, an Weihnachten mit nach Hause, während Olivier wiederum bei der Nachbarin klingelt, in der er seine Jugendfreundin wiedererkennt. Beide waren vor zwanzig Jahren einfach unzertrennlich, bis ein gemeinsam begangenes Verbrechen sie voneinander trennte und Olivier zum Alkoholiker wurde. Mittlerweile ist er längst trocken, doch die Wiederbegegnung mit Jeanne lässt bei ihm alle Dämme brechen und es kommt zu einer rauschhaften Nacht, an deren Ende Roland erwürgt in der Badewanne bei Olivier liegt, der sich an nichts erinnern kann. Ab da beginnt ein perfides Spiel, bei dem Rodolphe Jeanne und Olivier vor sich herreibt. Pascal Garnier (1949–2010) ist der Meister des französischen Noir-Romans und „Die Insel“ ein weiteres Beispiel seiner großartigen literarischen Kunst. (Heiko Buhr)

Pascal Garnier: Die Insel, Septime Verlag,
162 S., 22 Euro

ØRJAN N. KARLSSON KALT WIE DIE LUFT

Ein fesselnder Auftakt einer neuen norwegischen Krimi-Reihe um den Ermittler Jakob Weber. Durch kurze, szenische Kapitel und wechselnde Perspektiven entwickelt sich eine dichte, spannungsreiche Handlung.

Der Autor Ørjan Nordhus Karlsson, geboren 1970 in Bodø und heute in Oslo lebend, arbeitet als Soziologe im Katastrophenschutz. Er hat bereits zahlreiche erfolgreiche Thriller und Kriminalromane veröffentlicht. Mit dem ersten Band seiner Nordland-Reihe erscheint nun die deutsche Übersetzung, übertragen aus dem Norwegischen von Maïke Dörries und Günther Frauenlob.

Schauplatz ist Bodø, eine Stadt nördlich des Polarkreises. Jedes Kapitel wird aus einer anderen Perspektive erzählt, die Figuren werden klar eingeführt und wachsen schnell ans Herz. Im Mittelpunkt steht die junge Ermittlerin Noora Yun Sande von der Osloer Kriminalpolizei, die

TIPP
DER BUCHHANDLUNG
ALMUT SCHMIDT



nach einer traumatischen Erfahrung nach Bodø versetzt wird. Dort trifft sie auf ihren neuen Kollegen Jakob Weber – und auf einen brisanten Vermisstenfall.

Die neunzehnjährige Iselin Hanssen ist nach einer Joggingrunde verschwunden. Blutspuren, weitere Vorfälle in der Region und Parallelen zu einem ungeklärten alten Fall lassen den Verdacht auf einen Serien-täter wachsen. Der Druck auf die Polizei steigt – und ausgerechnet Verstärkung aus Oslo konfrontiert Noora erneut mit ihrer

Vergangenheit.

Atmosphärisch dicht, spannend erzählt und stark in der Landschaft verankert: ein Krimi, den man kaum aus der Hand legt – und der Lust auf weitere Fälle um Jakob Weber macht.

Ørjan N. Karlsson: Kalt wie die Luft, Pendragon Verlag, 358 S., 24 Euro



IMPROTHEATER: SZENENEXPRESS

Der Szenenexpress hält wieder in der Kulturschlachterei – und fährt ohne Fahrplan. Improtheater entsteht hier direkt aus dem Moment, aus Ideen des Publikums und mit voller Fahrt voraus. Witzig, spontan und garantiert voller unerwarteter Wendungen bringt das Ensemble Szenen auf die Bühne, die es so nur an diesem Abend gibt. Also einsteigen, überraschen lassen und mitlachen! Der Eintritt ist frei, doch der Hut geht rum und freut sich über Applaus in Münzform.

5. März, 20 Uhr • Kulturschlachterei, Rendsburg



Foto: Szenenexpress



Foto: Reinhold Beckmann

REINHOLD BECKMANN

Reinhold Beckmann ist Musiker, Journalist und Produzent – mit seinem Album „Haltbar bis Ende“ rückt nun klar die Musik in den Mittelpunkt. Die Songs verbinden Gelassenheit mit Tiefgang und zeigen Beckmanns erzählerische Stärke. Besonders bewegend: „Vier Brüder“, inspiriert von der Geschichte seiner Mutter, die im Krieg alle vier Brüder verlor. Schlichte Arrangements und eindringliche Bilder verleihen dem Lied große Kraft. Live wird er von Jan-Peter Klöpfel begleitet. Karten für 22 Euro gibt's unter www.savoy-bordesholm.de.

6. März, 20 Uhr • Savoy, Bordesholm



Foto: Time for Folk

TIME FOR FOLK

Im Café Klatsch steht ein stimmungsvoller Bierabend mit Irish Folk auf dem Programm. Das Quartett „Time for Folk“ nimmt mit mehrstimmigem Gesang und Instrumentenvielfalt mit auf eine musikalische Reise durch 400 Jahre irischer Tradition. Dazu präsentieren Bob-Bräu und Dr. Bier fünf handgebraute Sorten vom Maibock bis zum Porter – perfekt zum Probieren. Mit Irish Stew wird auch kulinarisch für Insel-Flair gesorgt. Der Eintritt ist frei, für die Musik geht der Hut herum. Aufgrund begrenzter Plätze wird um Anmeldung im Café Klatsch oder unter Tel.: 04335 / 1434 gebeten.

7. März, 19 Uhr • Café Klatsch, Hohn

JUDAS

Es ist voll langweilig. Was nun? Wie fühlt sich Langeweile an, wie sieht sie aus – und vor allem: Wie wird man sie wieder los? In dem humorvollen Erzähl-Tanz-Theater „Puuuhh, nix los, keiner da“ gehen zwei „Langweilerinnen“ diesen Fragen auf den Grund. Mit viel Bewegung, Witz und Fantasie entsteht ein kurzweiliges Theatererlebnis für Menschen von 4 bis 99 Jahren. Die KulturKomplizinnen verbinden Tanz, Theater und Artistik zu feinfühligem, unterhaltsamen Geschichten in Körpersprache. Mehr Infos und Kartenreservierung gibt's unter www.kulturschlachterei.org.

6. März, 19.30 Uhr • St. Marien-Kirche, Rendsburg



Foto: SH Landestheater

4 WAY STREET & MEN OF CONSTANT SORROW

An diesem Abend stehen bekannte „alte Hasen“ der Rendsburger Musikszene auf der Bühne. Zu Gast ist die überregional bekannte Band 4 Way Street – und sie kommt nicht allein: Mit „Men Of Constant Sorrow“ (Foto oben) ist starke Unterstützung dabei. Man darf sich also auf grandiose Live-Musik und beste Konzertstimmung freuen. Der Eintritt ist frei, der Hut für die Künstler*innen geht herum und freut sich über Unterstützung. Mehr Infos unter www.eiderland-musik.de.

7. März, 19 Uhr • Eiderland-Musik e. V., Rendsburg



Foto: Men Of Constant Sorrow

BALL IM SAVOY

Paul Abrahams Erfolgsoperette sprüht vor Wortwitz und erzählt die turbulente Geschichte einer rauschenden Ballnacht: Ein frisch verheiratetes Paar nimmt es mit der Treue locker, eine junge Frau versteckt sich hinter männlichem Pseudonym, um als Komponistin ernst genommen zu werden, und ein türkischer Diplomat verliebt sich im Akkord. Abraham nutzt dieses Figurenkarussell, um Moral und Rollenbilder charmant zu hinterfragen. Seine Musik berührt ohne Sentimentalität und begeistert mit frivoler Lebensfreude zwischen Foxtrott, Jazz, Wiener Schmelz, Klezmer und Csárdás – ein schillerndes Klangporträt der Berliner 1920er-Jahre. Mehr Infos, weitere Termine und Karten unter www.sh-landestheater.de.

**8. März, 18 Uhr
Stadttheater, Rendsburg**



Foto: SH Landestheater



Foto: André Gleitsberg

DON CLARKE

Frisch, spontan und „a little bit crazy“ wird jeder Abend mit Don Clarke zu einem einzigartigen Erlebnis. Ob lieb gewonnene Klassiker oder neue, herrlich absurde Geschichten – Don liebt, was er tut. Und das Publikum liebt Don. Mit seinem charmanten, witzigen Blick auf den Alltag zeigt er uns die kleinen Dinge des Lebens so neu, bis die Augen feucht sind

vor Lachen. Er ist etwas älter geworden, aber – zum Glück – nur minimal weiser. In seiner dritten Midlifecrisis angekommen, hat er viel zu erzählen. Und selbst wenn sein Körper immer mehr Ersatzteile braucht: Mit neuem Hörgerät fühlt er sich wie ein Superheld. Mehr Infos und Karten für 22 Euro unter www.lutterbeker.de.

14. März, 20 Uhr • Lutterbeker, Lutterbek



Anmeldung
bis 20. März

5. April | 10-14 Uhr

mit Kartenvorverkauf
Erwachsene 39,90 €
Kinder bis 14 Jahre 18,- €
Kinder bis 6 Jahre frei



Fährhaus - Hollersche Anlagen

Am Treidelweg 14 | 24782 Büdelsdorf
faehrhaus@bruecke.org | Tel. 0173 20 970 81
www.faeherhaus-buedelsdorf.de



IT'S ALL PINK

Anfang der 2000er war an Pink kein Vorbeikommen: Mit ihrem Debüt *Can't Take Me Home* startete sie durch, *Missundaztood* machte sie endgültig zum Superstar. Millionenverkäufe, Platinauszeichnungen und bis heute ausverkaufte Shows zeigen ihren anhaltenden Erfolg. Wer die Energie und Hits der Pop-Rock-Ikone live erleben möchte, darf sich auf die Tribute-Show von *It's All Pink* freuen. Sängerin Vanessa Henning bringt mit ihrer Band die Songs mit Leidenschaft, Power und eigenem Charme auf die Bühne – authentisch, rebellisch und mitreißend. Tickets gibt's ab 29,60 Euro unter www.adticket.de.

13. März, 19.30 Uhr
Hademarscher Hof,
Hanerau-Hademarschen



Foto: Lukas Diller

SOULCRANE

Matthias Schwengler zählt zu den vielseitigsten Trompetern Europas und begeistert mit einem unverwechselbaren Sound zwischen Jazz und Weltmusik. Einflüsse aus Balkan, arabischen Regionen und Lateinamerika verschmelzen zu einer klanglich reichen, globalen Handschrift. Mit seiner Band Soulcrane entwickelte er einen kammermusikalischen, dunklen Ton, der ohne Schlagzeug auskommt und dennoch große Dynamik entfaltet. Das Ensemble nimmt das Publikum mit auf eine atmosphärische Reise durch Kulturen und Klangfarben. Karten sind für 20 Euro bei stüben fuß & schuh erhältlich.

20. März, 19 Uhr • stüben fuß & schuh, Neumünster

Foto: It's All Pink

PUH, NIX LOS, KEINER DA

Es ist voll langweilig. Was nun? Wie fühlt sich Langeweile an, wie sieht sie aus – und vor allem: Wie wird man sie wieder los? In dem humorvollen Erzähl-Tanz-Theater „Puuuhh, nix los, keiner da“ gehen zwei „Langweilerinnen“ diesen Fragen auf den Grund. Mit viel Bewegung, Witz und Fantasie entsteht ein kurzweiliges Theatererlebnis für Menschen von 4 bis 99 Jahren. Die KulturKomplizinnen verbinden Tanz, Theater und Artistik zu feinfühligem, unterhaltsamen Geschichten in Körpersprache. Mehr Infos und Kartenreservierung gibt's unter www.kulturschlachtereierg.org.

21. März, 15 Uhr
Mehrzweckhalle Mastbrook,
Rendsburg



Foto: Kolja Sommer

MARKISEN SOMMER AKTION 2026
 GÜLTIG AB 01.03. BIS 30.09.2026

SONNENSCHUTZ-SYSTEME
Foltas

/Markisen / Rollläden / Garagentore / Insektenschutz Ihr Fachbetrieb seit 1965

→ Diplom-Physikerin Eva Foltas →

/Markisen / Insektenschutz / Rollläden / Garagentore

- Individuelle Lösungen
- Hochwertige Ausführung
- Ausstellung
- Montage/ Kundendienst
- Kostenlose Beratung vor Ort

Eva Foltas - Stafstedt
Telefon 04875 - 424 Fax 247
 E-Mail: h.foltas@t-online.de
www.rollladenbau-foltas.de



7. LITERATURSCHAL

WENN WORTE DURCH DIE STADT WANDERN

Im März wird Neumünster wieder zur Bühne für Geschichten, Stimmen und ungewöhnliche Begegnungen. Dann legt sich der Literaturschal erneut um die Stadt – ein Festival, das Literatur dorthin bringt, wo man sie vielleicht niemals erwartet hätte.



Mit seinem neuesten Werk „Sohn ohne Vater“ bildet Feridun Zaimoglu das große Finale am 4. April in der AJZ.



Johanna Wack liest am 27. März bei Möbel Schulz aus ihrem neuen Buch.

Das Comedy-Duo Schwedler & Bartels eröffnet den Literaturschal am 14. März im Museum Tuch + Technik.



Vom 14. bis 28. März lädt das Literatur- und Lesefestival bereits zum siebten Mal zu 13 Lesungen und Shows an ganz besonderen Orten ein. Veranstaltet wird der Literaturschal vom Verein Die Nähmaschine e. V., der seit Jahren mit viel Engagement das kulturelle Leben Neumünsters mitgestaltet. Getragen von einem großen ehrenamtlichen Netzwerk hat sich die Reihe als fester Bestandteil im Kulturkalender etabliert – von Bürgerinnen und Bürgern für Bürgerinnen und Bürger.

NEUE ZEITEN, NEUE GASTGEBER

In diesem Jahr gibt es eine wichtige Neuerung: Alle Veranstaltungen beginnen – mit Ausnahme der Lesung im Rathaus – um 19 Uhr. Erstmals wird auch die Auftaktveranstaltung im Museum Tuch + Technik als Abendveranstaltung stattfinden. Neben bewährten Spielorten öffnen zudem neue Gastgeber ihre Türen für die Wortkunst, darunter die Wittorfer Brauerei, das Café Andresen, die Stadtteilbücherei Einfeld, die Sinti Union Schleswig-Holstein sowie das AJZ.

VON COMEDY BIS KRIMI

Den Auftakt gestaltet am 14. März das Comedy- und Poetry-Duo Schwedler & Bartels mit seiner Show „Überdosis All-

tag“. Ebenfalls auf dem Programm stehen Lesungen der Kieler Autorin Wiebke Wimmer, die Bordesholmer Krimiautoren mit ihrem bereits 17. Roman sowie die Komödiantin und Buchautorin Johanna Wack, die mit scharfem Humor Alltagsbeobachtungen auf die Bühne bringt. Ein besonderer Höhepunkt bildet die Abschlussveranstaltung mit dem Kieler Bestsellerautor Feridun Zaimoglu, der in der AJZ aus seinem Buch „Sohn ohne Vater“ liest. Wichtig für Besucher*innen: Diese Veranstaltung wurde auf den 4. April verlegt.

REZITATIONEN MIT CHARAKTER

Auch die Rezitationsabende sind wieder fester Bestandteil des Literaturschals. Zahlreiche lokale Akteurinnen und Akteure präsentieren literarische Programme, die nachdenklich, komisch oder musikalisch begleitet sind – stets lebendig und mit großer Nähe zum Publikum.

Das komplette Programm ist auf Flyern, die im gesamten Stadtgebiet ausliegen, sowie unter www.die-naehmaschine.org zu finden. Tickets kosten zwischen 10 und 15 Euro und sind bei Sievers-Moden in der Marktpassage sowie für das jeweilige Event an den Veranstaltungsorten erhältlich.

Fotos: Frauke Gilleball, Heike Offergeld



KUNSTHANDWERKERINNEN IM HABY-KROG

Am 14. und 15. März, jeweils von 11 bis 17 Uhr, öffnet der beliebte Kunsthandwerkermarkt „Frauen stellen aus“ im Haby-Krog seine Türen. Kurz vor Ostern erwartet die Besuchenden eine vielfältige Auswahl handgefertigter Unikate aus ganz Schleswig-Holstein. 24 Kunsthandwerkerinnen präsentieren mit viel Erfahrung und Leidenschaft ihre Werke – von Kerzen, Schmuck und Textilien über Holz-, Beton- und Keramikkunst bis hin zu Floristik, Schmuckdesign und kreativer Osterdekoration. Neben bekannten Stammausstellerinnen sind auch neue Gesichter dabei, die frische Ideen und Techniken mitbringen.

Ergänzt wird der Markt durch das beliebte gastronomische Angebot der Wirtsleute Aust mit hausgemachten Torten und herzhaften Speisen. Die Ausstellerinnen freuen sich auf den persönlichen Austausch – vielleicht findet sich hier ein besonderes Stück für dich oder deine Lieben.

Eintritt frei, mehr Infos: Facebook: Frauen stellen aus
Instagram: frauenstellenaus
Haby-Krog, Dorfstraße 28, Haby



Foto: Bernard Allison

BERNARD ALLISON

Der Sohn der Chicago-Blues-Legende Luther Allison steht für energiegeladenen Blues mit Rock- und Funk-Einflüssen. Seit über drei Jahrzehnten führt der US-Amerikaner das musikalische Erbe seines Vaters fort und interpretiert dessen Songs mit eigener Handschrift. Sein Projekt „Luther's Blues“ versammelt neu gemasterte Stücke aus 30 Jahren Karriere und zeigt, wie Allison Klassiker behutsam ins Heute überträgt. Bei seinen Konzerten verbindet er virtuoses Gitarrenspiel mit großer Bühnenpräsenz – ein leidenschaftlicher Tribut an den Blues. Mehr Infos und Karten: www.jukejoint.joldelunder.de

2. April, 20.15 Uhr • Gerd's Juke-Joint, Joldelund



Foto: Projektorchester SH

MUSICAL HIGHLIGHTS

Mit der Rückkehr in das traditionsreiche Konzerthaus am Kieler Schloss und einem Gastspiel in der Nordmarkhalle Rendsburg feiert das 70-köpfige Ensemble des Projektorchesters SH sein 15-jähriges Bestehen. Gespielt werden Welterfolge aus „Phantom der Oper“, „Cats“, „Elisabeth“ oder „Tanz der Vampire“, veredelt durch hochmotivierte regionale Solisten. Seit Beginn leitet ein Profi-Dirigent ehrenamtlich das Orchester aus Amateur*innen aus ganz Schleswig-Holstein. Mehr Infos und Karten für je 20 Euro unter www.projekt-orchester-net.

28. März, 19 Uhr • Konzerthaus am Schloss, Kiel

29. März, 17 Uhr • Nordmarkhalle, Rendsburg

Frauen stellen aus

Frühjahrsmarkt 2026



im Haby Krog

Dorfstraße 28, 24361 Haby

Sa. 14. + So. 15. März von 11-17 Uhr



www.frauen-stellen-aus.de

Advertorial

GLANZVOLLE BALLNACHT

RAUS AUS DEM WINTER, REIN INS TANZVERGNÜGEN!

Wenn der Winter sich verabschiedet, wird Kiel zum Tanzparkett: Am Samstag, den 21. März, lädt die Halle 400 ab 19 Uhr zum Frühlingsball ein. In festlicher Atmosphäre treffen elegante Klänge auf genussvolle Momente – eine Ballnacht, die den Frühling gebührend willkommen heißt.

Für echtes Ballfeeling sorgt die Live-Band „Max and Friends“ feat. Nonhle Beryl & Darryll B. Smith mit klassischen und modernen Tanzsounds. Seit Jahren steht die Band europaweit für energiegeladene Shows und stilvolles Entertainment. Ihr Repertoire reicht von aktuellen Chart-Hits bis zu zeitlosen Klassikern aus Pop, Rock und Soul. Beim Frühlingsball bringen sie vor allem Soul und R&B auf die Bühne – mit kraftvollen Stimmen, sattem Bläusersatz und jeder Menge Groove. Nonhle Beryl und Lerato Shadare, beide bekannt aus dem Musical „Der König der Löwen“, sowie Musicaldarsteller Darryll B. Smith, der bereits mit internationalen Stars auftrat, verleihen dem Abend internationales Flair und echte Bühnenpräsenz.

Später übernimmt DJ H-YO und bringt die Tanzfläche mit lässigen Beats zum Beben. Dazu gibt es internationale Küche, die kulinarisch einmal um die Welt führt. Ob du elegant über das Parkett schwebst oder entspannt durch den Abend flaniert – hier ist Platz für Begegnungen, gute Gespräche und ganz viel Frühlingsgefühl.

Der Dresscode? Abendgarderobe ist erwünscht – schließlich darf es ruhig ein bisschen glamourös sein.

FIT FÜRS PARKETT

Damit auf der Tanzfläche alles rund läuft, bietet die Tanzschule Grenke als offizieller Partner kostenfreie Vorbereitungs-Workshops für alle Ballkarteninhaber*innen an. An mehreren Wochenenden vor dem Ball kannst du Walzer und Discofox auffrischen oder ganz neu lernen. Egal ob Einsteiger*innen oder Tanzprofis – hier holst du dir die nötige Sicherheit für deinen großen Auftritt. Die Anmeldung läuft unkompliziert über die Website der Tanzschule.

FRÜHLINGSBALL

21.03.

DJ H-YO

MAX AND FRIENDS

halle400.de

Veranstalter: Kai City Events

FRÜHLINGSBALL KIEL

Samstag, 21. März · Halle 400, Kiel · Beginn: 19 Uhr

Live-Musik: „Max and Friends“ · DJ: H-YO

Internationale Küche

Dresscode: Elegante Abendgarderobe

**KOSTENFREIE
TANZ-WORKSHOPS**
für Ballkarteninhaber*innen
(Tanzschule Grenke)

TANZSCHULE Grenke
Tanzen EINFACH NEU erleben!

Hier zum Workshop
anmelden:

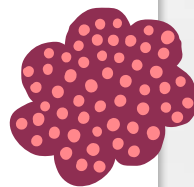


DIE NÄCHSTE RendsburgerLeben

erscheint am
31.03.
Anzeigenschluss
18.03.



DER PERFEKTE GESCHENKTIPP ZU OSTERN – UND SONST AUCH



Einen Gutschein zu verschenken, ist immer eine gute Idee – gern auch zu Ostern, wenn man mit einer kleinen bis großen Aufmerksamkeit Freude machen möchte. In Rendsburg ist die Idee sogar richtig genial, denn hier gibt es den „Rendsburg Gutschein“.

Ob einkaufen in über 50 Läden und Geschäften, der nächste Kino- oder Restaurantbesuch, ein Wellness- oder Fitnessangebot – der Rendsburg Gutschein lässt sich an vielen Stellen einlösen und ist für jeden Geschmack immer richtig. Außerdem stärkst du den lokalen Handel und dein Geld bleibt in der Stadt.

Den Gutschein gibt es als 5-, 10- oder 20-Euro-Karte, Info, Verkaufs- und Einlösestellen findest du hier:

www.rd-marketing.de/rendersburg-gutschein

Oder du gehst direkt zur Rendsburg Information im Alten Rathaus am Altstädter Markt, da gibt es die Gutscheine natürlich auch.

Foto: Adobe Stock

IMPRESSUM

RENSBURGERleben ist eine Publikation
aus dem Hause **falkmedia**.

falkmedia 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

Redaktion:

Tel.: 0431 / 200 766-933
E-Mail: redaktion@kielerleben.de

Heiko Buhr, Marion Laß, Kathrin Mandel,
Maya Schukies, Sebastian Schulten, Isabelle Sester,
Mirjam Stein, Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnnow

Anzeigenkoordination & Mediaberatung:

Stephan Reußner, Tel.: 0431 / 200 766 62

E-Mail: s.reussner@falkmedia.de

Frank Barghan, Tel.: 0171 / 412 43 89

E-Mail: f.barghan@falkmedia.de

Tobias Meisheit, Tel.: 0171 / 375 36 19

E-Mail: t.meisheit@falkmedia.de

Gesa Schimmer, Tel.: 0431/ 200 766 75

E-Mail: g.schimmer@falkmedia.de

Layout & Bildbearbeitung:

Sandra Huege, Angelika Schwarz

Titelfoto: Adobe Stock

Anzeigengestaltung: Nicolas Rexin

Vertrieb: Die RENDSBURGERleben erhältst du an
über 550 Vertriebspunkten in
und um Rendsburg.

Abopreis: 25 Euro, Studierende 20 Euro
(mit gültigem Studierendenausweis).

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

RendsburgerLeben

WWW.FALKMEDIA.DE

Bei falkmedia erscheinen
die Publikationen:

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

© 2026 by falkmedia
Alle Rechte vorbehalten.



falkmedia
GREEN CAMPUS

DEUTSCHLANDS NACHHALTIGES MEDIENHAUS



**Bei uns gibt's die modernsten Studios für Videos,
Reels, Podcasts und Räume für Deine Tagung.**

PODCASTS | WEBINARE | REELS | VIDEO | FOTOSTUDIO
FILMSTUDIO | PRÄSENTATIONEN | SEMINARE | KONFERENZEN



**Jährlich
100 Mio.
Video Views***

**Diese Marken
vertrauen uns:**



BOSCH

ZauberTopf



SIEMENS



Wir haben die Räume, Equipment, technischen
Support. Ihr produziert selbst oder wir für
euch – **alles ist möglich im Green Campus!**

Ruft einfach mal durch!



0431 20076600



t.moeller@falkmedia.de

*Im falkmedia Green Campus 2023 Social Media und YouTube Videos eigene und Fremdmarken mit einer jährlichen Gesamtreichweite von über 100 Millionen Views.

AKTUELLES UND SCHÖNES ZUM THEMA EINRICHTEN



Interliving Boxspringbett Serie 1420,

1| Boxspringbett, Bezug Stoff Chenille Toni moos, best. aus Kopfteil mit Rautens-teppung, Unterbau: Taschenfederkern, modern, glatt, Holzfüße schwarz, Ober-matratzen: 5-Zonen-Taschenfederkern MS238 H2/H3, Topper: Kaltschaum, 13 cm, Liegefläche ca. 180x200 cm. Bezug: 100% Polyester. Ohne Bettzeug, Plaid und Kissen.
2| Nachtkonsole, 4 Schübe, Glasauflage, ca. B50/H60/T43 cm. M962112 210 398 0949

NEUE
KOLLEKTION

1| Interliving Boxspringbett
Serie 1420 - Boxspringbett

2699.-

2| Interliving Boxspringbett
Serie 1420 - Nachtkonsole

469.-

3| Interliving Sofa Serie 4303 - Eckkombination, Bezug Stoff Cyber moos, Metallfuß schwarz, best. aus: 3-Sitzer mit Armteil links und Canapé über-groß mit Armteil rechts, inklusive Kopfteilverstel-lung an allen Elementen, Stellmaß ca. 323x190-266 cm, Bezug: 100% Polyester. Ohne Zierkissen,
4| Interliving Couchtisch Serie 6227, Platte Kera-mik Travertin, Gestell Stahl Bronzeoptik lackiert, ca. B70/H38/L140 cm. M999304 204 394 6115

3| Interliving
Sofa Serie 4303

1999.-

4| Interliving
Couchtisch Serie 6227

799.-



inter
living

Möbel für
dich gemacht

inter
living

lieblingsstücke



5| Interliving
Sofa Serie 4400 -
Eckkombination

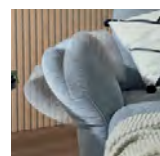
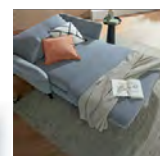
2299.-

5| Interliving Sofa Serie 4400 - Eckkombination, Bezug Stoff Pastel violet, Metallfuß Edelstahloptik, best. aus: Chaiselongue mit Armteil links und 2-Sitzer mit Armteil rechts, inklusive Armteilverstellung an beiden Elementen, Stellmaß ca. 167x296-324 cm, Bezug: 100% Polyester. Ohne Zierkissen und Decke.



2| Interliving
Sofa
Serie 4400 -
Chaiselongue

1499.-



6| Interliving Sofa Serie 4400 - Chaiselongue, Bezug Stoff Pigeon blue, Metallfuß schwarz, in-klusive Armteilverstellung, Rücken echt, Stellmaß ca. B134-158/H90/T167 cm. Bezug: 100% Poly-ester. Ohne Zierkissen und Decke.

Möbel Bergemann

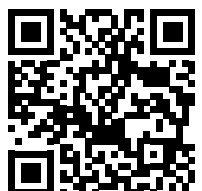
Möbel Bergemann Rendsburg GmbH

Aktuelles Wohnbuch
bei uns kostenlos
erhältlich!



Noch viele weitere
TOLLE ANGEBOTE
finden Sie hier

www.moebel-bergemann.de



Am Bahnhof 12-18 • 24768 Rendsburg • www.moebel-bergemann.de • info@moebel-bergemann.de • Tel. 04331 22414

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9:00 - 18:00 Uhr, Sa 10:00 - 14:00 Uhr