

DAS MONATSMAGAZIN IM NORDEN

lebensart

KIEL / PROBSTEI / ECKERNFÖRDE

JUNI 2025 • KOSTENLOS

FULMINANTE FESTE

DAS IST LOS IM JUNI

BAYWATCH IM NORDEN

HUSUMER DLRG IM EINSATZ



Großes Stadtfest im Norden
HOLSTENKÖSTE

12. bis 15. Juni in Neumünster

**EXCLUSIVER SITZKOMFORT IN
HANDWERKLICHER VERARBEITUNG!**



WESTFÄLISCHE
MANUFAKTUR

HENNINGS
Möbel

Neue Dorfstraße 81 · 24782 Büdelsdorf · Tel. 04331 34 38 0
info@moebel-hennings.com · www.moebel-hennings.com
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9.30 - 18.30 Uhr · Sa. 9.30 - 15.00 Uhr

Irrtümer, Liefermöglichkeiten, Farbabweichungen sowie Preis- und Druckfehler sind vorbehalten. Alle Maßangaben sind ca.-Maße.
Solange der Vorrat reicht. Verwaltung: Knutzen Teppich-Hof GmbH.

EINKAUFEN
MIT DER



KNUTZEN
HOME

knutzen-home.de
Die mit dem **grünen** Haus

Geschlossene Treppen · Offene Treppen

vorher

nachher

**Treppen-
renovierung**



Jetzt Beratungstermin vereinbaren:

Telefon **04321 2517160**
0151 61728795

E-Mail treppen@knutzen-home.de

Beleuchtung geschenkt!

Im Wert von 450,- € bei Beauftragung einer Treppenrenovierung.

KNUTZEN HOME Kiel
Asmusstr. 19-21
Tel. 0431 74 808

KNUTZEN HOME Schönberg
Eichkamp 18
Tel. 04344 41 32 20

KNUTZEN TEPPICH-HOF Eckernförde
Rendsburger Str. 122
Tel. 04351 76 95 60



EDITORIAL



HANNA WENDLER
Chefredakteurin

Liebe Leserin, lieber Leser,

schon das Titelbild der aktuellen Ausgabe macht es deutlich: Im Juni geht es rund! Vom ersten bis zum letzten Tag des Monats wird hier nämlich die schönste Zeit des Jahres mit einem bunten Potpourri toller Veranstaltungen willkommen geheißen. Sie können quasi den ganzen Monat von Event zu Event tingeln.

DER NORDEN FEIERT DEN SOMMER

Was Sie auf keinen Fall verpassen sollten, erfahren Sie auf den folgenden Seiten: von der Holstenküste in Neumünster über die Kieler Woche – nicht nur das absolute Highlight des Monats, sondern gleichzeitig das größte Segelevent der Welt und das größte Stadtfest im Norden – bis hin zu den rund 100 Veranstaltungen des Naturgenussfestivals der Stiftung Naturschutz, der Aktion Offener Garten und vielem mehr. Diese und viele weitere tolle Tipps für einen unvergesslichen Start in den Sommer finden Sie in der aktuellen Ausgabe.

BAYWATCH IM NORDEN

Ob in Nord- und Ostsee oder einem der anderen Gewässer im Norden – jetzt beginnt auch die Badesaison. Und wo es Wasser gibt, ist auch die DLRG nicht weit. Die Deutsche Lebens-

rettungs-Gesellschaft ist mit knapp 630.000 Mitgliedern und Förderern eine der größten Wasserrettungsorganisationen der Welt. In Schleswig-Holstein zählt die DLRG über 35.000 Mitglieder. Redakteurin Marion Laß hat der Ortsgruppe in Husum einen Besuch abgestattet und erzählt von unermüdlichem Einsatz und besonderen Herausforderungen.

Ich wünsche Ihnen einen fröhlichen Sommeranfang und angenehme Lektüre.

Hanna Wendler



ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir Ihnen die **Holstenküste** in Neumünster. Mehr zu dem bunten Programm erfahren Sie auf Seite 14.

Titel: © Stadt Neumünster

ALTES
STAHLWERK

NEUMÜNSTER



MIT WEINEN
VOM
WEINGUT
NETT, PFALZ

NETT MEETS STAHLWERK

IM RESTAURANT 1500° AM 18.07.25; 18:30 UHR

Genießen Sie ein leckeres Flying Buffet im Restaurant 1500°. Passend dazu präsentiert das Weingut Nett seine Weine in entspannter, lockerer Atmosphäre. Wir buchen gerne Ihre gewünschte Zimmeranzahl als Abruflkontingent unter dem Stichwort: „Taste & Talk“ ein.

Der Zimmerpreis beträgt 143,00 € im Doppelzimmer und 102,00 € im Einzelzimmer Kategorie „M“ und „L“ inkl. reichhaltigem Frühstücksbuffet pro Zimmer und Nacht.

VERANSTALTUNGSTICKET:
59,00 € PRO PERSON

Buchung der Veranstaltungstickets erfolgt über Jörgen Petersen & Sohn:



FOLLOW US & TAG US

ON FACEBOOK & INSTAGRAM



Altes Stahlwerk JoPi Hotel GmbH
Rendsburger Straße 81 | 24537 Neumünster
Tel. 04321 55600 | info@altes-stahlwerk.com
Sitz der Gesellschaft: JoPi Hotel GmbH
Nordhackstedter Str. 8a | 24980 Hörup

THEMIEN

JUNI 2025

COVER | STADT NEUMÜNSTER

Neumünster feiert! – Holstenküste 2025 14

UNTERWEGS UND UP-TO-DATE

Trends & News im Juni 6
 Sommerzeit ist Naturgenussfestival-Zeit 10
 Neumünster feiert! – Holstenküste 2025 14
 Kieler Woche 2025 20

BAYWATCH IM NORDEN

Baywatch im Norden 28

HIN & WEG

Ein Leben mit Ebbe und Flut: Willkommen in
 der Insel- und Halligwelt Nordfrieslands 32
 Pellworm: eine besondere Insel für
 besondere Menschen 34



SO SCHMECKT DER NORDEN

Süße Verführung: Erdbeer-Rezepte 38

MODE & BEAUTY

Maritime Sommerlooks 46

GESUND & FIT BIS INS ALTER

Sind Sie auch schlaflos in Seattle? 54

HAUS, HOF & GARTEN

Aktion offener Garten 62

TRAUER & ABSCHIED

Die große Leere 74

BERUF & KARRIERE

Neue Möglichkeiten entdecken 76

KUNST & KULTUR

Ausstellungen im Juni 80

Schmökertipps 86

Veranstaltungshighlights 88



46

MARITIME SOMMERLOOKS

KOLUMNEN

Fru Jürs vertelt 36

IMMER IN DER LEBENSART

Editorial 3
 Impressum 98
 Vorschau Juli 98



32

EIN LEBEN MIT EBBE UND FLUT –
 INSEL- UND HALLIGWELT NORDFRIESLAND

Fotos: Bildnachweise im redaktionellen Beitrag



Dauerhaft

Dächer von Bente.

Dachdecker Bente GmbH & Co. KG
 Lüttparten 4, 24582 Bordesholm
 Telefon (04322) 3020
 www.dachdecker-bente.de



Zahnimplantate
 Angst- und stressfrei



Zahnimplantate von
 geprüften Experten
 (DGOI). Auf Wunsch
 in Voll- oder Däm-
 merschlafnarkose.
 Wir beraten
 Sie gern!



Dr. Polychronakos · Dr. Görrissen MSc. · Dr. Gottwald MSc.
 edelmund GbR
 Zahnärzte · Zahnmedizinisches Versorgungszentrum
 Königstraße 5a · 24568 Kaltenkirchen
 www.edelmund.de



edelmund

TRENDS & NEWS

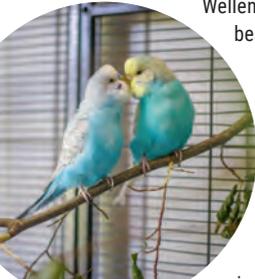
IM JUNI 2025

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.

NEUES ZUHAUSE GESUCHT

WELLENSITTICHE IM TIERHEIM UHLENKROG

Im Tierheim Uhlenkrog warten derzeit mehrere farbenfrohe Wellensittiche auf ein artgerechtes, liebevolles Zuhause. Die bestehenden Paare werden ausschließlich gemeinsam vermittelt. Einzelne Vögel – männlich wie weiblich – könnten jedoch auch zu bereits vorhandenen Artgenossen ziehen. Die Vermittlung erfolgt nach den Richtlinien der Tierärztlichen Vereinigung für Tierschutz (TVT). Demnach benötigen ein bis drei Paare dauerhaft einen Käfig von mindestens 150 x 60 x 100 cm – unabhängig vom Freiflug. Weitere Informationen zu Haltung und Anforderungen finden Interessierte online in den kostenlosen TVT-Merkblättern. Interesse an den niedlichen Sittichen? Kontakt über Tel.: 0431 / 52 54 64 oder per E-Mail an info@tierheim-kiel.de.



Flattern direkt ins Herz: kunterbunte Wellensittiche



Foto: Adalbe Ströck

Für mehr Bewegung und Klimaschutz

MIT DEM RAD ZUR ARBEIT

Mit der diesjährigen Sommeraktion ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ ruft die AOK NordWest traditionell dazu auf, zwischen dem 1. Mai und 31. August das Auto stehenzulassen und an mindestens 20 Arbeitstagen mit dem Rad zur Arbeit zu fahren. Teilnehmen können sowohl Einzelfahrende als auch Radler-Teams mit bis zu vier Personen, die dann jeweils im Online-Aktionskalender die Tage anzukreuzen, an denen mit dem Rad zur Arbeit gefahren wurde. Infos unter www.mdrza.de.

6 lebensart

NEU:

BROW PENCIL

Der neue „the brow styler PENCIL“ ist ein echtes Multitool – mit fligraner Spitze für präzises Nachzeichnen einzelner Härchen und einer breiteren Seite für flächiges Schattieren. www.dedicazion.com



Foto: DEDICAZION

NATURWUNDER GESUCHT

Ab sofort können sich Organisationen, Vereine und Verbände aus ganz Deutschland für die Naturwunderwahl 2025 bewerben. Die Heinz Sielmann Stiftung und der Deutsche Wanderverband laden dazu ein, außergewöhnliche Naturphänomene vorzustellen – direkt aus der eigenen Region. Ob bizarre Felsformation, geheimnisvolle Moorlandschaft, jahrhundertealtes Naturdenkmal oder atemberaubendes Landschaftspanorama – gesucht werden Naturwunder, die aufgrund ihrer besonderen Schönheit oder Einzigartigkeit begeistern und zum Schutz der Umwelt anregen. Einsendeschluss ist der 15. Juni. Weitere Infos unter www.sielmann-stiftung.de/bewerbung-naturwunderwahl.



Im vergangenen Jahr wurde der Langwarde Groden in Niedersachsen zum „Naturwunder des Jahres 2024“ gekürt. Wer gewinnt in diesem Jahr den Titel?

Foto: Florian Trykowski



Festivalfeeling auf dem Campus SpoPa 2025

Am 14. Juni verwandeln sich die Sportforumwiesen der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel (CAU) erneut in eine bunte Festivalwelt: Unter dem Motto „Studentisch-authentisch – Feiern auf dem Campus“ laden die Fachschaft Sport, das Sportzentrum der CAU und das Studentenwerk SH zur vierten Ausgabe der SpoPa Open Air SH ein – Schleswig-Holsteins größter Studierenden-Party. Tickets gibt es unter anderem bei der Brunswiker + Reuter Universitätsbuchhandlung in der Olshausenstraße 1. Der Early-Bird-Preis liegt bei 14 Euro, der reguläre Preis bei 16 Euro.



GOLDENE ZEITEN FÜR IHRE SOMMERPLÄNE

Ihr Goldschmuck verstaubt in der Schatulle oder im Schrank? Machen Sie doch etwas daraus – zum Beispiel eine Reise, neue Terrassenmöbel oder die Anzahlung für dringend notwendige Renovierung. Profitieren Sie von dem aktuell hohen Goldpreis und machen Sie alten Goldschmuck

oder Zahngold bei **Zeitanker** zu Geld. Kommen Sie einfach ohne Termin zu den Öffnungszeiten vorbei und erhalten Sie das Geld direkt per Überweisung oder in bar. Wichtig: Bitte Personalausweis mitbringen. Weitere Informationen finden Sie unter www.zeitanker.eu.

WORKSHOP

KLEINE AUSZEIT IM GARTEN

Die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e.V. bietet ein buntes Veranstaltungsprogramm für Krebspatient*innen an. Die Verbindung zur Natur können die Teilnehmenden des Workshops „Zwischen Beeten und Blumen – eine kleine Auszeit im Garten“ mit Tanja Schruhl am 6. Juni im Lifegarten in Kiel-Ellerbek spüren. Von 14 bis 15 Uhr geht es neben dem gemeinsamen Gärtnern nach Permakultur-Richtlinien um Erholung im Grünen. Infos und Anmeldung unter www.krebsgesellschaft-sh.de/termine.



Goldschmuck verkauft man in Kiel bei ZEITANKER

Sicherer und seriöser Ankauf von Goldschmuck, Silberbesteck und versilbertem Besteck.
Zeitanker • Inhaber Timo Keil • Holtenauer Straße 88 • Kiel • Tel. (0431) 565178 • www.zeitanker.eu
Öffnungszeiten: montags - freitags 10-14 Uhr und 16-19 Uhr • samstags geschlossen
Einfach ohne Termin vorbeikommen. Bitte Personalausweis mitbringen!





Lesepreis JETZT BEWERBEN

Ab sofort können sich Einzelpersonen, Einrichtungen, Kindertagesstätten und Schulen, die sich für die Leseförderung engagieren, für den Deutschen Lesepreis 2026 bewerben. Die Initiatoren Stiftung Lesen und Commerzbank-Stiftung zeichnen mit den einzelnen Kategoriepartnern neue, kreative und bewährte Leseförderungsmaßnahmen in sechs unterschiedlichen Kategorien aus. Die Einreichungsfrist endet am 30. Juni 2025. Infos unter www.deutscher-lesepreis.de.



NEU: HERZHAFTES CASHEWMUS

Wie wäre es mal mit herzhaftem Nussmus? KoRo hat gleich zwei neue Sorten mit herzhafter Note im Sortiment: Tomate-Kräuter und Cheezy Style mit Trüffel – lecker! www.korodrogerie.de

AUSSTELLUNG

GESCHICHTE AUF JUTE

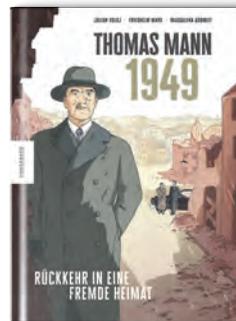
In seiner Ausstellung „Geschichte auf Jute“ präsentiert der Kieler Künstler Alexander Torday in der Alten Apotheke in Schönberg vom 23. Juni bis 1. August seine typische Tordaysche Arbeitsweise: Öl- und Acrylmalerei auf widerborstiger, grober Jute. Der Zeichner und Maler arbeitet dabei auf den Innenseiten von alten, gebrauchten Kaffeesäcken. Thema der Ausstellung wird die deutsche Historie sein.



**23. Juni–1. August
Alte Apotheke,
Schönberg**

Foto: Alexander Torday

THOMAS MANN – ZUM 150. GEBURTSTAG



Julian Voloj und Friedhelm Marx (Text), Illustration Magdalena Adomeit: **Thomas Mann. 1949, Rückkehr in eine fremde Heimat**, Knesbeck Verlag, 96 Seiten, 24 Euro

Am 6. Juni 2025 jährt sich der 150. Geburtstag von Thomas Mann. Aus diesem Anlass erscheint die Graphic Novel „Thomas Mann – 1949. Rückkehr in eine fremde Heimat“. 1929 erhielt er den Literaturnobelpreis, 1933 floh er aus Deutschland. Als er 16 Jahre später zurückkommt, hat sich vieles in seinem Heimatland verändert. Seine Ankunft wird nicht überall bejubelt. Basierend auf Thomas Manns Tagebüchern, Briefen, Reiseberichten und den Erinnerungen seines Schweizer Fahrers, erzählt die Graphic Novel von Manns zehntägiger Rückkehr, einem politisch extrem aufgeladenen Kapitel in seiner Biografie, und zeigt die tiefen menschlichen und historischen Dimensionen seiner Rückkehr in der Nachkriegszeit.

Cover: Knesbeck Verlag

MINIMALISTISCHE HAUTPFLEGE

MON COURAGE steht für minimalistische, wirkungsvolle Pflegeprodukte in Stickform: Der CREAM STICK ist ein echter Pflege-Allrounder für Gesicht, Lippen, Hände und Haarspitzen – ideal für den Alltag wie auch unterwegs. Der SUN STICK bietet natürlichen Sonnenschutz mit LSF 30 auf Basis mineralischer Filter sowie pflegenden Komponenten – für Schutz und Regeneration in einem. www.moncourage.de



Foto: MON COURAGE

Unsere Dienstleistung für Sie in Bordesholm:

GOLDANKAUF

Sofort Bargeld bei der FairPreis Gold GmbH



Machen Sie Ihr Gold zu Geld

Bordesholm Montag bis Mittwoch
Holstenstr. 16 10 bis 17 Uhr

Wir kaufen Gold- und Silberschmuck, Zahngold, Silber, Bestecke, Münzen, Bruchgold, Zinn. (Tagesaktuelle, börsenorientierte Preise)
Vom Fachmann bewertet:

Christian Schön, Auktionator, öffentlich bestellt und vereidigt.

T.: 04322 - 887 6321 - info@fairpreisgold.de - www.fairpreisgold.de



AUS SCHAUBUDE WIRD **Tanzschule**

*Kiel bekommt ein neues kulturelles Highlight:
Die ehemalige „Schaubude“ erstrahlt nach umfassender Sanierung in neuem Glanz und wird am 27. Juni feierlich als **Tanzschule Grenke** eröffnet.*

Das traditionsreiche Gebäude in der Legienstraße wird damit zum Treffpunkt für Tanzbegeisterte aus der ganzen Region. Die Eröffnung wird mit kostenlosen Workshops und einem festlichen Tanzabend für alle Kielerinnen und Kieler gefeiert. „Wir wollen die Menschen in Bewegung bringen – mit Freude, Rhythmus und Begegnung“, so Inhaber Dirk Grenke. Während der Sanierungsarbeiten stießen die Bauarbeiter auf einige kuriose Überraschungen: Unter dem alten Fußboden wurde ein längst vergessener Brunnen entdeckt – vermutlich ein Relikt aus der Zeit, als es noch Hotel mit eigenem Schwimmbad war.

Weitere Fotos und Fundstücke vom Umbau werden in der Tanzschule ausgestellt bleiben und geben spannende Einblicke in die Geschichte des Gebäudes.

Mit viel Liebe zum Detail wurde das Haus renoviert – moderne Technik trifft auf alte Baustoffe, nostalgischer Charme auf neue Energie. Die Tanzschule Grenke will nicht nur unterrichten, sondern auch ein Ort des Austauschs und der Kultur sein. Mehr Infos unter www.tanz-kiel.de.

Mit viel Liebe zum Detail wurde das Gebäude renoviert.



TANZSCHULE Grenke
Tanzen EINFACH NEU erleben!

27.06.2025
NEUERÖFFNUNG

Kostenfreie
Workshops
12-18 Uhr

Tanz-Party
ab 20 Uhr

Jetzt anmelden!



<https://www.tanz-kiel.de/neueroeffnung/>

www.tanz-kiel.de



**STIFTUNG
NATURSCHUTZ**
Schleswig-Holstein

Natürlich hier.



Die größte Outdoor-Eventreihe der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein lädt ein

SOMMERZEIT IST NATURGENUSS- FESTIVAL-ZEIT

Wilde Weiden, imposante Urwälder, atemberaubend schöne Moore und geheime Hot Spots der Artenvielfalt in Schleswig-Holstein vereint mit regionalem Genuss – das kann nur das Naturgenussfestival 2025 der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein.

Vom rustikalen Picknick bis zum Sterne-Gourmet-Menü – die größte Draußen-Veranstaltungsreihe bei uns im Norden lädt wieder zum Genießen ein: Von Anfang Juni bis Ende September verbindet die Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein mit rund 100 Veranstaltungen in ganz Schleswig-Holstein beeindruckende Naturerlebnisse auf den Wiesen und Weiden, in den Wäldern und Mooren und an den Steilküsten des Landes mit echtem, regionalem Genuss – informativ und im wahrsten Sinne sinnvoll und nachhaltig. Was alle Veranstaltungen in ganz Schleswig-Holstein eint, ist die Liebe zur Natur, zum

Genuss – und die Begeisterung für das, was in unserem Land geschützt, bewahrt und erlebt werden kann.

WILLKOMMEN IN DER NATUR

Ob als Paar, mit Freunden, alleine, mit Papa, Tante, Tochter ... – die Menschen, die beim Festival mitwandern, mitradeln und miterleben, eint das Staunen über das, was sich auf den Flächen des Stiftungslandes zeigt: bunte Vögel, Blumen oder Amphibien wie z.B. die Zauneidechse, wilde Orchideen, Spuren eines Hirsches oder das leise Summen der Insekten. Denn genau darum geht es: Die Stiftung Natur-

schutz Schleswig-Holstein öffnet mit dem Festival nicht nur die Landschaft, sondern auch die Augen und Herzen – für die Vielfalt der Arten, für intakte Natur-Lebensräume oder auch für die Erkenntnis, wie Klimaschutz im wiedervernässten Moor funktioniert.

JEDE TOUR EIN HIGHLIGHT DER NATUR

Um nur einige Highlights in diesem Jahr zu nennen: Eine geführte Radtour rund um das Nolde Museum in Seebüll im Kreis Nordfriesland nahe der dänischen Grenze zeigt, wie Naturschutz konkret aussieht: Behutsame Nut-

ALLE TERMINE UND
BUCHUNGS-INFOS UNTER



www.naturgenussfestival.de



zung durch friedlich-fressende Robust-Rinder, die unbemerkt viel Platz mit Licht und Sonne schaffen für ein Erblühen von stark angepassten konkurrenzschwachen Wildpflanzen. Zum Ausklang erwartet die Gäste ein 4-Gänge-Menü im Restaurant „Element“ direkt am Nolde Garten.

WANDERUNGEN MIT GESANG

Andere Wanderungen führen an der Treene entlang zum ehemals nördlichsten Wikingerhafen Hollingstedt. Es gibt Touren rund um Ulsnis an der Schlei oder eine absolut einzigartige Tour mit dem Schiff ab Kappeln auf die wunderschöne Lotseninsel. In der Natur singen – auch das ist bei einer Wanderung mit Gesangcoach und Naturführer möglich. Anschließendem gibt's ein leckeres Naturgenussmenü.

BIO-WEIN UND FRISIAN WHISKY

Bio-Wein-Tasting inklusive Kennerwissen mit Expedition ins Tier- und Pflanzenreich oder durchs beeindruckende Moor – das ist im Stiftungsland Schäferhaus bei Flensburg, in der Geltinger Birk an der Ostsee, im Dosenmoor bei Neumünster oder im Stodthagener Urwald bei Kiel möglich. Oder lieben Sie Kräuter und Whisky? Na dann ab nach Föhr, auf die Hinrichsen Farm. Dort gibt es eine Kombi-Veranstaltung mit echtem Frisian Whisky in Bio-Qualität.

MITFÜHLEN UND VERSTEHEN

Jede Tour ist anders, aber alle erzählen dieselbe Geschichte – von dem, was wir schützen können, wenn wir es erleben. Das Naturgenussfestival ist eine Einladung – zum Hinsehen und Hinhören. Und vor allem zum Mitmachen und Mitfühlen, zum Verstehen und sich-begeistern-lassen!

Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein
Eschenbrook 4
24113 Molfsee
www.stiftungsland.de

von Juni bis September 2025 • in ganz
Schleswig-Holstein





Foto: Selekt Veranstaltungen

Kreatives entdecken

KUNSTHANDWERKERMARKT IN SÜDERSCHMEDEBY

Am Pfingstwochenende findet auf dem Gelände rund um die Galerie Hansen in Süderschmedeby der 42. Norddeutsche Kunsthandwerkermarkt statt. An den drei Tagen werden von 10 bis 18 Uhr selbst hergestellte Waren von den 150 Ausstellenden präsentiert und verkauft:

Hier finden Sie Unikate aus den verschiedensten Textilien, (Edel-)Metall, Keramik, Stein, Holz, Glas oder Leder. An einigen Ständen kann man die Entstehung von Kunstwerken mitverfolgen und Kinder können auch ihr handwerkliches Geschick erproben. Für das leibliche Wohl ist

sowohl mit Herzhaftem als auch mit süßen Leckereien gesorgt. Der Eintritt zum Markt ist frei. Weitere Informationen finden Sie unter www.norddeutscherkunsthandwerkermarkt.de

7. bis 9. Juni, Galerie Hansen, Süderschmedeby



TIERPARK Neumünster




07.-09.06.2025
 von 10.00 – 17.00 Uhr
 Action • Fantasy • Fun • Meet & Greet

Frühlingszauber
 IM TIERPARK

20% Rabatt
 auf das Einzelticket
 bei Vorlage dieses
 Coupons.

Frühlingsfest

Neue kleine Fellnasen & ein rundes Jubiläum!

Im Tierpark Neumünster ist einiges los: Vom 7. bis 9. Juni (Pfingsten) findet erneut das beliebte Event „Frühlingszauber“ mit vielen Mitmach-Spielaktionen und Walking Acts statt. Rechtzeitig zu diesem Termin hat sich auch der tierische Frühjahrsnachwuchs eingestellt, unter anderem bei den Elchen, Zwergziegen und Humboldt-Pinguinen. Für das leibliche Wohl ist durch ein reichhaltiges Angebot an Speisen und Getränken im Restaurant, das seit April einen neuen Pächter hat, gesorgt. Zu Pfingsten wird ebenfalls der beliebte Brunch im Tierpark angeboten. In diesem Jahr feiert die Tierparkvereinigung ein rundes Jubiläum: 1950, vor 75 Jahren, wurde die Tierparkvereinigung Neumünster e. V. gegründet, und bereits ein Jahr später wurde der damalige Heimattierpark eröffnet. Bis heute betreibt der Verein den inzwischen weiterentwickelten Tierpark. Dies wird vom 11. bis 13. Juli mit einem bunten Programm gefeiert (mehr Informationen dazu unter www.tierparkneumuenster.de). Das Tierpark-Team freut sich auf alle kleinen und großen Besucher*innen.



Foto: Arne Kirchem

7. bis 9. Juni • Tierpark Neumünster

VOLLE FAHRT VORAUS

2. Damper Seifenkistenrennen



Foto: Adobe Stock

Am 7. Juni findet das zweite Damper Seifenkistenrennen statt und verspricht erneut ein unvergessliches Event für die ganze Familie zu werden. Nach dem großen Erfolg der Premiere vor zwei Jahren treten diesmal noch mehr kreative Fahrer*innen mit ihren liebevoll gestalteten Seifenkisten gegeneinander an. Die Rennstrecke, die direkt durch das Zentrum von Vogelsang-Grünholz führt, bietet nicht nur Nervenkitzel für die Teilnehmenden, sondern auch beste Unterhaltung für Zuschauer*innen. In mehreren Altersklassen gehen Fahrer*innen an den Start – von Nachwuchsrennfahrer*innen bis zu ambitionierten Erwachsenen. Neben dem eigentlichen Rennen bietet das Rahmenprogramm zahlreiche Attraktionen und auch regionale Vereine und Unternehmen präsentieren sich und machen den Tag zu einem echten Gemeinschaftsevent.

7. Juni, 10 bis 16 Uhr • Ostseebad Damp

20. OLDTIMERTREFFEN

mit Teile-, Antik- und Trödelmarkt



Foto: Harry Beiersdorf

Das Oldtimertreffen auf dem Landgestüt Traventhal gilt in der Oldtimer-Szene als eines der schönsten Norddeutschlands. Der Antik- und Teilemarkt ist für viele Gäste ein echter Anziehungspunkt. Bunt gemischt steht dann die ganze Oldtimerparade auf dem großen Reitplatz und im Innenhof des Gestütes. Am Pfingstmontag rollen zusätzlich die amerikanischen Oldies zum US-Special an. Für ausgelassene Stimmung sorgt Live-Musik der Band Bigguns. Die Barockreiter-Gruppe „Doma Clasica“ kommt an beiden Tagen mit ihren Pferden, um das Motto „Edle Rösser begegnen edlen Karossen“ ins Bild zu setzen. Es wird gefachsimpelt, man kann die Museums-Wirtschaft, Wunderkammer und Sonderausstellungen besuchen. Der Eintritt ist frei. Weitere Infos unter www.landgestuet-traventhal.de.

8. und 9. Juni, 9 bis 18 Uhr • Landgestüt Traventhal, Traventhal

Lust auf gute Ideen für den Thermomix®?



6 AUSGABEN +
2 SONDERHEFTE

**JETZT NUR
59,90 €**

**JETZT BESTELLEN UNTER
www.zaubertopf.de/abo**

mein **ZauberTopf** ist eine unabhängige Publikation aus dem Hause falkmedia und steht in keinerlei Verbindung zu den Unternehmen der Vorwerk-Gruppe. Die Marken Thermomix®, TM5® und Varoma® sowie die Produktgestaltungen des „Thermomix“ sind eingetragene Marken der Unternehmen der Vorwerk-Gruppe. Für die Rezeptangaben in **mein ZauberTopf** ist ausschließlich falkmedia verantwortlich.



NEUMÜNSTER FEIERT!

HOLSTEN- KÖSTE 2025

Musikalische Highlights gibt es auf der Holstenköste auf mehreren Bühnen in Neumünster

D

Das große Stadtfest von Neumünster lockt vom 12. bis 15. Juni in die Stadt und verspricht unvergessliche Tage. Die Highlights im Überblick.

Das zweitgrößte Stadtfest in Schleswig-Holstein steht in den Startlöchern: Jedes Jahr feiern am zweiten Juni-Wochenende bis zu 200.000 Einheimische und Besucher*innen aus nah und fern in der Stadt die beliebte Holstenköste. Ganz Neumünster und der gesamte Norden warten nur darauf, dass das beliebte Volksfest an der Schwale wieder stattfindet. Von Musik über Kunst, Kultur und Kulinarik bis zum Sport sind viele Aktionen für Groß und Klein geplant. Hier die Highlights:

MUSIK

► MEMPHIS GREASERS

Reisen Sie mit den Memphis Greasers in die Vergangenheit und lauschen Sie den schönsten Rock-'n'-Roll- und Rockabilly-Songs. Die Truppe bringt Musiker wie Carl Perkins, Buddy Holly, Dion & the Belmonts, Dill Haley und natürlich den King of Rock 'n' Roll so leidenschaftlich auf die Bühne wie ihre eigenen Stücke. Wer Rock liebt, sollte sich die Memphis Greasers nicht entgehen lassen.

12. Juni, 20 Uhr
REWE Bühne im Rathaus-Innenhof

► BOERNEY & TRITOPS

Diese Band hat's voll drauf! Ihre heiße, heldenhafte Bühnenshow in ständig wechselnden Outfits reißt auch die letzten Skeptiker*innen vom Hocker. Freuen Sie sich auf die größten Discohits, Rockiges von AC/DC, Status Quo, Tote Hosen, Schlager von Helene Fischer bis Roland Kaiser sowie jede Menge Partyknaller – von Bella Ciao bis Gordula Grün und vieles mehr!

13. Juni, 21 Uhr • VR Bank-Bühne

► GUITAVIO

„Acoustic Folk'n Soul“ – so nennt sich der Stil der fünfköpfigen Formation GUITAVIO. Was vor 20 Jahren noch reiner Folk war, hat sich mit der Zeit und den wechselnden Bandmitgliedern heute in eine Mischung aus Folk, Pop und Rock mit einer Prise Soul verwandelt. Der Stilmix liefert dabei die besondere Würze und sorgt für viel unterhaltsame Abwechslung.

15. Juni, 19.30 Uhr
SH Netz-Bühne im Gerisch-Park





Bei der Oldtimer Rallye können Besucher*innen schicke Autos bestaunen.

**DAS GESAMTE
PROGRAMM DER
HOLSTENKÖSTE
FINDEN SIE UNTER
WWW.KOESTE.DE**

WEITERE HIGHLIGHTS

▶ OLDTIMER RALLYE

Am 15. Juni lockt außerdem die 48. ADAC-Veteranenfahrt für Oldtimer und Youngtimer, eine Rallye quer durch die Straßen Neumünsters, bei der echte Urgesteine der Automobil-Geschichte bestaunt werden können. Offizieller Start ist um 9.15 Uhr beim Tierpark Neumünster.

15. Juni • Tierpark Neumünster

▶ GENUSS AUF DER SCHLEMMERMEILE

Bei einem Stadtfest, das den Namen „Köste“ (von verkosten) trägt, dürfen kulinarische Leckereien natürlich nicht fehlen. Und so hat die Stadt Neumünster auch dieses Jahr ein buntes Angebot an regionalen Gastronom*innen zusammengestellt. Auf der Schlemmermeile auf dem Großflecken wird jeder Genuss bedient – süß oder salzig, heiß oder kalt, exotisch oder regional.

Jedes Jahr feiern bis zu 200.000 Einheimische und Besucher*innen aus nah und fern die beliebte Holstenköste.

Auf der Schlemmermeile wird es wieder so richtig lecker!



SPENDER-DANKESCHÖN-TAG



Foto: Maya Schukies

Am 29. Juni stehen die Unterstützer*innen der Arche Warder im Zentrum des Geschehens. Mit dem Spender-Dankeschön-Tag möchte sich das Team der Arche Warder bei allen bedanken, die sich für den Schutz und Erhalt seltener und alter Nutztierassen einsetzen. Für alle Tierpat*innen, Spender*innen und jene, die es vielleicht in Zukunft werden wollen, bietet das Team spannende Führungen an, zum Beispiel zu den Schweine- und Geflügelrassen und zu den Esel- und Pferderassen. Gekrönt wird der Spender-Dankeschön-Tag von einem bunten Rahmenprogramm.

29. Juni, 10 bis 17 Uhr • Tierpark Arche Warder



Foto: Adobe Stock

DEUTSCHER MÜHLENTAG

Traditionell am Pfingstmontag öffnen bundesweit rund 650 historische Mühlen ihre Türen. Die Deutsche Gesellschaft für Mühlenkunde und Mühlenerhaltung (DGM) e.V. und ihre Landes- und Regionalverbände laden zum Deutschen Mühlentag ein. An diesem besonderen Tag lassen die zahlreichen Wind- und Wasser-, Dampf- und Motor-mühlen des Landes ihre Flügel und Wasserräder drehen. Die Mühlenbetreiber*innen setzen die Mahlgänge in Betrieb und gewähren den Mühleninteressierten einen tieferen Einblick in das Kulturgut Mühle und das alte Müllerhandwerk. In der Mühlenatenbank Millldatabase unter www.millldatabase.org können Mühlentaginteressierte nach teilnehmenden Mühlen und deren Programmangeboten suchen.

9. Juni • in ganz Deutschland



Foto: Adobe Stock

Ahoi auf dem KULTURDAMPFER

Zwei Stunden gemütlich über die Binnenförde schippern, bestens unterhalten werden, leckeren Kaffee schlürfen und himmlischen Kuchen futtern?

Klingt fast zu schön, um wahr zu sein, ist aber möglich!

Der Kulturdamper der MS Stadt Kiel sticht im Juni an drei ausgewählten Terminen (1. Juni, 8. Juni und 15. Juni) in See und verspricht eine fulminante Fahrt auf der Kieler Förde. Freuen Sie sich auf eine spritzige Revue vom jungen Ensemble der Schule für Schauspiel, Spiel und Spaß mit dem Kulturköpfe-Quiz sowie dem

historischen Bilderrätsel und gewinnen Sie tolle Preise bei der Tombola. Für das leibliche Wohl ist natürlich ebenfalls gesorgt: Genießen Sie duftenden Kaffee und wohlschmeckenden Kuchen zu moderaten Preisen. Was kann ein Sonntag-nachmittag Schöneres bieten?! Los geht es jeweils um 15 Uhr von der Seegartenbrücke aus.

Dank einer Förderung durch die Landeshauptstadt Kiel können Sie für nur 15 Euro, ermäßigt für 10 Euro pro Person, an Bord kommen. Reservierungen über adl-zentrale@t-online.de.

1., 8. und 15. Juni, 15 Uhr • Seegartenbrücke, Kiel

Foto: Anne Weise



PICKNICK IM Plöner Schlossgarten

Decke schnappen und ab in den Schlossgarten zum gemeinsamen Schmausen: Am 15.

Juni lädt das Plöner Schloss zum Picknick im Schlossgarten ein.

Vor Ort warten ein buntes Programm für Familien, chillige Picknick-Livemusik und regionale Gastronomen mit leckeren Angeboten. Von Pasta, Grillwurst bis hin zu Kaffeespezialitäten und süßen Crepes ist hier für jede*n was dabei. Neu in diesem Jahr ist der Watercolor-Workshop mit Lieschens Atelier. Unter Anleitung der talentierten Künstlerin können sommerliche Blüten gemalt werden. Um eine vorherige An-

meldung wird gebeten. Über den gesamten Tag gibt es einen Jonglage-Workshop, Seifenblasen, Stelzenlaufen und witzige Luftballonfiguren mit Roy Bartsch. Naturparkmobil Holly ist ebenfalls vor Ort und macht eine Erkundung des Naturparkmobils und Mikroskopieren lernen möglich. Von 11 bis 14 Uhr ist der Sänger, Songwriter und Gitarrist Mayck mit Rock-Pop-Klassikern der letzten Jahrzehnte zu hören, danach folgt

Livemusik von Heiter bis Rockig mit HITSKIP. An dem Stand von „Bookcrossing“ können Besucher*innen mit anderen Leseratten fachsimpeln und durch spannende Bücher blättern. Mehr als 500 Bücher bringen die Bookcrosser mit. Der Eintritt ist frei. Mehr Infos zum Programm unter www.holsteinischeschweiz.de.

15. Juni, 11 bis 18 Uhr • Schlosspark Plön, Plön



MP Pools GmbH

Schwimmbäder • Teiche • Technik



Anlagentechnik • Folienfachverlegung • Neubau • Sanierungen • Reparaturen • Montagebau
Dienstleistungen • Folienbau für den Privat- und Kommunalbereich

MP Pools GmbH

Fachbetrieb für Schwimmbadbau

Wankendorfer Str. 16 • Stolpe

Tel. 04326 / 28 84 90 • www.mp-pools.de

SPROTTENTAGE IN ECKERNFÖRDE



Foto: Adobe Stock

Wie üblich eröffnen die beliebten Sprottentage auch 2025 die Open-Air-Saison in Eckernförde. Diese Veranstaltung ist ein fester Bestandteil des kulturellen Kalenders und zieht jedes Jahr viele Besucher*innen an. Freuen Sie sich auf fangfrische Spezialitäten in maritimer Kulisse, die sowohl Einheimische als auch Touristen begeistern. Denn direkt am Eckernförder Hafen bieten die Fischer ihre Waren feil, was ein authentisches und frisches Geschmackserlebnis garantiert. Allerlei gastronomische Stände am Hafen sowie zahlreiche umliegende Restaurants sorgen für das leibliche Wohl.

6. bis 9. Juni, ab 11 Uhr • Eckernförder Hafen



Foto: Adobe Stock

Yoga OpenAir 2025

Yoga direkt am Strand, ins Meer hüpfen, gemeinsam musizieren und direkt über Nacht bleiben? Das alles bietet das Yoga OpenAir am Eckernförder Südstrand. Ganze vier Tage lang können Yoga-Begeisterte an verschiedenen Sessions direkt am Strand teilnehmen und dabei die wundervolle Natur und die Nähe zum Meer genießen. Auf dem Festivalgelände sorgt der Foodstand für vegane Verpflegung, abends lockt das Lagerfeuer und in Strandnähe kann gezeltet und gecamp't werden. Yogamatten bitte mitbringen. Weitere Infos und Tickets gibt es unter nordic-yogaspirt.com/yoga-openair/.

12. bis 15. Juni • Südstrand, Eckernförde



Foto: Adobe Stock

Handgemacht

Bereits zum wiederholtem Mal kommt „Handgemacht“ vom 20. bis 22. Juni in das Ostseebad Eckernförde. 60 Kunsthandwerker*innen, Designer*innen und Anbieter*innen schöner, aber auch leckerer Dinge treffen sich auf der herrlichen Hafepromenade. Hier heißt es stöbern und staunen, schnacken und freuen, denn Sie werden wieder zahlreiche schöne, handgemachte Dinge entdecken. Von ausgefallenen Kreationen aus Stoff, Filz, Walk und Wolle über Gold- und Silberschmuck sowie Geschmeide aus Holz, Silberbesteck und Bernstein bis hin zu getöpften Geschirr und Pflanzgefäßen ist auf dem Markt alles vertreten. Mehr Infos finden Sie unter www.handgemacht-maerkte.com.

20. bis 22. Juni • Eckernförder Hafen

GENUSS TRIFFT LEBENSFREUDE



Foto: Adobe Stock

Vom 4. bis 6. Juli findet das Weinfest „Laboe – Genuss trifft Lebensfreude“ im Laboer Rosengarten statt – ein Eventklassiker auf dem Ostufer der Kieler Förde. Genießen Sie neben ausgezeichneten deutschen Weinen und kulinarischen Spezialitäten ein abwechslungsreiches Live Musik Programm. Erleben Sie ausgelassene Lebensfreude und angenehme Gesellschaft in einem wunderschönen Ambiente. Denn die Veranstaltungsfläche „Rosengarten Laboe“ ist nur einen Steinwurf von der Ostsee entfernt und bietet spektakuläre Sonnenuntergänge und ein großartiges Ostseepanorama.

4. bis 6. Juli, 13 bis 23 Uhr • Festwiese Rosengarten, Laboe



PLÖNER STADTBUCHTFEST

Das dreitägige Stadtfest in Plön ist mit seinen Aktivitäten am, auf und im Wasser ein absolutes Highlight.

Auf dem bunten Stadtbuchtfest erwartet Besucher*innen ein bunter Sommerspaß: Ein ganztägiges Bühnenprogramm, ein spannendes Drachenbootrennen und die vielen Mitmachangebote für Kinder begeistern jedes Jahr aufs Neue – und das Ganze mit der herrlichen Kulisse des Großen Plöner Sees im Hintergrund.

HIGHLIGHTS AM PLÖNER SEE

Der Drachenboot-Cup ist inzwischen Kult beim größten Fest am Großen Plöner See, zudem können Besucher*innen auf echten Segelbooten

mitfahren, sich beim Stand-up-Paddling testen, entspannt mit dem Kanu oder Tretboot die Stadtbucht entdecken ... und das Beste? Die Angebote sind kostenlos!

BUNTES MUSIK-PROGRAMM

Ein buntes Programm aus Livemusik von Soul, Swing, Pop, Rock und Traditionellem begeistert drei Tage lang auf der Seebühne der Förde Sparkasse. Künstler*innen aus der Region geben hier ihr Bestes. Der Eintritt zu den Konzerten ist frei.

FÜR DIE LÜTTEN

Sonntag ist Familientag – auch auf dem Stadtbuchtfest: Groß und Klein können sich herrlich vergnügen, denn Plöner Vereine und Institutionen bereiten viele Mitmachangebote vor. Hüpfburg, Wasserwalze, Goldwaschen, Glücksrad, Schminken und Henna-Tattoos, Tretbootfahren, Wasserspritze und vieles mehr warten auf die Kids.

4. bis 6. Juli
Stadtbucht Plön

Fotos: TIGPS Anne Weise

Wir verwirklichen Wohnträume



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



- Jedes Haus im EH 55 Standard erstellt
- Frei geplanter Grundriss
- Massiv gemauert

- Abluftwärmepumpe inklusive
- Freie Wahl der Ausstattung
- Kurze Bauzeit

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin mit uns!

NAGEL Massivhaus GmbH

Trentrade 35 • 24326 Ascheberg
Tel. 0 45 26 / 30 07-0 • info@nagelbau.de • www.nagelbau.de

*Hier bin ich
zu Hause!*

KIELER WOCHE 2025

Vom 21. bis 29. Juni wird Kiel erneut zur ultimativen Feiermeile! Das größte Sommerfestival Nordeuropas ist zurück und verspricht jede Menge Spaß, heitere Musik, (internationale) Leckerbissen und allerbeste Laune. Natürlich sind auch in diesem Jahr die spannenden Segel-Regatten ein absolutes Highlight.



FANGFRISCHE FESTIVAL-HIGHLIGHTS

Neben den Regatten und dem Bühnenprogramm hält die Kieler Woche zahlreiche Schauplätze bereit, an denen es täglich etwas zu entdecken und zu erleben gibt.

KIELER-WOCHE-JAHRMARKT

Auf dem großen Kieler-Woche-Jahrmarkt können Sie leckere gebrannte Mandeln genießen, süß duftende Zuckerwatte naschen und im Riesenrad Kiel aus einer besonderen Perspektive erleben.

KIELER HEIMATHAFEN

Das Eingangstor der Kieler Woche. Die Heimat der Matrosen kombiniert ein stimmiges Bühnenprogramm mit einer kulinarischen Auswahl, ganz im maritimen Stil.

INTERNATIONALER MARKT

Tauchen Sie ein in eine Welt der kulinarischen Vielfalt! Begeben Sie sich auf Ihre ganz persönliche Genussreise und erleben Sie die einzigartige Kultur der verschiedenen Länder hautnah.

KIELER-WOCHE-ERLEBNISWELTEN

Im Schlossgarten warten viele Aktionen zum Springen, Rutschen und Klettern! Fußballfans kommen im Fußballpark auf ihre Kosten und es können eigene Erdbeerpflanzen gepflanzt und geerntet werden.

SCHLAUMACHWIESE

Auf der Schlaumachwiese laden Sie das Umweltschutzamt, der Offene Kanal Kiel und viele weitere spannende Organisationen zum Entdecken und Experimentieren ein.

PLAYGROUND

Hier können sich Jugendliche an verschiedensten Dingen ausprobieren – von Skaten über Street Art bis hin zu KI-Workshops.

BAYERNZELT

O'zapft is! – unter diesem Motto wird endlich wieder gefeiert und auf den Tischen getanz. Natürlich im gemütlichen Festzelt und mit Erfolgsgaranten wie „Die Blechblos'n“.

SKANDINAVISCHES FISCHERDORF

Erleben Sie Skandinavien-Flair an der Kiel-Linie: Ein Fischerdorf mit Leuchtturm, bunten Hütten und nordischen Spezialitäten wartet!

LANDHAFEN

Im Landhafen Kiel genießen Sie die Kieler Woche entspannt mit Drinks, maritimen

Spezialitäten und Highlights wie Happy Hour und Grill-Events – direkt mit Blick auf die Förde.

KÖLSCH BROTHERS

Kölsche Lebensfreude in Schleswig-Holstein: frisch gezapftes Kölsch, Frozen Aperol, edle Weine und Gins – dazu tanzbare Beats und feierliche Stimmung, fast wie Karneval im Rheinland.

LITTLE IRELAND

Traditionelle irische Musik, Talente und eine unvergessliche Atmosphäre direkt an der Kieler Förde.

CARIBBEAN ISLAND

Inmitten exotischer Palmen können Sie sich ganz entspannt im Liegestuhl zurücklehnen, spritzige Cocktails genießen und zu latein-amerikanischen Klängen tanzen.

STREETFOOD-AREAL

Das Streetfood-Areal bietet eine Vielfalt an internationalen und regionalen Spezialitäten, die zum Schlemmen einladen.

INTERNATIONALE WILLER BALLOON SAIL

Bei der Willer Balloon Sail steigen bunte Heißluft- und Modellballone in den Himmel. Genießen Sie Live-Bands, leckeres Essen und abends die leuchtenden Night Glows und Feuerwerke.



Fotos: Henrike Barg / Kiel-Marketing (1) / Adobe Stock (1)

KIELER WOCHE PROGRAMMHEFT 2025

Noch mehr Highlights und Programm-
infos gibt es im KIELER-WOCHE-
PROGRAMMHEFT 2025, präsentiert von
KIELerleben. Kostenlos erhältlich im
Lebensart-Büro am Exerzierplatz 3 oder
als Download unter www.kielerleben.de.

DAS IST LOS



kieler uni live @ Kieler Woche 2025

Sommer, Segeln, Wissenschaft: Die größte Uni des Landes feiert an der Kiellinie mit einem riesigen Programm – und mit Ihnen!

Die **Christian-Albrechts-Universität zu Kiel** (CAU) verwandelt auch in diesem Jahr die Wiese vor dem Internationalen Begegnungszentrum (IBZ) am Anfang der Kiellinie in ein riesiges Mitmach-Areal – mit Wissenschaft zum Anfassen und Erleben. Nach der Eröffnung der „kieler uni live“ am 21. Juni um 12 Uhr erwartet Sie die CAU Kiel während der gesamten Kieler Woche (21.–29. Juni) täglich von 10 bis 17 Uhr mit einem abwechslungsreichen Programm. Willkommen sind alle! Für Kinder mit Eltern, Studieninteressierte oder Alltags-Neugierige aller Altersgruppen bieten über 200 Studiengänge, acht Fakultäten, vier Forschungsschwerpunkte und zwei Exzellenzcluster jede Menge Stoff für spannende Experimente und Geschichten – mit interessanten Menschen. Eintritt ist natürlich frei!

WISSENSPARCOURS AN DER KIELLINIE

Direkt an der belebten Kieler-Woche-Meile zeigt die Uni, was sie alles zu bieten hat! Bekommen Sie Einblicke in die verschiedensten Forschungsfelder und lassen Sie sich durch Experimente verzaubern. Beschäftigen Sie sich mit Fossilien und Erdbeer-DNA, tauchen Sie ein in die Lebenswelt Ostsee oder werden Sie künstlerisch tätig und nehmen Sie Ihr eigenes kleines Kunstwerk mit nach Hause. Versuchen Sie sich im Programmieren, bauen Sie kleine Solar-Panels zusammen und lernen Sie spielerisch mehr über Geografie, Sprachen, den menschlichen Körper, Vergangenheit und Zukunft. Mitmachen ist hier Programm

Aus der Vergangenheit für die Gegenwart lernen

– Exzellenzcluster ROOTS – Konnektivität von Gesellschaft, Umwelt und Kultur in vergangenen Welten / 21.–25.6.

Entzündungsforschung entdecken – Exzellenzcluster Precision Medicine in Chronic Inflammation (PMI) / 21.–25.6.

Digital Meta: Wirtslebewesen und Mikroorganismen in einem gemeinsamen Metaorganismus – Kiel Life Science (KLS) / 21.–25.6.

Meeresforschung von Mikroben bis Seegraswiesen – Kiel Marine Science (KMS) / 21.–25.6.

Nanoforschung – Kleine Dinge mit großer Wirkung – Kiel Nano Surface and Interface Science (KiNSIS) / 21.–25.6.

Hektar und Kalorien – Agrar und Ernährung entdecken – Agrar- und Ernährungswissenschaftliche Fakultät der Uni Kiel / 21.–25.6.

Denkraum „Energie“: Mikroben, Moore und Mitbestimmung – Denkraum der Uni Kiel / 21.–25.6.

Infostand und „Bachelor of KiWo“ / 21.–29.6.

CAU-Merchandise / 21.–29.6.

Planet Ozean: Die Entwicklung des Lebens im Meer – Geologisches und Mineralogisches Museum, Institut für Geowissenschaften / 21.–29.6.

Mitmach-Angebote für Groß und Klein – Kieler Forschungswerkstatt / 21.–29.6.

CAPTN Initiative – innovative Mobilität für Kiel / 26.–29.6.

Die Fauna der Ostsee – Zoologisches Museum / 26.–29.6.

Kontaktstudium – Euer weiterbringender Kontakt zur Uni / 21.–29.6.

Zentrale Studienberatung der Uni Kiel / 26.–29.6.

Europa stärken: internationale Zusammenarbeit für eine widerstandsfähige Zukunft – SEA-EU – Die Europäische Universität der Meere / 26.–29.6.

Druckwerkstatt der Kunsthalle zu Kiel / 26.–29.6.

Funktionale Nanomaterialien: Kleine Strukturen mit großer Wirkung / 26.–29.6.

und ausdrücklich erwünscht! Natürlich dürfen auch die beliebten Blitzsprachkurse nicht fehlen: Neben hilfreichen Tipps zur italienischen Gestik für den Sommerurlaub können Sie auch erste Sprachkenntnisse auf Polnisch, Ukrainisch, Tschechisch, Niederländisch oder Chinesisch erlangen. Nachmittags stellen sich die Sportkurse der Hochschule mit spannenden Aufführungen vor: von Akrobatik über Contemporary Dance und Taekwondo bis Zumba.

WIEDER DABEI: „BACHELOR OF KIWO“

Wenn schon studieren, dann doch bitte mit Abschluss. Wer sich erfolgreich durch den Wissensparcours bewegt, einige Kurse belegt und Lust auf eine Extraportion Spaß hat, bekommt von der CAU Kiel den „Bachelor of Kieler Woche“ inklusive Urkunde und Abschlussfoto. Geeignet ist das Schnellstudium für alle ab 6 Jahren. Voraussetzung ist Neugier auf Wissen.

VORTRAGSPROGRAMM IN DER SEEBURG

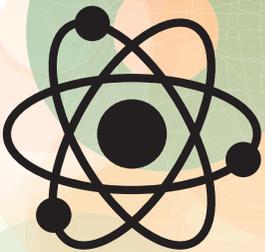
Direkt neben dem Pagodenpark öffnet die Kieler Hochschule für Sie zusammen mit der Schleswig-Holsteinischen Universitäts-Gesellschaft (SHUG) die Seeburg. Neben der beliebten Science-Show stellen Ihnen hier die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler Neuestes aus ihrer Forschung vor – in spannenden Kurzvorträgen. Kommen Sie vorbei – die CAU Kiel freut sich auf Ihren Besuch!

kieler uni

LIVE

21.–29.6.

Kiellinie 5–7 und Seeburg



Vom Campus an die Kiellinie:
Spannende Experimente, Exponate
und jede Menge Expertise



Täglich von 10 bis 17 Uhr:
Große Eventfläche mit buntem
Programm



»Bachelor of KiWo«:
Unser Mitmach-Studium für Euch

Unser Programm: www.uni-kiel.de/live





Das Spiellinie-Team freut sich auf die „Fabelhaften Fabelwesen“ auf der Krusenkoppel.

Foto: Landeshauptstadt Kiel/Lucy Becker

GEHEIMNISVOLLE SPIELLINEIE

„Fabelhafte Fabelwesen“ auf der Krusenkoppel

Ein riesiger Zyklon, ein schillernder Drache mit mehreren Köpfen und gefilzte Elfen und Trolle im Zauberwald – auf der Krusenkoppel wird es zur Kieler Woche magisch und geheimnisvoll.

Die Spiellinie – Deutschlands größtes Kinder-Kultur-Angebot unter freiem Himmel – steht in diesem Jahr unter dem Motto „Fabelhafte Fabelwesen“. Neun Tage lang (21. bis 29. Juni) verwandeln Kinder gemeinsam mit dem Spiellinie-Team der vhs-Kunstschule die Krusenkoppel in eine fantasievolle Fabelwelt.

KREATIV, KUNTERBUNT & KOSTENLOS

Rund 260.000 Besucher*innen haben in dem 57.000 Quadratmeter großen grünen Park jährlich ihren Spaß. Dort entstehen einzigartige Kieler-Woche-Erinnerungen bei den Kindern, Familien und allen, die das Besondere lieben. Geöffnet ist die Spiellinie während der Kieler Woche täglich von 14 bis 18 Uhr, an den Wochenenden kann sogar schon ab 11 Uhr gemalt, gebaut und gespielt werden. Wie immer gilt auf der Spiellinie: Alle Workshops, Aktionen, Vorführungen und Konzerte sind kostenfrei. 14 Workshops laden in diesem Jahr zum Bauen, Malen, Matschen, Lauschen und Staunen ein: Der verwunschene Wurzelwald

beherbergt seltsame Wesen mit riesigen Augen. In der Farbwerkstatt werden fantasievolle Meerjungfrauen und Wasserperle gedruckt. Beim Holzworkshop entsteht ein verworrenes Labyrinth. Und natürlich darf in diesem Jahr auch wieder im Lehm gematscht werden. Zum ersten Mal ist in diesem Jahr das Galli Theater dabei. Das Mitmachtheater bietet jeden Tag ein anderes Märchen zum Zuschauen, Mitlachen und Mitspielen an. Am Eingang Karolinenweg wartet die Hüpfburg des TAT-Teams auf die jüngsten Besucher*innen. Dort kann richtig getobt werden. Auch die Ohren sollen ihren Spaß haben: Am ersten Wochenende bietet das Musiculum auf der Bühne im Bauwagen allen Kindern die Möglichkeit, ganz verschiedene Instrumente auszuprobieren.

FANTASIEVOLLES MITEINANDER

Für Kiels Bürgermeisterin Renate Treutel steht fest: „Die Spiellinie macht Kinder froh – und Erwachsene ebenso. Sie ist seit mehr als 50 Jahren ein traumhafter Ort. Gemeinsam erschaffen

Tausende von Kindern ein fantasievolles Gesamtkunstwerk.

Die Spiellinie bietet spannende Entdeckungen, versunkenes Spiel und wundervolle Kindheits-erinnerungen. Und die Kinder machen eine sehr wertvolle Lernerfahrung: Auf der Krusenkoppel gibt es keine Konkurrenz! Kein Kind muss schneller und besser sein oder mehr schaffen als ein anderes. Alle bauen zusammen, jede Hand wird gebraucht, jeden Tag wird die Spiellinie schöner und am Ende bestaunen alle die selbst geschaffene künstlerische Welt.“ Philipp Dornberger, Leiter des Kieler-Woche-Büros, ergänzt: „Zuhause ist da, wo wir uns sicher fühlen, verstanden und willkommen. Gerade in einer Welt, die sich immer schneller dreht, wächst der Wunsch nach solchen Orten – nach Vertrautheit, Wärme und Zusammenhalt. Die Spiellinie ist genau so ein Ort.“

ÜBRIGENS:
Am Abend verzaubert das Kieler-Woche-Festival auf der Freilichtbühne die Erwachsenen mit einer zauberhaften Beleuchtung und einem bunten hochkarätigen Konzertprogramm.

Innovative Brillenmode erobert (nicht nur) die Segelwelt

LUXUS TRIFFT AUF ABENTEUER

Von Tokio über New York bis nach Paris sind DITA Flagship-Stores weltweit präsent und ziehen Fans von exklusivem Brillendesign an. Doch in Schleswig-Holstein gibt es nur einen Ort, an dem man die exquisite Marke DITA LANCIER finden kann: bei **SEHEN HÖREN HEISEL**.

In der Welt der Luxusbrillen hat sich DITA als wahrer Innovator etabliert. Seit seiner Gründung im Jahr 1995 hat das Unternehmen die Brille neu definiert und verbindet diskreten Luxus mit mutigen Design-Elementen.

KLARER DURCHBLICK ZU WASSER UND ZU LAND

DITA LANCIER steht für Brillen, die nicht nur gut aussehen, sondern auch technologisch überzeugen. Mit einem Fokus auf Fortschritt und Innovation strebt DITA danach, die

Grenzen von Technik, Design und Herstellung ständig zu erweitern. Besonders beeindruckend sind die DITA-LANCIER-Gläser, die speziell für die Anforderungen von Land, Meer und Luft entwickelt wurden. Diese bieten nicht nur Farbverbesserungen, sondern überzeugen auch mit ihrer Widerstandsfähigkeit: UV-Schutz, wasser- und ölabweisende Eigenschaften sowie maximale Polarisierung zur Reduzierung von Spiegelungen auf dem Wasser sind nur einige der herausragenden Features.



MIT PERFEKTION UND LEIDENSCHAFT

Die Herstellung jeder DITA LANCIER Brille erfordert ein hohes Maß an Handwerkskunst und Detailgenauigkeit. Kein Wunder also, dass sogar der zweifache Weltsegler des Jahres, der Neuseeländer Peter Burling, als Markenbotschafter der DITA LANCIER Sea Kollektion fungiert. Sie möchten die exklusiven DITA LANCIER Brillen näher kennenlernen? Das Expert*innen-Team von **SEHEN HÖREN HEISEL** auf dem Kieler Ostufer berät Sie gerne! Weitere Informationen unter sehen-hoeren-heisel.de.

Fotos: DITA LANCIER (2)

DITA Lancier

Advanced Lens Technology
for Land, Sea, and Air.



Laboe, Probsteier Platz 3, 24235 – Tel. 04343 8675

Schönberg, Bahnhofstraße 13, 24217 – Tel. 04344 4959



Foto: Kiel-Marketing / Kristina Steigmeier

SEGELN AUF WELTKLASSE-NIVEAU

Während des größten Segelsportevents der Welt empfängt Sie das Olympiazentrum in Schilksee unter dem Motto „Tough Sailing – Great Entertainment“. Freuen Sie sich auf internationales Flair, spannende Regatten auf höchstem Niveau und eine unschlagbare Klassenvielfalt.

TERMINE

TERMINE

TERMINE

TERMINE

SEEREGATTEN

- Aalregatta 21. bis 22. Juni
- Kiel-Cup 22. bis 24. Juni
- Senatspreis 25. bis 26. Juni
- Silbernes Band 27. bis 28. Juni

TEIL 1

Olympische Klassen in Stein und Schilksee
20. bis 25. Juni

TEIL 2

Internationale Klassen in Schilksee
26. bis 29. Juni

TERMINE TERMINE

TERMINE

Größe 42 - 60
2B big in fashion
CITTI-Park Kiel, OG
Mo-Sa 9-20 Uhr

LUSST AUF SOMMER, SONNE... KLAMOTTE?
Wir haben das perfekte Outfit für jedes Wetter!

Unser Ohrhänger sind die süßeste Verwöhnung des Sommers

2Blings

see you
www.2b-biginfashion.de

Süße Sommerbegleiter

Von Segelseilarmbändern bis hin zu fruchtig-frischen Schmuckstücken – diese süßen Accessoires machen Appetit auf Sonne, Sommer und Kieler Woche! Gefunden bei **2B big in fashion!**

KIELER WOCHE AM HANDGELENK

Schöne Segelseilarmbänder mit praktischem Magnetverschluss für 15 Euro. Verschluss und Seil sind individuell wählbar. Das Team nimmt auch gerne Maß für die richtige Größe.



ZUCKERSÜSSE HINGUCKER

Die bezaubernden Tiny Food Ohrhänger sind nicht nur echte Eyecatcher, sondern kosten pro Paar lediglich 5 Euro. Entdecken Sie im Geschäft viele verschiedene Designs und Größen.



FRECHE FRÜCHTCHEN

Auch als Ohrstecker hinreißend: Die Tiny Food Ohrstecker bestechen ebenfalls mit zucker-süßer Optik und einem Preis von 5 Euro.

Fotos: 2B big in fashion



SCHIFFSTÖRNS ZUR KIELER WOCH SEGELN AUF DER FÖRDE

Jedes Jahr im Juni herrscht eine ganz besondere Stimmung in der Landeshauptstadt, denn es ist Kieler Woche. Mit einer Reihe an Angeboten wie Kurz-, Tages- oder Abend-Segeltörns können Sie das traditionelle Segelevent hautnah erleben.

Ob Regatta-Begleitfahrt, Mitsegeln zur beeindruckenden Windjammerparade, einem romantischen Segeltörn zum Feuerwerk oder

im Olympiahafen Schilksee das Geschehen auf dem Wasser und die Segelregatten live verfolgen – lassen Sie die Seele baumeln und den Alltag

hinter sich. Seien Sie dabei und erleben Sie das weltgrößte Segelevent mit allen Sinnen. Weitere Infos und Buchungen für die Segeltörns unter www.kiel-sailing-city.de.

Welcome Center Kieler Förde
Stresemannplatz 1-3, Kiel • www.kiel-sailing-city.de

Premium-Poster-Aktion

KIELER WOCH IM KASTEN

Zu kaum einer Zeit im Jahr ist unsere schöne Förde so fotogen wie zur Kieler Woche. An jeder Ecke, ob zu Wasser oder zu Land, tummeln sich geniale Fotomotive. Daher winkt das **VICO Fotohaus** pünktlich zur Kieler Woche mit einer erstklassigen Aktion: Bringen Sie Ihre liebsten Bilder für einen Sonderpreis von 3,90 Euro statt 5,40 Euro in Premiumqualität aufs Poster. Im VICO

Fotolabor erstellen die Expert*innen auf 30 x 45 cm einen Premium-Fotodruck in Hochglanz oder Matt auf echtem Fuji Premium HD Fotopapier. Und das Beste: einfach online von zu Hause bestellen, Datei per Mail an bilder@vico-kiel.de senden oder direkt vom Smartphone oder Speichermedium bestellen. Weitere Infos unter www.fotohaus-kiel.de oder Tel.: 0431 / 98 26 22 4.



Foto: VICO Fotohaus

DEIN
LIEBLINGS
BILD
ALS POSTER

POSTERAKTION

- » gedruckt auf echtem HD Fotopapier
- » aus unserem eigenen Fotolabor
- » auf Wunsch sofort zum Mitnehmen (Express-Zuschlag)
- » inkl. Daten-Check, auch vom Smartphone
- » online bestellen unter www.fotohaus-kiel.de

Poster 30x40 cm nur 3.90 €

BAYWATCH IM NORDEN



Wenn die Badesaison beginnt, ist das Team der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft im Einsatz. Sie beschützen und retten.



Sie beschützen und retten – die Mitglieder der DLRG

BAYWATCH IM NORDEN

Ob am See, im Freibad oder an der Küste: Wo Wasser ist, ist auch die DLRG nicht weit. Die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) ist mit knapp 630.000 Mitgliedern und Förderern eine der größten Wasserrettungsorganisationen der Welt. In Schleswig-Holstein zählt sie über 35.000 Mitglieder.

VON MARION LASS

Jetzt beginnt sie wieder, die herrliche Sommerzeit, in der wir auch gerne mal ein Bad in Nord- und Ostsee oder in den zahlreichen anderen Gewässern unseres Landes nehmen. Da kann leicht mal was passieren. Selbst als geübte*r Schwimmer*in ist man nie ganz sicher. Wie gut, dass es die DLRG gibt!

Seit ihrer Gründung in Leipzig im Jahr 1913 setzt sich das DLRG-Team für die Sicherheit im und am Wasser ein. Wir haben der Ortsgruppe Husum einen Besuch abgestattet. Gerade erst vor einigen Wochen war dem Husumer Team eines seiner Schlauchboote inklusive Motor und Trailer aus der Garage gestohlen worden. „Als das bekannt wurde, haben wir so viel Solidarität erfahren. Das tat wirklich gut“, sagt Markus Hausen. Der Vorsitzende der Ortsgruppe ist immer noch beeindruckt. „Der Diebstahl war für uns eine Katastrophe“, sagt Markus Hausen im Gespräch mit der Lebensart. „Vom finanziellen Schaden einmal abgesehen – wir brauchen die Boote!“ Doch was dann kam, hat sein Herz

berührt. „Neben der Hilfsbereitschaft, das Boot wiederzufinden, haben wir eine gewaltige Spendenbereitschaft erfahren und können nun ein neues Boot anschaffen“, freut sich der Vorsitzende. Das alte Boot ist inzwischen wieder aufgetaucht. Es ist komplett zerstört worden. Die Mitglieder vermuten, dass es den Dieben zu heiß wurde, das Diebesgut anzubieten. Man hatte versucht, den Schriftzug DLRG zu entfernen, was nicht gelungen war.

EHRENAMTLICH UND ENGAGIERT

Mit Markus Hausen engagieren sich rund 80 ehrenamtliche Helfer*innen in der DLRG Husum. Sie sorgen nicht nur für Sicherheit beim Badebetrieb an der Nordsee und in Eider und Treene, sondern bilden Kinder und Erwachsene im Schwimmen aus – und natürlich im Rettungsschwimmen. Besonders im Sommer leisten die Einsatzkräfte wichtige Präventionsarbeit und rücken bei Notfällen aus – ehrenamtlich und auch schon mal rund um die Uhr.

ERTRINKUNGSFÄLLE VERHINDERN

„Unsere wichtigste Aufgabe ist es, Ertrinkungsunfälle zu verhindern“, erklärt Markus Hausen den Job eines Baywatchers. Dazu gehört die Aufklärung über Gefahren im und auf dem Wasser sowie das richtige Verhalten in Notsituationen. Die Husumer verfügen über einen Wasserrettungsdienst und eine Jugendgruppe. Da es bei allen Aktionen in erster Linie um Wissen und Erfahrung geht, stehen hier Erste-Hilfe-Kurse und medizinische Fortbildungen ganz oben auf der Agenda. Wer Interesse hat, sich zu engagieren oder einen Schwimmkurs zu besuchen, ist herzlich willkommen.

EINE BESONDERE GRUPPE

Neben der „normalen“ Einsatzgruppe gehört zur Husumer DLRG eine ganz besondere Abteilung: die Einsatztaucher*innen. Für diese 60 aktiven Mitglieder ist der zweite Vorsitzende der DLRG Husum, Alexander Nissen, zuständig. Mit ihm haben wir über seine Tätigkeit gesprochen.

TH WASSER Y – MENSCHENLEBEN IN GEFAHR

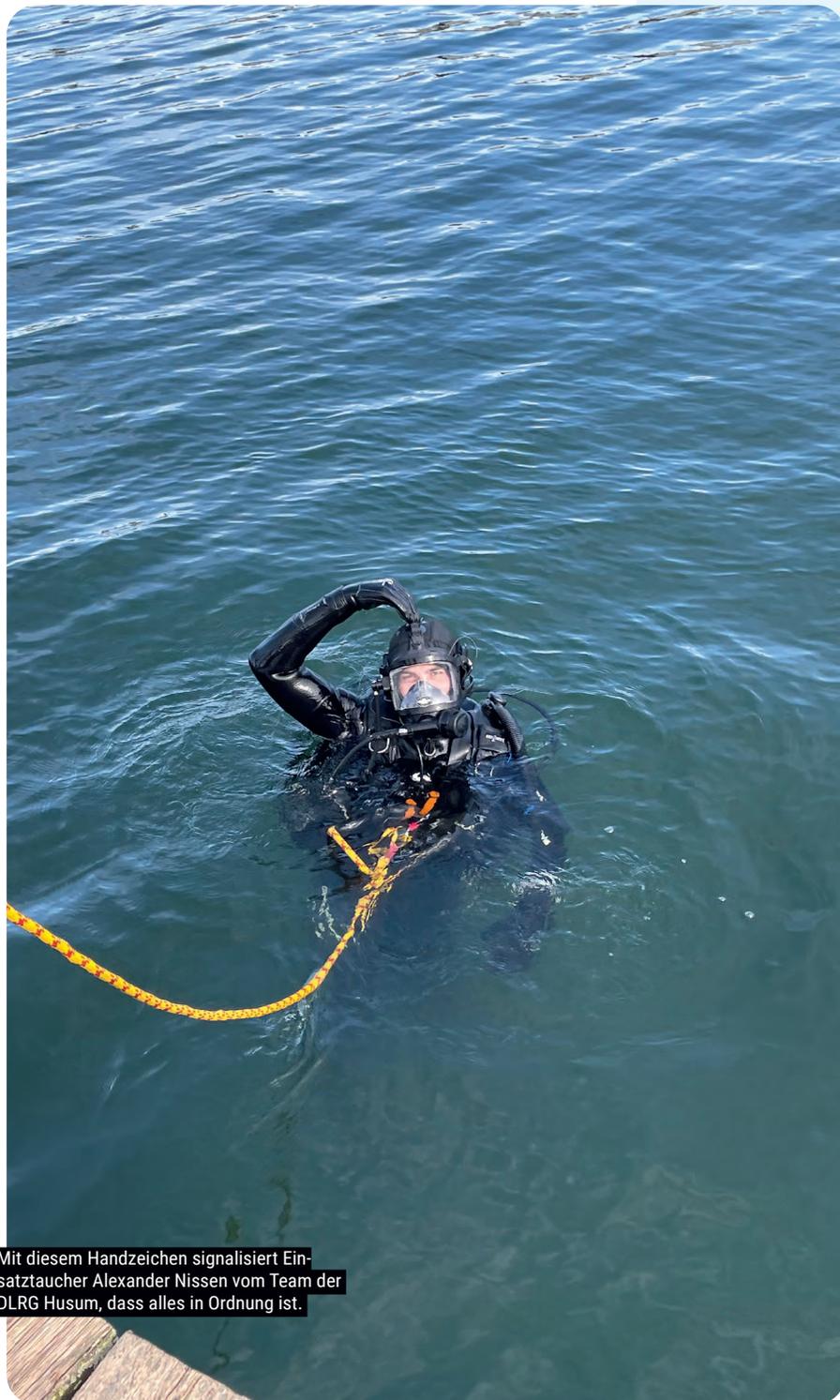


Wenn Alexander Nissen in seinen schwarzen Tauchanzug steigt, atmet er tief und ruhig. Er ist fokussiert. Die Welt, die ihn gleich erwartet, ist kalt und dunkel – und er weiß, dass er große Verantwortung trägt.

Der Bundeswehr-Offizier ist Einsatztaucher und gehört zu denjenigen, die an Orte vordringen, die ein dunkles Geheimnis tragen können. Seine Aufgabe ist es, diese Geheimnisse zu lüften. Er ist derjenige, der in die Tiefe und ins Trübe geht – um Menschenleben zu retten oder um traurige Gewissheit zu schaffen. Und manches Mal ist auch für ihn das Risiko hoch. Der 33-Jährige wurde in Kappeln geboren, wuchs im Rheinland auf und ist heute als Offizier bei der Luftwaffe in Husum stationiert – sozusagen zurück im Norden. Seit 2018 ist er in der DLRG Husum aktiv, seit 2024 ausgebildeter Einsatztaucher und mittlerweile auch zweiter Vorsitzender der DLRG-Ortsgruppe. Sein Weg begann klassisch mit der Sanitäter-Ausbildung bei der DLRG, führte über den Wasserrettungsdienst und die DLRG-Wachstation am Husumer Dockkoog, bis er vergangenes Jahr in den Kreis der Einsatztaucher aufgenommen wurde, die in Situationen abtauchen, in denen jede Sekunde zählen kann.

HELFER*INNEN IN TRAGISCHEN MOMENTEN

„Wir dürfen eines nicht vergessen: Wir sind nicht die, die den Angehörigen ein Lächeln ins Gesicht zaubern. Oft sind wir die, die Gewissheit bringen. Das klingt hart, ist aber leider die Realität“, sagt Nissen. Als vor einigen Jahren ▶



Mit diesem Handzeichen signalisiert Einsatztaucher Alexander Nissen vom Team der DLRG Husum, dass alles in Ordnung ist.



Sobald die Wasseroberfläche durchbrochen wird, wird es still um die Taucher*innen.

„Ich wünsche mir, dass jeder Nichtschwimmer ein Schwimmer wird und jeder Schwimmer ein Rettungsschwimmer.“

Alexander Nissen

► ein Auto mit zwei Menschen an Bord im Wasser versinkt, ist er dabei. Für das Ehepaar kommt jede Hilfe zu spät. „Es gibt Dinge, die man nicht vergisst“, sagt er nachdenklich. In solchen Momenten helfen der Einsatzgruppe eingübte Routine, ein kühler Kopf und später die psychologische Betreuung. „Einsatztauchen ist kein Hobby“, betont Alexander Nissen. „Es ist wie beim THW oder bei der Feuerwehr: Du gehst in Situationen, die dich für immer begleiten werden.“

DLRG – EIN STARKES TEAM

Das Team der DLRG Husum ist stark: Über zehn Einsatztaucher*innen und Signalleute stehen bereit. Sie üben regelmäßig alle ein bis zwei Monate in der Eider, der Treene oder in der Ostsee. Diese Übungen sind entscheidend, denn wenn der Alarm „TH Wasser Y“ ertönt – technische Hilfeleistung mit Menschenleben in Gefahr –, muss jeder Griff sitzen, weil jede Sekunde zählt.

Als Einsatztaucher*in zu arbeiten bedeutet absolutes Vertrauen, weiß Alexander Nissen. „Man taucht nie allein; immer zu zweit“, erklärt er. Während eine*r unter Wasser arbeitet, bleibt der bzw. die andere oben und gibt über Zugzeichen an der Leine Kommandos. Fünf bedeutet: alles okay. Sechs: Fund ... ►

SPENDEN HELFEN

Die Arbeit der DLRG Husum wird aus Spenden und Mitgliedsbeiträgen finanziert. Die Kontoverbindung zur Bekämpfung des Ertrinkungstodes lautet: IBAN DE33 2176 2550 0009 1830 35, BIC: GENODEF1HUM

DIE DLRG

Die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e. V. ist ein gemeinnütziger Verein. Er ist organisatorisch gegliedert als gemeinnützige und selbständige Wasserrettungs- und Nothilfeorganisation. Sie arbeitet grundsätzlich ehrenamtlich mit freiwilligen Helfer*innen. Mit knapp 630.000 Mitgliedern in fast 2000 örtlichen Gliederungen gehört sie zu den größten freiwilligen Wasserrettungsorganisationen der Welt.

- ▶ Die Anforderungen an Einsatztaucher*innen sind hoch: Wer körperlich fit ist, einen gefestigten Charakter mitbringt und Teamgeist besitzt, kann Einsatztaucher*in werden. Das Alter spielt dabei keine Rolle. In Husum sind die meisten Teamkolleg*innen von Alexander Nissen zwischen 20 und 50 Jahre alt. „Solange du fit bist, kannst du den Job machen“, sagt er. „Aber du musst ihn auch wirklich machen wollen.“

RUHIG BLEIBEN UNTER DRUCK

Die Ausrüstung des Husumer Teams ist modern und funktional: Leichttauchgeräte, Vollmasken mit Sprechfunk, Kranschlingen und Sägen – alles, was notwendig ist, um zum Beispiel unter einem Schiff Opferanoden zu überprüfen, Reparaturen an einem Badesteg durchzuführen oder – im schlimmsten Fall – Tote zu bergen. Ein*e Einsatztaucher*in muss jeder Situation gewachsen sein und jedes Jahr mindestens zehn Tauchgänge mit insgesamt 300 Tauch-Minuten absolvieren, um die Lizenz zu behalten. Dazu kommen regelmäßige Tauglichkeitsuntersuchungen und tauchmedizinische Schulungen. „Einsatztauchen ist ähnlich wie Fallschirmspringen“, sagt Alexander Nissen. „Du gehst in



Getaucht wird zu zweit. Eine*r ist unter Wasser, während die bzw. der andere von Land aus Anweisungen gibt und den Kontakt hält.

eine Situation hinein, die du nicht kontrollieren kannst. Du musst Vertrauen in dein Team und in dich selbst haben, denn in dem Moment, wenn die Oberfläche durchbrochen wird und das Wasser über dir zusammenschlägt, bist du allein – mit Dunkelheit, Technik und Hoffnung.“ Für Alexander Nissen gehört das inzwischen zum Alltag. Für Außenstehende grenzt es an Heldentum. Ob bei DLRG, THW oder bei der Freiwilligen Feuerwehr: Mit großem Respekt sollten wir alle Danke sagen, dass es Menschen wie Alexander Nissen gibt.

EIN WUNSCH, DER LEBEN RETTEN KÖNNTE

Auf die Frage nach seinem größten Wunsch überlegt der Husumer Einsatztaucher nicht lange: „Ich wünsche mir, dass jeder Nichtschwimmer ein Schwimmer wird und jeder Schwimmer ein Rettungsschwimmer.“ Das ist Alexander Nissens große Vision. Zudem bittet er alle, die Bade- und Eisregeln ernstzunehmen. „Das ist ein kleiner Schritt mit einer ganz großen Wirkung“, ist er überzeugt.



Für die Stadt Niebüll haben die Einsatztaucher das Naturbad Wehle von Unrat, Müll, Bierflaschen und einem Straßenschild befreit.



WILLKOMMEN IN DER INSEL- UND
HALLIGWELT NORDFRIESLANDS

EIN LEBEN MIT EBBE UND FLUT

Im Nordwesten Schleswig-Holsteins liegt eine Region von außergewöhnlicher Schönheit: die Insel- und Halligwelt Nordfrieslands. Geformt von Wind, Wasser und Gezeiten, erzählen die Orte hier Geschichten vom Leben mit dem Meer und der Natur.

Bei so viel Wind, Weite und Watt kommen nicht nur Urlauber*innen ins Schwärmen. Auch die Einheimischen sind ergriffen vom Panorama.



Was für eine Kulisse. Wer Ruhe und Erholung sucht, der ist in der Insel- und Halligwelt genau richtig.



Die Halligen besitzen keine Deiche wie die Inseln. Hier sind die Häuser auf Warften gebaut, die vor der Nordsee schützen sollen.

Die nordfriesischen Inseln Sylt, Föhr und Amrum sind vielen bekannt. Sie sind ein bisschen auch die Hotspots der Insel- und Halligwelt. Sie locken nicht nur mit weißen Sandstränden, reetgedeckten Häusern, einer wunderschönen Natur und einer gesunden Brise frischer Meeresluft, sondern auch mit buntem Programm. Wer hier seinen Urlaub verbringt, kann herrlich abschalten und bekommt gleichzeitig ein bisschen Action geboten.

DIE HALLIGEN – EINE ANDERE WELT

Wem das zu viel Trubel ist, dem offenbart sich ein bisschen abseits des bunten Treibens eine weitere faszinierende Welt: die beschauliche Insel Pellworm und die nordfriesischen Halligen – winzige, nicht eingedeichte Marschinseln mitten im Wattenmeer. Wer eine Hallig wie Langeneß oder Hooge besucht, betritt eine andere Welt. Die Häuser stehen hier auf sogenannten Warften, künstlich aufgeschütteten Hügeln, die Schutz vor den Sturmfluten bieten. Denn bei Landunter werden die Wiesen der Halligen überspült. Wenn das passiert, ragen nur noch die Warften wie kleine Inseln aus der silberglitzernden Wasseroberfläche heraus.

DIE STILLE ÜBER DEM WATT

„Hier lebt man nicht gegen das Meer, sondern mit ihm“, wissen die Hallig-Bewohner*innen. Sie kennen die Eigenheiten des Meeres und die Stille, die über dem Watt liegt, wenn das Wasser geht und man über den Meeresboden gehen kann. Die Tierwelt der Insel- und Halligwelt ist ebenso beeindruckend: Millionen Zugvögel rasten hier jedes Jahr, Seehunde sonnen sich auf Sandbänken, und mit etwas Glück lässt sich sogar ein Schweinswal blicken.

UNESCO-WELTNATURERBE

Die Insel- und Halligwelt ist Teil des Nationalparks Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer, der wiederum UNESCO-Weltnaturerbe ist – und in diesem Jahr seinen 40. Geburtstag feiert. Er ist nicht nur ein Paradies für Naturfreunde, sondern auch ein Mahnmal für den achtsamen Umgang mit der Umwelt, denn die Region ist nicht nur landschaftlich besonders schön, sondern auch verletzlich. Der Klimawandel und der steigende Meeresspiegel stellen die Bewohner*innen vor große Herausforderungen.

ZURÜCK ZUR NATUR

Trotzdem – oder gerade deshalb – zieht es immer mehr Menschen in dieses „Land zwischen Himmel und Meer“. Wer hierherkommt, reist nicht nur geografisch, sondern auch innerlich ein Stück weit – zurück zur Natur, zur Langsamkeit und zur Kraft der Elemente.

Wer auf den Halligen Urlaub bucht, erlebt das Ursprüngliche, das Echte.





PELLWORM

EINE BESONDERE INSEL FÜR BESONDERE MENSCHEN

Sie lieben die Weite, die Stille, Schafe und grüne Deiche?

Dann ist Pellworm der ultimative Reisetipp für Sie.

Während Sylt, Föhr und Amrum mit unterhaltsamen Angeboten locken, überzeugt die Insel Pellworm auf eine ganz eigene Weise – als ruhige, naturverbundene Alternative – und als Tor zur Sternenwelt, denn Pellworm wurde wegen der geringen Lichtverschmutzung von der International Dark Sky Association als Sterneninsel anerkannt. Die drittgrößte nordfriesische Insel steht für Stille, Weite und eine besondere Form der Entschleunigung, die gerade in unserer heutigen Zeit so wohltuend wirkt. Mitten im UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer gelegen, präsentiert sich Pellworm als Rückzugsort für alle, die das Ursprüngliche suchen. Hier ist das Tempo langsamer, die Luft salziger, der Horizont weiter. Kein Lärm, keine Hektik – nur das Kreischen der Möwen, das Blöken der Schafe auf dem Deich und das sanfte Rauschen der Nordseewellen.

IM RHYTHMUS DER GEZEITEN

Auf Pellworm lebt man mit der Natur. Ebbe und Flut geben den Takt vor für die Menschen,

die hier wohnen. Rund 1200 Einwohner*innen zählt die Insel. Viele von ihnen leben vom Tourismus, von der Landwirtschaft oder von der See. Beeindruckend ist die Verbundenheit zur Tradition. Der historische Leuchtturm, das Wahrzeichen der Insel, ragt seit über 100 Jahren rot-weiß gestreift in den Himmel. Von seiner Plattform bietet sich ein Blick über die Halligen, das Wattenmeer – und bei klarer Sicht bis zur Küste Schleswig-Holsteins. Hier oben kann man sich sogar das Ja-Wort geben, ebenso wie an vielen weiteren Orten auf der Insel. Ein echtes Angebot für Romantiker*innen.

URLAUB WIE FRÜHER – MIT KOMFORT

Menschen, die den Weg nach Pellworm finden, erwartet kein Massentourismus, sondern Herzlichkeit. Die Insel bietet gemütliche Ferienwohnungen, Reetdachhäuser und kleine Hotels. Und besonders beliebt ist der Urlaub auf dem Bauernhof. Wer hierherkommt, sucht nicht das Nachtleben, sondern den Sternenhimmel. Nicht das Großstadtflair, sondern die Stille der

Natur. Fahrradfahren auf dem Deich, Wattwanderungen mit erfahrenen Führer*innen, Vogelbeobachtungen oder einfach ein Spaziergang am Meer – das ist Pellworm.

ZUKUNFTSORIENTIERT

Trotz aller Ursprünglichkeit tickt die Insel modern. Pellworm ist Vorreiter in Sachen erneuerbare Energien: Windkraft, Solarenergie und Biogasanlagen sorgen dafür, dass die Insel energetisch weitgehend autark ist. Der Weg zeigt: Tourismus und Umweltbewusstsein müssen kein Widerspruch sein.

ENTSCHLEUNIGUNG MIT AUSSICHT

Pellworm ist nicht laut, nicht schnell, nicht glamourös. Genau das macht den Reiz aus. Die Insel ist ein Ort für Menschen, die innehalten wollen. Die wieder spüren möchten, wie gut einfache Dinge tun: barfuß durchs Watt laufen, den Sonnenuntergang auf dem Deich beobachten oder einfach mal wieder durchatmen. Vielleicht ist Pellworm nichts für jeden, aber vielleicht genau das, was Sie gerade brauchen?

CAMPINGSPASS TRIFFT DÄNISCHE GELASSENHEIT

Tank-Reisemobile in Dänischenhagen bei Kiel hat allen Grund zur Freude:
Seit August 2024 gehört ein idyllisch gelegener Campingplatz in Südjütland/DK zum erweiterten Angebot des norddeutschen Reisemobil-Spezialisten.

Nur einen Steinwurf von der deutsch-dänischen Grenze entfernt, bietet Tank-Reisemobile zusammen mit Uge Lystfiskeri und Camping einen attraktiven Campingplatz an. Er verfügt über große Stellplätze, gemütliche Hütten und einen Campingplatz-Shop, der von frischen Brötchen bis zur Grillkohle alles Wichtige im Angebot hat.

GROSSER FORELLENSÉE

Highlight der Anlage ist natürlich der fünf Hektar große Forellensee, der mehrfach frisch besetzt wird und damit perfekte Bedingungen für Petrijünger*innen bietet.

BADESEE UND FREIZEITANGEBOTE

Ausflüge nach Apenrade oder an die nur zwölf Kilometer entfernte Ostsee bieten sich ebenso an wie entspannte Stunden auf dem Platz, der mit Badensee, Spielplätzen, einem Minigolfplatz und weiteren Freizeitangeboten punktet.

MIETEN ODER KAUFEN

Ach, Sie haben noch gar kein Reisemobil? Auch das Problem wird bei Tank-Reisemobile schnell gelöst: Sie können ein Mobil mieten oder sogar kaufen. Ganz wie Sie möchten. Und wer jetzt noch schnell ist, der erhält satte 28 % Rabatt auf

die Übernachtungspreise in Südjütland.
Mehr Infos unter www.tank-reisemobile.de



Fotos: Tank Reisemobile



UGE CAMPING & LYSTFISKERI

Dein perfekter
Camping-Trip
mit Tank!

**TANK Urlaub jetzt auch in Dänemark –
Camping & Angeln in Südjütland**



Åbenråvej 95
DK-6360 Tinglev
uge-lystfiskeri.dk



FRANKIA YU(ON) PILOTE

WESTFALIA



Tank Reisemobile | Teichkoppel 40 | 24229 Dänischenhagen (bei Kiel)
T +49 (0)4349 919410 | tank-reisemobile.de

VERKAUF
WERKSTATT
ZUBEHÖR
VERMIETUNG



FRU JÜRS VERTELLT

GESA MIT DEN 7. SINN

So een Fründin as Gesa kann elk een Minsch bruken. Wi beiden kennt uns al siet de Kinnertied, hebbt tosaamen Keuchhusten hatt un gungen in de sülbige Klass na School. Bi so een Fründin, dor brukt een sikk nich verstellen. Se kennt di dörch un dörch. Se is so fienföhlig, dat se glieks markt, wenn ick nich good to Weeg bün. Baabento weet Gesa so richtig good Bescheed in de Natur un in uns Sleswig-Holsteen. Dat is een fabelhafte Kombi-natschon, üm de Stimmung un dat heele Leven jümmer wedder in de Balance to bringen.

UTFLUG MIT GESA

„Laat uns eenen Utflug maaken“, sleit Gesa vör, „du kiekst so melangklöterich ut de Wäsch.“ Ick överlegg kort, wat ick mol eenen halven Dag ut dat Huus kann un nicköpp. Jack un Handtasch ut de Gardrov snappt – un schon sünd wi beiden ünnerwegens. Gesa stüert dat Auto Richtung Norden. As wi ut den Kanaltunnel opdükert,

geiht dat över lütte Landstraaten un dörch smucke Dörper. Överall grönt un blóht dat bunt in de Vörgoorns. Wo fein de olen Buern-hüüs trechmaakt sünd un de Hoffplätz rein un schier. Wi beiden besinnt uns noch, dat in uns Kinnertied, op elk een Hoff de Misthupen to sehen weer un de Stalldören scheef in de Angeln hungen. Ick fang an, düsse Tour to geneeten. Mit Swung föhrt Gesa över een lüerlütte Straat den Barg hoch und parkt dat Auto. „Segg mol ehrlich: Wann weerst du toletzt hier baaben op den Aschbarg?“, lacht Gesa un treckt mi op de Terrass vun dat Hotel. Vun hier kiekte een wied in dat Land, süht över de Knicklandschaft bit an de Bucht vun Eckernföör. As so een grotet, un-egal opdeeltet Naturmosaik liggt dat Land dor to'n Bekieken – un de Sünn bringt de ünnerschedlichen Farven to'n Lüchten. „Laat uns een lütte Wannerung maaken“, sleit Gesa vör, „wi mütt an dat Rapsfeld vörbi, den Sommer rüken un de Immen summen hören!“

As wi trüch kaamt, an dat grote Standbild vun Bismarck vörbi, beslut wi, een Pause op de Hotelterrass to maaken. Dor gifft dat wat gegen den lütten (oder groten) Hunger un Döss un wi beiden künnt den Blick över dat Land noch een beeten länger geneeten. „Markst du wat?“, frag ick. „Hier baaben is Roh! Keen Verkehrslarm, keen Musikgedüdel, keen Bagger, keen Bustell – eenfach Stille. Dat deiht Hart un Seel good!“

EENMOL DE FÖÖT IN DE OSTSEE

Liekers böögt wi beiden op den Trüchweg noch gau af an unsern leevsten Strand. Tomindst eenmol de Fööt in de koole Ostsee dükern, dat mutt sien.

Dat wi ünnerwegens noch een Feld mit Kornbloomen funnen hebbt, mutt ick woll nich extra vertellen. Gesas „Diagnose“ und ok eer „Therapie“ hebbt wedder mol good funkscho-neert un de Kornbloomen op den Disch sorgt för Langtiedwirkung.



BIRGITT JÜRS

De Leev to de plattdütsche Spraak hett Birgitt Jürs vun eern Grotvader mitkreegen. Siet över 25 Johren schrifft de Niemünsteranerin „Riemels, Leeder un Vertellen“, weer 15 Johr as free Mitarbeiderin bi den „Holsteinischen Courier“ un gifft eer Wark geern bi Lesungen to'n Besten. Siet 2007 bringt se de leevswerten Eegenschäften vun de Norddütschen in eer monatliche Kolumne in de „Lebensart“ to Papeer – jümmer ut den heiter-ironischen Blickwinkel un mit fienet Gefühl för Land, Lüüd un Wöör.

Sonnenbad und Wellness direkt am Wasser

Wer den Spirit von Hotel und Spa liebt, ist im **SlowDown Bottsand** | **Hotel&Spa** an der Ostsee genau richtig. Hier hebt ein Sonnenbad am Pool die Laune, stärkt das Immunsystem und schenkt neue Energie. Doch die Haut braucht danach besondere Aufmerksamkeit.

„UV-Strahlen können die Haut austrocknen und schädigen – deshalb ist bewusste Pflege vor und nach dem Sonnenbaden entscheidend“, erklärt Spa-Managerin Joanna Slaska. Sie freut sich über Hotel- und Tagesgäste, die sich eine Auszeit gönnen möchten.

GANZKÖRPERMASSAGE UND KÖRPERPACKUNG

Im hauseigenen 20 Stories Sauna & Spa bietet das Hotel spezielle Anwendungen: Vor dem Sonnenbad verwöhnt eine Ganzkörpermassage mit weißem Sand und Ananasextrakt die Haut,

bereitet sie auf die Sonne vor und sorgt für ein ebenmäßiges Hautbild. Nach dem Sonnenbad hilft eine kühlende Aloe Vera Körperpackung, die Haut zu beruhigen und zu regenerieren. Auch für die Pflege zu Hause gibt es passende Empfehlungen: Reines Aloe Vera Gel bei Sonnenbrand, feuchtigkeitsspendendes Premium Care Öl oder die Body Lotion Vanille für tägliche Frische.

FÜR HOTEL- UND TAGESGÄSTE

Seit Dezember 2024 empfängt das SlowDown Bottsand | Hotel&Spa seine Gäste in modern



ausgestatteten Zimmer – alle mit Balkon, Dampfsauna und Küchenzeile ausgestattet. Der großzügige Wellnessbereich, ein beheizter Außenpool und die naturnahe Lage machen das Haus zum perfekten Rückzugsort für alle, die Körper, Geist und Seele etwas Gutes tun möchten – ob als Übernachtungsgast oder für einen entspannten Wellnesstag.

SlowDown Bottsand | Hotel&Spa
Ostseepromenade 30
24235 Marina Wendtorf
www.slowdown-bottsand.de

Fotos: SlowDown Bottsand, Hotel & Spa



Fotos: Adobe Stock (1)

ENTSPANNT AUSZEIT IN DER FÖRDELAND THERME

Die **Fördeland Therme** in Glücksburg bietet Badespaß und Wellness bei jedem Wetter. Der Erlebnisbereich lädt mit 31 °C warmem Wasser und zahlreichen Attraktionen zum Entspannen und lustigen Wasservergnügen ein. Wer sich sportlich betätigen möchte, kann ein paar Bahnen im wett-kampfgerechten Sportbecken ziehen. Wahre Wohlfühlmomente verspricht die gemütliche Saunaaanlage. Bei den stündlich wechselnden Aufgüssen erleben Sie verschiedene Zeremonien, die den Alltagsstress vergessen lassen. Genießen Sie Ihren besonderen Tag am Meer mit einem Besuch der Beach-Area direkt an der Flensburger Förde. Weißer Sand, tolle Aktivitäten wie SUP und verschiedenste Events erwarten Sie. Darüber hinaus haben Sie die Möglichkeit, Ihren Wohlfühl-Strandkorb für den Strandbereich zu mieten, Surfkurse zu machen oder Ihre nächste private oder geschäftliche Feier in einmaliger Strandatmosphäre zu veranstalten.

Weitere Infos unter www.foerdeland-therme.de.

KEIN STRANDWETTER...

...und trotzdem
 Lust zum Baden?

FÖRDELAND THERME

Badespaß und Wellness
 für die ganze Familie!



Sandwigstr. 1A
 24960 Glücksburg
www.foerdeland-therme.de
 Tel.: 04631 444070

Süße Verführung

Dieser Duft, dieser Geschmack ... Erdbeeren sind einfach Sommer pur – und so vielseitig zu genießen.

Wir kredenzen Süßes für die Kaffeetafel!

STRACCIATELLA- GRIESSBREI

MIT ERDBEEREN

ZUBEREITUNGSZEIT 15 MIN.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 100 g Zartbitterschokolade
- 1 Vanilleschote
- 1 L Milch
- 110 g Weichweizengrieß
- 50 g Zucker
- 500 g Erdbeeren in Scheiben

1. Die Zartbitterschokolade grob hacken und beiseitestellen. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen.

2. Die Milch in einem Topf erhitzen. Vanillemark, Vanilleschote, Zucker und Grieß unter ständigem Rühren einrühren. Die Mischung bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen und 8–10 Minuten köcheln lassen, bis der Brei eindickt. Dabei ständig rühren, damit nichts anbrennt. Dann die Vanilleschote entfernen.

3. Den fertigen Grießbrei auf Schüsseln verteilen. Entweder direkt nach dem Portionieren die gehackte Schokolade darüberstreuen (sie schmilzt leicht und ergibt feine Stracciatella-Stückchen) oder den Brei erst etwas abkühlen lassen und die Schokolade dann vorsichtig unterrühren.

4. In Schälchen verteilen und mit den Erdbeeren garnieren.

KÖSTLICHE ERDBEERSAUCE

Für eine schnelle Fruchtsoße einfach 250 g Erdbeeren mit 50 g Puderzucker pürieren, z. B. mit einem Pürierstab oder Mixer, bis eine feine Soße entsteht.

MAULWURF- KUCHEN MIT ERDBEEREN

ZUBEREITUNGSZEIT 70 MIN.

ZUTATEN für 4 Personen

Für den Teig:

- 100 g Butter
- 100 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 2 Eier
- 150 g Mehl
- 30 g Kakao
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 75 ml Milch

Für die Füllung:

- 50 g Zartbitterschokolade
- 400 ml Sahne
- 2 Päckchen Sahnesteif
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 500 g Erdbeeren

Außerdem:

Springform Ø 26 cm

1. Backofen auf 175 °C vorheizen. Springform einfetten.
2. Für den Teig Butter mit Zucker und Vanillezucker cremig rühren. Eier einzeln unterrühren.
3. Mehl mit Kakao, Backpulver und Salz mischen und abwechselnd mit Milch unter die flüssigen Zutaten rühren. In die Springform geben und im heißen Ofen ca. 30 Minuten backen, auskühlen lassen.
4. Für die Füllung Zartbitterschokolade fein hacken. Sahne mit Sahnesteif und Vanillezucker steif schlagen. Schokolade unterheben.
5. Boden mit einem Esslöffel ca. ½ cm tief aushöhlen, dabei einen Rand von 1–2 cm stehen lassen. Ausgelöffelten Kuchen zerkrümeln, beiseitestellen.
6. Erdbeeren putzen, halbieren und auf dem Boden verteilen.
7. Sahne kuppelförmig auf Erdbeeren und Tortenrand streichen. Kuchenkrümel auf der Sahne verteilen und leicht andrücken, mindestens 2 Stunden kaltstellen.



ERDBEER-GRANITA

MIT „APEROL“

ZUBEREITUNGSZEIT 15 MIN. + 5 STD. KÜHLZEIT

ZUTATEN für 4 Personen

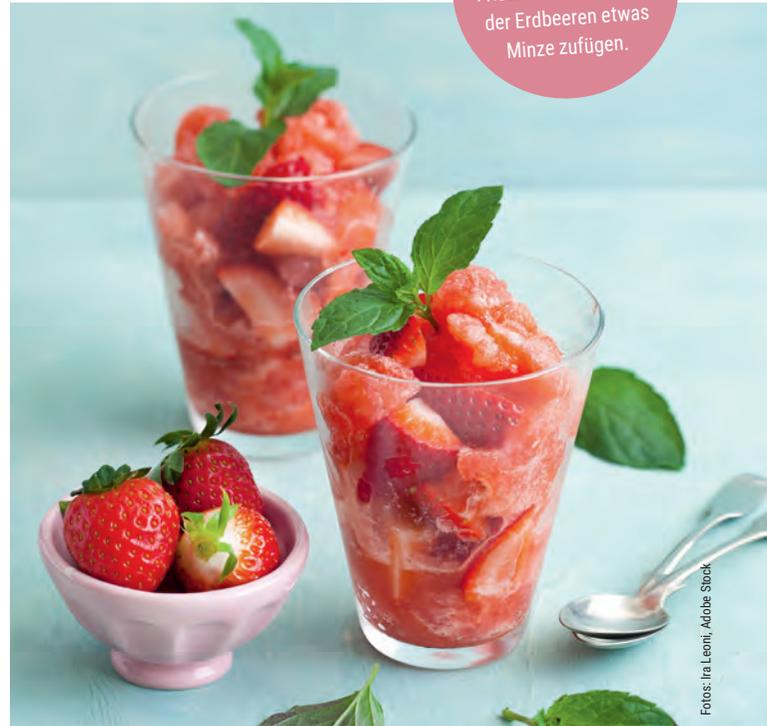
- 100 g Zucker
- 1 TL Vanillezucker
- 4 EL Zitronensaft
- 50 ml „Aperol“
- 800 g Erdbeeren, geviertelt
- Minze zum Garnieren

1. 250 ml Wasser, Zucker und Vanillezucker in einem kleinen Topf aufkochen und etwa 5 Minuten leicht köcheln lassen, bis sich der Zucker vollständig gelöst hat. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

2. Den Sirup mit Zitronensaft, Aperol und 500 g der geviertelten Erdbeeren in einen Mixer oder ein hohes Gefäß geben und fein pürieren. Das Erdbeerpüree in Eiswürfelformen oder flache Gefrierbehälter füllen und mindestens 5 Stunden, besser über Nacht, einfrieren.

3. Die gefrorenen Erdbeerwürfel aus dem Gefrierfach nehmen und in einem leistungsstarken Mixer oder mit einer Küchenmaschine zerkleinern, bis eine körnige, sorbetartige Masse entsteht.

4. Die restlichen Erdbeeren abwechselnd mit der Granita in gekühlte Gläser schichten. Mit frischer Minze garnieren und sofort servieren.



TIPP:
Für noch mehr Frische beim Pürieren der Erdbeeren etwas Minze zufügen.

Fotos: Ira Leoni, Adobe Stock

Erdbeer- und Himbeerhof
auf **Gut Steinwehr**



Café & Hofladen
-täglich geöffnet-
Mo. - Fr. 13 - 17.30 Uhr
Sa. + So. 12 - 17.30 Uhr

FEINHEIMISCH
Genuss von Südtirol-Wein + S.

MITTSOMMERPFLÜCKEN
Samstag, 21. Juni 2025

Erdbeeren pflücken
mit Getränken & Snacks
ab 18 Uhr

bis
22 Uhr



Steinwehr 20 24796 Bovenau
www.himbeerhof.de



MITTSOMMERFEST AUF GUT STEINWEHR

Blumenkränze, Gesang und Tanz sowie leckere Speisen und Getränke – das jährliche Mittsommernfest hat in Skandinavien Tradition. Aber auch in Schleswig-Holstein wird der längste Tag des Jahres zelebriert: Auf Gut Steinwehr sind die Erdbeerfelder am Samstag, dem 21. Juni, bis 22 Uhr geöffnet.

Dazu gibt es ab 18 Uhr am Feldrand erfrischende Getränke, unter anderem Steinwehrs Fruchtsecco, ein kleines kulinarisches Angebot und Sitzmöglichkeiten. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Interessierte können einfach vorbeikommen und den Tag beim Erdbeerenpflücken ausklingen lassen! Ein Ausflug zum **Erdbeer- und Himbeerhof Steinwehr** lohnt sich übrigens auch sonst. Außer Erdbeeren gibt es ab Juli Himbeeren, Süßkirschen, Brombeeren und Aroniabeeren. Nach getaner Arbeit lädt das Café bei Kaffee und Kuchen zum Entspannen ein und der Hofladen lockt mit köstlichen regionalen Produkten.
www.himbeerhof-steinwehr.de



Foto: Gut Steinwehr

EISGENUSS VOM FEINSTEN

Es gibt kaum Schöneres, als während einer ausgiebigen Landpartie eine genussvolle Pause einzulegen. Eine große Empfehlung dafür: das **Hofcafé von Familie Steffens** in Ahrensböck.

Ein Besuch auf dem Hof der Familie Steffens lohnt sich einfach immer: ob zum Einkauf im Hofladen oder zur Einkehr im gemütlichen Hofcafé. Vor allem das beliebte Eis aus der hofeigenen Manufaktur lockt hierher. Gefertigt aus der Milch glücklicher Kühe aus der Region, gibt es eine riesige Auswahl an Sorten – auch rein vegane Sorbets aus leckeren Früchten gehören zum Sortiment. Derzeit in aller Munde ist dabei im wahrsten Sinne die Erdbeere – bei Familie Steffens sowohl als Eissorte als auch feldfrisch auf dem leckeren Erdbeerteller zu genießen. Seit vielen Jahren schon kommen die Erdbeeren dafür vom Obst- und Weingut Ingenhof aus Malente. Erfrischend prickelnd wird es dann noch mit dem feinen Erdbeer-Secco vom Weingut Köth aus

Rheinessen. Man sieht: Die Erdbeersaison wird auf Hof Steffens wirklich ausgiebig zelebriert!

HOF-EVENTS

Wer sich mal ganz in Ruhe durch das Eis-Sortiment probieren möchte, dem sei eine **Eisverkostung** ans Herz gelegt. Regelmäßig kredenzt Familie Steffens dabei 30 Sorten und gewährt spannende Einblicke hinter die Kulissen. Noch mehr Genuss erfährt man beim **Landfrühstücksbuffet** – eine tolle Gelegenheit, ausgiebig zu schlemmen. Um Voranmeldung wird jeweils gebeten! Noch ein Highlight, das sich toll auch als Geschenk macht: das **Krimi-Frühstück und Krimi-Abendbrot** mit dem Theater Fidelio ab Oktober – Tickets sind bereits erhältlich! Mehr Infos finden Sie unter www.bauernhofeis-steffens.de.



Fotos: Dörte Steffens

Bauernhof-Eis

Das Geschmackserlebnis direkt vom Bauernhof



Öffnungszeiten Hofladen:

Mo. & Di.: 9.00-18.00 Uhr
Mittwoch - Ruhetag
Do., Fr., Sa.: 9.00-18.00 Uhr
So.: 12.30-18.00 Uhr

Hofcafé:

Sa. & So.: 12.30-18.00 Uhr
Pfingsten geöffnet

Die ganz besondere Eisverkostung

Samstags: 17.30 Uhr
21.06.25
Freitags: 18.00 Uhr
11.07., 01.08., 15.08.25

Nur mit Anmeldung!

Land-Frühstücksbuffet

Sonntags: 09.00 Uhr
29.06., 20.07., 17.08., 31.08., 21.09.25
Nur mit Anmeldung!

Krimi-Frühstücksbuffet

Sonntags: 09.00 Uhr
05.10.25, 16.11.25, 25.01.26

Krimi-Abendbrotbuffet

Freitags: 19.00 Uhr
03.10.25, 14.11.25, 23.01.26

Karten für die Vorstellungen sind im Hofladen erhältlich.



Fragen Sie auch nach unserer Ferienwohnung • Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website

Bauernhof-Eis Steffens GbR • Langendamm 3 • 23623 Ahrensböck
Tel.: 0 45 25 / 501 9997 • Fax: 0 45 25 / 49 34 735 • info@bauernhofeis-steffens.de

PRAKTISCHE KÜCHENHELFER

Wir haben uns im Zaubertopf-Shop umgesehen: Hier gibt es nicht nur vielfältiges Zubehör für den Thermomix®, sondern auch tolle Alltagshelferlein. Noch mehr entdecken auf shop.zaubertopf.de.



MUFFINFORM

Diese Silikon-Muffinform hat Platz für sieben Muffins und ist nicht nur für den Backofen, sondern auch für die Nutzung im Thermomix® und Monsieur Cuisine geeignet. Hitzebeständig bis 230 °C, antihaftend und spülmaschinengeeignet. 12,85 Euro



BURGERPRESSE

Ob aus Fleisch oder Gemüse: Mit der praktischen Burgerpresse gelangen ganz leicht gleichmäßige und perfekt geformte Burger-Patties. Zudem bietet die große Burgerform mit praktischem Muldenformer bei Bedarf Platz, um den Pattie sogar zu füllen. 14,90 Euro



FLEXIBLES SCHNEIDEBRETT

Das flexible Schneidebrett Roll lässt sich dank Magnetclip platzsparend aufrollen und sicher verschließen. So gelingt das Umfüllen von Lebensmitteln im Handumdrehen – ideal für die Küche und unterwegs. 26,95 Euro



REINIGUNGSTÜCHER-SET

Das dreiteilige Set aus Spülschwamm, Oberflächentuch sowie Trocken- und Poliertuch bietet effektive Sauberkeit dank innovativer Zweiseiten-Struktur und hoher Saugfähigkeit. Waschbar und aus nachhaltigen Materialien gefertigt, sind die Tücher eine langlebige, umweltfreundliche Alternative. 12,95 Euro



SILIKONBEUTEL

Die wiederverwendbaren Silikonbeutel sind eine vielseitige und plastikfreie Alternative zu Einwegbeuteln – ideal zum Einfrieren, Erhitzen, Aufbewahren und Mitnehmen. Dank luftdichtem Verschluss bleiben Aromen und Nährstoffe erhalten, zudem sind sie langlebig, nachhaltig und praktisch. 293 ml bis 1,93 l, 13,90 bis 25,90 Euro



ÖSTERREICH IM HOHEN NORDEN

Das Kaiser bietet eine kulinarische Auszeit
nach österreichischer Art direkt am Strand.

Direkt am Strand und in einmaliger Aussichts-
lage befindet sich **Das Kaiser**. Vor einer Kulisse,
die nicht schleswig-holsteinischer sein könnte,
werden hier österreichische und internationale
Gerichte im heimeligen Ambiente angeboten.
Von Wiener Schnitzel über Kaiserschmarren
bis hin zu leichten (und veganen) Bowls gibt
es für jede Geschmacksrichtung das Passen-
de. Helles vom Fass und eine gut sortierte
österreichische Weinkarte garantieren einen
passenden flüssigen Speisenbegleiter. Das High-
light ist die Terrasse mit großen Schirmen, die
an Sommertagen einen angenehmen Aufenthalt
versprechen. So geht Sommer! Weitere Informa-
tionen unter www.daskaiser.de.



Blick aufs Wasser gefällig? Im Kaiser in Strande sitzen Sie
direkt am Meer und genießen die schöne Seite des Lebens.

Foto: Das Kaiser



**Auszeit vom Alltag?
Kulinarischer Österreich
Urlaub am Strand?**

**Herzlich willkommen und
„Grüß Gott“ im Kaiser in
Strande!**

*Am schönsten Platz an der Kieler
Förde können Sie das verwirklichen.
Genießen Sie eine Auszeit mit
Klassikern aus der österreichischen
Küche, dazu ein Glas Frizzante aus
der Steiermark, Herz was begehrt
du mehr?*

*Jeden Dienstag Backendl und jeden
Donnerstag „Rippert“!*

**Wir freuen uns auf
Ihre Reservierung!**

täglich von 11.00 - 22.00 Uhr geöffnet.
Mittwoch Ruhetag

Küche bis 21.00 Uhr



Strandstraße 30
24229 Strande
Tel. 0 43 49 / 9 15 84 40
www.daskaiser.de

KOCHBUCH-TIPP

ALPINE KÜCHE



ENDLICH KOCHEN

Paula Bründl verleiht der traditionellen alpinen
Küche mit frischen Ideen neuen Schwung. Die
Salzburgerin studierte ursprünglich Psychologie,
bevor sie mit dem Gewinn der Kochsendung „The
Taste“ ihre Leidenschaft zum Beruf machte.
Gelernt hat sie bei Spitzenköchen, heute be-
geistert sie mit kreativen Rezepten und moderner
Heimatküche. Ihr Kochbuch „Endlich kochen“
zeigt mit ihren 64 Rezepten, wie genussvoll und
unkompliziert alpine Küche sein kann.

Paula Bründl, Servus, 256 S., 36 Euro

KÄRNTNER TOPFENEINKALN MIT KIRSCHWAMMELN

Rezept für meine Käsepassaten, als Sie mich passierten, dass ich
nachdem ich einen geschmeckten Kalk und in jedem einzelnen
Gang Rezepten, in Salzburg, bei der letzten Saison oder
Gabel: Es zeigt für angeregter Frische, Süßigkeit und feiner
Käse: In einem einzigen Rezept, der Anzahl
Inhaltsstoffe und aromatischen schmeckt. In diesem Rezept
findet Sie auch ein sehr köstliches Rezept und kann in die richtige
Rezepte für ein richtiges Essen. www.daskaiser.de

- Zutaten:**
- 1. 1 kg Kalk
 - 2. 1 kg Kirschwammeln
 - 3. 1 kg Kirschwammeln
 - 4. 1 kg Kirschwammeln
 - 5. 1 kg Kirschwammeln
 - 6. 1 kg Kirschwammeln
 - 7. 1 kg Kirschwammeln
 - 8. 1 kg Kirschwammeln
 - 9. 1 kg Kirschwammeln
 - 10. 1 kg Kirschwammeln



CAFÉ KÖNIGSBERG ON TOUR

KULINARISCHER

Geheimtipp



Fasihollah Rohparwar (l.) und sein Team bieten gebackene Köstlichkeiten auf der Kieler Woche und der Holstenküste.

*Wenn einem der Duft von frisch gebackenen Quarkbällchen und buttrigem Blätterteig um die Nase weht, ist klar: Hier locken Köstlichkeiten! In diesem Jahr ist die Itzehoe Dampf- und Steinofenbäckerei **Café Königsberg** wieder im Norden unterwegs und macht Halt auf der Kieler Woche – und erstmals auch auf der Holstenküste.*

In Itzehoe ist das charmante Café Königsberg schon lange eine beliebte Institution – und auch auf der Kieler Woche längst kein Geheimtipp mehr: Schon zum dritten Mal sind Fasihollah Rohparwar und sein Team mit einem Stand auf Schleswig-Holsteins größtem Stadtfest vertreten, nur wenige Schritte von der RSH- und Deltaradio-Fördebühne entfernt. Zum allerersten Mal steht ein weiteres großes Stadtfest auf dem Genussfahrplan: Vom 12. bis zum 15. Juni sorgt das Café Königsberg auf dem Areal vor „Kochlöffel“ auch auf der Holstenküste in Neumünster für kulinarischen Genuss.

EINFACH KÖSTLICH

Besucher*innen, die das Café Königsberg schon von der Kieler Woche kennen, schätzen nicht nur die Qualität und Vielfalt des Angebots, sondern auch die kreative Mischung aus regionalen Klassikern und internationalen Spezialitäten – stets frisch zubereitet, handgemacht und so lecker! Das Sortiment liest sich wie eine kulinarische Weltreise mit norddeutschem Akzent: Im Zentrum steht die legendäre „Königsbrezel“. Dazu gesellen sich hanseatische Franzbrötchen, fluffige Quarkbällchen, Knackwurst im Blätterteigmantel und herzhafte Blätterteigtaschen – wahlweise gefüllt mit Gemüse, Käse oder Fleisch. Wer es

exotischer mag, findet hier persische Teigtaschen mit Spinat und Feta, russische Piroshki oder einen Burger, raffiniert im Blätterteig gebacken.

In diesem Jahr bringt das Café außerdem zwei süße Neuheiten mit: knusprige, original sizilianische Cannoli Croccante in Sorten wie Pistazie, Vanille, Haselnuss und Salz-Karamell sowie feine Boutique-Macarons aus Paris. Wer sich überraschen lassen möchte, probiert den geheimen Aktionssnack, der täglich wechselt.

Weitere Informationen finden Sie unter www.cafe-koenigsberg.de.



Ihr findet
uns auch auf der
Holstenküste und
der Kieler Woche!



Café Königsberg

ITZEHOE

Erlebe den königlichen Genuss

auf der Itzehoer Woche und den Steinburger Abendmärkten!



SCHMECKEN, STAUNEN, STÖBERN - HANDGEMACHT, REGIONAL, LECKER

Café Königsberg bringt's auf den Markt

- Brötchen & Brote
- Laugengebäck & Franzbrötchen
- Blätterteigteilchen
- Herzhafte Teigtaschen

Jetzt vorbeikommen & probieren!

Steinburger Abendmarkt

5. Juni • 3. Juli • 7. August • 4. September • 2. Oktober

Öffnungszeiten
Bäckerei:
Montag-Sonntag
05.00-18.00 Uhr

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

Edendorferstraße 194 • 25524 Itzehoe
Tel. 0 48 21 - 13 33 13 1 • info@cafe-koenigsberg.de
www.cafe-koenigsberg.de

Marlene-Jeans aus
Bio-Baumwolle, Spitzentop
aus TENCEL™-Lyocell, Strickjacke
aus Alpakawolle

MARITIME SOMMER- LOOKS

*Mit zeitlosen und lässigen Schnitten, leichten
Leinen- und Baumwollstoffen und sommerlichen
Farben sind diese Teile aus der aktuellen Kollektion
von LANIUS die perfekten Begleiter für den Sommer.*

LANIUS

FAIR FASHION

Das Selbstverständnis von nachhaltiger Mode umfasst für LANIUS das Zusammenspiel aus fairer Produktion, hochwertigen Materialien und reflektierten Trends. Das Fair-Fashion-Label bezieht die Materialien vornehmlich aus kontrolliert biologischer Landwirtschaft, lässt unter fairen Arbeitsbedingungen produzieren, verzichtet auf gesundheitsbedenkliche Chemikalien und nutzt möglichst umweltschonende Transportwege. Außerdem wird ein Care-, Repair- und Resell-Service angeboten, um die Lebensdauer der Kleidung zu verlängern.

www.lanius.com

1 Marlenehose aus Leinen und Bio-Baumwolle

2 Spizentop aus TENCEL™-Lyocell

3 Streifenhemd aus Bio-Baumwolle mit Drapierung um die Taille

4 Shorts aus TENCEL™-Lyocell und Leinen

5 Formgebender Badeanzug mit Drapierung um die Taille von VOLANS

6 Kleid aus Leinen und Bio-Baumwolle

7 Jeansjacke aus Bio-Baumwolle mit Schrägverschluss

8 Streifenpullover aus Alpakawolle



MUST-HAVES FÜR DEN GENTLEMAN AUF REISEN

Wenn Mann auf Reisen geht, dann gerne mit leichtem Gepäck – aber bitte ohne Kompromisse bei der Körperpflege. Das gelingt mit dem Graham Hill Travel-Set.

Shampoo, Body Wash und die perfekte Pflege für Gesicht und Bart: Diese Top drei Essentials von Graham Hill sind die besten Begleiter für die tägliche Pflegeroutine auf jeder Reise – ob Städtrip oder Strandurlaub. Um so besser, dass sie gleich im Graham Hill Cosmetic Bag aus hochwertigem Canvas kommen: Mit diesem Körperpflege-Set ist die sorglose Reise garantiert. Die 100 ml Reisegrößen sparen nicht nur Platz in Koffer oder Weekender, sondern entsprechen auch den Sicherheitsvorschriften der Fluggesellschaften.

www.grahamhill-cosmetics.com

DAS SET UMFASST:

- BRICKYARD
500 Superfresh
Shampoo (100 ml)
- ABBEY Refreshing Hair
& Body Wash (100 ml)
- ARNAGE Face &
Beard Balm (100 ml)
- und den GRAHAM HILL
Cosmetic Bag

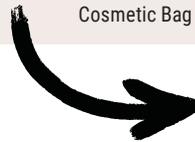


Foto: Graham Hill

DER PERFEKTE MOCHA-LOOK

Zaubern Sie mit Pixi das perfekte Make-up in der Trendfarbe 2025.

Für einen makellosen Teint mit Airbrush-Effekt sorgt der Flawless Beauty Primer (1). Darüber wird die neue On-the-Glow Base (2) – abgestimmt auf den individuellen Hautton – aufgetragen. Der flüssige „Eye Lift Max“-Lidschatten in Mocha (3) wird auf das bewegliche Lid aufgetragen. Im Anschluss folgt die Nuance Mocha Brown aus der „Eye Effects“-Palette Hazelnut Haze (4) in die Lidfalte und wird nach oben hin verblendet. Zum Definieren der äußeren Augenwinkel eignet sich der Endless Silky Eye Pen in Black Cocoa (5). Im nächsten Schritt werden die Wangen mit dem On-the-Glow Bronze in SoftGlow und RichGlow (6) sanft konturiert und modelliert. Für das perfekte „Café au lait“-Finish auf den Lippen sorgt der neue Lip Blush in der Farbe Purity (7).



www.pixibeauty.com

Fotos: Pixi

SOMMERLICHE Lieblingsstücke

Glanz & Gloria in Bordesholm feiert den Sommer! Freuen Sie sich auf viele neue handverlesene Lieblingsstücke und zauberhafte Dekoration. In dem Concept-Store von Sabrina John finden Sie skandinavische Modeliebliche, besondere Accessoires und kreative Geschenkartikel, die einfach gute Laune machen. Mehr Informationen erhalten Sie unter Tel.: 04322 / 88 87 27 oder online auf www.lieblingsstuecke.shop.

Fotos: Glanz & Gloria

Handgefertigter Schmuck von der Manufaktur Gubo



Bienentüte von Wunderle und weitere kreative Geschenkartikel



Sommerkleid von Sorgenfri Sylt und Crossbody Bag aus Leder – in verschiedenen Farben erhältlich

Servietten und Kerzen von IB Laursen aus Dänemark



Holzunter-setzer von Holzpost



Hübsche Tücher aus Biobaumwolle



Glanz & Gloria
Lieblingsstücke



Fairfashion & Scandic Lifestyle

Sommerliche Lieblingsstücke & zauberhafte Geschenkideen

Mo., Di., Do., Fr.: 10-18 Uhr • Mi. + Sa.: 10-13 Uhr
Mühlenstraße 1 • 24582 Bordesholm
www.lieblingsstuecke.shop

EINZIGARTIGE UNIKATE

Im **Atelier 85** trifft traditionelles Goldschmiedehandwerk auf modernes Design. Seit der Übernahme durch Goldschmiedemeisterin Kristina Koch im Jahr 2022 entstehen hier mit viel Liebe zum Detail individuell gestaltete Schmuckstücke. Ein besonderer Fokus liegt auf Gravuren: Gemeinsam mit der traditionsreichen Firma Wolter, die seit 1902 für hochwertige Gravurkunst steht, bietet das Atelier Gravuren per Hand und CNC-Technik an – für eine persönliche Note, die jedes Unikat noch einzigartiger macht. Wer das Besondere sucht, wird im Atelier 85 in der Holtenuauer Straße 85 mit individueller Beratung und kreativen Lösungen herzlich empfangen. Mehr Infos auf www.atelier85-kiel.de.



Ring aus 925er Sterlingsilber, Fassung 750er Gelbgold, Stein Aquamarin (Cabochoh)

Fotos: Uta Jürgens

Wir wünschen allen eine schöne Kieler Woche!

SCHMUCK VON DER SEE
MANUFAKTUR

Atelier 85
MEISTERGOLDSCHMIEDE

Holtenuauer Str. 85 • 24105 Kiel
www.atelier85-kiel.de

Mo., Di., Do., Fr.: 10-18 Uhr
Sa.: 10-14 Uhr

STRAHLENDE SOMMERHAUT

*Strahlende Haut wie von der Sonne geküsst
– das bietet die Sun-Kissed-Skin-Serie von inspira: cosmetics.*



Sonnenlicht ist essenziell für unser Wohlbefinden. Es fördert die Ausschüttung von Beta-Endorphinen, sorgt für gute Laune und unterstützt die körpereigene Vitamin-D-Synthese – ein wichtiger Baustein für gesunde Knochen und eine vitale Haut. Doch zu viel Sonne kann die Haut belasten. Genau hier setzt Sun-Kissed-Skin an: Sie unterstützt die natürliche Melaninproduktion – den körpereigenen Schutz gegen UV-Strahlen und freie Radikale und sorgt für einen sonnengeküssten Teint, ganz ohne schädliche UV-Belastung. Die leichte Textur und der frische Duft machen jede Anwendung zu einem Genussmoment. Gönnen Sie Ihrer Haut die perfekte Balance aus Schutz, Pflege und sommerlicher Frische.

Fotos: inspira: cosmetics

www.inspira-cosmetics.com



LEBENDIGE FÜLLE

Die VOLUME Serie von GLYNT ist ein Muss für alle, die ihrem feinen Haar etwas Gutes tun wollen.



Gesunder Glanz, Fülle und Volumen – wer wünscht sich das nicht bei feinen Haaren? Doch feines Haar ist anspruchsvoll und sensibel: Es ist anfällig für Haarbruch und Spliss und möchte daher gut umsorgt werden. Dabei darf die Pflege nicht zu reichhaltig sein, damit das Haar unbeschwert bleibt und die Frisur nicht in sich zusammenfällt. Die Lösung bietet die VOLUME Serie von GLYNT. Mit ihren leichten Formulierungen und stärkenden Inhaltsstoffen wie natürlichem Bambusextrakt, Vitamin B5 und flüssigem Keratin verleiht sie Spannkraft, Glanz und Fülle von der Haarwäsche bis zum Styling. Erhältlich sind in ausgewählten Friseursalons sowie im Online-Shop unter: www.glynt.com



Foto: Adobe Stock

Shoppen, stöbern & SCHLEMMEN

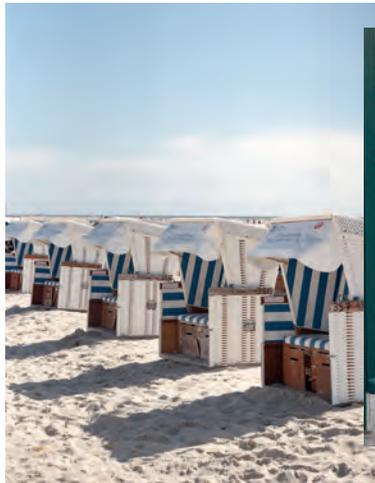
Das **Designer Outlet Neumünster** ist das perfekte Ausflugsziel im Herzen Schleswig-Holsteins – auch gerade während der Ferienzeit an der Nord- oder Ostsee!

Wie Sie Ihren Tag im Designer Outlet gelungen ausdehnen können, erfahren Sie hier.

Perfekt gelegen zwischen Kiel und Hamburg, sind Sie von fast überall im Nu dort. Bei der großen Vielfalt an Marken ist für jede*n etwas dabei: Das Designer Outlet Neumünster lockt das ganze Jahr über mit Reduzierungen von bis zu 70 Prozent gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung namhafter Lifestyle- und Designer-Marken.

STILVOLL SPAREN IM DESIGNER OUTLET NEUMÜNSTER

Im größten Shopping-Outlet des Nordens kommen Fashionfans und Sparfüchse voll auf ihre Kosten. In über 130 Stores finden Sie trendige Pieces, modische Accessoires und allerlei Schönes und Nützliches für Haus und Küche. Neu mit dabei: wunderschöne Keramik von Motel a Miio, luxuriöse Kleidung des Schweizer Modelabels Bally sowie die Marke Waterdrop. Mit einer köstlichen Stärkung zwischendurch versorgen Sie gleich acht Cafés und Restaurants sowie wechselnde Foodtruck-Angebote. Das Beste: Für freie Hände beim Bummel sorgt der Hands-free Shopping Service. Einkaufstüten einfach kostenlos an den Guest Services abgeben und nach der Shoppingtour abholen! Auch das Parken ist besonders komfortabel: Die



Premium-Parkplätze sind online buchbar und direkt am Center gelegen, auch E-Ladestationen stehen bereit. Besucher*innen können zudem wortwörtlich mit Kind und Kegel anreisen, denn das Designer Outlet Neumünster bietet diverse Angebote für Kids und ist ein hundefreundliches Center.

ERST SHOPPEN, DANN WOANDERS STOPPEN

Lust auf ein Abenteuer mit Familie, Freund*innen oder einfach auf Zeit zu zweit? Dann ist das Designer Outlet Neumünster das perfekte Ziel für einen Tagesausflug – egal bei welchem Wetter. Es eignet sich ideal als Zwischenstopp auf dem Rückweg von der Küste oder während einer Reise durch Norddeutschland. Egal, ob Sie am liebsten in der Stadt unterwegs sind, der Geschichte auf der Spur oder die Magie der Küste erleben möchten, das Designer Outlet Neumünster ist ein Muss. Lassen Sie sich von Orten wie St. Peter-Ording, Lübeck oder Hamburg für Ihren nächsten Kurztrip inspirieren – Norddeutschland bietet vielfältige Ziele für entspannte Auszeiten.

EVENT-HIGHLIGHTS IM JUNI & JULI

Im Designer Outlet Neumünster stehen in den Sommermonaten vielversprechende Events ins Haus: Beginnend mit der Black Friday Summer Edition am 27. und 28. Juni, bei der Sie bis zu 30 Prozent Extra-Rabatt auf den Outletpreis genießen können! Am 30. Juni startet der große Summer Sale, gefolgt vom Sommerprogramm „Designer Outlet Neumünster SOMMER SOUNDS“ ab dem 4. Juli. Hier treffen Fashion und Musik aufeinander, mit einem musikalischen Programm jeden Freitag und Samstag im Center. Am 25. Juli steht das Late Night Shopping an, bei dem Sie von 9 bis 24 Uhr bis zu 70 Prozent Extra-Rabatt ergattern können. Freuen Sie sich auf eine große Lichterparade um 21 Uhr und einen DJ, der von 16 Uhr bis Mitternacht für die richtige Stimmung sorgt.

Schöne Hotspots in der Umgebung



Fotos: Designer Outlet Neumünster



Ob mit Freund*innen, Partner*in oder der Familie – ein Ausflug ins das Designer Outlet Neumünster ist spannend und erlebnisreich zugleich.

DESIGNER OUTLET NEUMÜNSTER • ODERSTRASSE 10, NEUMÜNSTER • TEL.: 04321 / 558 688 0
Informationen zu Öffnungszeiten, Events und mehr auf www.designeroutletneumuenster.de

UNSERE LESETIPPS

**EINE BIOGRAFIE
DES GESICHTS**



Nichts fesselt unseren Blick wie ein Gesicht. Ist es freundlich, offen, schön? Ungeschminkt, bearbeitet, entstellt? Zieht es uns an, stößt es uns ab? Und warum? Wie sich Menschen zurecht machen, verrät viel über ihre Sehnsüchte, aber auch über die Gesellschaft, in der sie leben. Von den großen Augen der Pharaonen bis zu den glatten Oberflächen der Social-Media-Beautys führt uns Rabea Wehser durch den verrückten und schillernden Kosmos der Idealvorstellungen. Diese aufregende

Expedition zum Grund unserer ästhetischen Vorlieben verändert den Blick auf die Schönheiten und Gesichter unserer Zeit.

Rabea Wehser: Wie wir so schön wurden,
Diogenes Verlag, 352 S., 26 Euro

**NATURKOSMETIK
MIT WILDPFLANZEN**



In diesem Buch finden Sie über 60 einfache Rezepte, mit denen Sie sich von Kopf bis Fuß verwöhnen können – angefangen bei sanfter Reinigung und Tonicierung über verwöhnende Cremes, Seren und Öle, frische Peelings und Masken, stärkende Haarspülungen, pflegende Lippenbalsame und cremigem Deo bis hin zu entspannenden Badezusätzen.

Julia Engelbrechtsmüller:
Naturkosmetik mit Wildpflanzen,
Ulmer Verlag, 160 S., 22 Euro

 Wir wünschen allen eine schöne Kieler Woche!



TOFTE
HOLTENAUER STRASSE 65
KIEL

NACHHALTIG MIT STIL

Entdecken Sie zeitlos schöne Kleidung für alle Geschlechter von nachhaltig und fair produzierenden Labels bei **Tofte** in Kiel – individuelle Beratung inklusive! Mehr Infos unter www.tofte-kiel.



Leinenjacke von Seasalt Cornwall 130 Euro



Ohrringe von Taratata aus vergoldetem Edelstahl 89 Euro



Outfit von Lakor:
Hemd 84,95 Euro,
Hose 84,95 Euro,
T-Shirt 44,95 Euro

Fotos: Tofte



DAS NEUE MAGAZIN



**JETZT
ERHÄLTlich!**



200 Seiten

Syltliebe mit den schönsten
Fotos und Inselgeschichten



Mit mehr als

150 Tipps
für deinen Sylt-Urlaub



Tolle Extras:

XXL-Gewinnspiel und
Gastro- & Shoppingguide



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



SIND SIE AUCH SCHLAFLOS IN SEATTLE?

*Immer mehr Menschen in Deutschland leiden unter Schlafproblemen.
Viele haben Einschlafprobleme und/oder Durchschlafstörungen – Tendenz steigend.
Doch was kann man tun, wenn sich der Schlaf so gar nicht einstellen will?*

Dr. Silja Schäfer, bekannt als TV-Ernährungs-Doc, weiß, dass Schlaflosigkeit kein Luxusproblem ist, sondern eine ernstzunehmende Gesundheitsstörung. Wer dauerhaft schlecht schläft, riskiert nicht nur Müdigkeit am Tag, sondern auch schwerwiegende körperliche und psychische Beschwerden. Chronischer Schlafmangel schwächt das Immunsystem, erhöht das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und fördert Depressionen. Zudem leidet die Konzentrationsfähigkeit, was in Alltag und Beruf durchaus gefährlich werden kann.

URSACHEN ERKENNEN

Aus Erfahrung weiß die Medizinerin: Die Gründe für Schlafprobleme sind so vielfältig wie das Leben. Stress, Schichtarbeit, digitale Über-

reizung, aber auch hormonelle Veränderungen oder Medikamente können den Schlaf stören. „Viele Menschen versuchen, das Problem mit rezeptfreien Medikamenten zu lösen – doch das sollte keine Dauerlösung sein. Wer mehrere Wochen regelmäßig schlecht schläft und dadurch tagsüber stark beeinträchtigt ist, sollte unbedingt ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen“, sagt sie. Dr. Schäfer rät dazu, die Ursachen ärztlich abklären zu lassen, bevor dauerhaft zu Schlafmitteln gegriffen wird. „Gesunder Schlaf ist lebenswichtig!“ Als Ernährungs-Doc lohnt sich für sie insbesondere der Blick auf die Gewohnheiten und die Ernährung der Patient*innen. Denn guter Schlaf beginnt bereits am Tag: mit weniger Stress, bewussten Pausen und – natürlich – gesunder Ernährung.

OBST UND GEMÜSE FÜR BESSEREN SCHLAF

Dr. Silja Schäfer hält zum Thema Schlafprobleme tolle Ernährungstipps bereit: Bestimmte Obst- und Gemüsesorten enthalten nämlich natürliche Stoffe, die den Schlaf fördern – etwa Melatonin, Magnesium, Kalium oder Tryptophan.

DIESES OBST KANN HELFEN

Eine Kiwi eine Stunde vor dem Schlafengehen kann die Einschlafzeit verkürzen und die Schlafdauer verbessern, denn Kiwis enthalten viel Serotonin, das die Melatoninproduktion unterstützt. Sauerkirschen, insbesondere Montmorency-Kirschen, sind eine natürliche Quelle von Melatonin. Ein Glas Sauerkirschschaft am



DR. SILJA SCHÄFER ...

ist vielen aus dem Fernsehen bekannt. Sie ist eine der Ernährungsdocs des NDR. Die Fachärztin für Allgemeinmedizin ist mit diversen Zusatzqualifikationen ausgestattet.

Abend kann den Schlaf positiv beeinflussen. Beeren (Heidelbeeren, Erdbeeren) sind reich an Antioxidantien, die helfen können, den Alltagsstress abzubauen, was ein häufiger Schlafstörer ist. Außerdem enthalten Beeren Vitamin C und sekundäre Pflanzenstoffe, die die Entspannung fördern.

DIESES GEMÜSE FÖRDERT GUTEN SCHLAF

Aber auch die Wahl des Gemüses hat Einfluss auf unseren Schlaf. Spinat und Grünkohl enthalten viel Magnesium und Kalzium, Mineralstoffe, die die Muskeln entspannen und die Schlafqualität verbessern können. Brokkoli enthält Vitamin B6, das die Produktion von Melatonin unterstützt. Süßkartoffeln enthalten komplexe Kohlenhydrate, die den Blutzuckerspiegel stabil halten und ebenfalls Tryptophan mitbringen. Avocados sind reich an Magnesium und gesunden Fetten, die beruhigend auf das Nervensystem wirken.

Dr. Schäfer: „Aber idealerweise 3 bis 4 Stunden vor dem Zubettgehen zuletzt essen, ballaststoffreiches Gemüse besser über den Tag verteilen und abends bekömmliche und leicht verdauliche warme Speisen bevorzugen.“

„GOLDENE MILCH“ STATT CHIPS

„Wenn abends doch noch mal der kleine Hunger anklopft, bitte nicht die Chipstüte öffnen. Stattdessen könnte ein schlaffördernder Snack helfen, wie zum Beispiel ein paar Walnüsse oder Mandeln, vielleicht sogar in dunkle Schokolade getunkt. Das ist leicht verdaulich, schlaffördernd und nährstoffreich. Eine weitere Möglichkeit wäre mein Geheimtipp, die ‚Goldene Milch‘“, sagt Dr. Schäfer. Sie besteht aus Pflanzendrink, Kurkuma, Ingwer und einigen weiteren Zutaten. Beide Kombinationen liefern Tryptophan, gesunde Fette und Magnesium, ohne den Magen zu belasten. Aber: „Spät am Abend nur im Notfall essen, denn grundsätzlich gilt: kein schweres Essen vor dem Schlafengehen“, so Dr. Silja Schäfer.

TRINKEN BIS 20 UHR

Wie beeinflusst unser Trinkverhalten den Schlaf? „Trinken Sie abends beruhigende Kräutertees mit Kamille, Lavendel, Melisse oder Passionsblume. Besser keinen Kaffee oder schwarzen bzw. grünen Tee nach 16 Uhr“, rät die Medizinerin. Beim Thema Alkohol scheiden sich oft die Geister ... „Viele denken, dass Alkohol den Schlaf fördert. Tatsächlich stört er aber die Tiefschlafphasen. Auch zu viel Wasser kurz vor dem Zubettgehen kann kontraproduktiv sein.“

BEWUSSTE ERNÄHRUNG UND ABENDRITUAL

„Ernähren Sie sich bewusst, und führen Sie feste Abendrituale ein. Diese könnten so aussehen: Um 20:30 Uhr machen Sie den Bildschirm aus, ab 21 Uhr ist Entspannungszeit mit Lesen, Atemübungen, Dehnen und ruhiger Musik, und um 22 Uhr machen Sie das Licht aus“, rät sie. „Der Körper sollte dann so weit zur Ruhe gekommen sein, dass Sie schlafen können. Wenn all diese Ratschläge nicht helfen, suchen Sie unbedingt Ihren Arzt auf.“

ERGONOMISCHE RADANPASSUNG
FÜR ALLE RÄDER UND MENSCHEN

SATTEL UNBEQUEM
KNIE- ODER RÜCKENSCHMERZEN
TAUBHEITSGEFÜHLE



WESTRING 256 | KIEL
WWW.COMFYTTERS.DE



Herzforschung rettet Leben!

Ihre Spende hilft im Kampf
gegen Herzkrankheiten.

Helfen Sie mit
www.herzstiftung.de/spenden



HDU
Hilfe Durch Uns
helfen dasein unterstützen
Ambulante Pflege seit 1987

Wir kommen zu Ihnen

- umfassende Beratung
- häusliche Krankenpflege
- Behandlungspflege
- hauswirtschaftliche Versorgung
- 24-Stunden-Erreichbarkeit

Sie kommen zu uns

- Betreutes Wohnen und Urlaubspflege im Grammerstorf'schen Hof, Laboe
- Seniorenwohngruppe
- Kindergarten

Beselerallee 40 • 24105 Kiel
Tel. 04 31-88 68 414 • Fax 04 31-88 68 415
info@hdu-kiel.de • www.hdu-kiel.de

KLEINE HELFERLEIN GEGEN SCHLAFLOSIGKEIT

Erholsamer Schlaf ist essentiell für Gesundheit, Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit. Die Ursachen können vielfältig sein: Stress, innere Unruhe, körperliche Beschwerden oder äußere Einflüsse. Hier finden Sie verschiedene Produkte und Lösungen, die helfen können, erholsamer zu schlafen.

DEEP-SLEEP-MASKE

Diese atmungsaktive, natürlich kühlende Schlafmaske von Dore & Rose besteht aus atmungsaktiver, hypoallergener Maulbeerseide. Sie erhöht die Entspannung und den Komfort für Ihre Augen, damit Sie leichter einschlafen. Die Maske blockiert 100 % des Lichts, sodass Sie die ganze Nacht tief schlafen können, ohne aufzuwachen. Entwickelt und unterstützt von Dermatologen für gesündere Haut während des Schlafs.

www.doreandrose.com



ENTSPANNUNGS- BAD

Dieses Bad beruhigt und gleicht aus – wie ein Moment im Lavendelfeld. Das Bad mit echtem ätherischen Lavendelöl beruhigt die Sinne, entspannt und fördert so einen guten Schlaf – und eine gute Nacht.

www.weleda.de

EINE MÜTZE VOLL SCHLAF

Das Sandmännchen hat Sie übersehen? Dieser Bio-Kräutertee hat einen blumigen Geschmack. Schafgarbe, Zitronenmelisse und Lavendel gehören zu den Zutaten dieser harmonischen Mischung.

Lassen Sie den Tag entspannt ausklingen.

www.sonnentor.com



ENDLICH BESSER SCHLAFEN



Fast die Hälfte aller Deutschen klagt über Schlafprobleme. Der Ratgeber von Dr. med. Michael Feld hilft den Leser*innen, anhand eines Selbsttests herauszufinden, was der Grund für die Schlaflosigkeit ist, und stellt verschiedene Methoden vor, die für eine Verbesserung des Schlafs sorgen.

www.edel.com

Endlich-besser-schlafen

ZIRBENHERZ® ALPENWELT

Das Original Zirbenherz® Alpenwelt Zirbenkissen „ALPENBLICK“ im alpinen Style sorgt für wohltuenden Zirbenduft und Regeneration. Die Füllung bildet die Zirbenherz® Zaubermischung. Immer frisch, intensiv, langlebig und mit Reißverschluss. Zirbenherz® Zirbenkissen werden in eigener Manufaktur im Herzen Österreichs gefertigt.

40 x 40 cm, 400 g. www.zirbenherz-bett.com



DEEP SLEEP – NEUROMUSIK

Mit neurotunes Deep Sleep werden die Gehirnfrequenzen in den DELTA-Bereich geführt. Die Neuro-Soundeffekte bewirken Entspannung in der Tiefschlafphase und Reduktion von Ruhepuls, Atmung, Körperspannung und Gehirnfrequenzen.

www.neurotunes.com

SCHLAFWOHL DUFT- MISCHUNG

Ein warmes Bad mit einer fein duftenden Komposition 100 % naturreiner ätherischer Öle hilft, den Alltagsstress hinter sich zu lassen.

Ätherisches Lavendelöl entspannt und unterstützt den Schlaf. Ätherisches Neroliöl löst Spannungen und schenkt Geborgenheit. Warm und wohlig duftender Vanilleextrakt zaubert eine harmonische Atmosphäre.

www.primaveralife.com



SENIORENZENTRUM KAISER WILHELM I. STIFT

Mitten im Leben.

Mitten im Herzen Kiels befindet sich das Kaiser Wilhelm I. Stift, eine moderne und traditionsreiche Senioreneinrichtung, die verschiedene Wohnformen und individuelle Möglichkeiten bietet. Hier genießen die Bewohnerinnen und Bewohner nicht nur ein gemütliches Zuhause, sondern auch ein umfangreiches Serviceangebot.



[kaiserwilhelmstift-kiel.de](https://www.kaiserwilhelmstift-kiel.de)

[@kaiserwilhelmstift.kiel](https://www.instagram.com/kaiserwilhelmstift.kiel)

Individuelle Wünsche und Bedürfnisse der älteren Menschen stehen in unserem Seniorenzentrum im Fokus. Wir bieten verschiedene Wohnformen an, die es unseren Seniorinnen und Senioren ermöglichen, ein erfülltes und selbstbestimmtes Leben zu führen. Unsere Angebote reichen von stationärem, begleitetem Leben über ambulante Dienste bis hin zu komfortablen Apartments und Servicewohnungen.

Unser Ziel ist es, jedem einzelnen Bewohner die Möglichkeit zu geben, in einem Ambiente zu leben, das seinen Wünschen und Lebensumständen entspricht.

Leben mit Genuss: Unserer hauseigene Gastronomie ist Bündnispartner von FEINHEIMISCH – Genuss aus Schleswig-Holstein e.V.



Miteinander – Füreinander: Seit 235 Jahren verfolgt unsere „Stiftung Gesellschaft freiwilliger Armenfreunde“ ausschließlich und unmittelbar gemeinnützig und mildtätige Zwecke. Um nachhaltige gemeinnützige Ziele zu verfolgen, benötigen wir Unterstützung und freuen uns über jedes Engagement.

Besuchen Sie uns und machen Sie sich selbst ein Bild von unserem vielfältigen Angebot, unserer Qualität und unserem engagierten Team. Wir freuen uns auf Sie!

Innovatives Wohnkonzept in der Körnerstraße

Unser moderner Neubau bietet Seniorinnen und Senioren nicht nur ein Zuhause, sondern auch eine zeitgemäße Wohnqualität mit viel Komfort und Gemeinschaft. Innovative Lösungen und smarte Technologien fördern die Selbstständigkeit, die einladende Lobby und das Restaurant „Wilhelms“ sind ein Ort der Begegnung und Geselligkeit.

Neues Wohnen im Alter bietet unsere Wohngemeinschaft im Erdgeschoss des Neubaus. Die WG fördert ein soziales Miteinander und bietet (Frei-)Raum für persönliche Bedürfnisse und individuelle Gestaltungsmöglichkeiten. Hier ist der Alltag im Alter lebenswert!



Es sind noch WG-Zimmer verfügbar.
Kontaktieren Sie uns gern.

Das Restaurant „Wilhelms“ ist das kulinarische Herzstück des Quartiers. Hier verwöhnen wir sie täglich mit köstlichen Speisen aus besten Zutaten – herzhaft, süß und immer frisch.

Wilhelms

Bündnispartner von

FEINHEIMISCH
Genuss aus Schleswig-Holstein e.V.



In unserem kleinen, feinen Restaurant sind übrigens künftig nicht nur Bewohner, sondern auch Besucher des Hauses herzlich willkommen – probieren Sie uns aus, seien Sie unser Gast!



24h-Intensiv- und Beatmungspflege



INTENSIVPFLEGE

für außerklinische Beatmung

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



24h-Intensivpflege Amirov

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

GESUND UND FIT BIS INS ALTER

Ein Küchen-Schnellschuss aus der Hüfte

DER INGWER QUICKSHOT

Sie haben eine Zitrone, Honig, ein Stück Ingwer und bestenfalls einen Mixer im Haus? Dann steht der Herstellung eines Ingwer QuickShots nichts im Weg – und er ist schnell gemacht.



SIE BENÖTIGEN FOLGENDE ZUTATEN:

- 1 Stück Ingwer (ca. 5 bis 6 cm, mit oder ohne Schale)
- 1 Zitrone (Saft) oder alternativ etwas Apfelessig
- 1 EL Honig oder Ahornsirup (optional)
- 200 ml Wasser (oder Orangensaft für eine fruchtigere Variante)

ZUBEREITUNG:

Das Ingwerstück schälen und in kleine Stücke schneiden. Ingwer mit dem Saft der Zitrone, einem Teelöffel Honig und 200 ml Wasser in den Mixer geben und gut pürieren. Wer keinen Mixer hat, kann den Ingwer auch mit einer Reibe fein reiben und alles mit einem Löffel verrühren. Wer möchte, kann den entstandenen Mix durch ein feines Sieb oder ein Tuch abseihen, anschließend in ein kleines Glas füllen und direkt trinken oder in einer Flasche für zwei bis drei Tage im Kühlschrank aufbewahren. Wenn im Haus, können Sie für eine Extraportion Power noch eine Prise Kurkuma hinzufügen.

Foto: Adobe Stock

Dr. Christiane Behrendt

Haut in guten Händen



Dr. Christiane Behrendt

Hautärztin Allergologie · amb. Operationen · Lasermedizin
Mesotheapie · med. Kosmetik · Anti-Aging-Therapie · PDT

Holstenstr. 88-90 (Howe-Haus) · 24103 Kiel
Tel. 04 31 / 9 46 04 · Fax. 04 31 / 9 71 98 00
Termine nur nach Vereinbarung

Am Rosengarten 13 · 23701 Eutin · Tel. 0 45 21 / 7 96 75 55
Termine nur nach Vereinbarung

www.kielerhautaerztin.de

Wir führen eine moderne ästhetische Dermatologie mit
Lasertherapie, Fruchtsäurepeeling,
Salicylsäurepeeling sowie Faltenkorrekturen und operativen
ästhetischen Eingriffen durch.



SANFTE THERAPIE BEI HELLEM HAUTKREBS

Zu wenig Sonne lässt uns blass und schlapp werden, zu viel kann eine ernsthafte Schädigung der Haut verursachen. Vor allem der typisch nordische Hauttyp mit hellem Teint und blonden Haaren ist gefährdet, ebenso wie der keltische rothaarige Typ. Dabei macht die Sonne keinen Unterschied, ob sie auf Mann oder Frau scheint. Anders verhält es sich mit dem Alter: Ältere Menschen sind häufiger von Hautkrebs betroffen. Unterschieden wird dabei zwischen hellem und schwarzem Hautkrebs. Die ersten Anzeichen für hellen Hautkrebs sind in der Regel harmlos erscheinende Hautveränderungen, wie zum Beispiel kleine raue, helle oder rötliche Veränderungen der Haut (aktinische Keratosen), Knötchen, Höcker oder Flecken. Es ist wichtig, diese Veränderungen so früh wie möglich zu erkennen, um das Risiko einer Hautkrebserkrankung zu minimieren. 75 Prozent der Frauen gehen zur Vorsorge, bei den Männern sind es lediglich 25 Prozent. Die photodynamische Therapie ist eine vergleichsweise unkomplizierte und schonende Behandlungsmöglichkeit bei hellem Hautkrebs und stellt eine Alternative zu operativen Eingriffen dar. Eine großflächige Behandlung ist möglich, bei der Schäden in ihrer Gesamtheit behandelt werden können. Die photodynamische Therapie erkennt noch unsichtbare Tumore und lässt diese gleichzeitig absterben. Sie repariert das betroffene Gewebe und ist Prophylaxe zugleich.

Dr. Christiane Behrendt berät gerne zu den Behandlungsmöglichkeiten, weitere Informationen unter www.kielerhautaerztin.de.

BUCHTIPPS FÜR GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN

SANFTE HILFE



HANDBUCH TCM-ERNÄHRUNG

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

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



HEILTEES FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE

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

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



EINFACH GESUND

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

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



Wir kümmern uns.

Wir bieten Ihnen in Kronshagen und Altenholz ein sicheres und geborgenes Zuhause. Unsere liebevoll gestalteten Seniorenwohneinrichtungen verbinden Komfort mit herzlicher Betreuung und fördern ein aktives Miteinander.

In Kronshagen ergänzen unser Ambulanter Pflegedienst und das Betreute Wohnen unser Angebot für ein selbstbestimmtes Leben im Alter. Überzeugen Sie sich gern selbst und vereinbaren Sie einen Besichtigungstermin! **Wir freuen uns auf Sie!**

Senioren- und Pflegezentrum Altenholz

Telefon: 0431 30 52 46 0 / Mail: altenholz@dsw-nord.de

Senioren- und Pflegezentrum Kronshagen

Telefon: 0431 58 47 0 / Mail: kronshagen@dsw-nord.de

Deutsche Seniorenwohnen Ambulante Dienste GmbH

Telefon: 0431 58 47 41 0 / Mail: ambulante-dienste@dsw-nord.de

Sonnenschutz in der Kindheit ist eine wichtige Präventionsmaßnahme.



Kinder schützen – PRÄVENTION MIT „SUNPASS“

Die Gefahr der UV-Strahlung wird oft unterschätzt. Jedes Jahr erkranken 25.000 Menschen an schwarzem Hautkrebs und ca. 260.000 an weißem Hautkrebs. Die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e.V. (SHKG) macht auf die Bedeutung von Prävention aufmerksam – mit einem neuen Projekt.

„Sonnenbrände im Kindesalter erhöhen nachweislich das Risiko, im späteren Leben an Hautkrebs zu erkranken“, sagt Katharina C. Kähler, 1. Vorsitzende der SHKG und Leiterin des Hautkrebszentrums am UKSH, Campus Kiel.

KINDERHAUT BRAUCHT BESONDEREN SCHUTZ

Die empfindliche Kinderhaut verfügt noch nicht über ausgereifte Schutzmechanismen – umso wichtiger ist es, schon früh für konsequenten Sonnenschutz zu sorgen.

„Mit SunPass möchten wir Kitas und Eltern praxisnah für den richtigen Umgang mit UV-Strahlung sensibilisieren und Kindern einen gesunden Start in ein sonniges Leben ermöglichen“, erklärt Maxi Liekfeldt, Projektleiterin bei der SHKG. Kitas können sich für das neugestartete Projekt „SunPass – Gesunder Sonnenspaß für Kinder“ anmelden.

Im Rahmen des Projekts werden pädagogische Fachkräfte und Eltern geschult, Kitas erhalten Informationsmaterial zur kindgerechten Vermittlung von Sonnenschutz, und nach

erfolgreicher Umsetzung von Sonnenschutzmaßnahmen wird die Einrichtung mit dem „SunPass“ ausgezeichnet.

ANMELDEN FÜR DEN „SUNPASS“

Alle Maßnahmen sind kostenfrei für die teilnehmenden Kitas. Einrichtungen können sich ab sofort für die Teilnahme am SunPass-Projekt bei Maxi Liekfeldt unter Tel.: 0431 / 800 10 85 oder per E-Mail an liekfeldt@krebsgesellschaft-sh.de melden. Mehr unter www.krebsgesellschaft-sh.de/angebote/praevention/sunpass/

Foto: Adobe Stock



GLOW-UP FÜR ZU HAUSE

Mit einfachen Zutaten, die man meistens zu Hause hat, lassen sich Gesichtsmasken kreieren, die die Haut pflegen. Dieses Rezept ist für eine beruhigende und feuchtigkeitsspendende Maske.

HONIG-ALOE-VERA-MASKE

ZUTATEN

- 1 EL Honig (am besten aus Manuka oder Akazie)
- 1 EL Aloe-vera-Gel (frisch oder aus der Tube)
- 1 TL Joghurt (optional für zusätzliche Feuchtigkeit)

ANWENDUNG: Alle Zutaten in einer kleinen Schale gut vermengen, bis eine glatte Paste entsteht. Die Maske großzügig auf das gereinigte Gesicht auftragen und dabei Augen und Mund aussparen. 15–20 Minuten einwirken lassen und danach mit lauwarmem Wasser abspülen. Die Haut wird durch den Honig weich und erfrischt, während Aloe vera für eine beruhigende Wirkung sorgt. Diese Maske eignet sich besonders für empfindliche Haut, da sie sanft pflegt und hydratisiert.

Foto: Adobe Stock

KENNENLERN-ANGEBOT FÜR LITERATURFANS

Unabhängige Rezensionen und
neue Bücherwelten!



E-Paper
für nur
1 EURO
testen*

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



ABO-ID: BU22EPA

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

AKTION OFFENER GARTEN

*Am 14. und 15. Juni findet wieder die Aktion „Offener Garten in Schleswig-Holstein und Hamburg“ statt. Zum 26. Mal laden Hobbygärtner*innen und professionelle Betriebe zum inspirierenden Gang durch ihre grünen Oasen ein.*

Ob blühende Rosenträume, wilde Natur-oasen, Staudengärten, kleine Stadtidyllen oder große parkähnliche Grünanlagen – es gibt vielfältige Gartenformen zu entdecken. Über 200 grüne Oasen laden zum Blick hinter den Gartenzaun ein. Manche Gastgeber*innen haben Ableger abzu-

geben, woanders kann man zum netten Plausch einen Kaffee bekommen oder eine Ausstellung bestaunen. Aber überall sind motivierte Gartenbesitzer*innen anzutreffen, die gerne ihre grünen Paradiese zeigen und sich über Austausch freuen. Den Gartenführer kann man gegen 2 Euro

in Briefmarken mit einem frankierten, an sich selbst adressierten A5-Umschlag anfordern bei der Aktion Offener Garten, Lindenweg 4, 23730 Hermannshof.

www.offenergarten.de





ROSENLIEBE

Die Königin des Gartens kommt mit einem passenden Hofstaat besonders gut zur Geltung.

„Kaufen, wo es wächst – aus der Region für die Region“ ist das Motto des Familienunternehmens **Paulwitz**. Das gilt auch und ganz besonders für Rosen. In den weitläufigen Gärten des Tüngendorfer Gartenbaubetriebes wachsen die Königinnen des Gartens heran: robust, gut an unser Klima angepasst und von erfahrenen Händen betreut. Von der Edel-, Duft- oder Kletterrose bis zu speziellen Wuchsformen wie den Trauer-Stammrosen ist bei Paulwitz alles zu finden.

PFLANZTIPPS

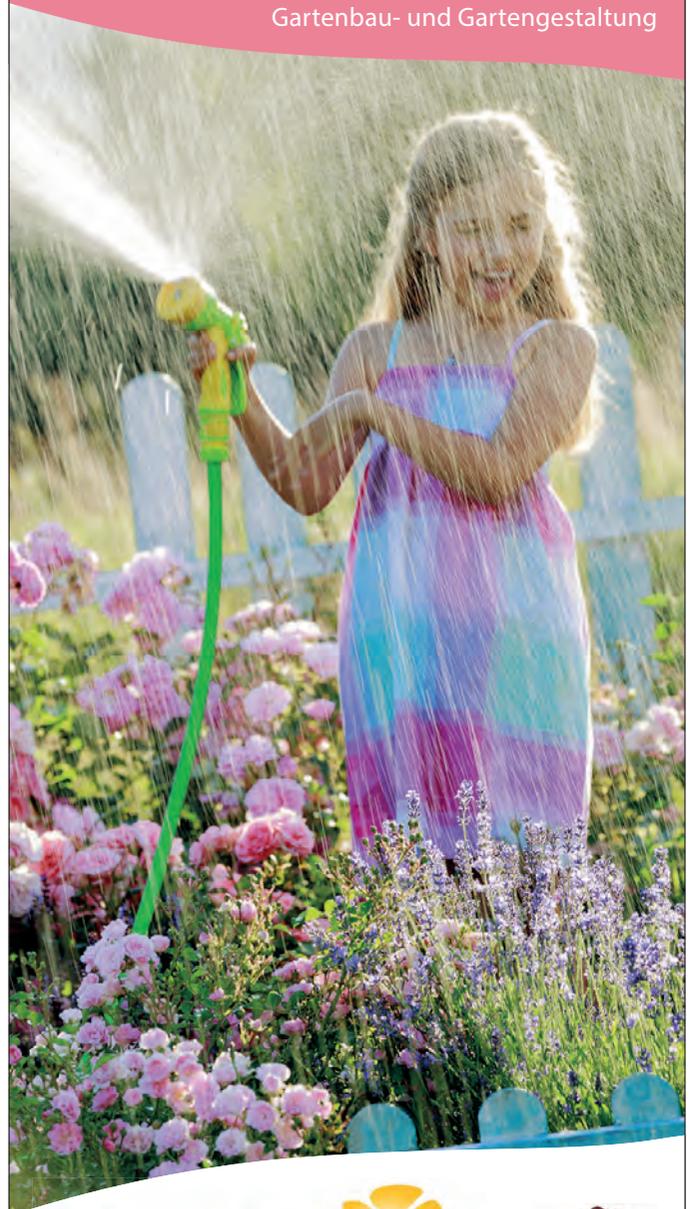
Als Containerware sind die Rosen jederzeit zu pflanzen. Wichtig ist bei der Sommerpflanzung das kontinuierliche Bewässern der Containerrosen nach der Pflanzung. Ab dem zweiten Standjahr haben sich die Rosen so weit etabliert, dass sie sich selbst mit Wasser versorgen können. Mitte Oktober bis Mitte November ist die ideale Pflanzzeit für wurzelnackte Rosen. Der Gartenboden verfügt noch über sommerliche Restwärme, die bei der Wurzelbildung gut tut. Vor dem ersten Oktober sollte man keine wurzelnackten Rosen pflanzen, da diese dann oft zu früh geerntet worden sind und die noch grünen Triebe ungenügend ausgereift und somit wenig wintertauglich sind. Für welche Rosen man sich aus dem großen Angebot von Paulwitz auch entscheidet – noch schöner wirken sie, wenn sie von einem Hofstaat aus Phlox, Storchschnabel und Lavendel umgeben sind. Auch rosenbegleitende Stauden bietet Paulwitz in hervorragender Gärtnerqualität an. Gerne beraten die freundlichen Fachleute von Paulwitz Sie individuell zur Pflege und Rosenauswahl. Weitere Informationen unter www.pflanzenhof-paulwitz.de.

Kaufen, wo es wächst!

*Erlebniseinkauf auf über
14.000 m² überdachter Fläche*

Rosige Zeiten!

Gartencenter · Accessoires · Baumschule · Gartentipps
Gartenbau- und Gartengestaltung



Paulwitz
Pflanzenhof & Floristik



Norderdorkamp 26
Neumünster
Tel. 043 21/3 15 21

www.pflanzenhof-paulwitz.de

Mo.-Fr. 8.00-18.00 Uhr, Sa. 8.00-16.00 Uhr, So. 9.30-12.00 Uhr

Brunswiker
Antik Pavillon
Kunst & Antiquitäten

Ankauf

Ganze Nachlässe, Sammlungen, Bronzen,
Gemälde, Militaria, Schmuck, Münzen, Silber
und interessante Einzelstücke

Verkauf

Über einen Besuch in unserem Ladengeschäft würden wir uns sehr freuen

Inhaber Stefan Schulz Tel. 0431 / 65 94 91 01
Brunswiker Straße 50 Mobil: 0176 / 78 33 92 00
24105 Kiel Di.-Fr. 11-18 Uhr und Sa. 10-14 Uhr

HAUS, HOF & GARTEN



Foto: Dirk Christian Schröder

JUNI IST SCHAUGARTENZEIT

Vom 5. bis 9. Juni lädt das Gut Stocksee Hof wieder zur „Park & Garden Country Fair“. **Dirk Christian Schröder** freut sich, in diesem Jahr wieder Teil des Gartenwettbewerbes Small Gardens zu sein. Zum Thema „Kleine urbane Oasen“ hat diesmal Junior Jasper Schröder einen naturnahen Garten entworfen, der als Rückzugsort vom Lärm und der Hektik des Stadtlebens dienen soll – ein Stück Natur statt monotoner, versiegelter Flächen. Während der Messetage sind die Expert*innen für Garten- und Landschaftsbau vor Ort und beantworten Fragen rund um das Thema Garten. Die kleinen Gärten können auch nach der Messe noch bis zum 15. September besucht und erkundet werden. Weitere Informationen finden Sie unter www.schroeder-gartengestaltung.de.



GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU
DIRK CHRISTIAN SCHRÖDER
DÜSTERNBROOK 8, 24211 RASTORF

TELEFON: 04384 16 52
SCHROEDER-GARTENGESTALTUNG.DE

 Ihr Experte für
Garten & Landschaft

 Dirk Christian Schröder
Garten- und Landschaftsbau



Garten-
Dittmann
Baumschule

Gartenzeit ist Rosenzeit



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

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

... alles, was ein Garten braucht!

VIelfÄLTIGE ROSENPRACHT

Der Juni ist der Rosenmonat. Da trifft es sich gut, dass die Rose ein Schwerpunkt in der **GartenBaumschule DITTMANN** ist. Lassen Sie sich in der großzügig angelegten GartenBaumschule von der Rosenvielfalt und den unendlichen Kombinations- und Gestaltungsmöglichkeiten inspirieren und finden Sie dabei auch Ihre Lieblingsrose aus etwa 160 Sorten. Neben der riesigen Auswahl an Rosen, Stauden, Zier- und Obstgehölzen werden Hausbäume, Kletter- und Heckenpflanzen angeboten. Zusätzlich erhalten Sie viele schöne und nützliche Gartenaccessoires, wie Rankhilfen, Rosenbögen und verschiedene Glasobjekte und Gartenaccessoires. Weitere Infos unter www.garten-dittmann.de.



Foto: GartenBaumschule DITTMANN

Revolutionäre Stein- und Pflasterreinigung
mit 360 Home Service

„Wir gehen in die Tiefe“

Wer ein Haus hat, kennt das: Man
reingt die Pflastersteine im Eingangs-
bereich und schon nach ein paar
Wochen ist alles wieder beim Alten.
Nicht so bei 360 Home Service!

„Die meisten Leute – und auch Firmen – reinigen
oberflächlich – wir gehen in die Tiefe“, bringt es
Jacob Enggaard auf den Punkt. Der Geschäftsführer von **360 Home Service in Flensburg**
bietet in Schleswig-Holstein und Hamburg eine
besondere Methode an, tiefgreifend und nach-
haltig, und mit Ergebnissen, die bis zu 15 Jahre
halten. Der Däne sammelte bereits mit 12

Fotos: 360 Home Service



VORHER



NACHHER



Jacob Enggaard
hat langjährige
Erfahrung mit
dem Reinigen im
Außenbereich.

Jahren erste Erfahrungen im Familienbetrieb
und verfügt heute über 16 Jahre Praxis. Ziel seines
Unternehmens ist es, die Außenflächen nicht nur
zu verschönern, sondern dauerhaft zu schützen.

ENTSCHEIDEND IST DER PROZESS!

Mit einem besonderen Reinigungssystem ent-
fernt das Team von 360 Home Service Algen,
Moos, Flechten und tiefsitzende Schwarzalgen
– ohne die Struktur oder Optik der Steine zu
beschädigen. Anschließend wird die gereinigte
Fläche mit einer hochwertigen Imprägnierung

versiegelt, die das frische Erscheinungsbild für
viele Jahre bewahrt. Lediglich eine kleine jähr-
liche Wartung ist notwendig, um die Wirkung
dauerhaft zu erhalten. „Die Herausforderung
ist nämlich vor allem die Haltbarkeit“, betont
Jacob Enggaard. „Genau hier setzen wir an –
mit Qualität, Erfahrung, moderner Technik und
einer Garantie von bis zu 15 Jahren.“
Neben Gehwegen kümmert sich 360 Home
Service auch um Dächer, Fassaden und Fenster.
Alles mit dem gleichen Anspruch an Präzision
und Nachhaltigkeit.

🚗 Keine Anfahrtskosten 🛡️ Langzeitgarantien ✓ Kostenlose Vor-Ort-Beratung



- ✓ Tiefenreinigung mit Spezialseife
- ✓ Schutzbehandlung gegen Algenwachstum
- ✓ Wasserbasierte Imprägnierung
- ✿ Garantie gegen tiefsitzende Algen und Flechten

15 €/m²

15 Jahre
Garantie

100%
Zufriedenheits-
Garantie

Ab nur
39€
inkl. MwSt.



Fensterreinigung ab 39€

Der Preis beinhaltet alle Fenster und die äußeren Fensterrahmen – **kein Preis pro Fenster, keine Stundenabrechnung und keine versteckten Zusatzkosten.** Zudem ist unser Service durch unsere 100%-Zufriedenheitsgarantie abgesichert.

360 HOME
SERVICE

📍 Harniskai 22,
24937 Flensburg,
Deutschland

☎️ 0151 1503 6002
✉️ info@360homeservice.de
🌐 www.360homeservice.de

 ★★★★★
5 Sterne Bewertungen



LIEBLINGS- PLATZ

Dieser märchenhafte Ort ist perfekt für laue Sommerabende. Zwischen blühenden Geranien und üppigem Grün lädt die Gartenbank zum Träumen und Plaudern ein. Kerzen in einem mit Sand gefüllten Eimer sorgen für sanftes Licht. Lampions, Lichterketten und Makramee-Blumenampeln schaffen eine zauberhafte Atmosphäre.

www.meine-geranien.de

WÄNDEZEIT

FARBEN TAPETEN KONZEPTE



Lassen Sie sich inspirieren und
besuchen Sie uns im Showroom.

WÄNDEZEIT FARBEN TAPETEN KONZEPTE

Tonberg 11c • 24113 Kiel • Tel.: 0431/660 69 84
info@waendezeit-kiel.de • www.waendezeit-kiel.de

Unsere Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. von 8 bis 14 Uhr
oder nach Vereinbarung



FARROW & BALL
CRAFTSMEN IN PAINT AND PAPER
STOCKIST IN KIEL

**Little
Greene®**
— PAINT & PAPER —



PHOTOVOLTAIK-ANLAGEN UND BALKONKRAFTWERKE INVESTITION MIT SOFORTEFFEKT

Erfahren Sie alles über Photovoltaikanlagen und Balkonkraftwerke beim Info-Abend von **Förde Solar** am 22. Juli 2025 um 18:00 Uhr im Green Campus, Schönkirchen. Förde Solar, der regionale Spezialist für Photovoltaik, lädt Sie zu einem informativen Abend ein. Am 22. Juli um 18:00 Uhr erwartet Sie auf dem Green Campus in Schönkirchen eine Veranstaltung, die Ihnen einen umfassenden Einblick in die Welt der Photovoltaikanlagen und Balkonkraftwerke bietet. Bei Wurst und Getränken können Sie sich über die Vorteile

und Funktionsweisen informieren. Die Flensburger Firma Förde Solar ist bekannt für ihre fachkundige Beratung und qualitativ hochwertigen Solaranlagen. Gründer und Geschäftsführer Robert Carstensen erklärt: „Jedes Dach und jedes Leben sind individuell – da braucht es ein ausgiebiges Gespräch, um die richtige Lösung anbieten zu können.“

INFO-ABEND AM 22. JULI

Der Info-Abend bietet Ihnen die Gelegenheit, all Ihre Fragen zu stellen und mehr über die

Ersparnisse und Umweltvorteile zu erfahren, die eine Photovoltaikanlage mit sich bringt. Entdecken Sie, wie Sie Ihren eigenen Solarstrom produzieren und dadurch Stromkosten sparen können. Die Teilnahme ist nur mit Voranmeldung möglich. Melden Sie sich bis zum 20. Juli per E-Mail an Oliver.Schmuck@verlagskontor-sh.de, um sich Ihren Platz zu sichern. Verpassen Sie nicht die Chance, mehr über diese zukunftsweisende Technologie zu erfahren! www.foerde-solar.de

Kiel. Sailing. City.

 **Online-Seminare**
Kieler Wärmeplanung



Jeweils 17.30 Uhr – 19.30 Uhr

- 19.05.25:** Energetische Modernisierung und erneuerbare Energien im eigenen Haus
- 02.06.25:** Heizungstausch und erneuerbare Energien – Grundlagen und Anforderungen
- 16.06.25:** Fernwärme in Kiel – Erzeugung, Verdichtung, Ausbau, Anschlusskonditionen
- 30.06.25:** Wärmepumpen als Lösung beim Heizungstausch
- 14.07.25:** Nahwärmenetz für die Nachbarschaft

Jetzt anmelden unter
kiel.de/waermeplanung

kiel.de/waermeplanung



Foto: Adobe Stock

THEMA WÄRMEVERSORGUNG

Die Kommunale Wärme- und Kälteplanung für die Landeshauptstadt Kiel zeigt auf, mit welchen Maßnahmen eine klimaneutrale Wärmeversorgung in Kiel bis 2040 erreicht werden kann. Eine digitale Veranstaltungsreihe widmet sich den lokalen Versorgungslösungen. Bis zum 14. Juli können Interessierte alle zwei Wochen an Online-Terminen teilnehmen. Los geht's um 17.30 Uhr. Info und Anmeldeformular unter www.kiel.de/waermeplanung.

THEMEN-ÜBERSICHT

2. Juni „Heizungstausch und Erneuerbare Energien – gesetzliche Grundlagen und Anforderungen“; 16. Juni „Wärmeversorgung mit Fernwärme in Kiel – rund um Erzeugung & Betrieb, Verdichtung, Ausbau und Anschlusskonditionen“; 30. Juni „Wärmepumpen als Lösung beim Heizungstausch: neue Technologien, Einsatzmöglichkeiten und Praxisbeispiele“; 14. Juli „Nahwärmenetz für die Nachbarschaft – Wege zur gemeinschaftlichen Wärmeversorgung mit erneuerbaren Energien“.

Heil- und Wildkräuter

Ob im eigenen Garten gezogen oder in der Natur gesammelt: Heil- und Wildkräuter erfreuen nicht nur die Insektenwelt, sondern bieten auch uns eine Fülle an Anwendungsmöglichkeiten für Gesundheit und Genuss.



DIE KRÄUTER IN MEINEM GARTEN

Ein ausführliches Werk, das moderne wissenschaftliche Erkenntnisse mit traditionellen Überlieferungen verbindet. In einem umfassenden Pflanzenlexikon werden über 500 wirksame Heilpflanzen von Alant und Alpenveilchen bis Zwergholunder und Zwiebel beschrieben – inklusive Wirkung, Anbauanleitungen, Blüte- und Sammelzeit, Trocknung und Rezepten für Tees, Tinkturen, Weine, Liköre, Schnäpse, Essig, Säfte, Salben und Bäder. Das große Kräuterhausbuch für den ständigen Gebrauch in Garten und Küche.

Siegrid Hirsch: Die Kräuter in meinem Garten, Freya Verlag, 800 S., 39,90 Euro



HEILPFLANZEN UND KRÄUTER AUS MEINEM GARTEN

Mit Heilpflanzen lassen sich viele Beschwerden lindern oder einfach das Wohlbefinden steigern, aber das Sammeln in Wald und Wiese ist Ihnen zu umständlich? Heilpflanzenexperte Rudi Beiser zeigt Ihnen, wie Sie über 30 Heilkräuter leicht selbst ziehen, ernten, verarbeiten und schonend haltbar machen können. Entdecken Sie farbenfroh gestaltete Kräuterbeete zum Nachpflanzen und wohltuende Rezeptideen für heilsame Tees, Tinkturen und entspanntes Badevergnügen. Fördern Sie Ihre Gesundheit auf natürliche Weise.

Rudi Beiser: Heilpflanzen und Kräuter aus dem eigenen Garten, Ulmer Verlag, 160 S., 20 Euro



GEHEIMNISSE DER UNKRÄUTER

Der Heil- und Wildkräuterexperte Rudi Beiser hat sein umfangreiches Wissen zu 30 bekannten und weniger bekannten essbaren Wildpflanzen aus Acker und Garten zusammengetragen. Erfahren Sie alles über die Nutzung der Kräuter als Nahrung und Medizin, ihre intelligenten Verbreitungsstrategien und ökologische Bedeutung, über spannende Mythen und Volksheilkunde. 85 Rezepte aus Wildkräuterküche und Heilkunde machen Lust auf das Sammeln und Zubereiten der Unkräuter.

Rudi Beiser: Geheimnisse der Unkräuter Ulmer Verlag, 192 S., 32 Euro

Fotos: Adobe Stock / Buchcover: Ulmer Verlag / Freya Verlag

LBU REAL.

Kiel



Ihr Gewerbe- und Konferenzstandort in Kiel

- Mit großen modernen Büroflächen, Produktionshallen, Lagerflächen sowie flexiblen Storage- und Workboxes bietet der **LBU REAL. Business Park Kiel** ein vielfältiges Angebot von gewerblichen Nutzungen.
- Der **LBU REAL. Business Park Kiel** liegt im Gewerbegebiet Wittland, ein etabliertes Gewerbe- und Industriegebiet, in dem sich nationale und internationale Unternehmen niedergelassen haben.
- **Flexible Mietangebote** in allen Bereichen machen den Standort zum idealen Ort für Ihr Unternehmen.
- Auf dem großzügigen Gelände befinden sich ca. 200 Parkplätze für Mieter und deren Besucher. Im **Business Park Kiel** ist durch die **vorhandene Gastronomie** für Catering als auch Frühstück und Mittagessen gesorgt.
- Die Standortverwaltung vor Ort kümmert sich **5 Tage in der Woche** um die Belange der Mieter und sorgt für ein herzliches Willkommensgefühl am Standort.

LBU REAL. Business Park Kiel
Wittland 2-4 • 24109 Kiel

LBU REAL. Business Park Kiel 2
Rendsburger Landstraße 215 • 24113 Kiel

Ihr Kontakt: Jan-Kay Rohde
Tel. 04 31 / 24 71 47 90 • Mobil: 0162 / 28 52 554
E-Mail: j.rohde@lbu-real.de

www.lbu-real.de

Ökostrom: Es ist nie zu spät zu wechseln.

Regional. Stark.
Zuverlässig.
Stadtwerke SH.



HAUS, HOF & GARTEN



Stadtwerke SH

IN DER REGION - FÜR DIE REGION

Die **Stadtwerke SH** sind in der Region um Schleswig, Eckernförde und Rendsburg beheimatet und dank der vielen Dienstleitungen sicht- und nahbar. Sie arbeiten zusammen mit den Kommunen an vielen Zukunftsprojekten und betreiben Freizeitbäder, Häfen und Wohnmobilstellplätze.

WAS BIETET DAS UNTERNEHMEN DEN MENSCHEN IN DER REGION?

Eine Menge! Als kommunales Unternehmen übernehmen die Stadtwerke SH eine Vielzahl an Services und Dienstleistungen. Selbstverständlich sind sie Energielieferant, denn ohne eine funktionierende Strom- und Gasinfrastruktur sähe der Alltag bei uns anders aus. Viele Kund*innen schätzen dabei die fairen Konditionen und das partnerschaftliche Verhältnis. Für den Service vor Ort stehen die vier Kundenzentren in der Nähe.

HAND IN HAND MIT DEN KOMMUNEN

Ganz bewusst setzen sich die Stadtwerke SH auch für erneuerbare Energien und Technologien ein. Große Projekte in der Wärme- und Kälteversorgung werden dabei zusammen mit Partnerkommunen umgesetzt. Innovative Lösungen und das Vordenken in der Umsetzung werden immer relevanter, genauso wie der Ausbau der E-Ladeinfrastruktur. Das ist ein Gewinn für die Städte und die nähere Umgebung.

WELCHE ATTRAKTIONEN SIND AUCH FÜR GÄSTE INTERESSANT?

Auf jeden Fall die drei Freizeitbäder in den drei Städten. Jedes Bad – mit Saunabetrieb! – ist dabei besonders. Das Fjordarium Sportbad und

Sauna in Schleswig punktet mit einer großen Gartensauna und einem Hallenbad. Im Meerwasser Wellenbad Eckernförde ist der Name Programm. Hier ist Badevergnügen in echtem Ostsee-Wasser und mit Wellenbetrieb möglich. Die Sauna lädt mit Ostsee-Blick zum Genießen ein. Und im Aquacity Rendsburg ist besonders der Wechsel zwischen Hallen- und Freibadbetrieb besonders. Hier ist zu jeder Jahreszeit Schwimmvergnügen angesagt. Die Sauna bietet darüber hinaus Entspannung.

Auch zwei Häfen in Schleswig und Eckernförde sowie die Wohnmobilstellplätze in Schleswig, Eckernförde und Rendsburg versprechen einen angenehmen Aufenthalt.

WAS BIETET DAS UNTERNEHMEN ARBEITERNEHMER*INNEN?

Die Stadtwerke SH vereinen zahlreiche Bereiche und Karrieremöglichkeiten an drei Standorten. Durch die Struktur und Vielfalt an übertragenen Aufgaben werden Personen in unterschiedlichen Bereichen gesucht. Eine solide Basis für den Berufsstart bilden die sechs Ausbildungsberufe und das duale Studium. Größter Vorteil ist das praxisnahe Erleben und das große Stadtwerke SH-Team. Infos zum Unternehmen und den Freizeitangeboten unter www.stadtwerke-sh.de. Infos zur Ausbildung unter www.startwerke-sh.de

22 JAHRE BO-DESIGN – 22 JAHRE WOHNGLÜCK

Im Mai 2003 eröffneten Julia Büttner und Ingo Jänisch-Herbst das Einrichtungshaus bo-design – Natürliche Wohnkonzepte GmbH im Ostseepark Schwentinental bei Kiel. 22 Jahre ist das her.

2003 ging das Familienunternehmen mit einem mutigen Konzept an den Start: hochwertige Massivholzmöbel mit ökologischem Hintergrund kombiniert mit hohem Designanspruch und einem Rundum-Service. Das war eine gute Entscheidung! Massivholzmöbel haben sich im anspruchsvollen Möbel-Segment zum Megatrend entwickelt. Auch mit dem ökologischen Hintergrund lagen beide Unternehmer richtig, denn das Thema Nachhaltigkeit ist heute gefragter denn je. Dem Betrieb ist es gelungen, das Motto „Design trifft Natur“ umzusetzen.

2.000 QM AUSSTELLUNGSFLÄCHE

In den vergangenen Jahren wurde die Verkaufsfläche von 800 auf 2.000 m² vergrößert. Direkt neben dem Hauptgeschäft befindet sich das Fachgeschäft für natürliches, gesundes Schlafen – der Hüslers Nest Shop. Auf weiteren 600 m² finden Kunden hier das Rolf Benz – freistil Studio und weitere Ausstellungsflächen. Ob Massivholzmöbel von internationalen Designern, hochwertige Polstermöbel oder praktische Büro- bzw. Gartenmöbel – hier bleiben keine Wohnwünsche offen.

Gut ausgebildete Inneneinrichter und Möbeltischler stehen zur Verfügung und bieten maßgeschneiderte Einrichtungskonzepte. Küchen nach Maß, Einbauschränke oder skandinavisches Hygge-Konzept? Gerne! Lieferung und Montage erfolgen von eigenen Möbeltischlern in Deutschland und ins europäische Ausland.

RABATTAKTION ALS DANKESCHÖN

Julia Büttner und Ingo Jänisch-Herbst sagen Danke und geben vom 1. bis zum 29. Juni bis zu 10 % Rabatt auf Neubestellungen.



Foto: bo-design



TEAM 7

22
Jahre

Wir feiern Geburtstag!

Vom 02. Juni
bis 30. Juni 2025

Mit vielen Angeboten,
Neuheiten und bis zu

10% Rabatt
auf Neubestellungen.

Kiels spezialisiertester Einrichter
für hochwertige Massivholzmöbel
und mehr...

bo-design

NATÜRLICHE WOHNKONZEPTE GMBH

Dieselstraße | 24223 Schwentinental/Kiel
04307 - 82 53 63

www.bodesignmoebel.de



**KOMMEN SIE
VORBEI**
und machen Sie Ihren
Garten oder Balkon bereit
für den Sommer!
Mehr Infos gibt es unter
www.knutzen-home.de.

Entspannt in die Gartensaison starten

Mit den neuen Outdoormöbeln von **Knutzen Home** können Sie sich das Urlaubsfeeling ganz leicht nach Hause holen.

Die Sonne scheint, die Tage werden länger und die angenehmen Temperaturen laden zu einem entspannten Frühstück auf dem Balkon oder einem lauschigen Grillabend auf der Terrasse ein. Fehlt eigentlich nur noch eines: die passenden Gartenmöbel! Das Einrichtungshaus Knutzen Home in Kiel ist dafür die richtige Adresse.

NEU IM SORTIMENT: TERRASSENFLIESEN

Ganz neu im Bodenbelagshaus in der Bahnhofstraße 14 ist eine große Auswahl an hochwertigen Terrassendielen. Kund*innen können wählen zwischen drei, vier oder fünf Metern Länge und modernen Farbtönen wie Ebony, Sand oder Silver. Dank Wendeprofil ist eine beidseitige Montage und je nach Geschmack eine Oberfläche mit Struktur oder in glatt möglich. Die Terrassendielen in Holzoptik sehen nicht nur gut aus, sondern sind durch ihr WPC-Material, eine Kombination aus Holz und Kunststoff, auch besonders wetterfest, robust und pflegeleicht.

MEHR GEMÜTLICHKEIT GEFÄLLIG?

Wer Wert auf Gemütlichkeit legt, findet schräg gegenüber im Kehrvieler 13 zusätzlich stylische Outdoorteppiche. Egal ob weiträumige Terrasse oder kuscheliger Balkon – die Teppiche gibt es in allen erdenklichen Maßen. Von 60 x 110 Meter bis zu 240 x 330 Meter gibt es die ver-

schiedensten Maße. Modelle in Sondermaßen können problemlos bestellt werden und sind in 14 Tagen vorrätig. Auch die Materialeigenschaften überzeugen: „Viele unserer Outdoorteppiche sind waschbar, rutschfest und faltbar. Selbst Regen können sie mal ab. Nur im Winter empfehlen wir, sie reinzuholen“, erklärt Felix Petersdotter, Filialleiter des Bodenbelagshauses.

RELAXEN IM GRÜNEN

Sind die Terrassendielen verlegt und der passende Outdoorteppich ausgewählt, fehlen

natürlich noch die Gartenmöbel. Ebenfalls im Kehrvieler 13 finden Kund*innen eine umfangreiche Auswahl an Tischen, Stühlen, Sesseln und Strandkörben sowie sommerlicher Dekoration. Ganz neu im Sortiment ist der Tisch „Livingston“ mit Aluminiumgestell und witterungsbeständiger Keramikplatte im edlen Farbton Dark Grey. Dazu passen zum Beispiel die Sessel „Montana“ mit verstellbarer Rückenlehne und geschmackvollen Holzakzenten.

Wohnraumberater Rüdiger Sörensen präsentiert den Tisch „Livingston“ im edlen Dark Grey mit den passenden Sesseln „Montana“ mit verstellbarer Rückenlehne



NEUES LEBEN FÜR ALTE LEDERMÖBEL

Alexander Neukirch schaut sich das alte Ledersofa an. Es leidet unter Rissen und ist an einigen Stellen ausgeblichen. „Das kriegen wir wieder hin!“ Die Besitzerin strahlt. Für sie hat das Sofa einen individuellen Wert; wegwerfen kommt nicht in Frage. Und für Alexander Neukirch auch nicht. Der Geschäftsführer der Lederreparatur – die Lederwerkstatt hat schon so manchem Möbelstück zu neuem Glanz verholfen. Das Unternehmen ist bekannt für hochwertige Reparaturen und Aufarbeitung von Möbeln und hat sich in Bezug auf Nachhaltigkeit weiterentwickelt: Es bietet hochwertige italienische Stoffbezüge an, um noch mehr Restaurations-Möglichkeiten aufzuzeigen. Alexander Neukirch arbeitet eng mit Sohn Anthony zusammen, der nach dem Abitur eine Ausbildung als Polsterer abgeschlossen hat. Diese Kombination aus Erfahrung und modernem Fachwissen stellt sicher, dass die Lederwerkstatt stets auf dem neuesten Stand bleibt und innovative Lösungen bietet.



Alexander Neukirch in seiner Werkstatt.

FAMILIENBETRIEB

Die Philosophie, nicht nur das Leder zu restaurieren, sondern auch seinen Charakter und seine Originalität zu bewahren, steht im Mittelpunkt der Arbeit. Neben der Behandlung von Rissen, Löchern, Farbabbrieb und Ausbleichungen widmet sich die Lederwerkstatt auch der umweltfreundlichen Beseitigung von Fetteinlagerungen und anderen Schäden. Näheres unter Tel.: 04551 / 894 93 33 oder 0176 / 67 59 92 52.

Lederreparatur – die Lederwerkstatt
Kirchstr. 39, 23795 Bad Segeberg
www.lederreparatur-werkstatt.de

MEINE NEUE KÜCHE

AKTIONS
PREISE !

Made in Germany

Besuchen sie unsere große Küchenausstellung

Küchencentrum
Rendsburg

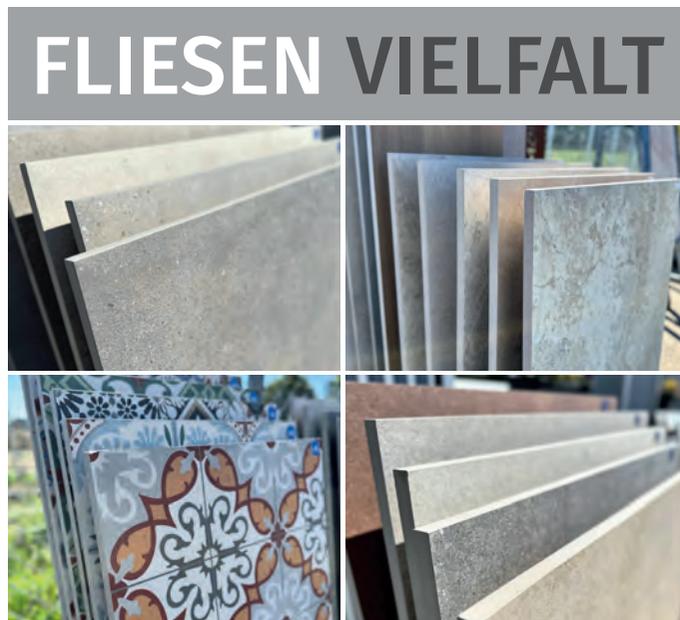
Friedrichstädter Straße 26
 Tel.: 04331 45063
www.kuehencentrum-rendsburg.de



Foto: Adobe Stock

BODENBELÄGE – VIELFALT FÜR JEDEN RAUM

Bodenbeläge sind ein wesentlicher Bestandteil der Raumgestaltung und haben sowohl funktionale als auch ästhetische Bedeutung. Ob gemütlich, pflegeleicht oder besonders strapazierfähig – für jeden Anspruch gibt es den passenden Belag. Zu den beliebtesten Varianten zählen Parkett, Laminat, Vinyl, Teppich und Fliesen. Während Holzbeläge eine warme, natürliche Atmosphäre schaffen, sind Fliesen ideal für Feuchträume und stark frequentierte Bereiche. Vinyl punktet durch seine Widerstandsfähigkeit und große Designvielfalt, Teppich sorgt für Komfort und Schalldämmung. Die Wahl des richtigen Bodenbelags hängt von der Nutzung des Raumes, dem Stil des Interieurs und den persönlichen Vorlieben ab. Am besten lässt man sich im Fachbetrieb betreten.



KeraMiede

Fliesen | Naturstein | fugenlose Bäder

Preetzer Chaussee 59 · 24222 Schwentinental
 Tel. 04 31 - 97 99 003 · www.keramiede.de

DIE GROSSE LEERE

Trauer ist ein einschneidendes Gefühl, oft verbunden mit einer allumfassenden Trostlosigkeit und Leere.

Sie ist ein Raum, in dem Erinnerungen nachhallen, in dem das Leben stillzustehen scheint und in dem die Welt ihre Farben verliert. Doch so individuell der Schmerz auch ist, niemand muss ihn allein tragen. Es gibt Wege, sich der Trauer zu stellen – durch Gespräche, Rituale,

den Austausch mit Betroffenen oder durch professionelle Begleitung. Besonders Bestatter*innen stehen ihren Kund*innen in dieser sensiblen Zeit einfühlsam zur Seite – nicht nur bei organisatorischen Fragen, sondern auch als erste Stütze im Umgang mit der Trauer.



WENN DER BESTE FREUND GEHT

Für Erwachsene ist der Verlust eines Haustieres schon schwer. Wie geht es dann erst unseren Kindern? Sie verlieren ihren besten Freund, Spielgefährten und Vertrauten.



Wenn ein Haustier stirbt, reißt das in der kindlichen Welt eine große Lücke – und bringt Gefühle auf, die Kinder oft zum ersten Mal in dieser Intensität erleben. Der Umgang mit Trauer braucht Feingefühl, Zeit und Raum.

DER ERSTE GROSSE ABSCHIED

Ob Hund, Katze, Hamster oder Wellensittich – für viele Kinder ist das Haustier ein wichtiger Beziehungspartner. Stirbt es, machen Kinder oft ihre erste bewusste Erfahrung mit dem Tod. Ihre Trauer ist oft sprunghaft: Mal sind sie tief traurig, dann wieder spielen sie scheinbar fröhlich weiter. Das ist kein Zeichen dafür, dass

es ihnen egal ist – es ist einfach ihre Art, das Erlebte zu verarbeiten.

EHRlich SEIN

Viele Eltern tun sich schwer, ihrem Kind vom Tod des Tieres zu erzählen. Fachleute empfehlen, ehrlich zu sein – kindgerecht, aber klar. „Unser Hund ist gestorben, und wir sind sehr traurig darüber“ ist ein Satz, den Kinder verstehen und der ihnen signalisiert, dass Gefühle sein dürfen. Einfache Antworten auf mögliche Fragen („Was passiert jetzt mit ihm?“) geben Sicherheit – auch, wenn wir selbst keine endgültigen Antworten haben.

KLEINE RITUALE HELFEN

Wie bei Erwachsenen können auch Kindern kleine Rituale helfen, Abschied zu nehmen. Zum Beispiel könnte man gemeinsam ein Bild malen, eine Kerze anzünden oder eine kleine Beerdigung gestalten – solche Gesten schaffen Trost und helfen bei der Verarbeitung. Viele Familien gestalten eine Erinnerungsbox mit Fotos, Spielzeug oder Fellbüscheln. Manche schreiben dem verstorbenen Tier einen Brief. Das Gefühl, noch etwas tun zu können, ist besonders für Kinder wichtig. So entsteht Dankbarkeit für die gemeinsam verbrachte Zeit und es bleibt ein liebevolles Erinnern.

Foto: Adobe Stock

ADVERTORIAL

ABSCHIED NEHMEN VOM GELIEBTEN HAUSTIER

Es ist sehr schmerzhaft, wenn ein geliebtes Tier von uns geht. **Tierbestattung Nordlicht in Büdelsdorf** sorgt dafür, dass Ihr Liebling den würdevollen Abschied erhält, den es verdient.



Markus Hamann sieht seinen Beruf als Berufung.



Seit Februar 2024 begleitet Markus Hamann mit viel Herz und Engagement Menschen beim Abschied ihres geliebten Tieres. Für ihn steht fest: „Man lebt zweimal – das erste Mal in der Wirklichkeit, das zweite Mal in der Erinnerung.“ Mit fast zehn Jahren Berufserfahrung bietet Markus einfühlsame und individuelle Trauerbegleitung an. Alles beginnt mit einem Anruf

– ab diesem Moment steht er bereit, den letzten Weg würdevoll zu begleiten. Dabei achtet Markus Hamann auf persönliche Bedürfnisse und religiöse Vorstellungen: „Mir ist wichtig, dass sich alle respektiert und verstanden fühlen.“ Auch Vorsorge ist ein zentrales Thema: Ein geplanter Abschied hilft, in emotionalen Momenten den Überblick zu behalten. Für die Zukunft hat Markus Hamann viele Ideen und möchte sein Angebot weiter ausbauen. Transparenz ist ihm dabei besonders wichtig. Auf seiner Website finden sich Infos zu Kremierungsarten und Preisen. Erreichbar ist er unter Tel.: 04331 / 135 43 48.



Tierbestattungen Nordlicht
Hollerstraße 40,
24782 Büdelsdorf
www.tierbestattung-nordlicht.de

Foto: Angelika Schwarz

NEUE MÖGLICHKEITEN ENTDECKEN

Machen Sie sich bereit für eine spannende Reise durch die vielfältigen Perspektiven, welche die Arbeitswelt für Sie bereithält.



Foto: Adobe Stock

„Ordnung ist das halbe Leben!“

Wir suchen ab sofort eine Hauswirtschaftsleitung

(m/w/d) – Vollzeit

Wählen Sie einen Arbeitgeber,
der auch für Sie da ist und
bewerben Sie sich jetzt gleich!

Wir freuen uns auf Ihre
aussagekräftige Bewerbung!



Jetzt bewerben!

Ansprechpartnerin:
Frau Maureen Zapanta
Telefon: (04321) 49 05 - 0
einrichtungsleitung@haus-schleusberg.de

Attraktives
Gehalt!
TOP-Mitarbeiter-
vorteile!

30
Arbeitstage
Urlaub

... und
viel mehr –
sprechen Sie
uns an!

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

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



UMSCHULUNG ALS CHANCE

In der dynamischen Arbeitswelt von heute bietet eine Umschulung Erwachsenen die Möglichkeit, ihren beruflichen Weg neu zu gestalten.

Anders als eine klassische Ausbildung, die sich an junge Schulabgänger richtet und drei Jahre dauert, ist die Umschulung speziell für Erwachsene konzipiert und dauert etwa zwei Jahre. Moderne Lernmethoden und flexible Online-Formate ermöglichen es Ihnen, im eigenen Tempo zu lernen – ideal für jene, die Familie und Beruf vereinbaren müssen. Bildungsträger wie das IBB Institut bieten eine Vielzahl an Umschulungsberufen. Nutzen Sie Fördermöglichkeiten wie den Bildungsgutschein der Agentur für Arbeit, um Ihren Neustart zu unterstützen.

Foto: Adobe Stock



Reisebüro Sonne und Mehr

Holtenauer Str. 318 • 24106 Kiel-Wik

Tel. 0431 3000 10 • info@sonneundmehr.com

Reiseverkehrskauffrau m/w/d

Wir freuen uns auf Dich

Wir bieten:

- eine unbefristete Anstellung
 - übertarifliche Vergütung
 - attraktive Arbeitszeiten
 - Firmenfitness
 - Bikeleasing
 - 6 Wochen Urlaub
- und ein nettes Betriebsklima**

Bewirb Dich jetzt



Zukunft gestalten!

Abwechslung, Sicherheit und richtig gute Konditionen – das bieten die zahlreichen Karrieremöglichkeiten, die eine Beschäftigung beim Land für motivierte Nachwuchskräfte bereithält.

Du stehst vor deinem Abschluss oder suchst eine neue und spannende berufliche Perspektive? Du willst einen krisenfesten Job, bei dem du noch dazu richtig was bewegen kannst? Dann ist der Öffentliche Dienst vielleicht etwas für dich! Beim Land Schleswig-Holstein findest du mehr als 30 verschiedene Ausbildungsberufe und Studiengänge. Ob Polizei, Gerichte und Staatsanwaltschaften, ob Verkehrsplanung, Umweltbehörden und Finanzämter – alle diese Institutionen suchen Nachwuchskräfte mit den unterschiedlichsten Begabungen, Interessen und Schulabschlüssen.

Wir wollen, dass die gesellschaftliche Vielfalt in Schleswig-Holstein die Landesverwaltung bereichert. Deshalb sind bei uns Bewerbungen aller Menschen willkommen, unabhängig von Geschlecht, Nationalität, Alter, Herkunft, Religion oder Weltanschauung, sexueller Orientierung, Behinderung oder Identität. Du möchtest etwas für deine Heimat tun? Dann bist du hier am richtigen Platz!

Und wir bieten dir Einiges:

faire Bezahlung, flexible Arbeitszeitmodelle und beste Chancen zur beruflichen Weiterentwicklung. Das Land Schleswig-Holstein ist der größte Arbeitgeber im echten Nor-

den – unsere Kolleginnen und Kollegen sind überall zwischen Nord- und Ostsee tätig. Ob in Flensburg, Elmshorn, Husum oder Lübeck, wir bieten dir spannende und vielfältige Arbeitsplätze ganz in deiner Nähe. Du kannst dir eine berufliche Zukunft beim Land vorstellen? Dann freuen wir uns auf deine Bewerbung!

Du weißt noch nicht, welcher Ausbildungsberuf der richtige ist?

Dann folge unseren Nachwuchskräften auf unserem Instagram-Kanal @moin_karriere und begleite sie durch ihren Ausbildungs- und Studienalltag.

HIER SCANNEN

Mehr Infos über deine berufliche Zukunft beim Land unter:



moin_karriere



schleswig-holstein.de/karriere



Zukunft gestalten beim Land!

Mehr Infos auch
an unserem
Kieler Woche
Stand im Schloss-
garten!

Du stehst vor deinem Abschluss oder suchst eine neue und spannende berufliche Perspektive? Du willst einen krisenfesten Job, bei dem du noch dazu richtig was bewegen kannst? Dann ist der Öffentliche Dienst vielleicht etwas für dich!

Ob Polizei, Gerichte und Staatsanwaltschaften, ob Verkehrsplanung, Umweltbehörden und Finanzämter – alle diese Institutionen suchen Nachwuchskräfte mit den unterschiedlichsten Begabungen, Interessen und Schulabschlüssen.

Du kannst dir eine berufliche Zukunft beim Land vorstellen? Dann freuen wir uns auf deine Bewerbung!

Du weißt noch nicht, welcher Ausbildungsberuf der richtige ist?

Dann folge unseren Nachwuchskräften auf unserem Instagram-Kanal @moin_karriere und begleite sie durch ihren Ausbildungs- und Studienalltag.

Mehr Infos über deine berufliche Zukunft beim Land findest du unter:

schleswig-holstein.de/karriere

📷 @moin_karriere



AUSSTELLUNGEN

IM JUNI 2025

Die unbekanntere Seite

In seiner Sommerausstellung „Wer kennt Wilhelm Busch?“ widmet sich das Eutiner **Ostholstein-Museum** noch bis zum 31. August dem bekannten Maler, Zeichner und Dichter.



Wilhelm Busch – Skizze eines Selbstbildnisses, 1885-90

Wilhelm Busch kennen die meisten von uns seit Kindesbeinen vor allem als Verfasser von Bilder-geschichten wie „Max und Moritz“ (1863/64), „Die fromme Helene“ (1872), „Fipps, der Affe“ (1878) oder „Plisch und Plum“ (1882). Doch Wilhelm Busch ist wesentlich mehr als nur der Autor dieser humoristisch-satirischen Bilder-geschichten, in denen er die gesellschaftlichen Werte und Normen seiner Zeit thematisierte und – bei aller vordergründigen Komik – durchaus kritisch pointiert zu Papier brachte. Mit einer begonnenen, aber nicht beendeten künstlerischen Ausbildung setzte er sich immer wieder auch mit der Malerei auseinander und schuf zeitlebens Landschafts-, Genre- und Porträtbilder sowie Zeichnungen, die in der Ausstellung ebenso thematisiert werden wie seine beeindruckenden Gedichte.

Die Ausstellung zu diesem vielschichtigen Künstler findet in Zusammenarbeit mit dem „Wilhelm Busch – Deutsches Museum für Karikatur und

Zeichenkunst“ Hannover statt, dessen Sammlung zu Wilhelm Busch die bedeutendste und umfangreichste ihrer Art ist und über 340 Gemälde, mehr als 1300 Zeichnungen nach der Natur, über 50 Bilder-geschichten-Handschriften, rund 900 Briefe sowie mehr als 190 Gedicht- und Prosa-hand-schriften des Künstlers umfasst.

Unter www.oh-museum.de finden Sie Informationen zu den öffentlichen Führungen und allen weiteren Veranstaltungen.



Wilhelm Busch – Max und Moritz, Vorwort, 1865



BESONDERER BUCHTIPP

Globale Geschichte der Philosophie

Wer die Kulturen dieser Welt begreifen will, muss auch ihre Geschichte und ihr Denken verstehen. Hier bei uns in Europa gehen wir zumeist jedoch von unserer Historie und unserer Philosophie aus, also dem euro-zentristischen Weltbild. Julian Baggini unternimmt in seinem sehr lesenswerten und erhellenden Buch „Wie die Welt denkt“ den Versuch, seinen Leser*innen das hochinteressante sowie inspirierende Denken anderer Kontinente und Länder wie der arabischen und afrikanischen Welt oder in China und Indien näherzubringen. Er unterteilt dabei seine fesselnde Reise in die globale Philosophie in vier Fragestellungen: „Wie weiß die Welt?“, „Was glaubt die Welt?“, „Wie betrachten wir uns selbst?“ und „Wie sollen wir leben?“. Mit seinem Buch erweitert und schärft Julian Baggini unseren Blick – und unser Verständnis – in längst überfälliger Weise.

Julian Baggini: Wie die Welt denkt. Verlag C.H.Beck, 442 S., 34 Euro



Thomas Mann am Schreibtisch, 1941



Thomas Mann auf Europareise

Ein Weltautor

Lübeck, wo Thomas Mann am 6. Juni 1875 geboren wurde, feiert Geburtstag: 150 Jahre Thomas Mann.

Es ist nicht nur der berühmteste Sohn der Stadt, sondern einer der berühmtesten Deutschen, den die Hansestadt im Jubiläumsjahr ehrt.

Die „Herzenseimat des Nordens“, wie Thomas Mann Lübeck einmal genannt hat, widmet dem Großschriftsteller und Weltbürger Thomas Mann eine eigene Ausstellung. Darüber hinaus wird der Geburtstag in der ganzen Stadt begangen: Auf literarischen Stadtpaziergängen können Sie sich auf die biografischen und unter anderem literarischen Spuren Thomas Manns durch die historische Altstadt begeben. In der vom 6. Juni 2025 bis zum 18. Januar 2026 laufenden Ausstellung „Meine Zeit. Thomas Mann und die Demokratie“ erzählt das

Buddenbrookhaus die Geschichte von dessen Politisierung. In seiner Rede „Meine Zeit“, die er 1950 in Chicago hielt, erklärte der Autor jedem „totalen Staat“ und jeder „dogmatischen Diktatur“ eine klare Absage. Die Schau zeichnet diese politische Entwicklung anhand von sechs großen Zeitenwenden in Thomas Manns Gedanken- und Lebenswelt nach: Geprägt durch die Reichsgründung 1871, mitgerissen durch die Kriegsbegeisterung im Sommer 1914, allen Halt verlierend durch den Zusammenbruch der staatlichen Ordnung 1918 – Thomas Mann findet

spät, erst nach der Ermordung des deutschen Außenministers Walther Rathenau, zu einer demokratischen Haltung, wird aber dann nicht müde, vehement für sie einzutreten – auch und gerade dann, als die Demokratie unter größten Druck gerät: durch die Machtübertragung an Hitler 1933, den Überfall auf Polen 1939 und im Kalten Krieg. Unter www.buddenbrookhaus.de erhalten Sie weitere Informationen zu den Lübecker Museen, den Ausstellungen sowie dem Veranstaltungsprogramm.

Fotos: unbekannt

Meine Zeit

6.6.25

—
18.1.26

Ort:
St. Annen-
Museum
Lübeck

MANN
2025 150 Jahre
Thomas Mann



Thomas Mann und die Demokratie

SUSANNE (1922-2022)
SCHAPOWALOW

photography of
unforgettable times

6.6.
-
3.8.
2025

EUTIN
OSTHOLSTEIN-MUSEUM

Schlossplatz 1 | 23701 Eutin | www.oh-museum.de
Di – So 11 – 17 Uhr, Feiertage 11 – 17 Uhr

 [ostholstein_museum_eutin](https://www.instagram.com/ostholstein_museum_eutin)  Ostholstein-Museum Eutin



Elke Hergert – Metamorphose See vor Skagen

Besondere Weltsichten

In der neuen Ausstellung „MEER & METAMORPHOSEN“ der Eckernförder Galerie RIECK stehen bis zum 26. Juli die beiden norddeutschen Künstlerinnen Elke Hergert und Nicole Keller im Mittelpunkt.

Elke Hergerts Thema ist das Meer mit allen seinen Licht-, Stimmungs- und Farbveränderungen und -bewegungen. Sie malt Stimmungen, die man spürt, aber meistens nicht sieht. So zeigt sie die Seele des Meeres in allen Varianten.

Die Hamburger Fotografin Nicole Keller wiederum arbeitet auf Basis von Architekturfotos und fotografischen Eindrücken. Sie zerlegt, flechtet, ergänzt, malt und konstruiert neu. Es entstehen neue Blicke auf Alltägliches, Unscheinbares und Orte, die man eigentlich kennt. Diese sogenannten „Architexturen“ offenbaren neue Perspektiven und verändern den Blick.

Die Kombination der Werke beider Künstlerinnen scheint zunächst nicht naheliegend, aber wenn man Rhythmus, Raumgestaltung und den Prozess des Erforschens nimmt, gibt es erstaunlich viele Parallelen – in ganz unterschiedlichen Sichtweisen auf vieles, das wir glauben zu kennen. Präsentiert werden rund 25 Arbeiten, die die unterschiedliche Herangehensweise ebenso sichtbar machen wie auch ihre große Verwandtschaft in der Suche nach „der Seele des Gesehenen“. Alle Werke stehen auch zum Verkauf.

Neben der Ausstellung zeigt die Galerie RIECK in ihren Räumen auf der Carlshöhe in Eckernförde auf insgesamt 200 Quadratmetern ausgesuchte skandinavische Kunst der letzten 100 Jahre – von der klassischen Moderne bis zur zeitgenössischen Kunst. Geöffnet ist die Galerie RIECK mittwochs sowie freitags von 14 bis 18 Uhr und samstags von 12 bis 16 Uhr. Mehr Infos unter www.galerie-riECK.de.



Nicole Keller –
ARCHITEXTUR Witterung



RIECK
CARLSHÖHE

GALERIE
für skandinavische und
nordische Kunst



Carlshöhe 78 | 24340 Eckernförde | www.galerie-riECK.de



Margret Eicher –
Battle:Reloaded (Gesamtansicht), 2022

Eine prachttvolle Reise IN DIE WIKINGERZEIT

Das Museum für Archäologie Schloss Gottorf, das Wikinger Museum Haithabu und das Leibniz-Zentrum für Archäologie (LEIZA) rücken das Jahr 1066 in der gemeinsamen Ausstellung „Wikingerdämmerung. Zeitenwende im Norden“ auf **Schloss Gottorf** bis zum 2. November in den Fokus.

Im Jahr 1066 zerstörte ein slawisches Heer Haithabu, was dazu führte, dass Haithabu an das Nordufer der Schlei verlegt wurde und im heutigen Schleswig weiterlebt. Im gleichen Jahr eroberte Wilhelm, Herzog der Normandie, England, was seinen kunstvollen Nachklang in dem „Teppich von Bayeux“ fand. Als Entree der Ausstellung um die Zeitwende des Jahres 1066 wird im Kreuzstall mit dem überaus eindrucksvollen Werk „Battle:Reloaded“ eine sich auf den „Teppich von Bayeux“ beziehende Arbeit der 1955 geborenen Künstlerin Margret Eicher präsentiert. Auf 120 x 3.000 cm können Sie einen modernen Bilderreigen entdecken, auf dem beispielsweise Lady Gaga, Ninja Turtles oder Spiderman und unzählige andere Charaktere dargestellt sind.

DREI GROSSE THEMENBEREICHE

In der Reithalle des Schlosses erwartet Sie eine überwältigende Ausstellung von Fundstücken.

Ob Schatzteile, alte Schriftstücke, Waffen, Schiffsteile und anderes mehr – es ist ein wahres Füllhorn an interessanten und sehr sehenswerten Artefakten, die hier gezeigt werden. Gegliedert ist die Ausstellung in die drei Bereiche Macht, Wirtschaft und Glauben. Sie führen vor Augen, wie die Herrschaft auf persönlichen Beziehungen beruhte und der Handel in der Wikingerzeit abließ und organisiert war. Schließlich wird sichtbar, wie die Vielgötterreligion und das Christentum aufeinandertrafen und für Verunsicherung in der Wikingerwelt sorgten. Auf der Empore der Reithalle wartet auf Sie mit einem Nachdruck des „Teppichs von Bayeux“ ein außergewöhnliches Highlight. Bisher war der 68,38 Meter lange und 53 Zentimeter breite Teppich nur in Bayeux zu sehen. Auf der Gottorfer Schlossinsel wird nun erstmals eine Reproduktion fast in Originalgröße gezeigt. Weitere Infos stehen für Sie unter landesmuseen.sh zur Verfügung.



Die Ausstellungsstücke dieser Vitrine zeigen religiöse Symbole der Vielgötterei und des Christentums.

Nachdruck des „Teppichs von Bayeux“ (Ausschnitt),
Original 2. Hälfte 11. Jhd.



Wikinger Dämmerung

Zeitenwende im Norden

16.4. – 2.11.2025
Schloss Gottorf



Illustration: © Antoine Laurent, gewerkedesign, Berlin

**Museumsinsel
Schloss Gottorf**

Landesmuseen SH



LEIBNIZ-ZENTRUM
FÜR ARCHÄOLOGIE

Mit freundlicher Unterstützung von



landesmuseen.sh

Museum - Stadt - Geschichte

Nach ungeplant langer Renovierung öffnet das **Museum Eckernförde** Mitte Juni wieder seine Türen für die Besucher*innen.



600 Jahre Eckernförde
Kunst, Kultur und Geschichte(n)

50 Jahre 1975 2025

m museum
eckernförde

Los geht es am 13. Juni um 19 Uhr mit dem Vortrag „Eckernförde geht baden“, den der Vorsitzende des Museumsvereins Eckernförde, Dr. Stefan Deiters, zum Auftakt des Eckernförder Meeresrausch-Festivals (13. bis 15. Juni) hält. Das Thema Badekultur und Tourismus ist dann auch Teil der Sonderausstellung „Stadtgeschichte(n)“, die im Juli eröffnet wird und die die jahrzehntelange Sammeltätigkeit des Eckernförder Museums mit vielen schönen Ausstellungsstücken reflektiert. Denn zum 50-jährigen Jubiläum des Museums Eckernförde und des Museumsvereins Eckernförde werden zahlreiche Objekte zur Stadt- und Kulturgeschichte aus den Depots geholt, die den Blicken der Besucher*innen bisher meist verborgen geblieben sind – ob nun Silberlöffel, Badeanzug, Grafik oder Gemälde. Sie erzählen aus der Geschichte der Stadt und unterstreichen die Bedeutung von Museen als kultur- und geschichtsbewahrende Institutionen. Sie dürfen sich also schon jetzt auf tolle „Entdeckungen“ freuen und sollten die Webseite www.museum-eckernfoerde.de wegen der genauen Termine im Auge behalten.



Das Museum Eckernförde präsentiert im Juli nach unvorhergesehen langer Renovierung wieder eine neue Sonderausstellung.



Wer mehr über vergangene Zeiten in Eckernförde erfahren möchte, ist im Museum Eckernförde genau an der richtigen Adresse.

Foto: Photowerkstatt Matzen

ADVERTORIAL



Bild aus der Serie „Sommer 2025“ von Gabriele Wende

Christa Landig – Ohne Titel



AUSSTELLUNG ZUM WETTBEWERB

Drei Künstlerinnen, drei Handschriften, unzählige Ausdrucksformen: „**Vielfalt**“, die Ausstellung zum Wettbewerb „Kunst schaffen in Neumünster“, versammelt vom 20. Juni bis 13. Juli Werke in der KulturWerk Galerie Behrendt (Esplanade 22, Neumünster) zu einem kreativen Kaleidoskop. Die Arbeiten erzählen von Neugier, Erfahrung und der Freude am künstlerischen Experiment. Barbara Schael hat zu ihren Lebzeiten zahlreiche Kurse geleitet und beherrschte die Malerei ebenso wie den expressiven Holzschnitt. Gabriele Wende hat über Frau Schael zur Kunst gefunden und erschafft mit Öl, Kreide, Aquarell feinfühlig und facettenreiche Werke. Christa Landig führt ihr Atelier „Farbe + Formen“ mitten in Neumünster und arbeitet besonders gerne mit Collagen und expressive Farben. Highlight der Ausstellung: An den Freitagen 27. Juni und 4. Juli können Besuchende, Gruppen oder Schulklassen jeweils von 11 bis 15 Uhr selbst künstlerisch aktiv werden sowie den Künstlerinnen beim Malen über die Schulter schauen.

Fotos: Kulturbüro Neumünster

ADVERTORIAL

KUNST FÜR ALLE

An der **Schlei-Akademie** werden Kunstkurse auf hohem Niveau angeboten. Es geht um Malerei, Zeichnung, Illustration, Keramik, Fotografie, Drucktechniken, kreatives Schreiben, Buchbinden, digitale Malerei und vieles mehr. Das breite Angebot richtet sich an Unerfahrene wie Fortgeschrittene. Träger der Schlei-Akademie ist der „St. Nicolaiheim e. V.“. Mit seiner Expertise wird ein inklusives Leitbild in Hinsicht auf Barrierefreiheit und Diversität in der künstlerischen Praxis umgesetzt. Sie können sich per E-Mail über willkommen@schlei-akademie.de anmelden und erhalten unter www.schlei-akademie.de weitere Informationen.

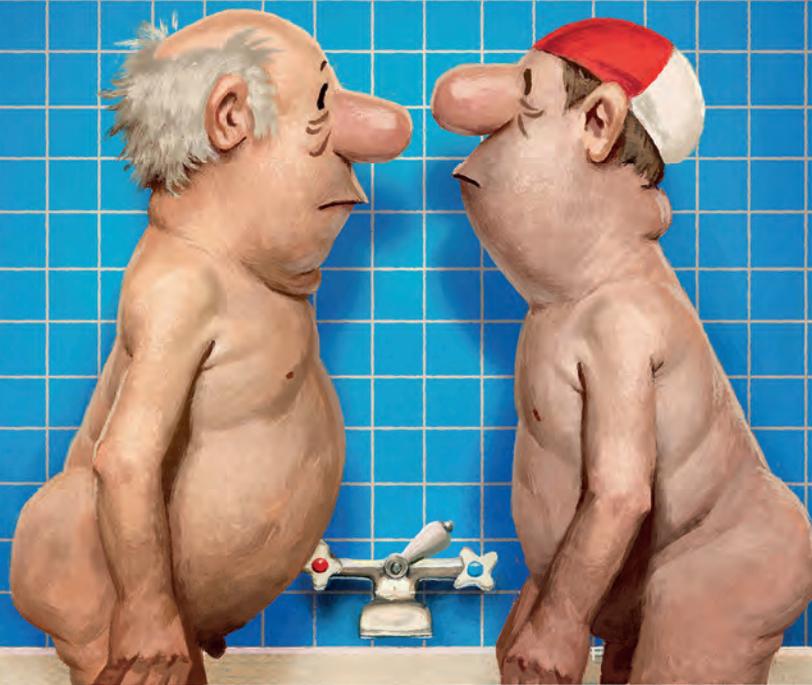


Die Kunstkurse der Schlei-Akademie sind so vielfältig wie deren Teilnehmende.

Foto: Henrik Matzen

DER GROSSE LORRIOT-ABEND

LORRIOT



„Urkomisch und meisterhaft
auf den Punkt gebracht –
zum Tränen lachen!“ (DIE WELT)

MIT GROSSBILD-LEINWAND

04.01.26 So, 14.30 Uhr

KIEL • Wunderino-Arena

18.01.26 So, 14.30 Uhr

LÜBECK • MuK

11.09.26 Fr, 15.00 Uhr

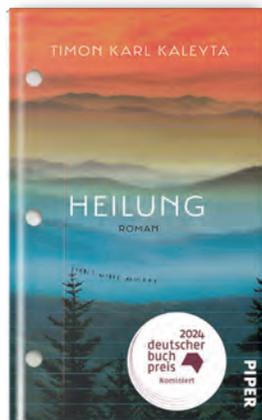
HAMBURG • Laeiszhalle

Tickets ab **10.06.25** bei allen bekannten VVK-Stellen und eventim[★]



SCHMÖKERTIPPS

Buchempfehlungen aus der Redaktion.



HEILUNG

Ein Mann kann nicht mehr schlafen. Seine Frau schickt ihn in ein mysteriöses Nobelresort in der verschneiten Stille der Dolomiten. In Obhut von Prof. Trinkl soll er dort zu sich selbst finden. Trinkl verspricht ihm zwar Heilung, flüstert ihm aber ein in der Vergangenheit begründetes Unbehagen ein, das die Ursache seiner Probleme sein soll. Der Mann flieht zu seinem besten Freund aus Kindertagen. Und ahnt noch nicht, wie weit er gehen muss, um endlich von allem geheilt zu werden.

Timon Karl Kalevta: Heilung
Piper Verlag, 208 S., 22 Euro



DAS GLÜCK IN ALLEN FARBEN

Eigentlich ist Valerie zufrieden. Mit ihrem Mann Tom lebt sie in einer traumhaften Altbauwohnung, hat einen tollen Job und gute Freund*innen und Kolleg*innen. Nur ein Kind will sich partout nicht ankündigen. Umso geschockter ist sie, als sie feststellt, dass Tom beinahe unfruchtbar ist und ihr das verheimlicht. Verzweifelt sucht sie bei ihren Eltern Unterschlupf und findet hier, wonach sie gar nicht gesucht hatte: sich selbst.

Tina Herz: Das Glück in allen Farben
Heyne Verlag, 352 S., 16 Euro



FÜR POLINA

Als er vierzehn ist, verliebt sich Hannes Prager in das Mädchen Polina. Um ihr seine Liebe zu zeigen, komponiert der wundersam begabte Junge eine Melodie, die Polinas ganzes Sehnen und Wünschen umfasst. Doch sein Leben nimmt eine unvorhergesehene Wendung, Hannes hört auf, Klavier zu spielen, und seine und Polinas Wege trennen sich. Nach Jahren, in denen er nichts als Leere fühlt, erkennt Hannes: Er muss Polina wiederfinden. Und das Einzige, womit er sie erreichen kann, ist ihre Melodie.

Takis Würger: Für Polina
Diogenes Verlag, 304 S., 26 Euro



BASTELN AM ICH

Die gesellschaftlichen Konflikte in den westlichen Demokratien verschärfen sich zusehends. Im Namen einer höheren Moral werden zentrale Errungenschaften der Aufklärung in Frage gestellt. Das persönliche Erleben gerät zum entscheidenden Orientierungspunkt. Gesammelte Wissensbestände und historisch gewachsene Erkenntnisse hingegen gelten als Relikte einer unaufgeklärten und schuld-beladenen Gesellschaft. Bernd Ahrbeck zeigt die Gefahren auf, die von der Utopie einer grenzenlosen Machbarkeit ausgehen.

Bernd Ahrbeck: Basteln am Ich, zu Klampen Verlag, 152 S., 18 Euro



DIE SCHULE DER NACHT

Eine winzige Insel vor der norwegischen Küste: Der erfolgreiche Künstler Kristian Hadeland hat sich in die Abgeschiedenheit zurückgezogen. Er will seinem Leben ein Ende setzen. „Tod und Vergänglichkeit“, das war das große Thema seines fotografischen Werks, mit dem er sich über sämtliche Regeln hinwegsetzte und in der Kunstwelt für Furore sorgte. Für diesen Ruhm ist er einen faustischen Bund eingegangen. Jetzt steht er vor den Trümmern eines rücksichtslosen Lebens und bittet um Erlösung – möglicherweise vergeblich.

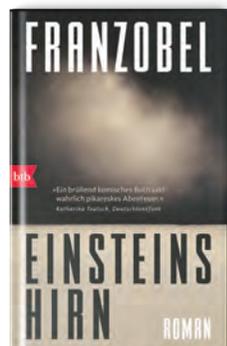
**Karl Ove Knausgård: Die Schule der Nacht
Luchterhand Verlag, 672 S., 28 Euro**



KRITIK DER DIGITALISIERUNG

Daniel Martin Feige bietet zum ersten Mal den systematischen Entwurf einer kritischen Theorie der Digitalisierung aus technikkritischer, anthropologischer und kunstphilosophischer Perspektive. Dass sich vor dem Hintergrund seiner Diagnose sowohl Analysen, die die Digitalisierung bis in die Vor- und Frühgeschichte verlängern, als auch Diskurse, die der KI die Fähigkeit zu handeln und zu denken zusprechen, als höchst problematisch erweisen, zeigt Feige in seinem differenziert argumentierenden Essay.

**Daniel Martin Feige: Kritik der Digitalisierung
Meiner Verlag, 186 S., 19,90 Euro**



EINSTEINS HIRN

1955 stirbt Albert Einstein – seinem Wunsch entsprechend wird der Körper verbrannt und die Asche an einem unbekanntem Ort verstreut. Vorher jedoch hat der Pathologe Thomas Harvey Einsteins Hirn entfernt. Er wird damit 42 Jahre durch die amerikanische Provinz tingeln. Mit Einsteins Hirn erlebt Harvey die Wahl John F. Kennedys zum Präsidenten, die erste Mondlandung, Woodstock, Watergate und das Ende des Vietnamkriegs – und irgendwann beginnt das Hirn, mit ihm zu sprechen.

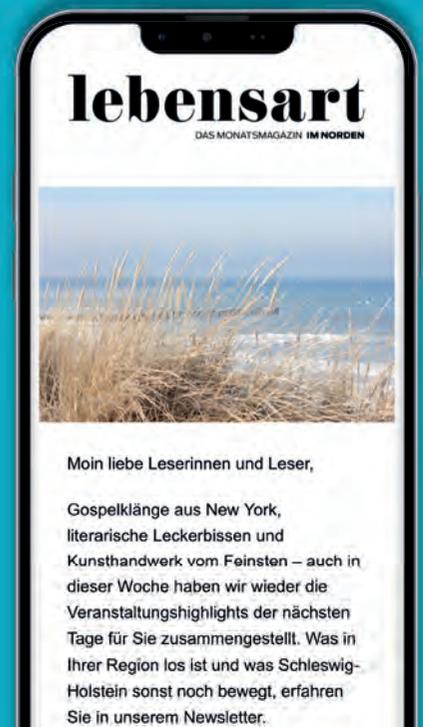
Franzobel, Einsteins Hirn, btb Verlag, 544 S., 15 Euro

Der Lebensart Newsletter

**Kostenlos jeden Mittwoch:
das Neueste aus Hamburg und
Schleswig-Holstein.
Mit Veranstaltungstipps fürs
Wochenende & kostenloses
Digital-Abo.**



www.lebensart-sh.de/newsletter



Moin liebe Leserinnen und Leser,

Gospelklänge aus New York,
literarische Leckerbissen und
Kunsthandwerk vom Feinsten – auch in
dieser Woche haben wir wieder die
Veranstaltungshighlights der nächsten
Tage für Sie zusammengestellt. Was in
Ihrer Region los ist und was Schleswig-
Holstein sonst noch bewegt, erfahren
Sie in unserem Newsletter.

VERANSTALTUNGSTIPPS

IM JUNI 2025

Foto: Pixels - Rahul Panoff (1)



THE SIRENS

Das Juni-Programm im Kulturzentrum Hansa48 bietet echte Highlights: Am 4. Juni um 20 Uhr lädt die Arbeitsgruppe Culturitical des Englischen Seminars zu einem Gespräch mit der Politikwissenschaftlerin Ann-Kathrin Rothermel über digitale Männerrechtsbewegungen und die ineinandergreifenden Mechanismen politischer Gewalt, Genderdynamiken und Extremismus ein. Der Eintritt ist frei. Am 15. Juni ab 15 Uhr gibt es „Cakes and Concerts“ – dieses Mal mit „The Sirens“, einer Supergroup von Berliner Singer-Songwriterinnen, wie immer umrahmt von einem leckeren veganen Kuchenbuffet. Und pünktlich zur Mittsommernacht am 21. Juni ab 19 Uhr steigt das traditionelle Sommerfest: Noch einmal in Kiels schönstem Hinterhof feiern, bevor bis Anfang September das Rolltor zugezogen wird. Live dabei: Bedroom June (Indie/Pop, Hamburg), No Sugar (Rock'n'Roll, Hamburg/Leipzig) und Pony Tyler Goldsprint Massenkaraoke (Hits/Hits/Hits, Bremen/Kiel) und Aftershow-Party.

ab Juni • Kulturzentrum Hansa48, Hansastr. 48, Kiel, hansa48.de

Foto: Victoria Byt

JAZZ-CAFÉ IM STATT-CAFÉ

Statt-Quartett pur! Seit vielen Jahren sind sie ein Garant für eine gute Jazz-Session, denn dafür leben die vier Musiker des STATT-QUARTETTS. Mit viel Gefühl, aber auch der nötigen Wucht setzen sie die breite Palette des Jazz in Szene. Einmaliges Erlebnis. Eintritt frei – eine Spende ist immer gern gesehen.

**2. und 16. Juni, 20 Uhr •
Statt-Café, Andreas-Gayk-Str. 31 / Neues Rathaus, Kiel**



Foto: Adobe

Foto: Förderkreis Schauspiel und Sprache g.e.V.



FILM & DISKUSSION

Diese Filmpremiere von „FASD – Die unsichtbare Behinderung“ (D, 30 Min.) ist der Start einer öffentlichen Aufklärungs- und Präventionskampagne zur fetalen Alkohol-Spektrum-Störung (FASD) für Menschen aus Schulen, Vereinen, Verbänden und Institutionen mit Bezug zu potentiell Gefährdeten und Betroffenen. Das Produktionsteam stellt sich anschließend mit Kurzreferaten von Experten aus Berlin, Hamburg und Schleswig-Holstein vor: Welche Kosten entstehen durch FASD? Welche Prävention ist zur Vermeidung notwendig? Wie kann die Betreuung FASD geschädigter Menschen organisiert werden?

**4. Juni, 19 Uhr • Statt-Café,
Andreas-Gayk-Str. 31 / Neues Rathaus, Kiel**



MARATHON

Die niederländische Post-Punk-Band Marathon, die ihren Ursprung in der Amsterdamer Underground-Szene hat, kombiniert Shoegaze-Dissonanz mit der rohen Energie des Post-Punk und erschafft so einen Sound, der gleichermaßen düster und hoffnungsvoll ist. Gegründet von Kay Koopmans, Lennart van Hulst und Nina Lijzenga, entwickelte sich die Band von spontanen Jam-Sessions hin zu einer markanten musikalischen Identität, die später durch Keyboarderin Sofie und Gitarrist Victor zu einer intensiven „Wall of Sound“ erweitert wurde. Mit treibenden Rhythmen, rauem Gesang und eindringlichen Basslinien spiegelt ihre Musik die Unsicherheiten der modernen Welt wider, ohne dabei den Blick auf Neuanfänge zu verlieren. Nach mitreißenden Festival-Auftritten und wachsender Aufmerksamkeit in der Post-Punk-Szene gibt's jetzt das Debütalbum „Fading Image“ und ein Live-Konzert in Husum! Karten für 23 Euro zzgl. Geb., Abendkasse 29 Euro, unbestuhlt, auf: www.speicher-husum.de

4. Juni, 20 Uhr • Speicher Husum e.V., Hafenstr. 17, Husum

Foto: Marathon



Foto: Olaf Struck

Foto (v. l.): Leonore Reuleke, Tristan Benz Müller, Hannah Naima Metz, Astrid Großgasteiger, Ulrich Frey, Jens Paulsen Kerstin Daiber, Daniel Karasek, Yaroslav Ivanenko, Ruth Seehaber

THEATER KIEL STELLT SPIELPLAN VOR

Wer das neue Spielzeitheft und das Konzertheft durchstöbert, wird viel darin finden: Premieren, Konzerte und Sonderveranstaltungen. Das Theater Kiel bringt vielfältige Kultur und frischen Wind in die Landeshauptstadt. Und das alles in einem neuen Design. Außerdem bekommt es eine sechste Sparte hinzu: das Konzerthaus am Schloss. In der kommenden Spielzeit wird es in vielen Bereichen Veränderungen geben: Der bewährte Theaterstern hat einen Zacken hinzugewonnen, denn voraussichtlich Anfang 2026 werden die Umbauten abgeschlossen sein, der im neuen Glanz erstrahlende Konzertsaal am Kieler Schloss wiedereröffnen und die Philharmoniker aus der Wunderino Arena in ihre alte, neue Heimat zurückkehren. Aber nicht nur das: Mit dem neuen Konzerthausdirektor Tobias Scharfenberger wird das Konzerthaus als sozusagen sechster Sternenzacken des Theaters nicht nur Aufführungsort der Philharmonischen Konzerte, sondern darüber hinaus ein hochkarätiger, vielfältiger Gastspiel-Ort für Kiel sein!

Personell tut sich noch mehr beim Theater Kiel: Nach fast zwei Jahrzehnten verlässt Reinhard Linden als Operndirektor. Als Casting-Direktor wird er dem Theater Kiel mit seiner großartigen Expertise für Stimmen erhalten bleiben. Als neue Operndirektorin kommt die Musiktheaterregisseurin Anja Kühnhold, die zuletzt u. a. Oberspielleiterin am Badischen Staatstheater Karlsruhe war. Das Schauspiel wird die Regisseurin Anna-Elisabeth Frick als Oberspielleiterin verstärken. Astrid Großgasteiger geht in ihre letzte Saison als Leiterin des Jungen Theaters im Werftpark, bevor sie zur Spielzeit 26/27 als Intendantin ans Landestheater Niederbayern wechselt.

Passend zu all diesen Neuerungen hat das Theater Kiel das Erscheinungsbild mithilfe der renommierten Agentur „formdusche“ mit kräftigen Farben, moderner Schriftgestaltung und eben dem erweiterten, sechszackigen Logostern einen neuen optischen Anstrich gegeben, der das Spartentheater auch äußerlich noch einmal stärker präsent in der Stadt machen und selbstbewusst in die Zukunft weisen soll. Der Einzelkartenverkauf für die Spielzeit 2026/2027 startet am 9. September, Abo-Einzeichnungen sind seit dem 1. Juni möglich.

www.theater-kiel.de



NORDFRIESISCHE REVOLUZZER

Sönnich Volquardsen, Jahrgang 1941, lebt auf Eiderstedt und war Landwirt. Er ist friesischer Muttersprachler und bekannt für seine zahlreichen regionalhistorischen Arbeiten. Seine Familie stammt aus der Wiedingharde. In den letzten Jahren hat er deren Überlieferungen zusammengetragen und als Buch veröffentlicht, herausgegeben vom Nordfriisk Instituut. Unter Volquardsens Vorfahren finden sich nordfriesische „Revoluzzere“, bigotte Erbtanten, unerschrockene „Helden“, Kaufmänner und Landwirte. Sachkundig, humorvoll und mit einem besonderen Augenmerk auf den Sprachen der Wiedingharde – Friesisch, Sønderjysk, Dänisch, Plattdeutsch und Hochdeutsch – berichtet er in seinem Buch „... aber das bleibt unter uns!“ von ihrem Leben und ihren Erfahrungen. Zur Eröffnung des 33. Nordfriesischen Sommerinstitutes wird Volquardsen selber daraus erzählen. Der Eintritt ist frei, es wird um eine Spende gebeten.

4. Juni, 19.30 Uhr • Nordfriisk Instituut, Süderstr. 30, Bredstedt



IRGENDWAS MIT MÖWEN

assemble ART präsentiert Slam-Poetry, literarisches Kabarett, Kurzgeschichten und Liedermaking aus eigener Aufzucht, erzeugt von freilaufenden Autorinnen und Autoren und gefüttert mit den Absurditäten des Alltags. Poetisches und Prosaisches, Komisches und Kurioses, Tragisches und Temperamentvolles wird expressiv auf die Bühne gebracht. Eintritt: 8 Euro zzgl. VVK-Gebühr.

5. Juni, 19.30 Uhr • KulturForum, Andreas-Gayk-Str. 31 / Neues Rathaus, Kiel

Foto: assemble ART



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

So 8.6.25 ab 17⁰⁰

FinTango Fest

18-19⁰⁰ Tanzkurs I mit Leena+Mika
19-20⁰⁰ Tanzkurs II mit Leena+Mika




21⁰⁰ Konzert + Tanz mit **TangonTaikaa**



24235 Lutterbek Tel. 04343 9442
www.lutterbeker.de




SCHÖNHEIT

Anne-Marie Mill, Schauspielerin der Pariser Vorstadt – in ihrem wirklichen Leben war sie eine „beinahe Diva“ und ewige Nebenrolle. Giselle hatte stets die guten Rollen abgegriffen, doch nun hat sie den „großen“ Auftritt. Unterhaltsam zieht Anne-Marie Bilanz über ihr Leben. Der Künstleragent, der Arzt, der Ehemann, die Kollegen vom Theater, wer war eigentlich der wichtigste Mensch in ihrem Leben? Autorin Yasmina Reza legt den Finger treffsicher in die Wunde zwischen Anspruch und Wirklichkeit, Bühne und Blümchentapete. Und sie hat bestimmt, dass die Frauenrolle stets von einem Mann verkörpert werden soll. Theaterdirektor Markus Dentler spielt dieses großartige Solo und das Publikum ist hingerissen. Karten für 25 Euro (erm. 22 Euro, Schüler, Studierende und Auszubildende 8 Euro) gibt es unter www.die-komoedianten.de, Tel.: (0431) 55 34 01 sowie bei allen VVK-Stellen, z. B. im CITTI Markt an der Information und bei der Buchhandlung Liesegang in der Holstenstraße, Kiel.

6., 7., 13., 14., 19 Uhr (+Termine im Juli) • Theater Die Komödianten, Wilhelminenstr. 43, Kiel



Foto: Theater Die Komödianten



LANDGESTÜT TRAVENTHAL

8.+9. Juni
Pfingstsonntag
Pfingstmontag

**Oldtimertreffen mit TEILEMARKT
Antik & Trödelmarkt**

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

HISTORISCHER HENGSTSAAL



Foto: Kirchenkreis Altholstein

GIRLS & GOTTESDIENST

In echter Wohlfühlatmosphäre erwarten die Besucherinnen des ersten Freundinnen-Gottesdienstes Lieder, die frau sonst lauthals im Auto mitsingt, und ein festlicher Segen. „Wir möchten unsere Freundschaft feiern, mit allem, was dazu gehört: mit dem Guten und Lustigen, dem Anstrengenden und Traurigen, einfach mit allem, was uns verbindet“, sagt Gönna Müller begeistert. Sie ist eine der Ehrenamtlichen im Team, das den Gottesdienst mit den Pastorinnen der Kompassgemeinde, Janika Frunder und Anna Benkiser-Eklund, gestaltet. Sie lädt alle Frauen ein – mit Freundin oder ohne. Und vielleicht finden sich an diesem Freitagnachmittag ja auch neue Freundschaften. Denn im Anschluss trifft Gottesdienst auf Mädelsabend.

**6. Juni, 17 Uhr • Gemeindehaus, Kastanienallee 18, Holtenau,
www.kirchenkreis-altholstein.de**

FINTANGO-FESTIVAL

Tangon Taikaa war der Pionier des finnischen Tangos in Deutschland. Instrumental führt die Band Valentin Butt, Akkordeonist der Berliner Philharmoniker. Sänger Timo Valtonen singt und rezitiert die Texte und übersetzt sie teilweise ins Deutsche, Englische, Schwedische oder Französische. Beide stehen stets im Stand-up-Modus auf der Bühne. Der schweizerisch-italienische Davide Debernardi komplettiert das Ensemble. Valtonen begann Mitte der 1990er Jahre in der Hamburger Seemannskirche mit dem Export des finnischen Tangos und gründete 2013 im Auftrag des finnischen Kulturministeriums das FINtango-Festival. Weit weg von Argentinien führt der Tango in Finnland ein Eigenleben unter der Regentschaft der Tango-königinnen und -könige. Programm: 18–20 Uhr Tanzkurse mit Leena+Mika, 21 Uhr Konzert und Tanz mit TangonTaikaa. Finnische Leckereien stehen zum Verkauf und Verzehr bereit.

8. Juni, ab 17 Uhr • Lutterbeker, Dorfstr. 11, Lutterbek, www.lutterbeker.de



Foto: Tangon Taikaa

ALL YOU NEED IS LOVE

Eine inklusive musikalische Revue

Liebe ist das, was uns wirklich verbindet. Sie kennt keine Grenzen – nicht im Kopf, nicht im Herzen. In einer Welt, die oft laut und unbarmherzig ist, zeigen wir, was möglich ist, wenn Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam auf der Bühne stehen. Mit Musik, Bewegung und echter Begegnung feiern wir die Liebe – in all ihren Farben, Formen und Facetten.

www.nordbretter.de



nordbretter meets music
integratives theater kiel



Aufführungen:

Premiere
14. Juni 2025, 18.00 Uhr
15. Juni 2025, 18.00 Uhr
17. Juni 2025, 18.00 Uhr

im Theater im Werftpark
Ostring 187 A, 24143 Kiel

Tickets
www.theater-kiel.de
oder an der Theaterkasse



Kooperation:
werftpark KIEL
junges theater

Gefördert durch:
Kiel. Sailing. City.
Kiel

Träger:
NANK neue Arbeit neue Kultur Kiel e.V.

SCHUBYS BUCHTIPP

**JACK JORDAN:
DIE SCHLAFWANDLERIN**



Wird Strafverteidigerin Neve Harper einen Fall verlieren – oder alles, was sie liebt? Ein rasanter Thriller mit rasanten Wendungen in der Story. **** 4 von 5 Sternen

Neve Harper ist die beste Strafverteidigerin Londons, und ehrgeizig noch dazu. Sie ist ein echter Glücksfall für den Geschäftsmann Wade Darling, dem vorgeworfen wird, seine Frau und die beiden Kinder im Schlaf ermordet zu haben. Die Indizien sprechen gegen Wade, trotzdem ist die ehrgeizige Anwältin überzeugt, seine Unschuld beweisen zu können.

Kurz vor Prozessbeginn erhält die Anwältin jedoch eine unmissverständliche Botschaft: Wenn sie nicht will, dass ihr dunkelstes Geheimnis ans Licht kommt, muss sie Wades Fall verlieren. Für Neve steht bald alles auf dem Spiel – ihre Karriere, ihre Freiheit und die Sicherheit ihrer Stieftochter Hannah. Kann sie ihren Mandanten und ihr berufliches Ethos verraten, einen möglicherweise Unschuldigen ins Gefängnis bringen, um sich und Hannah zu schützen?

Droemer, 400 Seiten,
16,99 Euro



Foto: Ralf Salzmann

**EINE NACHT
IN BUENOS AIRES**

Im Juni feiert das Duo „Sing Your Soul“ mit Ulrich Lehna an verschiedenen Klarinetten und Meike Salzmann am Konzertakkordeon in drei Kirchen im Norden sein 25. Jubiläum. Mit „Eine Nacht in Buenos Aires“ erklingen Tangolegenden, mit „Paris mon amour“ instrumentale Hits von Edith Piaf und Klezmer à la Giora Feidman. Der Eintritt ist frei. Weitere Informationen unter sing-your-soul.jimdofree.com.

- 9. Juni, 17 Uhr • Maria-Magdalenen-Kirche, Lauenburg (Tangolegenden)
- 13. Juni, 19 Uhr • Petri-Kirche in Burg, Dithmarschen (Tangolegenden)
- 26. Juni, 19 Uhr • St. Wilhadi Kirche, Ulsnis (Piaf trifft Klezmer)

**FOTOAUSSTELLUNG
LIEDER**

Liedern kann man sich nicht entziehen, sie bewegen uns – ob gewollt oder ungewollt. Lieder lösen Emotionen aus und wecken Erinnerungen. Dieses Phänomen zeigen die Kieler Fotosproten, ein Fotoclub aus Kiel und Umgebung, der sich im Juli 2020 gegründet hat und derzeit aus zehn Mitgliedern besteht, im Juni und Juli in einer Fotoausstellung zum Thema „Lieder“. Besuchende dürfen sich auf so unterschiedliche Ergebnisse wie Lieder selbst freuen!

9. Juni bis 25. Juli, Vernissage am 6. Juni, 19.30 Uhr •
Evangelisches Gemeindehaus, Kastanienallee 18, Kiel-Holtenau



Foto: Kieler Fotosproten



Macht Spaß. Macht Sinn.

Die Natur schützen mit dem NABU. Mach mit!

www.NABU.de/aktiv

Foto: Adobe Stock



DIE ANFÄNGE DER DEMOKRATIE

Die liberale Demokratie steht immer wieder im Fokus gesellschaftlicher Debatten – doch ihre Wurzeln reichen bis ins antike Griechenland zurück. In diesem Seminar beleuchtet die Hermann Ehlers Akademie, welche Ursachen und Bedingungen zur Entstehung der Demokratie im Athen des 5. Jahrhunderts v. Chr. führten, welche Erfahrungen die Athener mit diesem System machten und welche Lehren wir heute daraus ziehen können. Programm und Anmeldung: www.hermann-ehlers.de

10. Juni, 9 bis 17 Uhr • Hermann Ehlers Akademie, Niemannsweg 78, Kiel



Foto: Carter B. Smith

STING 3.0

Der 17-fache Grammy-Preisträger Sting kann auf eine beeindruckende Konzertkarriere zurückblicken. Songs wie „Every Breath You Take“, „Message in a Bottle“ oder „Roxanne“ seiner 1977 gegründeten New-Wave-Band „The Police“ wurden zu Meilensteinen der Musikgeschichte. Die anschließende Solo-Karriere stand jenen Erfolgen um nichts nach. Im Rahmen seiner Sting 3.0-Tour präsentiert der vielseitige Musiker in Kiel die größten Hits seiner umfangreichen Diskografie. Dabei stehen ihm der dynamische Schlagzeuger Chris Maas (Mumford & Sons, Maggie Rogers) und der Ausnahmegitarrist Dominic Miller zur Seite. Auf dem Nordmarktsportfeld bringt diese versierte Combo die altbekannten Songs pur und energiegeladen zum Klingen. Karten: www.shmf.de

14. Juni, 19.30 Uhr • Nordmarktsportfeld, Eckernförder Str., Kiel

Foto: Pernilla Kannapinn



PERNILLA KANNAPINN

Pernilla ist Musikerin und Vagabundin. Zusammen mit ihrem geliebten Hund „Kleine My“ zieht sie in ihrem Schneckenhaus, einem versteckten Königinnenreich auf vier Rädern, durch die Lande und verzaubert Menschen und Bühnen auf ihrer Reise zum Nichts. Diese eigensinnige Künstlerin ist der beste Beweis dafür, dass es Märchen wirklich gibt. Den blonden wilden Kopf voller Träume, immer durstig nach dem Horizont und nichts im Gepäck als Geige und Akkordeon, mysteriöse Geschichten und Melodien. Karten sind erhältlich unter Tel.: 0431 / 39 68 61.

13. Juni, 20 Uhr • Kulturladen Leuchtturm e. V., An der Schanze 44, Kiel-Friedrichsort, www.kulturladen-leuchtturm.info

SCHULTHEATERFESTIVAL NEUMÜNSTER

Das Theater in der Stadthalle gehört zum Ende der Spielzeit dem Schauspielnachwuchs: Die Freiherr-vom-Stein-Schule zeigt den Klassiker „Alice im Wunderland“, die Vicelinschule in Kooperation mit den Dance Vicelines und Kreativo das selbst geschriebene Tanztheater „Vicelinviertel leuchtet hell“. „Warum bist du hier?“ fragen die Schülerinnen und Schüler der Elly-Heuss-Knapp-Schule in ihrem Schauspiel über Flucht und Migration. Die Grund- und Gemeinschaftsschule Einfeld führt das Musical „Sternenzauber“ auf, an dem rund 80 Kinder beteiligt sind, und die Klaus-Groth-Schule hat Szenen aus Edgar Ellen Poes Werken zu einer modernen Collage verarbeitet. Programm: www.theater-neumuenster.de, Eintrittskarten: Kulturbüro, Kleinflecken 26, Neumünster, Tel.: 04321 / 942 3316, www.theater-neumuenster.de.

16. Juni bis 4. Juli • Stadthalle, Kleinflecken 1, Neumünster



Foto: Jenny von Gagern



Foto: Battlesnake

BATTLESLAKE

Battlesnake sind eine aufstrebende australische Metal- und Hardrock-Band, die Elemente von Queen, King Gizzard und Judas Priest vereint. Nach ihrer Debüt-EP „Myths and Legends from Gorbag’s Domain“ (2020) und dem selbstbetitelten Album (2023) brachten sie mit „The Rise and Demise of the Motorsteeples“ (2024) ihren Durchbruch. Sie unterstützten bekannte Acts wie KISS und The Smashing Pumpkins und erweiterten ihre Fanbase in Europa. 2025 wird ihr größtes Jahr, mit der Veröffentlichung der Single „Fathers of the Iron Flesh“ und einer Tour durch Top-Festivals wie Download, Copenhell und Rock for People. Doch zuvor gastieren sie in Husum! Karten für 23 Euro zzgl. Geb., Abendkasse 29 Euro, unbestuhlt, auf: www.speicher-husum.de

17. Juni, 19 Uhr • Speicher Husum e.V., Hafenstr. 17, Husum

EUROPÄISCHER NATURFOTOGRAF DES JAHRES

Bereits zum 12. Mal präsentiert das Stadtmuseum Schleswig die atemberaubenden Siegerbilder des Wettbewerbs „Europäischer Naturfotograf des Jahres“. 2024 wurden knapp 18.000 Aufnahmen von fast 1000 Amateur- und Profifotograf*innen aus 38 Ländern eingereicht. Doch längst geht es nicht mehr allein darum, die Schönheit der Natur zu würdigen. Auch das zunehmende gesellschaftliche Bewusstsein für die drängenden Umweltprobleme unserer Zeit findet Ausdruck in den Siegerbildern des Wettbewerbs, die bis zum 22. Juni im Stadtmuseum Schleswig zu sehen sind. Mehr dazu: www.stadtmuseum-schleswig.de

Georg Dian Balan (BE) – Koexistenz



Foto: ENJ 2024 (Kategorie 2: Säugeltiere)



Foto: Wolfgang Roepfer

JOE COCKER TRIBUTE

Joe Cocker lebt! Denn es gibt einen, der ist so nah am Original, dass man sich unweigerlich fragt: „Ist das jetzt der Echte?“ Joe Spoonwood hat sich mit JOE eine neunköpfige Band aus erfahrenen Musikern der norddeutschen Szene zusammengestellt, die sich ganz dem Phänomen Cocker widmet. In einer kompakten Show wird vom Woodstock-Urschrei bis zum Offizier und Gentleman der Geist des Sängers mit der wohl größten Rock- und Soul-Stimme, die Großbritannien je hervorbrachte, herauf beschworen: Das ist pure Magie in memoriam Joe Cocker. Das Konzert findet unabhängig vom Wetter in der Kulturscheune statt. Die Sicht von den Sitzplätzen auf die Bühne ist eingeschränkt möglich, da sich vor der Bühne auch eine Tanzfläche befindet. Das Team von Gut Oestergaard und der Eventkoch Manfred Weinmann sorgen für das leibliche Wohl! Tickets für 28 Euro auf: www.gut-oestergaard.de

4. Juli, 20 Uhr • Gut Oestergaard, Oestergaard 2, Steinberg



Foto: Daniel Lagerpusch

EUTINER FESTSPIELE

Nur wenige Kilometer vom Ostseestrand entfernt, erschafft die kleine Stadt Eutin ihren großartigen Dreiklang aus Natur-, Kultur- und Musikgenuss. Während der Eutiner Festspiele vom 4. Juli bis 14. September können Gäste hier Sommerabende im wohl schönsten Konzertsaal Norddeutschlands auf der Seebühne unter freiem Himmel erleben – zum Beispiel Mozarts „Zauberflöte“ und Bernsteins „West Side Story“. Ein Musiksommer der Superlative. Karten ab 45 Euro unter: www.eutiner-festspiele.de

4. Juli bis 14. September • Seebühne, Alter Bauhof 11, Eutin



Foto: The Chain

THE CHAIN

Sechs Musiker haben es sich zum Ziel gesetzt, die zeitlosen Hits der Kultband „Fleetwood Mac“ auf ihre eigene Art und Weise zu covern – ganz nah dran am Original, aber ohne dabei zur Kopie zu werden: Ende 2017 initiierten die Gerhard und Barbara Wiebe das Projekt „The Chain“ und stellten eine Mannschaft aus Musikern zusammen, die viele Jahrzehnte Bühnenerfahrung im In- und Ausland mitbringen und zum Teil bereits mit Größen wie Saga, Nazareth, Skorpions und vielen anderen getourt sind. Nach all den Jahren haben die Songs von Fleetwood Mac nichts von ihrer Faszination eingebüßt. Ob gefühlvolle Balladen wie oder vorwärtsdrängende Dauerbrenner, The Chain lassen die unvergesslichen Ohrwürmer in der Kulturscheune von Gut Oestergaard wieder auferstehen! Für das leibliche Wohl wird gesorgt. Tickets für 28 Euro auf: www.gut-oestergaard.de

11. Juli, 20 Uhr • Gut Oestergaard, Oestergaard 2, Steinberg



LUCA VASTA

Die 31. Flensburger Hofkultur steht vor der Tür! Vom 11. Juli bis 15. August erwarten Flensburg 21 Veranstaltungen voller Sommerflair – mit Italo-Pop und Weltmusik, Poetry Slam und Piano-Jazz, Indie-Rock aus Dänemark und Songs von Nina Simone und vielem mehr. Besonders sommerlich wird es mit Luca Vasta. Ihr Sound klingt wie ein lauer Abend am Strand von Sizilien – Limoncello in der Hand, Sonne im Herzen. Die Halb-Italienerin vereint in ihrer Musik Italo-Pop mit Berliner Indie-Feeling. Nach einem längeren Sizilien-Aufenthalt begann sie, erstmals auf Italienisch zu schreiben. Gemeinsam mit Produzent Philipp Steinke (u. a. Bosse, Mark Forster) entstand ihr aktuelles Album „Luna“, mit dem sie auf ausverkaufter Clubtour war. Neben ihrer Musik begeistert sie auch online mit charmanten Italien-Tipps und viel Humor. Wer Lust auf einen musikalischen Kurzurlaub hat: Diese Italo-Pop-Nacht darf man nicht verpassen.

Der Limoncello steht kalt!

Programm und Tickets: www.flensburger-hofkultur.de

12. Juli, 20.30 Uhr •
Schiffahrtsmuseum, Schiffbrücke 39, Flensburg

Foto: Jordan Wood

**DU WILLST STUDIEREN,
FINDEST ABER
KEINE WOHNUNG?**

Deshalb ist die Politik gefragt. Unterstütze unsere Aktion und gib uns deine Stimme für bezahlbaren Wohnraum.

www.mein-studentenwohnheim.de

**FAIR WOHNEN.
STARK STUDIEREN.**
DIE STUDENTEN- UND STUDIERENDENWERKE

STUDENTENWERKSH
Wir sind dein Rückenschild

IN BEGEGNUNG MIT
PETER HEINRICH THIESEN

**ENZO
FESTIVAL**

AKNE KID JOE | CAROT | CHEAP MOTELS^{DK}
DAS KARTELL | GAS WASSER INDIEPOP
GODD TIME GANG
GUTS PIE EARSHOT | HIGH FADE^{UK}
JOHNNY REGGAE RUB FOUNDATION
LUTOPIA ORCHESTRA | MOPED ASCONA
N.T.Ä. | PIEFKE | RONG KONG KOMA
RUFF MAJIK^{CA} | SURFITS | SVETLANAS^{IT/RUS}
THE FEELGOOD MCLOUDS | THE MOCKS^{NL}
UDD BUTTER & DAS TEAM | BEKANNTGABE FOLGT!
UPPLOPPET^{SWE} | WAUMIAU
AFTERSHOW: DJ BERT // STEREDTYP NIELS

08.-09. AUG 2025
WAGERSROTT ZW. KIEL UND FLENSBURG
TICKETS + VVK-STELLEN: enzo-festival.de

VORVERKAUF 70,-

GREVE Allianz JOHANNISTAL Nord-Ostsee Sparkasse SOZIAL SH

VERANSTALTUNGEN



BACHBLYTEN FESTIVAL

Freiluftkultur vom Feinsten, Kunst, buntes Treiben und sehr viel Liebe gibt es bereits zum 15. Mal beim Bachblyten Festival 2025. Auf drei Bühnen erleben die Gäste rund 60 Live-Acts und DJs aller Art – darunter Genres wie Techno, Trance, House, Minimal oder Elektro. Aber auch künstlerisch wird einiges geboten: Theaterstücke, Kleinkünstler, Newcomer und Feuershows sowie diverse Aktivitäten. Mit viel Hingabe und Kreativität lässt das Team jedes Jahr eine ganz eigene Welt auf dem Flugplatz entstehen. Der Flugbetrieb von Kleinflugzeugen im Hintergrund ist dabei ein weiteres Highlight. Denn Interessierte können einen Rundflug über das gesamte Gelände sowie die Nordseeküste buchen! Weitere Infos, Tickets und das Line-up gibt es auf bachblyten-festival.com.

25. bis 27. Juli • Flugplatz Schwesing bei Husum



HEINZ RUDOLF KUNZE UND VERSTÄRKUNG

„Dein ist mein ganzes Herz“ kommt zurück auf die Bühne – 40 Jahre, nachdem der Song erstmals die Charts eroberte. Für diesen Sommer hat Heinz Rudolf Kunze eine Show vorbereitet, die keine halben Sachen macht: große Hits, große Bühnen und eine Verstärkung, die wie immer alles gibt! Titel wie „Lola“, „Aller Herren Länder“ und andere werden live in einer energiegeladenen Show zelebriert, die alte und neue Fans zusammenbringt. Hier trifft kluger Rock auf knisternde Open-Air-Atmosphäre, und das Publikum erlebt Kunze von seiner besten Seite: kraftvoll, direkt und ohne Kompromisse.

7. September, 19 Uhr • Seebühne, Alter Bauhof 11, Eutin

Mein kleiner grüner Kaktus

Mit den „Comedian Harmonists in Concert“ erwartet das Publikum am 1. August ein einzigartiger Abend auf der Kieler Krusenkoppel, der die unvergessenen Lieder der ersten Boyband Deutschlands neu aufleben lässt.

Klassiker wie „Mein kleiner grüner Kaktus“, „Wochenend und Sonnenschein“ oder „In der Bar zum Krokodil“ entführen mit schwungvollen Choreografien und charmanten Moderationen in die goldenen 1920er und 30er Jahre. Doch diese Revue bietet mehr als pure Unterhaltung: Hinter der Leichtigkeit der Musik verbirgt sich auch ein nachdenklicher Blick auf



die bewegte Geschichte der Comedian Harmonists – ein Ensemble, dessen Erfolg von den politischen und gesellschaftlichen Entwicklungen ihrer Zeit überschattet wurde. Angesichts aktueller Diskurse in Deutschland erinnert die Show subtil daran, wie fragil künstlerische Freiheit und Vielfalt sein können.

Das Ensemble der „Comedian Harmonists in Concert“ begeistert mit jugendlicher Spielfreude, musikalischer Präzision und einer abwechslungsreichen Liedauswahl, die auch über das klassische Repertoire der Comedian Harmonists hinausgeht. Humorvolle Moderationen gewähren Einblicke hinter die Kulissen der legendären Sänger und ergänzen die schwungvollen Tanzeinlagen und vergnüglichen Ohrwürmer, die mit Witz, Charme und Augenzwinkern präsentiert werden. Diese Show ist ein nostalgisches Fest für die Sinne: Sie hat viel „Comedy“, noch mehr „Harmony“ – und vor allem: Seele. Ein Abend, der Freude bereitet, berührt und zum Nachdenken anregt.

Tickets unter www.comedianharmonistsinconcert.de

1. August • Freilichtbühne Krusenkoppel Kiel

COMEDIAN HARMONISTS IN CONCERT

IN DER BAR ZUM KROKODIL



Fotos © Felix Steinhardt

01
AUG
2025

KRUSEN
KOPPEL
KIEL

moca 2gether
management pr booking

TICKETS AN ALLEN BEKANNTEN VVK-STELLEN
SOWIE UNTER EVENTIM.DE



IMPRESSUM

Lebensart im Norden

erscheint kostenlos am Monatsanfang.
www.lebensart-sh.de, www.verlagskontor-sh.de

Verlagskontor Schleswig-Holstein GmbH
Exerzierplatz 3, 24103 Kiel

Büroleitung:

Friederike Schmidt, Tel.: 0431 / 200 766 503

Herausgeber:

Kassian Alexander Goukassian

Geschäftsführer (V.i.S.d.P.):

Benjamin Haben, b.haben@falkemedia.de, Tel.: 0431 / 200 766 61

Chefredaktion:

Hanna Wendler, redaktion@verlagskontor-sh.de, Tel.: 0431 / 200 766 508

Redaktion:

Dr. Heiko Buhr, Ramona Dabringer, Birgitt Jürs, Marion Laß,
Mareike Neumann, Malin Schmidt, Maya Schukies, Sebastian Schulten, Isabelle Sester,
Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnov

Grafik:

Sandra Huege, Zlatan Rasidovic, Nicolas Rexin, Sonja Woldt

Anzeigen- und Titelgestaltung:

Nicolas Rexin, nicolas.rexin@verlagskontor-sh.de, Tel.: 0176 / 638 678 14

Fotos:

Adobe Stock, Pexels, Unsplash

Anzeigen

anzeigen@verlagskontor-sh.de

Verkaufsleitung:

Stephan Reußner
s.reussner@falkemedia.de
Tel.: 0431 / 200 766 62

Hamburg Nord, Lübeck, Norderstedt, Alstertal & Walddörfer, Ahrensburg (22.000 Ex.):

Heinke Blume:
heinke.blume@verlagskontor-sh.de
Tel.: 040 / 943 699 44, Mobil: 0151 / 171 685 74

Martina Baumann:
martina.baumann@verlagskontor-sh.de
Tel.: 040 / 83 0198 00

Hamburg West, Elbvororte, Pinneberg, Itzehoe (22.000 Ex.):

Renate Wietzke:
renate.wietzke@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 512

Martina Baumann:
martina.baumann@verlagskontor-sh.de
Tel.: 040 / 83 01 98 00

Heinke Blume:
heinke.blume@verlagskontor-sh.de
Tel.: 040 / 943 699 44,
Mobil: 0151 / 171 685 74

Birgit Ziemann:
birgit.ziemann@verlagskontor-sh.de
Tel.: 04106 / 62 64 75

Kiel, Probstei, Eckernförde (22.000 Ex.):

Regine Sauerberg:
regine.sauerberg@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0151 / 17 16 85 77

Frank Barghan:
f.barghan@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0171 / 412 43 89

Flensburg, Schleswig, Nordfriesland (22.000 Ex.):

Oliver Schmuck:
oliver.schmuck@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0461 / 840 84 74

Stefan Gruber:
stefan.gruber@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0160 / 830 45 71

Neumünster, Rendsburg, Mittelholstein (22.000 Ex.):

Anne-Kristin Bergan:
akb@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 503

Frank Barghan:
f.barghan@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0171 / 412 43 89

Westküste (20.000 Ex.):

Renate Wietzke:
renate.wietzke@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 512

Oliver Schmuck:
oliver.schmuck@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0461 / 840 84 74

Gesamtauflage:

Bis zu 130.000 Exemplare / Monat

Anzeigen- und Redaktionsschluss:

Jeweils der 15. des Vormonats, es gilt die Preisliste Nr. 15

Druck: Eversfrank Gruppe | Frank Druck GmbH & Co. KG, Preetz

Abonnement: 30 Euro / 12 Ausgaben
IBAN: DE51 2003 0000 0015 7770 30

Bitte Namen und vollständige Anschrift unter Verwendungszweck.

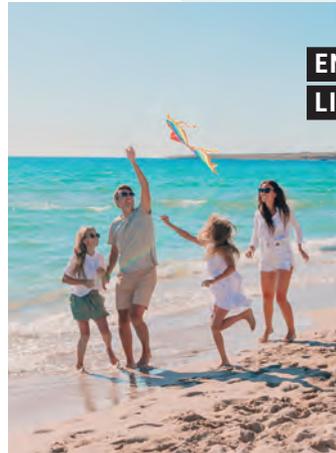
Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Alle Fotos, Beiträge und vom Verlag gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Abdruck nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages. Veranstaltungsinweise sind kostenlos. Eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen. Termine werden kostenlos veröffentlicht. Keine Gewähr für die Richtigkeit.

VORSCHAU

IN DER NÄCHSTEN **Lebensart**

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER LEBENSART ERSCHEINT AM 1. JULI

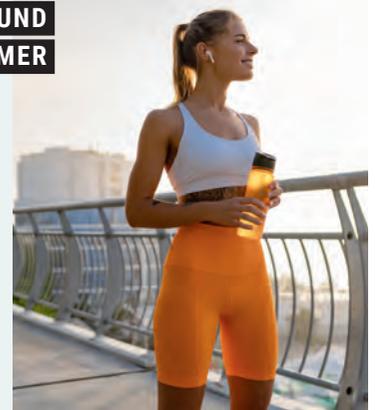


ENTDECKUNGSTOUR: LIEBLINGSPLÄTZE

Schleswig-Holstein, der „echte Norden“, fasziniert mit seiner beeindruckenden Natur zwischen Nord- und Ostsee und lässt die Herzen von uns Nordlichtern höher schlagen. Während einige die weiten Strände der Ostsee genießen, schätzen andere die Ruhe des Binnenlands. Im Juli verraten Promis und Politiker*innen ihre Lieblingsorte und zeigen, wie vielfältig und bezaubernd das Land ist.

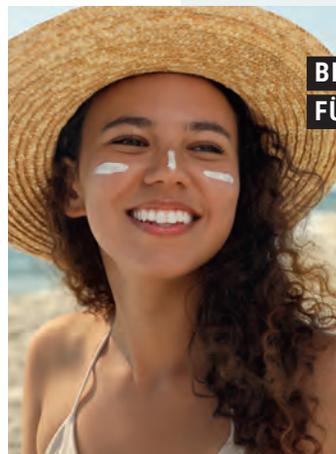
FIT UND GESUND DURCH DEN SOMMER

Die Wellen rauschen, ein nordisches Lüftchen weht und die Sonne strahlt. Und was könnte besser sein als das? Richtig, sich rundum fit zu fühlen, um den Sommer in vollen Zügen zu genießen. Wir haben in unserer nächsten Ausgabe ein paar Tipps, wie Sie fit und gesund durch die heiße Jahreszeit kommen.



BEAUTYTIPPS FÜR DEN SOMMER

Die Sonne auf der Haut spüren, das salzige Meerwasser im Haar ... So schön es auch ist, man sollte trotzdem nicht vergessen, sich gut um Haut und Haar zu kümmern. Gerade im Sommer kann die Sonne schnell Schäden verursachen. Damit Sie sich nicht mit solchen Problemen den Sommer vermiesen, haben wir so einige Tipps auf Lager, wie Sie strahlend schön durch den Sommer kommen.



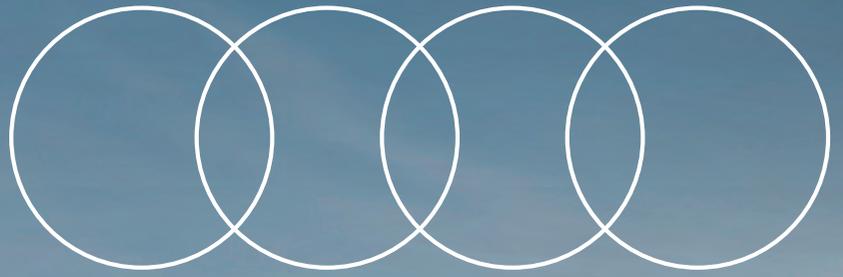
100% Recycling • 100% Ökostrom

Der Inhalt der „Lebensart im Norden“ wird auf 100% Recycling Papier der Steinbeis Papierfabrik in Glückstadt gedruckt.

Unsere Druckerei - Frank-Druck ist ebenfalls in Schleswig-Holstein beheimatet und produziert unter anderem zu 100% mit Ökostrom.

So schonen wir nicht nur die Umwelt und reduzieren Lieferwege, sondern erhalten auch Arbeitsplätze in der Region.

Zur CO₂-Kompensation startet falkemedia in 2022 ein eigenes Waldaufforstungsprogramm.



Unverkennbar Avant. Unverkennbar Audi A6.

Entdecken Sie die neue Generation.



Erleben Sie den neuen Audi A6 Avant jetzt
im Audi Zentrum Kiel.

Audi Zentrum Kiel

Schmidt & Hoffmann Exclusiv GmbH
Gutenbergstraße 84-86, 24118 Kiel, Tel.: 04 31/54 44 6-68, www.audi-kiel.de



PACHT

Wir sind offizieller Partner des



In Krisenzeiten ist **GOLD** seit jeher die sicherste Anlageform!



Schon in der Antike galt Gold als Inbegriff für Reichtum. Daran wird sich auch in den nächsten Jahrhunderten nichts ändern. Auch wenn eine Krise auf die nächste folgt – ein Investment in Gold bleibt ein sicherer Rückhalt für Ihre Ersparnisse.

Aber auch andere Edelmetalle wie Silber überzeugen durch eine kontinuierliche Preisentwicklung.

Profitieren auch Sie von unserer über 30-jährigen Erfahrung im Handel mit Edelmetallen. Gerne beraten wir Sie jederzeit kostenfrei und unverbindlich.

Unser Angebot für Sie:

- ✓ An- und Verkauf von Gold- und Silbermünzen, Barren in verschiedenen Einheiten und Sammlermünzen
- ✓ Ankauf von Schmuck, Alt- bzw Zahngold
- ✓ Kostenlose Einschätzung, faire Beratung und auf Wunsch sofortige Auszahlung ohne Abzug weiterer Gebühren



Öffnungszeiten: Mo - Fr 9.00 - 18.00 Uhr
Sa 9.00 - 13.00 Uhr



PACHT



Münzen und Edelmetalle Andreas Pacht e.k., Beselerallee 70, 24105 Kiel



0431 - 805 81 85



info@pacht-kiel.de



www.pacht-kiel.de