

Rendsburger Leben

ZUKUNFT VORAUS!

Ein Stadtteil entsteht, die Region gestaltet, #825 kommt

ACHTSAM AUF SYLT

Ein ganz entspannender Ausflug auf die Insel



Die Messe für Caravanning, Vanlife und Outdoor in Rendsburg

CARAVAN UND CO

21.-24. September 2023

CHIROPRAKTIK NORD
Praxis für vitalistische amerikanische Chiropraktik

25 JAHRE

Schöner Spätsommer

Romantika am Kanal, Volksfest beim SH Netz Cup, die ersten Herbstmärkte – der September lässt alles leuchten

Illustration: M. H. H.

SCHÖNER SPÄTSOMMER

09/2023

© by falkemedia

7 9 8
C U B
E



Baic Beijing X55 II Luxury:

1.5 L Benziner Turbo GDI 130 kW / 177 PS
** 29.900 Euro

- Fahrmodi: ECO/Sport/Komfort)
- HHC-Hill Hold Control-(Berganfahrhilfe)
- HDC-(Bergabfahrkontrolle)
- Automatische Einparkhilfe
- Start-Stop-Knopf / Keyless start
- Regensensor
- Lichtsensor
- Fahrer- und Beifahrer-Airbags
- Seitenairbags vorn
- Dreipunktsicherheitsgurte
- ISOFIX*2
- RDKS
- PDC Einparkhilfe vorn / hinten
- Geschwindigkeitsbegrenzer
- Automatische Türentriegelung bei Unfall
- Rückfahrkamera mit dynamischer Anzeige
- 360° - Kamera
- Spurverlassenswarnung
- Spurhalteassistent
- Fahrspurhaltesystem

- Totwinkelassistent
- Frontkollisionswarnung
- HMA-intelligente Scheinwerfersteuerung
- Abstandsregeltempomat
- elekt. verstellbare Außenspiegel
- Beheizbare Außenspiegel
- Anklappbare Außenspiegel
- Heckscheibenheizung
- Boneless Scheibenwischer
- Panorama-Glas-Schiebedach
- Flächenbündige Türgriffe
- Lederlenkrad
- Multifunktionslenkrad 4-Fach verstellbar
- Hochwertige zweifarbige Kunstlederausstattunga
- Fahrersitz 6-fach elekt. verstellbar
- Elektrische Lendenwirbelstütze im Fahrersitz
- Beifahrersitz 4-stufig elektrisch verstellbar
- Alarmanlage
- Wegfahrsperre

- Radio
- Bluetooth
- 8 Lautsprecher
- Kombiinstrument 10,1"
- LCD-Infotainmentsystem 10,25"
- WIFI
- Bluetooth-Telefon
- Carbit Link
- Induktive Ladestation für Ihr Smartphone
- LED-Scheinwerfer
- LED-Tagfahrlicht
- Coming-Home-Funktion
- LED-Nebelschlussleuchten
- LED-Rückleuchten
- Außenrückspiegel mit LED-Blinker
- Ambientebeleuchtung in mehreren Farben
- Zwei-Zonen-Klimaautomatik
- Sitzheizung vorn
- Belüftete Sitze vorn

Verbrauch:

Kraftstoffverbr. komb.: 7,0l/100 km, Kraftstoffverbr. innerorts: 7,7l/100 km, Kraftstoffverbr. außerorts: 6,5l/100 km
CO-Emissionen kombiniert: 166 g/km CO2-Effizienz

** zuzüglich Überführungskosten

Autohaus Huf

GmbH&CO.KG

✓ Meisterwerkstatt für alle Marken

Hollerstraße 93-95
24782 Büdelsdorf
Tel. 04331 - 34720

www.autohaus-huf.de

Die RENDSBURGerleben-Crew:
v. li.: Mirjam, Gesa, Kathrin W., Sebastian,
Kristina, Andreas, Maya, Daniela, Mareike,
Jörg, Kathrin M., Frank, Ramona



Foto: thelightart.de

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

„Der Sommer war sehr groß.“ Tja, wie gern hätten wir ein Editorial mal so mit Rilke begonnen, allein: Der Sommer war eher klein, höchstens mittelgroß. Dass er uns unseren Rendsburger Herbst verregnet hat, war jetzt auch nicht so richtig nett. Lassen wir ihn also flugs hinter uns und begrüßen freudig den September, der irgendwie zwar schon ein Herbstmonat ist, uns an guten Tagen aber daran zu erinnern vermag, was ein Sommer, besonders ein später, so draufhaben kann.

In diesem Monat werfen wir unseren Blick weit in die Zukunft: Rendsburg bekommt mit Neuwerk-West ein ganz neues Quartier, ein Futurologe fragt, wie die Stadt aktiv ihre Zukunft gestalten kann, und das Stadtjubiläum #Rendsburg825 klopft auch schon vorsichtig an.

Doch bevor das soweit kommt, genießen wir erst einmal ein paar wunderbare Spätsommerabende und picknicken beim Lichterfest am NOK. Natürlich ist da dann noch der große SH Netz Cup mit Spitzensport und Spaß auf und neben dem Wasser. Wieder so ein tolles Volksfest für die ganze Region. Vielleicht kommt das Wasser ja dieses Mal nicht von oben dazu? Der Sommer, besonders dieser kleine, späte, macht bestimmt noch was gut.

Es gibt wieder viel zu lesen in dieser Ausgabe, viel Spaß dabei wünscht

Eure RENDSBURGerleben-Crew

ZEIG UNS DEINE STADT!

Rendsburg ist eine schöne Stadt, überall gibt es tolle Orte, Ecken und Plätze zu entdecken. Wir von RENDSBURGerleben möchten gern von dir wissen, wie du unsere Stadt siehst und erlebst. Schick uns deine schönsten Bilder, zeig uns, was dir am besten gefällt in Rendsburg und der Region. Welche Schätze liegen vor der Haustür oder auch verborgen in unbekannteren Ecken?

Lass es uns sehen, schreib an: redaktion@rendsburgerleben.de



CHIROPRAKTIK
NORD

Praxis für vitalistische
amerikanische Chiropraktik



Fehlstellungen in der Wirbelsäule können die Funktion Ihres Nervensystems beeinträchtigen und so zu einer Einschränkung der Selbstregulationskräfte Ihres Körper führen. Dies kann die Ursache für viele Erkrankungen sein, z.B. Kopfschmerzen, Tinnitus, Schulterschmerzen, Schwindel, Migräne, Rückenschmerzen u.v.m.

Wir suchen nach der Ursache und behandeln diese, damit Sie langfristig gesund werden können!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch – rufen Sie an und ...

LEBEN SIE LOS.

Ihr Team der Chiropraktik Nord
Lars Löptien
HEILPRAKTIKER

Kieler Chaussee 57 · 24214 Gettorf
Telefon: 04346 369751

info@chiropraktik-nord.de
www.chiropraktik-nord.de



06
Schöner Spätsommer: Gartenzauber und Herbstmarkt



16
Achtsam auf Sylt – ein sehr entspannender Ausflug



22
Spitzensport mit Volksfest: SH Netz Cup



36
Caravan, Camping und die Messe dazu



68
Raffinierte Rezepte mit dem Liebling Tomate



74
Bühne, Kunst und Events

SCHÖNER SPÄTSOMMER

Gartenzauber und Herbstmärkte **6**
Lichterfest am Kanal: NOK-Romantika **7**
Highlights der Physik als Festival **10**

GLEIS & MEER

Achtsam auf Sylt – ein sehr entspannender Ausflug **16**

STADTGESCHEHEN

Neuwerk-West: ein ganz neuer Stadtteil **20**
Spitzensport und Volksfest: SH Netz Cup **22**
Zukunftsregion Rendsburg **26**
Weltkindertag und Patenzeit **28**
Hospizlauf, Basar und Best Ager **30**
Termine, Termine ... im September **31**

ARBEIT & AUSBILDUNG

Am Hafen und in der Uni **34**

AUTO & TECHNIK

Caravan, Camping und die Messe dazu **36**

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Wohntrends und Wohlfühl Tipps **44**
Die NordBau 2023 **47**
Rendsburger Hobby-Handwerker in NDR-Doku **52**

MODE & BEAUTY

So schöne neue Menschen **56**

GESUNDHEIT & WELLNESS

Alles für ein gutes Leben **60**
Die beliebtesten Einschlafsongs **66**

HUNGER & DURST

Toll, toller, Tomaten: raffinierte Rezepte **68**

KULTUR & UNTERHALTUNG

Bühne, Kunst und Events **74**

JEDEN MONAT DABEI

Editorial **3**
#rendsburg825 **82**
Impressum **82**

coop

SEIT 1899

COOP?

UND OB!

**STÄRKER DENN JE:
JETZT COOPTIMISTISCH SPAREN!**

Mit
Sonderaktion
bis zum 31.10.*

Die coop ist als Konsumgenossenschaft stärker denn je. 72.000 cooptimisten profitieren täglich von **2,5 % Sofortrabatt bei jedem REWE-Einkauf, Rabatten beim Stromtanken oder Ökostrom für Zuhause, unschlagbaren Veranstaltungspreisen und vielem mehr.** Alles schon ab einem Genossenschaftsanteil! Und wer mehr will, bekommt auch mehr: Auf alle Genossenschaftsanteile zahlen wir eine jährliche Dividende (2,75 % im Geschäftsjahr 2022).

Sonderaktion: **Bis zu 200 Anteile zeichnen** (statt sonst maximal 55)! Jetzt Mitglied werden und bis zum 31.10.2023* die Chance auf mehr Sparanlage nutzen.

Mehr Informationen auf www.coop.de/cooptimist-werden

*Die Aktion gilt vom 01.07.2023 bis 31.10.2023. Da die zu erwerbende Anzahl an Genossenschaftsanteilen in diesem Zeitraum begrenzt ist, behalten wir uns vor, die Aktion vorzeitig zu beenden. Die Zahlung der Anteile in Raten ist bei dieser Sonderaktion nicht möglich.



SPÄTSOMMER

Der September kann sich oft nicht recht entscheiden, ob er schon Herbst oder noch Sommer sein möchte.

Wir nehmen seine Sonnenseite mit und genießen die letzten warmen Tage.



Foto: Adinhe Stock



LICHTERFEST AM NORD-OSTSEE-KANAL

Rendsburg lässt zur 15. NOK-Romantika den Kanal leuchten

Am Samstag, den 2. September, erwartet dich wieder ein stimmungsvolles Fest: die 15. NOK-Romantika. Zwischen Brunsbüttel und Kiel wird der Nord-Ostsee-Kanal in romantisches Licht getaucht. An beiden Ufern illuminieren AirLIGHTS, LED-Leuchtstäbe, Kerzen, Laternen und andere Lichter die künstliche Wasserstraße. Das Fest beginnt in der Dämmerung und erreicht seinen Höhepunkt gegen 21 Uhr.

BEIM EISSTÜBCHEN ...

Auch Rendsburg ist mit dabei: Ab 17 Uhr findet neben dem Eisstübchen ein romantisches Hafepicknick statt. Mit Blick direkt auf den Kanal können dort die selbst mitgebrachten Picknicks genossen werden. Drinks und Desserts gibt es vom Eisstübchen. Um 19 Uhr wird ein Kanalspaziergang von den Brückenterrassen aus über die andere Kanalseite bis zum Veranstaltungsort angeboten, bei dem sich die Teilnehmer*innen von dem Lichterglanz am Kanal verzaubern lassen dürfen und dabei spannende Geschichten rund um den Nord-Ostsee-Kanal zu hören bekommen. Tickets gibt es dafür in der Rendsburg Information oder auch spontan vor Ort.

... UND AM GANZEN KANAL

„Mit der NOK-Romantika wollen wir die Aufmerksamkeit auf unseren Nord-Ostsee-Kanal lenken, der uns die große weite Welt nach Schleswig-Holstein bringt. Schließlich ist er neben dem Suez- und dem Panamakanal die bedeutendste internationale Seeschiffahrtsstraße weltweit,“ betont Heiko Müller, Geschäftsführer der Touristischen Arbeitsgemeinschaft Nord-Ostsee-Kanal (TAG NOK). Er ruft die Menschen in den Gemeinden, Städten, Vereinen und Verbänden entlang des Kanals auf, gemeinsam das romantische Lichterfest zu feiern. Und wer möchte, kann mit eigenen LED-Leuchtstäben und Knicklichtern dieses einzigartige Erlebnis mitgestalten. Fast am ganzen Kanal gibt es spannende Unterhaltung, viel stimmungsvolles Licht und natürlich auch gastronomische Angebote. Das Programm ist mit weiteren Informationen zum Lichterfest unter www.nok-romantika.de zu finden.

Yachthafen Meisterei

Restaurant & Café

Genießen Sie bei uns im Obereiderhafen
Leckere Fisch- und Fleischgerichte
vegetarische und saisonale Spezialitäten
sowie Kaffee, Kuchen, Waffeln und Eis

JEDEN SAMSTAG UND SONNTAG
von 8.30 – 11 Uhr
leckeres Frühstück direkt am Wasser!



Mittwoch bis Freitag von 11 – 22 Uhr
Samstag und Sonntag
von 8.30 bis 22.00 Uhr
warme Küche von 11:30 bis 21 Uhr

Am Eiland 11 · 24768 Rendsburg
Tel. 04331 - 14 99 88
mail@yachthafen-meisterei.de
www.yachthafen-meisterei.de

REGIONAL. PERSÖNLICH.

Ihr Hausverkauf in den besten Händen.

Robert-Mario Hirschmann, Immobilienberater Mathias Schlichting, Immobilienberater

Sie haben nur einmal die Chance, Ihre Immobilie zu verkaufen. Sprechen Sie mit dem Marktführer.

☎ 04331 595 - 9111

✉ s-immobilien@spk-mittelholstein.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Mittelholstein AG



Endlich wieder Gartenzeit!



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!

ES IST WIEDER GARTENZEIT

Die **GartenBaumschule DITTMANN** bietet auf etwa 20.000 Quadratmetern eine riesige Auswahl an Pflanzen für Garten, Balkon und Terrasse. Robuste und standortgerechte Pflanzen, die das ganze Jahr über Freude bereiten! Von der Blumenzwiebel bis zum großen Hausbaum findest du alles, was ein Garten braucht. Professionelle Beratung zu Standortansprüchen, Sortenauswahl, Pflanzenentwicklung sowie Düngung sind selbstverständlich. Dazu Gartenaccessoires, wie Rankhilfen, Rosenbögen und verschiedene Glasobjekte und Gartenkugeln. Save the date! Am 30. September findet wieder das Apfelfest in der GartenBaumschule DITTMANN in Gettorf statt. Probiere und finde aus rund 40 verschiedenen Apfelsorten deinen Lieblingsapfel. Schau doch mal rein und lass dich inspirieren. Familie Dittmann und das gesamte Team der GartenBaumschule DITTMANN freuen sich auf deinen Besuch. Weitere Infos unter www.garten-dittmann.de.



Foto: GartenBaumschule DITTMANN

Faszination Wattenmeer

Entdecke eine ganze Welt

Nationalpark-Zentrum
Multimar
WATTFORUM

Erlebe die ganze Faszination des Wattenmeers auf über 4.000 m² in Tönning. Draußen und drinnen – 364 Tage im Jahr. Entdecke eine ganze Welt.

Watt. Land. Fluss. Die Otter sind da!

unesco
WELTVERBAND
WELTBIAU 2002/014

Nationalpark
Wattenmeer
SCHLESWIG-HOLSTEIN



OTTER GANZ NAH

Das **Nationalpark-Zentrum Multimar Wattforum** in Tönning begeistert mit einer neuen Attraktion: Die Otter sind da! In einer naturnahen Freianlage leben auf einer weitläufigen Fläche von 2000 Quadratmetern drei Eurasische Fischotter, ein Weibchen mit zwei Töchtern. Das neue Otterhaus beherbergt die Ausstellung „Watt. Land. Fluss.“, große Panoramaseiben bieten den Gästen die Möglichkeit, die eleganten Otter unter Wasser aus nächster Nähe zu beobachten. Weil die Tiere sich in der großen Anlage gut verstecken können, wird empfohlen, zu den öffentlichen Fütterungen zu kommen (aktuell täglich um 13 Uhr). Ein Besuch im Multimar Wattforum lohnt sich dennoch jederzeit: Das Haupthaus bietet mit den 37 Nordsee-Aquarien und der Walaustellung erlebnisreiche Stunden für Groß und Klein. www.multimar-wattforum.de

Foto: Nicole Neumann / LKN-SH

GARTENZAUBER BLÜTENPRACHT UND ERNTELUST

Entdecke den Zauber dieser Jahreszeit!

Am 9. und 10. September öffnet Hof Bissenbrook in Großenaspe bei Neumünster wieder die Tore für den **HERBSTZAUBER** – der spätsommerlichen Landpartie für Genießer*innen. Über 130 renommierte Gärtner*innen und ausgewählte Aussteller*innen bringen auf dem bezaubernden Gelände von Bissenbrook Gartenkultur und die Vielfalt des ländlichen Lebens zum Vorschein. Jahr für Jahr faszinieren das einzigartige Flair und die Fülle an Angeboten rund um Garten und Wohnen die Besucher*innen aufs Neue.

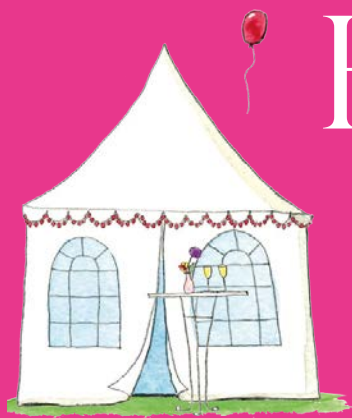
In dieser ländlichen Idylle können nicht nur Gartenenthusiast*innen und Dekorationsliebhaber*innen auf Entdeckungsreise gehen, sondern auch kulinarische Köstlichkeiten, Kunstobjekte, handgemachte Seifen, Mode, erlesenen Schmuck, Taschen und vieles mehr entdecken. Der **HERBSTZAUBER** ist nicht nur für sein exquisites Angebot im Bereich Pflanzen und Garten bekannt, sondern widmet auch dem Rahmenprogramm und der Dekoration liebevolle Aufmerksamkeit.

BUNTE VIELFALT

Der **HERBSTZAUBER** hält ein besonderes Highlight für Besucher*innen bereit – das Dahlien-Happening. Die Bissenbrook Blumenfarm, eine Spezialistin für Dahlienzucht, öffnet exklusiv während des **HERBSTZAUBERS** ihre Türen. Über 6000 Dahlienpflanzen in mehr als 100 Sorten verwandeln diesen Bereich in ein farbenprächtiges Blütenmeer – ein Muss für Blumenliebhaber*innen.

Die Gäste dürfen sich auf verschiedene floristische Vorführungen freuen: gezeigt wird, wie man Haus und Garten neuen Glanz verleiht. Der Gartenratgeber des „Arbeitskreises Alte Obstwiese“ informiert über Obstanbau und -pflege, und auf der malerischen Lindenallee gibt es eine floristisch-dekorative Geschichte zu entdecken. Eintritt 10 Euro, Kinder bis 16 Jahre haben freien Eintritt. Hunde haben keinen Zutritt. Infos: www.gartenzauber.com.

**9. und 10. September
10 bis 18 Uhr
Hof Bissenbrook, Großenaspe**



HERBST zauber

Hof Bissenbrook
www.gartenzauber.com

9.+10.
September
2023

VOM
25. BIS 30.
SEPTEMBER
IN KIEL



Mit Astrophysiker Harald Lesch ist ein waschechter Promi zu Gast in Kiel

WISSENSCHAFTSFESTIVAL IN KIEL

HIGHLIGHTS DER PHYSIK

Wann und wo du ein hochkarätiges Vortragsprogramm, Live-Experimente und Ausstellungen rund um die Physik erleben darfst? Ja, sogar Astrophysiker Harald Lesch und gewissermaßen auch James Bond treffen kannst? Wir verraten's dir!

Physik-Cracks (und die, die es noch werden wollen) aufgepasst: In der Woche vom 25. bis 30. September kommt das Wissenschaftsfestival „Highlights der Physik“ nach Kiel. Mitten auf dem Rathausplatz erhältst du in einem großen Ausstellungszelt Einblicke in die aktuelle Forschung der Physik. Außerdem halten die „Highlights der Physik“ ein unterhaltsames Programm für Kinder und Jugendliche und ein vielfältiges Vortragsangebot bereit.

MUSIKALISCHER STARTSCHUSS

Eröffnet werden die „Highlights der Physik“ am 25. September um 20 Uhr im Kieler Opernhaus von Universitätsprofessor und TV-Moderator Harald Lesch mit einem Abendvortrag über „Sonne, Mond und Sterne“. Begleitet wird er dabei durch das renommierte Quartett „Quadro Nuevo“ aus München, zu deren Vorführung auch die

schleswig-holsteinische Bildungsministerin Karin Prien sowie weitere prominente Gäste aus Forschung und Politik erwartet werden. Veranaltet wird das Wissenschaftsfestival von der Deutschen Physikalischen Gesellschaft (DPG) und der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel (CAU) mit Förderung von der Wilhelm und Else Heraeus-Stiftung sowie der Klaus Tschira Stiftung.



Freue dich auf actionreiche Live-Experimente ...



... sowie auf jede Menge Physik zum Staunen ...



... und natürlich Anfassen!

FÜR KLEINE ...

Mit einem umfangreichen Programm richten sich die „Highlights der Physik“ insbesondere an Kinder und Jugendliche – mit Angeboten für Kids im Grundschulalter bis zur Berufsberatung. In Wissenschaftsshows, Quizveranstaltungen und Kindertheatern werden physikalische Phänomene spielerisch vermittelt. Neben bietet das Juniorlabor Gelegenheit zum eigenen Experimentieren unter fachlicher Betreuung. Der bundesweite Wettbewerb „exciting physics“ für Schüler*innen ab Klasse 5 und spannenden Workshops runden das Programm ab.

... UND GROSSE GÄSTE

Physikerinnen und Physiker aus Kiel und ganz Deutschland werden Rede und Antwort zu ihren aktuellen Forschungsarbeiten stehen. Sie zeigen das Neueste aus der Nanoforschung, wie man schwarze Löcher im

Weltraum findet und wie Wasserstoff- und Plasmatechnologien für die Energieversorgung der Zukunft genutzt werden. Aber keine Sorge: Auch ohne Vorwissen bist du hier genau richtig aufgehoben! Bei den täglichen Vortragsreihen im KulturForum der Stadt Kiel und im Physikzentrum der Universität Kiel präsentieren renommierte Forschende ihre Arbeiten. Zum Beispiel spricht der Astrophysiker Prof. Dr. Günther Hasinger zum Thema „Dunkle Materie und schwarze Löcher“ oder Communicator-Preisträger Prof. Dr. Albrecht Beutelspacher über Geheimnisse und Überraschungen in der Welt der Zahlen.

JAMES BOND UND DIE PHYSIK

Zum Abschluss der Veranstaltungswoche erwartet dich am 30. September um 20 Uhr mit „James Bond im Visier der Musik“ ein

besonderer Abendvortrag, ebenfalls im Kieler Opernhaus: Communicator-Preisträger und Präsident der Universität Göttingen, Prof. Metin Tolan, nimmt Technik und Effekte aus James-Bond-Filmen unter die Lupe und stellt sich die Frage, ob sie mit den Gesetzen der Physik eigentlich vereinbar sind. Begleitet wird der Vortrag von den Kieler Philharmonikern, die die berühmte Filmmusik dazu live einspielen.

Der Eintritt zu allen Angeboten des Wissenschaftsfestivals ist frei, für alle Vorträge sind jedoch kostenlose Einlasskarten erforderlich. Du erhältst sie unter highlights-physik.de/tickets. Auf der Website findest du ebenfalls detaillierte Infos zum Programm, zu den Ausstellungen und Vorträgen.

2023 highlights der physik

WISSENSCHAFTSFESTIVAL
**HIGHLIGHTS
 DER PHYSIK**
 25.-30.9. \\ KIEL

EINTRITT
FREI

ALLE INFOS:
HIGHLIGHTS-PHYSIK.DE



[Mohltied!] GREEN MARKET

Eckernförde
So, 10. September

10 bis 18 Uhr
Hafenspitze

www.mohltied.de

Eintritt frei!

IN KOOPERATION MIT



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



[MOHLTIED!] GREEN MARKET IN ECKERNFÖRDE

Lust auf nachhaltigen Genuss macht auch dieses Jahr der **[Mohltied!] GREEN MARKET** in Eckernförde. Am verkaufsoffenen Sonntag, den 10. September, präsentieren sich an der Wasserkante zwischen Hafenspitze und Holzbrücke von 10 bis 18 Uhr rund 50 regionale Produzent*innen. Von der Rohmilchkäse- rei Backensholz bis zur Czernys Küstenbrauerei, von Carstens Highlands bis SchleiBeete, von Bunde Wischen bis Jahnkes Ziegenkäse, von John's Burger bis Daja Chocolate, von Bauer Schramm bis Heilkräuter Johannsen reicht das Spektrum der Aussteller*innen.

REGIONALES PROGRAMM

Auf dem großen bunten Marktplatz auf Eckernfördes Flaniermeile informieren sie und viele andere persönlich über ihre Produkte – und laden zum Entdecken, Verkosten und Einkaufen ein. Der Eintritt ist frei. Offiziell eröffnet wird der GREEN MARKET um 10 Uhr an der Hafenspitze von Ministerpräsident Daniel Günther, der nach einem Marktrundgang auch um 11 Uhr prominenter Gast der ersten Kochshow sein wird. Im großen Gütezeichen-Zelt an der Hafenspitze zeigen Köch*innen aus dem Norden zu jeder vollen Stunde, was sich aus regionalen Zutaten Köstliches zubereiten lässt. Modert werden die Shows in der Schauküche des Landes Schleswig-Holstein von [Mohltied!]-Herausgeber Eckhard Voß. Mehr unter www.mohltied.de.

10. September, 10 bis 18 Uhr • Hafen Eckernförde

Foto: Mohltied



12478

Giftfrei Gärtnern tut gut ...

...Ihnen und der Natur.



Informieren Sie
sich hier und nutzen
Sie Ihre Chance!

→ Weitere Infos unter www.NABU.de/giftfrei

NABU/A. Wolff



HERBSTMARKT MIT TRAUMKULISSE

Vom 30. September bis zum 8. Oktober öffnet wieder der Herbstmarkt im Freilichtmuseum Molfsee jeweils von 9 bis 18 Uhr seine Tore. Es empfiehlt sich wegen der eingeschränkten Parkplatzsituation eine Anreise zu Fuß, mit dem Zweirad oder dem ÖPNV.

Liebevoll hergerichtete Häuser in einer historisch geprägten Herbstlandschaft: Es herrscht reges Treiben. Der Duft von Apfelkuchen und Kaffee, Bratwurst und vielen anderen, regional gefertigten Köstlichkeiten liegt in der Luft und jeder Mensch weiß: Es ist wieder Herbstmarktzeit im Freilichtmuseum Molfsee. Es präsentieren sich auf dem riesigen Museumsareal gut 120 Aussteller*innen. Sie bieten regionale Produkte an, kuschelig warme Kleidung für Erwachsene und Kinder, gewohnt hochwertiges Kunsthandwerk sowie nicht zuletzt Pflanzen und Herbstdeko für Haus und Garten. Die Nordbauern mit vielen regionalen Erzeuger*innen und Direktvermarkter*innen laden zu einem kleinen Bauernmarkt auf dem Herbstmarkt ein. Wie immer stehen selbstproduzierte Waren im Vordergrund. Mit dabei sind natürlich viele alte Bekannte, aber auch neue Stände wie beispielsweise die Falafel-Fabrik aus Kiel. Wer beim Schlendern über den Markt Hunger bekommt, wird bestens versorgt. Um den Gastronomiebereich nachhaltiger zu gestalten, arbeitet das Museum mit Nachdruck daran, den Anteil von Einwegmüll weiter zu reduzieren.

Der Eintritt ins Museum und damit auch auf den Herbstmarkt beträgt für Erwachsene 10 Euro (ermäßigt 8 Euro), Kinder und Jugendliche zahlen 3 Euro und die Familienkarte kostet 21 Euro. Wer sich ab dem 16. September über die Internetseite des Museums landesmuseum-sh.ticketfritz.de ein Online-Ticket für den Herbstmarkt kauft, kommt erfahrungsgemäß schneller ans Ziel.

ANREISE MIT ÖPNV UND RAD

Das Museum wie auch die Gemeinde Molfsee bitten eindringlich darum, wenn irgendwie möglich, auf Grund der eingeschränkten Parkplatz-Situation am Museum (an den Wochenenden und am 3. Oktober steht der Parkplatz am Landesamt für Landwirtschaft, Umwelt und ländliche Räume, Hamb. Chaussee 25, Flintbek, zur Verfügung) die großartigen Angebote des ÖPNV in Anspruch zu nehmen. An allen Veranstaltungstagen verkehren die Busse der Linien 780/790 zwischen dem Hauptbahnhof Kiel und Flintbek und bringen die Besucher*innen an den Wochenenden und am Feiertag im Viertelstunden-Takt und werktags im Halbstunden-Takt zum Freilichtmuseum. Darüber hinaus steht direkt am Museum wieder ein bewachter Fahrradparkplatz zur Verfügung.

Es herrscht vom 30. September bis zum 8. Oktober Herbststimmung im Freilichtmuseum Molfsee

Auf dem Herbstmarkt im Freilichtmuseum Molfsee gibt es ein großes Angebot an regionalen Produkten



Herbstmarkt

Die fünfte Jahreszeit
im Freilichtmuseum
Molfsee

30.9. - 8.10.2023
täglich 9-18 Uhr

Einfach
ohne Auto
mit den
Buslinien



**Freilichtmuseum
Molfsee**

Landesmuseen SH

24113 Molfsee
Hamburger Landstraße 97
T +49 (0) 431 65966-22

freilichtmuseum-sh.de/herbstmarkt

 Sparkasse

 PROVINZIAL

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

NACHHALTIGKEIT ENTDECKEN

ENTDECKER-
TAGE ENERGIE
am 7. und
8. Oktober!

Wie kann ich klimafreundlich mobil sein und heizen, wie meinen Alltag umweltbewusst gestalten? Diese Fragen bewegen viele Menschen. Wie ein nachhaltiges Leben praktisch umsetzbar ist, zeigen die Entdeckertage Energie der Stadtwerke Kiel am 7. und 8. Oktober!

Eine Runde mit dem E-Bike drehen, innovative Wärmetechnik entdecken oder Wissenswertes über grüne Unternehmen und Produkte unserer Landeshauptstadt erfahren – die Umweltmesse für die ganze Familie wird ganz im Zeichen von Energiesparen, Klimaschutz und nachhaltigem Lebensstil stehen.



ENERGIE ERZEUGEN UND NUTZEN

Zahlreiche Aussteller*innen zeigen auf dem Gelände der **Stadtwerke Kiel**, wie sich Haushalte umweltfreundlich mit Wärme und Strom versorgen können. Im Fokus stehen unter anderem Photovoltaik sowie Fernwärme, Wärmepumpen und Windkraft. Regionale E-Mobilitäts-Anbieter*innen stellen aktuelle Modelle mit zwei oder vier Rädern sowie Systeme zum Laden vor. Auch Testfahrten sind möglich.

NACHHALTIGKEIT UMSETZEN

Wie mehr Nachhaltigkeit im Alltag möglich ist, zeigen Start-ups aus Kiel mit ihren

innovativen Produkten. Auch was die Klimaschutzstadt Kiel plant oder auf welchem Weg mehr Blühwiesen und Wälder in Schleswig-Holstein entstehen, ist ebenfalls zu erfahren.

Die Entdeckertage verbinden Information mit Unterhaltung und Spaß für die ganze Familie: Mitmachaktionen, Vorträge und Diskussionsrunden, Kinder sind an der Kletterwand unterwegs und entern die Hüpfburg. Passend zum Thema Nachhaltigkeit sind natürlich auch die kulinarischen Angebote regional und umweltfreundlich.

Mehr Informationen zum Programm und über die Aussteller*innen ist zu finden unter: stadtwerke-kiel.de/entdeckertage.

**7. und 8. Oktober, 11-17 Uhr
Stadtwerke Kiel, Uhlenkrog 32**

Foto: Manuel Weber

21.-24.9.
2023 Messe
Rendsburg

sh:z das medienhaus

Die Messe für Caravaning und Outdoor im Norden

Besuchen Sie die CARAVAN und CO vom 21. - 24.09.2023 in Rendsburg und erleben Sie Norddeutschlands erste Verbraucher- und Freizeitmesse für Caravaning, Camping, Freizeit und mobiles Reisen.

21.-24.9.2023 täglich von 10 - 18 Uhr
Messegelände Rendsburg

EXPO

EXTRA

EXPLORE

Infos und Tickets unter
www.caravan-und-co.de

CARAVAN UND CO

Hobby
GEBAUT FÜRS LEBEN

sh:z

fritz-kola®

RDC
Zugkraft, die verbindet.

Schleswig-Holstein
Der echte Norden

Volksbanken
Raiffeisenbanken

Entdeckertage Energie

**Das Event für Erneuerbare
Energien, E-Mobilität und
nachhaltigen Lifestyle**

[stadtwerke-kiel.de/
entdeckertage](http://stadtwerke-kiel.de/entdeckertage)

**7. & 8.
Oktober 2023**
—
11 – 17 Uhr

Uhlenkrog 32 | Kiel | Eintritt frei

9 TIPPS

FÜR EINEN ACHTSAMEN AUSFLUG NACH SYLT

Brauchst du auch mal wieder eine Auszeit? Gemeinsam mit DB Regio Schleswig-Holstein verrät dir das Team Förde Fräulein die neun besten Tipps für eine achtsame Zeit auf Sylt. Denn jetzt zum Beginn des Herbstes kommt die Urlaubsinsel so langsam zur Ruhe – und mit ihr vielleicht ja auch du.



INSEL DER ACHTSAMKEIT

Sylt bietet nicht nur atemberaubende Naturschönheiten, sondern auch die Möglichkeit, tief in die Welt der Achtsamkeit einzutauchen. Gelegen in den schier unendlichen Weiten des nordfriesischen Wattenmeers, übersät mit Naturschutzgebieten, Dünenlandschaften und grünen Wiesen, kann man hier den Alltag bestens hinter sich lassen. Wir verraten dir neun Tipps für eine achtsame Zeit auf Sylt!



Das Highlight jeder Bahnfahrt nach Sylt ist die Überquerung des Bahndamms über die Nordsee



1. REISE MIT DER BAHN AN

Deine Auszeit fängt bereits mit der Anreise an. Denn der entspannteste und vielleicht auch schönste Weg auf die Insel führt über Schienen mit DB Regio Schleswig-Holstein. Die RE6 fährt dabei durchgängig von Hamburg entlang der Westküste bis ans Ziel. Kommst du aus Kiel oder Flensburg, steigst du in Husum in diese Verbindung zu. In jedem Fall hast du, während du vorbei an Feldern, Deichen und Schafen ziehst, ausreichend Zeit für deine ganz persönliche Me-Time: Leg dein Handy weg, schnappe dir ein Buch, schreibe in dein Tagebuch oder höre einen Podcast – und halte bei der Überquerung des Bahndamms auf die Insel einen

Moment inne. Dein Ticket kannst du entweder direkt am Automaten, unter www.bahn.de oder über die App DB Navigator kaufen.

2. GENIESS DIE RUHE DER NATUR

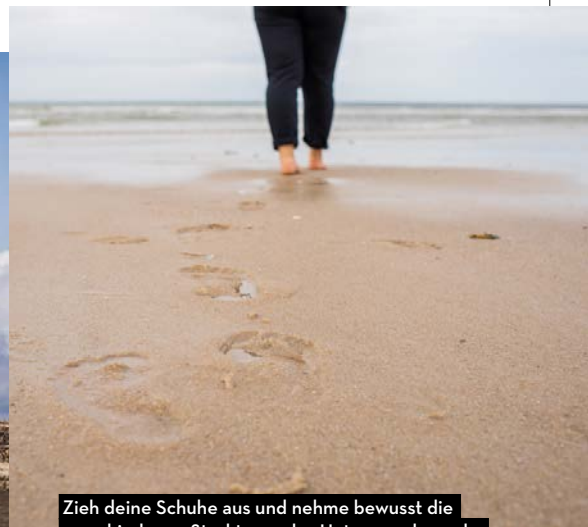
Mache dich als erstes auf in die Natur! Steige bereits in Morsum oder Keitum aus dem Zug, um ein Sylt zu erleben, das du so noch nicht vorher kanntest. Made dort zum Beispiel einen Abstecher ans Keitumer Watt oder zum atemberaubenden Morsum Kliff, genieße den weiten Blick und das Gefühl von Freiheit.

3. MACHE EINEN STRANDSPAZIERGANG

Steigst du in Westerland aus, heißt es: nichts wie ab zum Strand! Spüre den Wind auf der Haut, lausche dem beruhigenden Rauschen der Wellen und nimm die Schönheit der Natur bewusst wahr. Unser Tipp: Laufe von Westerland aus einfach an der Nordsee entlang ins nächste Inseldorf – nach Wenningstedt zum Beispiel. Das dauert zwar seine Zeit, aber die kannst du nutzen, um in Gedanken zu schweifen oder sie im besten Falle vergessen zu lassen.



Am Ellenbogen begegnest du mit Glück sogar freilaufenden Schafen



Zieh deine Schuhe aus und nimm bewusst die verschiedenen Strukturen des Untergrundes wahr

Statte den Sylter Leuchttürmen wie dem „langen Christian“ in Kampen einen Besuch ab



4. MACHE EINE FAHRRADTOUR

Miete dir ein E-Bike zum Beispiel bei Mietrad Sylt, gleich gegenüber des Bahnhofes in Westerland und genieße die schönen Radstrecken auf der Insel. Nimm dabei die umliegende Natur ganz bewusst wahr und entdecke so entlegene Ecken wie den Lister Ellenbogen, den nördlichsten Punkt Deutschlands oder die Hörnum Odde ganz im Süden. Auch schön: die Tinnumer Wiesen oder die Braderuper Heide.

5. TAUCHE IM WALD AB

Beim sogenannten Waldbaden nimmst du die Waldatmosphäre mit allen Sinnen achtsam wahr. Höre, sieh, fühle, rieche und schmecke ganz bewusst und versinke so mehr und mehr ins grüne Meer – und in die Entschleunigung. Oder unternehme eine geführte Tour durch die Sylter Wälder mit Hausmann von Märchen-Coaching.



Das Restaurant #foodporn in Westerland ist nur einer von vielen tollen kulinarischen Sylttipps



In der Strandsauna Listland hast du das Gefühl, in eine weit entfernte Welt abzutauchen

6. LEGE EINE WELLNESSPAUSE EIN

Ein wichtiger Punkt vorweg: Wellness muss nicht immer etwas kosten. Für manche bedeutet Wellness auch einfach mal mit nackten Füßen am Meeressaum zu spazieren oder das Smartphone in der Tasche zu lassen. Wenn du aber magst, empfehlen wir dir wärmstens einen Besuch in einer der Strandsaunen in Hörnum, Rantum oder im Listland. Dazu gibt es viele Day Spa-Angebote wie im A-Rosa in List, im Wyn.Strandhotel oder im Hotel Stadt Hamburg in Westerland. Oder du buchst dir eine wohltuende Behandlung im Day Spa in Keitum oder im Kosmetik-Salon Tascom Beauty in Tinum.

7. WERDE MINDFUL AKTIV

Auf Sylt schafft die Verbindung von Yoga, Meditationen und der idyllischen Umgebung ein einzigartiges Erlebnis, das Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. Klemme dir also deine Matte für deinen Ausflug unter den Arm, setze dich für eine meditative Auszeit einfach in den Sand oder mache einen Kurs bei einer der vielen Sylter Yogis.



Im Samoa Seepferdchen in Rantum genießt du Speisen und Getränke mit Wellenrauschen

8. GENIESSE GUTE SYLTER KÜCHE

Sylt ist eine wahre Hochburg des guten Geschmacks: Nirgends woanders ist so viel ausgesprochen gute Gastronomie versammelt wie hier. Und gutes Essen macht glücklich! Sogar noch mehr, wenn du es bewusst zu dir nimmst. Auf www.syltfräulein.de findest du die leckersten Inseladressen von Restaurant bis Café. Unser Tipp: Reserviere, wenn möglich, am besten immer einen Tisch im Voraus.



Mit ihr findest du zur Achtsamkeit: Johanna Katzera

9. BELEGE EIN ACHTSAMKEITSEMINAR

Zum Schluss noch ein Herzenstipp: Johanna Katzera bietet auf der Insel Seminare und Workshops für mehr Achtsamkeit, mentale Stärke und Stressregulation im Alltag. Sie zeigt dir, wie du in unserer schnellen und vollen Welt gut auf dich achtest und dein Leben im Innen und Außen ordnest – für mehr Verbundenheit, Klarheit und Zufriedenheit. Weitere Infos gibt es auf www.einfachachtsam.de.

MIT DB REGIO SH NACH SYLT

Zug: RE6 von Hamburg-Altona bis Westerland
Takt: Alle 60 Minuten



Alle Verbindungen und Tickets findest du auf www.bahn.de oder in der App DB Navigator.

Berufsbekleidung

AKTION Junges Handwerk

gültig bis 30.09.2023

Wir wollen unterstützen!

21%*
RABATT
bis zu einem Alter
von 21 Jahren

* Nur gültig bei Bar- oder EC-Kartenzahlung sowie persönlichem Erscheinen. Ausgenommen sind bereits reduzierte Artikel und Aktionen.

Verblender

Fliesen

Holz

Pflastersteine

Werkzeug

Alles fürs Dach

Bodenbeläge

Malershop

Betontankstelle

Fenster & Türen

Berufsbekleidung

Garagentore

Bauzentrum Zerssen Rendsburg GmbH & Co. KG | Friedrichstädter Str. 87 | 24768 Rendsburg

Bauzentrum
ZERSSSEN

Ein Unternehmen der Schröder-Gruppe.

STADTGESCHEHEN

*Sonnenaufgang, Morgennebel,
Naturidyll – so schön hier in Rendsburg ...
... und eine Menge los ist auch!*

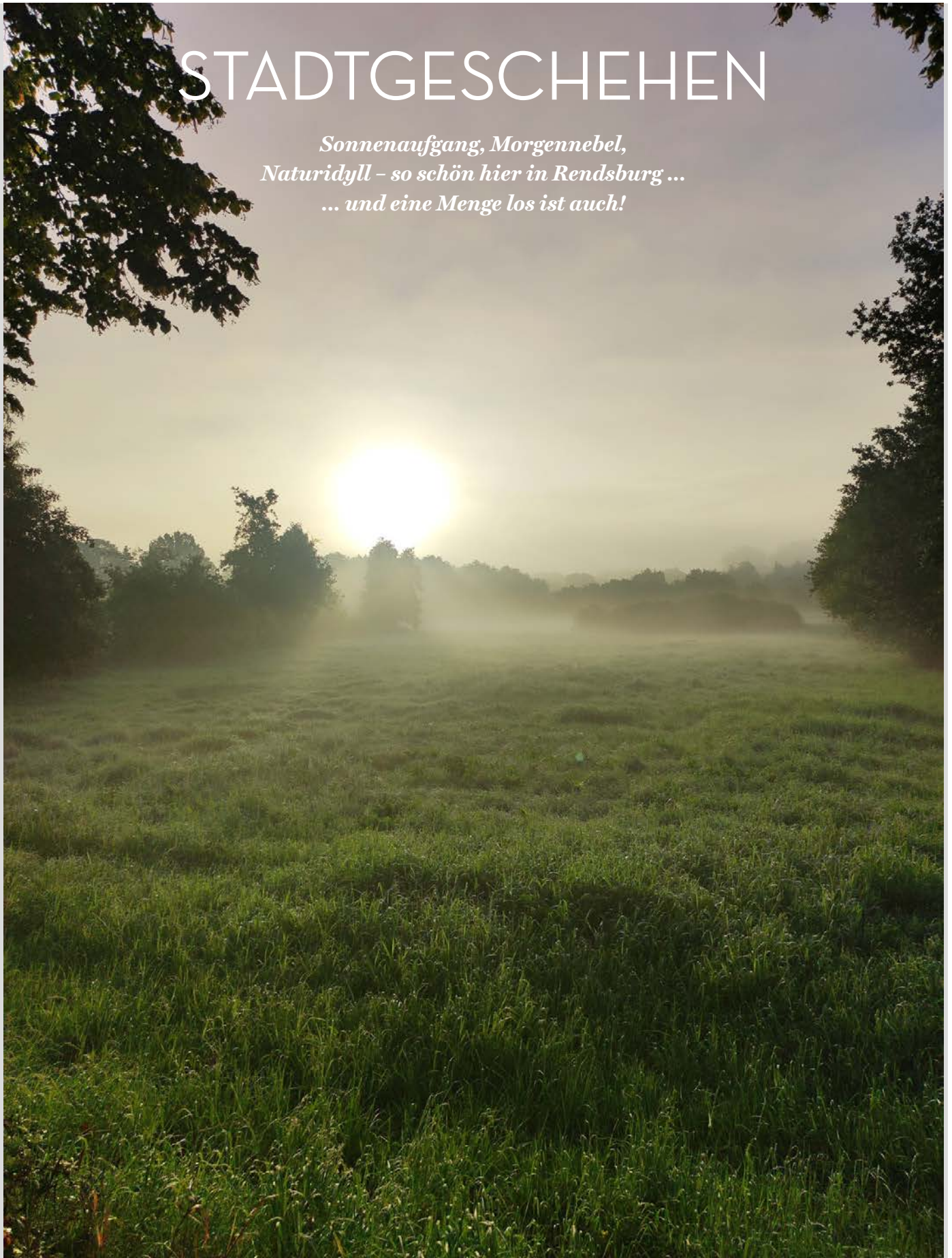


Foto: Kevin Doose



EIN GANZ NEUER STADTTTEIL

Auf dem Gebiet der ehemaligen Eiderkaserne geht es voran: Die Baugrundstücke kommen jetzt in die Vermarktung, der neue Stadtteil Neuwerk-West nimmt Gestalt an.

Noch lässt sich nur erahnen, wie es hier mal aussehen wird, ein paar Zufahrtswege sind zu sehen, viel Grün – die Fläche auf dem Gebiet der ehemaligen Eiderkaserne schlummert friedlich vor sich hin, selbst Rehe kommen ab und zu noch vorbei. Doch es geht voran mit dem neuen Rendsburger Stadtteil Neuwerk-West, die Entwicklung des Wohnquartiers kommt in eine entscheidende Phase. Denn jetzt beginnt die Vermarktung der Grundstücke, die sowohl zentrums- als auch naturnah liegen. Bürgermeisterin Janet Sönichsen betont die Bedeutung dieses neuen Viertels für Rendsburg: „Mitten im Herzen der Stadt und doch im Grünen entwickeln wir hier ein modernes Wohnquartier zum Leben. Bis zu 450 Wohneinheiten werden entstehen und Heimat für rund 700 Menschen bieten.“

DREI VERMARKTUNGSVERFAHREN

Es gibt drei unterschiedliche Verfahren. Als Erstes beginnt die Vermarktung der Grundstücke für die Einzelhäuser. In einem ersten Verkaufsabschnitt werden 21 Grundstücke im nördlichen Bereich an Privatpersonen per Losverfahren veräußert – zehn weitere Grundstücke im südlichen

Bereich folgen im Anschluss. Die Grundstücke haben eine Größe von 567 bis 810 Quadratmeter. Zwei weitere Vermarktungsverfahren sehen den Verkauf von Grundstücken an Immobilieninvestoren vor. Hier werden Reihen- und auch Geschosswohnungen gebaut, die anschließend zur Vermietung oder zum Verkauf zur Verfügung stehen.

NACHHALTIG, GRÜN, LEBENDIG

Vor einem Jahr, im August 2022, haben die Arbeiten zur Erschließung des neuen Wohnquartiers auf dem Gelände der ehemaligen Eiderkaserne in Rendsburg begonnen. Das rund 19 Hektar große Gebiet zeichnet sich durch eine besonders gute Lage aus, alle wichtigen Infrastruktureinrichtungen wie Schulen, ein Krankenhaus und Einkaufsmöglichkeiten sind in der Nähe und fußläufig zu erreichen. Neuwerk-West wird ein breites Angebot an neuem, dringend benötigtem Wohnraum für Rendsburg schaffen. Vor allem wird der neue Stadtteil grün werden – mit einem innovativen klimafreundlichen Energiekonzept und vielen Parkflächen, Grünflächen und Bäumen. Nachhaltig, grün und lebendig – Neuwerk-West wird ein Gewinn für die Stadt Rendsburg sein.

Foto: Stadt Rendsburg



Männer am Durchziehen: Ob Spitzen- oder Breitensport, der SH Netz Cup bietet spannende Wettbewerbe für alle Klassen



Der Rudermarathon der Internationalen Achter ist eins der schwersten Rennen der Welt - und das mit der besten Kulisse

KANAL-PARTY UND SPITZENSPORT

Viel Musik, ein großes Kinderprogramm und sportliche Action beim 23. SH Netz Cup – das ist geplant beim großen Volks- und Sportfest am Kreishafen.

Die legendären Wacken Firefighters, Kamrad, Beauty & the Beats, nordische Coverbands und die Weltstars Manfred Mann's Earth Band – nicht nur das musikalische Begleitprogramm auf der NDR-Bühne ist erstklassig, wenn es zum 23. Mal an die Ruder geht beim SH Netz Cup am Nord-Ostsee-Kanal in Rendsburg. Das musikalische Programm ist bunter, auch für Kinder ist mehr los: In der Flyboard-Show am Sonnabend zeigen Akrobaten ihr Können – eine atemberaubende Stuntshow, kombiniert mit Elementen von Licht-, Ton- und Lasertechnik. An Land öffnet für drei Tage die größte Kinderspiellandschaft, die es bisher auf dem SH Netz Cup gegeben hat, mit Hüpfburgen, einer Piratenlandschaft und Kinderschminken. Für ältere Kinder und Technikbegeisterte bietet die wunderschöne, aus Hamburg angereiste Cap San Diego Einblicke in ein über 60 Jahre altes Museumsfrachtschiff. „Mit dieser deutlichen Aufwertung des Programms leiten wir den Endspurt ein zum 25-jährigen Jubiläum des SH Netz

Cups, der in zwei Jahren ansteht“, betont Matthias Boxberger, Aufsichtsratsvorsitzender des Haupt- und Titelsponsors SH Netz.

NEBEN UND AUF DEM WASSER

Mit dabei sind spannende Drachenbootrennen für Feuerwehren und Vereine. Denn auch auf dem Wasser ist viel los: Stand-Up-Paddling, SparkassenCanalTriathlon, Ergo-Atemschutz-Cup, Ruder-Sprint-Cup der Internationalen Achter. „Dieses ausgebaute Programm ist möglich geworden, weil wir weitere Unterstützung durch SH Netz und unsere Partner bekommen haben“, so Florian Berndt, Geschäftsführer der Canal-Cup Projekt GmbH. Neu dabei ist NAH.SH, mit dem erstmals ein Shuttle-Angebot vom Bahnhof zum Kreishafen möglich wird. Trotz des großen Rahmenprogramms bleibt der Rudermarathon der Internationalen Achter das Highlight des SH Netz Cups. Das 12,7 Kilometer lange – und damit härteste – Ruderrennen der Welt startet

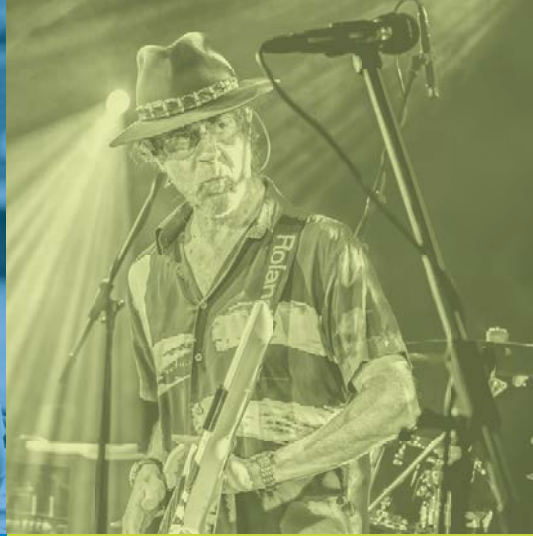
in Breiholz und führt die Sportler in den Rendsburger Kreishafen – mit der Eisenbahnhochbrücke als Ziellinie. Gegen welche Teams der Deutschlandachter antreten muss, steht noch nicht fest. Wer sich zuerst den Startplatz aussuchen darf, entscheidet der Stadtwerke Ergo-Cup der Internationalen Achter.

SPITZEN- UND BREITENSPORT

Der SH Netz Cup bietet mehr als hochklassigen Sport: Parallel zu den drei Wettbewerben der Internationalen Ruderachter finden diverse Breitensportwettbewerbe für Ruderer, Drachenbootfreunde, Triathleten von Rudervereinen, Feuerwehren und Spasportlern statt. Wer einfach nur das Volksfest genießen möchte: Wie gewohnt gehört auch in diesem Jahr eine Schlemmer- und Erlebnismeile zum SH Netz Cup. www.shnetzcup.de
**15. bis 17. September
Kreishafen Rendsburg**



Rudersport



Musikshow



Festmeile

23. SH Netz Cup

15.– 17.09.2023 in Rendsburg

Eintritt
frei!

Die besten
Ruder-Achter
der Welt

Drachenboot-
rennen

Triathlon

Fr. 15.09: KAMRAD | Beauty & The Beats

Sa. 16.09: Magic25 | Manfred Mann´s Earth Band

So. 17.09: Musikzug Alt Duvenstedt



Schleswig-Holstein
Netz

Mehr Informationen unter:
www.shnetzcup.de

THE SKY IS THE LIMIT. ABER NICHT DAS ENDE.

coop: Den Namen verbinden viele Menschen in Schleswig-Holstein mit den sky Supermärkten. Die sind schon lange Geschichte. Die coop hingegen ist quicklebendig. Und bietet ihren Mitgliedern zahlreiche Vorteile.

Karte zücken und direkt über Rabatte freuen. Mitglieder der Konsumgenossenschaft coop, genannt cooptimisten, profitieren heute von Sparvorteilen bei mehr als 50 Unternehmen aus den Bereichen Einkauf, Freizeit, Reisen, Gesundheit und Service. Möglich macht's die Gemeinschaft aus 72.000 Mitgliedern. Für sie verhandelt die coop attraktive Konditionen – zum Beispiel 2,5 Prozent Rabatt auf jeden REWE-Einkauf plus 10 Prozent auf wechselnde Sortimente wie Obst und Gemüse, Bio-Produkte oder Drogerieartikel. Darüber hinaus gibt es unter anderem Vergünstigungen beim Stromtanken, Ökostrom-Tarif sowie bei Veranstaltungen.

START AUS DER LEBENS- MITTELKNAPPHEIT

Bei der Gründung im Jahr 1899 lag der Fokus des damals als Allgemeiner Konsumverein für Kiel und Umgegend (AKVK) bekannten Verbunds auf Lebensmitteln. Diese waren knapp und teuer. Durch den Zusammenschluss vieler Menschen zum Verein konnten günstigere Preise verhandelt werden – ein gutes Geschäft für alle.



NEUE GESCHÄFTSFELDER

Über die Jahre ist die coop gewachsen. Die sky Supermärkte wurden zur festen Größe. Darüber hinaus beteiligte sich die Genossenschaft an Unternehmen, erwarb und verwaltete Gewerbeimmobilien.

Inzwischen liegt der Fokus neben dem nachhaltigen Bau, der Entwicklung und Verwaltung von Gewerbeimmobilien verstärkt auf Wohnimmobilien.

MITGLIEDER ALS FUNDAMENT

In Zeiten der Inflation gehört zu den Bedürfnissen vieler Menschen das Sparen. Auch hier zahlt sich die Mitgliedschaft in der coop aus. Neben den täglichen Rabatten sind cooptimisten direkt am Erfolg der Genossenschaft beteiligt. Mit der Mitgliedschaft erwerben sie einen oder mehrere Anteile an der coop in Höhe von je 50 Euro. Darauf gibt's eine jährliche Dividende (2,75 Prozent

fürs Geschäftsjahr 2022). Normalerweise ist der Erwerb auf 55 Anteile begrenzt. „Innerhalb unserer Sonderaktion kann man jedoch bis zu 200 Anteile zeichnen“, so Vorstandsmitglied Norman Boje. Schnell sein lohnt sich: Die Aktion endet am 31. Oktober*.

JETZT COOPTIMIST WERDEN

Einfach Beitrittserklärung auf www.coop.de/cooptimist-werden ausfüllen und schon ab einem Anteil von allen Vorteilen profitieren.

* Die Aktion gilt vom 01.07.2023 bis 31.10.2023. Da die zu erwerbende Anzahl an Genossenschaftsanteilen in diesem Zeitraum begrenzt ist, behält die coop es sich vor, die Aktion vorzeitig zu beenden. Die Zahlung der Anteile in Raten ist bei dieser Sonderaktion nicht möglich.



coop

SEIT 1899

COOP?

UND OB!

**STÄRKER DENN JE:
JETZT COOPTIMISTISCH SPAREN!**

Mit
Sonderaktion
bis zum 31.10.*

Die coop ist als Konsumgenossenschaft stärker denn je. 72.000 cooptimisten profitieren täglich von **2,5 % Sofortrabatt bei jedem REWE-Einkauf, Rabatten beim Stromtanken oder Ökostrom für Zuhause, unschlagbaren Veranstaltungspreisen und vielem mehr.** Alles schon ab einem Genossenschaftsanteil! Und wer mehr will, bekommt auch mehr: Auf alle Genossenschaftsanteile zahlen wir eine jährliche Dividende (2,75 % im Geschäftsjahr 2022).

Sonderaktion: **Bis zu 200 Anteile zeichnen** (statt sonst maximal 55)! Jetzt Mitglied werden und bis zum 31.10.2023* die Chance auf mehr Sparanlage nutzen.

Mehr Informationen auf www.coop.de/cooptimist-werden

*Die Aktion gilt vom 01.07.2023 bis 31.10.2023. Da die zu erwerbende Anzahl an Genossenschaftsanteilen in diesem Zeitraum begrenzt ist, behalten wir uns vor, die Aktion vorzeitig zu beenden. Die Zahlung der Anteile in Raten ist bei dieser Sonderaktion nicht möglich.





ZUKUNFTSREGION RENDSBURG WO GEHT DIE REISE HIN?

Die Zukunft ist nicht etwas, das passiert, sie kann gestaltet werden. Das gilt besonders auch für eine so zentrale gelegene Region wie Rendsburg.

Die Region Rendsburg hat als eher ländlich geprägter Raum einige Herausforderungen zu bewältigen. Dabei ist nicht nur der ÖPNV ein großes Thema, sondern auch die allgemeine Infrastruktur: Zugang zu gesundheitlicher Versorgung und sozialer Teilhabe sind nur zwei Punkte, die Menschen in der Region beschäftigen. Das ländliche Leben hat kein allzu gutes Image, doch ein genauere Blick lohnt.

Die Region Rendsburg liegt zentral, ist der Mittelpunkt Schleswig-Holsteins, und schon deshalb ein wichtiger Knotenpunkt im Norden. Von hier sind die meisten Ziele in Schleswig-Holstein gut zu erreichen, zur Nord- oder Ostsee ist es ein Katzensprung – Großstädter*innen beneiden uns um diese Nähe zu den Meeren. Dann sind da noch der Nord-Ostsee-Kanal und die Eider, an Wasser mangelt es Rendsburg nicht. Die Region Rendsburg fühlt sich also ländlich an, hat aber die Versorgung einer Stadt.

Doch was ist, neben dieser attraktiven Lage, noch nötig, um Menschen nicht nur zu einem touristischen Besuch, sondern auch zu einem Zuzug zu bewegen, zum Leben hier?

Bezahlbarer Wohnraum? Einzigartige Freizeitaktivitäten? Treffpunkte für verschiedene Zielgruppen oder Wassersport direkt am Kanal? Hinter all diesen Fragen steckt die Suche nach einer Markenstrategie, um der Region Rendsburg einen eigenen Charakter zu geben und ein bestimmtes Bild zu kreieren: Was soll in der Zukunft mit dem Namen Rendsburg in Verbindung gebracht werden?

Die Region Rendsburg GmbH arbeitet zu diesem Zweck mit der Entwicklungsagentur Rendsburg, dem Futurologen und Zukunftsgestalter Max Thinius und einer Vielzahl von Akteur*innen verschiedener Zielgruppen zusammen, um diese eigene Zukunft zu gestalten.

Anstatt zu rätseln, wie das Leben in der Region Rendsburg in zehn Jahren aussehen wird, stellt sich die Grundfrage andersherum: Wie soll das Leben in zehn Jahren in der Region Rendsburg aussehen und welche Veränderungen können schon jetzt auf den Weg gebracht werden?

Rendsburg steckt nicht fest in der Rolle des passiven Zuschauers, sondern nimmt die Zukunft aktiv an und in die Hand. An dieser Zukunft können alle mitgestalten, wenn sie es möchten.



**FREUNDLICHE
MITARBEITER*INNEN
GESUCHT**

Jetzt bewerben:

www.multi-textilpflege.de

SAUBERE SACHE(N)

Sauberkeit ist unsere Welt, lautet seit nun mehr als zehn Jahren das Motto der **TEXfit**-Textilpflege am Schiffbrückenplatz 11 in Rendsburg.

„Bei uns wird Hygiene großgeschrieben und wir gehen mit der Zeit. Modernste, umweltfreundlichste Maschinen sorgen für eine schonende, effiziente und nachhaltige Textilpflege. So verwenden wir biologisch abbaubare, teils vegane Produkte von renommierten deutschen Herstellern und auch bei der finalen Verpackung wird mit der Verwendung recycelter Folie auf den Zeitgeist geachtet. Das liegt uns am Herzen“, erklärt Geschäftsführer Markus Kurth.

„Viele schöne Kleidungsstücke können so wieder zu neuem Leben erweckt und noch länger getragen oder hygienisch weitergereicht werden, auch dieser Trend wird von uns hervorragend unterstützt.“ Angebote sind derzeit z. B. 2 Hosen für 9,90 Euro oder 1 Oberhemd gewaschen und gebügelt für 1,90 Euro.

Tel.: 04331 / 708 25 30. Mehr Infos auf www.multi-textilpflege.de.

KINDERTAG

Neumünster - 24.09.2023

Wincent Weiss

Jetzt hier Gratis-
Tickets sichern:



Tom Gregory

Loi

Daniele Puccia

... und viele tolle Aktionen und Spiele!



EIN TAG FÜR KINDERRECHTE

Am 20. September ist der internationale Weltkindertag – das wird gefeiert! Auf dem „Platz der Kinderrechte“, direkt vor dem Landestheater, veranstalten ab 12 Uhr mehr als 25 Organisationen aus Rendsburg und Drumrum einen Aktionstag mit vielen Kreativ- und Mitmachaktionen und Infos zu Kinderrechten. LiederLukas macht Straßenmusik, das Mini-Orchester der Rendsburger Musikschule spielt am Nachmittag auf und den Schlusspunkt setzt um 17 Uhr die Kinder-Rockband „Die Blindfische“.

Die Idee für das bunte und fröhliche Kinderfest mit diesem großen Bündnis an Organisationen entstand aus der Zusammenarbeit der Familienwerkstatt Rendsburg mit der Kulturschlachterei. „Wir freuen uns sehr über die vielen Rückmeldungen von Vereinen und Verbänden, die an diesem Tag dabei sein werden“, sagt Sylvia Geerdes von der Familienwerkstatt. Alle Aktivitäten sind für die Kinder kostenfrei, aber geben darf man gern: Alle Spenden des Tages gehen an das ambulante Kinder- und Jugendhospiz Rendsburg und die Stiftung „Die blaue Stadt“.

Info: www.kulturschlachterei.org/weltkindertag-2023

20. September, 12 bis 17 Uhr · Platz der Kinderrechte, Rendsburg

PATENZEIT Hilft Kindern

Der Kinder- und Jugendhilfe-Verband Rendsburg sucht für sein Projekt PATENZEIT Ehrenamtliche, die mit Kindern oder Jugendlichen regelmäßig und verlässlich eine unbeschwerte Zeit verbringen möchten, und psychisch belastete Familien, die sich diese Unterstützung wünschen. PATENZEIT ist ein präventives Angebot für Kinder im Alter von 4 bis 18 Jahren. In den Patenschaften werden gemeinsame Ausflüge, Spielenachmittage, Kinobesuche, Bewegung in der Natur und vieles mehr angeboten. Diese verlässliche Zeit schenkt den Eltern Entlastung und Zeit für sich. Das Angebot ist für die Familien kostenlos. Für die Kinder und Jugendlichen bedeutet die intensive Eins-zu-eins-Betreuung eine Möglichkeit, neue Erfahrungen zu sammeln und ihre persönliche Entwicklung zu stärken. Bianca Hansen (l.) und Franziska Petersdorff stehen während der gesamten Patenschaft für Pat*innen und Familien als Ansprechpartnerinnen zur Verfügung.

Interesse an einer Patenschaft? Oder Wunsch nach Betreuung?
www.kjhv-rendsborg.de oder

Tel.: 0172 / 105 18 02 und 0172 / 104 35 09

Foto: KJHV Rendsburg

Ihre Immobilie in guten Händen

Ich lebe in der Region und kenne und schätze ihre Menschen. Nicht zuletzt aus diesem Grund hat ein vertrauensvolles und ehrliches Miteinander für mich oberste Priorität und ist die Grundlage meiner Arbeit.

Wir bieten Ihnen:

- sachverständige und marktgerechte Wertermittlung
- fundierte Marktkenntnisse in der Region
- 15 Jahre Erfahrung am Immobilienmarkt
- persönliche und ehrliche Beratung
- rechtssichere Kaufvertragsabwicklung
- professionelle Präsentation Ihrer Immobilie:
 - hochwertige Fotos vom Fotografen
 - virtueller 360°- Rundgang und Immobilienvideo
 - Drohnenvideos



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



IMMOBILIENBERATUNG CARSTENS GMBH

Reimer Carstens • Dipl.-Betriebswirt (BA)
Kfm. d. Grundstücks- und Wohnungswirtschaft (IHK)
Assenkoppeln 8 a • 24787 Fockbek • 04331/437 58 20
www.immobilienberatung-carstens.de



IMMOBILIENBERATUNG
REIMER CARSTENS

BEWERTUNG | FINANZIERUNG | VERMITTLUNG



FEINE SCHNÄPPCHEN: AWR-FLOHMARKT

Die AWR-Flohmärkte „mit dem Kaufhausflair“ haben sich längst zu einer festen Institution entwickelt. Schnäppchen schlagen, Ressourcen schonen und dabei Gutes für die Region tun – dieser Grundgedanke steckt seit Beginn hinter den Flohmärkten der AWR. Denn die Flohmarktartikel stammen aus der Region und die Erlöse aus dem Verkauf fließen anschließend in voller Höhe den gemeinnützigen Organisationen zu, die den jeweiligen Flohmarkt mit Unterstützung der AWR durchführen. Ein perfekter Kreislauf also!

Die AWR-Flohmärkte finden von 9 bis 13 Uhr auf der ehemaligen Deponie Alt Duvenstedt statt. Weitere Infos auf www.awr.de.
24. September, 9 bis 13 Uhr • Fuchsberg 6, Alt Duvenstedt

Foto: AWR

KOMPAKTE E-BIKE-MITNAHME

Hohe Berge musst du hier im Norden zwar nicht bezwingen, dafür aber Gegenwind und Stadtverkehr – das tägliche Pendeln auf zwei Rädern kann so ziemlich schweißtreibend sein. Vor allem, wenn du noch weitere Verkehrsmittel nutzen musst, um zur Arbeit zu kommen. Wie du es trotzdem frisch ins Büro schaffst? Mit dem Brompton Electric C-Line! Das in London gefertigte E-Bike lässt sich mit nur wenigen Handgriffen zusammenfallen, ganz easy und ohne Zusatzticket als Handgepäck mit in den Zug oder Bus nehmen und sogar unter dem Schreibtisch abstellen. Das kompakte E-Bike erhältst du ab 3455 Euro im Kieler Küstenrad E-Bike Store. Einen kostenlosen Termin samt kompetenter Beratung der Küstenrad-Crew und Probefahrt gibts unter www.kuestenrad.de.

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



E-BIKE DES MONATS

Das Brompton Electric C-Line präsentiert vom E-Bike Store Küstenrad Kiel

Übrigens: Das Brompton C-Line erhältst du beim Küstenrad sowohl mit als auch ohne E-Antrieb



ABFALL | WERTSTOFF | RESSOURCE

www.awr.de

Termin AWR -Flohmarkt:
24.09.2023
von 9 - 13 Uhr!
Ehemalige Deponie, Fuchsberg 6 in Alt Duvenstedt

Szenguleit

Heizung · Sanitär · Elektro

KURSÄNDERUNG



Wir planen Ihr neues Traumbad...

Telefon (0 43 31) 8 79 52 · www.szenguleit.com



LAUFEN FÜRS HOSPIZ

Ein rundum schöner Samstag ist geplant am 7. Oktober, wenn das Team vom Hospiz Haus Porsefeld in Rendsburg zum Spendenlauf einlädt – zugunsten des Hospizneubaus am Kanal im Johannes-Wilhelm-Geiger-Weg 2. Geplant ist ein Sechs-Stunden-Lauf, bei dem auf einem Rundkurs, je nach absolvierter Laufstrecke oder Rundenzahl, die Teilnehmenden auch mittels Sponsoren viel Geld erlaufen können. Das neue Hospiz, das voraussichtlich Ende des Jahres eröffnet wird, braucht Unterstützung bei der Ausstattung, um den schwer erkrankten Gästen ein Zuhause zu geben, in dem sie sich geborgen und wohl fühlen. Um 10 Uhr geht es los, um 12 Uhr starten die Walker*innen, den Tag eröffnen die Kleinen um 9.30 Uhr mit einem Bambinilauf. Während die Spendensammler*innen laufen, gibt es ein buntes Rahmenprogramm mit Leckereien und Getränken, Kinderschminken und Musik.

Info und Anmeldung:

my.raceresult.com/250482 oder mit dem QR-Code.

PLN Hospiz.gGmbH (0)



Dienstag,
5. September
Führung durch die
NordArt
Anmeldung im Rathaus

AKTIVE BEST AGER

Die Stadt legt das druckfrische Freizeit- und Kulturprogramm für Junggebliebene und Ältere für das zweite Halbjahr 2023 vor, randvoll mit Ideen für die Freizeitgestaltung, darunter E-Bike-Seminare, Sportangebote und Betriebsbesuche in der Schön-Klinik oder im Theater: „Besonders freue ich mich über die Angebote, die hinter die Kulissen blicken lassen“, sagte Bürgermeisterin Janet Sönnichsen bei der Vorstellung des Programms. „Insgesamt ist das Programm sehr vielseitig und bietet für alle Interessenslagen und jede Altersgruppe tolle Angebote.“

Bei vielen der Angebote steht die Geselligkeit im Vordergrund, aber auch Tipps und Tricks oder Wissen rund um die digitale Welt stehen auf dem Programm.

Die ersten Veranstaltungen starten Anfang September, ein schneller Blick ins Heft lohnt also. Das Heft liegt ab sofort im Neuen Rathaus, der Stadtbücherei, der Rendsburg Information sowie bei Ärzten, Geldinstituten und an anderen Stellen aus. Natürlich ist es auch online abrufbar: www.rendsburg.de.

SECOND-HAND-BASAR

Am Donnerstag, 21. September, 10 bis 19 Uhr, und am Freitag, 22. September, 10 bis 16 Uhr, ist wieder Zeit zum Stöbern und Shoppen: Auf dem beliebten Second-Hand-Basar des Inner Wheel Clubs Rendsburg können wieder hochwertige Designer- und Alltagsmode für Damen, Herren und Kinder sowie Flohmarktartikel und Haushaltsgegenstände erworben werden. Auch die Schnäppchenjäger kommen nicht zu kurz bei vielen Artikeln zu kleinen Preisen. Für die große Auswahl ist der Basar bekannt und geschätzt. Inner Wheel ist ein internationaler Frauenserviceclub, der nachhaltige Projekte für Bedürftige, insbesondere Kinder und Jugendliche, in unserer Region fördert. Der Second-Hand-Basar gehört unter dem Motto „Nach-

haltig shoppen macht glücklich“ zu den Aktionen der Stadtbücherei Rendsburg zum landesweiten Themenraum „Glück“, der ab dem 18. September in über 40 Bibliotheken in Schleswig-Holstein startet. Aktuelle Termine und Infos der Stadtbücherei: www.rendsburg.bibliotheca-open.de/Veranstaltungen, Infos zum Themenraum unter: www.themenraum-sh.de.



SOUVENIRS ZUM BLEIBEN

Gemeinhin gehen Rendsburger*innen nicht zur Tourist-Info im Alten Rathaus am Altstädter Markt – wer das Privileg hat, hier zu leben, braucht selten Touri-Auskünfte. Was deshalb manche bisher gar nicht wissen: In der Rendsburg Information gibt es viele regionale Souvenirs und schöne Dinge zu kaufen.

Vom „Kanalwasser“ aus der Garnison-Apotheke und NOK-Whisky von Whisky Krüger aus Holzbunge über Postkarten und Magnete mit wunderschönen Rendsburger Motiven bis hin zu Bechern und Windlichtern mit der Rendsburger Skyline. Außerdem gibt es fair gehandelten Rendsburg-Kaffee, Hochbrückennieten und viele regionale Produkte mehr – einfach mal zum Stöbern vorbeikommen, schließlich muss man gar nicht Tourist*in sein, um ein Souvenir zu mitzunehmen. Schönes aus der Heimat passt auch in Rendsburger Räume.

Rendsburg Tourist-Information, Altstädter Markt 2



TERMINE, TERMINE IM SEPTEMBER

3. Radtour und Freibadgottesdienst #FREI.LUFT.SEGEN
Instagram: Frei.Luft.Segen

9. Jubiläum 5 Jahre Waldorfschule
www.waldorfschule-rd.de

9./10. Kinofest Schauburg Filmtheater
www.schauburg-filmtheater.de

10. Sommerflohmarkt auf dem Willy-Brandt-Platz

10. Tag des offenen Denkmals
www.tag-des-offenen-denkmals.de

16./17. Antik-Markt in der Nordmarkhalle
Auch für die kommenden Märkte in der Nordmarkhalle ist die
Anmeldung eröffnet, per E-Mail an: nordmarkhalle@rendsburg.de
Heimkunstmarkt: 4./5. November
Babybedarfs- und Kleiderbörse: 8. Oktober
und 9./10. Dezember
Rendsburger-Trödel-Treff: 15. Oktober und 17. Dezember
Mitternachtströdel: 18. November

16. Musikschule RD Tag der offenen Tür
www.musikschule-rd.de

16. St. Marien-Kirche: Nacht der Chöre
www.nordkirche.de

17. und 19. Kanalfahrt Kiel – Rendsburg mit der Cap San Diego
www.capsandiego.de.

Vorschau

Weihnachten kommt übrigens auch schon wieder schneller, als man immer denkt. Die Stadt Rendsburg bietet auf dem diesjährigen Weihnachtsmarkt eine „Bürgerhütte“ an. Diese kann tage- oder wochenweise von Vereinen, Verbänden und anderen Organisationen gebucht werden. Dort können sie sich präsentieren, Produkte anbieten etc. Anfragen bitte per E-Mail an: info@rd-tm.de. Zeitraum: Weihnachtsmarkt „De Lütte Wiehnacht“ vom 27. November bis 7. Januar



LANDGESTÜT TRAVENTHAL

X Antik & Trödel FLOHMARKT

30. Sept. + 1. Okt.
!!!Schnäppchenjagd auf dem Lande!!!
„Drienen und Draußen“

23795 Traventhal (bei SE) • www.landgestuet-traventhal.de

HISTORISCHER 1873 HENGSTSAAL

ALT GEGEN NEU!

VELOVILLE
AEB-400

BOSCH Motor
Akku 500Wh
8 Gang mit Rücktrittbremse
Hydr. Scheibenbremsen

ZEG
ZENTRALER ERWERB GRUPPE

ROSACKER
BÜDELSDORF

Hollerstr. 27 • 24782 Büdelsdorf • Tel. 043 31 /31210 • fahrrad-rosacker@t-online.de
Mo. – Fr.: 9 – 13 Uhr & 14 – 18 Uhr, Mi.: Nachmittag geschlossen, Samstag: 9 – 13 Uhr

** Beispiel-Finanzierung 5,131 % eff. Jahreszins: € 3.349,- Nettodarlehensbetrag Ratenanzahl 36 Monate: 35 x Ratenhöhe € 100,- Schlussrate € 114,18. Gesamtbetrag € 3614,18. Effektiver Jahreszins 5,131 %. Gebundener Sollzinseszins (jährl.) 5,01 %. Angaben zugleich repräsentatives Beispiel l. S. d. § 6a Abs. 4 PAngV. Vermittlung erfolgt ausschließlich für den Kreditgeber Santander Consumer Bank AG, Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach, Bonität vorausgesetzt. Keine Gebühren. Finanzierungsmöglichkeit 36 Monate bei E-Bikes und 10 Monate bei Fahrrädern.

Wir nehmen Ihr „altes“
E-Bike beim Kauf eines
neues E-Bikes in Zahlung.*
Angebot gegen Vorlage
des Kaufbeleges.

Buchen Sie jetzt Ihren
Beratungstermin

statt ~~€ 3.255,-~~
evtl. abzgl. Ihres Gebrauchte-E-Bikes

nur
€ 2.999,-*

Ratenkauf:
Monatsrate 36 x 88,43 €**



VIER FÜR WEIN IM DREI

Das Restaurant DREI ist ja noch recht jung, gerade erst seit dem Sommer 2022 beglückt es Rendsburg mit der feinsten Küche, die weit und breit zu finden ist. Claas N. Mäder, Mastermind, Inhaber und Geschäftsführer, ist mit seinem Restaurant vom Start weg ein Erfolg gelungen.

Das liegt, was sonst, an der genial-ambitionierten Kochkunst des Küchenchefs David Holst, der die deutsch-skandinavische Küche des DREI mit großer Leichtigkeit auf die Teller bringt. Das liegt an Claas N. Mäder selbst, der es mit ebensolcher Leichtigkeit versteht, sein Restaurant zu einem besonderen Ort zu machen: Das DREI ist stylisch, aber nicht zickig, die Location in der alten Hauptwache atmet Historie, lebt aber in der Moderne.

Das Besondere am DREI liegt seit Kurzem auch an Marcus Orlowski, Restaurantleiter und Gastgeber, der eine wunderbare Art hat, seine Gäste zu empfangen und zu umsorgen. Wobei, man ist gar nicht einfach „Gast“ – man fühlt sich wirklich willkommen. Diese drei Könner sind das Herz des DREI, aber Claas N. Mäder wäre nicht er selbst, wenn er damit schon zufrieden wäre. Was also macht er? Holt noch mehr Qualität ins Team: Auftritt Christoph Brunner.

Als einer der besten deutschen Sommeliers hat Christoph Brunner seine Expertise mit ins DREI gebracht und eine neue Weinkarte kuratiert, die so exquisit wie originell ist. „Ich wollte für diese wunderbare deutsch-skandinavische Küche die spannendsten und passendsten Weine finden“, erzählt Brunner. „Wir haben dafür viele Flaschen geöffnet, einige Entdeckungen gemacht – und Schätze

gefunden.“ Mit „wir“ meint er Mäder, Orlowski, Holst und sich, denn eine Weinkarte zu kreieren, ist Teamarbeit.

„Jeder hat andere Vorlieben“, meint Claas N. Mäder dazu, „und wenn wir uns durch Christoph Brunners Vorschläge probieren, sind wir uns nicht immer einig, natürlich nicht. Aber Ziel ist es auch nicht, die besten Weine überhaupt zu finden, sondern die, die das Beste für das DREI sind.“

Eine Menge Wein-Wissen und -Leidenschaft ist auf der jetzt neuen Weinkarte des DREI versammelt. Was auch immer da nun ins Glas kommt – es passt perfekt, die vier Genussprofis können das bezeugen. Kleiner Tipp, ganz subjektiv: der „Kleine Zalze Vineyard Selection Shiraz“, beerig, würzig, toll ausbalanciert, eine Entdeckung. Das DREI hat aber nicht nur spannende Weine, es gibt auch fantastischen Champagner: Abelé 1757 Brut Rosé! Und gleich zwei von Nicolas Feuillatte! Was viele nicht wissen, David Holst sich aber traut: Champagner passt hervorragend zu Currywurst.

Die allerdings gibt es nicht am 21. September, wenn das DREI einlädt zum Chef's Dinner – fünf speziell komponierte Gänge, mit den Champagnern von Nicolas Feuillatte! Fine Dining, fine Drinking!

Paradeplatz 1, Rendsburg, Tel.: 04331 / 134 11 50
www.restaurantdrei.com



NEUER HAUS-CHAMPAGNER

Nicolas Feuillatte ist bei uns angekommen und bereichert die Weinkarte.

DREI-Sonderpreis: Glas 13,- €

NEUE ABENDKARTE

TOKIO Fangfrischer Kabeljau, Hokkaido-Mousse, junge Erbsen, knusprige Kartoffelwürfel

PÉRIGORD Maispoullardenbrust, Pastinakenpüree, gebratene Pfifferlinge

NORDFRIESLAND Entrecôte von der Färs, Bratkartoffeln, Speckbohnen



TRADITIONELLES NORWEGISCHES DESSERT

Tilsloerte Bondepiker

Geschichtete Äpfel aus dem Alten Land, Sahnecreme Knusperstreusel



FESTE & FEIERN

21. September *Chef's Dinner*
– 5-Gänge-Menü mit Nicolas Feuillatte Champagne –

12. Oktober *Scandinavian Night*
– Nordisches Buffet und Festlichkeiten –

18. November *Icon Night*
– Gastgeber: Betsy Schlüter & Claas N. Mäder –

Anmeldung: drei@restaurantdrei.com

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Samstag, 15.00 bis 23.00 Uhr

Feiertage: aktuelle Zeiten auf www.restaurantdrei.com

IHR RESTAURANT DREI TEAM



Küchenchef

**DAVID
HOLST**



Restaurantleiter & Gastgeber

**MARCUS
ORŁOWSKI**



Eigentümer & Gastgeber

**CLAAS N.
MÄDER**

drei.

Restaurant DREI
Paradeplatz 1, 24768 Rendsburg, Tel.: (04331) 134 11 50
www.restaurantdrei.com

facebook: RestaurantDrei, instagram: restaurantdrei

drei.

RESTAURANT

ARBEIT & AUSBILDUNG



Foto: xxxxxx/E+/Getty Images

PORT OF KIEL

AUSBILDUNG IN FÜNF BERUFSFELDERN

Die maritime Branche freut sich über Nachwuchs: PORT OF KIEL begrüßt neue Auszubildende am Kieler Hafen. Das Unternehmen freut sich auf eine langfristige Zusammenarbeit – auch über die Ausbildungszeit hinweg.

Acht junge Menschen haben ihre Ausbildung beim PORT OF KIEL begonnen. Traditionell wurden die neuen Auszubildenden am Schwedenkai willkommen geheißen und auf einer Hafentour mit der unternehmenseigenen Motorbarkasse von Führungskräften und Auszubildenden verschiedener Abteilungen in die Kieler Hafenteile und ihr neues Arbeitsumfeld eingeführt.

NOTEN SIND NICHT DAS BESTIMMENDE MASS

„Wir freuen uns, dass wir mit unseren neuen Auszubildenden fünf Ausbildungsberufe in unserer Unternehmensgruppe besetzen konnten“, sagt Karoline Wolgast, Personalleiterin der SEE-HAFEN KIEL GmbH & Co. KG. Die Beurteilung von geeigneten Auszubildenden unterscheidet sich mittlerweile von den traditionellen Auswahlverfahren. „Noten allein sind nicht mehr das bestimmende Maß. Bei der Wahl der Auszubildenden sind uns vor allem Begeisterung für die zukünftige Tätigkeit, Gewissenhaftigkeit und die Bereitschaft zum Lernen wichtig. Unser Ziel ist es, nicht nur die Auszubildenden erfolgreich durch die drei Jahre zu führen, sondern sie nach Abschluss als Kolleg*innen im Unternehmen zu behalten“, sagt Wolgast.

MEHRHEIT WIRD ÜBERNOMMEN

In den vergangenen fünf Jahren wurden beim PORT OF KIEL insgesamt zwei Drittel der Auszubildenden erfolgreich übernommen. In Zeiten eines branchenübergreifenden Arbeitskräftemangels setzt der PORT OF KIEL bei den Auszubildenden von Beginn an auf individuelle Weiterbildungsmöglichkeiten, unternehmenseigene Ver-

günstigungen bei Freizeitangeboten und eine rege Unternehmenskultur, um die Nachwuchskräfte langfristig an das Unternehmen zu binden. Eine aktive Jugend- und Ausbildungsvertretung vertritt die Belange der Auszubildenden am Hafen und ermöglicht es ihnen schon früh, gestaltend im Unternehmen mitzuwirken.

In diesem Jahr beginnen Auszubildende beim PORT OF KIEL in fünf Berufsfeldern: Büromanagement, Kfz-Mechatronik, Fachkraft Schutz und Sicherheit, Fachkraft für Hafenlogistik und Kaufleute für Spedition- und Logistikdienstleistungen. Gesucht werden aktuell noch weitere Auszubildende für den Beruf der Fachkraft für Hafenlogistik. Interessierte haben die Möglichkeit ihre Bewerbung noch einzureichen. Letztmöglicher Ausbildungsstart beim PORT OF KIEL in diesem Jahr ist der 1. Oktober.

Weitere Infos unter www.portofkiel.com/Karriere.html



CHRISTIAN-ALBRECHTS-UNIVERSITÄT ZU KIEL MIT ABSTAND DIE BESTE WAHL

Das Wintersemester 2023/24 steht vor der Tür! Die Online-Einschreibung zu 188 zulassungsfreien Studiengängen an der Kieler Universität ist noch bis zum 30. September ganz ohne Bewerbung möglich. Alle Informationen zum Studienangebot sind auf www.uni-kiel.de/studium abrufbar.

Der Studierendenservice der CAU hilft bei Bewerbungen, Einschreibungen, Rückmeldungen, Studiengangwechsel, Beurlaubungen und Exmatrikulationen: www.studium.uni-kiel.de/studierendenservice.

Außerdem unterstützt die Zentrale Studienberatung (ZSB) der Uni Kiel bei Fragen zur Studienorientierung und Studienwahl, zum Studienbeginn und zum Studieren mit Behinderung/chronischer Krankheit. Schülerinnen und Schüler wie auch Studieninteressierte und Studierende können sich in

den offenen Sprechstunden via Telefon oder Zoom beraten lassen. Die aktuellen Sprechzeiten und Kontaktdaten finden sich auf der Website www.zsb.uni-kiel.de.

Die Uni Kiel ist die einzige Volluniversität in Schleswig-Holstein: Mit mehr als 27.000 Studierenden und über 2000 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern bietet sie ein fachübergreifendes, kreatives Umfeld für Forschung, Lehre und Bildung. 212 Studiengänge bieten die Möglichkeit, viel zu lernen.



Fotos: Bevis Niekel; Matthias Burmeister

C | A | U

Christian-Albrechts-Universität zu Kiel



Mach die #UniKiel zu deinem Heimathafen

Das Wintersemester 2023/24 steht vor der Tür!
Wir bieten dir 188 zulassungsfreie Studiengänge.
Die Online-Einschreibung läuft bis zum 30. September 2023 – ganz ohne Bewerbung. Wir freuen uns auf dich!

Alle Informationen unter:
uni-kiel.de/studium

 / [kieluni](https://www.instagram.com/kieluni)



DIE ZUKUNFT KOMMT NACH HAUSE.

8.070 €
UMWELTBONUS¹



Fahrzeugabbildung enthält aufpreispflichtige Sonderausstattungen.

Der Korando e-Motion. Das erste vollelektrische SUV von SsangYong.

- Erleben Sie elektrisches Fahren in einem echten SUV – viel Fahrspaß und Komfort
- Umfangreiche Ausstattung, moderne Fahrassistenzsysteme
- SUV-typisch großer, flexibel nutzbarer Innenraum

7 JAHRE GARANTIE²
BIS 150.000 KM



Korando e-Motion Titanium
140 kW (190 PS)

42.490 €³

Stromverbrauch in kWh/100 km: 16,8 (kombiniert), 12,0 (Stadtverkehr). Elektrische Reichweite in km: 339 (kombiniert), 474 (Stadtverkehr). CO₂-Emission in g/km (kombiniert): 0; Effizienzklasse: A+++.
(Werte nach gesetzlichen Messverfahren).

¹ Der Umweltbonus von 8.070 € besteht aus einem von SsangYong gewährten erhöhten Elektrobonus in Höhe von 3.570 € und einem Umweltbonus des Bundesamtes für Wirtschaft- und Ausfuhrkontrolle (BAFA) in Höhe von 4.500 €. Die Auszahlung des BAFA-Anteils des Umweltbonus setzt einen gesonderten Antrag des Käufers mit Vorlage eines Zulassungs- und Verwendungsnachweises für den Korando e-Motion voraus. Die Auszahlung des Anteils ist abhängig von der Erfüllung der Bewilligungsvoraussetzung der BAFA und der Bewilligung. Der Umweltbonus endet mit Erschöpfung der bereit gestellten Fördermittel. Zu den Einzelheiten siehe: www.bafa.de. Es besteht im Einzelfall kein Anspruch auf Bewilligung der staatlichen Förderung.

² Die Garantie umfasst 7 Jahre oder 150.000 km Garantie auf Fahrzeug und Fahrbatterie und 7 Jahre oder 150.000 km SsangYong europaweite Mobilitätsgarantie. Das jeweils zuerst Erreichte gilt. Es gelten die aktuell gültigen Garantiebedingungen des Herstellers.

³ Unser Angebot für einen Korando e-Motion Titanium mit Elektroantrieb 140 kW (190 PS) nach Abzug des Herstelleranteils des Umweltbonus in Höhe von 3.570 € und inkl. Überführungskosten in Höhe von 890,00 €.

Jetzt bei uns Probe fahren!



SSANGYONG

Autohaus Stien

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

GmbH

AUTOS & TECHNIK

Der Caravan- und Camping-Trend rollt und rollt. Zeit für eine Messe!



Foto: xxxxy/Er/Getty Images



ERFOLG GANZ OHNE LINIE

Barrierefreie und klimaneutrale On-Demand-Fahrzeuge fahren mittlerweile gut 1300 virtuelle Haltestellen in der Region Rendsburg an.

Als remo (RendsburgMobil) im August 2021 in Rendsburg und einigen umliegenden Gemeinden losfuhr, war es ein auf drei Jahre angelegtes Pilotprojekt zur On-Demand-Mobilität im echten Norden. Unabhängig von Buslinien, Haltestellen und Fahrplänen, dabei preiswert wie der normale Bustarif und flexibel buchbar über eine App, sollte remo keine Alternative, sondern eine sinnvolle Ergänzung zum ÖPNV werden.

Von Freitag bis Sonntag, abends und nachts, sind die remo-Fahrzeuge unterwegs, also dann, wenn der normale Linienbusverkehr ruht. Eine Zwischenbilanz nach nur zwei Jahren vermeldet: Das Projekt ist ein voller Erfolg.

Die Zahlen: In gut 11.000 Fahrten nutzten 18.000 Passagiere die inzwischen fünf remo-Fahrzeuge, die Fahrgäste konnten an etwa 1.300 virtuellen Haltestellen ein- und aussteigen, die durchschnittliche Fahrdistanz lag bei 5,7 Kilometern.

„Das On-Demand-Pilot-Projekt, hat sich jetzt schon als zukunftssichere neue Mobilitätsform in Schleswig-Holstein bewährt. Wir sind also auf dem richtigen Weg! Die Ausweitung von NAH.SHUTTLE in ganz Schleswig-Holstein ist ein folgerichtiger Schritt Richtung Verkehrswende“, so der Verkehrsstaatssekretär Tobias von der Heide. Deshalb wird remo auch nach Ende des Pilotprojekts im Rahmen des landesweiten On-Demand-Verkehrs weitergeführt und dann auch über die NAH.SH-App buchbar sein.

Eine Begleitforschung startete im September 2022 und soll noch bis September 2024 laufen. Sie ermittelt, welche sozialen Gruppen das Angebot nutzen, wie es die Lebensqualität im ländlichen Raum verbessert und ob es regionale Gewerbestrukturen stabilisiert. Außerdem wird untersucht, ob das Angebot Autofahrten und (Zweit-)Autos ersetzen kann.

www.nahshuttle.de und www.nah.sh

Foto: NAH.SH



Vor dem Start
in den Herbst
schnell zum
Audi CarCheck*.



Damit es geschmiert läuft: Ölfilter von Audi Original Teile

Richtig günstig. Richtig gut.

Unser Angebot für Sie:
Audi CarCheck

€ 29,90
zzgl. evtl. Zusatzarbeiten und Material

* Der CarCheck umfasst eine Sichtprüfung stark beanspruchter Teile wie: Beleuchtung, Signalhorn, Windschutzscheibe, Scheibenwaschanlage, Kühlsystem, Motorölstand, Bremsanlage, Bereifung, Unterbodenabdeckung und das Unfall-/Pannenset. Der Ölfilter ist hierbei nicht inkludiert.



Autohaus Thomsen GmbH

Audi Service
Werkstrasse 2 · 24848 Kropp
Tel. 04624 8045 0 · info@thomsen-kropp.de
www.thomsen-kropp.de

An einer Probefahrt interessiert?
Code scannen und Termin vereinbaren.
Verbindungskosten laut Mobilfunkvertrag.





CAMPING, CARAVANING UND FESTIVAL-VIBES

CARAVAN OF LOVE

Der Bulli soll eine Solaranlage bekommen oder ein neues Vorzelt? Vielleicht ist es eh an der Zeit, den Caravan zu wechseln? Oder solls ein Wohnmobil werden? Wer sich mit solchen Fragen trägt, ist auf der Caravan und Co genau richtig!

Vom 21. bis 24. September öffnet die junge Messe Caravan und Co ihre Tore auf dem Messegelände in Rendsburg. Das einzigartige Event, das die Welt des Caravanings, Campings und mobilen Reisens mit Festival-Atmosphäre verbindet, findet dort zum dritten Mal statt und zeigt sich größer denn je. Mehr als 120 Aussteller*innen präsentieren eine abwechslungsreiche Mischung, die von Reisemobilen und Wohnwagen über individuelle Bulli-Ausbauten und Zubehör bis zu Fahrrädern und sogar Whirlpools zum Mitnehmen reicht.

Ein absolutes Highlight der Messe sind die inspirierenden Vorträge renommierter Redner*innen: Leonie Müller, Buchautorin und Work & Travel-Enthusiastin, Mathis Ox, erfolgreicher Youtuber aus Eckernförde, und Dominik Freund von Friendship, der mit seinen außergewöhnlichen Fahrzeugumbauten bekannt wurde, werden das Publikum begeistern.

MUSIK UND FACHGESPRÄCHE

Die Messe zeichnet sich nicht nur durch die bunte Palette von Aussteller*innen aus, sondern auch durch ein Ambiente, das eine entspannte und naturverbundene Atmosphäre schafft. Musikalische Unterhaltung, Fachgespräche und ein Bereich für Kinder sorgen für ein ab-

wechslungsreiches Programm. Die Caravan und Co hat sich zu einer Plattform entwickelt, die das ganze Jahr über relevante Inhalte und Beratung zu Caravaning und Outdoor bietet. Zukünftig soll die Messe auch als Medienmarke und Kompetenzzentrum etabliert werden, um Hersteller*innen, Camper*innen und Interessierte zu unterstützen. Besucher*innen aus nah und fern sind herzlich eingeladen, die dritte Auflage von Caravan und Co zu erkunden und sich von den neuesten Entwicklungen der Branche inspirieren zu lassen. Informationen und Tickets gibt es auf der offiziellen Website der Messe unter www.caravan-und-co.de.

CHILLEN AM LAGERFEUER

Neben einer großen Auswahl an Fahrzeugen gibt es auf der Messe auch Inspiration in Sachen Van-Ausbau, Workshops und Gelegenheit, Influencer*innen der Szene zu treffen. Bei stimmungsvoller Singer-Songwriter-Musik klingt der Messetag chillig am gemeinsamen Lagerfeuer aus. Caravan und Co bringt Besucher*innen und Aussteller*innen zusammen und verspricht sowohl für erfahrene Camper*innen als auch für Neulinge vielfältige Angebote und spannende Insights.

21. bis 24. September • Messegelände Rendsburg

KNAUS OPEN DEALER DAYS IN GETTORF

Die Firma Premium Mobile Kuntz in Gettorf erweitert ihr Portfolio an Reisemobilen und bietet neben Eura Mobil, Karmann Mobil, Forster und La Strada auch Knaus an.



Foto: Premium Mobile Kuntz

Vom innovativen CUV über den kompakten Camper Van bis hin zum vielseitigen Reisemobil – bei KNAUS gibt es für jede*n das individuelle Freizeitfahrzeug. Im Rahmen der KNAUS OPEN DEALER DAYS vom 21. September bis zum 1. Oktober lädt das Team von Premium Mobile Kuntz zur Besichtigung der Fahrzeuge ein und freut sich, mit den Kund*innen das persönliche Wunschfahrzeug auszusuchen. Dabei werden auch attraktive Angebote präsentiert. „Das sollten Sie nicht verpassen“, lädt das Team herzlich ein.

WERKSTATTSERVICE

Neben der Vermietung bietet das Familienunternehmen auch den Rund-um-Service für Reisemobile sowie Werkstatt- und Reifenservice an. „Planung und Nachrüstung von Zu-

behör gehört ebenso zu unserem Angebot wie der angeschlossene Stellplatz ‚Premium Mobilpark‘ mit Camping-Profi-Zubehör-Shop. Besuchen Sie uns in Gettorf oder kommen Sie an unseren Stand auf der ‚Caravan und Co-Messe‘ vom 21. bis 24. September nach Rendsburg“, freut sich das Team auf viele Besucher*innen.

VERSTÄRKUNG GESUCHT

Wer Freude am Wohnmobil hat und gerne in diesem Bereich tätig werden möchte, sollte sich melden, denn „wir suchen noch Verstärkung für das KNAUS-Team im Verkauf und im Service, unter anderem einen Werkstatteleiter (m/w/d) für Wohnmobil- und Caravan Technik!“

Mehr unter www.premium-mobile-kuntz.de

WIR SIND URLAUB.

**OPEN
DEALER
DAYS 23**

21.09. - 01.10.2023



AUF ZUM HÄNDLER.

JETZT DIE VIELEN NEUHEITEN 2024
ENTDECKEN UND TOP ANGEBOTE SICHERN!

**ALLE INFOS & GROSSES GEWINNSPIEL*:
WIR-SIND-URLAUB.COM**



IHR NEUER KNAUS- VERTRAGSHÄNDLER IN GETTORF

Eichkoppel 1, 24214 Gettorf | Kiel, Tel.: 04346/ 4116-0,

www.premium-mobile-kuntz.de

[@premium_mobilekuntz](https://www.instagram.com/premium_mobilekuntz) [f /JLRKuntz](https://www.facebook.com/JLRKuntz)



WEINSBERG
Spain Urlaub!

TABBERT

RENT
AND TRAVEL



MEIN CAMPING-HIGHLIGHT 2023

Während meines Ausflugs mit dem Bürstner Lineo lernte ich das Campen auf ganz neue Art kennen und fand ein besonders lauschiges Plätzchen der Natur.



Mit dem Bürstner Lineo steht dem flexiblen Urlaub nichts im Wege



ZU DEN FAKTEN

Basisfahrzeug: Bürstner Lineo, 170 PS
 Länge/Breite/Höhe: 5,98/2,06/nn. Meter
 Sitz-/Schlafplätze: 4/2(3)
 max. Gesamtgewicht: 3,5 Tonnen
 Preis: ab 55.290 Euro

Urlaub auf vier Rädern? – Dieses Erlebnis habe ich in der vergangenen Jahren ein ums andere Mal teilen dürfen. Der Bürstner Lineo bietet ein hohes Maß an Komfort. Ich habe mich für die Emil Frey Küstengarage auf einen heimeligen Camping-Ausflug begeben und erfahren, wieso diese Art von Entspannung eigentlich so beliebt ist.

EIN ASPHALTKÖNIG AUF DER STRASSE

Mit dem neuen Bürstner Lineo tauche ich in eine Welt ein, in der Fahrkomfort und Abenteuerlust Hand in Hand gehen. Dieses rollende Meisterwerk kommt mit einem kraftvollen 170-PS-Dieselmotor und einem geschmeidigen Automatikgetriebe daher. Ein Seitenwindassistent, fest verankert in den Genen dieses fahrenden Kolosses, hält die Sturmwoagen der Autobahn im Zaum und verleiht der majestätischen

Höhe des Busses eine Prise Unerschütterlichkeit, besonders wenn Überholmanöver das Herzrasen ankündigen. Ach, ja, und die Rennstrecke der Straße steht dem Bürstner Lineo offen – er braust dahin wie ein Pkw, mit einer maximalen Geschwindigkeit, die die Asphaltkönige in ihren vierradrigen Gefährten vor Neid erblassen lässt.

„KOMMT REIN, SETZT EUCH!“

Gemütlich habe ich es mir gemacht. Als Ziel meiner Reise habe ich den Campingplatz beim Bootsmann am Eiderstrand bei Breiholz auserkoren. Neben dem landschaftlichen Idyll erwartet mich hier ebenso ein besonders gastfreundliches Lokal, das durch seine köstliche Küche hervorsteht. Übrigens lassen sich von hier aus prima Kanutouren starten, da es einen Anleger direkt am Ufer der Eider gibt und der Fluss hier darauf wartet, erkundet zu werden. Aber zurück zum Wohnmobil: Eintretend in den Bürstner Lineo, enthülle ich das Geheimnis eines klassischen Zuhauses auf Rädern. Der C 590 präsentiert seinen Grundriss, bei dem die Sitzgruppe den Vorhang lüftet, die Küche und das Bad in einem sinnlichen Duett verweilen und das königliche Querbett majestätisch die Bühne beherrscht. Unter diesem Bett schlummert ein Schatz an Stauräumen, mit Verzurrösen, die darauf warten, alles sicher an seinen Platz zu binden. Die Küche, ein kulinarischer Bühnenzauber, offenbart sich mit einem Zwei-Flamm-Kocher, einer sprudelnden Spüle und einem 90-Liter-Kompressorkühlschrank, der die Essenz der Kälte einfängt. Das Bad, ein heiliger Raum der Erfrischung, bietet eine Kassettoilette und ein Fenster zum Himmel.

ENTSPANNUNG VON DER REISE

Das Königsbett im Heck, 1,90 Meter lang und 1,45 Meter breit, lädt zum romantischen Tanz zu zweit ein. Doch die Sitzgruppe, ein Chamäleon der Gemütlichkeit, verwandelt sich in ein Bett der Träume, mit Abmessungen, die selbst einem königlichen Ruhesuchenden ein Lächeln entlocken. Die Reise durch den Bürstner Lineo offenbart eine unerwartete Schatztruhe – einen Doppelboden, ein verborgener Schrein der Eleganz, den man sonst nur in den heiligen Hallen der luxuriösen Reisemobile finden würde.

UND DAS ALLES FÜR WENIGER ALS 55.000 EURO?

Ein Zaubertrick, den nur der Bürstner Lineo beherrscht. Überhaupt ist der Camper ein vollausgestattetes Fahrzeug mit Rundum-Sorglos-Paket inklusive Campingequipment, Küchenausstattung und bequemen Schlafmöglichkeiten. Das Team der Emil Frey Küstengarage Rendsburg nimmt sich die nötige Zeit, um jedes Detail des Reisemobils zu erklären, damit der ersehnte Urlaub unmittelbar beginnen kann.

„FREYHEIT“ AUF VIER RÄDERN ERLEBEN

Und das gilt nicht nur für erfahrene Camper, sondern auch Anfängerinnen und Anfänger. Dank der neuen Fahrzeugflotte kann man sich auf moderne und zuverlässige Modelle freuen, die ein unvergessliches Campingerlebnis ermöglichen. Wem ausreichend Flexibilität wichtig ist, dem bietet die Emil Frey Küstengarage auch kurzfristige Verfügbarkeiten an, zum Beispiel während der Herbstferien. Und das Beste: Der Support ist rund um die Uhr erreichbar.

Infos zu Probefahrten und weitere Fragen sind am besten mit der Emil Frey Küstengarage unter Tel. 04331 / 70 10 zu klären oder unter www.emilfrey.de bzw. www.kuestengarage.de. Und: Vom 21. bis 24. September ist die Emil Frey Küstengarage auf der CARAVAN und CO.

Die kompakte Küche lässt keine Wünsche offen



Mit einem einfachen Handgriff lassen sich die Sitze drehen



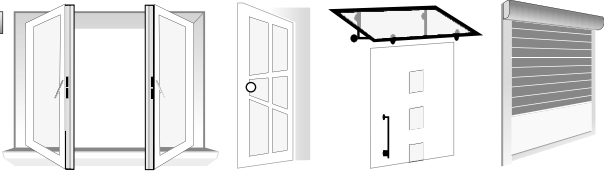
Im Heck des Bürstner Lineo ist genug Platz, um es sich in der Nacht besonders bequem und gemütlich zu machen

Unter dem Bett des Campers offenbart sich viel Platz, um das Equipment zu transportieren



WISSER GmbH

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



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

Wisser GmbH Telefon 0 43 31 / **3 13 86**
 Hollerstraße 105 Fax 0 43 31 / **3 98 00**
 24782 Büdelsdorf info@wisser-buedelsdorf.de
www.wisser-buedelsdorf.de



SICHER IM HERBST

Der Herbst hält für Autofahrer besondere Herausforderungen wie Nieselregen, Nebel, feuchtes Laub oder „Bauernglätte“ von Landwirtschaftsfahrzeugen bereit. Gute Sicht und optimaler Kontakt zur Straße sind jetzt essenziell für eine sichere Fahrt. Im Rahmen eines Fahrzeugchecks kann ein Kfz-Meisterbetrieb der Innung wichtige Komponenten überprüfen. Wischerblätter, die Schlieren oder Streifen erzeugen, müssen getauscht werden. Die Funktionsfähigkeit und perfekte Einstellung der Fahrzeugbeleuchtung ist essenziell für die aktive und passive Sicherheit bei schlechten Sichtverhältnissen. Und spätestens im Oktober sollte der Umstieg von Sommer- auf Winterreifen eingeplant werden. Der Kfz-Meisterbetrieb kann prüfen, ob Zustand und Profil der gelagerten Pneus noch passen.

Foto: Depositphotos

Ihr Spielzeuggeschäft in Osterröfnfeld

bruder Schleich siku LEGO Revell BRITAINS 1:120 Scale Models FALLER
 GLOWE ROS DAWK VORSTRIK WIKING MiniArt AIRFIX Slicco BUELMERLEID POKÉMON
 JETZT NEU **POKÉMON** EINZELN | BOOSTER SELTENE SONDERSETS und vieles mehr !!! Über 3500 Artikel im Laden
SPIELWELT LAND
 Walter-Zeidler Str. 1, Osterröfnfeld
 Tel.: 04331 / 88452 · www.spielweltland.de

FAMILIENSACHE RAD

Ein Familienunternehmen mit Herz und Verstand: Das ist **Rath Bike and more** in Westerröfnfeld, denn hier stehen fachmännischer Service und der Kontakt zu den Kund*innen an erster Stelle.

Immer vorrätig ist eine große Auswahl an hochwertigen Fahrrädern, E-Bikes sowie jegliche Art von Zubehör, beste persönliche Beratung ist selbstverständlich. Rath Bike and more überzeugt zudem mit der Qualität einer Meisterwerkstatt und jahrzehntelanger Erfahrung, sei es bei Fahrradreparatur, -überholung und -anpassung oder natürlich im Verkauf. Mehr als 500 E-Bikes hat Rath auf Lager, zurzeit sind bis zu 20 Prozent Rabatt auf eine große Auswahl möglich. Das aktuelle Schnäppchen: Grecos Eli 2.5 mit Bosch Active Line Plus Motor, 500Wh Akku und Riemenantrieb, 8-Gang-Rücktrittschaltung, statt 4.199 Euro nur 3.499 Euro, auch als Herren- und Trapez-Variante zu haben. Wer nicht kaufen möchte: Bei Rath Bike and more kann man auch leasen. www.fahrrad-rath.de



Foto: Rath Bike and more

Neuräder
 E-Bike´s (auch Probefahrt möglich)
 Ersatzteile- und Zubehör
 Service
 HEM Tankstation
 Bikeleasing/ Jobrad

RATH
bike and more

Schmiedestraße 23
 24784 Westerröfnfeld
 Telefon 0 43 31/ 82 11
 Telefax 0 43 31/ 8 77 56
www.fahrrad-rath.de



Küstengarage



Jetzt die große Freyheit buchen!

Wir haben noch
freie Termine im Herbst!

SCHON AB
89,00 €!

Ihre Urlaubsträume werden wahr – mit den Reisemobilen der Emil Frey Küstengarage. Nur bei uns bekommen Sie das „**Rundum-Sorglos-Paket**“ mit u.a.:

- ◊ Verfügbarkeiten **in den Ferien**
- ◊ **Alle** Kilometer **inklusive**
- ◊ **Alle** Fahrzeuge mit **Campingausstattung**
- ◊ **Individuell flexible** Buchungszeiten auf Anfrage
- ◊ **Hunde** an Bord willkommen 

Worauf also noch warten? Jetzt buchen, einsteigen, losfahren – und die große Freyheit genießen!

Emil Frey Küstengarage GmbH

Claudia Dreßler

Schleswiger Chaussee 26 | 24768 Rendsburg | +49 (0) 4331 701 105 | claudia.dressler@kuestengarage.de



WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Hast du zum Jahreszeitenwechsel auch Lust auf gemütliche Möbel und Deko, die deine Wohnseele streicheln? Top! Oder planst Du größere Bauten? Auch fein! Wir haben die Tipps und Trends.



Foto: Pixels (Vlada Karpovich)



EXKLUSIVES FEINSTEINZEUG

Mit der Fliese CERO® LAHN zeigt der Fliesenhof Fockbek ein neues, umfassendes und nachhaltiges Fliesenkonzept in seiner Ausstellung.

Das Team vom **Fliesenhof Fockbek** hat eine neue, ausdrucksstarke Fliese für jeden Wohnbereich im Programm, die CERO® LAHN. Die Lahn: Eingebettet in eine reizvolle Auenlandschaft stellt der kleine Zufluss des Rheins ein prä-

gendes Naturelement dar. Inspiriert von dieser abwechslungsreichen Ursprünglichkeit findet das zeitgemäße Design der neuen, exklusiven Fliesenserie CERO® LAHN seinen Ausdruck. Adaptionen von Sedimentgesteinen und feine Einschlüsse, va-

rierend in Farbe, Form und Größe prägen die authentische Optik der pflegeleichten Oberfläche. Mit den natürlichen Farbstellungen in drei großen Formaten gelingen ausdrucksstarke Raumkonzepte, ergänzt durch Sockelleisten und Mosaikmatten bietet die Serie Lahn ein umfassendes Fliesenkonzept – herausragend in Funktionalität und Ästhetik.

Auch sehr besonders an CERO® LAHN: Die Fliese wird zu 100 Prozent in Deutschland gefertigt, mit Qualitätstonen aus dem Westerwald, das bedeutet kurze Transportwege und weniger Emissionen. Die Tongruben werden renaturiert, die Gesamtproduktion der Fliesen folgt höchsten Umweltstandards.

CERO® LAHN ist ein umfassendes Fliesenkonzept, das in Sachen Funktionalität, Ästhetik und Nachhaltigkeit Zeichen setzt. Das Team vom Fliesenhof Fockbek freut sich auf deinen Besuch in der Ausstellung in Fockbek.

www.fliesenhof-fockbek.de



Fliesenhof Fockbek

*Kreativität
für Ihre Räume*



Beratung • Planung • Durchführung

Zum Kratt 4 · 24787 Fockbek
fon: 04331/66 160 · fax 04331/66 1626
www.fliesenhof-fockbek.de



türliche Elemente verstärkt: Getrocknete Blätter, Zweige und Gräser finden sich in dekorativen Arrangements wieder. Holzmöbel setzen warme Akzente und bringen die Natur ins Innere.

EIN MIX AUS VINTAGE- UND MODERNEM DESIGN

Antike Fundstücke harmonieren mit zeitgenössischen Möbeln und schaffen eine einladende Umgebung mit Charakter. Dabei bleibt Nachhaltigkeit ein zentrales Thema: Upcycling und die Verwendung von recycelten Materialien stehen hoch im Kurs. Smart Home Integration erreicht ein neues Niveau, um den Alltag zu erleichtern. Intelligente Beleuchtungssysteme passen sich an die Tageszeit an, während die Vernetzung von Haustechnik die Kontrolle über Klima und Sicherheit optimiert.

Das Zuhause wird im Herbst zum ganz persönlichen Refugium. Eine Symbiose aus natürlicher Ästhetik und modernem Komfort schafft einen Ort der Entspannung und Inspiration.

WOHNTRENDS IM HERBST

Deckt euch schon jetzt mit den angesagtesten Accessoires ein!

Diesen Herbst prägen vielfältige Wohntrends die Interieur-Landschaft. Erdige Töne wie Terrakotta und warmes Braun stehen im Mittelpunkt und schaffen eine behagliche Atmosphäre.

Kuschelige Textilien wie Plaids, Samt- und Cordstoffe laden zum Einigeln ein, während grob gestrickte Decken und Kissen das Wohnambiente auflockern. Die Verbindung von Drinnen und Draußen wird durch na-

Foto: Adalbe Stück

MÖBEL MADE IN KIEL

Du bist auf der Suche nach dem perfekt passenden Schrank? Dann bist du bei **RAUMKREATIV** bestens aufgehoben. Hier bekommst du Schränke für sämtliche Wohnbereiche wie fürs Schlaf- und Wohnzimmer, Büro, Badezimmer oder die Küche – individuell angepasst an deine Räume. Auch begehbare Kleiderschränke gehören zum Repertoire des eingespielten Teams. Lass dich vom Tischlermeister direkt vor Ort oder in der RAUMKREATIV-Ausstellung am Wilhelmplatz beraten und dein persönliches Traum-Möbelstück planen. Alle Möbel werden seit mehr als 20 Jahren in der eigenen Tischlerei in Kiel hergestellt und montiert. Die Firma übernimmt auch komplette Renovierungen von Fenstern, Türen, Fußböden und Möbeln. Mehr unter www.raumkreativ.com.



**Sie haben den Raum.
Wir die Lösungen nach Maß.**

RAUMKREATIV

Einrichtungen nach Maß.

TISCHLEREI MB
Ihr Meisterbetrieb aus Kiel

Ausstellungsräume & Beratung
Eckernförder Str. 44
24116 Kiel
am Wilhelmplatz

T. 0431 - 210 78 80
raumkreativ.com





NORDBAU 2023

So spannend wie nie: Wasser, Energie, Nachwuchs – wie geht es weiter?

Wer hätte gedacht, dass ausgerechnet „Wasser“ und „Kreislauf“ einmal zu den Sonderthemen der NordBau gehören würden? Klingt eher nach Gesundheitsthemen, doch es geht ums Bauen. Der Patient Erde benötigt inzwischen Unterstützung und so geht es vom 6. bis zum 10. September auf dem Messegelände der Holstenhallen Neumünster um Lösungen zum Thema Starkregen, Hochwasserschutz, Wasserversorgung, Umwelt und Energie, aber auch um Nachwuchs. Die Herausforderungen und baulichen Entwicklungen rund ums Wasser- und Energiemanagement werden immer dringlicher. Auf der NordBau werden Ideen, Lösungen und Modelle vorgestellt, die anregen sollen oder auch direkt umgesetzt werden können: naturnaher Wasserbau, Fischaufstiegsanlagen, Regenrückhaltebecken, energieautarke und krisen-

sichere Wasserwerke, Dachbegrünung mit verzögertem Wasserablauf für die weitere Wasserversorgung, Modelle zu Deichbau und Küstenschutz, Wassergefahrenmanagement und Sicherung der Trinkwasserqualität. Eine Sonderschau in Halle 6 zeigt die Resilienz der Wasserwirtschaft – ergänzt durch Seminare.

ERÖFFNUNG DURCH MINISTER MADSEN

Eröffnet wird die 68. NordBau von Claus Ruhe Madsen, Schleswig-Holsteins Minister für Wirtschaft, Verkehr, Arbeit, Technologie und Tourismus am 6. September um 11 Uhr.

Das Sonderthema „Wasser... & bauen“ steht im Fokus der Eröffnungsveranstaltung. Gesine Strohmeier, Geschäftsführerin von Hamburg Wasser, wird die

Resilienz der Wasserwirtschaft beleuchten. Und wie Dänemarks Hauptstadt Kopenhagen zu einer Schwammstadt und damit zum Vorreiter für viele andere Städte in Europa wurde, darüber wird Lykke Leonardsen berichten. Sie ist als Expertin in der Kommunalverwaltung von Kopenhagen maßgeblich an der Umsetzung beteiligt. Die enge Verbindung zum NordBau-Partnerland Dänemark wird der Botschaftsrat Mikkil Hagen Hess unterstreichen.

Außerdem gibt es die Möglichkeit zum Netzwerken und Austauschen auf der Start-up-Stage, bei der junge Unternehmen die Gelegenheit haben, mit der klassischen Bauindustrie ins Gespräch zu kommen. Das und vieles mehr könnt ihr auf der diesjährigen NordBau erleben und entdecken.

Mehr unter www.nordbau.de



www.nordbau.de

SONDERTHEMA

Beratung für Hauseigentümer

Energielösungen,
Erzeugung & Einsparung

06.–10. September 2023

Messe Holstenhallen Neumünster

Neuheiten entdecken:

- Dach und Fenster
- Energielösungen & Förderungen
- Werkzeuge
- Küche, Bad und Fliesen
- Schwammstadt & Klimaregulierung
- Garten- und Landschaftsbau



Dank der verschiedenen Untergestelle passt der Sessel David zu modernen und traditionellen Einrichtungen



EIN NEUES MASS AN KOMFORT

Wenn die Tage kürzer werden, macht ihr aus eurem Heim eine Wohlfühloase – mit komfortablen Sitzmöbeln von Stressless®

Draußen prasselt der Regen und der Wind pfeift, es ist unschön und kalt, drinnen jedoch macht ihr es euch mit Kaminfeuer, Kuschedecke und Kaffee so richtig gemütlich. Damit eure Herbsttage noch sehr viel kuscheliger werden, braucht ihr komfortable Sitzgelegenheiten, die den Körper optimal unterstützen. Denn echte Entspannung ist der Schlüssel für körperliches und seelisches Wohlbefinden, Glück und Gesundheit. Original Stressless® Bequemmöbel verbinden Komfort und Funktion einzigartig perfekt miteinander und sorgen dank patentierter Funktionen für eine optimale Unterstützung des Körpers. Bei Möbel Bergemann lässt sich in

einzigartiger Atmosphäre die Vielfalt der hochwertigen Sitzmöbel erleben und ausprobieren.

Im neu gestalteten Stressless® Design-Studio wird das individuelle Möbel auf einer Erlebnisfläche in Szene gesetzt.

WELTMARKE AUS NORWEGEN

Bereits seit 1971 werden die unverwechselbaren Relaxsessel und Sofas von Stressless® an einem Fjord in Norwegen gefertigt und verbinden beispiellosen Komfort und zeitloses skandinavisches Design miteinander. Relaxsessel und Sofas von Stressless® gewährleisten stilvoll eine optimale Entspannung.

SESSEL DES MONATS: STRESSLESS® DAVID

Dieser vielseitige Sessel hat einen ganz eigenen Charakter: weich und doch fest, mit einem markanten Muster auf der Rückenlehne. Mehrere Schichten weichen Schaumstoffs garantieren das ultimative Komforterlebnis. Dank der verschiedenen verfügbaren Untergestelle passt der Sessel sowohl zu modernen als auch zu traditionellen Einrichtungen. Im September gibt es diesen Sessel bei Möbel Bergemann zu attraktiven Vorteilspreisen. Am besten gleich vorbeischaun und die Vorzüge bei einer Sitzprobe entdecken. Das Team von Möbel Bergemann freut sich auf euren Besuch!



Anfang 2021 eröffnet: das hochmoderne Bauzentrum
i&M Tepker in Osterrönfeld



Hier werden nicht nur Produkte präsentiert,
sondern Ideenwelten



Mit digitaler Unterstützung
den perfekten Bodenbelag finden

FASZINATION: BAUEN UND RENOVIEREN

*Das i&M Bauzentrum Tepker ist zu Gast auf den Fachmessen Norla und NordBau. Hier erleben Heimwerker*innen die faszinierende Welt des Bauens, Renovierens und Verschönerns hautnah.*

Auf 16.000 Quadratmetern finden hier Heimwerker*innen wie Profis ein umfangreiches Sortiment und viele Inszenierungen rund um zeitgemäßes Wohnen und Bauen. Ein buntes Schaufenster in diese Ideenwelt bietet das i&M Bauzentrum Tepker demnächst auf den Fachmessen Norla in Rendsburg (31. August bis 3. September) und NordBau in Neumünster (6. bis 10. September).

Erst vor rund zweieinhalb Jahren eröffnet, hat sich das hochmoderne i&M Bauzentrum Tepker in Osterrönfeld inzwischen zu einem überregional bekannten Anlaufpunkt für passionierte Heimwerker*innen und erfahrene Profis entwickelt. Ob es um Produkte zum Bauen und Renovieren geht, Ideen für eine facettenreiche Gartengestaltung oder um die vielfältigen Möglichkeiten modernen Wohnens – hier finden Sie alles, um Ihr Bauvorhaben oder Projekt realisieren zu können. Die großzügigen Ausstellungen machen es möglich, Materialien in die Hand zu nehmen, zu fühlen, direkt zu vergleichen und vor Ort zusammenzustellen.

UMFASSENDE SERVICE VOR ORT

Zu den Sortimenten gehören neben Baustoffen auch Bodenbeläge, Farben, Fliesen, Werkzeuge und Maschi-

nen sowie Arbeitskleidung. Doch das i&M Bauzentrum Tepker bietet mehr als nur Materialien: Hier wird Kundinnen und Kunden ein umfassender Service geboten – von logistischen Leistungen aller Art über eine Handwerkervermittlung bis hin zur Baustellenbetreuung und vieles weitere mehr. Die engagierten Mitarbeiter*innen stehen Ihnen jederzeit mit fachkundiger und individueller Beratung zur Seite.

ZU GAST AUF GLEICH ZWEI MESSEN

Einen Eindruck der Produktpalette und jede Menge Inspiration können Sie sich in Kürze auf den Messeständen auf der Norla in Rendsburg und – eine Woche später – auf der NordBau in Neumünster holen. Auf der Landwirtschafts- und Verbrauchermesse Norla (Block H 07) präsentieren sich Ihnen u. a. Artikel aus unserer Produktion in Hademarschen und neue Produkte rund ums Haus. Auf der NordBau (Halle 1 – 1123) setzt das Tepker-Team besondere Schwerpunkte auf die Themen Nachhaltigkeit und Energieeffizienz sowie Neubau, Modernisierung und Sanierung. Auch Stücke aus der modernen Arbeitskleidungskollektion sind dabei. Das Messteam freut sich auf einen Besuch vor Ort oder auf der Website unter www.bauzentrum-tepker.de

AM MEER UND ÜBERALL: LIEBLINGSPLATZ STRANDKORB

Ein eigener Strandkorb ist eine Oase der Ruhe für Garten, Terrasse und Balkon – Urlaubsgefühle inklusive.

Einen Strandkorb assoziieren wir mit Sonne, Strand, Meer und entspannten Stunden im Urlaub? Ja, aber Urlaub geht auch zu Hause, jederzeit – mit einem Strandkorb von **Knutzen Teppich-Hof**! Diese Strandkörbe sind nicht nur ein echter Blickfang, sie laden einfach zum lässigen Müßiggang ein.

Das ist Erholung auf angenehmste Art: mit einem bequemen Strandkorb für zwei Personen. Die integrierte Fußablage und die verstellbare Rückenlehne sorgen für zusätzlichen Komfort. Allein ist's schöner? Auch das ist möglich, im Solo-Strandkorb hat man Ruhe und genauso viel Komfort. Wer's ganz gesellig mag, findet in dem Familienkorb mit vier Plätzen richtig viel Platz – ein absoluter Luxus-Strandkorb mit perfekter Ausstattung. Sogar für das

Haustier bietet Knutzen Teppich-Hof Mini-Strandkörbe an. Egal ob im Garten, auf der Terrasse oder auf dem Balkon – die Strandkörbe sind mit Rollen versehen, sodass sie zu jeder Zeit verschoben werden können. Darüber hinaus ist ein Strandkorb von Knutzen Teppich-Hof wetterfest, weich gepolstert und mit einem verstellbaren Oberkorb versehen. Lieber Streifen oder Bullaugen? Oder eine Holstein-Kiel-Fan-Variante? Knutzen Teppich-Hof hat für jeden Anspruch das richtige Angebot. Eine große Auswahl an Strandkörben aller Art ist zu finden in den Knutzen Teppich-Hof-Einrichtungshäusern. Einfach mal zum Probesitzen vorbeikommen. Oder ins Netz gucken – den Lieblingsplatz gibt es auch online: www.knutzen-home.de.



KNUTZEN

TEPPICH-HOF

DIE MIT DEM GRÜNEN HAUS!

16 x in Schleswig-Holstein

WWW.KNUTZEN-HOME.DE

PLISSEES NACH MASS

BERATUNG UND AUFMASS KOSTENLOS BEI IHNEN ZU HAUSE!



AKTION
bis zu
35%
Rabatt

WOHNACCESSOIRES & DEKOARTIKEL



In unseren Filialen
Entdecken Sie unser großes Sortiment an Dekoobjekten, Kunstblumen, Vasen, Bildern und dazu passende Heimtextilien.

KNUTZEN TEPPICH-HOF **Büdeldorf**
Neue Dorfstr. 68 · Tel. 04331 / 35 060
buedelsdorf@knutzen-home.de

KNUTZEN TEPPICH-HOF **Schleswig**
Lattenkamp 3-4 · Tel. 04621 / 97 87 30
schleswig@knutzen-home.de

KNUTZEN TEPPICH-HOF **Eckernförde**
Rendsburger Str. 122 · Tel. 04351 / 76 95 60
eckernfoerde@knutzen-home.de

GRÜNE ALLWETTER-OASE

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

„Seit wir unser Terrassendach haben, ist der Raum für Erholung und gemütliches Beisammensein unsere Terrasse.“ Vom Frühjahr bis in den Herbst verbringen Frau Paul und ihre Familie unzählige Stunden auf der Terrasse, die dank des Daches einen besonderen Raum für Erholung und gemütliches Beisammensein bietet. „Der Entschluss, unsere Terrasse überdachen zu lassen, war eine der besten Ideen der letzten Jahre“, sagt sie.

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

Vor allem bei südlich gelegenen Kaltwintergärten kann aber die natürliche Sonneneinstrahlung optimal genutzt werden. Er ist ein idealer Aufenthaltsort für Pflanzen, die den Winter im Nor-

den nicht überleben würden. Eine Markise bietet bei zu großer Sonneneinstrahlung ausreichend Schatten. Weitere Infos unter www.nelsonpark-td.de.



Foto: Nelson Park Terrassendächer

**Wir verlängern unsere Sommeraktion:
12 % Rabatt auf Terrassendächer und Kaltwintergärten**



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



Nelson Park Terrassendächer

Servicebüros in Ihrer Nähe:

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

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

www.nelsonpark-td.de

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

Sichtschutzzäune



»» Sichtschutzzäune in vielen verschiedenen Größen, Farben und Oberflächen

»» Hochwertig, robust und pflegeleicht



Wir halten eine große Auswahl für Sie bereit!

100% Service.

www.gehlsen.de

HolzLand
Gehlsen
seit 1811

Werbung, sh

»» Beratung. »» Ausstellung.
»» Kompetenz seit 1811.

HolzLand Jan Fr. Gehlsen GmbH & Co. KG
Büsumer Straße 106-114 · 24768 Rendsburg
Tel. 04331 770060 · Fax 4049
info@gehlsen.de · www.gehlsen.de

WOHNEN & WOHLFÜHLEN



NEUE KÜCHE PLUS FETTE KOHLE

Phillip Zeyn ist Hobby-Handwerker und baut viele Dinge einfach selbst. Für seine neue Küche bekam der Student allerdings professionelle Hilfe – und der NDR hat's gefilmt.

„Und Action!“ Die Kameras laufen, die Scheinwerfer blenden, und mitten im Geschehen steht Phillip Zeyn, ein junger Mann mit einem breiten Lächeln und einem unerschütterlichen Tatendrang. Phillip hat zwar eine bemerkenswerte Begabung fürs Basteln und Handwerken. Bei seiner neuen Küche bekam er nun allerdings besondere Unterstützung.

Der Hobby-Handwerker ergriff die Chance, und schon bald zog ein Kamerateam plus Redakteur für ein paar Tage bei ihm zu Hause ein. Eine ungewohnte Situation für Phillip, dem die sonst so gewohnten Handgriffe plötzlich nicht mehr ganz so einfach von der Hand gingen. Die Aufwandsentschädigung von 1000 Euro war nur ein Bonus – für Phillip ging es vor allem darum, seine handwerklichen Fähigkeiten unter Beweis zu stellen.

SELBST IST DER MANN

Während eines Freiwilligen Sozialen Jahres in einer Behindertenwerkstatt entdeckte er seine Freude am handwerklichen Tun. Hier bückte er sich über Metallplatten, bog sie in Form und zündete den Schweißbrenner für die präzisesten Verbindungen. Phillip ist ein Hobby-Bastler durch und durch. 3D-Druck, der Bau einer Garderobe, sogar eine selbst gebaute CNC-Fräse – es gibt kaum etwas, das er sich nicht zutraut.

Seine Passion fürs Handwerk verfeinerte er in seiner eigenen Holzwerkstatt in Rendsburg. Dort entstehen gemeinsam kleine Meisterwerke aus Holz, während der Duft von Sägespänen in der Luft liegt. Nach einem Umzug stand nun eine neue Herausforderung an: Eine IKEA-Küche sollte Einzug halten. Phillip war fest entschlossen, nun mit seinem Freund Moritz selbst Hand anzulegen.

Ein glücklicher Zufall ... oder besser: Das Schicksal wollte es so, dass seine IKEA-Küchen-Geschichte für die Öffentlichkeit zugänglich wird. Eine Freundin arbeitete bei der Produktionsfirma des NDR und suchte nach interessanten Menschen aus Schleswig-Holstein für die Dokumentationsreihe „Mach doch keinen Murks“.

WERTVOLLE TIPPS VON PROFI „ROSSI“

Der Drehstart war der 26. März. Sein erster Gegner: die unscheinbare Wand. Mit einem Phasenprüfer bewaffnet und mit Spezialkleber in der Hand kämpfte er sich durch das Anschließen des Waschbeckens. Profi-Rossi, der erfahrene Kameramann, stand ihm mit wertvollen Tipps zur Seite und wies auf die kleinen, aber entscheidenden Details hin. Dübel, die in den Wänden steckten, sollten mit Kleber gestärkt werden, um sicherzustellen, dass sie fest sitzen. Oder das Waschbecken, das ein maßgeschneidertes Loch erforderte – die Verpackung diente als Schablone. Nicht zu vergessen: IKEA hat manchmal einen ganz eigenen Bauplan, der erst durchschaut werden muss. Am Ende strahlte Phillip – nicht nur wegen seiner neuen Küche. Ein selbst gebauter Sieg sozusagen.

Sein Resümee: „Ich habe gelernt, dass ich tiefstapeln kann. Ich bin relativ sicher, dass ich eine IKEA-Küche auch selbst einbauen kann.“ Start der Doku-Serie „Mach doch keinen Murks“ ist am 29. August in der ARD-Mediathek.



SCHÖNHEIT UND NACHHALTIGKEIT VEREINT

In einer Zeit, in der saubere und nachhaltige Energiequellen eine immer wichtigere Rolle spielen, setzt Trava Solar ein Zeichen für nachhaltige Architektur und umweltbewusstes Wohnen.

Foto: Trava Solar

„Trava Solar legt großen Wert auf ein harmonisches Zusammenspiel von Energieerzeugung und ansprechendem Design“, sagt Fachberater Torsten Klüss. „Im Gegensatz zu einem unansehnlichen Flickenteppich aus Solarmodulen auf dem Dach, bietet unsere elegante und lückenlose Aufdachlösung eine ästhetisch ansprechende Alternative.“ Statt die Optik des Hauses zu beeinträchtigen, fügt sich die hochwertige Photovoltaikanlage harmonisch in das Erscheinungsbild ein. Durch die Nutzung der unerschöpflichen Energiequelle Sonne können nicht nur die Stromkosten erheblich gesenkt werden, sondern auch der CO₂-Fußabdruck reduziert und ein aktiver Beitrag zum Klimaschutz geleistet werden. Gleichzeitig wird die Unabhängigkeit von steigenden Energiepreisen erreicht. Zusätzlich zur Einsparung der Umsatzsteuer, die bei der Anschaffung einer Photovoltaikanlage zurzeit entfällt, ist die Nutzung der verfügbaren Fläche effizienter und der Ertrag höher. Ein besonders attraktives Angebot kann **Trava Solar** den Besitzern von E-Autos anbieten. Für nur 9.900 Euro kann auf dem Dach einer Garage oder eines Carports eine Photovoltaikanlage mit errichtet werden. Wechselrichter, Wallbox und Speicher gehören neben den Solarmodulen zum Angebot. Nach wenigen Jahren rechnet sich diese Investition schon. www.trava-solar.de

Photovoltaik nachhaltig und schön:



**Flickenteppich auf dem Dach?
Das muss nicht sein!**

Trava- Module gibt es in unterschiedlichen Größen und Formen:



Aktion: Schon in 5 Jahren tanken Sie umsonst!
Sparen Sie 2.500 €



Jährliche Benzinkosten:

15.000 km Fahrleistung
6,8l durchschn. Verbrauch
1,90 € pro Liter

1.900 € Benzinkosten/Jahr

Investition: 9.900 €

Nach 5,2 Jahren hat sich die Investition gelohnt!

Photovoltaik auf der Garage oder dem Carport:

**Jetzt nur 9.900 €
mit Wallbox und Speicher!**

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



TRAVA SOLAR
SOLARDÄCHER

Unsere Servicebüros:

24784 Westerröfeld, Gorch-Fock-Weg 8, 0 43 31 / 4 38 09 58

24585 Bordesholm, Finnenredder 25, 0 43 22 / 8 85 61 63

www.trava-solar.de



ACHTUNG! WÄRMEPUMPENDIEBSTAHL

*Wärmepumpen befinden sich aufgrund ihrer Beschaffenheit außerhalb des Gebäudes.
Dies macht die Geräte auch für Diebe interessant.*

Versicherungen zahlen im Schadensfall nicht automatisch. Damit es gar nicht erst zum Streit kommt, können bauliche Maßnahmen helfen, das Risiko eines Diebstahls zu minimieren.

UMZÄUNT ODER IM KÄFIG

Eine Möglichkeit sind bauliche Maßnahmen. Hierbei sollte auf die Luftdurchlässigkeit des Materials geachtet werden. Damit die Wärmepumpen effizient funktionieren, benötigen sie uneingeschränkt Luft. Die Umzäunung der Wärmepumpe bzw. die Sicherung durch einen Käfig gewährleisten Luftzufuhr und eignen sich daher besonders. Jedoch sollten wartungsintensive Teile leicht zugänglich bleiben.

Foto: Depesiphotos

FESTSCHRAUBEN

Wärmepumpen werden in der Regel auf freistehendem Betonfundament platziert. Daher kann auch ein Verschrauben der Geräte ins Fundament infrage kommen. Abreißmuttern können das Diebstahlrisiko weiter verringern.

FLACHDACH ODER DACHTERRASSE

Wer das Gerät außerhalb der Reichweite von Langfingern platzieren möchte, kann Wärmepumpen an der Hauswand installieren lassen. Doch nicht jede Pumpe eignet sich für die Wandmontage. Viele Hausbauer*innen setzen bei ihren Neubauten auf ein Flachdach. Besitzt das Dach die notwendige Tragfähigkeit, kann es ein geeigneter

ter Ort sein. Ebenso eine Dachterrasse. Da Wärmepumpen bis zu 400 Kilogramm wiegen können, sollte ein Statiker hinzugezogen werden. Auch die Geräusentwicklung ist ein wesentlicher Standortfaktor.

DIEBSTAHL WÄHREND DES BAUENS

Beim Diebstahl einer Wärmepumpe kann eine Bauleistungs- oder Bauwesenversicherung Schutz bieten. Jedoch: Einen standardmäßigen Versicherungsschutz für Wärmepumpen gibt es nicht. Auch während der Bauzeit sollten Verbraucher*innen den Schutz der Wärmepumpe mit in den Versicherungsschutz aufnehmen lassen. Mehr bei der Verbraucherzentrale SH.

Inhaber Gheorghe Rus

Rund Ums Haus

Gartenservice

- 🍃 Gartenpflege, Vertikutieren
- 🍃 Anlegung Rasenflächen, Rollrasen
- 🍃 Pflanzarbeiten, Hecken- u. Sträucherschnitt
- 🍃 Baumfällungen, Zäune & Carports

Verlegearbeiten

- 🍃 Gartenplanung- u. Gestaltung
- 🍃 Pflasterarbeiten, Friesenwälle
- 🍃 Natursteinarbeiten, Treppen
- 🍃 Teichanlagen, Bachlauf & Wasserfall
- 🍃 Regen- u. Abwasserleitung



FÜR WOHLRIECHENDE WOHLFÜHLMOMENTE

Die Astalea-Duftstäbchen sind mit hochwertigen Duftölen aus Griechenland angereichert, die von erfahrenen Parfumeur*innen sorgfältig ausgewählt wurden. Die Sorte „Orange Blossom“ vereint die süßen und blumigen Noten der Orangenblüte mit der spritzigen Frische Schwarzer Johannisbeere und der Wärme von Zedernholz. „Spicy Amber“ hingegen betört verführerisch die Sinne mit einer Mischung aus Black Amber, sinnlicher Vanille und aphrodisierendem Jasmin.

Auch die Duftkerzen von Astalea sorgen für einen angenehmen Raumduft. Die Version „White Lotus – Peace of Mind“ riecht dezent blumig nach weißem Lotus, frischer Minze und pudrigem Sandelholz. „Dark Amber – Seduction“ ist eine Komposition aus Bernsteinnoten, würzigen Kräutern und Maiglöckchen. Das dekorative Verpackungsdesign intergiert sich in jeden Interior-Stil und ist modern und zeitlos zugleich.

Mehr unter <https://astalea.de>



Noch alle Latten am Zaun? „Wir haben für jeden die passenden Zäune“.



 **MiRO Handelshaus GmbH**
Jasminstraße 27 | Bad Segeberg

**Stahl - das
bessere Holz**

Doppelstabmatten	Sichtschutz
Schmuckzäune	Pforten
Betonzäune	Schiebetore
Maschinengeflecht	Antriebe u.v.m.



HANDELSHAUS GMBH

www.miro-handelshaus.de
info@miro.sh
Telefon: 04551 - 890 38 0



zaun planet



www.gartenzaun-zaunplanet.de

MODE & BEAUTY

Es gibt Schönheiten, die sind von Natur aus perfekt, wenn auch vielleicht ein bisschen haarig um die Nase herum. Andere, wie wir, vertrauen da eher auf Outfit und Styling.



Foto: Adah Stock / Alina



Regine mit Gold im Braun
und Strahlen im Auge



Dunkles Kupfer für Jessica -
vom Bob zu Freudentränen!



SO SCHÖNE NEUE MENSCHEN!

Wer den Salon von Britta & Mario Müller für ein Umstyling betritt, kommt nicht einfach mit einem neuen Look heraus – sondern glücklich!

Britta Müller hat eine besondere Gabe: Sie sieht ihre Kund*innen so schön, wie sie gemeint sind. Und sie hat dazu das Geschick, mit ihrem Billeck, ihrer Handwerkskunst und ihrem tollen Team im Salon, dieser Schönheit ein bisschen auf die Sprünge zu helfen. „Umstyling“ nennt sie es schlicht, und „typgerecht“. Ihre Kund*innen, vier sehen wir hier, sind da weniger zurückhaltend: „Ich bin ein neuer Mensch“, „ich wusste gar nicht, wie gut ich aussehen kann“, „ganz anders, und einfach toll“, „ich fühle mich wunderbar, wie neugeboren!“

LUST AUF DEINEN ECHTEN LOOK?

Wenn du auch einen neuen Style möchtest, der deinen Typ betont und dich im besten Licht zeigt, dann bewirb dich hier für dein persönliches Umstyling. Schick uns eine E-Mail, bitte mit Foto (max. 2 MB), und erzähl uns kurz, warum du dein Umstyling möchtest: redaktion@rendsburgerleben.de



Simones Naturwellen:
Blond mit Wow!



Mut zum Typ: Kerstin mit
kurzem Kupferblond



BRITTA & MARIO
MÜLLER
FÜR HAAR & HAUT

Britta & Mario Müller, Altstädter Markt 2, Rendsburg, Tel.: (04331) 12 37 13, www.bm-rd.de

Alles außer gewöhnlich!



OPTIK
D R E S K E

OUNDA GmbH
C/o Optik Dreske
Jungfernstieg 11 - 13
24768 Rendsburg
Tel. 0 43 31-2 46 28
Fax 0 43 31-33 62 04
optik-dreske.de

WIR SIND MEHR
ALS BRILLE



DIE AUGENGESUNDHEIT UNSERER KINDER ...

... liegt dem Experten-Team von Optik Dreske besonders am Herzen. Sei es bei der Brillenfassung oder bei der Wahl des Brillenglases.

NANOVISTA KINDERBRILLEN

Nanovista ist die am häufigsten empfohlene Kinderbrille in Europa.

Diese unzerstörbare und flexible Brille aus Spanien gibt es in unterschiedlichen Fassungen für Jugendliche, Kinder sowie Kleinkinder und mit jeder Menge Zubehör.

Alle Modelle haben zwei Befestigungssysteme für einen maximalen Komfort: verstellbare Bügel, ein verstellbares Band und die Möglichkeit, die Bügel gegen ein Gummiband auszutauschen, wann immer es nötig ist, zum Beispiel beim Sport. Das Team von Optik Dreske weiß, wie wichtig es für Eltern ist, unzerstörbare Kinderbrillen zu finden, die nicht immer wieder kaputt gehen, aber gleichzeitig ein tolles Design haben.

MYOPIE BEI KINDERN - WAS IST DAS?

Myopie (Kurzsichtigkeit) entsteht, wenn das Auge nicht mehr rund, sondern etwas zu lang ist. Denn Kinder konzentrieren sich vor allem auf das, was direkt vor ihnen ist: Tablets, Smartphones, Hausaufgaben. Seit 2020 ist ein Drittel der Weltbevölkerung kurzsichtig, ein immenser Anstieg in den letzten Jahren. Die Myopie bei Kindern schreitet zügiger voran, und sie erhöht auch das Risiko für Augenerkrankungen im Alter.

Die Lösung: ein neues Brillenglas, MyCon, das die Myopie korrigiert, scharfes Sehen gewährleistet und dem Fortschreiten der Myopie entgegenwirkt. Die Technik in diesem neu entwickelten Brillenglas besteht darin, dass einfallendes Licht gestreut wird und somit das Längenwachstum des Auges nicht mehr fördert. MyCon - eine Glastechnologie, die wirkt!





MUST-HAVES FÜR DEN HERBST

Der Herbst ist da und mit ihm die aufregende Möglichkeit, deine Garderobe mit warmen und stilvollen Stücken zu aktualisieren. Die ideale Ansprechpartnerin für das perfekte Herbstoutfit ist und bleibt in Rendsburg Birgit Linnemann. Ihre Boutique **Classic & Mode** am Altstädter Markt versorgt seit mehr als zehn Jahren in Rendsburg Frauen mit stilsicheren und trendigen Einzelteilen in den Größen von 36–46. Zum Saisonende sind aktuell Sommerartikel stark reduziert und es warten tolle hochwertige Einzelteile auf dich! Für sportlich Begeisterte bietet Spoon die perfekte Kombination aus Outdoor- und Freizeitbekleidung in Form von lässigen Strickpullis oder bequemen Jogginghosen. Pride To Be beeindruckt mit eleganter Outdoormode, darunter Mäntel aus Wolle, die den Look von Lammfell perfekt einfangen. Lederliebhaber*innen werden bei Arma fündig: Lederkleidungsstücke sowie Doubleface Mäntel, die zeitlose Eleganz verkörpern, sind im Herbst erhältlich. Stilvolle Einzelteile von Annette Görtz und Raffaello Rossi sind auch Teil des breit gefächerten Sortiments.

Für eine individuelle Beratung steht Birgit Linnemann ihren Kund*innen montags bis freitags von 10 bis 18 Uhr und sonntags von 10 bis 14 Uhr persönlich zur Seite. Mit ihrem Fachwissen über Mode, Farben und Schnitte berät sie jede Kundin individuell und setzt alle Formen und Kurven perfekt in Szene, sodass diese zufrieden nach Hause gehen.

Classic & Mode, Altstädter Markt 17, Rendsburg
Tel.: 04331 / 697 81 44



Birgit Linnemann (li.) versorgt ihre Kund*innen mit hochwertiger Mode in Rendsburg und ist immer für eine persönliche Beratung zur Stelle

GESUNDHEIT & WELLNESS

Bewegung, Bewegung, Bewegung – nichts hält dich besser jung und in Schwung. Dazu ein strahlendes Lächeln, liebevolle Beziehungen und guter Schlaf. Es sind oft nur die kleinen Dinge.





WELTHOSPIZTAG DAS BESONDERE DER LETZTEN MOMENTE IM FOKUS

Am zweiten Samstag im Oktober wird international der Welthospiztag begangen, der die Aufmerksamkeit für hospizliche und palliative Belange in der Gesellschaft erhöhen möchte.

In Deutschland findet der Deutsche Hospiztag, der im Jahr 2000 vom Deutschen Hospiz- und Palliativ-Verband initiiert wurde, immer um den 14. Oktober statt und ist eng mit dem Internationalen Welthospiztag verbunden. Dieses Jahr erinnert uns der Welthospiztag daran, dass nicht nur die ersten Male im Leben bedeutsam sind, sondern auch die letzten Momente eine besondere Würdigung verdienen. Der Zauber des „Ersten Mals“ prägt unsere Erinnerungen, während das „Letzte Mal“ oft von Unsicherheit und Verdrängung begleitet wird. Doch gerade die Hospiz- und Palliativarbeit setzt sich dafür ein, dass auch diese letzten Momente von Bedeutung sind.

Hospiz- und Palliativversorgung ermöglicht es, dass besondere Alltagsmomente noch einmal erlebt werden können, sprich eine emotionale Unterstützung und gelebte Menschlichkeit. Die individuelle Begleitung steht dabei im Mittelpunkt, um diese Zeit aktiv und würdevoll gestalten zu können.

Die Botschaft dieses Tages ist klar: Auch die letzten Momente im Leben verdienen Wertschätzung, Aufmerksamkeit und Unterstützung. In einer Zeit, in der die Endlichkeit des Lebens spürbar wird, schenkt diese Art der Begleitung Trost, Geborgenheit und die Möglichkeit, kostbare Momente bewusst zu erleben. Unter dem Motto „Hospiz lässt mich noch mal!“ möchte das Palliativnetz HORIZONT im Kreis Rendsburg-Eckernförde verdeutlichen, wie wichtig es ist, schwerstkranke Menschen und ihre Angehörigen in ihren letzten Lebensmomenten zu begleiten und ihnen die Möglichkeit zu bieten, diese Momente bewusst zu erleben.

Wie in den vergangenen Jahren bietet das Palliativnetz HORIZONT in der Woche vom 9. bis zum 12. Oktober einige Programmpunkte zur Information für die Öffentlichkeit und lädt herzlich dazu ein. Nähere Details sowie Orts- und Zeitangaben finden Sie unter www.pn-horizont.de.

■ Kleine, große, schnelle, langsame, junge, ältere ... wir kümmern uns um alle Füße.

Orthopädische Maßschuhe
Bequeme Schuhmode
Schuhveränderungen
Einlagen nach Maß
Schuhreparaturen aller Art

Möller

ORTHOPÄDIE | SCHUHTECHNIK Inh. H. Höffer

■ Hollesenstr. 31 | 24768 Rendsburg |
Fon 04331-7 51 77 | Fax 04331-78 90 90

■ Plessenstraße 13 | Ärztehaus am ZOB |
24837 Schleswig | Fon 04621 - 85 59 44

■ www.moeller-rendsburg.de

14. Oktober 2023
Welthospiztag

wir laden Sie ein...

Mo. 09.10. | 17:00-21:00
„Letzte Hilfe“ Kurs

Di. 10.10. | 18:00-19:30
„Overall is Leven“ Lesung m. Ines Barber

Mi. 11.10. | 17:00-19:00
„Palliative Versorgung“ Vortrag

Do. 12.10. | 17:00-19:00
„Menschen in Trauer“ Workshop

Infos und Anmeldungen unter info@pn-horizont.de.
Anmeldeschluss ist der 6. Okt. 2023.

PALLIATIVNETZ HORIZONT
pn-horizont.de

Dr. Sandra Luzniak-Jarr
und Partner



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



IHRE LISTE FÜR GESUNDE ZÄHNE

Regelmäßige zahnärztliche Untersuchungen sind von großer Bedeutung für die langfristige Zahngesundheit. Sie ermöglichen frühzeitiges Erkennen von Problemen und fördern die Prävention. Nutze diese Checkliste, um sicherzustellen, dass du alle wichtigen Aspekte abdeckst!



1. Zeitplan: Vereinbare alle sechs Monate einen Termin für eine Routineuntersuchung. Regelmäßigkeit ist der Schlüssel zum frühzeitigen Erkennen von Zahnerkrankungen.

2. Professionelle Zahnreinigung: Lass deine Zähne mindestens einmal im Jahr professionell reinigen, um Plaque und Zahnstein zu entfernen, die zu Karies und Zahnfleischerkrankungen führen können.

3. Röntgenaufnahmen: Sprich mit der Zahnärztin oder dem Zahnarzt über die Notwendigkeit von Röntgenaufnahmen. Sie ermöglichen eine detaillierte Beurteilung von Zähnen, Kieferknochen und Wurzeln.

4. Zahnfleischuntersuchung: Lass regelmäßig dein Zahnfleisch auf Anzeichen von Entzündungen, Blutungen oder Zahnfleischerkrankungen untersuchen.

5. Kiefer- und Bissuntersuchung: Die Zahnärztin oder der Zahnarzt prüft, ob Kiefer und Biss richtig ausgerichtet sind und ob Anzeichen von Zahnfehlstellungen oder Kiefergelenksproblemen vorliegen.

6. Karieserkennung: Dein Zahnarzt wird die Zähne auf Karies untersuchen, auch zwischen den Zähnen und an Stellen, die schwer einsehbar sind.

7. Mundkrebsvorsorge: Ein wichtiger Bestandteil der zahnärztlichen Untersuchung ist die Überprüfung auf Anzeichen von Mundkrebs. Früherkennung ist entscheidend für eine erfolgreiche Behandlung.





Ein sympathisches Lächeln dank gesunder Zähne

EIN GESUNDES UND STRAHLENDES LÄCHELN

Bei Dr. Caliebe steht die Zahngesundheit im Vordergrund. Sobald man eine Entzündung oder eine Erkrankung der Zähne oder des Zahnfleisches feststellt, sollten diese schnellstmöglich behandelt werden. Eine unbemerkte Zahnfleischentzündung kann sich zu einer Parodontitis entwickeln, im schlimmsten Fall kann das zu einem Zahnverlust führen. Kontrollen sind daher wichtig. Eine Behandlung ist dank örtlicher Betäubung in der Regel schmerzfrei und so können Plaque und Parodontitis-Bakterien entfernt werden.

Viele Patienten wünschen sich ein gleichmäßiges, weißes, sympathisches Lächeln. Manchmal genügt schon ein Erneuern der vorhandenen Füllungen mittels keramikgefüllter Kunststoffe. Sind die Zähne verdreht, verfärbt oder bereits abgesplittert, bietet sich die Restauration mit Veneers an, sie bieten ein Maximum an Ästhetik, sogar Zahnlücken zwischen den Schneidezähnen können geschlossen werden. Ästhetik endet nicht an den Frontzähnen: Auch im Seitenzahnbereich können Defekte mit vollkeramischen Inlays unsichtbar wiederhergestellt werden. www.zahngesundheit-buedelsdorf.de.

Foto: Adobe Images

AUSDAUERSPORT SCHÜTZT

Menschen, die regelmäßig Ausdauersport betreiben, haben ein geringeres Krebsrisiko. Das ergab jetzt eine schwedische Studie, durchgeführt an 177.000 Männern über einen Zeitraum von fast zehn Jahren (Jama Network Open). Die Gründe dafür sind einfach. Ausdauersport hilft, ein gesundes Körpergewicht zu erhalten. Übergewicht ist mit einem erhöhten Risiko für verschiedene Krebsarten, darunter Brust-, Darm- und Bauchspeicheldrüsenkrebs, verbunden.

Der Hormonhaushalt wird durch regelmäßige Bewegung reguliert, das Immunsystem gestärkt, was die Fähigkeit des Körpers zur Bekämpfung von Krebszellen verbessert. Sport hat entzündungshemmende Effekte und reduziert das Risiko für bestimmte Krebsarten. Regelmäßige Bewegung verbessert den Stoffwechsel, die Insulinsensitivität und die Darmfunktion. Sport baut Stress ab, was wiederum das Immunsystem stärkt.

Aber es ist wichtig zu beachten, dass keine einzelne Maßnahme, auch nicht Sport, ein Krebsrisiko absolut beseitigt. Ein gesunder Lebensstil, der ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung, Vermeidung von Risikofaktoren, wie Rauchen und übermäßigem Alkoholkonsum, sowie regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen umfasst, kann jedoch das Risiko erheblich reduzieren.

Foto: Depositphotos



IMMER EIN GUTER BISS dank gesundem, festem Zahnfleisch!

Zahnfleischentzündungen sollten sofort behandelt werden, um eine mögliche Parodontose zu verhindern.

Wir bieten Ihnen in unserer Praxis ein engmaschiges Prophylaxeprogramm oder eine adäquate Parodontosebehandlung, so dass Sie gut zubeißen können!

04331 - 38038

Zahngesundheit Büdelsdorf

Dr. Eva-Rebecca Caliebe • Parkallee 9 • 24782 Büdelsdorf
www.zahngesundheit-buedelsdorf.de



**Dieser Schmetterling
braucht Ihre Hilfe!**

€ bund-sh.de/spenden

PHYSIO ZENTRUM FOCKBEK

SWANHILD PRIESTLEY

Lavendeltraum

Buchen oder verschenken Sie unser Wellnesserlebnis «Lavendeltraum» mit einer Wärmepackung für den Rücken mit echtem Bienenwachs und einer anschließenden Massage mit Lavendel-Rosalina-Aromaöl.

Anwendungsdauer: 60 Minuten



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

Bitte informieren Sie sich über unsere aktuellen Angebotspreise.



AM ENDE DER DURSTSTRECKE

Wer kennt das nicht: Urlaub. Endlich Urlaub. Die Akkus leer, Geduld am Anschlag. Erwartungen, Hoffnungen und Phantasien, wie der Sex wird, den es lange nicht gab.

Es geht los. Ein malerisches Appartement in der Nähe eines unberührten Strandes. Die Sonne wirft ihre goldenen Strahlen über das schimmernde Wasser, eine sanfte Brise streichelt die Haut, und der Ort scheint ein Hort der Liebe und Harmonie zu sein.



Was dann wirklich geschieht:

„Sie wird nie fertig.“ „Er kaut zu laut.“ Sie will shoppen, er will nicht mit. „Dann kriegt sie auch noch ihre Tage.“ „Er hat die blauen Pillen vergessen.“ Die Blase platzt. „Hätte den Urlaub auch gut alleine verbringen können.“ „Ach, wie schön wär's ohne ihn.“ Viel Geld bezahlt, Jahresurlaub weg und man fühlt sich noch schlechter als davor. Gedanklich werden Details durchgespielt: Wer nimmt den Dackel? Wann sagen wir es der Familie? Die Füße noch im Sand, den Kopf voll dunkler Wolken. So und ähnlich geht's etlichen. Wieder zu Hause gilt es zu entscheiden: reparieren oder wegwerfen?

Paar- und Sexualtherapeutin Dr. Anica Plaßmann weiß: „Gerade in den Sommerferien denken auffallend viele Paare über Trennung nach. Mich wundert das nicht. Die freie Zeit zusammen hatte man sich idyllisch ausgemalt. Nur ist die Realität oft anders. So viele Stunden zusammen, die Alltagsablenkungen fehlen. Langeweile kommt auf und der Kopf geht auf die Suche nach Beschäftigung. Das geht selten gut aus. Am Ende verschanzen sich viele hinter ihrer Enttäuschung.“

Wer sich dennoch fürs Reparieren entscheidet, insbesondere mit kompetenter Unterstützung, braucht eine Menge Mut. „Aber ganz gleich, wie verfahren die Situation gerade ist: So lange beide Partner einander noch wollen, gibt es Chancen, die Beziehung zu retten“, weiß Dr. Plaßmann. „Künftig schöne Urlaube miteinander zu verbringen ist danach sehr viel wahrscheinlicher. Warum? Weil beide zum Beispiel wissen, wie sie mit hohen Erwartungen umgehen können.“

Dr. Anica Plaßmann
Praxis für Paar- und Sexualtherapie
Kieler Straße 4
Kronshagen
Tel.: 0431 / 739 75 10
www.liebeerleben.de

Foto: Dr. Anica Plaßmann / Depositphotos

TEXfit

TEXTIL-PFLEGEPROFI

2 Hosen € 9,99
1 Hemd € 1,90
waschen + bügeln,
keine Seide



Schiffbrückenplatz 11
24768 Rendsburg
Tel. 04331-708 2530

Durchgehend geöffnet
von 8.00 - 18.00 Uhr
Sa. 9.00 - 13.00 Uhr



KOWSKY TEAM- UND FIRMENLAUF NEUMÜNSTER

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

Advertorial

GESUND DURCH DEN SOMMER

Schmerzfrei und gesund den Spätsommer zu genießen – das wünscht sich wohl jede*r. Doch Schmerzen schränken die physische Aktivität des Körpers ein und senden einen Hilferuf. Diese Signale sollten frühzeitig erkannt und gezielt sowie nachhaltig behandelt werden. Das Team der Praxis Eiderland in Fockbek ist darauf spezialisiert, bei akuten oder chronischen Schmerzen zu helfen und die Ursache der Beschwerden zu finden, damit der Körper wieder heilen kann.

Die Praxis ist auf amerikanische Chiropraktik, Schmerz- und Rheumatherapie sowie Naturheilkunde spezialisiert. Auch die Faszientherapie wird hier erfolgreich in den Behandlungsplan integriert. Bei Melanie und Sven Schelling sind die Patientinnen und Patienten in sehr guten Händen.

Praxis Eiderland, Krattredder 22, Fockbek
Tel.: 04331 / 339 85 56, www.praxis-eiderland.de



„In unserer Praxis Eiderland finden Schmerzgeplagte Hilfe“

Melanie und Sven Schelling

Dann mal los!

-10%
auf alle
Reisestrümpfe*

Einfach. Unbeschwert.
Unterwegs.

Vorbeugen
gegen
Reisethrombose.

*gültig bis zum
30.09.23

SOLANGE DER VORRAT REICHT

Besuchen Sie uns auch auf
www.kowsky.de

Kowsky

SANITÄTSHAUS
 Havelstr. 6 • 24539 Neumünster

Ihr Jahr 2023



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



persönliches Jahreshoroskop
ca. 25 Seiten, EUR 65.-

Telefonberatung 1 Std. EUR 120.-

weitere Angebote auf
www.12Zeichen.de

Astrologe & Coach
Martin A. Banger



Tel.: 04334 181000 • email: banger@12Zeichen.de

Jahresplanung • Partnerschaft • OP-Termine
Geschäftsberatung steuerlich absetzbar

EINTRETEN – ABTAUCHEN – WOHLFÜHLEN

Traumhafter Erholungsurlaub direkt vor der Haustür, perfekt für einen Tagesausflug oder mit Übernachtung.

Bali: Traum vieler Erholungsuchender und Fernreisender. Die indonesische Insel steht für unvergleichliches Ambiente, zauberhafte Kultur, wohltuende Ruhe. Und doch bleibt Bali für viele Urlauber*innen ein schwer zu verwirklichendes Ziel. Umso schöner, dass man nicht mehr weit reisen muss, um balinesische Erholung zu genießen. Nach Berlin und Düsseldorf hat auch in Hamburg ein wundervoll erholsames Vabali Resort eröffnet.

DIE ERHOLUNG GENIEßEN

Auf 36.000 Quadratmetern sind 17 Saunen und Dampfbäder, Pools, Außenbecken, Ruheräume, Kaminzimmer und Day Spa Suiten entstanden. Eine Welt für sich, in der man vor den Toren der Hansestadt ganz entspannt balinesisches Urlaubsfeeling genießen kann – mit viel Liebe zum Detail, indonesischem Kunsthandwerk und harmonischen Interieur. Egal ob man baden, ausruhen, saunieren, gut essen oder eine der zahlreichen Massagen genießen möchte: Das Vabali ist perfekt für eine kurze Auszeit vom Alltag. Und wenn die kleine Reise doch mal etwas länger werden soll:

Das **vabali spa & hotel** Hamburg bietet erstmalig die Möglichkeit, die Vabali-Wellness-Reise perfekt mit einer Übernachtung abzurunden. Mehr Infos unter www.vabali.de.



Foto: vabali spa



DIE BELIEBTESTEN EINSCHLAFSONGS

Besonders junge Erwachsene und Teenager machen regen Gebrauch von den sogenannten Sleep-Playlists, um besser in den Schlaf zu finden.

Damit Erwachsene zum Einschlafen nicht auf „La Le Lu“ und „Der Mond ist aufgegangen“ zurückgreifen müssen, haben die Schlafexperten*innen von Emma – The Sleep Company mithilfe einer umfassenden Datenauswertung das musikalische Gesamtwerk von mehr als 450 der beliebtesten Musikkünstler*innen und Bands ausgewertet, um den jeweils besten Song und das beste Album zum Einschlafen zu finden. Und voilà:

Die Musik von Lana Del Rey ist theoretisch am besten zum Einschlafen geeignet. Ihr Album „Chemtrails Over The Country Club“ verfügt über das beste Soundprofil zum Schlafen. Ausgewertet wurden mehr als 150.000 Songs von mehr als 450 der aktuell beliebtesten Musikkünstler*innen und Bands aus den Genres Pop, Rock, Hip-Hop und Schlager. Die beste Rockband zum Einschlafen ist Pink Floyd. Schlagerfans schlafen am besten zu Reinhard Mey. Hip-Hop-Artists mit einem idealen Soundprofil zum Schlafen sind Pharrell Williams und Post Malone. Die beste Popmusik zum Schlafen kommt neben Lana Del Rey von Billie Eilish.

Songs zum Schlafen sind: wenig energisch, kaum tanzbar, enthalten möglichst viele akustische Anteile und nur wenig oder leisen Gesang.

MEHR ALS JEDE*R DRITTE IN DEUTSCHLAND HAT PROBLEME BEIM EINSCHLAFEN

Die Idee zu Playlists zum besseren Einschlafen hat einen ernsten Hintergrund.

Immer häufiger kämpfen Menschen mit Einschlafproblemen und Schlafstörungen.

Bei einer aktuellen Befragung gab mehr als jede*r dritte Befragte an, häufig oder sehr häufig Probleme beim Einschlafen zu haben. Mit der Songanalyse und kostenlosen Playlists will Emma – The Sleep Company nicht nur auf das Problem Schlaflosigkeit aufmerksam machen, sondern eine niedrigschwellige Lösung anbieten.

Die vier Playlists mit den jeweils besten Pop-Songs, Rock-Songs, Hip-Hop-Tracks sowie Schlagern zum Schlafen können über Spotify abgespielt werden.

Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Foto: Adobe Stock



vabali

spa • hamburg

EINTAUCHEN IN DEN SOMMER

Nach Berlin und Düsseldorf freut sich jetzt auch der Norden
über ein vabali spa in Hamburg!



JETZT
ENTDECKEN!

ab 179 €
pro Nacht

Eintreten, Abtauchen, Wohlfühlen. Vabali ist eine Welt für sich, ein balinesisches Wellness-Resort, in dem man sich rundum erholen kann: mit Saunen und Dampfbädern, Pools, Ruheräumen, weitläufigen Außenanlagen und Day Spa Suiten. Gerade der Sommer lädt ein, im vabali spa einen rundum entspannenden Urlaubstag zu verbringen. Denn von morgens bis abends ist hier Erholung Programm. Wer mehr als einen Tagestrip plant, freut sich im angeschlossenen Hotel über luxuriöses Fernostfeeling – ganz ohne Flugstress.



Vabali Spa Hamburg GmbH & Co.KG | In der Trift 1 | 21509 Glinde

TOLL, TOLLER ...

TOMATEN

*Welche der folgenden Köstlichkeiten
mit den farbenfrohen Aromawundern
dürfen wir dir als Erstes servieren?*



GETROCKNETE TOMATEN IN ÖL

Für 3 Gläser (à ca. 500 ml)

Zubereitungszeit 4,5 Stunden

2 kg	Romatomaten
1 EL	Meersalz
1 TL	Zucker
6	Knoblauchzehen
1/2 Bund	gemischte Kräuter (z. B. Oregano, Rosmarin, Thymian)
ca. 750 ml	natives Olivenöl extra

1. Den Backofen auf 110 °C Umluft vorheizen. Die Tomaten waschen, trocken reiben und jeweils längs halbieren. Dann mit der Schnittfläche nach oben auf mit Backpapier belegten Backblechen verteilen und mit Salz und Zucker bestreuen. Tomaten ca. 4 Stunden im vorgeheizten Ofen trocknen, bei Bedarf zwischendurch die Bleche tauschen. Die Tomaten herausnehmen und auskühlen lassen.

2. Die Tomaten in die sterilen Schraubgläser füllen. Die Knoblauchzehen andrücken und hinzufügen. Die Kräuter waschen, trocken tupfen, grob zerpfücken und ebenfalls in die Gläser

geben. Gläser mit Öl auffüllen, sodass alles vollständig bedeckt ist. Gläser verschließen, an einem dunklen, kühlen Ort lagern.

Die Tomaten halten sich ungeöffnet mehrere Monate, nach dem Öffnen gekühlt aufbewahren, nach Entnahme stets mit Öl bedecken, zeitnah verbrauchen.

Vorgesorgt: Wer jetzt reife Tomaten trocknet und einlegt, freut sich im Herbst und Winter über den Geschmack des Sommers und hat jederzeit ein leckeres Mitbringsel für die nächste Einladung parat.

FUSILLONI MIT WÜRZIGEM TOMATEN-ZUCCHINI-SUGO

Für 4 Personen

Zubereitungszeit 40 Minuten

1 kg	Tomaten
2	Knoblauchzehen
1	roter Peperoncino
1	Zucchini
5 EL	natives Olivenöl extra
6–8	Sardellenfilets in Öl (Glas)
1 Prise	Zucker
400 g	Fusilloni
2–3 EL	Kapern in Lake (Glas)
100 g	schwarze Oliven, entsteint
1/2 Bund	Petersilie, gehackt
1/2	Biozitrone (abgeriebene Schale und Saft)
125 g	Ricotta
etwas	Salz und frisch gemahle- ner schwarzer Pfeffer

1. Tomaten kreuzweise einschneiden, mit kochendem Wasser überbrühen, abschrecken und häuten. Dann halbieren, vom Stielansatz befreien und würfeln. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Peperoncino waschen und in feine Ringe schneiden. Zucchini putzen, waschen und mit dem Sparschäler in dünne, lange Streifen hobeln.

2. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Knoblauch, Peperoncino sowie Sardellen darin andünsten, bis die Sardellen zerfallen. Tomaten, Zucker, etwas Salz und Pfeffer dazugeben. Alles aufkochen und 10–12 Minuten köcheln lassen. Fusilloni nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Die Kapern abtropfen lassen und hacken. Die Oliven ebenfalls abtropfen lassen und halbieren.

3. Kapern, Oliven und 1 Kelle Pastawasser in die Pfanne geben, alles 5 Minuten sämig einköcheln lassen. In den letzten 2 Minuten die Zucchiniestreifen und die Hälfte der Petersilie unterrühren. Sugo mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Pasta abgießen und tropfnass mit dem Sugo vermengen. Pasta auf Tellern anrichten, mit Ricotta, Zitronenschale und Petersilie garniert servieren.



BUNT GEFÜLLTE TOMATEN

Für 4 Personen

Zubereitungszeit 80 Minuten

125 g	Zartweizen
400 ml	Gemüsebrühe
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1	gelbe Paprikaschote
5 EL	natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Fetten
40 g	schwarze Oliven, entsteint
50 g	Mais (Dose)
125 g	Cannellinibohnen (Dose)
1 Zweig	Rosmarin
2 Stiele	Thymian
3 Stiele	Dill
2 Stiele	Minze
1 kg	Strauchtomaten (möglichst gleich große Exemplare)
50 g	Pinienkerne
1 Msp.	Cayennepfeffer
1-2 EL	Biozitroneasaft
500 g	festkochende Kartoffeln
etwas	Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1. Zartweizen in kochender Gemüsebrühe in ca. 10 Minuten garen. Dann abgießen und abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Paprikaschote waschen, putzen und ebenfalls klein würfeln. Alles in 2 EL heißem Öl andünsten, vom Herd nehmen.

2. Oliven, Mais und Bohnen abgießen und abtropfen lassen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Blättchen bzw. Spitzen abzupfen. Einige zum Garnieren beiseitelegen, den Rest zusammen mit den abgetropften Oliven hacken.

3. Die Tomaten waschen und trocken reiben, jeweils einen Deckel abschneiden. Die Tomaten aushöhlen, das Tomateninnere hacken. Tomaten innen trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit etwas Öl bestreichen. Zwiebel-Paprika-Mix, Zartweizen, Bohnen, Mais, Oliven, gehackte Kräuter, Tomateninneres sowie Pinienkerne vermengen. Die Mischung mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, restlichem Öl und Zitronensaft würzen.



4. Tomaten mit dem Zartweizenmix füllen, die Deckel aufsetzen. Tomaten auf das Blech setzen und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten backen. Inzwischen die Kartoffeln schälen, waschen und in Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen, zu den Tomaten auf das Blech geben und alles 25-30 Minuten weitergaren. Alles aus dem Ofen nehmen, auf einer Platte anrichten und mit den übrigen Kräutern garniert servieren.



IN DER DOSE GEBACKENE TOMATENFOCACCIA

Für 6 Stück

Zubereitungszeit 50 Minuten
zzgl. 110 Minuten Ruhezeit

3 Zweige	Rosmarin
1/2 Würfel	Hefe
1 EL	Zucker
270 ml	trockener Weißwein
500 g	Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
1 TL	Salz
4 EL	natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Fetten
10	Kirschtomaten

1. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Nadeln abzupfen und fein hacken. Hefe und Zucker im Weißwein auflösen. Mehl, Salz und Rosmarin in einer Schüssel vermengen. Hefemix und Olivenöl dazugeben, alles zu einem glatten Teig verkneten. Ggf. etwas mehr Mehl oder

Wasser einarbeiten. Den Teig in der Schüssel abgedeckt ca. 60 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.

2. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche mit den Händen rechteckig ausziehen. Tomaten waschen und trocken tupfen, klein schneiden und auf dem Teig verteilen. Den Teig über den Tomaten zu einem Päckchen einklappen, abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen.

3. Den Teig in 6 gleich große Portionen teilen und diese jeweils in eine große, mit Öl gefettete Dose geben. Abgedeckt nochmals ca. 20 Minuten ruhen lassen. Den Backofen auf 230 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Tomatenfocacce im vorgeheizten Ofen in ca. 25 Minuten goldbraun backen. Ggf. mit Alufolie abdecken. Abkühlen lassen und servieren.



Diese und viele weitere mediterrane Urlaubsrezepte findest du in der **So is(s)t Italien**. Erhältlich im Zeitschriftenhandel oder unter www.falkemedia-shop.de.

GROSSER BAHNHOF. MIT AMBIENTE. FÜR IHRE FEIER. L.O.K.S. EXKLUSIV.

WIR BIETEN IHNEN
EIN GAUMEN-VER-
WÖHNPROGRAMM.

- Feiern Sie in unseren stilvollen Räumen im L.O.K.S.
- Individuelle Menus, ab 10 Personen
- Buffet für noch mehr Auswahl, ab 25 Personen
- L.O.K.S. exklusiv für Ihr Event, ab 40 Personen
- Biergarten mit 60 Plätzen

L.O.K.S.
EXKLUSIV

L.O.K.S. RESTAURANT
Einfelder Schanze 3
24536 Neumünster

JETZT RESERVIEREN
TEL. 04321_78 39 530
www.loks-restaurant.de

DIE GRÖSSTEN PFEIFEN, VON UNS GERETTET.

Denkmale sind Gesamtkunstwerke – Ausstattung und Raumerlebnis sind zumeist untrennbar mit ihnen verbunden. Orgeln sind eine Verbindung dieser beiden Merkmale: kunstvolles Gestaltungselement und Klangerlebnis in Einem. Die Deutsche Stiftung Denkmalschutz förderte dank der aktiven Unterstützung ihrer Förderer bereits den Erhalt mehrerer hundert Orgeln in Deutschland – und damit einen wichtigen Teil unserer Musikkultur.



Wir erhalten Einzigartiges.
Mit Ihrer Hilfe!

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



DEUTSCHE STIFTUNG
DENKMALSCHUTZ

Wir bauen auf Kultur.



Foto: ConventGarten

GENUSSMOMENTE AM KANAL ERLEBEN

Das Hotel ConventGarten liegt in traumhafter Lage direkt am Nord-Ostsee-Kanal, umgeben von drei Naturparks. Hier genießt ihr den tollen Blick auf das Wasser und unvergleichliche Momente mit den vorbeiziehenden Ozeanriesen aus aller Welt. Die Altstadt der einstigen Garnisonsstadt Rendsburg mit ihren Museen und Sehenswürdigkeiten ist nur einen Steinwurf entfernt.

D in den gemütlichen Räumlichkeiten mit direktem Blick aufs Wasser gibt es im ConventGarten eine große Bandbreite an Leckereien zu entdecken. Nicht nur Fischfans können zahlreiche frische Kreationen aus der Restaurantküche genießen. Auch Fleischliebhaber*innen kommen voll auf ihren Geschmack, wenn Steak-Variationen oder andere Köstlichkeiten aufgetischt werden. Wer es süß mag, kann sich nachmittags auf hausgemachte Kuchen und Torten sowie köstliche Eisbecher freuen.

VORHANG AUF!

Am 18. November gastiert das Ensemble der Niederdeutschen Bühne Rendsburg e. V. im ConventGarten.

Auf dem Spielplan steht das Bühnenstück „Gendarms sind ok blots Mischen“.

Für Interessierte und Theaterfreund*innen gibt es Tickets an der Hotelrezeption zu erwerben: für 33,90 Euro pro Person inklusive Aperitif und Theaterteller.

www.conventgarten.de

CONVENTGARTEN

Gegründet 1874



Hotel · Restaurant



Mit unserem
Newsletter nichts
verpassen!

DIREKT AM NORD-OSTSEE-KANAL

Plattdeutsches Theater der Niederdeutschen Bühne Rendsburg e.V.

Samstag, 18. November 2023
„Gendarms sind ok blots Mischen“

Eintritt pro Person: 33,90 €
Vorstellungsbeginn: 19:30 Uhr
Einlass in den Saal ab 19:00 Uhr | freie Platzwahl

Inkl. Aperitif und Theaterteller ab 17:30 Uhr
Die Tickets erhalten Sie an unserer Hotelrezeption.



Eine köstliche Auszeit im Restaurant Achterdeck

Ob drinnen oder draußen auf
Terrasse. Genießen Sie von Ihrem
Tisch aus den herrlichen Blick auf den
Nord-Ostsee-Kanal.

Nebenbei verwöhnt Sie unser
Küchenteam mit regionalen
Spezialitäten und wechselnden
Saisonkarten.



ConventGarten Betriebs GmbH & Co. KG Hotel & Restaurant

Hindenburgstraße 38-42 · D-24768 Rendsburg · Telefon 04331 5905-0 · info@ConventGarten.de

www.ConventGarten.de · www.facebook.de/ConventGarten



Berthold Grzywatz -
Existentielle Ungewissheit, Ausschnitt



Collage mit Werken von Hayo Heye,
Berthold Grzywatz und Wolfgang Hundertmark

FOTOGRAFIE TRIFFT SKULPTUR

Die Ausstellung „Freisehen“ wird vom 1. September bis zum 13. Oktober in der Galerie [Der Lokschuppen] in Rendsburg präsentiert.



Hayo Heye -
Absurdes Stilleben 30

Hayo Heye und Wolfgang Hundertmark zeigen in der Schau Fotografien, Berthold Grzywatz wiederum eine Reihe von Skulpturen. Die Fotografien des Hamburger Fotografen Hayo Heye treten als absurde Stillleben in Erscheinung. In der gesuchten Isoliertheit des Studios entstehen Arrangements von Objekten, die sich einerseits der Komplexität der realen Welt verweigern, andererseits in ihrer inneren Logik Ordnungen und Strukturen schaffen, mit denen das Sehen der Betrachtenden herausgefordert werden soll. Die Fotografien von Wolfgang Hun-

dertmark sind dem Thema „Information“ verpflichtet. Er greift die Frage nach dem manipulativen Charakter des Informationsnetzes und seiner Träger auf. Hundertmark geht so weit, dass er die technische Seite der Information hinterfragt und ihre Auflösung, wenn nicht gar Zerstörung, als Spiel zwischen Wissen und Nichtwissen inszeniert. Die Skulpturen von Berthold Grzywatz gehen dem Thema „Freisehen“ auf ihre ganz eigene Weise nach. Weitere Infos zur Ausstellung gibt es unter www.berthold-grzywatz.de.



Karl Hartung - Große Liegende

RETROSPEKTIVE WERKSCHAU

In der Herbert Gerisch-Stiftung in Neumünster wird das einzigartige Ausstellungsprojekt „Reine Formsache – Hommage an Karl Hartung“ zu Ehren eines der Vorreiter der Abstraktion in der Plastik und bedeutenden deutschen Bildhauers des 20. Jahrhunderts gezeigt. Es sind fast 150 Arbeiten aus allen Schaffensphasen (1930er-Jahre bis zu seinem Todesjahr 1967) zu sehen. Eine Fülle von Skulpturen und Plastiken sowie zum Teil bislang noch nie gezeigte Zeichnungen und Ölbilder geben einen umfassenden Einblick in das Leben und Werk Hartungs. Ein besonderer Aspekt ist die Präsentation der Großplastiken und kleineren Außenplastiken Hartungs.

**bis 17. Dezember, Herbert Gerisch-Stiftung
Neumünster**



TANGO ARGENTINO

Musik, Temperament und pure Leidenschaft: All das ist der besonders gefühlvolle Tango Argentino. Er ist nicht nur schön anzuschauen, sondern auch noch gut für die Gesundheit. Auf Milongas wird Kultur lebendig, wenn sich Tänzerinnen und Tänzer begegnen. Dabei geht es aber nicht um das sture Auswendiglernen von Schritten, sondern vielmehr um die Nähe und Verbindung zur/m Tanzpartner*in. Bernd Hamburg aus Kiel präsentiert seine sorgsam zusammengestellte Auswahl von traditionellen Tangos, Valses und Milongas aus der Época de Oro in Tandans mit Cortinas. Weitere Infos unter www.tanzart-hm.de.

Im September • Tanzart, Rendsburg

Foto: Adobe Stock

DEAD VS. ALIVE

NordArt 2023 präsentiert den Dead vs. Alive Slam. Vier deutschsprachige Slam-Poet*innen treten gegen vier Legenden der Literatur an, dargestellt von Schauspielern*innen! Eine Schlacht der Worte aus Vergangenheit und Gegenwart, Lebende gegen tote Dichtende, Moderne gegen Klassik, Subkultur gegen Hochkultur. Als Moderator führt der Slam-Father of them all Björn Högsdal (assemble ART) durch den Abend. Tickets gibt es ab 16 Euro.

1. September, 20 Uhr • Carlshütte, Büdelsdorf





IHR RESTAURANT DREI TEAM



Küchenchef
DAVID HOLST



Restaurantleiter & Gastgeber
MARCUS ORŁOWSKI



Eigentümer & Gastgeber
CLAAS N. MÄDER

FESTE & FEIERN

21. September *Chef's Dinner*
– 5-Gänge-Menü mit Nicolas Feuillatte Champagne –

12. Oktober *Scandinavian Night*
– Nordisches Buffet und Festlichkeiten –

18. November *Icon Night*
– Gastgeber: Betsy Schlüter & Claas N. Mäder –

Anmeldung: drei@restaurantdrei.com

drei.

RESTAURANT

Paradeplatz 1, 24768 Rendsburg
Tel.: (04331) 134 11 50
www.restaurantdrei.com



HEIDI

Foto: Gräfin Ellen Coenders

Kirschkern Compes & Co spielen Heidi. Mit allem: mit Tannenausrauschen und Alpenglühern, Almöhnen und Großmüttern, falschen Tanten und bösen Gouvernanten, und Geissen, Geissen – ganz vielen Geissen. Und natürlich mit dem Geissenpeter! In den Bergen, in der Stadt, auf der Alm und in Bad Ragaz. Eine Gratwanderung über unwegsames Gelände. Gefährlich, lustig, rührselig, spannend, ernst, und so schön! Der Eintritt beträgt für Kinder 3,50 Euro und für Erwachsene 5 Euro. Kartenreservierungen sind möglich unter www.kulturschlachtereit.org.

2. September • Kulturschlachtereit, Rendsburg

NATURMOMENTE

Bei diesem Achtsamkeitsspaziergang werden Naturfans mit all ihren Sinnen in den Wald eintauchen, um die heilende Kraft der Natur zu erleben. In einem Wildnisgebiet wird sich Zeit genommen, um sich in einer tiefen Weise mit dem Rhythmus der Natur zu verbinden. Auch Atempausen werden sich gegönnt und Energie getankt für den Alltag und erfahren, wie man diese Momente bewahren kann.

Karten kosten 20 Euro. Anmelden kann man sich unter Tel.: 04331 / 708 08 85 oder unter www.goldhamer.de.

2. September, 14 Uhr • Fleckebey



Foto: Winfried Göttinger

REFRESH

Die Besetzung des Ensembles ist außergewöhnlich und sorgt für unvergleichliche musikalische Farben: Neben den Gesangsstimmen von Susanne Böhm, Beat Duddeck und Jochen Faulhammer setzen Bettina Hartl und Laura Frey weitere kreative Akzente in der Interpretation der Stücke. Der gehörlose Künstler Josef Michael Kreutzer, bekannt als Pantomime JOMI und Schüler des legendären Marcel Marceau, ergänzt das Ensemble auf einzigartige Weise und verleiht den musizierten Texten eine emotionale Tiefe und Nähe.

**3. September, 18 Uhr
St. Marien, Rendsburg**

KULTUR PUR IN NEUMÜNSTER

Das Kulturfestival Kunstflecken sorgt vom 15. September bis zum 3. Oktober im Theater Neumünster für unvergessliche Erlebnisse, viel Sonne und großartige Stimmung. Karten gibt es auch online.



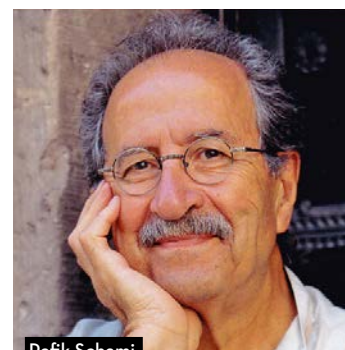
Sisters in Jazz



Michael Wollny Trio



Gema 4



Rafik Schami

Nach einem verregneten Sommer an Nord- und Ostsee bringt der Kunstflecken die Sonne Kubas und Spaniens am Freitag, 29. September, nach Neumünster:

GEMA 4, deren ursprünglicher Name Las Cuatro Gemas oder „Die vier Edelsteine“ bedeutet, widmen sich seit mehr als 30 Jahren spanischen und afrokubanischen Liedern. Längst gehören sie zu den bekanntesten A-Capella-Künstlerinnen. Im Gepäck haben die vier Sängerinnen Boleros und Lieder im Són-Stil, dazu kommen lateinamerikanische Genres wie Chachacha. Der mehrstimmige Gesang des Quartetts ist von Humor und Leichtigkeit geprägt.

MICHAEL WOLLNY AM PIANO

Für alle, die im Sommer genug Sonne getankt haben oder nach einem zu heißen Urlaub am Mittelmeer etwas Abkühlung benötigen, bietet Michael Wollny mit seinem Trio einen coolen Abend mit einer Jazzperformance der Extraklasse:

Wo der Leipziger Pianist auftritt, sind Publikum sowie Kritiker*innen begeistert. Acht Mal gewann er den renommierten Jazzpreis Echo, seine Alben schaffen es sogar in die Pop-Charts. Gleichzeitig groovt dieser

„vollkommene Klaviermeister“ (FAZ) auf unwiderstehliche Weise am Samstag, 16. September, im Theater.

PREIS FÜR KJELL KITZING

Wer in diesem Jahr noch gar keine Ferien hatte, bekommt zur Verleihung des Jazzförderpreises die Chance auf ein besonderes Erlebnis bei einer komfortablen Reise um die Welt. Mit dabei sind die Sisters in Jazz: Fünf Frauen aus fünf verschiedenen Ländern stehen in Neumünster auf der Bühne und begleiten den Abend mit Einflüssen aus Modern Jazz, Funk und Rock.

Preisträger des Jazzförderpreises des Kulturforums Schleswig-Holstein ist der Gitarrist Kjell Kitzing, der mit seiner Bluesrock-Band „The Maestros“ für Stimmung sorgt. Ein Pausen-Snack zur Stärkung ist bei dieser Preisverleihung am Samstag, 30. September, natürlich inklusive.

AUSSTELLUNG, LESUNG, MUSIK

In der ganzen Stadt Neumünster gibt es auf dem Kunstflecken auch wieder viel zu entdecken: In der Ausstellung „Schlaf der

Vernunft“ treffen im Rahmen des Ausstellungsformates „Tangente“ in der Bürgergalerie Malerei und Bildhauerei aufeinander. Künstlerin Katja Jaroschewski und Maler Marc Illing präsentieren dort ihre Werke. Als Veranstaltungsort mit dabei ist auch wieder die Vicelinkirche: Hier liest Autor Rafik Schami aus seinem Buch „Wenn du erzählst, erblüht die Wüste“ und der Bachchor Neumünster präsentiert mit Joseph Haydns „Die Schöpfung“ eines der bekanntesten Oratorien der Musikgeschichte.

KARTEN AUCH ONLINE

Das vollständige Programm gibt es unter www.kunstflecken.de.

Karten für viele Veranstaltungen sind noch im Kulturbüro oder online erhältlich.



MAD FOR TUNES

Die sechs Musiker*innen versprechen einen herrlich traditionell anmutenden Auftritt. Geboten wird Musik zum Genießen, denn die Band, bestehend aus Gesang, Geige, Flöte, verschiedenen Gitarren und Akustikbass, setzt die ohnehin schon wunderschönen, traditionellen irischen Melodien in eigene, erfrischende Interpretationen um. Für permanente Abwechslung sorgen belebende Songs ebenso wie gefühlvoll-ruhige Balladen. Darüber hinaus laden die Musiker*innen zum Tanzen und Mitsingen ein, denn sie wollen ihre Konzerte zu einem besonderen Erlebnis und den Hörer verrückt nach den irischen Tunes werden lassen – eben „Mad for Tunes“.

9. September, 19 Uhr • Hotel Stadt Hamburg, Gettorf



CHORKONZERT

Am 16. September findet die traditionelle „Nacht der Chöre“ in St. Marien statt: zwei Stunden Chormusik zum Zuhören und Mitsingen. Der Eintritt ist frei, die Kollekte zugunsten von „Brot für die Welt“. Mit von der Partie sind u. a. der Kantatenchor Rendsburg unter der Leitung von Volker Linhardt, der Art de Chor Kiel, der Chor des Landestheaters SH und der Rendsburger Frauenchor. Und am Freitag, den 22. September, findet ein Chorkonzert mit der Kantorei Ruppin statt. Unter der Leitung von Matthias Noack werden Werke der Chormusik a capella und mit Orgelbegleitung von Heinrich Schütz bis John Rutter aufgeführt.

16. September, 20 Uhr • St. Marien, Rendsburg
22. September, 18 Uhr • St. Marien, Rendsburg



GUITAR HEROES FESTIVAL

Am Freitag, den 22. September, holt die Billy Walton Band von der Ostküste der USA ihren 2021 Corona-bedingt abgesagten Auftritt im „Juke Joint“ nach. Am Samstag, den 23. September, dürfen sich die Fans auf gleich drei Bands an einem Abend freuen. Die holländische Julian Sas Band bietet zeitlosen Rhythm & Blues vom Feinsten. Mit der Dom Martin Band kommt der neue Stern am britisch/irischen Blues-Himmel erstmals nach Deutschland auf Tournee. Die Scott Weis Band aus den USA gehören längst zur obersten Liga in Sachen Blues & Roots. Wie gewohnt gehört der Sonntagvormittag,

den Solisten. Akustisch, nur mit seiner Gitarre und Stimme bestreitet Dom Martin den musikalischen Frühschoppen. Für das leibliche Wohl ist an allen drei Tagen (22. September bis 24. September) gesorgt. Neben köstlichen alkoholischen und nicht-alkoholischen Getränken wird es an allen Tagen leckere Bratwürste und Nacken vom Grill geben, dazu Pommes und vegetarische Strudel. Karten gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen und online über www.eventim.de.

22. bis 24. September • „Gerd's Juke Joint“, Joldelund

AUF DEN SPUREN DER WIKINGER

Die Gruppe schaut nicht nur bei den Robustrindern vorbei, die auf den Wiesen um die nachgebauten Siedlungshäuser weiden, sondern genießt oben vom Befestigungswall aus der Wikingerzeit auch wunderschöne Ausblicke über das Noor. Unterwegs wird Interessantes aus dem Leben der „Nordmänner“ und ihrer Frauen gehört. Anschließend serviert ODINS Haddeby eine leckere Kleinigkeit oder ein köstliches Gericht aus der Karte. Anmelden kann man sich unter Tel.: 04331 / 708 08 85 oder unter www.goldhamer.de.

23. September, 15 Uhr • ODINS Haddeby, Busdorf



ARNON GRÜNBERG

Der Held seines Romans, der Hochstapler François Lepeltier jr., wurde in Heidelberg geboren als Sohn des Zimmermädchens Mathilde und eines Gänsedaunenhändlers. Als sein Vater stirbt, wächst François unter der Obhut seiner kleptomanech veranlagten Mutter auf. Gemeinsam mit ihr begibt er sich auf einen kriminellen Lebensweg, der ihn über Stuttgart, wo er sich als Zahnarzt ausgibt, in die Schweiz führt, wo er Kellner im Palace Hotel in Gstaad wird. Immer wieder stellt sich für ihn die Frage: Wer hat ein Recht auf die Wahrheit? Im Gewand eines Schelmenromans wirft Arnon Grünberg einen tiefen Blick in menschliche Abgründe.

26. September, 19.30 Uhr • Literaturhaus SH, Kiel

Foto: Roos van Es



Exklusiv

Hit-Songwriter
& Produzent

Mark Smith

★★★★★

BOOST YOUR MUSIC

Entfalte mit Hit-Produzent Mark Smith das Potenzial Deiner Musik und erreiche Deine Ziele.

DER BESTE SUPPORT FÜR

- ▷ DEINE MELODIE
- ▷ DEINEN AUFTRITT
- ▷ DEINE INSTRUMENTE
- ▷ DEINE PRODUKTION
- ▷ DEIN ARRANGEMENT
- ▷ DEINEN TEXT

**MACH' MIT
FEEDBACK-
SESSION
LIVE-EVENT**

im Green Campus
13.10.2023 19.00 Uhr



KONTAKTIERE UNS JETZT

+49 (171) 9966-068 • bigsmith@me.com

KultTour

auf dem Reesehof




29.09.2023 **Reesehof**
 Jevenstedter Teich 15 - Jevenstedt

Einlass: 18:00 Uhr
 Beginn: 19:00 Uhr

TICKETS:
 VVK: 15,- € AK: 18,- €
 auf dem Reesehof

Infos unter: www.reesehof.de



ROCKVILLE! LIVE!

Echter, handgemachter Blues-Rock, das ist das Markenzeichen von Rockville, live zu erleben auf dem **Reesehof**. Die Musiker gründeten ihre Band in Husum, um Spaß und Freude mit echter Musik zu haben. Da aus Sicht der Band nahezu jeder „große Song“ im Blues-Rock bereits geschrieben wurde, konzentrieren sich die Musiker darauf, ausgewählte Songs anderer Künstler*innen eigenständig zu interpretieren. Rockville bewegen sich hierbei in der Tradition vieler Musikgrößen, die sich nicht scheuen, auch Songs anderer in ihr Repertoire aufzunehmen.

Rockville sind lebende Musikgeschichte: Shanger Ohl (key, voc) ist Gründungsmitglied von Godewind, Martin Tiefensee (b, voc) war Gründungsmitglied von Lake, Uli Saxen (solo voc), hat sich einen Namen als Solist der Husum Gospel Singers gemacht, Rüdiger „Lügi“ Lorenzen (g, voc) war Gründer und Gitarrist des Rudi Blues Trios. Neben diesen vier Nordfriesen ist der Berliner Frank „Fränkie“ Hämmerle am Schlagzeug das fünfte Bandmitglied, bekannt u. a. von der Band Capitol.

www.reesehof.de

29. September, 20 Uhr • Reesehof, Jevenstedt

Foto: Rockville

Hoffest

auf dem Reesehof

Samstag, 09.09.2023

Tag der offenen Tür ab 14:00 Uhr
 musikalisches Programm 15:00 Uhr
 gestaltet von den Schülern und Lehrern der Musikschule
 Story from the Stars 17:00 Uhr
 On Stage Chor ab 18:00 Uhr

Für das leibliche Wohl ist an beiden Tagen gesorgt.

SOMMERFEST
Sonntag, 10.09.2023

ab 12:00 Uhr

Heimatverein von 1989 e.V.
Jevenstedt



heimatverein-jevenstedt.de
sievert.nickels@t-online.de

Der Heimatverein stellt seinen zukünftigen Standort für die Landwirtschaft vor.

mit traditionellem Jahrmarkt

alte Kinderspiele
 Handwerkskunst
 Feuerwehrmusikzug Jevenstedt
 Ausstellung alter Trekker
 Kutschfahrten und Ponyreiten

SOMMERFEST AUF DEM HOF

Am 9. und 10. September lädt der **Reesehof** in Jevenstedt ab 14 Uhr mit einem bunten Programm, einem Tag der offenen Tür, einer Ausstellung des Heimatvereins Jevenstedt und viel Musik zum Verweilen ein. Der Reesehof in Jevenstedt war im Ursprung ein kleiner landwirtschaftlicher Betrieb. Janina und Heiko Reese gründeten 2005 auf dem Hof eine Musikschule, in der heute viele junge Talente sowie der ON STAGE Chor und viele musikalische Projekte zu Hause sind.

Mittlerweile musizieren drei Schülerensembles auf dem Hof, die ihr Können am Samstag präsentieren werden. 2022/2023 entstanden zusätzliche Unterrichtsräume, die am Wochenende besichtigt werden können. In diesem Jahr wird auch der Jevenstedter Heimatverein in einigen Schuppen auf dem Hof mit seiner landwirtschaftlichen Sparte einziehen und am Sonntag ab 12 Uhr auf dem Hof ein nostalgisches Programm präsentieren mit Handwerkskunst, alten Kinderspiele, Kutschfahrten und einer Trekkerausstellung. Für das leibliche Wohl wird ebenfalls gesorgt. Der Eintritt ist frei – Spenden sind gern genommen. www.musikschule-reesehof.de

9. und 10. September • Reesehof, Jevenstedt



Foto: Reesehof

COLOSSEUM

Der „Koloss“ setzt sich zur Freude zahlreicher Fans endlich wieder in Bewegung. Unter dem Motto „The Return of the Legend“ präsentiert die britische Kultband mit den Originals Chris Farlowe, Clem Clempson und Mark Clarke neben Colosseum-Klassikern wie „Lost Angeles“ und der „Valentyne Suite“ auch Songs ihres aktuellen Studioalbums „Restoration“. Ein Auftritt, auf den sich echte Musik-Fans freuen können. Mit Langweile hat das hier nichts zu tun.

29. September, 20 Uhr • Roxy Concerts, Flensburg



NEW ORLEANS SHAKERS

Torsten Zwingenberger beweist mit den „New Orleans Shakers“ (NOS) wieder einmal, dass er in vielen Spielarten des Jazz zu Hause ist. In einem gekonnten Crossover mischt die Band Elemente des alten New Orleans Jazz und Stile aus der Karibik. Ihre Neugierde führt sie zu modernen, zeitgemäßen Interpretationen alter Jazztradition. So wie auch jedes Jahr der „Mardi Gras“ in New Orleans neu erlebt und gelebt wird, so spürt man bei den Konzerten der New Orleans Shakers ihre mitreißende Lust am Leben und an der Veränderung

29. September, 19 Uhr • Hohes Arsenal, Rendsburg



Foto: Christa Zwingenberger



Spende und werde ein Teil von uns.
seenotretter.de



Einsatzberichte, Fotos, Videos und
Geschichten von der rauen See erleben:

[f](#) [t](#) [i](#) [y](#) #teamseenotretter



Spendenfinanziert

DIE NÄCHSTE
RendsburgerLeben
 erscheint am
29. September
 Anzeigenschluss
18. September



#rendsburg825

GRÜNDE ZU FEIERN ...

... gibt es in unserer schönen Stadt immer mehr als genug, aber im kommenden Jahr sticht ein Ereignis mal so richtig heraus: Rendsburg hat Geburtstag! Knackige 825 Jahre!

Im Jahr 1199 wurde Rendsburg erstmals urkundlich erwähnt, 2024 sind es also offiziell 825 Jahre, und die Stadt wird, gemeinsam mit den Bürger*innen, das ganze Jahr über mit vielen kleineren und größeren Aktionen, Projekten und Veranstaltungen in der ganzen Stadt verteilt immer wieder daran erinnern – und eben ordentlich feiern. Nebenbei lässt sich so auch die bunte Vielfalt Rendsburgs neu entdecken. Hauptprogrammpunkt im Jubiläumsjahr wird das große Bürgerfest sein, das vom 7. bis 9. Juni rund um den Paradeplatz, den Stadtsee und das Hohe Arsenal steigen soll. Musik und Gastronomie gehören selbstverständlich dazu, alle weiteren Programmpunkte plant die Stadt gemeinsam mit den Bürger*innen: Rendsburger Vereine, Organisationen, Initiativen, Gilden, Kirchen, Kultureinrichtungen, Schulen, Unternehmen, Kitas – sie alle sollen aktiver Teil der Feierlichkeiten werden, fröhlich und kunterbunt, gut gelaunt und mit sehr viel Spaß und Freude. Um im gesamten kommenden Jahr im-

mer wieder das 825-jährige Jubiläum zu thematisieren, sind bereits viele Aktionen und Veranstaltungen geplant, kleine wie größere, unter dem prägnanten Schlagwort #rendsburg825. Bereits jetzt gibt es ein eigenes Logo, das von allen Akteur*innen genutzt werden kann und das in den Sozialen Netzwerken unter dem Hashtag #rendsburg825 die gesamte Vielfalt Rendsburgs und seiner Menschen zeigen wird. Zusätzlich gibt es eine Website mit gleichem Namen (demnächst online: www.rendsburg825.de), auf der die Stadt die Jubiläumsaktivitäten regelmäßig das ganze Jahr hindurch veröffentlichen und reichlich bewerben wird. Natürlich wird auch RENDSBURGERleben das ganze Jahr hindurch berichten, ankündigen und Rendsburg feiern, frei nach J. F. Kennedy.: „Frag nicht, was Rendsburg für dich tun kann. Frag, was du für Rendsburg tun kannst!“
 Freuen wir uns auf 2024! #rendsburg825 ist ein Jubiläum für alle, von der Stadt für die Stadt – alle können, alle dürfen mitmachen! Vielfältig, fröhlich und bunt.

IMPRESSUM

RENDSBURGERleben ist eine Publikation aus dem Hause falkemedia.

falkemedia Regional GmbH

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

Herausgeber:

Kassian Alexander Goukassian

Redaktion:

Tel.: 04331 / 439 67 25, Fax: 04331 / 439 67 22
 E-Mail: redaktion@rendsburgerleben.de
 Ramona Dabringer, Daniela Karpinski,
 Christina Kreyenberg, Marion Laß,
 Mareike Neumann, Maya Schukies,
 Sebastian Schulten, Isabelle Sester,
 Mirjam Stein, Finja Thiede, Hanna Wendler,
 Kathrin Wesselmann

Anzeigenkoordination & Mediaberatung:

Jörg Stoeckicht, Tel.: 0431 / 200 766-61
 E-Mail: j.stoeckicht@falkemedia.de
 Frank Barghan, Tel.: 0171 / 412 43 89
 E-Mail: f.barghan@falkemedia.de
 Andreas Wiechert, Tel.: 0171 / 437 03 08
 E-Mail: a.wiechert@falkemedia.de
 Kathrin Mandel, Tel.: 0431 / 200 766-24
 E-Mail: k.mandel@falkemedia.de

Layout & Bildbearbeitung:

Angelika Schwarz, Zlatan Rasidovic
 Titelfoto: AdobeStock/ Nickola_Che
 Anzeigengestaltung: Nicolas Rixin

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 Materialien keine Haftung. Eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden.

WIR SIND SCHLESWIG-HOLSTEIN!

Förde Fräulein - Der Blog

www.foerdefraulein.de

Sylt Fräulein - Der Blog

www.syltfräulein.de

KIELerleben

www.kielerleben.de

Lebensart im Norden

www.lebensart-sh.de

RendsburgerLeben

WWW.FALKEMEDIA.DE

Bei falkemedia erscheinen die Publikationen:

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

© 2023 by falkemedia.
 Alle Rechte vorbehalten.

**Besuchen Sie uns auf der Nordbau
vom 06.09. bis 10.09.2023**

**Nachhaltiges Leben
beginnt zu Hause!**

Wir informieren Sie über
Nachhaltigkeit und Energieeffizienz
rund um Neubau, Modernisierung
& Sanierung!

Sie
finden uns in
**Halle 1 -
1123**

**Ihr Profi für Bauen
und Modernisieren**

für Handwerker, gewerbliche Kunden
und Privatpersonen in Osterrönnfeld
und Umgebung



**Bauzentrum
TEPKER**

Baustoffzentrum Tepker
GmbH & Co. KG
Marie-Curie-Straße 16 - 18
24783 Osterrönnfeld
Telefon 04331-12306-0

www.bauzentrum-tepker.de
osterrönnfeld@tepker.de

ideen & Machen – Gemeinsam für deinen Traum

GROSSES JUBILÄUM



Stressless®

Sessel
des Monats



Bis zu
500,-^{EUR}
sparen!



Plus™ System

Stressless® David (M) mit Classic Untergestell inkl.
Hocker in Leder „Batick“ **nur 1.599,- EUR*** statt 1.999,- EUR**

Vom 01.09. bis 30.09.2023 erhalten Sie alle Stressless® David Sessel mit Hocker sowie die Stressless® David Home Office und Power™ Modelle in allen Farben, Bezugs- und Gestellvarianten zu attraktiven Vorteilspreisen. * UVP des Herstellers. ** Ehemalige UVP des Herstellers.

Stressless® David Modelle
zu Vorteilspreisen!

z. B. Stressless® David (M) mit
Cross Untergestell inkl.

Hocker in Leder „Batick“

nur 1.949,- EUR*

statt 2.449,- EUR**



BalanceAdapt™



JETZT MITFEIERN UND SPAREN!

100 Jahre
1923
2023

Möbel Bergemann

Möbel Bergemann Rendsburg GmbH

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

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9:00 - 18:30 Uhr, Sa 10:00 - 15:00 Uhr