

DAS MONATSMAGAZIN IM NORDEN

lebensart

KIEL / PROBSTEI / ECKERNFÖRDE

OKTOBER 2024 • KOSTENLOS

**AUF IN DEN
ROCKTOBER**

DER NORDEN FEIERT DEN HERBST

**MUNDART
IM NORDEN**

WI SNACKT PLATT

 **POLIZEI
SHOW 2024**

70. Show

09.11.2024



**SCHÖNER
WOHNEN**
KOLLEKTION

Jetzt neu in Büdelsdorf

Die **SCHÖNER WOHNEN** Kollektion

LIEBLINGS-
MÖBEL FÜR IHR
ZUHAUSE.

Möbel
HENNINGS

Neue Dorfstraße 81 · 24782 Büdelsdorf · Telefon 0 43 31 - 34 38 - 0
www.moebel-hennings.com · info@moebel-hennings.com
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9.30 - 18.30 Uhr · Sa. 9.30 - 15.00 Uhr



KNUTZEN
HOME

DIE MIT DEM GRÜNEN HAUS!

16 x in Schleswig-Holstein

WWW.KNUTZEN-HOME.DE

BIS ZU



**JUBILÄUMSRABATTE
AUF AUSGEWÄHLTE PRODUKTE**

**BODENBELÄGE · TEPPICHE · GARDINEN · FARBEN · TAPETEN · SONNENSCHUTZ
INSEKTENSCHUTZ · BETTEN · MATRATZEN · MÖBEL · ACCESSOIRES**

Gültig bis 31.10.2024

KNUTZEN HOME **Kiel**
Asmusstr. 19-21 · Tel. 0431 / 74 808
kiel@knutzen.de

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

KNUTZEN HOME **Schönberg**
Eichkamp 18 · Tel. 04344 / 41 32 20
schoenberg@knutzen.de



HANNA WENDLER
Chefredakteurin

Liebe Leserin, lieber Leser,

im goldenen Oktober präsentiert sich der Norden in seinem schönsten Kleid und macht mit bunten Blättern, reicher Ernte und stimmungsvollem Licht Lust auf den Herbst. Für gemütliche Schmökerstunden haben wir in dieser Ausgabe spannende Themen für Sie zusammengetragen.

MUNDART IM NORDEN

Wie die Meere, das platte Land und der Wind gehört das Niederdeutsche zur Identität des Nordens dazu. Doch droht der Regionalsprache das Aussterben. Mit welchen Strategien viele Theaterbühnen das kulturelle Erbe durch Förderung des Nachwuchses erhalten wollen, berichtet Redakteurin Natalie Zahnow in unserem Titelthema. Auch das Nordfriisk Instituut in Bredstedt widmet sich der Bewahrung und Pflege norddeutscher Mundart. Woher das Friesische kommt, wo es heute noch gesprochen und wie es gefördert wird, erzählt Dr. Claas Riecken, wissenschaftlicher Mitarbeiter im Nordfriisk Instituut, Redakteurin Marion Laß im Interview. Und auch die Lebensart ist ein kleiner Hort norddeutscher Tradition und das geht sogar mit einem Jubiläum einher: die 200. Kolumne von „Fru Jürs vertelt“! Seit August 2007 erfreut die wortgewandte Neumünsteranerin uns jeden

Monat mit ihren Geschichten und Anekdoten op Platt. Wie es dazu kam, woher sie ihre Ideen nimmt und auch ein gut gehütetes Geheimnis verrät Fru Jürs in ihrer Jubiläums-Kolumne.

HAPPY HERBST

Außerdem haben wir die schönsten Ideen für einen genussvollen Oktober für Sie zusammengestellt – von kulinarischen Köstlichkeiten, den angesagtesten Locations für die anstehenden Festtage, stilvoller Herbstmode über Tipps für Haus, Hof & Garten bis hin zu stimmungsvollen Veranstaltungen. Ich wünsche Ihnen viel Freude mit der aktuellen Ausgabe!

Hanna Wendler



ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir Ihnen die **Polizei Show**. Mehr zu der Kultshow, die am 9. November in der Wunderino Arena in Kiel stattfindet, lesen Sie auf Seite 82.

ALTES STAHLWERK

NEUMÜNSTER



**JETZT
RESERVIEREN!**

UNSER ADVENTS- & WEIHNACHTSBUFFET

AN DEN ADVENTSSONNTAGEN

wird das festliche Lunchbuffet mit vorweihnachtlichen Genüssen vom Buffet **à 57 € pro Gast** arrangiert - inklusive Sektempfang, Säften und Kaffee- und Teespezialitäten. Ein Kinderbuffet sorgt für besonders große Augen von Groß & Klein.

WEIHNACHTS-LUNCHBUFFET AN DEN FESTTAGEN 25. & 26.12.2024

Es duftet köstlich, wenn Küchenchef Jürgen Möllmann mit seinen Küchenkünstlern das festliche Weihnachts-Lunchbuffet mit besonderen Leckereien zubereitet. Nehmen Sie Platz und genießen Sie ein friedvolles und entspanntes Weihnachtsessen. **63 € pro Gast** inklusive Kinderbuffet, Sektempfang, Säften, Kaffee- und Teespezialitäten.

Zum festlichen Christmas-Dinner erwartet Sie ab 17:45 Uhr das köstliche Buffet bei Kerzenschein und weihnachtlichen Klängen **à 50 € pro Gast** (Getränke sind nicht inbegriffen).

Eine Tischreservierung für das Weihnachts-Lunchbuffet und das Weihnachts-Dinnerbuffet ist verbunden mit dem Kauf von Genußtickets, welche Sie direkt am Hotelpfand abholen und begleichen können!

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

OKTOBER 2024

COVER | Konzert- und Veranstaltungsgesellschaft mbH Kiel

Polizeishow feiert 70. Jubiläum..... 82

UNTERWEGS & UP-TO-DATE

Trends & News im Oktober..... 6

Hallo, Herbst! – Das ist los im Oktober..... 12

MUNDART IM NORDEN

Die Leidenschaft lebendig halten –

Junge Lüüd op de Bühne..... 18

„Weites Herz und klarer Horizont“

oder auf Friesisch: Rüm Hart & kläär Kiming..... 22

Fru Jürs vertellt: Se vertellt noch jümmer 24

HIN & WEG

Raus aus dem Haus! 26



26

RAUS AUS DEM HAUS!



40

JETZT WIRD'S FLAUSCHIG

SO SCHMECKT DER NORDEN

Feiern mit Flair 30

MODE & BEAUTY

Jetzt wird's flauschig..... 40

Favoriten des Monats: Lieblingsprodukte 44

HAUS, HOF & GARTEN

Mehr Sicherheit durch Vernetzung..... 48

FIT & GESUND

Der Oktober ist pink!..... 60

ÄLTER WERDEN, NA UND?

Mit Gebärden beten 64

BERUF & KARRIERE

Dein Sprungbrett in die Zukunft 68

Huforthopädie: Mit Herz und
Hand für gesunde Pferdehufe 70



DIE LEIDENSCHAFT LEBENDING HALTEN

MENSCHEN AUS SCHLESWIG-HOLSTEIN

Zum zehnten Todestag von Siegfried Lenz:
Der leise Jahrhundertautor 72

KUNST & KULTUR

Ausstellungen im Oktober..... 74
Aus der Kleinstadt in die Clubs – Grell auf Tour..... 76
Veranstaltungshighlights..... 80

KOLUMNEN

Meenos Wetterwelt..... 97

IMMER IN DER LEBENSART

Editorial..... 3
Impressum 98
Vorschau November 98



DER LEISE JAHRHUNDERTAUTOR

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

TRENDS & NEWS

IM OKTOBER 2024

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.



JETZT BEWERBEN

SCHLESWIG-HOLSTEIN FESTIVALCHOR 2025

Gerade noch stand der groß besetzte Festivalchor des Schleswig-Holstein Musik Festivals (SHMF) auf verschiedenen Bühnen in Schleswig-Holstein, da beginnt schon die Anmeldephase fürs kommende Jahr! Willkommen sind alle, die Freude am Singen auf hohem

Niveau haben, Chorerfahrung mitbringen und in der Lage sind, die Werke selbstständig vorzubereiten. Vorsing-Termine sind am 9. November in der Musikschule Kiel und am 10. November in der Alfred Schnittke Akademie in Hamburg angesetzt. Anmeldeschluss ist der 22. Oktober. Weitere Informationen und Anmeldung unter www.shmf.de/chor.



BÜCHERFLOHMARKT IM SOPHIENHOF

Im Herbst laden drei Kieler Büchereivereine wieder zu Bücherflohmärkten im Sophienhof ein. Im Angebot sind vom 4. bis 6. Oktober insgesamt 15.000 Medien. Leseratten können erneut nach Herzenslust stöbern und Interessantes gegen eine Spende mitnehmen. Neben Büchern aus allen Genres sind auch Hörbücher, Zeitschriften, CDs, CD-ROMs und DVDs sowie Schallplatten, Bildbände und Kunstpostkarten zu finden. Aus den Einnahmen des Flohmarktes werden Aktionen der gemeinnützigen Vereine finanziert und neue Literatur für die betreffenden Büchereien angeschafft.

Kiel. Sailing. City.
Kiel

Wir sind eine Pflegefamilie
weil wir uns schon immer
Kinder gewünscht haben

Die Landeshauptstadt Kiel sucht Pflegeeltern.
Haben Sie Interesse? Telefon: 0431/901-3640



kiel.de/pflegekinderdienst



BEREITSCHAFTS- PFLEGEELTERN GESUCHT

Immer wieder müssen Kinder ihre Familien vorübergehend verlassen, weil die Eltern ausfallen oder nicht in der Lage sind, sich ausreichend um ihre Kinder zu kümmern. Der städtische Pflegekinderdienst sucht dringend Familien, Lebensgemeinschaften oder auch Einzelpersonen, die sich vorstellen können, zeitlich begrenzt ein Kind oder eine*n Jugendliche*n in einer akuten Notsituation bei sich aufzunehmen. Für die Kinder ist es wichtig, vorübergehend Zuwendung und Geborgenheit zu finden. Deswegen sollten diese Personen genügend Platz, Zeit und pädagogisches Geschick für diese Aufgabe haben. Das wiederholte Einlassen auf neue Kinder verlangt Geduld, Flexibilität und auch die Bereitschaft, die Rückführung der Kinder zu deren Eltern zu unterstützen. Damit eine Pflegefamilie den Anforderungen gerecht werden kann, begleitet der Pflegekinderdienst sie dabei besonders intensiv. Wer Interesse hat, sich als Pflegefamilie zu engagieren, meldet sich unter Tel.: (0431) 901 36 40 oder per E-Mail an pflegekinderdienst@kiel.de.



Kaffeeküste Privat-
rösterei Laboe:
Nachhaltigkeit &
soziale Verantwortung

Kaffee mit gutem Gewissen

Die **Kaffeeküste Privatrösterei Laboe** versucht ihr Möglichstes, einen Beitrag in den Bereichen Nachhaltigkeit und soziale Verantwortung zu leisten. 95 % ihrer Kaffees sind Bio- und Fairtrade-zertifiziert. Um Energie zu sparen, werden diese in einem Röster mit Wärmerückgewinnungssystem geröstet. Gastronomien und Büros werden mit wiederverwendbaren Zero-Waste-Boxen beliefert, um Müll zu vermeiden. Außerdem gibt es seit zwei Jahren im Café der Kaffeeküste für den Coffee to go nur noch Recup-Pfandbecher. Weitere Produkte – wie Likör, Gin, Schokolade und Fruchtaufstrich – entwickelt die Kaffeeküste mit regionalen Partnern in Schleswig-Holstein. Kein Konzept ist perfekt und in allen Bereichen lässt sich immer etwas verbessern. Doch mit diesen Prinzipien vor Augen entwickelt sich die Kaffeeküste stetig weiter – für Genuss mit gutem Gewissen!

NACHHALTIGKEITSPREIS: VERLÄNGERTE BEWERBUNGSFRIST

Der Kieler Nachhaltigkeitspreis steht in diesem Jahr unter dem Motto „Kiel geht Mehrweg – Engagement für eine Stadt ohne Einweg“. Alle Unternehmen und Kieler*innen, die sich für das Thema Mehrweg stark machen, können sich mit ihrem Projekt oder ihrer Initiative noch bis zum 15. Oktober unter www.kiel.de/nachhaltigkeitspreis über das Onlineformular bewerben.



VICO FEIERT 40-JÄHRIGES JUBILÄUM

Am 10. und 11. Oktober wird bei VICO das 40-jährige Bestehen gefeiert.

Expert*innen von Sony, Fuji, Canon, Nikon (nur Freitag) und Sigma werden im Haus sein und für alle Fragen rund um Neuheiten und technische Details zur Verfügung stehen. Natürlich gibt es auch viele Angebote und Aktionen, wie beispielsweise eine Sensorreinigung für digitale System- oder SLR-Kameras mit 40 % Rabatt oder 40 % Nachlass auf alle Fotodrucke in den Größen 9 × 13 bis 30 × 45 cm. Auch für Technik-Fans gibt es Angebote: Bei den Herstellern Sigma, Nikon und Fuji gibt es nach Abzug aller Aktionen noch mal 5 % extra Jubiläumsrabatt, wer Filter oder ein Stativ benötigt, spart 10 %. Alle Infos zum Jubiläum gibt es auch unter www.fotohaus-kiel.de.

40 JAHRE VICO

Am 1. Oktober 1984 wurde VICO zunächst als Video- und Computer-Spezialist (daher der Name) von Firmengründer Klaus Kirchwehm eröffnet und besteht seitdem am heutigen Standort. In 40 Jahren ist viel passiert, nachdem der Fokus dann eher auf Fotoequipment gelegt wurde, kamen ein eigenes Fotolabor und ein Fotostudio zum Angebot dazu. Im Jahr 2009 übernahm Tochter Carolin Kirchwehm die Geschäftsführung und entwickelte das Unternehmen weiter.



Fotos: VICO (1) / Adobe Stock (1) / Kaffeeküste Privatrösterei Laboe (1)



Freitag + Samstag
**11.+12.
Oktober**

FOTOTAGE KIEL

Wir feiern 40 Jahre VICO

- » Experten vor Ort Fuji, Sony, Sigma, Canon, Nikon
- » 10% Rabatt auf Filter & Stative
- » 40% Rabatt auf alle Fotodrucke
- » 40% Rabatt auf eine Sensorreinigung
- » 5% extra auf Fuji, Sigma und Nikon

since
1984



EHRENPROFESSUR FÜR JOLANTA SUTOWICZ

„stolz, dankbar, glücklich“

Die Kieler Kulturschaffende Jolanta Sutowicz wurde kürzlich mit der Ehrenprofessur des Landes für ihr Wirken in der Kieler Theaterlandschaft geehrt.

Fast 30 Jahre lang hat Jolanta Sutowicz in der Kieler Theaterlandschaft für frischen Wind gesorgt. In ihrer Zeit in der Fördestadt hat sie sich sowohl auf der Bühne als auch hinter den Kulissen einen Namen als Schauspielerin, Festival-Intendantin und als Kultur-Netzwerkerin gemacht.

AUSZEICHNUNG

Am 10. September wurde das Lebenswerk von Sutowicz und ihre lebenslange Begeisterung für das Monodrama von Ministerpräsident Daniel Günther mit der Ehrenprofessur des Landes geehrt. Unter dem Titel werden hervorragende Leistungen, vorwiegend im kulturell-künstlerischen Bereich, gewürdigt. „Sie sind seit vielen Jahrzehnten eine überragende Protagonistin in der Kultur- und Theaterszene und haben Schles-

wig-Holstein um viele hochwertige kulturelle Ereignisse bereichert“, lobte der Ministerpräsident bei der Ehrung in Kiel.

THEATERGESCHICHTE

Jolanta Sutowicz wurde 1945 in Stargard in Polen geboren. Sie studierte zuerst in Krakau und schloss ihre Ausbildung als Dramatische Schauspielerin in Warschau ab. 1987 kam sie schließlich nach Kiel, wo sie im Polnischen Theater Kiel und beim Theater Die Komödianten auf der Bühne stand. 1994 gründete sie zusammen mit ihrem Mann das Theater Ex-Re, wo die Schauspielerin erstmalig mit Einpersonenstücken in lateinischer Sprache auftrat und diese Form des Theaters für sich entdeckte. Mit diesen Auftritten wurden auch 1999 Grundsteine für das erste Internationale Monodrama Festival Thespis in Kiel gelegt, das deutschlandweit einzige Festival für internationale Einpersonenstücke, welches unter Leitung von Sutowicz über viele Jahre

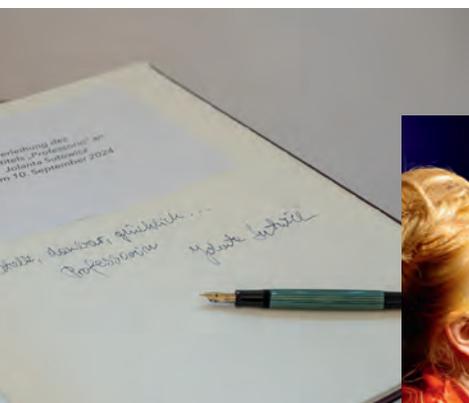
hinweg in der Fördestadt ausgetragen wurde.

THESPIS FESTIVAL

Über 25 Jahre hinweg wurde das Festival rund um Einzelperformances insgesamt 15 Mal in der Fördestadt ausgerichtet und bereicherte die Kieler Theaterlandschaft mit vielseitigen Auftritten von beeindruckenden Solokünstler*innen aus den verschiedensten Teilen der Welt. Es standen Monodramen aus den USA, verschiedenen europäischen Ländern, Tunesien, Israel oder Japan auf den Kieler Bühnen. Im Laufe der Jahre hat das einzigartige Festival auch internationale Aufmerksamkeit erregt und wurde schnell zu einem Magneten für begeisterte Besucher*innen aus Nah und Fern.

ABSCHIED NEHMEN

Im Mai dieses Jahres fand das Festival zum letzten Mal statt. Noch ein letztes Mal öffnete sich der Vorhang und zeigte hochkarätige Theater-solist*innen aus Ländern wie Litauen, England und den USA, die an verschiedenen Spielstätten in Kiel performten. Auch Jolanta Sutowicz war auf dem Festival noch einmal im Theater „Die Komödianten“ in ihrer Solo-Performance als Lady Florence zu sehen, einer Hommage an Florence Foster-Jenkins, „die schlechteste Sängerin der Welt“, womit sie auch gleichzeitig ihren Abschied von der Bühne nahm und sich in den Ruhestand begab.



Beginnen Sie ein neues Kontokapitel.



Keine Kontogebühren, volle Leistung. Jetzt zum Fairness-Sieger wechseln: online oder in der Filiale.

Mit unserem Sparda Girokonto profitieren Sie von einem kostenlosen Bankkonto (bei regelmäßigem Eingang von Lohn, Gehalt oder Rente), einem erstklassigen Service und vielen attraktiven Angeboten.



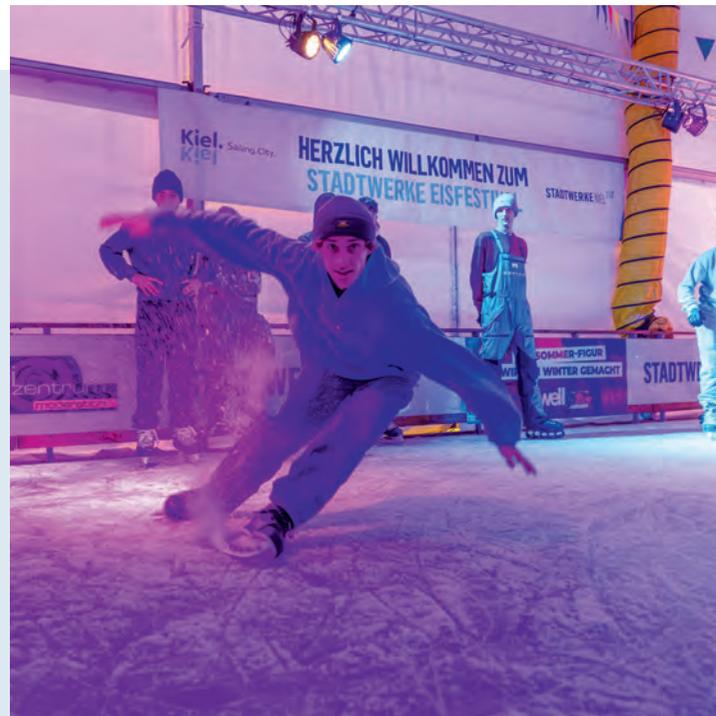
Jetzt direkt online
abschließen oder
Termin vereinbaren.

Sparda-Bank

Hamburg

WEIHNACHTSFEIER MAL ANDERS: **BUCHUNGSSTART FÜR EISFESTIVAL**

Vom 13. November bis 12. Januar herrscht endlich wieder Eiszeit in Kiel! Das Stadtwerke Eisfestival schlägt seine Zelte diesmal am Germaniahafen auf und ist so bestens erreichbar für Kufenspaß auf dem Eis. Neben dem neuen Standort können sich Schulklassen, Kindergeburtstagsgruppen und Familien außerdem über eine noch größere Programmvierfalt freuen, denn direkt nebenan bietet das Figurentheater Calimero amüsante Bühnenkunst. Wer noch auf der Suche nach einer Weihnachtsfeier der besonderen Art ist, kann außerdem ab sofort Bahnen für das beliebte Stockschießen buchen. Kombiniert mit der beheizten Festpagode und leckerem Catering wird so jede Firmenfeier zum Highlight in gemütlich-maritimer Atmosphäre. Schulklassen und Kindergartengruppen haben vormittags freie Bahn und flitzen zu vergünstigten Konditionen übers Eis. Schuhe und Helme sind in diversen Größen vor Ort ausleihbar. Und natürlich wird auch wieder eiskalt gefeiert: An acht Terminen lockt in Kooperation mit dem Casino Kiel die EisDISCO mit Mottopartys und sportlichen Beats. Mehr Infos unter www.kiel-sailing-city.de/eisfestival.



GOLD ZU GELD MACHEN

Sowohl heilen als auch kaputten Goldschmuck können Sie bei **Zeitanker** in der Holtenauer Straße 88 zu Geld machen. Auch Zahngold mit Zähnen daran wird angekauft. Einfach zu den Öffnungszeiten vorbeikommen und sofort Bargeld mitnehmen – bitte Personalausweis mitbringen. Bitte beachten: Im Oktober hat Zeitanker aus betrieblichen Gründen donnerstags geschlossen. Sie können aber montags, dienstags, mittwochs und freitags von 10 bis 14 Uhr sowie von 16 bis 19 Uhr vorbeikommen. Weitere Informationen unter Tel.: 0431 / 56 51 78.

Fotos: Zeitanker (1) / Kiel Marketing (1)

Zeit loszulassen...

Häufig bringt man es nicht übers Herz geerbten Goldschmuck zu verkaufen. Auch wenn man diesen Schmuck nicht trägt und niemals tragen würde, so mag man ihn dennoch nicht verkaufen. Aber irgendwann kommt die Zeit loszulassen und das eigene Leben zu leben. Wenn es soweit ist, können Sie den Goldschmuck sicher und seriös bei Zeitanker in der Holtenauer Straße verkaufen.

ZEITANKER Timo Keil

Holtenauer Straße 88 • Kiel • www.zeitanker.eu

Abweichende Öffnungszeiten im Oktober:

montags, dienstags, mittwochs und freitags 10-14 Uhr und 16-19 Uhr

Im Oktober aus betrieblichen Gründen donnerstags und samstags geschlossen!





DÄNISCHES KÖNIGSPAAR

besucht Schleswig-Holstein
Das dänische Königspaar kommt nach Schleswig-Holstein. König Frederik X. und Königin Mary werden am 22. Oktober Kiel, Dannewerk und Flensburg besuchen. Begleitet werden sie vom dänischen Außenminister Løkke Rasmussen. Ministerpräsident Daniel Günther wird das Königspaar und den Außenminister in Kiel empfangen. Auf dem Programm stehen Gespräche mit der Landesregierung sowie Besuche bei der dänischen Minderheit. Das Königspaar wird außerdem eine Energiekonferenz im GEOMAR Helmholtz-Zentrum für Ozeanforschung in Kiel eröffnen.

WÄRMEPUMPE FÜR DIE KIRCHE

Eine Luft-Wärmepumpe als Heizung für eine Kirche? Ja! Die Bauarbeiten an der Marienkirche in Schönkirchen sollen noch dieses Jahr beginnen. Christoph Donner, Verwaltungschef des Ev.-Luth. Kirchenkreises Altholstein, spricht von einem Leuchtturmprojekt. Die Gesamtkosten werden auf 1,2 Millionen Euro geschätzt. Für die Installation der Heizung muss der Fußboden erneuert und durch Natur-Kalkstein ersetzt werden. Auch die alten Kirchenbänke werden angepasst oder durch Stühle ersetzt. Der Altar und die Orgel werden für die Bauarbeiten aus der Kirche geräumt. Die Wiedereröffnung ist für Sommer 2025 geplant.



Verwaltungschef Christoph Donner (l.) und Pastor Martin Anderson stellen die geplante energetische Sanierung der Marienkirche vor.

Fotos: Femkit (1) / kultifrau (1) Ev.-Luth. Kirchenkreis Altholstein (1) / Dennis Steinke, Kongehuset* (1)



NEU IN ECKERNFÖRDE:

„Studio Limonada“

Ab Oktober lockt ein neues Juwel in eine der schönsten Einkaufsstraßen im Norden: Bei **Studio Limonada** in der St.-Nicolai-Str. 10 erwartet Modebegeisterte eine große Auswahl an zeitlos stylischen, nachhaltig produzierten Looks – von straighten und cleanen Schnitten bis hin zu verspielten Retrodesigns. Inhaberin Ulrike Wagner holt mit ihrem neuen Laden kleine, besondere Labels wie Femkit oder kultifrau, eleganten Schmuck sowie hochwertige Taschen und Schuhe nach Eckernförde. Auch Geschenkideen und Interieur umfasst das Sortiment. Am Ochsenkopf gibt's ebenfalls Neuigkeiten: Nach dem Umbau ist **Kunst & Handwerk** zugänglicher geworden, vor allem Rollstuhlfahrende finden nun mehr Platz. Der Geschenkeladen begeistert mit einer tollen Produktauswahl: Hier lassen sich vom Mitbringsel bis zum Hochzeitsgeschenk, von der Glückwunschkarte bis zur Designervase viele Wünsche erfüllen. Zaubrerhafte Lieblingsstücke nachhaltiger Modelabels runden das Angebot ab.



Foto: Linsenspektiv (1)

KÜHLE BRISEN, WARME HERZEN: **HALLO, HERBST!**



Die Blätter verfärben sich in leuchtenden Rot-, Gelb- und Orangetönen und die Natur zeigt sich von ihrer farbenprächtigsten Seite: Der Herbst klopft an und läutet die gemütliche Jahreszeit ein. Jetzt ist die perfekte Zeit, um durch raschelndes Laub zu spazieren, die klare, frische Luft zu genießen und die ersten kühlen Tage mit einer warmen Tasse Tee oder Kaffee zu verbringen. Was es jetzt im Herbst alles im Norden zu entdecken gibt, zeigen wir Ihnen auf den folgenden Seiten.



GRIFF ZUM SPATEN

EINHEITSBUDDELN 2024

Am 3. Oktober werden beim Einheitsbuddeln in ganz Deutschland wieder Bäume gepflanzt, um zum Klimaschutz beizutragen.

„Stell dir vor, am 3. Oktober würde jeder Mensch in Deutschland einen Baum pflanzen. 83 Millionen. Jedes Jahr. Ein neuer Wald. Von Nord nach Süd, von Ost nach West. Für das Klima. Und für dich und deine Familie. Für unsere Zukunft.“ Mit dieser Vision hat Ministerpräsident Daniel Günther damals das Einheitsbuddeln ins Leben gerufen. Seitdem findet die Baumpflanzaktion jährlich am Tag der Deutschen Einheit in ganz Deutschland statt.

BEITRAG ZUM KLIMASCHUTZ

Dabei sein kann jede*r, egal ob alt oder jung, alleine oder als Gruppe, im eigenen Garten, auf dem Dorfplatz oder in der Stadt. Deutschlandweit sollen von Teilnehmer*innen an dem Tag Bäume gepflanzt werden, um zum Klimaschutz beizutragen. Dieses Jahr sind 100.000 Bäume das gesetzte Ziel der Aktion. Das geht alleine oder mit anderen gemeinsam. Eine Pflanzaktion mit anderen macht Riesenspaß, schützt das

Klima und sorgt für Zusammenhalt. Aber auch im eigenen Garten leistet schon ein einziger Baum seinen Beitrag. Wer buddeln möchte, kann sein Pflanzversprechen, als private Pflanzung oder öffentliche Pflanzparty, auf der interaktiven Deutschlandkarte auf eintragen und zum gemeinsamen Ziel beitragen.

3. Oktober • Deutschlandweit

Foto: Adobe Stock (1)



BAUEN WOHNEN LIFESTYLE MESSE



WUNDERINO ARENA KIEL 25.-27. OKTOBER 2024

INFO & KOSTENLOSE FREIKARTEN UNTER [BAUENWOHNENLIFESTYLE.DE](https://www.bauenwohnenlifestyle.de)



BAUERN- UND REGIONALMARKT MIT FLEET FOOD MARKT

*Kiel begrüßt vom 4. bis 6. Oktober den Herbst beim Bauern- und
Regionalmarkt und beim Fleet Food Markt.*

Ländliches Flair zieht in die Kieler Innenstadt und die Holtenauer Straße ein: Beim Bauern- und Regionalmarkt präsentieren vom 4. bis zum 6. Oktober regionale Selbsterzeuger*innen und Anbieter*innen an allen drei Tagen von 10 bis 18 Uhr ihre landwirtschaftlichen und handwerklichen Produkte. Auf dem Holstenplatz, Europa- platz und dem Asmus-Bremer-Platz werden

herbstliche regionale Erzeugnisse wie Kürbisse, Obst, Honig & Käse angeboten. Für das leibliche Wohl wird dank eines großen Angebots an defti- gen Bauern- und Herbstspeisen sowie Getränken der Dithmarscher Brauerei bestens gesorgt. Aber damit nicht genug: Entlang der Holtenauer Straße findet zeitgleich der Fleet Food Markt statt, der mit kulinarischen Köstlichkeiten von

regionalen Anbieter*innen und aufstrebenden Start-ups aus der Kieler Gastro-Szene glänzt. Der verkaufsoffene Sonntag findet am 6. Oktober von 13 bis 18 Uhr in der Kieler Innenstadt sowie der Holtenauer Straße statt. Mehr Informationen unter www.kiel-sailing-city.de.

4. bis 6. Oktober • Kieler Innenstadt



Holsteiner Herbstmarkt Gut Emkendorf



**11. - 13.
Oktober**
10 - 18 Uhr

Eintritt: 9 € Parken: frei
Kinder bis 16 J. freier Eintritt

www.land-gefluester.de



„HOLSTEINER HERBSTMARKT“ AUF GUT EMKENDORF



Die Zeit wird wie immer im Fluge vergehen – schon steht der Herbst vor der Tür. Viele wissen schon, dass der „Holsteiner Herbstmarkt“ auf Gut Emkendorf mit seinem beeindruckenden Herrenhaus in jedem Jahr am 2. Oktober-Wochenende zu einem Herbstfestival mit über 160 Aussteller*innen einlädt. Die gepflegte Gutsanlage mit seinem historischen Herrenhaus sorgt für eine wundervolle Kulisse. Herbstliche Pflanzen und Stauden, frisches Gemüse aus der Region und zauberhafte Dekoideen wechseln sich mit eleganter und ländlicher Mode, hübschen Accessoires oder kulinarischen Genüssen ab. Es gibt Feines und Rustikales, Leckeres für den Gaumen zum Sofortverzehr oder auch zum Mitnehmen, handgerührte Marmeladen, köstlichen Käse sowie eine unglaubliche Vielfalt an Honigsorten. Wer noch nicht an einer Herrenhausführung teilgenommen hat, sollte sie sich nicht entgehen lassen.

11. bis 13. Oktober • Gut Emkendorf

Anti-Aging durch
Ästhetische Medizin

B!

bechtel-aesthetics

Privatpraxis für Ästhetische Medizin

Meine Praxen stehen für 15 Jahre Erfahrung und über 30.000 Behandlungen auf dem Gebiet der sanften Ästhetischen Medizin ohne Skalpell.

Als Ärztin lege ich größten Wert darauf, Ihnen alle Behandlungstechniken so verständlich zu erklären, dass Sie danach in der Lage sind, sich eine Meinung zu bilden und für sich selbst - mit meiner Hilfe - zu entscheiden, welche Behandlung die Beste für Sie ist.

Vereinbaren Sie gern ein kostenloses, persönliches Beratungsgespräch mit mir.



Susanne Bechtel
Susanne Bechtel
Ärztin

Vereinbaren Sie ein
kostenloses Beratungsgespräch

Privatpraxis Hamburg

Colonnaden 104 · 20354 Hamburg
040 / 81 95 67 88

Privatpraxis Neumünster

Heinrich-Hartwig-Straße 14 · 24539 Neumünster
04321 / 85 39 533

Privatpraxis Timmendorfer Strand

Poststraße 55 · 23669 Timmendorfer Strand
04503 / 89 81 800

Privatpraxis Risum-Lindholm

Grutstich 13 · 25920 Risum-Lindholm
04661 / 95 70 999

BEHANDLUNGSPORTFOLIO

RADIESSE FACELIFT

Zurück zu den alten Konturen. Hebt Jochbogen, Wangen und Jawline wieder an, baut Handrücken, Hals und Dekollete wieder auf, verjüngt und strafft das Bindegewebe nachhaltig.

BOTOX & CO

Stirn- und Zornesfalten, Augenbrauenlift, Krähenfüßchen, Halsfalten, Zähneknirschen und übermäßiges Schwitzen effektiv behandeln.

HYALURON

Natürliches Volumen für Lippen, Nasolabialfalten, Mundwinkelfalten, eingefallene Schläfen, Ohrläppchen und Nasen- Kinnkorrektur.

FETT-WEG-SPRITZE

Störende Fettpolster im Bereich Wangen, Doppelkinn, Bauch, Hüfte, Rückenfalten, Knie, Oberarm und Oberschenkel werden dauerhaft aufgelöst und das Bindegewebe wird gleichzeitig gestrafft.

PROFILO

Perfekte Haut durch Hightech-Hyalron für den absoluten Glow im Bereich von Stirn, Wange, Hals, Dekollete, Körper und Händen, sowie Plissee-falten.

FADENLIFTING

Wangen, Jochbogen und Hals werden durch gezieltes Einbringen der auflösbaren Fäden angehoben und gestrafft.

www.bechtel-aesthetics.de



 bechtel_aesthetics



lebensart

DIE NOVEMBER-AUSGABE
ERSCHEINT AM 01. NOVEMBER 2024

Anzeigenschluss ist am 15. Oktober!
Sie erreichen uns unter:

INFO@VERLAGSKONTOR-SH.DE,
TEL: 0431 - 200 766 503

WEBERMARKT
12. und 13. Oktober 2024



Museum Tuch + Technik
Kleinflecken 1
24534 Neumünster
www.tuch-und-technik.de

Öffnungszeiten
zum Webermarkt
10 bis 18 Uhr

AKTIV-ROLLSTUHL-TAG

Köwaly
SANITÄTSHAUS

18. Okt.
2024

09:00- 15:00 Uhr

Havelstr. 6
Neumünster

So funktioniert
der Simulator:



Nur mit Anmeldung:
04321-9945-0 oder
QR-Code scannen:

Nur an diesem Tag:

ROLLSTUHLSIMULATOR – steig ein!

- Alles rund um den Aktivrollstuhl
- Mobilitätstraining
- Behindertengerechter Fahrzeugumbau
- Kleiner Imbiss

DAS IST LOS

TRADITIONELLES HANDWERK

Beim Webermarkt am 12. und 13. Oktober im **Museum Tuch + Technik** in Neumünster gibt es individuelle und meist handgefertigte Kreationen aus feiner Seide, flauschigen Wollstoffen und rustikalen Leinen- und Baumwollgeweben – aber auch aus Leder, Filz oder Papier. Besucher*innen können hochwertige Unikate erwerben, darunter Kissen, Decken, Tischdecken oder Sets, ausgefallenen Papierschmuck oder feine, handgearbeitete Taschen und Portemonnaies aus robustem Leder. Mit dabei sind in diesem Jahr gut 30 Aussteller*innen aus ganz Deutschland, eine Textilkünstlerin kommt aus Schweden. Geplant sind auch Spinn- und Webvorführungen: Die Handwerker*innen lassen sich dabei über die Schulter schauen und beantworten Fragen zum Handwerk. Der Eintritt kostet für Erwachsene 6 Euro und Schüler*innen sowie Studierende 2 Euro. Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre zahlen keinen Eintritt. Mehr Infos unter www.tuchundtechnik.de.



12. und 13. Oktober, 10 bis 18 Uhr • Museum Tuch + Technik, Neumünster

TRAVENTHALER GESTÜTS-WEIHNACHT



Wie jedes Jahr macht das Landgestüt Traveenthal den Anfang mit dem ersten Weihnachtsmarkt: Wechselnde Aussteller*innen mit über 100 Ständen und vielfältigem Angebot und ganz eigenen Traveenthaler Attraktionen erwarten am 26. und 27. Oktober sowie am 2. und 3. November die Gäste. Speziell für die Kleinen gibt es auf dem Gut ein reichhaltiges Programm: Ponyreiten, die Kindereisenbahn sowie das alte, mit Lebkuchen gespickte Hexenhaus und der Weihnachtsmann liest aus seinem goldenen Buch vor. Die zutraulichen Traveenthaler Lamas und Frau Holle, die es schneien lässt, sind ebenfalls an dem Tag zu bestaunen. Man kann aber auch einfach nur einen heißen Punsch probieren und das Markttreiben genießen. Es gibt die beliebte Erbsensuppe, Torten, Kuchen, gebrannte Mandeln, Wurst vom Holzkohlegrill und frisch gebräutes Bier aus der Landbrauerei. Der Eintritt kostet 6 Euro, für Kinder unter 12 Jahren ist er frei.

26. und 27. Oktober + 2. und 3. November, 10 bis 18 Uhr
Landgestüt Traveenthal



Die wundervolle Atmosphäre auf der Herbstmesse im Wikinger Museum begeistert die Besucher*innen jedes Jahr aufs Neue.



Die Händler*innen und Handwerker*innen zeigen auf der Herbstmesse ihre Waren.

Das vielfältige Angebot auf der Herbstmesse reicht von Schmuck und Kleidung über Haushaltsgegenstände bis hin zu hochwertigen Messern und anderen Schmiedewaren.

Herbstmesse in Haithabu

haithabu.de



MESSEZEIT IN HAITHABU

Das **Wikinger Museum Haithabu** ist am letzten Oktoberwochenende, dem 26. und 27. Oktober, jeweils von 9 bis 17 Uhr in einer ganz anderen Atmosphäre zu erleben, wenn wieder die traditionelle Herbstmesse stattfindet.

Der Herbst ist die Zeit, in der die letzten Schiffe von weit her in den Hafen von Haithabu zurückkehren und die Händler*innen hier ihr Winterlager beziehen. Vor dem langen, kalten Winter halten sie und die Handwerker*innen einen Herbstmarkt ab, auf dem Produkte aus fernen Ländern und einheimische Waren feilgeboten werden. Über 30 Teilnehmende bieten den Besucher*innen qualitätvolle, handgearbeitete Waren an, präsentieren ihr Handwerk und stellen gleichzeitig eine Verknüpfung mit fernen Zeiten her. Die Stände stehen dabei im engen thematischen Bezug direkt neben den Vitrinen mit den Originalfunden aus Haithabu. Viele Händler*innen befinden sich zudem im engen Kontakt mit dem Museum und können ihr historisches Wissen vermitteln, das sie in

ihre Produkte eingearbeitet haben. Doch nicht nur der Handel steht im Mittelpunkt der Herbstmesse. Ein stündlich wechselndes Rahmenprogramm mit Vorträgen, Geländeführungen und Kinderprogramm führt die Besucher*innen noch weiter in die Welt der Wikinger ein. So informiert Samstag und Sonntag jeweils ein Fachvortrag über den aktuellen Stand der Forschung zu Haithabu und den Wikingern und es werden sowohl im Museum als auch bei den Wikinger Häusern Haithabu verschiedene Projekte für Kinder angeboten. Aktuelle Informationen zur Herbstmesse in Haithabu sind auf der Website des Museums unter www.haithabu.de abrufbar.

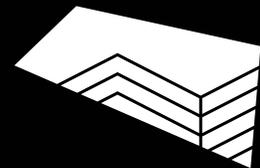
**26. und 27. Oktober, 9 bis 17 Uhr
Herbstmesse in Haithabu**

ANREISETIPP

SHUTTLEDIENST NUTZEN

Auch in diesem Jahr wird wieder ein kostenloser Shuttledienst angeboten. In der Zeit von 9 bis 17.30 Uhr fahren Busse zwischen dem Parkplatz am Wikinger Museum Haithabu und einem großen P+R-Parkplatz an der B77 beim Fliegerhorst Schleswig/Jagel.

26.-27.10.
9 bis 17 Uhr



**Wikinger Museum
Haithabu**

Landesmuseen SH

 **Welterbe
Haithabu-Danewerk**

 **Sparkasse**

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

PROVINZIAL


DIE LEIDENSCHAFT LEBENDIG HALTEN

JUNGE LÜÜD OP DE BÜHN

Wie die Meere, das platte Land und der Wind gehört das Niederdeutsche zur Identität des Nordens dazu. Doch könnte der Regionalsprache das Aussterben drohen. Um das zu verhindern und das kulturelle Erbe zu erhalten, wird auch an vielen Bühnen dieses Landes investiert – in den Nachwuchs.

von Natalie Zahnow



Eines Mittwochnachmittags: Die halbe Stadt will nach Feierabend noch mal schnell in den Supermarkt springen, auch ich gehöre dazu und haste durch die Obst- und Gemüseabteilung. Während ich überlege, ob ich meiner Familie die erste Kürbissuppe des Jahres oder doch einen Salat kredenzen werde, muss ich plötzlich aufhören – und schmunzeln. Mitten im Trubel der Einkaufs-Rushhour stehen zwei ältere Herren vorm Konservenregal und halten ganz gemütlich einen Schnack – op Plattdüütsch.

Hätten wir nicht kürzlich in der Redaktionskonferenz das Thema dieses Artikels beschlossen, hätte ich diese Situation vielleicht nicht so detektivisch beäugt. Die Gefühle, die sich bei der Beobachtung des Gesprächs in mir regen, kommen aber von Herzen: Geborgenheit, Ruhe und eine gewisse Erdung machen sich breit und regen mein Interesse an diesen beiden fremden Menschen. Und das, obwohl sie nur gerade besprechen, was am vergangenen Wochenende alles so im Garten zu tun war.

MUTTERSPRACHE NIEDERDEUTSCH

Ein anderes Erlebnis fällt mir dabei ein: am Nebentisch eines Restaurants eine Herrenrunde, die rüstigen Senioren tauschen Geschichten aus ihrer Schulzeit aus. „As ik na School keem, heff ik überhaupt nix verstahn. Dor heff ik achteran to mien Modder seggt: Dor gah ik nich wedder hin!“, erzählt einer der Männer. Seine Freunde nicken verständnisvoll. Diese frühkindliche Anekdote, mal nebenbei am Stammtisch geteilt, offenbart einen krassen Generationenwandel, der sich in nur wenigen Jahrzehnten klammheimlich vollzogen hat.

Zwar ist das Hochdeutsche schon lange die sogenannte Standardsprache in Schleswig-Holstein, doch sind viele gebürtige Schleswig-Holsteiner*innen älterer Generationen noch mit dem Niederdeutschen als Alltagssprache aufgewachsen. Und was ihnen dann bei Eintritt in die Schule begegnete, war oft nicht weniger als eine Fremdsprache.

SPRACHEN IM WANDEL

Heute ist das Bild ein ganz anderes, das Plattdeutsche hat den Rückzug angetreten und wird vornehmlich noch unter Älteren gesprochen.

Viele Niederdeutsche Bühnen führen ihre Weihnachtsmärchen auf Hochdeutsch auf. 2019 begeisterte in Neumünster „Räuber Hotzenplotz“ – mit dabei auch Jungschauspieler*innen.



Stolz präsentiert das Team der Niederdeutschen Bühne Neumünster das neue Programm: Rainer Goebel, Dr. Norbert Spilok, Ansgar Menke (Sparkasse Südholstein), Susanne Reimers, Mareike und Rieke Münz, Birgitt Jürs (v. l.).

Gründe gibt es dafür viele, als Motoren des Wandels werden häufig etwa der rasante technische Fortschritt und die damit einhergehende Globalisierung genannt. Doch haben sich nicht wenige Menschen auch ganz bewusst dafür entschieden, ihr sprachliches Erbe nicht an die nächste Generation weiterzugeben. Lange galt Plattsprechen nämlich als unfein, manche Eltern sprachen deswegen Hochdeutsch mit ihren Kindern, um deren schulische und berufliche Perspektiven nicht zu gefährden. Sie taten dies also mit bestem Gewissen, ohne zu ahnen, dass sie damit zugleich die Wurzeln der Sprachkultur beschnitten.

Mittlerweile weiß nicht nur die Wissenschaft um die Bedeutung früher Mehrsprachigkeit und der Regionalsprachen: Immer mehr Menschen machen sich stark für die Wiederbelebung. Liedermacher*innen, Shanty-Chöre, Kabarettist*innen, Poetry-Slams, Stammtische, Radio, Podcasts und Romane – diese und zahlreiche weitere Akteure und Medien holen das Plattdeutsche wieder ins Heute. Dabei ist eine Zielgruppe ganz besonders wichtig: der Nachwuchs.

MAGIE DES THEATERS

Es ist Mitte September, in gemütlicher Runde präsentiert der Vorstand der Niederdeutschen

Bühne Neumünster der Presse das Programm der anstehenden Spielzeit. Viele schöne Stücke hat das engagierte Ensemble wieder auf die Beine gestellt, beliebte plattdeutsche Klassiker werden ebenso auf die Bühne des altherwürdigen Theaters gebracht wie spannende Neuzensurierungen. Schon seit dem Sommer stark nachgefragt, sind Karten für das alljährliche Weihnachtsmärchen. In diesem Jahr dürfen sich Märchenfreund*innen auf Cornelia Funkes „Käpten Knitterbart und seine Bande“ freuen – wie bei vielen anderen Niederdeutschen Bühnen auch, wird das Weihnachtsstück traditionell in hochdeutscher Sprache aufgeführt.

Die Begeisterung der Kinder für die liebevoll inszenierten Märchen ist groß, die Darbietung im Hochdeutschen ermöglicht es allen, ohne sprachliche Hürden in die fantasievollen Geschichten einzutauchen und die Magie des Theaters zu erleben. Doch freuen sich die Niederdeutschen Bühnen des Landes nicht nur über junge Theaterbegeisterte im Publikum – sondern auch über Nachwuchs auf der Bühne.

BEGEISTERUNG ENTFACHEN

Neben dem vielfältigen Spielplan berichtet das ehrenamtlich arbeitende Theater-Team an diesem Tag deswegen auch über ein besonde-



Britta Poggensee kam vor mehr als zehn Jahren durch Zufall zum Theater und teilt ihre Leidenschaft bei Projekten wie der „Niederdeutschen Theaterwerkstatt“.

Die Zukunft des Plattdeutschen sehe ich gar nicht als so düster.

Britta Poggensee

Auftritt vor echtem Publikum mit drei kleinen, selbst entwickelten Stücken – sogar inklusive einiger mutig vorgetragener Passagen op Niederdüütsch. „Was wir besonders wahrgenommen haben, war, wie sich die Bühnenpräsenz der Kinder wandelte, von Tag zu Tag wurden sie selbstsicherer“, erinnert sich Britta Poggensee, „und am Ende konnte sich das ein oder andere Kind sogar vorstellen, mal Platt zu lernen.“

Britta Poggensee studierte Frisistik und Skandinavistik, ist Referentin für Niederdeutsch und Friesisch beim Schleswig-Holsteinischen Heimatbund (SHBB) und stellvertretende Bühnenleiterin des Theaters. Und nicht nur beruflich vom Fach: Plattdeutsch ist das Zuhause der 35-Jährigen, es ist die Sprache, mit der sie aufgewachsen ist. Anders als bei vielen anderen Menschen in ihrem Alter spielt ihre „Muttersprache“ auch außerhalb der Bühne weiterhin eine große Rolle: „Für mich ist Plattdeutsch meine Alltagssprache. Ich spreche Platt mit meiner Familie. Und auch mit meinem Hund“, erzählt Britta Poggensee lachend.

GUTE ÜBERLEBENSCHANCEN

„Die Zukunft des Plattdeutschen sehe ich gar nicht als so düster“, sagt die leidenschaftliche

res Projekt: Bereits seit einigen Jahren leiten Schauspielerinnen und Theaterregisseurinnen Birgit Bockmann und NBN-Vorstandsmitglied Susanne Reimers eine Jugendtheatergruppe. Bislang kamen die theaterbegeisterten Jugendlichen zwischen 10 und 20 Jahren einmal wöchentlich an der Niederdeutschen Bühne zusammen. „Ab Oktober treffen wir uns nun einmal im Monat am Samstag und dann gleich für drei Stunden“, berichtet Jugendkoordinatorin Reimers. So bliebe mehr Zeit für das gemeinsame Arbeiten, die jungen Menschen könnten sich intensiver mit dem Theaterspiel auseinandersetzen.

Susanne Reimers gehört seit 17 Jahren zum Ensemble, vor über drei Jahrzehnten hat sie die Schauspielerei am plattdeutschen Theater für sich entdeckt. Damals noch in einer kleinen Theatergruppe auf dem Dorf – und das, ohne Muttersprachlerin zu sein. „Ganz zu Anfang habe ich mir meinen Text in Lautschrift aufgeschrieben“, erzählt Susanne Reimers. Und genau so machen es auch viele der Nachwuchsschauspieler*innen, denn die meisten kennen das Plattdeutsche eben – wenn überhaupt – nur von Oma und Opa. Deswegen steht die Sprache in der Jugendarbeit zu Beginn noch gar nicht im Fokus. Regisseurin Bockmann und Susanne Reimers geben den jungen Menschen erst einmal Raum, um in sicherem Rahmen erste Erfahrungen auf der Bühne zu machen und schauspielerisches Handwerkszeug zu lernen. Und dann irgendwann wird auch die Sprache integriert und durch das Schauspiel kreativ erlebt. So in das „fremde“ Niederdeutsch einzutauchen, ermöglicht ein behutsames wie auch unmittelbares, nachhaltiges Entdecken der Sprache.

EIN BÜHNENPROGRAMM IN FÜNF TAGEN

Szenenwechsel. Wo sonst Sommerpause herrscht, war ausnahmsweise emsiges Treiben zu beobachten: Während der Sommerferien öffnete die Niederdeutsche Bühne am Wilhelmplatz in Kiel einer Schar Kinder ihre Pforten: Bei der „Niederdeutschen Theaterwerkstatt“ kamen im Rahmen des Ferienpasses der Landeshauptstadt Grundschüler*innen im Alter von sieben bis elf Jahren zusammen und schnuppern zum ersten Mal Bühnenluft. Insgesamt vier Tage erkundete der Nachwuchs die unterschiedlichen Aufgabenbereiche: Die Kinder führten Regie, entwickelten Texte, kreierte Kostüme, gestalteten das Bühnenbild – und traten selbstverständlich auch auf die Bühne.

Platt gesnackt wurde in Improvisationsübungen, die Projektleiterin Britta Poggensee und Darstellerin Karen Ehlers mit den Kindern durchführten. Am fünften Tag folgte der große



In wenigen Tagen wurden aus den Ferienkindern der Theaterwerkstatt an der Niederdeutschen Bühne Kiel selbstbewusste Schauspieler*innen.

Schauspielerin. „Es gibt so viele Projekte und Initiativen, und auch politisch gibt es großes Interesse daran, die Sprache zu erhalten.“ Ein beeindruckendes Beispiel dafür ist ein Modellprojekt des schleswig-holsteinischen Kultusministeriums, im Rahmen dessen an insgesamt 51 Modellschulen Niederdeutsch als Schulfach angeboten wird. Von der ersten bis zur sechsten Klasse werden die Kinder hier von „Paul un Emma“, den Titelfiguren der eigens entwickelten Lehrbücher, beim Erwerb der Regionalsprache begleitet. Geplant ist zudem, das bereits bestehende Modellschulangebot sogar bis zur Oberstufe auszuweiten.

Mit vielen anderen kreativen Initiativen wird die Liebe zur Sprache in den Jüngsten geweckt, so etwa mit dem Vorlesewettbewerb „Schölers leest Platt“. Bereits zum 23. Mal hat der SHBB den alle zwei Jahre stattfindenden Wettbewerb veranstaltet. Mehr als 1000 Schüler*innen aus 200 Schulen haben dafür im letzten Jahr mit ihren liebsten plattdeutschen Geschichten um die Wette gelesen, Anfang Juni fand das große Finale mit drei stolzen Sieger*innen statt.

Foto: Anna Bilo/SHBB (1)



Stolze Landessieger*innen: Tjark Holm, Carla Völcker und Emma Thomsen (v. l.) sicherten sich beim Schulwettbewerb „Schölers leest Platt“ jeweils den ersten Platz in ihren Altersklassen.

IN ZUKUNFT AUF PLATT

All das große Engagement, das die Förderung des Plattdeutschen mit Herzblut trägt, macht Hoffnung, dass die Sprache auch in den nachfolgenden Generationen tiefe Wurzeln schlägt – und wir dann nicht mehr über einen Klönschnack im Supermarkt schmunzeln, sondern mit unseren Kindern beim Abendbrot darüber streiten, „worüm wi schon wedder den blöden Salat eten mööt“. Wat weer dat schön!

AB AUF DIE BÜHNE

Ob jung oder alt, die Niederdeutschen Bühnen freuen sich immer über neue Talente. Tolle Kinder- und Jugendprojekte werden an vielen Bühnen geboten und begeistern für die plattdeutsche Kultur. Mehr Informationen zu den Niederdeutschen Bühnen im Land finden Sie unter www.buehnenbund.com. Ausführlicheres zu Projekten und Aktionen rund um die Regionalsprachen in Schleswig-Holstein erhalten Sie außerdem auf www.heimatbund.de.

DEIN FISCHKONSUM SCHADET AUCH ANDEREN TIEREN



Auch Millionen Robben, Schildkröten, Vögel und andere Tiere sterben jährlich durch Fischereinetze. Überdenke deinen Konsum: **Werde vegan für die Meerestiere.**



VEGANSTART.de





Das Nordfriisk Instituut
in Bredstedt (Bräist)

„WEITES HERZ UND KLARER HORIZONT“ – ODER AUF FRIESISCH

Rüm Hart & kläär Kiming

Neben der plattdeutschen Sprache ist auch das Friesische in Schleswig-Holstein verbreitet.

Eine Sprache, die noch viel im Nordwesten des Landes gesprochen wird.

von Marion Laß

Ich erinnere mich noch genau: Wenn ich als Kind den Raum betrat, in dem sich meine Eltern gerade auf Plattdeutsch unterhielten, wechselten sie sofort die Sprache; jetzt war Hochdeutsch angesagt. Sie wollten nicht, dass ihre Tochter so spricht wie sie. Man fühlte sich wertiger mit Hochdeutsch. Wie schade! Ich wollte doch so gerne Plattdeutsch sprechen und habe den Klang dieser Sprache geliebt. Aber um eine Sprache zu lernen, ist es ja nie zu spät und so habe ich mir die plattdeutsche Sprache angeeignet. Heute spreche ich fließend und freue mich, wenn ich eine*n Gesprächspartner*in finde, mit der/dem ich „op Platt schnacken“ kann. Es ist ein Stück Heimat. Einer Freundin von mir ging es genauso – mit Friesisch. Sie hat nie Friesisch gelernt, weil ihre Eltern sich schämten.

Diese Umstände sind Dr. Claas Riecken auch bekannt. Er ist wissenschaftlicher Mitarbeiter beim Nordfriisk Instituut in Bredstedt. „Woher kam bloß die Scham damals?“, hat er sich schon oft gefragt. „Vor 70 Jahren ist man noch verprügelt worden, wenn man als friesischsprachiger Dorfjunge von Föhr in die Stadt Wyk auf Föhr

kam“, erzählt er mir während unseres Gesprächs. Ich möchte mehr über die friesische Sprache von ihm erfahren. Ausschlaggebend dafür war das Interview mit der Künstlerin Norma, die vor einigen Wochen in der „Lebensart“ vorgestellt wurde. Die Songwriterin von Föhr lebt heute in Hamburg, schreibt aber hauptsächlich friesische Songs (www.normamusik.de).



Dr. Claas Riecken ist wissenschaftlicher
Mitarbeiter im Nordfriisk Instituut in Bredstedt.

Woher kommt das Friesische, Dr. Riecken?

Dr. Claas Riecken: Die Sprache gehört zum Westgermanischen, die nächsten sprachlichen Verwandten sind Englisch, Niederländisch und Deutsch. Friesisch gibt es nicht nur in Nordfriesland, sondern auch in den Niederlanden (Westfriesisch) und in Niedersachsen (Saterfriesisch).

Was macht die Sprache so besonders und was unterscheidet sie von Plattdeutsch?

Für viele Familien in Nordfriesland ist das Friesische die Herzenssprache, von den Großeltern bis zu den Enkeln. An folgendem Satz sieht man den Unterschied zu Plattdeutsch sehr deutlich:

Hochdeutsch: Der Junge war mit dem Mädchen am Tisch, da fuhr der Vater von der Kirche den Deich herauf.

Plattdeutsch: De Jung weer mit de Deern an de Disch, dor fohr de Vadder vun de Kark op na de Diek.

Friesisch (Frasch): Di dring wus ma jü foomen bai e scheew, deer kjard di taatje foon e schörk ap eefter e dik.

Was hat es mit den Dialekten auf sich?

Friesisch wird im Norden des Kreises Nordfriesland und auf Helgoland gesprochen. Es gab früher zehn verschiedene Dialekte, die zum Teil sehr unterschiedlich waren. Heute sind es noch sieben. In der Süder- und Mittel-Goesharde – Hattstedt, Struckum und Breklum – spricht keiner mehr Friesisch, in der Karrharde und auf den Halligen steht die Sprache kurz vor dem Aussterben.

Wo wird noch Friesisch gesprochen?

Auf den Inseln Föhr und Amrum wird relativ viel Friesisch gesprochen. Auf Sylt ist es selten geworden, dort heißt das Friesische Sölring, auf Amrum Öömrang und auf Föhr Fering, die letzten beiden entstammen einem Hauptdialekt und sind ähnlich. Auf dem Festland gibt es noch die Hochburg Risum-Lindholm, wo man Friesisch auch mal auf der Straße hören kann. Im dänischen Kindergarten und in der dänisch-friesischen Schule im Ort unter Schulleiterin Berit Nommensen und Team wird Friesisch neben Dänisch als Unterrichtssprache benutzt.



Welche Aufgaben hat das Nordfriisk Instituut in Bredstedt?

Das Nordfriisk Instituut in Bredstedt ist eine Einrichtung, die sich der Erforschung, Pflege und Förderung der nordfriesischen Sprache, Kultur und Geschichte widmet. Das Institut spielt seit 1965 eine zentrale Rolle bei der Bewahrung der nordfriesischen Identität und dient als wichtiger Anlaufpunkt für Wissenschaftler*innen, Sprachforscher*innen, Student*innen und Interessierte. Zu den Hauptaufgaben des Instituts gehören die Sprachpflege durch Sprachkurse, Schulprojekte und Sprachförderprogramme. Zusätzlich betreibt das Institut Forschung und Dokumentation, indem es Studien, Bücher und Fachartikel veröffentlicht, die sich mit der Sprache, Geschichte und Kultur Nordfrieslands befassen. Im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit organisiert das Nordfriisk Instituut Vorträge, Seminare und kulturelle Veranstaltungen. Es bietet Fortbildungen für Lehrer*innen und andere Multiplikatoren an, um die friesische Sprache in Bildungseinrichtungen zu fördern. Neben der wissenschaftlichen Arbeit unterstützt das Institut auch kulturelle Aktivitäten wie das friesische Theater, Literatur und Musikveranstaltungen, vor allem aber bietet es eine moderne multimediale Dauerausstellung zum Friesischen: das Nordfriisk Futuur.

Welche Projekte sind aktuell geplant?

Wir haben sechs neue Mitarbeiter*innen im Institut. Sie widmen sich der neuen Abteilung Liirskap (Lernschiff oder auch Lehrschaft) mit der Abteilungsleiterin Dr. Lena Terhart. Ihre Aufgabe



Der Fähranleger von Langeneß. Auf der Hallig wird noch Friesisch gesprochen.

ist es, Lernmaterialien für Kinder (Schulen) und Erwachsene zu entwickeln, Lehrkräfte fortzubilden und das Friesische bekannter zu machen. Unter anderem wurde beim Skandalos-Festival ein Friesisch-Crashkurs gegeben, der sehr gut ankam. Demnächst soll ein Kurs für Sylter Friesisch stattfinden als Angebot für Schulklassen. Außerdem ist ein Online-Kurs in Arbeit. Und wir möchten die Präsenz in den sozialen Medien verstärken. Natürlich gucken wir auch gerne mal, was die Westfriesen in den Niederlanden oder die Sorben in der Lausitz machen.

Glauben Sie, dass die friesische Sprache eine Überlebenschance hat?

Friesisch wurde schon so oft tot gesagt. Diese Sprache ist etwas ganz Besonderes und wird bleiben!

Fotos: Nordfriisk Institut (3) / Lenke Schulz (1) / Adobe Stock (1)



Norma ist eine junge Sängerin, die von Föhr stammt und ihre Songs auf Friesisch singt.

„Dat hett nich mehr as dree oder veer Utgaven vun de ‚Lebensart‘ brukt, dor hebbt de Lüüd op den Wuchenmarkt mi op Platt ansnackt oder mi op de Schuller kloppt, wenn eer de Text gefallen hett.“



JUBILÄUM:
200. KOLUMNE „FRU JÜRS VERTELLT“

SE VERTELLT NOCH JÜMMER ...

Siet August 2007 vertellt Fru Jürs in de „Lebensart“ op Platt.
Dat sünd tosaamen 200 lütte Vertellen.

Dat dormols de Redaktschon „ja“ seggt hett to de Idee, een plattdütsche Kolumne intorichten, weer för mi dat reinste Glück. Mi liggt dat (Över-)Leven vun miene Spraak an't Hart un ick mag to geern Geschichten vertellen, de Grund dorto geevt, dat de Lüüd een Grientjer in't Gesicht kriggt.

Liekers weer ick to Anfang een beeten bang, wat so een plattdütsche Vertellen in dat Blatt passt un woans de Leserschaft dat opnümmt. Anne-Kristin Bergan un Barbara Kock-Rohwer hebbt nicköppt un nich lang fackelt, wenn dat dor üm gung, anner Artikel oder Reiseberichte bi mi ünnertobringen. De „Blatt-Maaker“ hett dat ok gefullen, dat ick miene Texte op dat jeweilige Hauptthema vun dat Heft afstimmen kunn. So keem to de grot opmaakte Präsentatschon vun Hochtiedsmessen ok een plattdütsche Geschicht över een heel annere Hochtied mitsamt Motorrad, Ledderkluft un Brutschleier oder in de Urlaubstied de Titel „Kuffer-Allergie“, in de Wintertied eene heel romantische „Iesklütenmusik“ oder in een Dezember-Utgaav „Blots keen Kitsch“.

DE TWIEFEL UN DAT LAMPENFEEVER HEBBT SICK LEGGT

Dat hett nich mehr as dree oder veer Utgaven vun de „Lebensart“ brukt, dor hebbt de Lüüd op den Wuchenmarkt mi op Platt ansnackt oder mi op de

Schuller kloppt, wenn eer de Text gefallen hett. Manche hebbt mi ok noch een Bispill ut eere Naverschap vertellt oder mi verseekert, dat se sowat ok al mol belevt hebbt. – För so een Schrieversch as mi is dat nich einfach, sick Geschichten uttodenken, de so oder ähnlich elk een Dag vörkaamen kunnen. Een mutt bedenken, dat man keen Naam ut de Familie oder de Naverschap verwennt un ok de Ereignisse dörf nich jüst so utfallen, dat jichtenseen Person sick wedderkennt. Ick will ja nüms op den Slips pedden! Also heff ick Personen erfunden. Man wenn se in miene Fantasie erstmal Gestalt annümmt, denn dükert de ok jümmer wedder op. To'n Bispill miene Navers Guschi Sievers un Chrischan Möller, de so geern över de ünnerscheidlichen Saaken diskuteert un dorbi eer eegen oder eegenardige Opfassung hebbt. Ok miene Frünn Gesa un Fred mütt jümmer herhoolen, wenn ick för de Geschicht een Gegenöver bruk oder een patente Expertin för allens, wat in Sleswig-Holsteen so schön un besünners is.

BELEVNISSE, DE ICK NICH VERGEET

Eens Dags kaam ick in de Redaktschon, üm Text un Biller aftogeven, dor strahlt Anne-Kristin Bergan mi an: „Wie war der Urlaub?“ „Och“, anter ick, „dat is ja al lang her.“ Fru Bergan schüddköppt: „Ich meine den Kurz-



FRAU JÜRS VERTELLT OK IN ECHT

Unter dem Titel: „Wat'n Klönsnack“ gibt es am 11. Oktober um 19 Uhr eine Lesung mit Musik von und mit Birgitt Jürs und Jürgen Heitmann in der Erlöserkirche Gadeland. Das Programm umfasst Geschichten aus dem reichhaltigen Repertoire von Birgitt Jürs sowie eine Handvoll eigener, plattdeutscher Lieder. Jürgen Heitmann sorgt für Musik und Begleitung auf dem Keyboard. Die Gemeinde sorgt für eine kleine Pausenverpflegung. Eintritt frei – Spenden erwünscht.

11. Oktober, 19 Uhr:
„Wat'n Klönsnack“, Erlöserkirche Gadeland,
Am Hang 1, Neumünster

urlaub mit Gesa und Fred.“ Dor heff ick woll heel verdattert utsehen, een poor mol deep Luft haalt – un denn heff ick lacht un eer verklort, dat all miene Figuren blots Fantasie sünd. Anne-Kristin Bergan hett mi ankeeken, as weer ick unklook. „Ok Guschi un de anern Navers?“ hett se fragt. As Fru Kock-Rohwer in de Döör opdükert, hett se eer forts vertellt, dat se sowat vun rinfullen is. „Dorbi hebbt wi beide uns verseekert, dat wi ok geern so eene Fründin harren“, lacht Barbara un denn hebbt wi all dree so lacht, bit de Tranen keemen.

Een anner Belevnis warr ick ok nich vergeeten. Bi eene Lesung keem een öllere Daam op mi to un vetellt, dat se de Sieden mit de plattdütsche Kolumne jümmer rut trennt ut dat Heft. Se hett sick dormit so'n Ordner anlegt, wo se de Texte sammelt. „Denn heff ick in't Kaffeekränzchen jümmer wat to'n Vörlesen!“, strahlt se mi an, „de Lüüd freut sick doch, wenn se de plattdütsche Spraak hört un eer Geschichten sünd to'n Smustern oder Höögen.“ „Sühst' woll“, denk ick, „se is gewiss ok een vun de, de mi jümmer wedder vertellt, dat se de ‚Lebensart‘ vun achtern leest. Erstmol kieken, wat Fru Jürs vertellt.“ Ok wenn ick dat sülben noch gor nich recht glööven kann: Dütt is de 200. Text ünner düsse Rubrik. Keen Bang: Ick maak wieder – alleen schon, dormit dat Smustern un Höögen nich utfällt!

Fotos: Adobe Stock (1)



Schön

Dächer von Bente.

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



ROMANTIK HOTEL

KIELER KAUFMANN

It's teatime!

Ab 11. Oktober von Fr. bis So., 15.00 bis 17.00 Uhr.

Freuen Sie sich auf köstliche Scones, feine Petits Fours und herzhafte Sandwiches. Wählen Sie aus einer Auswahl edler Teesorten von Eilles oder einen aromatischen Kaffee.

Reservieren Sie bitte 24 Stunden im Voraus telefonisch 0431-88 11-0 oder per Mail an: info@kieler-kaufmann.de

www.kieler-kaufmann.de



RAUS AUS DEM HAUS!

Der Herbst beglückt mit einem herrlichen Farbenspiel und lockt raus in die Welt! Entdecken Sie mit uns schöne Ausflugstipps und Reiseziele.



EINTICKET FÜR GANZ DEUTSCHLAND

Seit Anfang Mai 2023 haben schon über 300.000 Schleswig-Holsteiner*innen ein Deutschlandticket-Abonnement abgeschlossen. Künftig sollen noch mehr Menschen das Ticket nutzen können.

Die Zahlen sind ein Riesenerfolg für Schleswig-Holstein. Insbesondere, weil es viele Menschen nutzen, die vorher kein Nahverkehrsabonnement hatten oder den Nahverkehr grundsätzlich weniger genutzt haben.

IMMER WEITER

Ab dem Wintersemester 2024/2025 können nun auch etwa 55.000 Student*innen in Schleswig-Holstein mit dem Deutschland-Semesterticket fahren. Außerdem soll Anfang 2025 das Deutschland-Schulticket für alle Schüler*innen an allgemeinbildenden und privaten Schulen sowie für Auszubildende in schulischer Ausbildung ohne Arbeitgeber in Schleswig-Holstein kommen.

WAS IST DRIN?

Das monatlich geltende Deutschlandticket gilt rund um die Uhr in Bussen und Bahnen des Nahverkehrs in der 2. Klasse – deutschlandweit bei allen teilnehmenden Verkehrsunternehmen. Für Beschäftigte teilnehmender Unternehmen gibt es das Deutschlandticket auch als Jobticket – mit Arbeitgeber-Zuschuss und NAH.SH-Rabatt bereits ab 16,55 Euro monatlich.

FÜR WEN ES SICH LOHNT

Das Ticket lohnt sich für Pendler*innen ohne Jobticket, für Gelegenheitsfahrer*innen, die am Wochenende gerne mal Freund*innen besuchen, die man gut mit dem Nahverkehr erreichen kann, oder für Menschen, die privat oder beruflich in Deutschland unterwegs sind, sowie für alle, die jetzt unkompliziert und günstig den Nahverkehr nutzen wollen.



JETZT ABONNIEREN!
Das Deutschlandticket kann unkompliziert und bequem über die NAH.SH-App oder online auf www.nah.sh/deutschlandticket bestellt werden.

SPASS & ACTION IN DER FÖRDELAND THERME



Es wird feucht, es wird fröhlich, so viel ist sicher: Auch in diesem Jahr freut sich das Team der **Fördeland Therme** in Glücksburg, zusammen mit der Eventagentur Pool-events viele Gäste zur jährlichen **Fun & Action-Pool-Party** begrüßen zu dürfen. Das Poolevents-Team sorgt mit ungezwungenem Partyspaß und seinem riesigen Wasserspiel-Gerätepark für helle Begeisterung bei Jung und Alt. Ein Top-DJ, die pffiffigen Animatoren und ein professioneller Moderator lassen die Pool-Party am 3. Oktober zu einem unvergesslichen Event werden. Von 12 bis 17 Uhr warten unzählige Attraktionen und Aktionen für die unterschiedlichsten Altersgruppen auf die Badegäste. Highlights dieses fröhlichen Events sind die gigantischen Wasserspielgeräte, wie der Wibit AquaTrack, ein schwimmender Parcours zum Klettern, Krabbeln, Springen und Hangeln, der den jungen Wasserratten alles abverlangt, während es an Land verschiedene Spiele sowie zahlreiche Aktionen mit dem gut gelaunten Animationsteam gibt. Also auf die Plätze, fertig ... Spaß! Mehr Infos unter www.foerdelandtherme.de.

ber zu einem unvergesslichen Event werden. Von 12 bis 17 Uhr warten unzählige Attraktionen und Aktionen für die unterschiedlichsten Altersgruppen auf die Badegäste. Highlights dieses fröhlichen Events sind die gigantischen Wasserspielgeräte, wie der Wibit AquaTrack, ein schwimmender Parcours zum Klettern, Krabbeln, Springen und Hangeln, der den jungen Wasserratten alles abverlangt, während es an Land verschiedene Spiele sowie zahlreiche Aktionen mit dem gut gelaunten Animationsteam gibt. Also auf die Plätze, fertig ... Spaß! Mehr Infos unter www.foerdelandtherme.de.

FÖRDELAND THERME WOCHENPROGRAMM

MONTAG 	50+Angebot mit Aquagymnastik Therme: 9,50 € Sauna: 16,50 €
DIENSTAG	GESCHLOSSEN
MITTWOCH 	Frühschwimmen (6:00-10:00) & 50+Angebot mit Aquagymnastik Therme: 9,50 € Sauna: 16,50 €
DONNERSTAG 	2 für 1 Sauna- und Freundetarif Sauna: Beim Kauf einer Sauna-Tageskarte erhält die 2. Person freien Eintritt. Freundetarif: Ein Kind zahlt den vollen Eintritt und das 2. Kind hat freien Eintritt.
FREITAG 	Familientag 1 Erw. mit bis zu 3 Kindern 19,00 € 2 Erw. mit bis zu 3 Kindern 29,00 €
Mondscheintarif Therme: 11,00 € Sauna: 18,00 €	

BEST BUDDY AUF REISEN

Tasche gepackt und los geht's – und mit diesem coolen Weekender auch noch besonders schick.

Ob ein Tagesausflug ans Meer oder ein City-Trip übers Wochenende – ein zuverlässiger Reisebegleiter bietet Platz für allerlei Notwendiges. Zurückhaltend stylish macht sich der Vegan Weekender von Souleway perfekt in dieser Rolle. Die geräumige Tasche wird aus wasserabweisendem Baumwoll-Canvas nachhaltig in Deutschland produziert.

Erhältlich für 189 Euro auf souleway.com.



Urlaub mit Blick auf die Kieler Förde



URLAUB MIT AUSSICHT

Direkt am Möltenorter Strand gelegen, bieten die Appartements „Zur schönen Aussicht“ der Familie Gotzian in Heikendorf den freien Blick auf die Kieler Förde und den lebhaften Segelbetrieb. Nach einem ausgiebigen Spaziergang am Strand kann man sich in den gemütlichen Ferienunterkünften wunderbar entspannen. Die zwölf Wohneinheiten des familiengeführten Unternehmens sind mit allem eingerichtet, was man im Urlaub braucht. Handtücher, Geschirrtücher und Bettwäsche sind vorhanden und werden auf Wunsch gern gewechselt. Die Mietfahrräder der Sprottenflotte sind am nahe gelegenen Fähranleger der Fördeschiffahrt verfügbar. Gerade für Familien mit Kindern eignet sich diese Ferienunterkunft, denn der Strand und viele andere Ausflugsziele sind direkt vor der Haustür. Weitere Informationen unter Tel.: 0431 / 24 30 24 und www.zsa-heikendorf.de.

Foto: Adobe Stock (!)



ZUR SCHÖNEN AUSSICHT

- 12 Appartements verschiedener Größe mit uneingeschränktem Blick auf die Kieler Förde.
- für Familien mit Kindern und Fahrradurlauber besonders geeignet, da der Strand und der Fördewanderweg direkt vor der Tür liegen.



ENTSPANNTER SKIURLAUB IN SKANDINAVIEN

Die kühlere Jahreszeit steht vor der Tür. Wie wäre es, dem grauen Alltag zu entfliehen und sich eine Auszeit auf Skiern im hohen Norden zu gönnen?

Dann sind Sie beim Reiseveranstalter **Ski und Mehr** genau richtig.

Die Reiseprofis kennen viele skandinavische Skigebiete wie ihre Westentasche und finden das perfekte Gebiet für einen rundum gelungenen Skiurlaub. Neben hervorragenden Schneebedingungen von Dezember bis April finden Sie ausgedehnte und gut gespurte Loipennetze für Langlauf-Enthusiasten und natürlich auch abwechslungsreiche Alpingebiete mit Pisten für jeden Geschmack. Im skandinavischen Winter gibt es noch „Schnee satt“, sodass auch das Fahren abseits der Pisten in vielen Gebieten hervorragend möglich ist. Und eines ist ganz wichtig: Lange Schlangen an den Liften und überfüllte Pisten sucht man in Skandinavien vergebens.

WOHNEN DIREKT AN DER PISTE

Auch bei der Unterbringung bleiben keine Wünsche offen - die meisten Unterkünfte sind so zentral gelegen, dass Sie auf Skiern bis vor die Haustür fahren können. Alternativ haben Sie die Wahl zwischen Hütten und Appartements mit Selbstverpflegung, die häufig mit Kamin und Sauna ausgestattet sind.

ENTSPANNTE ANREISE

Und ebenfalls die Anreise ist bereits Teil des Urlaubs, denn auf der Überfahrt mit den komfortablen Schiffen der Color Line von Kiel nach Oslo beginnt der Urlaub schon mit der Anfahrt. Auch eine Fluganreise nach Oslo oder andere



Fährstrecken werden auf Wunsch gerne für Sie eingebucht. Mehr Infos gibt es bei Ski und Mehr in der Holtenauer Str. 318 in Kiel, über Tel.: 0431 / 259 70 30 und info@skiundmehr.de sowie unter www.ski-und-mehr.de.

Foto: Ski und Mehr (1)



Schnee satt & Urlaub pur!

**Norefjell:
Skiurlaub für Körper & Seele**

z.B. für 2 Personen
7 Ü. Ski-in/Ski-out im
Norefjell Ski & Spa Resort
2 Ü. Fähre Kiel-Oslo-Kiel
inkl. Doppelkabine & Pkw

ab **1.931,- €** gesamt



www.ski-und-mehr.de

Feiern MIT FLAIR

Mit dem Herbst beginnt die Zeit der gemütlichen Geselligkeit – und die Planungen für Jahresabschluss- und Weihnachtsfeiern laufen so langsam auf Hochtouren. Wo darf es dieses Jahr hingehen?



IDYLLE & GENUSS IN DER SCHANZE AM SEE

Im Kreise der Liebsten genussvolle Stunden verbringen – und das an einem der schönsten Orte
Neumünsters: Die **Schanze am See** begeistert zu jeder Jahreszeit mit Kulinarik vom Feinsten.

Das wunderschöne Reetdachhaus am Einfelder See ist über die Stadtgrenzen hinweg eine beliebte Adresse. Die idyllische Lage macht die Schanze am See nicht nur zu einem idealen Ausflugspunkt, sondern bietet besonders für außergewöhnliche Anlässe wie Hochzeiten den perfekten Rahmen. Lange im Voraus sind deswegen die begehrten Termine im Frühling und Sommer bereits ausgebucht, so auch schon für das kommende Jahr. „2025 haben wir tatsächlich nur noch wenige Resttermine verfügbar, die Planungen für 2026 laufen bereits“, erzählt uns Stephanie Nasir, Inhaberin und begeisterte Hochzeitsplanerin. Ihre jahrelange Erfahrung sorgt dafür, dass sich Brautpaare auf eine rundum perfekte Feier freuen dürfen. Individuell auf die Wünsche abgestimmt, macht das Team

der Schanze am See diesen besonderen Tag unvergesslich.

ADVENTSBRUNCH & WEIHNACHTSMENÜS

Auch im Winter, wenn der See glasklar und ruhig schimmert und einem der kalte Wind um die Nase fegt, verzaubert dieser schöne Ort und lädt dazu ein, genussvolle Stunden in der gemütlichen Atmosphäre des liebevoll gestalteten Restaurants zu verbringen. Ein Highlight ist auch in diesem Jahr wieder der Adventsbrunch. An jedem Adventssonntag kredenzen Familie Nasir und ihr Team dann von 10 bis 13 Uhr für 49,50 Euro pro Person ein üppiges Brunchbuffet mit einer großen Speisenvielfalt, die keine Wünsche offen lässt.

Festlich wird es auch an den Weihnachtsfeiertagen: An Heiligabend sowie am ersten und zweiten Weihnachtstag lockt ein schmackhaftes Weihnachtsmenü, bei dem es sich mit Freunden und Familie entspannt genießen lässt. Unter www.schanzeamsee.de erhalten Sie Einblick in das Menü. Das Team der Schanze am See freut sich auf Ihre Reservierung!

NEUE ÖFFNUNGSZEITEN

Montags: Ruhetag

Dienstags bis freitags: ab 17 Uhr

**Samstags, sonntags
und an Feiertagen:** ab 12 Uhr

Weitere Infos und Reservierungen
unter www.schanzeamsee.de.

Fotos: Schanze am See

Schanze am See



RESTAURANT | BAR | CAFÉ

**Ab sofort unter altbewährter Leitung
von Stephanie Nasir und ihrem Team**

1., 2., 3. UND 4. ADVENT

Advents-Brunch | 10.00-13.00 Uhr | 49,50 Euro/Pers.

HEILIGABEND

Ab 11.30 Uhr Weihnachtsmenüs

1 UND 2. WEIHNACHTSTAG

noch Plätze frei für das 3-Gang-Menü! Ab 11.30 Uhr

SILVESTER AB 17 UHR 3-GANG-MENÜ

DEZEMBER-SPEZIAL

Ente | Grünkohl und andere Spezialitäten

Einfelder Schanze 96 | 24536 Neumünster | Tel. 04321 959580

Neue Öffnungszeiten ab 1. Okt.: Mo. Ruhetag | Di.-Fr.: ab 17 Uhr | Sa., So. und Feiertag: ab 12 Uhr

www.schanzeamsee.de

Bridgerton- VIBES FÜR ZU HAUSE

Kredenzen wie im feinsten Adelshaus – für Fans der beliebten Netflix-Serie und Freund*innen floraler Designs hat die italienische Moka-Marke **Bialetti** absolute Must-haves auf den Markt gebracht.

Die Kollektion begeistert nicht nur mit einer extravaganten Version des legendären achteckigen Espressokochers, sondern auch mit passendem Geschirr in der wunderschönen filigranen Optik. So wird das Kaffeekränzchen wahrlich herzöglich! Diese und weitere Produkte aus der Bridgerton-Kollektion sind erhältlich über www.bialetti-shop.de.



Design-Kaffedose und Royal Regency Blend Kaffee (gemahlen), Bialetti, 250 g, 14,90 Euro.

Set aus zwei Espressotassen mit Untertasse, Bialetti, je 90 ml, 29,90 Euro.

Espressokocher Moka Express, Bialetti, 270 ml, 79,90 Euro.



Fotos: Pane Vino (1) / Livingpress - Bialetti (3)

Pane Vino

RESTAURANT · CAFÉ · BAR

Denken Sie jetzt schon an Ihre Weihnachtsfeier.

Montag bis Sonntag täglich von 9-23 Uhr geöffnet.



Holtener Str. 82 • 24105 Kiel
Tel.: 0431 9799 8556 • info@pane-vino-kiel.de

Frühstück, Mittagstisch, Brunch, herrliche Italienische Speisen, Partys und Zusammenkünfte die ganze Woche.

GENUSS IN FESTLICHER ATMOSPHÄRE

Italienische Gaumenfreuden in einem wunderschönen Ambiente – das **Pane Vino** in der Holtener Straße bietet den perfekten Rahmen für Weihnachtsfeiern, egal ob für kleine oder größere Gruppen. Gäste können zwischen individuell gestalteten Drei-Gänge-Menüs und reichhaltigen Buffets wählen, die mit frischen, regionalen Zutaten und hausgemachten Spezialitäten begeistern. Die Küche des Pane Vino zeichnet dabei nicht nur der hohe Qualitätsanspruch an die Produkte aus, sondern auch das große Know-how: Die jahrzehntelange Erfahrung garantiert authentischen italienischen Genuss, insbesondere Köstlichkeiten wie das hausgebackene Brot, selbst gemachte Pastasorten wie Pappardelle und Casarecce und allem voran die unwiderstehlich gute Carbonara sind ein Gedicht all'italiana. Das Team des Pane Vino berät Sie gern! Weitere Infos erhalten Sie auf www.pane-vino-kiel.de oder unter Tel.: (0431) 97 99 85 56.

Nicht nur geschmacklich, sondern auch optisch ein Gedicht: italienischer Genuss im Pane Vino.





Festlich feiern IM FILOU

*Nicht mehr lang und die besinnliche Festtagszeit beginnt. Eine wunderbare Gelegenheit, um gebührend das Ende des Jahres zu zelebrieren. Eine hervorragende Adresse dafür: das **Filou** am Schönberger Strand.*

Die idyllische Lage direkt an der Promenade und die gemütliche Atmosphäre des Restaurants machen das Filou nicht nur zum perfekten Ausflugsziel an der Ostsee, sondern bieten auch den idealen Rahmen für Weihnachtsfeiern und Teamevents. Ganz nach Ihren Wünschen zaubern Ihnen Inhaberin Stephanie Voß und ihr Team eine rundum tolle Veranstaltung. Dabei werden Sie nicht nur kulinarisch verwöhnt: Auf Wunsch organisiert das Filou-Team Künstler*innen für die richtige Unterhaltung.

Apropos: In den kommenden Wochen erwarten Sie wieder eine Reihe an außergewöhnlichen Events im Filou. So begeistern zum Beispiel die un-nachahmlichen „Double D’s“ am 25. und 26. Oktober mit ihrer amüsanten Travestie-Show, am 1. November versetzt Sie Zauberkünstler Jeff de Fire beim „Magic Dinner“ in Staunen, und am Nikolaus-Tag entert der King of Rock 'n' Roll in Gestalt von Sänger Tom Miller bei der Elvis Presley Show die Bühne. Für diese und einige weitere Highlights sind noch Tickets erhältlich.

FESTLICH BRUNCHEN

An den Adventssonntagen lockt das Filou mit einem vorweihnachtlichen Brunch. Jeweils ab 11 Uhr können Sie sich für 29,90 Euro pro Person durch ein vielfältiges Buffet schmausen und im Kreise Ihrer Liebsten entspannte Stunden genießen. Weitere Informationen finden Sie unter www.filou-ostsee.de.

FILOU AN WEIHNACHTEN

Heiligabend: geschlossen
25. & 26. Dezember: 12 bis 21 Uhr (Reservierung erbeten)

Filou
Restaurant am Meer



*Wir richten
Ihre Familien-,
Firmen- und
Vereinsfeier aus –
ganz nach
Ihren Wünschen!*

Unsere Veranstaltungstipps:



**Freitag + Samstag
25. + 26. Oktober –
20.00 Uhr**

Travestie-Show

**Freitag,
1. November –
18.30 Uhr**



Magic Dinner

Öffnungszeiten, die aktuelle Speisekarte
und **alle weiteren Veranstaltungen, wie z.B.
das „Elvis-Nikolaus-Dinner“**
finden Sie unter www.filou-ostsee.de

Promenade 18 • 24217 Schönberger Strand
Telefon 043 44 - 41 48 48 • E-Mail: kontakt@filou-ostsee.de

ZWETSCHGEN- CHUTNEY

MIT ROTEN ZWIEBELN & ROTWEIN

ZUBEREITUNGSZEIT
1 STUNDE

ZUTATEN

für 6 Gläser (à 200 ml)

- 1,3 kg Zwetschgen
- 300 g rote Zwiebeln
- 2 EL Olivenöl
- 200 g brauner Zucker
- 75 ml Rotweinessig
- 100 ml Rotwein
- 2 Lorbeerblätter
- Salz und Pfeffer
- 1 Zimtstange
- 1 TL Koriandersaat
- 2 Kardamomkapseln
- 3 Gewürznelken
- ½ TL Pfefferkörner
- 3 Pimentkörner

Außerdem:
6 sterilisierte Einmachgläser

ZUBEREITUNG

1. Zwetschgen waschen, halbieren, entsteinen und in Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Den Zucker dazugeben und karamellisieren lassen. Die Zwetschgen dazugeben und alles gut vermengen.
2. Mit Essig und Rotwein ablöschen und aufkochen lassen. Die Gewürze dazugeben und alles zugedeckt bei kleiner Hitze etwa 20 Minuten köcheln lassen, dann die Zimtstange entfernen.
3. Das Chutney mit Salz und Pfeffer würzen und in vorgewärmte, sterilisierte Gläser füllen. Die Gläser verschließen und das Chutney auskühlen lassen. Ungeöffnet und an einem dunklen, kühlen Ort aufbewahrt, hält sich das Chutney etwa 8 Monate.



Foto: Kathrin Neoll



UNSERE SPECIALS IM OKTOBER

Gyoza

Teigtaschen mit Hühnerfleisch und Gemüse

Szechuan Chilli Wan Tans

Nudelteig mit Schweinefleischfüllung

Feuriger veganer Mapo Tofu

mit Beyond Meat - im brennenden Tontopf serviert -

„Sizzling Chicken“

ausgelöste Hühnerschenkel gebraten mit Schalotten, Lauchzwiebeln auf buntem Gemüse
-in Tontopf serviert-

Hausgeröstete Ente mit Kung Bao Chicken

-pikant- im Vogelnest und dunkler Sauce serviert

Bei uns erwarten Sie seit 1979 kantonesische Küche mit modernem Twist.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Montag bis Sonntag 12:00 – 15:00 Uhr
(Dienstags Ruhetag) 18:00 – 22:00 Uhr

An der Schanze 42
24159 Kiel-Friedrichsort

Tel. 04 31 / 39 71 90
www.chau.eu

@chinarestaurantchau



Eine Auszeit MIT AUSBLICK

Endlich wieder da: Im maritim-gemütlichen Ambiente empfängt das frisch wiedereröffnete **Stranders** zu Herbstgenuss am herrlichen Ostseestrand.

Das Restaurant Stranders liegt direkt am Strand des idyllischen Ostseerortes Strande und lädt seine Gäste zu einer wunderbaren Auszeit am Meer ein. Hier vereinen sich gemütliche Atmosphäre, kulinarische Vielfalt und eine atemberaubende Aussicht auf das Wasser zu einem perfekten Gesamtpaket. Ein besonderes Highlight ist die große Terrasse, von der aus man den wunderschönen Blick auf die Ostsee genießen kann.

Selbst im Herbst kann man es sich draußen gemütlich machen, eine Feuerschale und ein heißer Glühwein sorgen für Wärme, während die Wellen gemächlich ans Ufer schlagen. Wer es aktiver mag, kann sich beim Wikinger Schach am Strand sportlich betätigen – eine charmante Möglichkeit, die frische Meeresluft in Gesellschaft zu genießen. Auch im Restaurant erwartet die Gäste Behaglichkeit. Ein prasselndes Feuer im Kamin lädt zum entspannten Beisammensein ein, ideal für eine Einkehr nach einem Spaziergang am Strand.

FESTE FEIERN

Ob Weihnachtsfeier, Jubiläum oder Firmenevent – das Stranders ist für Veranstaltungen bis 35 Personen der ideale Ort in besonderer Kulisse. Egal, ob man sich für ein Buffet, ein À-la-carte-Menü oder eine individuelle Zusammenstellung entscheidet – hier bleiben keine Wünsche offen. Gerne berät Sie das Team und macht Ihr Event zum unvergesslichen Erlebnis!

Weitere Informationen finden Sie unter www.stranders.de.

Ihre Weihnachtsfeier
im



STRANDERS
Restaurant & Bar

&

ACQUA STRANDE

Reservieren Sie
jetzt Ihren
Wunschtermin

Tel. 04349/8080



ACQUA Strande
Strandstr. 15
STRANDERS
Strandstr. 28
24229 Strande



Kehren Sie sich nach einem Spaziergang an der Promenade in Strande ins Kaiser ein und wärmen Sie sich bei einer heißen Schokolade, Glühwein oder Apfelpunsch auf und genießen Sie eine kleine Köstlichkeit vom Kürbis.

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. 04349 / 9158440
www.daskaiser.de

SO SCHMECKT DER NORDEN

EINFACH KAISERLICH

Heißer Kakao, würziger Glühwein und herbstliche Köstlichkeiten – **das Kaiser** in Strande lockt mit saisonalem Genuss.

Keine Frage, den Sommer haben wir alle genossen, mit den Füßen im warmen Sand und dem Blick aufs Meer vom Strandkorb aus. Aber ein Besuch am Strand hat einen ganz außergewöhnlichen Zauber, wenn die goldene Jahreszeit alles in dieses besondere Licht taucht und der Wind rauh und erfrischend für Klarheit sorgt. Die Krönung eines Ostsee-Ausflugs: eine gemütliche Einkehr! Das Kaiser in Strande ist dafür der perfekte Ort. Mit Blick aufs tosende Wasser wärmt man sich hier nach dem Spaziergang an der Promenade mit heißer Schokolade, Glühwein oder Apfelpunsch auf und genießt dann eine kleine Köstlichkeit, zum Beispiel von der Saisonkarte. Die lockt aktuell mit leckeren Kürbisgerichten. Ob als Suppe oder Kürbiscurry, das Herbstgemüse macht satt und glücklich. Und natürlich darf in einem österreichischen Restaurant der süße Abschluss nicht fehlen: Kaiserschmarren, Strudel in verschiedenen Varianten oder Germknödel sorgen dann für den wohligen Seufzer der Zufriedenheit. Weitere Infos finden Sie unter www.daskaiser.de.



Das Kaiser macht Betriebsurlaub: 4. bis 21. November



INSTAGRAM-TIPP

KREATIVE IDEEN FÜR DIE BROTDOSE

Täglich grüßt das Murmeltier, wenn der Wecker klingelt und die Brotdosen für Kindergarten und Schule gefüllt werden möchten. Ihnen gehen so langsam die Ideen aus, womit Sie Ihren Kindern eine Freude machen können? Kreative Inspiration liefert Sabine Dondrop mit ihrem Instagram-Kanal „Pausenbrotjunkie“. Die abwechslungsreichen Rezepte und durchdachten Empfehlungen für auslaufsichere Brotdosen und smarte Gadgets, die die Mutter dreier Kinder hier präsentiert, machen Lust aufs Kreieren leckerer Pausensnacks. Und die eignen sich übrigens hervorragend auch für die Mittagspause im Büro ...

Instagram: [@pausenbrotjunkies](https://www.instagram.com/pausenbrotjunkies)

ADVERTORIAL



ITALIENISCH GENIESSEN IN DER INNENSTADT

*Wer noch nicht da war, sollte das schnell nachholen,
denn ein Besuch im **Casa al Porto** mitten in der
Kieler Innenstadt verspricht italienisches Flair ...*

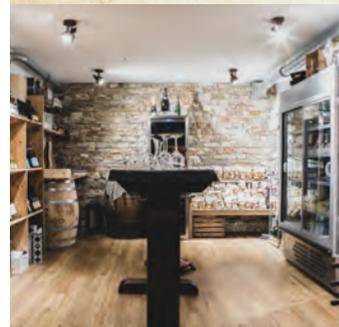
Und das ist kein Wunder, sind doch zwei waschechte Genusskenner mit ihrem Casa al Porto in der Hafensstraße 15 und überzeugen mit italienischen Köstlichkeiten: Donato Tripaldi und Domenico Vigliotti. Sie sind DIE Anlaufstelle für Fans des guten Geschmacks und wahrlich keine Unbekannten in der Region.

Das beliebte Restaurant Casa Tripaldi aus Laboe bringt mit dem Casa al Porto die italienische Lebensfreude in die Innenstadt, das sympathische und erfahrene Team sorgt für eine wunderbare, authentische Atmosphäre. Sie können sich auf einen kulinarischen Glücksort freuen, ideal dafür geeignet, sich mit original italienischer Küche – von herrlichen Antipasti über frangfrischen Fisch und exzellentem Fleisch bis hin zu leckerer Pasta und knuspriger Steinofenpizza – verwöhnen zu lassen.



Casa al Porto
Hafensstraße 15, Kiel
Tel.: 0431 / 240 50 10
www.casa-al-porto.de

Fotos: Casa al Porto



**RISTORANTE • PIZZERIA
FEINKOSTLADEN**

RESTAURANT –
direkt am Yachthafen Laboe, Kieler Förde

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

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

Ganzjährig geöffnet!

38. SCHLESWIG-HOLSTEIN GOURMET FESTIVAL

UNVERGESSLICH KÖSTLICH

Das gesamte
Programm vom
SHGF finden Sie
unter www.gourmet-festival.de.

Mit einem fulminanten Auftakt startete das **38. Schleswig-Holstein**

Gourmet Festival am 15. September im Hotel Cap Polonio in Pinneberg. Über 100

Gäste erfreuten sich an spektakulärer Kulinarik von Gastrogrößen wie Cap-Polonio-Küchenchef

Marc Ostermann, TV-Köchin Cornelia Poletto, 2-Sternekoch Gerhard Wieser und Chef-Pâtissier

Taro Bünemann. Noch bis April können Sie sich auf außergewöhnliche kulinarische Erlebnisse freuen.

ZUR ERHOLUNG

Am 12. und 13. Oktober wird der angesagte Spitzenkoch Thomas Martin, bekannt für seine moderne Interpretation der klassisch-französischen Küche, das Bio-Restaurant „Zur Erholung“ in Uetersen beehren. Im Rahmen des SHGF zaubert der vielfach ausgezeichnete Küchenchef des Louis C. Jacob in Hamburg ein 5-Gänge-Menü, das die Gäste mit präzisiertem Handwerk und einer aromaintensiven Hommage an die Jahreszeiten begeistern wird. Das Wirtshaus „Zur Erholung“ steht für nachhaltige Bio-Küche, die von den Geschwistern Bernd und Anne Ratjen geführt wird. Ihr Konzept: lokale, saisonale Zutaten in raffinierten Gerichten – von der „Snute bis zum Steert“.

Die perfekte Ergänzung für Martins Kochstil, der für regionale Qualität und Eleganz bekannt ist. Freuen Sie sich auf einen genussvollen Abend, der das Beste aus Bioland-Qualität und französischer Kochkunst vereint. Das Menü inkl. aller Getränke kostet 198 Euro.

Buchungen sind möglich unter www.zur-erholung-uetersen.de.

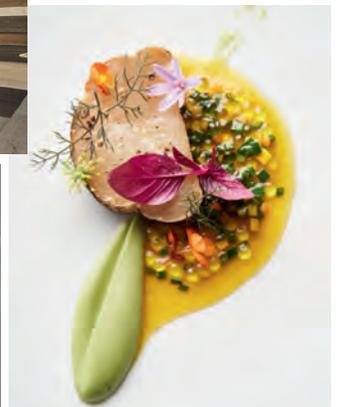
12. und 13. Oktober, 18.30 Uhr
Zur Erholung, Mühlenstraße 56, Uetersen



Spitzenkoch Thomas Martin kredenzt Kochkunst vom Feinsten in Uetersen.



Die Seeblicker holen mit Nicholas Hahn kreative Gemüseküche aus Berlin nach Amrum.



SEEBLICK GENUSS UND SPA RESORT

Am 8. und 9. November bietet das **Seeblick Genuss und Spa Resort** auf Amrum ein besonderes Highlight: Sternekoch Nicholas Hahn vom Berliner „Cookies Cream“ wird ein rein vegetarisches 5-Gänge-Menü präsentieren. Hahn, bekannt für seine kreativen Ansätze und als Verteidiger des Michelin-Sterns, begeistert mit innovativen Zubereitungsmethoden für Gemüse – von Räuchern bis Dörren. Das traditionsreiche Hotel der Familie Hesse, das auf der malerischen Insel Amrum liegt, wagt damit den Schritt in die fleischfreie Fine-Dining-Welt. Seit über 20 Jahren ist das Seeblick ein aktiver Teil des SHGF, und das Event verspricht erneut, Gäste und Einheimische gleichermaßen kulinarisch zu verwöhnen. Das Resort steht nicht nur für exzellente Küche, sondern auch für Nachhaltigkeit und Wertschätzung. Bei den Hesses ist das SHGF immer ein glänzendes Fest mit viel Spaß in der Küche und an den Tischen. Das 5-Gänge-Menü inkl. aller Getränke kostet 190 Euro. Buchungen sind möglich unter www.seeblicker.de.

8. und 9. November, 18.30 Uhr
******S Seeblick Genuss und Spa Resort Amrum**
Strunwai 13, Norddorf auf Amrum

Jan-Philipp Berner vom Söl'ring Hof auf Sylt kocht an der Seite von Felix Lestrat im Friederikenhof.



ROMANTIK HOTEL FRIEDERIKENHOF

Das **Romantik Hotel Friederikenhof** freut sich am 2. und 3. November über hohen Besuch von Deutschlands Lieblingsinsel: Jan-Philipp Berner, 2-Sternekoch und Mitgesellschafter des renommierten Söl'ring Hof auf Sylt, ist zu Gast bei Küchenchef Felix Lestrat, um seine exquisite Handschrift in fünf Gängen zu präsentieren. Berner, der für seine filigranen, nordisch inspirierten Gerichte bekannt ist, wird seine Leidenschaft für nachhaltige, regionale Küche zum Besten geben. Sie können sich auf außergewöhnliche Speisen freuen, die Genuss „von der Wurzel bis zur Blüte“ bieten. Eingebettet in die idyllische Landschaft und umgeben von alten Bäumen, bietet der Friederikenhof dafür ein wahrlich perfektes Ambiente. Das Hotel, das in diesem Jahr mit seinem Fine-Dining-Restaurant „1857“ eine neue Feinschmecker-Adresse etablierte, setzt mit diesem Event ein weiteres Zeichen für außergewöhnliche Gastfreundschaft. Das Menü kostet inkl. aller Getränke 220 Euro. Ideal kombinierbar mit einem Hotelaufenthalt (s. rechts). Buchungen sind möglich unter mail@friederikenhof.de.

2. und 3. November, 18.30 Uhr
Romantik Hotel Friederikenhof
Langjohrd 15–19, Lübeck-Oberbüssau

ARRANGEMENT: FRIEDERIKES AUSZEIT

Willkommensgruß im Zimmer
 3 x ÜN inkl. Genießer-Frühstücksbuffet · 3 x regionales 3-Gänge-Menü
 1 x Aperitif „Friederike“ · 1 x Kaffee und Kuchen am Tag Ihrer Wahl
 1 x Wellness-Massage, 30 Min. p. P.
 Freie Nutzung der Saunalandschaft inkl. Leihbademantel
ab 596 Euro für zwei Personen im Klassik-Doppelzimmer
ab 496 Euro für eine Person im Klassik-Doppelzimmer zur Einzelnutzung

INSPIRATIONEN FÜR EINEN LECKEREN HERBST

KOCHBUCH-TIPPS

KÜCHE FÜRS HERZ

Ein Ideengeber zum Dahinschmelzen: Der gefeierte Kochbuch-Autor Yotam Ottolenghi kredenzt in seinem neuesten Werk herzerwärmende Wohlfühlgerichte. Gemeinsam mit seinen Freundinnen Helen, Verena und Tara sammelte er 100 abwechslungsreiche Rezepte aus der ganzen Welt. Gespickt mit Kindheitserinnerungen und Reisegeschichten, ist so ein wunderschönes Kochbuch entstanden. Mit dabei sind Lieblinge wie „Ei und Kresse“,

Congee mit pochierem Hühnchen oder Kartoffel-Fenchel-Auflauf mit Räucherlachs. Lecker!

Yotam Ottolenghi:
Comfort. DK Verlag,
 320 Seiten, 38 Euro



CHINA ENTDECKEN

Sissi Chen zeigt, dass chinesisches Essen nicht nur aromatisch und lecker, sondern auch einfach sein kann, vor allem die Hausmannskost, die täglich in China genossen wird. Viele Zutaten gibt es in Supermärkten, und Sissi rät: „Wenn ihr keine asiatischen Weizennudeln bekommt, nehmt einfach Spaghetti!“ Ihre Gerichte sind von ihrer Kindheit in Beijing und dem Pragmatismus ihrer Mutter inspiriert. Sissis Spezialität sind Dumplings, Nudel-

Tofu- und Gemüsegerichte, die Chinas kulinarische Vielfalt widerspiegeln.

Sissi Chen:
Einfach chinesisches.
DuMont,
 192 Seiten, 32 Euro



EINFACHER GEHT'S NICHT

Essen bestellen war gestern: Mit „Mach's lecker!“ holt man sich einen Kochkurs in Buchform ins Haus, der wirklich jeden Kochmuffel hinterm Ofen hervorlockt. In 100 Rezepten zeigt Tim, Koch und Creator von brot.mit.ei, wie lässig Kochen sein kann. Leckere Gerichte wie Buttermilk Fried Chicken, Hummus mit Ei, Pasta Cacio e Pepe oder Zimtschnecken stehen dank einfacher Anleitungen und anschaulicher Fotos schnell auf dem Tisch. Tim erklärt die wichtigsten

Kochtechniken und gibt clevere Tipps zu Equipment, Zutaten und mehr.

Tim Armann: Mach's lecker. DK Verlag,
 224 Seiten, 29,95 Euro



ALL-OVER-MANTEL

Oversize-Mantel in Dunkelblau mit Streifen vom Kopenhagener Label „Baum und Pferdgarten“, www.baumundpferdgarten.com



JETZT WIRD'S FLAUSCHIG

Wenn die Temperaturen sinken, sehnen wir uns nach Wärme und Gemütlichkeit. Was könnte da besser passen als ein flauschiger Mantel? Die aktuellen Trends vereinen Stil und Komfort und sind der perfekte Begleiter durch die kalte Jahreszeit.

BIG, BIGGER, **MAXI-MÄNTEL**

Von übergroßen Mänteln aus Kunstpelz über luxuriöse aus Wolle bis hin zu kuscheligem Shearling – sie sind nicht nur ein Fashion-Statement, sondern kombinieren Stil mit maximaler Wärme.



1 Langer Kunstledermantel mit praktischen Druckknöpfen und vollständig gefüttert von www.baumundpferdgarten.com. **2** Oversized-Mantel DRACHALL aus einem Mix aus Alpaka-Wolle mit gerade geschnittenem Ärmel von www.drykorn.com. **3** Ledermantel GRACE von Meotine präsentiert sich dank Lammleder-Qualität in luxuriösem Design, erhältlich auf www.lodenfrey.com. **4** Weiter Mantel in zeitlosem Grau mit Wollmischung vom Luxustextil-Hersteller Manteco, bezogen von www.cos.com. **5** Offener Mantel aus doppellagigem Baumwollgewebe. Passform durch Taillengürtel anpassbar, von www.maxmara.com.



Der preisgekrönte Cirrus 3 Iron Steamer kombiniert die Funktionalitäten eines Steamers und eines Bügeleisens.



KNITTERFREI IM HANDUMDREHEN

Dampfglätten bzw. Steamen ist eine schonende Methode, um Knitterfalten aus Ihrer Kleidung zu entfernen.

Beim Steamen werden gleich mehrere Zwecke erfüllt, da der heiße Dampf nicht nur Falten entfernt, sondern auch unangenehme Gerüche und Bakterien bekämpft. Dadurch muss Kleidung nicht so oft gewaschen werden, was die Haltbarkeit verlängert. Das Steamen ist ideal für empfindliche Stoffe wie Seide, Samt und Kaschmir und perfekt auf Reisen geeignet – es ist kein Bügelbrett nötig, hängen Sie Ihr Kleidungsstück dafür einfach auf einen Bügel.

CIRRUS 3 IRON STEAMER

Der preisgekrönte Cirrus 3 Iron Steamer kombiniert die Funktionalitäten eines Steamers und eines Bügeleisens. Mit seiner geometrischen Silhouette, die skandinavischen Minimalismus ausstrahlt, ist er auch deshalb einzigartig, weil er eine besondere Art von hochwertigem, trockenem Dampf erzeugt. Das leichte und kompakte Design und der ergonomische Griff mit intuitiven Tasten garantieren eine problemlose Handhabung. Innerhalb von 25 Sekunden ist das Gerät einsatzbereit und schaltet sich nach 30 Minuten automatisch ab.

www.steamery.de



Shopper Dani R251

QUALITÄT, STIL & ELEGANZ

Qualität im Detail, Stil in jedem Stich – dieser zeitlose Shopper sorgt für einen glanzvollen Auftritt!

Stilvolle Raffinesse sowie hochwertig verarbeitetes, glattes Echtleder vereinen sich in diesem zeitlosen und großen Shopper. Die Velours-Oberfläche setzt einen wunderbaren Glanzpunkt, ohne dabei das Outfit zu dominieren. Das Hauptfach ist mit einem Reißverschluss gesichert und durch ein Rückfach sowie eine Mittelwand ergänzt, was für optimale Innenaufteilung sorgt. Steckfächer und eine Flaschentasche bieten perfekte Ordnung. Diese Tasche von PICARD ist die perfekte Begleitung für einen Trip in die Stadt oder ein Abendessen und lässt sich ganz einfach kombinieren. Das in der vierten Generation geführte Familienunternehmen PICARD entwirft ästhetische, verlässliche Begleiter fürs Leben, die die Persönlichkeit eines Menschen betonen – mit Herz und Handwerk in fast hundertjähriger Feintäschnertradition, von der Idee bis zum vollendeten Produkt.

www.picard-fashion.com

Mystyle

RAUS GEHT'S

Jacken für
jedes Wetter

SHOPPING SONNTAG

20. Oktober | 12-17 Uhr

BRAX FASHION DAYS

4.+5. Oktober im Damen-
und Herrenhaus

CASHMERE CORNER

Ein Hauch von Luxus
Neue Farben, neue Styles

VIELE VORTEILE

für Sie – mit Ihrer
CJ Schmidt-CARD



Aktuelle Trends
zum Blättern


CJ SCHMIDT
SEIT 1876 IN HUSUM

 **ONLINE
SHOPPEN**
WWW.CJSCHMIDT.DE

FAVORITEN DES MONATS LIEBLINGSPRODUKTE

Persönliche Produktempfehlungen aus der Redaktion.

AUSGEFEILT

Die Premium-Edelstahl-Nagelfeile kürzt und formt schonend auch sensible und brüchige Nägel und reduziert die Gefahr von Nagelbruch. www.zwillingbeauty.com

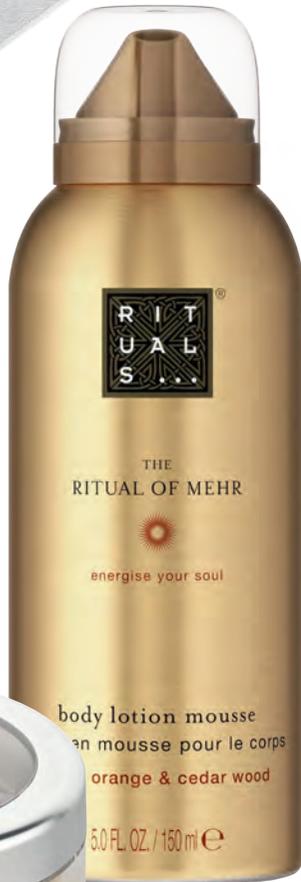


VOLUMEN & WACHSTUM

Die Faux Cils Longest Lash Mascara sorgt für definiertes Volumen und schenkt 25 % mehr Wimpern in 14 Tagen. www.chantecaille.co.uk

SAMTWEICHE HAUT

Das Körpermousse verwandelt sich in eine reichhaltige und feuchtigkeitsspendende Ölschicht – für samtweiche, strahlende Haut. www.rituals.com



MAKELLOSER TEINT IM HAND-UMDREHEN

Das 3-in-1 Correcting Powder von ANNAYAKE korrigiert, mattiert und sorgt für einen natürlichen Glow. Erhältlich bei www.douglas.de



NATÜRLICHE GRAUABDECKUNG

Grey Off-Mineralpuder deckt graue Haaransätze natürlich ab, ist bis zu 3 Tage haltbar und lässt sich einfach ausbürsten. www.angel-minerals.de



body lotion mousse
mousse pour le corps
orange & cedar wood
5.0 FL. OZ. / 150 ml e

SCHÜTZEND

Das Bio-Jojobaöl spendet Gesicht, Körper, Nägeln und Haaren intensiv Feuchtigkeit und wirkt dank des hohen Gehalts an Vitamin E antioxidativ und hautschützend. Erhältlich bei www.amazon.de



GLOW

Erhalten Sie Ihren Glow zurück mit dieser leichten Anti-Aging-Tagescreme – mit dem Bakuchiol Repair Complex für glattere, strahlende Haut. www.rituals.com

HANDGEFERTIGT

100 % reine Wildschweinborsten reinigen das Haar schonend, regen die Durchblutung an und stimulieren die Kopfhaut – für gesundes, kraftvolles Haar voller Glanz. www.masonpearson.de



STRAFFEND

Das reichhaltige Öl reduziert feine Linien und glättet die Haut um die Augenpartie herum mit innovativen Wirkstoffen wie Coenzym Q10, Kukuinussöl, Revivage und Spilanthes. www.tautropfen.com





Hof Wunderberg – der perfekte Ort für eine kleine Auszeit

Von der Legende inspiriert:
**NATURKOSMETIK
 IM FOKUS**

*Hof Wunderberg orientiert sich neu und stellt
 das gesamte Produktsortiment auf Naturkosmetik um.*

1955 revolutionierte Gertraud Gruber die Kosmetikbranche, als sie die erste Schönheitsfarm Europas am Tegernsee gründete. Ihre ganzheitliche Philosophie, die die Ernährung, Bewegung und Pflege in Einklang mit der Natur stellt, setzt bis heute Maßstäbe in der Kosmetik. Das Team von Hof Wunderberg in Schillsdorf, das sich kürzlich bei dieser Ikone schulen ließ, führt diesen Ansatz nun weiter und richtet sich mit neuem Konzept aus, das Natur und Nachhaltigkeit ins Zentrum stellt.

NACHHALTIGE BEHANDLUNGEN

Nach 23 Jahren erfolgreicher Arbeit wird das gesamte Produktsortiment auf Naturkosmetik umgestellt, von der einige Produkte sogar BIO-zertifiziert sind. „Es ist mir wichtig, dass wir dem Wandel gerecht werden“, erklärt Kerstin Stegert-Peters, Leiterin der Schönheitsfarm. „Auch wir möchten bewusst auf Nachhaltigkeit und den Schutz der Natur und des Menschen achten.“ Die idyllische Lage von Hof Wunderberg inmitten der Natur macht diesen Schritt nahezu selbstverständlich. Naturkosmetik, ganzheitliche Gesundheitskonzepte und nachhaltige Behandlungen stehen nun im Vordergrund. Pflanzen und Algen liefern hochwertige Kraftstoffe, die der Haut zugutekommen.

**BEWÄHRTE
 NATURKOSMETIK-LINIEN**

Hof Wunderberg setzt dabei auf zwei Naturkosmetik-Linien: Oceanwell aus Kiel, die Meerkosmetik aus umweltschonenden Aquakulturen bietet, sowie die Kosmetik von Gertraud Gruber. Beide Marken stehen für höchste Qualität. Oceanwell setzt auf die Kraft des Meeres, während Gertraud Gruber auf die Wirkung von Pflanzenextrakten vertraut – beide im Einklang mit der Natur. „Unsere Ausbildung bei Gertraud Gruber hat uns inspiriert, ihre Philosophie und Behandlungspläne zu übernehmen“, berichtet das Team von Hof Wunderberg. Mit dem ganzheitlichen Konzept laden sie ihre Kund*innen ein, sich von den Vorteilen zu überzeugen. „Wir freuen uns auf Ihren Besuch“, so das Beauty-Team von Hof Wunderberg.



Das gesamte Produktsortiment wird auf Naturkosmetik umgestellt.

Fotos: Hof Wunderberg (1) / Adobe Stock (1)

**Hof
 WUNDERBERG**
 Tagesschönheitsfarm



*Verschenken
 Sie Verwöhnzeit
 mit unseren
 Gutscheinen.*

**oceanwell-Meer-Zeit
 (Halbtagesprogramm)**

Kräuter/Algentee, Meersalz Peeling,
 berauschendes Meeresbad
 (Thalassowanne), oceanwell-
 Meereskosmetik Behandlung

149,- €

**Balance-Tag nach
 Gertraud Gruber
 (Ganztage)**

Guter Morgen Begrüßungstee, sanftes Bürstenpeeling
 (Bürste wird geschenkt), Molke-Protein-Bad,
 pflegende Pediküre - der Lack wird als Geschenk
 mitgegeben, Wellness Körpermassage,
 hochwertige Naturkosmetikbehandlung, Beköstigung

264,- €

**Wellness-Kosmetikanwendung
 Aktionspreis: 69,- €**



Kerstin Stegert-Peters • Hof Wunderberg
 24637 Schillsdorf bei NMS
 Tel. 0 43 94 / 992 410
www.hof-wunderberg.de

MODE & BEAUTY

Schmuck von der
ManufakturGubo

HERBST- GEFLÜSTER

Der Herbst hat mit seinen schönsten Farben bei **Glanz & Gloria** Einzug gehalten: Entdecken Sie neue Lieblingsstücke in den aktuellen Modekollektionen, sorgfältig ausgesuchte Accessoires und handgefertigte Geschenke für besondere Anlässe. Mit viel Liebe zum Detail bietet der Concept-Store von Sabrina John das perfekte Ambiente für entspannte Shoppingstunden. Weitere Infos unter Tel.: 04322 / 88 87 27.

Ledershopper von Harbour2nd



Kleid von
Sorgenfri Sylt,
Tuch von INVERO,
Lederbag von
Harbour2nd

Tücher von der
Manufaktur INVERO



Gürtel mit Wechsel-
schließen von Luca Kayz

Glanz & Gloria

Lieblingsstücke



Fairfashion &
Scandic Lifestyle

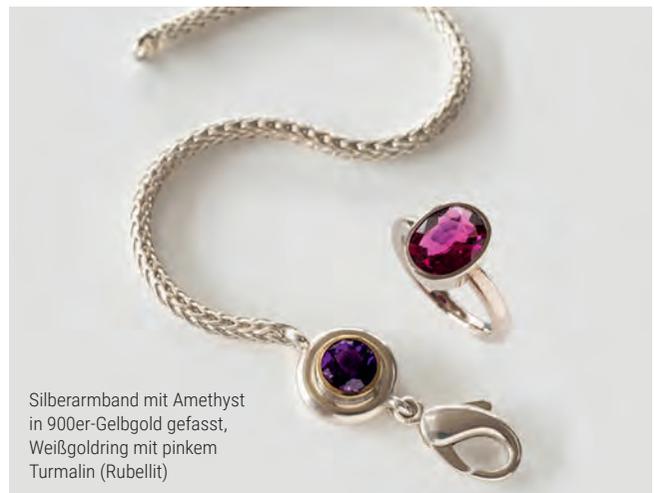
Zauberhafte Herbstlieblinge
- Sorgenfri Sylt -
Seasalt Cornwall -
Heidekönigin - INVERO



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

KUNST, KULTUR UND KÄSEKUCHEN

Das **Werkstatt-Café** bietet nicht nur handgefertigte Schmuckstücke höchster Qualität, sondern auch Kunst und Kultur: In Kooperation mit dem Stadtmuseum Warleberger Hof wird jeden zweiten Samstag im Monat eine Führung durch die aktuelle Ausstellung angeboten, anschließend trifft man sich zum Nachwirken und Austausch bei Kaffee und Kuchen im gemütlichen Werkstatt-Café. Die nächste Führung findet am 12. Oktober statt, Anmeldungen direkt über das Stadtmuseum unter Tel.: 0431 / 901 34 25 oder museum@kiel.de.



Silberarmband mit Amethyst
in 900er-Gelbgold gefasst,
Weißgoldring mit pinkem
Turmalin (Rubellit)

**Werkstatt
Café**

Goldschmiede & Galerie · Dahlmannstr. 11
Tel. 0431 - 9 18 65 · www.werkstattcafe-kiel.de

SCHÖNHEIT ohne Skalpell

Minimalinvasive Schönheitseingriffe sind kosmetische Behandlungen, die ohne größere chirurgische Eingriffe durchgeführt werden. Sie zeichnen sich durch kürzere Erholungszeiten, geringeres Risiko und meist weniger Schmerzen aus. Zu den häufigsten Verfahren gehören Botox-Injektionen, Filler, chemische Peelings und Laserbehandlungen. Diese Methoden zielen darauf ab, das Aussehen sanft zu verbessern, Falten zu reduzieren, die Haut zu straffen oder Volumen zu geben – alles mit einem natürlichen Ergebnis, das oft ohne Narkose erreicht wird.



GEGEN FETT- POLSTER UND ERSTE FÄLTCHEN

Gegen kleine Fettpolster und erste Fältchen bietet Dermatologin **Dr. Christiane Behrendt** minimalinvasive Methoden an. Mit dem sogenannten „Liquid-Lifting“ kann man ungeliebten Fettpolstern gezielt zu Leibe rücken. Das Produkt mesoline SLIM wird direkt in lokale Fettdepts injiziert und baut diese gezielt ab, ohne dass schädigende Auswirkungen auf Organe und Gewebe entstehen. Gegen Fältchen hilft das Fadenlifting: Hauchdünne Mono-Fäden werden gitterförmig mittels stumpfer Kanüle unter die Haut gebracht. Zusätzlich sorgen sogenannte Barb- und Forte-Fäden mit kleinen Widerhaken für einen Straffungseffekt mit stärkerer Haltekraft, sodass ein Anheben des abgesunkenen Gesichtes erreicht werden kann. Die Haut reagiert darauf mit dem gezielten Aufbau von Kollagen und Elastin entlang der Fäden. Die Folge ist eine natürliche Aufpolsterung von innen. Weitere Infos unter www.kielerhautaerztin.de.

Fotos: Adobe Stock (2)

Dr. Christiane Behrendt Haut in guten Händen



Dr. Christiane Behrendt

Hautärztin Allergologie · amb. Operationen · Lasermedizin
Mesotherapie · 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.





MEHR SICHERHEIT DURCH VERNETZUNG

Die Digitalisierung macht auch vor der Haussicherheit nicht halt. Moderne Smart-Home-Systeme bieten heute eine neue Art des Schutzes, indem sie Alarmanlagen mit anderen Geräten und Sensoren vernetzen.

Doch welche Vorteile bieten smarte Alarmanlagen und was gilt es zu beachten?

VORTEILE VON SMART-HOME-ALARMANLAGEN

Fernzugriff: Eine smarte Alarmanlage ermöglicht die Überwachung und Steuerung des Sicherheitssystems von überall. Mit einer App auf dem Smartphone können die Nutzer*innen Alarme empfangen, Kameras einsehen und das System aktivieren oder deaktivieren.

Vernetzung: Im Smart Home arbeiten Geräte wie Bewegungsmelder, Überwachungskameras und Sirenen zusammen. Bei einem Einbruch wird nicht nur der Alarm ausgelöst, sondern auch Licht eingeschaltet oder Fenster geschlossen – alles automatisiert.

Benachrichtigungen in Echtzeit: Im Falle eines Alarms erhalten die Hausbesitzer*innen

sofort eine Nachricht, oft mit der Möglichkeit, automatisch Sicherheitsdienste zu informieren.

Bei der Integration von Smart-Home-Technologie in die Haussicherheit gibt es jedoch auch Punkte, die bedacht werden müssen.

HERAUSFORDERUNGEN & RISIKEN

Datenschutz und Hackerangriffe: Die Sicherheit von Smart-Home-Systemen hängt stark von der Verschlüsselung der Daten ab. Hackerangriffe und Datenschutzverletzungen sind reale Bedrohungen, denen sich Hausbesitzer*innen bewusst sein sollten. Regelmäßige Updates und starke Passwörter sind daher ein Muss.

Kosten: Eine vollständig integrierte Smart-Home-Sicherheitslösung kann in der Anschaffung teurer sein als eine herkömmliche Alarmanlage. Doch langfristig können die Systeme durch ihre Langlebigkeit und den hohen Automatisie-

rungsgrad auch Einsparungen bringen – etwa durch die effizientere Steuerung der Energieversorgung oder den Schutz vor Einbrüchen.

Technische Komplexität: Die Einrichtung eines Smart-Home-Systems kann komplex sein, insbesondere wenn viele verschiedene Geräte miteinander vernetzt werden sollen. Hier ist es ratsam, auf die Hilfe eines Fachmanns zu setzen.

FAZIT

Smart-Home-Technologien und moderne Alarmanlagen bieten ein enormes Potenzial für den Schutz von Wohnhäusern und Wohnungen. Sie ermöglichen eine neue Art der Kontrolle und Sicherheit, die weit über herkömmliche Alarmanlagen hinausgeht. Trotz der Vorteile gilt es, auch die Herausforderungen – in den Bereichen Datenschutz und technische Komplexität – im Blick zu behalten. Wer diese Aspekte beachtet, kann sein Zuhause so sicher machen wie nie zuvor.

Ein Beispiel für naturnahe und nachhaltige Einrichtung zeigt die Firma Wood & Nails.

Messe DOMIZIL – Fachmesse für Ferienvermietung

Wohnen im Urlaub SO GEHT DAS!

Die Fachmesse für Ferienvermietung, DOMIZIL Husum, zeigt vom 8. bis zum 10. November, wie Ferienwohnungen und -häuser zum unwiderstehlichen Magneten für Gäste werden.

Die neue Projektleiterin der DOMIZIL, Melina Mannebach-Nogueira, nimmt in der fünften Ausgabe der Husumer Fachmesse für Ferienvermietung auch zukünftige Wohntrends ins Visier.

DOMIZIL HUSUM – FACHMESSE FÜR FERIENVERMIETUNG

Wie die Einrichtung und die dabei zum Einsatz kommenden Materialien ein Urlaubsdomizil aufwerten, wird den Besucher*innen der DOMIZIL Husum mit vielen praktischen Ideen auf der Ausstellungsfläche gezeigt. So wird es neben der ansprechend ausgestatteten Muster-Ferienwohnung auch wieder frische Ideen von Innenaussteller*innen und Home Stagern geben, die Räumlichkeiten in Szene setzen. Ein besonderes Highlight ist die erstmals für die Ferienhaus-Messe entworfene DOMIZIL Trendschau,



konzipiert von Anja Bisgaard Gaede. Die Designerin und Trendsetterin der dänischen Agentur SPOTT greift das Thema Nachhaltigkeit im Sinne von „Sustainable Living“ auf. Ungewöhnliche Materialien sowie neue Wohn- und Farbkonzepte werden auf einer Sonderfläche zur zukunftsweisenden Wohntrend-Schau.

AUCH TINY HOUSES

Etwa 120 Ausstellende sowie rund 2.500 Besucher*innen werden vom 8. bis zum 10. November in den Räumen der Messe Husum & Congress erwartet. Hier treffen sie auf Ferienhaus-Agenturen, Bauexpert*innen, Einrichter*innen und Planer*innen sowie auf Profis für Tiny Houses und für digitale Lösungen. Infos und Tickets unter domizil-husum.de.

ADVERTORIAL

ZUTRITT VERWEHRT

Wenn die Tage kürzer werden, haben Einbrecher Hochkonjunktur. Im Vergleich zum Vorjahr sind die Einbruchszahlen sogar noch um 21,5 % gestiegen. Beachtlich jedoch: In rund 47 % der Fälle scheiterten die Täter schon beim Einbruchversuch, was nach Ansicht der Experten auf den vermehrten Einsatz von Sicherheitstechnik zurückzuführen ist. Die Firma Gosch & Schlüter in Kiel berät ausführlich zur Sicherheitstechnik wie etwa zu Alarmanlagen, die mittels Tür- und Fensterkontakten sowie Bewegungsmeldern einen Rund-um-Schutz gewährleisten, und dank Blitz-Sirenen ist auch die Nachbarschaft schnell alarmiert. Die

Anlage bietet die Möglichkeit, sich selbst und andere Personen per Telefon oder Internet über den Einbruchversuch informieren zu lassen. Auch die Weitergabe an einen professionellen Wachdienst ist möglich. Wichtiger Tipp: Die Investitionsbank Schleswig-Holstein fördert zur Zeit die Maßnahmen zur Sicherung gegen Einbruch mit bis zu 1.550 Euro. „Wir unterstützen Sie beim Antrag und allen Formalitäten. Lassen Sie sich beraten“, sagen die Fachleute von Gosch & Schlüter. Mehr unter www.goschundschlueter.de

www.goschundschlueter.de



gosch & schlüter

**Für ein gutes Bauchgefühl.
EGAL WO SIE SIND.**

Sicherheit für Ihr Zuhause:

- SCHLIEßANLAGEN
- VIDEOTECHNIK
- ALARMANLAGEN
- BRANDMELDER

☎ 0431 64 92 20 | ✉ ALARM@GUS-KIEL.DE | 🌐 GUS-KIEL.DE

Wechseln und profitieren –
mehr Service weniger Kosten.
Nord Stadtwerke.

Rabatt für die Jahresrechnung sichern

25€ oder 50€

Rabattcode: **LEBENSART**

(25 € bei einem Strom- und 50 € bei einem Gasvertrag)

www.nord-stadtwerke.de



- ☑ transparente Preise
- ☑ kundenorientierter Service
- ☑ faire & flexible Vertragsbedingungen

 **NORDSTADTWERKE**
DAS ÖKO-STADTWERK

0 800 - 1 444 555

service@nord-stadtwerke.de

HAUS, HOF & GARTEN

Nach dem Unterzeichnen des Kaufvertrags: Helge Werlein (Solvit GmbH),

Thomas Gaude (Nord Stadtwerke) und Karsten Paulsen (Solvit GmbH)

(v.l.) mit Verkäufer Bernd Reichelt (Stadtwerke Rendsburg, 2.v.l.)



Nord Stadtwerke starten neu durch

STROM VON HIER FÜR HIER

*Mit neuem Logo, frischer Homepage und Rabatten
präsentieren sich die Nord Stadtwerke mit neuen Inhalten.*

Nachdem die Stadtwerke Rendsburg im Zuge der Energiekrise ihre Beteiligung an den Nord Stadtwerken abstoßen wollten, sah es zunächst düster aus für den kleinen Ökostromanbieter aus dem Norden. Doch eine Einigung zwischen dem langjährigen Geschäftsführer der Nord Stadtwerke, Thomas Gaude, und dem neuen Geschäftsführer der Stadtwerke Rendsburg, Bernd Reichelt, brachte die Wende. Mit der Übernahme durch die Eigentümer der Abrechnungsgesellschaft, Helge Werlein und Karsten Paulsen, fand das Unternehmen neue Investoren.

SEIT ANFANG 2024 NEU AUSGERICHTET

Seit Anfang 2024 ist das Unternehmen nun neu ausgerichtet. Besonders erfreulich: Seit Mai profitieren die Kund*innen von deutlich niedrigeren Strompreisen. Der Grund dafür liegt in der aktuellen Entwicklung auf dem Strommarkt. „Wir konnten uns durch die geänderten Bedingungen auf dem Markt für deutschen Ökostrom neu positionieren und bieten nun unseren Strom regional an“, erklärt Thomas Gaude. „Strom von hier für hier“ lautet die Devise. Dabei wurde der Preisrückgang geschickt genutzt. Diesen Vorteil gibt das Unternehmen an seine Kund*innen weiter, was sich besonders im Bereich Gas bemerkbar machte.

RABATT-AKTIONEN FÜR NEUKUND*INNEN

Der Geschäftsführer und Miteigentümer betont, dass die Nord Stadtwerke trotz der niedrigeren Preise auch weiterhin Gewinne erzielen wollen. Aber: „Unser Ziel ist es, diese Gewinne in den Ausbau unseres Angebots zu investieren“, so Gaude. Auch wenn die Energiewirtschaft herausfordernd bleibt, blickt das Team optimistisch in die Zukunft. „Viele kennen uns noch nicht, obwohl wir regionalen, sauberen Strom zu attraktiven Konditionen anbieten. Das wollen wir ändern“, lädt Gaude Interessierte ein, sich über die Rabatt-Aktionen zu informieren.

50 lebensart



Angenehme Wärme schnell, sparsam und gezielt: Dafür sorgt die elektrische Boden- und Wandheizung Schlüter-DITRA-HEATE.

HEUTE SCHON KOMFORT VON MORGEN GENIEßEN

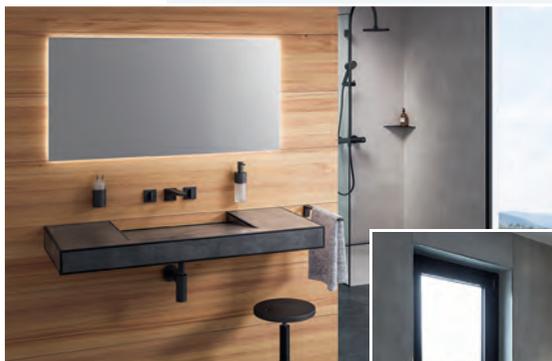
Ein modernes Generationenbad muss vielen Ansprüchen genügen.

Schwungvoller Start in den Tag, Ladestation für neue Energie am Abend, Oase der Entspannung – ein Bad hat viele Aufgaben zu erfüllen. Der Wunsch nach zeitgemäßer Ästhetik ist dabei ebenso groß wie der nach Komfort und Barrierefreiheit.

ABGESTIMMTE SYSTEMLÖSUNGEN

Intelligente, clever aufeinander abgestimmte Systemlösungen leisten beides: Mit Schlüter-KERDI-BOARD lassen sich individuell befliesbare Waschtische anfertigen – auch freischwebend. Zudem ermöglicht es den einfachen Einbau von Nischen und Sitzbänken. Kombiniert mit dem bodengleichen, variabel anpassbaren Duschesystem KERDI-LINE-VARIO, der elektrischen Flächenheizung DITRA-HEATE für Boden und Wände und dem Lichtprofilssystem LIPROTEC entstehen Bäder, in denen sich Jung und Alt wohlfühlen.

Weitere Informationen unter www.schluter.de. (epf)



Mit dem cleveren Komplettsset Schlüter-KERDI-BOARD lassen sich Waschtische individuell gestalten – bei Bedarf auch unterfahrbar.



Die vielseitigen LED-Module der LIPROTEC-Produktlinie ermöglichen ein kreatives Zusammenspiel von Licht und Keramik.

Fotos: epf/Schlüter-Systems

Wir geben keine 60 %, wir geben alles !

Kostenlose 3D Küchenplanung ! Made in Germany

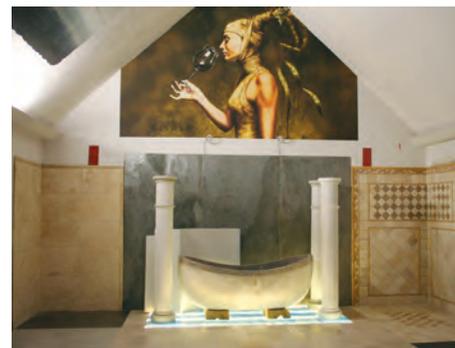
Kostenloses Angebot !

Küchenideen - zeitlos und trendbewusst ! Made in Germany

Besuchen Sie unsere große **Küchenausstellung**

Küchenzentrum
Rendsburg

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



FLIESEN VIELFALT

KeraMiede
Fliesen | Naturstein | fugenlose Bäder

Preetzer Chaussee 59
24222 Schwentinental
(0431) 97 99 003
www.keramiede.de

UNVERWECHSELBAR SEIN.

Individualität zu leben - nicht nur mit unserer Persönlichkeit, sondern auch mit den Dingen, mit denen wir uns täglich umgeben.

Wenn es etwas mehr sein darf - Modell RORO von Firma Brühl -

Verwandlungssofa mit flexiblen Rückenlehnen & drehbaren Sitzen - für den ultimativen Sitz-comfort.

Drei verschiedene Polsterungen möglich. Als Einzelsofa oder Eckgruppe erhältlich.

10%*
Aktionsrabatt

HMC
AKTIONS-
TAGE

bis 02.11.2024



»ESSTISCH« 180 x 90cm, fest ab € 1.572,- / ausziehbar ab € 2.798,-
»DREHSTUHL« gr. Stoffauswahl, ab € 519,-



»KOMMODE« Echtholz furnier od. Lack, ab € 1.339,-



»KISSENAUSWAHL« ab € 39,90



»SCHLAFSOFA« B 155cm, ab € 1.741,-

*ausgenommen reduzierte, Aktions- und markengeschützte Ware (Fa. Brühl, Ligne Roset)

HMC Möbel Company GmbH
Ostseepark Schwentental
Dieselstraße 3 · 24223 Schwentental
Tel.: 04307 839363
www.moebel-company.de





ZEIT ZUM WOHLFÜHLEN WILLKOMMEN IM BESONDEREN ZUHAUSE

Bei BROOCKS Wohnen & Garten gibt es sie: Ganz besondere Möbel, die aus jedem Zuhause eine ganz persönliche Wohnfühloase machen.

Seit nunmehr 43 Jahren ist das traditionsreiche Möbelhaus im Norden Deutschlands die erste Adresse für alle, die hochwertige Einrichtung zu schätzen wissen. Und das hat seinen Grund: Denn mit großer Sorgfalt und jeder Menge Erfahrung trägt das Team um Inhaber Carsten Broocks hier erstklassige Möbel und Wohnaccessoires zusammen, die in Punkto Qualität, Funktionalität und Design ihresgleichen suchen.

MANUFAKTUR-QUALITÄT

Schon beim Betreten des großen, lichtdurchfluteten Showrooms ist klar: Hier bekommt man sie noch, die wirklich guten Dinge des Lebens

– und Möbel, die man mit allen Sinnen erleben will. Herrlich duftende, edle Materialien und einmalige Handwerkskunst in wunderbarer Haptik. Design, an dem sich die Augen kaum sattsehen können – und tatsächlich wirklich leckeren Kaffee! Den bieten die Einrichtungsexperten von BROOCKS nämlich zu jedem Beratungsgespräch an.

BERATUNG ALS KERNKOMPETENZ

Ein gutes Stichwort, denn eine umfassende, kompetente und vor allem ehrliche Beratung ist ein weiteres Steckenpferd des Hauses. Hier wird mit großer Leidenschaft über Einrichtung geredet – aber niemand wird zu irgendetwas



überredet. Im Gegenteil: Die Atmosphäre ist immer entspannt und freundschaftlich; man hört zu, denkt mit, findet Lösungen und kümmert sich auch noch lange nach der Auslieferung und dem Aufbau der Möbel darum, dass auch beim Thema Service alles zum eigenen hohen Anspruch passt.

VON MONTAG BIS SAMSTAG

Übrigens: Von Montag bis Freitag ist das Team von 10 bis 18.30 Uhr für die Kund*innen da, am Samstag von 10 bis 17 Uhr. Weitere Informationen und Angebote gibt es auf der Website oder telefonisch unter 04346 / 74 35.

BROOCKS Wohnen & Garten, Gettorf
www.broocks-moebel.de



DAS PARADIES IM EIGENEN GARTEN

Ob zum Entspannen, Arbeiten oder um seinem Hobby nachzugehen – der Garten ist für viele das kleine Paradies, der kuschelige Rückzugsort. Highlight jeder grünen Oase ist natürlich ein **Schäferwagen** der gleichnamigen **Manufaktur aus Oersberg** in Angeln. Die Wagen punkten mit nostalgischer Form und moderner Ausstattung, sind ganzjährig nutzbar und sehr beliebt als Garten-Cottage, Badekarre, Saunawagen, Atelier oder Gästezimmer im Freien. Hier lässt sich die heimische Oase in vollen Zügen genießen. Weitere Informationen unter Tel.: 04642 / 965 80 80 oder www.schaeferwagen-manufaktur.de.

Ein Raum für Deine Phantasie!



Schäferwagen • Badewagen • Saunawagen

Tel. 0 46 42 / 96 580 80

www.schaeferwagen-manufaktur.de

HERBSTZEIT IST PFLANZZEIT



Im Herbst beginnt nicht nur die Ernte vieler bei uns angebaute Obstsorten, sondern auch die Pflanzzeit. Auch wenn heute dank der Containerkultur (im Topf herangezogene Pflanzen) ein Verpflanzen das ganze Jahr über möglich ist, so ist und bleibt der Herbst die beste Pflanzzeit für winterharte Gartenpflanzen. Durch die höhere Bodenfeuchtigkeit gibt es einen optimalen Kontakt der Wurzeln mit der Erde. Hohlräume werden dadurch auch geschlossen, dies verringert die Vertrocknungsgefahr im folgenden Frühjahr stark. Wer über das Anlegen eines neuen Beets oder einer neuen Hecke nachdenkt, ist jetzt genau richtig. Ab Mitte

Oktober bietet die **GartenBaumschule Dittmann** junge Ziersträucher, Obstgehölze, Heckenpflanzen und Wildgehölze als wurzelnackte Pflanzen (ohne Erd- bzw. Topfballen) an. Weitere Informationen unter www.garten-dittmann.de.



Garten-
Dittmann
Baumschule

Herbstzeit ist Pflanzzeit!



Haus-Bäume, Obstgehölze, Rosen, Ziergehölze, Stauden, Gräser, Hecken, Blumenzwiebeln, Erden, Deko...

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

... alles, was ein Garten braucht!



ÖKOSTROM AUS NORWEGEN

WECHSELN LOHNT SICH

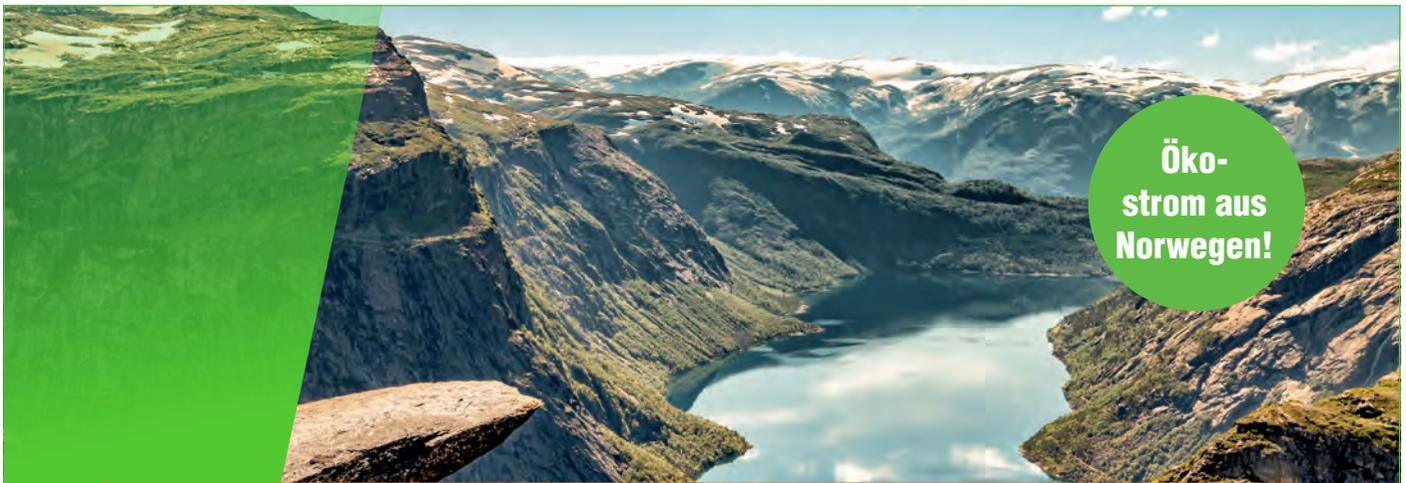
Bei teamstrom können Sie mit Ihrem Stromtarif künftig viel Geld sparen und gleichzeitig etwas Gutes tun.

Viele Stromkund*innen befinden sich mit ihren Tarifen noch in der Grundversorgung. Der Wechsel zu einem Ökostromanbieter kann sowohl bei Privat- als auch Gewerbekunden für Kosteneinsparungen sorgen und schont gleichzeitig mit nachhaltig erzeugtem Strom die Umwelt. Als echter Ökostromanbieter ist **teamstrom** Ihr

Partner – transparent, zuverlässig, mit attraktiven Ökostrom-Preisen und mehrfach ausgezeichnetem Service. Der Strom aus Norwegen ist zu 100 Prozent ökologisch produziert und in den Tarifen günstiger als die Grundversorgung. In Flensburg könnten Sie so beispielsweise mit teamstrom bei einem Stromverbrauch von 3000 kWh im Jahr bis

zu 200 Euro sparen, in Schleswig sogar bis zu 400 Euro. Informieren Sie sich jetzt über den regenerativen Strom und entdecken Sie die verschiedenen Stromtarife – diese lohnen sich sowohl für Privat- als auch für Gewerbekunden. Mehr Infos und einen Überblick über die Tarife finden Sie unter www.teamstrom.de.

Fotos: teamstrom (2)



Öko-
strom aus
Norwegen!

RAUS AUS DER TEUREN GRUNDVERSORGUNG

**JETZT BIS ZU 400 €
PRO JAHR* SPAREN!**

* Im Netzgebiet Schleswig. Basis der Rechnung: 3000 kWh/Jahr.

teamstrom.de

team energie GmbH & Co. KG
Marie-Curie-Ring 2 | 24941 Flensburg | team.de



ERLEBNISTAGE IM HERBST

Auch in diesem Herbst lädt das Team von bo-design in Schwentidental zu den beliebten Erlebnistagen ein. Sie finden vom 5. Oktober bis zum 9. November statt.

In dieser Zeit können Besucher die natürliche Ausstrahlung der hochwertigen Wohnideen von bo-design hautnah erleben. Unter dem Motto „Design trifft Natur“ verbindet bo-design die zeitlose Schönheit natürlicher Materialien mit den neuesten internationalen Wohntrends. Die Kunden erwartet ein exklusives Sortiment, das stilvolle, nachhaltige Möbel in den Fokus rückt.

BESUCH VON FIRMA ROLF BENZ

Am 12. Oktober erwartet bo-design mit dem Besuch von Sebastian Schmidt von freistil ROLF BENZ einen Höhepunkt. Er wird über die neuesten Trends im Bereich Sitzmöbel informieren. Besonders erfreulich: Die Kunden dürfen sich

während der gesamten Erlebnistage auf Rabatte freuen. „Sichern Sie sich Bestseller zu unschlagbaren Preisen“, lädt das Team von bo-design ein. Ausgenommen sind lediglich Küchen und Innenausbau.

VERKAUFSOFFENER SONNTAG

Ein weiteres Highlight ist der verkaufsoffene Sonntag am 27. Oktober, an dem die Türen von 12 bis 17 Uhr geöffnet sind. Hier können

Besucher sich in aller Ruhe von der Qualität des Angebots überzeugen. Und für alle, die nach dem perfekten Schlafkomfort suchen, bietet bo-design mit dem Hüsler Nest Schlafsystem eine Lösung an, die aus natürlichen Materialien gefertigt ist und für unvergleichlichen Komfort sorgt. Bis zum 9. November gibt es hier attraktive Angebote.

www.bodesignmoebel.de



Die zeitlosen Designs von freistil stammen von ROLF BENZ. Am 12. Oktober ist Fachberater Sebastian Schmidt vor Ort!

Foto: bo-design

bo-design Erlebnistage
vom 5. Oktober bis 9. November 2024

10 % auf Neubestellungen
(ausgenommen Küchen & Innenausbau)

TEAM 7



magnum Auszugstisch, 200 x 100 + 100 cm, Holzart Nussbaum, Glas weiß glänzend | magnum Freischwinger, Stricktex schwarz, Fußgestell verchromt glänzend

magnum

Der Vater aller Auszugstische: Der **magnum** Tisch. Seine patentierte 2soft Ausschwenktechnik sorgt für eine gedämpfte Bewegung beim Öffnen und Schließen der integrierten Einlegeplatten.

Der **magnum** Tisch ist erhältlich in Erle, Buche, Kernbuche, Eiche, Eiche Wild, Kirschbaum, Nussbaum, Nussbaum Wild und Ahorn. Wahlweise mit Farbglass oder Keramik Tischplatte.

Dieselstraße |
24223 Schwentidental / Kiel
Ostseepark Schwentidental
04307 - 82 53 63
www.bodesignmoebel.de

Kiels spezialisiertester Einrichter
für hochwertige Massivholzmöbel
und mehr...

bo-design
NATÜRLICHE WOHNKONZEPTE GMBH



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

HAUS, HOFF & GARTEN



DER GARTEN IM OKTOBER

Der Garten gibt noch einmal alles und lädt mit buntem Laub, wogenden Gräsern, Obst und blühenden Herbststauden zum Verweilen ein. Jetzt ist Pflanzzeit für Blumenzwiebeln, damit Sie sich im nächsten Jahr etwa an Zierlauch, Tulpen und Krokussen erfreuen können. Der Rasen sollte nun vom Laub befreit werden und bei Sträuchern und Bäumen stehen Schnittarbeiten auf dem Plan. Jetzt ist die perfekte Zeit, um in die Gartenplanung einzusteigen: Das Team von **Dirk Christian Schröder** unterstützt Sie gerne bei der Umsetzung Ihres persönlichen Traumgartens. Wenn Sie es wünschen, übernehmen die Expert*innen auch die Pflege – regelmäßig oder nach Absprache. Weitere Infos unter www.schroeder-gartengestaltung.de oder auf Instagram: @schroedergartengestaltung.



FÖRDESOLAR
SOLARANLAGEN | INFRAROTHEIZUNGEN

Ihr Partner für Solaranlagen und
Infrarotheizungen aus Flensburg.

Starten Sie jetzt mit uns
Ihre nachhaltige Zukunft!

Einfach unverbindlich beraten lassen.



Lust auf eine regionale
Energiegemeinschaft?
Hier informieren!

Fon: 0461-315 44 888 | Mail: kontakt@foerde-solar.de | www.foerde-solar.de

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

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



ERGONOMISCHE GARTENSCHERE

Die ergonomische Gartenschere von Opinel bietet viele effiziente Eigenschaften: Echt Opinel ist das Material des angenehm anzufassenden oberen Griffs aus lackiertem Buchenholz, der sich mit seiner runden Form jeder Hand anpasst. Der untere Griff mit Polyamidbeschichtung hat eine Rutschsicherung. Robuste Edelstahlklingen ermöglichen einen präzisen Schnitt und die optimale Klingensform macht dank Hebelwirkung beim Schneiden nur einen geringen Kraftaufwand erforderlich. Für Sicherheit sorgt ein Fingerschutz am Obergriff aus Polyamid. Und mit einer speziellen Verriegelung in drei Positionen kann die Schere auf eine breite oder enge Öffnung eingestellt werden – je nach Durchmesser der Äste oder der Größe der Hand. www.opinel.com



**BAUEN-
WOHNEN-LIFESTYLE**
STAND NR. 58
25. - 27.10.2024
Info- & Verkaufsmesse in der
Wunderino Arena in Kiel.
(FR 12 - 17 Uhr, SA & SO
11 - 17 Uhr).

**7 JAHRE
GARANTIE***
Nur bei Ihrem
weinor Top-Partner
weinor

*Das Draußensein auf der Terrasse viele Tage länger im Jahr genießen.
Das Glas-Terrassendach TERRAZZA PURE macht's möglich!*

Ausgestattet mit einem Glas-Terrassendach wird der Übergang zwischen Haus und Garten fließend. Die Terrasse verwandelt sich zum erweiterten Wohnraum. Gut geschützt können Sie in Ruhe eine Tasse Kaffee am frühen Morgen genießen, eine Verschnaufpause am Mittag einlegen und gesellige Stunden mit Familie und Freunden am Abend verbringen. Und: Mit einem Glas-Terrassendach beginnt die Freiluft-Saison früher im Jahr und dauert bis weit in den Herbst hinein.

Wir empfehlen das Glas-Terrassendach TERRAZZA PURE. Das konsequent geradlinige Design harmoniert sowohl mit klassischer als auch moderner Architektur. Das Dach kommt ohne die sonst übliche Neigung aus. Das notwendige Gefälle für den Regenablauf ist im Dachsystem integriert. Die Überdachung kann sofort – oder zu einem späteren Zeitpunkt – mit festen oder verschiebbaren Ganzglas-Elementen ausgestattet werden. So entsteht ein Kalt-Wintergarten, auch Glasoase® genannt.

Lichterwochen: 25 % Sonderrabatt
Sichern Sie sich jetzt mehr Komfort mit sattem Rabatt! Für kurze Zeit gibt's **25 % Preisvorteil** auf RGB-Lichtleisten/Stripes, Lichtleiste LED, Lichtleiste LED-Design, Lichtleiste LED 3Spot und Bi-Connect/Somfy Lichtempfänger (ohne Handsender) beim Kauf eines **Lamellendach** Artares und **Glas-Terrassendach** Terrazza Pure, Terrazza Originale und Terrazza Sempra!

Komfortplus für Ihr gläsernes Wohnzimmer in der Natur
Selbst im Winter lädt Ihr Wohnzimmer aus Glas an einem sonnigen Tag zum Verweilen ein. Für zusätzliche Wärme sorgen moderne Infrarot-Heizstrahler. Energieeffiziente LED-Beleuchtungssysteme tauchen Ihre Terrasse wahlweise in warm-weißes oder farbiges Licht. Optionale Senkrecht-Markisen schaffen ein behagliches Ambiente. Bei OPTIMAL Bautechnik erhalten Sie alles aus einer Hand – perfekt aufeinander abgestimmt.



Jetzt das Glas-Terrassendach TERRAZZA PURE „live“ erleben – in unserer Muster-Ausstellung in Schwentental!

Optimal Bautechnik GmbH
Preetzer Chaussee 57
24222 Schwentental
Telefon: 0431 - 137 76
Telefax: 0431 - 140 67
E-Mail: kiel@optimal-bautechnik.de
www.optimal-bautechnik.de



Fotos: weinor(2)

DER OKTOBER IST PINK!

*Seit vielen Jahren leuchtet die Welt
im Oktober in Rosa – es ist Pinktober!*



Der Monat Oktober steht ganz im Zeichen der Sensibilisierung für Brustkrebs, eine Krankheit, die leider viele trifft. Wussten Sie, dass etwa eine von acht Frauen im Laufe ihres Lebens an Brustkrebs erkrankt? Allein in Deutschland gibt es jährlich über 70.000 neue Fälle, und auch Männer sind betroffen, wenn auch nur etwa ein Prozent der Erkrankten.

Pinktober wurde ins Leben gerufen, um das Bewusstsein für Brustkrebs zu stärken und Frauen zu ermutigen, regelmäßig zur Vorsorge zu gehen. Viele Menschen – von Prominenten über Unternehmen bis hin zu ganz normalen Bürger*innen – sammeln in diesem Monat Spenden für die Brustkrebsforschung und unterstützen Betroffene. Ob durch rosa beleuchtete Gebäude, Benefizläufe oder einfach nur durch das Tragen einer pinken Schleife – jede Aktion zählt.

FRÜHERKENNUNG IST DAS A UND O

Ein wichtiger Aspekt von Pinktober ist es, Frauen zu ermutigen, regelmäßig zur Mammografie zu gehen und ihre Brust selbst abzutasten. Früherkennung kann Leben retten, und deshalb ist es so wichtig, das Thema immer wieder ins Bewusstsein zu rücken.

OCEANWELL HILFT HELFEN

Auch Kieler Unternehmen wie der Heikendorfer Obst- und Gemüsemarkt und das Hotel Birke GmbH & Co. KG unterstützen diese Aktion, ebenso die oceanBASIS GmbH. Seit 2001 setzt das Unternehmen auf Wirkstoffe aus dem Meer für Gesundheit und Schönheit. Mit der Naturkosmetik-Marke Oceanwell und der Marke Meeresgarten für gesunde Ernährung verbindet oceanBASIS Nachhaltigkeit mit Qualität. Im Oktober sammelt das Unternehmen über den Onlineshop Spenden für die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e. V. Mit dem Geld soll ein Brustastmodell zur Verfügung gestellt werden, welches die Selbsthilfegruppe Brustkrebs für die Aufklärungsarbeit nutzen will. Zusätzlich soll die Organisation eines Kochkurses unterstützt werden. Die Kurse helfen Betroffenen, die Ernährung während einer Krebstherapie zu optimieren, und bieten Raum, sich untereinander auszutauschen. 10 Prozent des Erlöses jedes verkauften Bestsellers fließen in die Pinktober-Spende. Mehr unter www.oceanwell.de.



Pinktober soll das
Bewusstsein für
Brustkrebs stärken.

Innere Stärke finden

GEMEINSAM MIT IHREM HUND

In der Workshop-Serie „Dein Hund und du – Leichtigkeit beginnt bei dir“ zeigen Dr. Maren Grütters und Berti Jungs Ihnen, wie Sie gemeinsam mit Ihrem Hund mehr Gelassenheit im Alltag finden.

Viele Hundebesitzer*innen haben bereits bemerkt, dass ihr Hund auf ihre Stimmungen reagiert. Häufig spiegelt das Tier unbewusste Ängste oder Verhaltensmuster wider, die tief in der Besitzer*in verwurzelt sind und die Beziehung belasten können. Wie wäre es, wenn Sie nicht nur sich selbst, sondern auch Ihrem Hund mehr Leichtigkeit und Gelassenheit schenken könnten? Genau das ist das Ziel der dreiteiligen Workshop-Serie „Dein Hund und du – Leichtigkeit beginnt bei dir“, die Dr. Maren Grütters (Mindset- und Hypnose-Coach von me time mind solutions®) und Berti Jungs (Hundetrainerin, Tierpsychologin und Inhaberin der Hundeschule Lila Hund in Schönberg) im Oktober im Online-Format via Zoom anbieten. Die beiden Expertinnen zeigen Ihnen, wie gelernte Muster durch die eigene Persönlichkeitsentwicklung und gezielte Übungen aufgelöst werden können. Los geht's am 14. Oktober mit einem kostenlosen Schnupperworkshop. In den folgenden zwei Terminen wird tiefer in die Materie eingetaucht. Mehr Infos unter www.metime.coach.

Foto: MERLIN IMAGES (1)

me time, Wildgarten 1, Heikendorf, Tel: 0175 / 168 60 81, mail@metime.coach



Dein Hund und du

LEICHTIGKEIT BEGINNT BEI DIR!

Ein Workshop in 3 Teilen:

14.10.2024 um 18:30 Uhr (online mit Berti & Maren)

Kostenloser Einführungsworkshop:

Leichter Leben mit deinem Hund.

28.10.2024 um 18:30 Uhr (online mit Berti)

Hunde psychologie für den 4 Beiner - Nimm die Beziehung zu deinem Hund bewusster wahr und nutze ihn als Spiegel für deine eigenen Themen.

04.11.2024 um 18:30 Uhr (online mit Maren)

Neurobiologie der Beziehung zwischen Mensch und Hund -

Lerne deine unbewussten Muster kennen und löse sie nachhaltig auf.



Wir freuen uns auf dich!

Anmeldung unter: <https://metime.coach/events/>



Hier kannst du dich anmelden:





Ihr ambulanter Pflegedienst
 Krankenflegeteam Kiel GmbH
 Ringstraße 19-21 · 24114 Kiel
 www.kpt-kiel.de
 Telefon (04 31) 260 40 60

Herzforschung rettet Leben!

Ihre Spende hilft im Kampf gegen Herzkrankheiten.

Helfen Sie mit www.herzstiftung.de/spenden



Ich ruf' da jetzt mal an.

In Zeiten, in denen man über die wirklich wichtigen Dinge nachdenkt: Wir informieren Sie gerne über das Leben in unserer Augustinum Seniorenresidenz. **Augustinum – Sie entscheiden.**

i Tel. 04542 81-2105
 Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Augustinum Mölln
 Sterleyer Straße 44
 23879 Mölln
 Tel. 04542 81-2105
 www.augustinum.de

Augustinum Φ
 Seniorenresidenzen

FIT & GESUND

ADVERTORIAL



EINE REISE ZUR Selbstannahme und Selbstliebe

In einer Welt, die uns oft glauben lässt, dass wir nicht genügen, ist es eine der größten Entdeckungen im Leben, die Liebe zu sich selbst zu finden. Spiritual Life Coach, Ernährungs- und Pilatestrainerin Alexandra Dechant hilft Frauen dabei, sich neu zu entdecken.

„Ich erinnere mich noch gut an die Zeit, als ich mich selbst verloren hatte. Fünfzehn Jahre lang kämpfte ich mit einer Essstörung und spürte den ständigen Druck, von außen Bestätigung zu erhalten“, erzählt **Alexandra Dechant**. „Doch inmitten dieser inneren Unruhe fand ich schließlich meinen Wendepunkt: Das größte Geschenk, das ich mir selbst machen konnte, war, die Reise zu mir selbst zu beginnen.“

Selbstliebe bedeutet nicht nur, die eigenen positiven Eigenschaften zu schätzen, sondern auch die eigenen Schwächen zu akzeptieren. Bedingungslose Liebe ist das Licht, das in jedem von uns brennt. „Mein Wunsch ist es, dass auch Sie sich auf Ihre Herzensreise begeben und Ihre Einzigartigkeit entdecken“, sagt Alexandra Dechant. In ihrem Retreat „Erwecke die Königin in dir“ an der wunderschönen Ostseeküste in Dänemark oder im 1:1 Time to Shine Coaching unterstützt sie Frauen dabei, mehr Selbstliebe, Lebensfreude und Leichtigkeit ins Leben zu bringen. Mehr Infos unter www.alexandradechant.de oder über info@alexandradechant.de.

Alexandra Dechant Lifecoaching
info@alexandradechant.de, www.alexandradechant.de



TOLLER EINSATZ FÜR KINDER IN PAKISTAN

Seit 2014 engagiert sich Hörakustikmeister Michael Eggers aus Bordschholm gemeinsam mit einem Team aus Schleswig-Holstein in Pakistan.

Zum zwölften Mal reiste er – begleitet von einer Flensburger Hörakustikmeisterin, einem Hörgeschädigten-Pädagogen aus Schleswig und einem HNO-Arzt in die Region, um Kindern mit Hörproblemen zu helfen. Diesmal ging es nach Skardu. Der Ort liegt auf etwa 2500 Metern Höhe in der Provinz Gilgit-Baltistan, einer abgelegenen Region mit rund zwei Millionen Einwohner*innen. Bis vor Kurzem gab es dort keine Möglichkeit, das Gehör untersuchen zu lassen oder Hörgeräte zu erhalten. Die Menschen mussten gefährliche und langwierige Reisen über die Berge auf sich nehmen, um entsprechende Behandlungen in der Hauptstadt Islamabad zu bekommen.

HÖRTESTKABINE UND WERKSTATT

Dank Sach- und Geldspenden aus Deutschland sowie Fördermitteln der deutschen Botschaft in Islamabad konnte 2023 in Skardu eine schalldichte Hörtestkabine sowie ein Bereich für HNO-Heilkunde eingerichtet werden.

Im Juni dieses Jahres wurde zusätzlich eine Werkstatt für die Reparatur und Wartung von Hörgeräten eröffnet. Das Team schulte das Personal der örtlichen Schule in der Durchführung von Hörtests sowie der Anpassung und Wartung von Hörgeräten.

VOLLE UNTERSTÜTZUNG

Das Engagement soll auch in Zukunft fortgeführt werden. Geplant sind weitere Besuche, um

die Schule in Skardu und eine Klinik im Punjab materiell und durch Fortbildungen zu unterstützen und so die Nachhaltigkeit der Hörgeräteversorgung sicherzustellen.

Mehr über die 2023 mit dem Bundesverdienstkreuz am Bande ausgezeichneten Arbeit in Pakistan sowie über andere Projekte des Vereins auf www.pakistan-hilfe.org oder im Fachgeschäft für Hörakustik von Michael Eggers in Bordschholm.



HNO-Arzt Dr. Henning Rasche,
Vereinsvorsitzender Hans Joachim Gerber,
Pädagoge Johann Bürgstein und
Michael Eggers (v.l.) nach der Landung in Skardu.



MIT Gebärden BETEN

*Kerzen brennen beim Gottesdienst in der Kieler Ansgarkirche. Susanne Jordan stimmt ein Lied an. Nichts ist zu hören. Die Besucher*innen singen mit Gebärden.*

Seit einem Jahr ist Diakonin Susanne Jordan die „neue“ Gehörlosen-Seelsorgerin im Ev.-Luth. Kirchenkreis Altholstein, und wer an ihren Gottesdiensten teilnimmt, ist in der Regel taub. Einmal im Monat feiert sie sonntags mit ihrer Gemeinde in der Kirche an der Holtenauer Straße 89 in Kiel. Natürlich predigt sie auch, wobei das für Susanne Jordan noch nicht selbstverständlich ist, denn die Diakonin ist nicht taub, die Sprache der Gehörlosen hat sie erst zum Dienstantritt gelernt.

ES GEHT DARUM, DASS MAN GUT SIEHT

Zu den ersten Besucher*innen ihrer Gottesdienste in Kiel zählen Andrea Altfelde und ihr Mann Manfred. „Ich bin in der Schule für Gehörlose in Schleswig konfirmiert worden und habe dabei intensiveren Kontakt zum Glauben bekommen“, erklärt sie. Zwischen 15 und 20 gehörlose Menschen nehmen regelmäßig am Gottesdienst in Kiel teil, und alle sitzen wie Eheleute Altfelde in den ersten beiden Reihen. Die Lautsprecheranlage der Ansgarkirche ist nutzlos, es geht schließlich darum, dass man

die Gebärden gut sieht. „Ich mag vor allem die warme Atmosphäre im Gottesdienst und hinterher“, sagt Andrea Altfelde. Und mit „hinterher“ meint sie, dass alle im Anschluss im Gemeindehaus noch beim Kaffee zusammensitzen. „Ich backe gerne einen Kuchen und bringe ihn mit“, zeigt Simone Andresen in der Gebärdensprache. Die Kielerin ist seit Jahren beim Gottesdienst dabei, auch schon beim Vorgänger von Susanne Jordan.

BEERDIGUNGEN UND TRAUUNGEN

Gottesdienst feiert die Gehörlosen-Seelsorgerin Susanne Jordan auch in Neumünster, Rendsburg und Heide: „Ich habe schon eine Beerdigung begleitet und für das nächste Jahr möchte ein gehörloses Paar, dass ich es kirchlich traue.“ Auf den ersten Blick unterscheiden sich ihre Aufgaben nicht von denen einer Seelsorgerin für Hörende. „Es ist spannend, wie wir es immer wieder schaffen, uns zu verständigen.“ Schön sind für die Diakonin die Momente, in denen sie die Rückmeldung bekommt: „Schön, dass du da bist. Du siehst, du hörst mir zu.“

Feiern mit Gebärden Gottesdienst in Kiel: Susanne Jordan (2.v.l.) mit Manfred Altfelde (l.), Andrea Altfelde und Simone Andresen (v.l.). Susanne Jordan predigt auch in Neumünster, Rendsburg und Heide.





**GESUCHT
WERDEN**
Teamkolleg*innen
in der Pflege.
Quereinsteiger*innen
sind willkommen!

Arbeiten im Herzen von Kiel

Mitten im Herzen von Kiel liegt das Seniorenzentrum Kaiser Wilhelm I. Stift, das auf eine lange Geschichte zurückblickt und gleichzeitig moderne Wohn- und Pflegekonzepte anbietet. Das Team sucht Verstärkung!

Im Seniorenzentrum Kaiser Wilhelm I. finden ältere Menschen nicht nur ein sicheres Zuhause, sondern auch eine richtige Gemeinschaft. Das Seniorenzentrum zeichnet sich durch vielfältige Wohnformen aus. Ob stationäre Pflege, ambulante Betreuung oder komfortable Servicewohnungen – jede*r Bewohner*in findet die passende Unterstützung für sein bzw. ihr Leben.

INNOVATIVE WOHNFORMEN IM HERZEN VON KIEL

Ein Highlight des Seniorenzentrums ist das neue Servicehaus in der Körnerstraße, das als modernes Wohnquartier für Senior*innen mitten in Kiel konzipiert wurde. Der Neubau vereint smarte Technologien und innovative Lösungen und dient als Raum der Begegnung und des Miteinanders.

VIelfältige Angebote für Körper und Geist

Im Kaiser Wilhelm I. Stift sorgt ein umfangreiches Betreuungs- und Aktivitäts-Angebot für Abwechslung. Dazu gehören Yoga, Qi Gong, Rikschafahrten oder Ausflüge. Besonders stolz ist das Seniorenzentrum auf sein ganzheitliches Mobilitätskonzept. Zudem wurde das Zentrum für seine Qualität in der Verpflegung mit dem Feinheimisch-Siegel ausgezeichnet – täglich wird hier mit frischen, regionalen Zutaten gekocht.

TEAM-MITGLIED WERDEN!

Das Kaiser Wilhelm I. Stift legt Wert auf ganzheitliche Versorgung der Bewohner*innen. Dafür werden engagierte Pflegekräfte gesucht.

Die Mitarbeiter*innen erwarten ein familiäres Arbeitsumfeld und die Chance, innovative Pflegekonzepte aktiv mitzugestalten. Initiativbewerbungen sind willkommen!

www.kaiserwilhelmstift-kiel.de



Stellv. Leitung und Marketing Sandra Pérez,
Food & Beverage Manager Fabian Bork und
Stiftungsvorstand Nils Bölsch.



**Senioren- und
Pflegezentrum
Kronshagen**

Deutsche Seniorenwohnen GmbH

www.dsw-pflege.de

**Wir suchen
Verstärkung
für unser Team!
Rufen Sie uns
gern an!**



Wohnen und leben in der Gartenstadt Kronshagen

Unser Senioren- und Pflegezentrum liegt idyllisch im Grünen und bietet Ihnen ein erholsames und unabhängiges Zuhause. Die liebevolle Ausstattung des Hauses und unsere freundlichen Mitarbeiter sorgen für eine behagliche, familiäre Atmosphäre, in der man sich sofort wohlfühlen kann. Unterhaltung, Freude und Abwechslung sind Teil unserer Philosophie. Die geschmackvoll ausgestatteten Gemeinschaftsräume und unser Pavillon sind bei unseren Bewohnern beliebte Orte der Begegnung und Geselligkeit. Bei schönem Wetter lädt unsere Gartenanlage zum Wohlfühlen im Freien ein. Überzeugen Sie sich gern selbst und vereinbaren Sie einen Besichtigungstermin!

Wir freuen uns auf Sie!

Senioren- und Pflegezentrum Kronshagen
Amalienweg 1 / 24119 Kronshagen

Telefon: 0431 5847 0

Mail: kronshagen@dsw-nord.de



WARUM BEWEGUNG IM ALTER WICHTIG IST

Körperliche Aktivität und Sport spielen im Alter eine entscheidende Rolle.

Also auf keinen Fall auf Sport verzichten!

„Viele Faktoren wie die moderne Medizin haben zur hohen Lebenserwartung und dem guten Gesundheitszustand älterer Menschen beigetragen“, sagt PD Dr. Thorsten Schmidt vom Kieler Institut für Trainingstherapie (KITT). Allerdings lassen sich altersbedingte Abbauprozesse, die das neuronale System, die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System betreffen, weder durch Medikamente noch durch Operationen aufhalten. Nach aktuellem Wissensstand ist Bewegung die effektivste Gegenmaßnahme. Dennoch verzichten viele ältere Menschen aus Sorge um ihre Gelenke auf Sport. „Ein großer Fehler“, so Dr. Schmidt.



Auch im Alter sollte man nicht auf Sport verzichten.

GEZIELTES TRAINING

Gezielte Bewegungs- und Trainingsprogramme können das Fortschreiten von Funktionsverlusten verlangsamen oder sogar zeitweise stoppen. Studien belegen, dass Kraft- und Ausdauertraining auch im Alter zu Kraftzuwachs und einer verbesserten Sauerstoffaufnahme führen. Selbst wenn körperliche Aktivität erst im späteren Alter begonnen wird, trägt sie zu einem Überlebensvorteil, einer Verbesserung des Wohlbefin-

dens und der Lebensqualität bei. Das Angebot des Kieler Instituts für Trainingstherapie in Zusammenarbeit mit den Kieler Physios umfasst Physiotherapie, Krankengymnastik, Gerätetraining sowie 40 verschiedene Reha-Sportgruppen. Anmeldung unter info@kitt.fit oder per Tel.: 0431 / 88 82 40 30.

Kieler Institut für Trainingstherapie
www.kitt.fit

Wieder Spaß am Leben – dank KERSTEN.



- Überprüfung der Einstellung aller Hörgeräte unabhängig vom Kaufort
- Kostenloses Probetragen von Hörgeräten aller Hersteller
- Hausbesuche bei eingeschränkter Mobilität
- Meisterbetrieb seit 1950

KIEL · Sophienblatt 12 · 0431 / 67 61 85
hoergeraete-kersten.de

GERADE IM HERBST IST GUTES HÖREN WICHTIG



Wenn es im Herbst dunkler wird, übernehmen die Ohren immer mehr Verantwortung. Eine gute Hörqualität ist deshalb sehr wichtig. Man darf nicht verkennen: Eine Hörminderung kann plötzlich, aber auch schleichend auftreten. Am besten man startet mit **Hörgeräte Kersten** als kompetenten Partner fürs Hören in die goldene Jahreszeit. Erstklassiger Service, hohe Qualität und schnelles Handeln bilden die Grundpfeiler des Familienunternehmens. Bei Kersten ist es für jede*n möglich, in den Genuss von Hörsystemen in modernem Design und mit aktueller Technik zu kommen. Hier können die Hörsysteme aller namhaften Hersteller kostenlos getestet werden. „Wir beraten Sie gerne“, freut sich das Team von Hörgeräte Kersten auf Besucher*innen.

ÄLTER WERDEN, NA UND?

Die Stiftung Kieler Stadtkloster bietet Senior*innen eine abwechslungsreiche Tagespflege an. Am Samstag, 16. November, können Interessierte am „Tag der offenen Tür“ das Team und die Räumlichkeiten kennenlernen.

Die Tagespflege in den Häusern der Stiftung Kieler Stadtkloster ist ein Angebot für Menschen mit Pflege- und Betreuungsbedarf, die in ihrer eigenen Wohnung leben und gerne den Tag in Gesellschaft verbringen möchten. Gemeinsam plant das Team vom Kieler Stadtkloster mit den Besucher*innen die individuellen Besuchszeiten – auf Wunsch werden die Gäste zu Hause abgeholt und wieder heimgefahren. Sie verbringen einen unterhaltsamen Tag in freundlicher Atmosphäre, während Angehörige persönliche Aufgaben erledigen können. Die Tagespflege kann zusätzlich zu ambulanten Leistungen der Pflegeversicherung in Anspruch genommen werden. In allen Fragen berät das Team der Stiftung Kieler Stadtkloster gerne!

ERSTES KENNENLERNEN

Am Samstag, 16. November, findet von 11 bis 16 Uhr ein „Tag der offenen Tür“ statt.

Teilnehmende Häuser sind:

Seniorenzentrum Professorenhäuser, Brüggerfelde 1-5, Kiel-Hassee,
Seniorenzentrum Haus an der Hörn, Zur Helling 2 / An der Halle 400, Nr. 18, Kiel-Mitte
Seniorenzentrum Haus Rehmgarten, Langer Rehm 16, Heikendorf
Interessierte sind eingeladen, die Räumlichkeiten und das Team kennenzulernen.

Weitere Informationen zur Stiftung Kieler Stadtkloster unter Tel.: 0431 / 580 880 oder im Internet unter www.stadtkloster.de.



... und mit
Gesichtsmassage

Wellness in der Tagespflege mit
pflegender Handmassage ...



Bewegung tut gut, zum Beispiel fröhliche Sitzgymnastik zu den Klängen von „Theo, wir fahr'n nach Lodz“ von Vicky Leandros.

Fotos: Stiftung Kieler Stadtkloster (2)

STIFTUNG KIELER STADTKLOSTER



TAG DER OFFENEN TÜR IN UNSEREN TAGESPFLEGEINRICHTUNGEN

Liebe Nachbarschaft, liebe Interessierte,
wir möchten Sie herzlich zu unserem Tag der offenen Tür einladen! Lernen Sie uns persönlich kennen & erfahren Sie mehr über all die schönen Dinge, die eine Tagespflege für Ihre Gäste bereithält.

16. NOVEMBER 2024, 11.00 – 16.00 UHR

Unsere Tagespflegeeinrichtungen:

- Haus an der Hörn, Zur Helling 2 / An der Halle 400, Nr. 18, 24114 Kiel, Tel.: 0431 547096 10
- Haus Rehmgarten, Langer Rehm 16, 24226 Heikendorf, Tel.: 0431 259657 14
- Prof. Weber-Haus, Brüggerfelde 1–5, 24113 Kiel, Tel.: 0431 64819 77

Ein Angebot für Menschen mit
Betreuungs- und Pflegebedarf.

WWW.STADTKLOSTER.DE



Dein Sprungbrett in die Zukunft

JOBBÖRSE DER DIGITALEN WIRTSCHAFT SCHLESWIG-HOLSTEIN

Die Digitale Wirtschaft Schleswig-Holstein (DiWiSH) bietet mit ihrer Jobbörse eine exzellente Plattform, um deine Karriere in der digitalen Branche zu starten. Von IT-Spezialist*innen bis hin zum digitalen Marketing-Expert*innen – hier findest du eine Vielzahl spannender Jobangebote in der Digitalwirtschaft.

VIELFÄLTIGE ARBEITGEBER UND STANDORTE

Die Jobbörse bündelt aktuelle Stellenanzeigen von Mitgliedsunternehmen der DiWiSH. Dazu zählen innovative Start-ups, wachsende mittelständische Unternehmen sowie international

agierende Konzerne in Schleswig-Holstein. Die Vielfalt der Arbeitgeber*innen spiegelt sich auch in den angebotenen Standorten wider. Du kannst Jobs in Städten wie Flensburg, Kiel, Lübeck und Husum finden oder dich für flexible Arbeitsmodelle entscheiden.

FAZIT: FINDE DEINEN TRAUMJOB

Die Jobbörse der Digitalen Wirtschaft Schleswig-Holstein ist dein Schlüssel zu einer erfolgreichen Karriere in der digitalen Branche. Egal ob du am Anfang deiner beruflichen Laufbahn stehst oder bereits Erfahrung gesammelt hast – hier findest du vielfältige Möglichkeiten, um deinen Traumjob zu entdecken und deine Karriere voranzutreiben. Zögere nicht und schau noch heute vorbei, um deine Zukunft in die Hand zu nehmen! Mehr unter www.diwish.de/jobs

FLEXIBLE ANSTELLUNGSARTEN UND EINSTIEGSLEVEL

Die DiWiSH-Jobbörse ist nicht nur für Berufseinsteiger und Auszubildende interessant. Auch erfahrene Profis und Führungskräfte finden hier spannende Herausforderungen, die ihre Karriere weiter vorantreiben können.



Die verschiedenen Anstellungsarten umfassen:

- Ausbildung
- Minijob
- Teilzeit
- Vollzeit
- Werkstudent
- Zeitarbeit

Somit ist für jeden etwas dabei, unabhängig von der gewünschten Arbeitszeit oder dem aktuellen Karrierelevel.

VIELFALT DER BRANCHE UND KATEGORIEN

Die Jobbörse der DiWiSH bietet einen umfassenden Überblick über offene Stellen in verschiedenen Bereichen der Digitalwirtschaft in Schleswig-Holstein. Egal ob du dich für IT und Softwareentwicklung, digitales Marketing oder E-Commerce interessierst – hier findest du das passende Angebot.

ZU DEN KATEGORIEN GEHÖREN UNTER ANDEREM:

- Business Development & Strategie
- Einkauf
- Finanzen & Controlling
- Forschung & Entwicklung
- Human Resources
- Logistik & Supply Chain Management
- Marketing & Kommunikation
- Product Management & Design
- Produktion
- Projektmanagement
- Recht
- Tech & IT
- Unternehmenssteuerung
- Vertrieb & Kundenservice



Eileen Goldmann
Floristin Blume2000

DER SCHLÜSSEL ZU UNSERER ZUKUNFT

Die Industrie- und Handelskammer (IHK) Flensburg sucht ab sofort Fachleute aus verschiedenen Branchen, die bereit sind, in den Prüfungsausschüssen mitzuarbeiten. „Für den Zeitraum 2024 bis 2029 benötigen wir Expert*innen aus Industrie, Handel und Dienstleistung, die sich in den Prüfungen engagieren“, heißt es von Seiten der IHK. Diese Ehrenamtlichen sind unverzichtbar, um eine qualitativ hochwertige Ausbildung der zukünftigen Fachkräfte zu gewährleisten. Aktuell sind mehr als 1100 ehrenamtliche Prüfer*innen bei der IHK Flensburg tätig. Diese engagierten Fachleute nehmen in über 100 Berufen Prüfungen in der Aus- und Weiterbildung ab. Zusätzlich sind rund 30 Ehrenamtliche in der Sach- und Fachkundeprüfung aktiv. Diese beeindruckenden Zahlen verdeutlichen, wie wichtig das Ehrenamt für die Ausbildung in unserem Bundesland ist. Weitere Infos unter www.ihk.de/schleswig-holstein.

ADVERTORIAL

NUTZ DIE CHANCE



Die Universität zu Kiel öffnet ihre Tore für alle Lernbegeisterten: Das KONTAKTSTUDIUM geht in eine neue Runde und lädt dich ein, den Campus voller Entdeckerlust zu erleben - ohne Prüfungsdruck und Leistungsstress! Ab sofort kannst du dich online für das Wintersemester 2024/25 anmelden und Teil eines faszinierenden Bildungsabenteuers werden. Das KONTAKTSTUDIUM bietet unabhängig von Schulabschlüssen und akademischen Titeln ein breites Spektrum an Vorlesungen und Seminaren an: die Welt der aktuellen Forschung. Vom 14. Oktober 2024 bis zum 14. Februar 2025 verwandelt sich das Uni-Gelände in einen pulsierenden Wissenskosmos, in den auch Du eintauchen kannst. Die einheitliche Gebühr beträgt 75 Euro, sogar nur 20 Euro mit dem Kiel-Pass oder vergleichbaren Einkommensnachweisen. Alle Informationen zur Anmeldung findest du unter www.kontaktstudium.uni-kiel.de. Hast du Fragen? Anette Schmitz steht dir unter der Nummer 0431/880 55 69 zur Verfügung.

Foto: Jürgen Haacks (1)

„Alleine stark. Zusammen unschlagbar.“

**Wir suchen ab sofort einen
Pflegefachfrau/-mann als
Praxisanleiter**
in der Pflege (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!**

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

**Attraktives
Gehalt!**
TOP-Mitarbeiter-
vorteile!

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

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

C | A | U

Christian-Albrechts-Universität zu Kiel
Geschäftsstelle Kontaktstudium

**Kontaktstudium –
Ihr weiterbringender Kontakt
zur Kieler Universität**

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

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



HUFORTHOPÄDIE: MIT HERZ UND HAND FÜR GESUNDE PFERDEHUFE

Für Pferdebesitzerinnen und -besitzer steht das Wohl ihrer Tiere über allem. Dabei ist ein Handwerk besonders stark nachgefragt: jenes des Huforthopäden (m/w/d). Was steckt hinter dem Beruf?

Robert Wallis betritt den Paddock einer Kundin am Selenter See. Neben seiner Arbeitskleidung trägt er alles Nötige bereits mit sich. Eine Hufaspel, sein Hufmesser und einen Hufbock, das erlernte Fachwissen inklusive. Islandpferd Svalinn wartet bereits auf seine Anwendung. Für Robert ist dies Routine – alle fünf Wochen kehrt er hierher zurück, um Svalinns Hufe zu pflegen. Kurz werden ein paar Worte mit der Besitzerin über die Zeit seit der letzten Bearbeitung ausgetauscht, Gemeinsamkeiten und Leidensgeschichten, denn Robert ist selbst Pferdebesitzer und begann seine Ausbildung aus einer gewissen Not heraus. Denn damals war die Zahl der Hufspezialist*innen rar.

DER WEG ZUM HUFORTHOPÄDEN

Als Besitzer mehrerer Kaltblüter stellte er fest, dass es in seiner Umgebung an qualifizierten

Fachkräften mangelte. Kurzerhand entschied er sich, selbst die Ausbildung zu absolvieren. Anders als bei klassischen Handwerksberufen, gibt es beim Huforthopäden keine Gesellenprüfung oder eine Meisterprüfung. Stattdessen wird die Ausbildung von privaten Trägern wie Hufortho (www.hufortho.de) angeboten. Robert investierte anderthalb Jahre lang monatlich 300 Euro in seine Ausbildung – insgesamt 5.400 Euro. Zweimal jährlich absolviert er Pflichtfortbildungen, um seine Lizenz zu behalten.

ALLTAG EINES HUFORTHOPÄDEN

Roberts Hauptaufgabe ist es, die Hufe der Pferde gesund zu erhalten. „Die Hufe unterliegen einer ständigen Abnutzung und müssen regelmäßig gepflegt werden.“ Dabei variieren die Anforderungen je nach Pferderasse und Nutzung. Mit geübten Handgriffen packt

Robert seine Werkzeuge aus. Er erklärt: „Bei gesunden Pferden reicht ein Intervall von 4-5 Wochen zwischen den Behandlungen. Bei Tieren mit Erkrankungen kann es deutlich kürzer sein.“

Während Robert Svalinns Hufe untersucht, berichtet die Besitzerin von Auffälligkeiten eines Hinterhufs. Solche Herausforderungen sind für Robert Alltag. „Manchmal stoße ich an meine fachlichen Grenzen“, gibt er zu. „Dann arbeite ich eng mit Tierärzten, Osteopathen oder Heilpraktikern zusammen.“

BARHUFBEARBEITUNG VS. HUFEISEN

Im Gegensatz zu Hufschmieden, ist Roberts Arbeitsgrundlage die „Barhufbearbeitung“, bei der der Huf in seinem natürlichen Zustand belassen wird. „Eisen erhöhen zwar die Nutzbar-



Robert Wallis arbeitet seit sechs Jahren als Huforthopäde in Teilzeit.



Der Bedarf an Barhufbearbeitung von Pferden in Schleswig-Holstein ist riesig – Nachwuchs in der Branche umso mehr gefragt.

keit auf harten Böden, aber langfristig kann der Huf degenerieren“, erklärt er. Ohne Eisen behalte der Huf seinen natürlichen Dämpfungsmechanismus. Robert sieht großes Potenzial in diesem Beruf. „Die Ausbildung kann man nebenbei machen“, betont er. „Wir haben Quereinsteiger aus allen Branchen – Polizisten, Metallbauer wie ich selbst, wirklich aus allen Bereichen.“ Und auch er selbst arbeitet Robert als Huforthopäde nur in Teilzeit. Die Nachfrage wäre zwar so hoch, dass er seine Tätigkeit ohne Probleme in Vollzeit ausüben könnte. Doch er legt Wert auf Flexibilität und auch die körperliche Belastung sei nicht zu unterschätzen.

ANFORDERUNGEN UND VORTEILE

Der Beruf ist körperlich anspruchsvoll und erfordert Selbstdisziplin. „Man muss fit und gesund sein“, betont Robert. „Aber die Vorteile überwiegen: Man kann sich selbst organisieren und seine Work-Life-Balance selbst gestalten. Was die Zukunft des Berufstandes angeht, blickt er zuversichtlich nach vorn. Er geht davon aus, dass die Nachfrage weiter steigen wird. Viele Hufbearbeiter*innen würden in den nächsten Jahren zwar aus der Erwerbsarbeit ausscheiden und es werden dringend Nachwuchskräfte gebraucht. Denn immer mehr Pferdebesitzer*innen würden auf die Gesundheit ihrer Tiere achten und die Barhufbearbeitung bevorzugen. Für Interessierte hat Robert einen Tipp: „Fragt nach einem Praktikum. Es ist wichtig, vorher einen Huf in der Hand gehabt zu haben, um zu wissen, worauf man sich einlässt.“ Mit einem zufriedenen Lächeln beendet Robert seine Arbeit an Svalinns Hufen. Für ihn ist es mehr als nur ein Job – es ist seine Passion, Pferden zu einem gesunden, schmerzfreien Leben zu verhelfen.



Mehr als Wellness fürs Pony: Mit dem Huf auf dem Bock lässt es sich Svalinn gut gehen – ein wichtiger Schritt für die Gesundheit von Pferden.

PFLEGE MIT HERZ?

ALLOHEIM
SENIOREN-RESIDENZEN

SCAN' DICH INS TEAM!

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 Rückendeckel

ZUM ZEHNTEN TODESTAG
VON SIEGFRIED LENZ

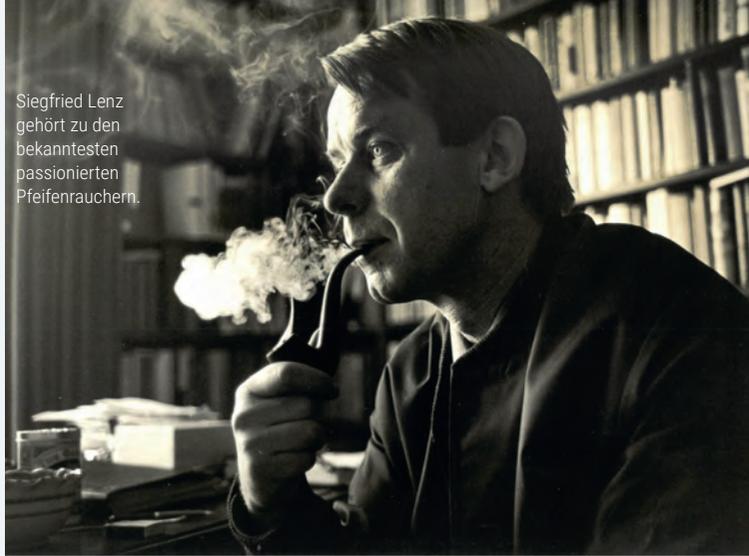
DER LEISE JAHR- HUNDERT- AUTOR

Die deutsche Literatur nach 1945 wurde maßgeblich von vier Autoren einer Generation geprägt, nämlich Heinrich Böll (1917–1985), Günter Grass (1927–2015), Martin Walser (1927–2023) – und Siegfried Lenz (1926–2014).

von Heiko Buhr

Während Böll, Grass und Walser in der Öffentlichkeit sehr präzente Autoren waren, blieb Siegfried Lenz lieber im Hintergrund. Heinrich Böll und Günter Grass sorgten mit ihrem politischen Engagement beispielsweise für die Grünen (Böll) und SPD (Grass) für großes Aufsehen und auch Martin Walser mischte sich etwa mit seiner Paulskirchenrede 1998 gern in gesellschaftliche Debatten ein. Siegfried Lenz hingegen ließ seine Bücher wie „Deutschstunde“, wo das Thema Schuld und Pflicht im Nationalsozialismus thematisiert wird, „sprechen“ und bezog mit diesen Stellung – und dies bis nach seinem Tod vor zehn Jahren am 7. Oktober 2014 und dem Erscheinen seines Romans „Der Überläufer“, der zwei Jahre später 2016 posthum herauskam. Es ist nach dem Debütroman „Es waren Habichte in der Luft“ (1951) der zweite Roman, den Siegfried Lenz geschrieben hat. Er wurde jedoch 1951 von seinem Hausverlag Hoffmann & Campe abgelehnt, da eine Veröffentlichung der Geschichte eines Überläufers zu den Sowjets damals nicht opportun schien.

Siegfried Lenz gehört zu den bekanntesten passionierten Pfeifenrauchern.



Zwei Autoren, eine Generation: Siegfried Lenz (Mitte) und Günter Grass (hinten)

„Ich bekenne, ich brauche Geschichten, um die Welt zu verstehen – und zwar in gleicher Weise, wie andere womöglich die Formel brauchen, das Dokument.“

EIN VIELSEITIGER AUTOR

Bereits sein erster Roman brachte Siegfried Lenz großes Lob ein. Der eigentliche Durchbruch gelang ihm dann mit dem 1968 veröffentlichten Roman „Deutschstunde“ und der Geschichte von Jens Ole Jepsen und seinem Jugendfreund und Lebensretter, dem Maler Max Ludwig Nansen. Diesem „entarteten“ Künstler soll Jepsen auf Geheiß der NS-Oberen ein Malverbot aussprechen und dessen Einhaltung überwachen, was er pflichtbewusst auch tut, während sein Sohn Sigi, der den Vater unterstützen soll, lieber Nansen hilft. Weitere Höhepunkte im Werk von Siegfried Lenz stellen der zehn Jahre später erschienene Roman „Heimattmuseum“, der Roman „Der Mann im Strom“ (1957), die Novelle „Schweigeminute“ (2008) sowie die Erzählung „Das Feuer-

schiff“ (1960) dar. Sie alle zeigen die meisterhafte Erzählkunst von Siegfried Lenz, mit der er komplexe Themen verarbeitet und kontrastreiche Charaktere vor Augen seiner Leser*innen aufstehen lassen hat.

EINE GROSSE LITERARISCHE KARRIERE

Über 22 Millionen verkaufte Bücher, Übersetzungen in gut 30 Ländern und in 22 Sprachen – das sind die nackten Zahlen. Die können ergänzt werden durch den Erfolg von „Deutschstunde“: in über 20 Sprachen übersetzt und über zwei Millionen Mal verkauft. Die Bedeutung von Siegfried Lenz lässt sich aber auch am Umfang seines Werks ablesen. Er hat Romane, Erzählungen, Novellen, Theaterstücke, Hörspiele, Kinderbücher, Essays, Reden, Rezensionen – und auch



Siegfried Lenz begann seine so erfolgreiche literarische Karriere 1951 mit der Veröffentlichung seines ersten Romans „Es waren Habichte in der Luft“ beim Verlag Hoffmann und Campe, dem er immer treu blieb.

Mit Liselotte (Lilo), die auch einige seiner Bücher illustrierte, war Siegfried Lenz von 1949 bis zu ihrem Tod 2006 verheiratet.



spät aufgefundene und bis heute nicht veröffentlichte Gedichte geschrieben. Oder schauen wir, um die literarische Größe von Siegfried Lenz zu ermessen, auf eine kleine Auswahl seiner Preise, die er ab 1953 erhalten hat: Literaturpreis der Stadt Bremen (1962), Gerhart-Hauptmann-Preis (1970), Thomas-Mann-Preis (1984), Wilhelm-Raabe-Preis (1987), Jean-Paul-Preis (1995), den Hannelore-Greve-Literaturpreis (2004) und den Lew-Kopelew-Preis (2009).

„Welt“-Redakteur arbeitete, und den Hamburger Jung Jan Fedder (1955–2016). Von 2008 bis 2012 übernahm der außerordentlich beliebte norddeutsche Kultschauspieler in drei Lenz-Verfilmungen die Hauptrolle: Das Feuerschiff (2008), Die Auflehnung (2009) sowie Arnes Nachlass (2012). Es gibt nicht wenige Kritiker, die Jan Fedder als den idealen Lenz-Schauspieler betrachten, der dessen Figuren in kongenialer Weise Leben eingehaucht hat.

EINDRUCKSVOLLE VERFILMUNGEN

Zahlreiche Bücher wurden für das Kino oder Fernsehen adaptiert, manche sogar gleich mehrfach verfilmt. Dabei schlüpfen so bekannte Schauspieler*innen wie Hans Albers (Der Mann im Strom, 1958), Dieter Borsche (Das Feuerschiff, 1963), Otto Sander (Lehmans Erzählungen, 1971), Mario Adorf (Heimatmuseum, 1988) oder Julia Koschitz (Schweigeminute, 2016) in die Rollen seiner Figuren.

Eine späte, aber besondere Arbeitsbeziehung verband den im ostpreußischen Lyck geborenen Wahlhamburger, der nach seiner Entlassung aus der Kriegsgefangenschaft in die Hansestadt zog, wo er Philosophie, Anglistik und Literaturwissenschaften studierte und ab 1950/51 dann als

NEUES BUCH

DRINGENDE DURCHSAGE



Am 7. Oktober, dem zehnten Todestag von Siegfried Lenz, erscheinen bisher unbekannt oder nur an entlegener Stelle publizierte Erzählungen des großen Schriftstellers. „Dringende Durchsage“ versammelt dabei vor allem frühe Texte. Die meisten Erzählungen in dem Buch entstanden zwischen 1948 und 1957 und zeigen Lenz als experimentellen und humorvollen Schriftsteller am Beginn seiner Karriere. Thematisch spannen sie einen Bogen von der Nachkriegszeit, dem Schicksal der Kriegsheimkehrer, der Frage nach Schuld über den Wiederaufbau und die Zeit des Wirtschaftswunders. Einige Texte entstammen einer späteren Schaffensperiode von Lenz und wurden zu bestimmten Anlässen verfasst, so etwa „Wie Radikalität entsteht“ zum 70. Geburtstag von Helmut Schmidt.

Siegfried Lenz: Dringende Durchsage, Hoffmann und Campe Verlag, 224 S., 25 €

AUSSTELLUNGEN

IM OKTOBER 2024

AUSGEZEICHNETE FOTOGRAFIEN

Bis zum 17. November präsentiert das **Stadtmuseum Schleswig** die Ausstellung „UNICEF Foto des Jahres 2023“.

Seit dem Jahr 2000 prämiiert UNICEF Deutschland im internationalen Wettbewerb „UNICEF Foto des Jahres“ herausragende Bilder und Reportagen professioneller Fotojournalist*innen aus aller Welt. Die prämierten Reportagen porträtieren Lebensumstände von Kindern und Jugendlichen weltweit. Meist stehen dabei Krieg, materielle und seelische Nöte sowie Naturkatastrophen im Mittelpunkt. Doch immer wieder stechen auch seltene Momente unbekümmerter Lebensfreude hervor.

Der polnische Fotograf Patryk Jaracz hat den Wettbewerb mit einer eindrucksvollen Aufnahme aus dem Nordwesten der Ukraine gewonnen: Die fünfjährige Alina übt mit zwei Freundinnen das Fahrradfahren, während im Hintergrund nach einem nächtlichen Drohnenangriff ein Öllager in Flammen steht. Zumindest hat es diesmal kein Wohnhaus, kein Krankenhaus und keine Schule getroffen. Unter www.stadtmuseum-schleswig.de finden Sie weitere Informationen zu den zehn ausgewählten Bildreportagen im Stadtmuseum Schleswig sowie die Führungstermine.



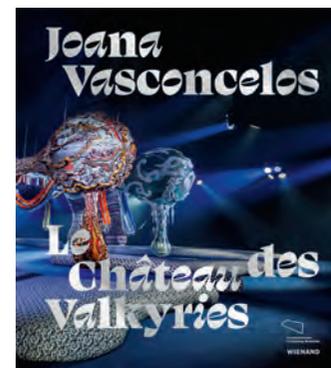
1. Platz © Patryk Jaracz, Polen



3. Platz © Natalya Saprunova, Russland/Frankreich (Agentur Zeppelin)

BESONDERER LESETIPP

WUNDERVOLLE WALKÜREN



Auf Schloss Gottorf zeigen die Landesmuseen Schleswig-Holstein noch bis zum 3. November die grandiose Ausstellung „Joana Vasconcelos. Le Château des Valkyries“, in deren Zentrum die Walküren stehen. Diese sind vielfarbige schwebende Riesenwerke aus unter anderem Stoffen, Spitzen, Stickereien, Pailletten, Perlen sowie LEDs. Staunend, fasziniert und begeistert gehen die Besucher*innen um die raumgreifenden Walküren herum, um die detailreichen Kunstwerke von allen Seiten zu betrachten. In dem anlässlich der Ausstellung erschienenen gleichnamigen Buch werden die Walküren von Joana Vasconcelos im Werk der Portugiesin eingeordnet und unter verschiedenen Aspekten beleuchtet. Zugleich ist das Buch mit der Walküren-Werkgruppe reich bebildert und so eine zauberhafte Augenweide.

Thorsten Sadowsky (Hg.): Joana Vasconcelos. **Le Château des Valkyries.** Wienand Verlag, 216 S., 38 Euro

Ausstellungsansicht
mit der ersten Text-Bild-Tafel



Die Ausstellung behandelt verschiedene Aspekte der Umnutzung von Industriegebäuden.

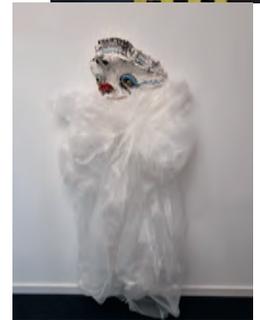
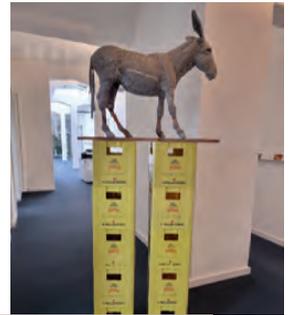
Neues Leben

Mit steigendem Bewusstsein für Ressourcenverbrauch und Nachhaltigkeit rücken Altbausubstanz und Denkmalpflege positiv ins Blickfeld. Der Strukturwandel führt oft zur Aufgabe alter Industriestandorte und damit zur Vernichtung von Ressourcen. Die VDL-Ausstellung „Upgrade! Ressource Industriedenkmal“ zeigt noch bis zum 13. Oktober im **Computermuseum der FH Kiel** auf Text-Bild-Tafeln, wie solche Bauten mit Mehrwert umgenutzt werden können. Individuell sowie oft kostengünstig sind die Lösungen und tragen durch die Erhaltung der „Grauen Energie“ zum Umweltschutz bei. Die Projekte bieten konkrete Ansätze für den Umgang mit dieser besonderen Baugattung und regen zu verantwortungsvollem Umgang mit unserer gebauten Umwelt an.

Vielfältig

In der Schau „Was drauf ist, ist auch drin“ sind bei **Take Maracke & Partner** in Kiel noch bis zum 18. Oktober Arbeiten der Kieler Gruppe „KUNST & STREBEN“ sowie der in Kiel lebenden Künstlerin Nana Schulz zu sehen. „KUNST & STREBEN“ widmet sich in der Ausstellung dem Thema Aida, das hier bei uns natürlich insbesondere mit Kreuzfahrtschiffen verbunden ist, aber zugleich auch auf Verdis gleichnamige Oper verweist. Nana Schulz wiederum präsentiert Zeichnungen, die einerseits sehr persönlich sind, andererseits genaue Naturbeobachtungen wiedergeben. Geöffnet ist die Ausstellung donnerstags von 14 bis 17 Uhr und freitags von 12 bis 15 Uhr sowie nach Vereinbarung.

Nana Schulz –
Schrattenbergischer Esel, 2005



Kunst & Streben –
O terra addio, 2024

KUNST VON Geflüchteten



Dieses Bild ist in der Ausstellung zu sehen

Die Erstaufnahmeeinrichtung in Neumünster ist der erste Ort, an dem Geflüchtete in Schleswig-Holstein ankommen. Eine große Herausforderung der Landesunterkunft ist es, diese geflüchteten Menschen zu erreichen und ihnen maximal effektiv zu helfen. Die „Kunst der erfolgreichen Kommunikation“ verbirgt sich unter anderem in der Vielfalt der Kunst, denn sie hat viele Ausdrucksformen und ist kulturübergreifend.

Im Rahmen des KUNST-Projektes sind in der Landesunterkunft Neumünster von 2018 bis 2024 bereits eine Vielzahl an Kunstwerken und

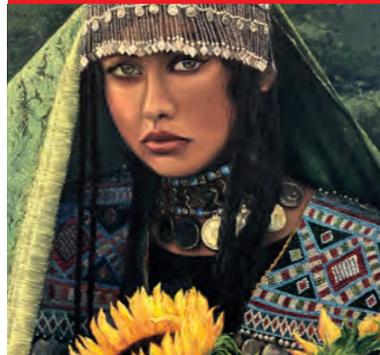
Wandbildern entstanden. Die Ausstellung „WELTFLECKEN-KUNST“ zeigt vom 10. bis zum 30. Oktober im **DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e. V.** (Klaus-Groth-Platz 1, Kiel) Werke von Künstler*innen aus unterschiedlichen Kulturen, die auch Teilnehmer*innen des KUNST-Projektes sind. Weitere Informationen zur Ausstellung sowie dem Projekt KUNST sind unter www.drk-sh.de für Sie verfügbar.



Deutsches
Rotes
Kreuz

DRK-Landesverband
Schleswig-Holstein e. V.

WELTFLECKEN-KUNST



Kunst von
Geflüchteten
aus der
Landes-
unterkunft in
Neumünster

DAUER DER AUSSTELLUNG

10. Oktober bis 30. Oktober
werktags 14:00 - 16:00 Uhr

(Außerhalb der Öffnungszeiten auf Anfrage)

VERANSTALTUNGSORT

DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e. V.
Klaus-Groth-Platz 1 • 24105 Kiel

DER EINTRITT IST FREI



Maxi Reinhold, David Bergner, Fabian „Köstlich“ Köster, Arne Schmidt und Yannik Mitzloff (v. l.) sind „Grell“.

AUS DER KLEINSTADT IN DIE CLUBS NICHTS ALS LIEBE

*Schon eine ganze Weile mischen die Jungs von **Grell** die Musikszene im beschaulichen Neumünster auf. Der rockige Sound der Band begeistert aber schon lange nicht mehr nur die Fans in ihrer Heimatstadt. Nach viel Zeit im Studio und einem aufregenden Live-Sommer wird es nun Zeit für ihre erste Tour.*

von Natalie Zahnow

Man kann es einfach nicht anders sagen: Die Bandhistorie der Neumünsteraner Band Grell ist einfach bombastisch. Kaum gegründet, fahren sie den ersten Erfolg ein und sichern sich 2022 den Sieg beim Baltic Band Contest in Damp. Einer der Juroren ist Mark Smith, ein erfolgreicher Produzent, Coach und Songwriter. Begeistert vom Vibe der fünf jungen Musiker, bahnt sich schnell eine enge Zusammenarbeit zwischen der Band und Smith an – und damit auch der Weg zum Erfolg.

VON WEGEN LOCKER

„Als wir damals angefangen haben zu proben, wollte ich, dass das nur eine lockere Sache

wird“, erinnert sich Gitarrist David. Gerade erst hatte sich ein Bandprojekt, in dem der 31-Jährige und Bandkollege Yannik aktiv waren, zerschlagen, der Trennungsschmerz war noch groß. „Dann haben wir aber zusammen Musik gemacht und es war direkt irgendwie geil. Es kamen die ersten Anfragen für Auftritte rein und wir wussten: Es muss eine Entscheidung her, entweder wir machen das jetzt ganz oder gar nicht.“

Leadsänger Fabian, gerade einmal 19 Jahre alt, ist sich seit Jahren schon sicher, dass Musik der wichtigste Teil seines Lebens ist – und genau dieses Lebensgefühl verbindet ihn mit seinen Bandkollegen. „Maxi und ich haben



Der Traum eines jeden Musikers: die Leidenschaft zum Beruf werden lassen

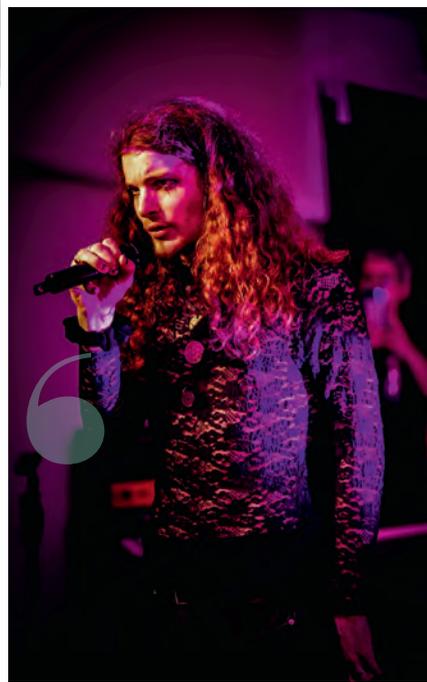
Gitarrist Maxi Reinhold und Bassist Yannik Mitzloff (r.) legen ihren Fokus wie auch die anderen ganz auf die Band.



„Grell ist fette Mucke, die straight auf die Haut geht, ein bisschen auf die Fresse, ein bisschen Romantik.“

Fabian Köstlich

Fabian Köstlich begeistert mit Stimmgewalt und tiefgründigen Texten.



schon länger Mucke zusammen gemacht, aber wir dachten: Hey, was sollen wir beide hier zu Hause rumproduzieren? Wir wollten eine Band haben, wir wollten geile Auftritte spielen, wir wollten damit unser Geld verdienen. Und dann haben wir die anderen Jungs gefunden.“

Noch während seiner Abizeit gründete sich Grell. Seinen Abschluss machte er noch, aber es war schnell klar, dass allesamt mit vollem Einsatz in das Projekt „Grell“ einsteigen. „Da gab es gar nicht die Option in meinem Kopf, nach der Schule irgendwas anderes anzufangen, weil ich sonst ja gar keine Zeit mehr für Musik haben würde.“

AB AUF DIE BÜHNE

Die Begegnung mit Mark Smith ermöglichte der Band dann ungeahnte Möglichkeiten. Erste Songs wurden professionell im Studio aufgenommen, weitere Bandcontests folgten. 2023 sicherten sich die Neumünsteraner den ersten

Platz im Landesfinale des renommierten „Local Heroes“-Contests, Ende des Jahres machten sie den Erfolg beim Bundesfinale mit der Auszeichnung als „Upcoming Artist“ rund. Ein weiteres Jahreshighlight war der zweite Platz beim Emergenza-Weltfinale auf dem Taubertal-Festival.

Den Sound der Band fasst Fabian mit einer Zeile aus ihrem Song „Fluchtlicht“ zusammen: „Grell ist fette Mucke, die straight auf die Haut geht, ein bisschen auf die Fresse, ein bisschen Romantik.“ Der Mix aus Rock, Metal, Grunge, Punk und Rap kommt an, auf zahlreichen Konzerten haben die Newcomer in diesem Jahr die Mengen zum Toben gebracht. Das Song-Repertoire ist vielschichtig, mal leise, oft laut, mal sehr persönlich, mal tiefgründig, oft auch gesellschaftskritisch. „Unsere Vision ist, mit unserer Musik etwas zu bewegen. Wir wollen Verbindungen schaffen und den Menschen den Raum geben, einfach sie selbst zu sein“, sagt Schlagzeuger Arne.

IN NEUMÜNSTER ZU HAUSE

Ihre offene, tolerante Einstellung wollen sie aber nicht nur musikalisch mit der Welt teilen, besonders in ihrer Heimatstadt möchten sie sich auch kulturell engagieren und für Veränderungen stark machen. „Alle sagen immer, dass Neumünster so hässlich ist. Aber wir haben Bock, ‚Neufinster‘ aus dem Schlamm zu ziehen und irgendwann etwas zurückzugeben“, sagt Fabian. Die Idee: mehr Raum für Kultur schaffen.

„Wir wollen, dass junge Menschen weiterhin zur Musikschule gehen, Bands gründen und bezahlbare Proberäume finden können“, ergänzt Arne. Vor allem würde es an Orten fehlen, an denen man Musik erleben und einfach feiern könne. Viele Clubs und Kneipen hätten in den letzten Jahren geschlossen, das kulturelle Angebot gerade für junge Leute sei sehr klein geworden. Irgendwann einen Konzert-Club zu eröffnen, wäre deswegen ein großer Traum für die Neumünsteraner Band.

MENSCHEN AUS SCHLESWIG-HOLSTEIN



„Wir brauchen einfach das Live-Gefühl, wir wollen mit den Leuten ausrasten“, sagt Gitarrist Maxi.

Ein Highlight des Festival-sommers: der Auftritt auf der RadioBOB-Bühne während der Kieler Woche

TICKETINFOS

GRELL – DIE ERSTE TOUR

- 25. Oktober Flensburg,
Imagine Bar
- 26. Oktober Wacken,
LandGastHof
- 30. Oktober Hamburg,
Hehebühne
- 31. Oktober Lübeck,
Rider's Café
- 2. November Kiel,
MAX

Tickets und weitere Infos unter
www.grellmusik.de.

NEUE SONGS IM GEPÄCK

Bevor es aber irgendwann so weit ist, arbeitet die Band erst einmal ehrgeizig an ihrer Karriere – und bekommt dabei immer mehr professionellen Support. Denn über die beiden letzten Jahre ist nicht nur Grells Fanbase gewachsen, auch das Team ist größer geworden. So unterstützt unter anderem Christian Neander von Selig die Band mit seiner langjährigen Erfahrung im Musik-Business.

Mehrere Wochen haben die Musiker in den vergangenen Monaten in Rosenheim und Berlin im Studio an neuen Songs gefeilt, eine intensive Zeit für Grell. „Musikmachen ist einfach so krass mit Emotionen verbunden. Den einen Tag

macht man den absoluten Partysong, bei dem man weiß, dass die Menge abgeht, und den anderen dann den traurigsten Track, den man jemals zusammen geschrieben hat“, erzählt David.

Und die Arbeit hat sich gelohnt: Mit einer Menge neuer Songs im Gepäck feilt die Band nun an ihrer ersten Tour. Fünf Clubs im Norden stehen auf dem Programm und die Vorfreude auf die Shows ist unbändig. „Wir werden die Clubs zum Beben bringen!“, sind sich die fünf sicher.



Mehrere Wochen verbrachte die Band im Studio und feilte intensiv an neuen Songs.



**EIN ECHTES
KNALLERANGEBOT**



**Deutschland-
ticket**

**KAUF'S
BEI UNS!**



**Jetzt dein Deutschland-
ticket bei NAH.SH abonnieren:
nah.sh/deutschlandticket**



NAH.SH

Der Nahverkehr

Schleswig-Holstein
Der echte Norden

VERANSTALTUNGSTIPPS

IM OKTOBER 2024



VERANSTALTUNGEN IN DER OFFENEN KIRCHE ST. NIKOLAI

Im Oktober finden in der Offenen Kirche St. Nikolai in Kiel eine Reihe von faszinierenden Veranstaltungen statt. Jeden Mittwoch um 17 Uhr laden „Die Halbe Stunde“-Konzerte mit verschiedenen Künstler*innen ein. Vom Gitarrenduo bis zu barocker Trompetenkunst ist alles dabei. Besondere Highlights sind die Candlelight-Konzerte am 3., 4. und 26. Oktober mit Musik von Hans Zimmer, Queen und weiteren Künstler*innen, begleitet von tausenden Kerzen. Weitere Höhepunkte sind der LandesjugendChor Schleswig-Holstein am 6. Oktober und das Benefizkonzert zugunsten des Vereins „Trauernde Kinder e.V.“ am 11. Oktober.

im Oktober • St. Nikolai Kirche

LYRIK- UND PROSALESUNG

Am 2. Oktober um 19.30 Uhr lädt das Literaturhaus Kiel zur Lyrik- und Prosaesung mit Volker Sielaff ein. Unter dem Titel „Hinter hingetupfter Virtuosität liegt eine ganze Welt“ stellt Sielaff seine Werke „Barfuß vor Penelope“ und „Ovids Würfelspiel“ vor, sowie sein Prosadebüt „Überall Welt“. Der Kieler Dichter Arne Rautenberg moderiert die Veranstaltung und spricht mit Sielaff über das Schreiben, die Sprache und das Leben. Freuen Sie sich auf einen inspirierenden Abend voller Poesie und Gespräche.

2. Oktober, 19.30 Uhr • Literaturhaus Kiel





CHURCH GOES ROCK – DIE RUDI HENDRICH BAND

Freuen Sie sich auf einen Abend mit der Rudi Hendrich Band, die gecoverte Oldies, Rock- und Popmusik mit speziellem Gitarrensound und starkem Gesang präsentieren wird. Die Tore der barrierefrei erreichbaren Sozialkirche öffnen am 4. Oktober ab 19 Uhr. Während des Konzerts werden Sie mit Getränken und kleinen Speisen aus dem Café Feuerherz verwöhnt. Der Eintritt ist kostenfrei, also kommen Sie vorbei und genießen Sie einen wunderbaren Musikabend!

4. Oktober, 20 Uhr • Sozialkirche Gaarden



ACAPELLA: BAFF!

Erleben Sie am 4. Oktober um 20 Uhr die energiegeladene A Capella-Show von baff! im Lutterbeker! baff! macht Popmusik, die nicht locker lässt. Deutsche Texte, anspruchsvolle, aber eingängige Arrangements und Melodien, aktuelle und doch zeitlose Themen. Mal zerbrechlich zart, dann wieder kraftvoll, tiefgehend, direkt. baff!'s Musik hat eine einzigartige Lebendigkeit. Auf, wie neben der Bühne sind die vier Musiker*innen gute Freunde, charakterstarke Sänger*innen und absolut sie selbst. Dabei zeigen sie Linie, aber werden nicht langweilig, sprechen wichtige Themen an, aber nehmen sich nicht zu ernst. In ihren Konzerten bleibt kein Auge trocken, kein Tanzbein stehen und kein Mundwinkel unten. Der Eintritt kostet 22 Euro.

4. Oktober, 20 Uhr • Lutterbeker, Lutterbek



Stadt
Neumünster



HOLSTENKÖSTE

Interessenbekundungsverfahren für die Holstenköste 2025

Die Holstenköste ist das zentrale Stadtfest der Stadt Neumünster, welches jedes Jahr mehr als 200.000 Besucher aus Neumünster und Umgebung anzieht. Die Holstenköste zeichnet sich durch ihr vielfältiges Programm an vier Tagen aus, zu dem unter anderem musikalische Darbietungen, Vorführungen, Imbiss und Getränkeauschank sowie verschiedene Fahrgeschäfte gehören. Für die Holstenköste 2025 sucht die Stadt Neumünster Mitveranstalter für die folgenden freien Flächen: die Klosterinsel, die Gänsemarkt-Kreuzung, die Fläche vor dem Restaurant „Kochlöffel“ und die freie Fläche im Eingangsbereich der Lütjenstraße. Näheres zu den Flächen finden Sie auf der Homepage der Stadt Neumünster unter <https://www.neumuenster.de/verwaltung-politik/bekanntmachungen/veroeffentlichungen>

**Die Holstenköste findet vom
12. Juni bis zum 15. Juni 2025 statt.**

Bewerbungsverfahren:

Die schriftliche Bewerbung ist bis zum **15.11.2024, 24:00 Uhr** in einem verschlossenen und gekennzeichneten Umschlag an die folgende Adresse zu richten:

Stadt Neumünster

Der Oberbürgermeister • Fachdienst Zentrale Verwaltung
Abteilung Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Großflecken 59 • 24534 Neumünster

POLIZEI SHOW FEIERT 70. JUBILÄUM

Sie ist Kult! Bereits zum 70. Mal wird am 9. November die Polizei Show in der Wunderino Arena in Kiel über die Bühne gehen.



Tagtäglich stehen sie Seite an Seite an Einsatzstellen im Land. Beamt*innen der Landespolizei und Mitglieder der Feuerwehren sorgen rund um die Uhr für die Sicherheit der Bürger*innen. Einmal im Jahr zeigen sie im Rahmen einer Show, was sie können und animieren zum Mitmachen: Bereits zum 70. Mal wird am 9. November die Polizei Show in der Wunderino Arena in Kiel über die Bühne gehen.

GESTARTET ALS SPORTSCHAU DER POLIZEI

Die ursprünglich „Sportschau der Polizei“ genannte Show wurde im Jahr 1952 ins Leben gerufen, um die sportlichen Fähigkeiten und das Teamwork der Beamt*innen zu präsentieren.

Die Veranstaltung bot den Polizist*innen die Möglichkeit, sich in Disziplinen wie Leichtathletik, Handball, Kunstkräftsport und Leistungsturnen zu messen. Im Laufe der Jahre hat sich die Polizeischau von den sportlichen Wettkämpfen immer mehr zum Showevent entwickelt, an dem nicht nur Polizist*innen, sondern auch andere Einsatzkräfte wie Feuerwehr und Verkehrswacht teilnehmen. Auch die Präsenz regionaler Vereine ist ein fester Bestandteil geworden.

ARTISTIK, MUSIK UND SPASS

Im Jubiläumsjahr werden die beiden Shows um 13.30 und um 18 Uhr wieder beste Familienunterhaltung bieten – gepaart mit spannenden Infos. So wird es Einblicke in die Einsatzlagen

der 1. und 2. Einsatzhundertschaft zu sehen geben sowie einen Auftritt der Diensthundeführer*innen mit ihren vierbeinigen Kollegen. Unverzichtbar bei jeder Show ist die Motorradstaffel der Polizei Hamburg mit modernen und historischen Streifenmaschinen. Zwischendurch gibt es Musik, Artistik und Spaß! Durch das Programm führt wieder der beliebte Comedian Ingo Oschmann.

TICKETS

Kinder bis 14 Jahre erhalten bei beiden Shows einen Rabatt von 5 Euro. Die Kombination mit anderen Rabatten ist ausgeschlossen. Tickets gibt es an den bekannten VVK-Stellen sowie online unter: www.wunderino-arena.de.

EINGESCHLOSSENE GESELLSCHAFT

Freitagnachmittag im Lehrerzimmer. Plötzlich stört eine Mutter die alltägliche Routine. Sie verlangt mit Waffengewalt, dass über die gefährdete Abiturzulassung ihres Sohnes sofort diskutiert werden soll. Im Laufe der Geiselhaft tun sich menschliche Abgründe auf und die Fassaden der nun Eingeschlossenen beginnen zu bröckeln. Es stellt sich schließlich die Frage, ob diese Menschen das moralische Recht haben, über die Zukunft eines jungen Menschen zu entscheiden. Aber das Handeln der Mutter ist ebenfalls Unrecht. Und gilt dann nicht der Satz: Aus Unrecht entsteht kein Recht! ?

4. und 5. Oktober, 20 Uhr • Bürgerhaus Kronshagen





„ELVIS LEBT!“

Fast 50 Jahre nach seinem Tod wird Elvis Presley von niemand Geringerem als Gott, dem Herrn persönlich, geweckt. Dieser outet sich schnell als eingefleischter Elvis-Fan und will den King wieder jung und frisch machen. Mit der Hilfe des Herrn durchläuft Elvis sein gesamtes musikalisches Leben, nur halt rückwärts – von Way down, My Way und An AmericanTrilogy über Burning love, Viva Las Vegas und Devil in disguise bis Don't be cruel, Jailhouse Rock, Blue Suede Shoes u.v.m.. Wird Elvis aber tatsächlich den für ihn von Gott vorgesehenen Weg zurück auf die Bühne einschlagen?

4., 5. Oktober, 20 Uhr • Theater Die Komödianten, Kiel



DER BESUCH DER ALTEN DAME

Die wirtschaftliche Lage in Güllen ist schlecht. Hoffnung bringt der Besuch der Milliardärin Claire Zachanassian, die bereit ist, der Stadt eine Milliarde Mark zu schenken – unter einer Bedingung: Jemand muss Alfred III, der sie einst im Stich ließ, töten. Entrüstet lehnt der Bürgermeister ab, doch Claire ist geduldig. Friedrich Dürrenmatts „tragische Komödie“ handelt von Gerechtigkeit und Rache, Gier und brüchiger Moral, Verlogenheit und menschlicher Schwäche. Ein Stück, das tief unter die Oberfläche moderner Gesellschaften blickt.

Die Premiere findet am 11. Oktober statt.

11. Oktober, 20 Uhr • Schauspielhaus Kiel

Fotos: Die Komödianten (1) / Olaf Struck (1)

Livemusik im Café Feuerherz
in der Sozialkirche Gaarden



RUDI HENDRICH BAND

Freitag 4. Oktober 2024 um 20:00 Uhr



Freier Eintritt

Sozialkirche Gaarden
Stoschstr. 52 • 24143 Kiel
Tel. 0431. 9902866
www.stadtmission-mensch.de

Gecoverte Oldies, Rock- und Popmusik mit speziellem Gitarrensound und starkem Gesang.

stadt.mission.mensch



Kulturladen Leuchtturm



KINDERTHEATER DES MONATS:
Das Puppenspieler-Duo "Die Artisanen" spielt das Stück
"Die Werkstatt der Schmetterlinge".

Sonntag, 20.10.24, 15.30 Uhr
**Spielort: Gemeindehaus,
Brammerkamp 11, 24159 Kiel**

An der Schanze 44 • 24159 Kiel-Friedrichsort
Tel.: 0431-39 68 61 • www.kulturladen-leuchtturm.info

VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS



REVUE 2024 – MUSICAL-SHOW IN HAMMER!

Die Musicalwerkstatt ist eine Sparte im Sportverein Hammer, die jedes Jahr eine Show aufführt. In der Revue 2024 gibt es ein buntes Programm: Es werden Tanz-, Gesangs- und Schauspielarbeiten aus verschiedenen Musicals aufgeführt, von Anatevka bis Arielle über Encanto und Six bis Shrek und Waitress. Die Show wird nicht nur mit dem bunten Programm, sondern auch durch viele neue Darsteller*innen bereichert. Der Eintritt ist frei, und in der Pause während der 2,5-stündigen Darbietung werden Snacks und Getränke im Foyer bereitgestellt.

5. Oktober, 19 Uhr • Sportverein Hammer



ERINNERUNGSKONZERT FÜR B.C.C.

Am 5. Oktober findet der jährliche Konzertabend zu Ehren des Kieler Liedermachers B.C.C. alias Jimmy Dog statt. Unter dem Titel „Ich der Tod – Du das Leben“ wird in der Hansastrasse an das 30-jährige Jubiläum des gleichnamigen Albums erinnert. Die langjährige Begleitband „Brennende Hunde“ wird das Album in den Mittelpunkt ihres Auftritts stellen. Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Programm jenseits des musikalischen Mainstreams und eine großartige Party, die das Erbe dieses einzigartigen Künstlers feiert. Seien Sie dabei und erleben Sie diesen besonderen Abend! Eintritt: 7 bis 10 Euro, nur Abendkasse.

5. Oktober, 20 Uhr • Hansa48, Kiel

Fotos: Musicalwerkstatt SV Hammer (1) / BCC (1) / robermaschke (1)

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

fr 4.10. **Baff a capella** Baff macht Musik - Popmusik
sa 5.10. **Ingo Oschmann** "Scherztherapie"
sa 12.10. **ThalamusTheater**
do17.10. **JanPeterPetersen** Kabarett
fr 18.10. **KneipenQuiz**
fr 25.10. **Reiner Kröhnert "ER"** Kabarett
sa26.10. **Bechmann - Sidenius** Nordic
so 27.10. 12:00-16:30 **Tango Workshop**
do31.10. **Arnulf Rating** Jahrespresseschau
fr 1.11. **QuartettQuerbeet** mit Lene Krämer
sa1 2.11. **Baltic Soul Foundation**
fr 8.11. **Los Flamencitos** Flamenco + Tanz
sa 9.11. **Jess Jochimsen** Kabarett, Songs, Dias

24235 Lutterbek Tel.04343 9442
www.lutterbeker.de

INGO OSCHMANN: SCHMERZTHERAPIE

In diesem Programm werden Sie weinen, bis es wehtut - vor Lachen! In Ingo Oschmanns neuem Programm „Scherztherapie“ nimmt der Komiker alltägliche Situationen unter die Lupe und bringt Sie mit feiner Stand-up-Comedy, pfiffiger Improvisation und verblüffenden Zaubertricks zum Kopfschütteln und Lachen. Ob Familie, Freunde oder Beruf – bei Ingo Oschmann bleibt kein Auge trocken. Lassen Sie sich von seiner 30-jährigen Bühnenerfahrung begeistern und verlassen Sie den Abend gut gelaunt und frischer als zuvor!

5. Oktober, 20 Uhr • Lutterbeker, Lutterbek



RRRING

KLAPP

Geräusch
erraten
& Jackpot
knacken!

KLIRR

PLOÖP

**DAS GEHEIME
SCHLESWIG-HOLSTEIN-
GERÄUSCH**

JEDEN MORGEN UM 7 UHR IM RADIO!




LANDGESTÜT TRAVENTHAL
X **GESTÜTS-WEIHNACHT**
28. + 29. Okt.
4. + 5. November
Frau Holle, Weihnachtsmann, Ponyreiten
23795 Traventhal (bei SE) • www.landgestuet-traventhal.de
HISTORISCHER HENGSTSAAL 1873



JOSEFINE LINDSTRAND FOR THE DREAMERS

Seit mehr als 15 Jahren zählt Josefine Lindstrand zu den führenden Vokalistinnen der skandinavischen Jazzszene. Ausgezeichnet als „Beste Jazzkünstlerin Schwedens“ und „Beste Jazzkomponistin“ des schwedischen Rundfunks, wurde sie in Schweden für einen Jazzgrammy nominiert und erhielt in Dänemark einen Grammy. Jetzt kommt sie mit ihrem Programm „For the Dreamers“ live nach Kiel. Lassen Sie sich von ihrer einzigartigen Stimme und ihren Kompositionen verzaubern.

9. Oktober, 20 Uhr • Kulturforum Kiel



NICK CAVE & THE BAD SEEDS

Nick Cave & The Bad Seeds kehren nach Hamburg zurück! Mit ihrem neuen Album „Wild God“, das am 30. August erscheint, wird die Band ihre Fans im September und Oktober auf ihrer Tour begeistern. Die Hamburg Show findet am 8. Oktober in der Barclays Arena statt. Caves Werk verspricht „Ekstase“ und erhofft sich, dass das Album die gleiche mitreißende Wirkung auf die Hörerschaft hat.

Verpassen Sie nicht die Gelegenheit, diese Musiklegenden live zu erleben.

Tickets sind an allen bekannten CTS-VVK Stellen verfügbar.

8. Oktober, 20 Uhr • Barclays Arena, Hamburg



LESUNG AUS „ICE 1024 – DIE MÖGLICHKEIT DER LIEBE“ VON JESS HANSEN

Erleben Sie das berührende Debüt von Jess Hansen! Am Donnerstag, 10. Oktober, um 19 Uhr, liest der Kieler Autor aus seinem Roman „ICE 1024 – Die Möglichkeit der Liebe“. Die Geschichte erzählt von zwei Reisenden, die acht Stunden im Zugabteil von Kiel nach München verbringen und dabei die Möglichkeit der Liebe entdecken.

Jess Hansen, bekannt als Autor, Drehbuchautor und Filmemacher, schöpft aus einem reichen Fundus an Erlebnissen und Geschichten. Der Eintritt beträgt 10 Euro.

Lassen Sie sich diese besondere Lesung nicht entgehen!

10. Oktober, 19 Uhr • Buchhandlung Friedrichsort

DIE SPEKTAKULÄRE EISKUNST-SHOW **HOLIDAY ON ICE**

*Kaufen Sie Ihre Tickets für die spektakuläre
Eiskunst-Show im Welcome Center Kieler Förde
und erhalten Sie 20 Prozent Rabatt!*



**WELCOME
CENTER** | **Kiel.**
Sailing City.

EXKLUSIVER RABATT IM WELCOME CENTER

Als neue offizielle Vorverkaufsstelle von Eventim-Tickets bietet das Welcome Center Kieler Förde einen exklusiven Vorteil: Erhalten Sie ab sofort 20 Prozent Rabatt auf den offiziellen Ticketpreis. Sollten Sie nach der spektakulären Show in der Wunderino Arena selbst Lust bekommen, die Schlittschuhe zu schnüren, haben Sie wenig später die Gelegenheit dazu: beim Stadtwerke Eisfestival vom 13. November bis zum 12. Januar! Weitere Infos finden Sie unter www.kiel-sailing-city.de/info.

Vom 22. bis 24. November gastiert Holiday on Ice in der Wunderino Arena Kiel und feiert dabei ein ganz besonderes Jubiläum. Seit über 80 Jahren entfesseln die weltbesten Eiskunstläufer*innen auf und über der Bühne eine wahre Symphonie der Bewegung und ziehen das Publikum mit ihrer Präzision und Leichtigkeit in ihren Bann. Die Zuschauer*innen erwarten verblüffende Performances, waghalsige Stunts und Eiskunstlauf auf Weltklasse-Niveau.

22. bis 24. November • Wunderino Arena, Kiel

Foto: Martin Misere

HOLIDAY ON ICE

HORIZONS

22.11. - 24.11.2024

WUNDERINO ARENA | KIEL

www.holidayonice.de

**TICKETS
AB 38,40 €***



**20% KIEL SPECIAL NUR IM
WELCOME CENTER
KIELER FÖRDE!**



*Alle angezeigten Preise verstehen sich inkl. der gesetzlichen MwSt., Systemgebühr, VVK-Gebühr und Buchungsgebühr von max. 2,50 € je Ticket; zzgl. Versandkosten.



HINNERK KÖHN – INFINITY

Erleben Sie am 11. Oktober im Roten Salon in Kiel das neue Programm „Infinity“ von Hinnerk Köhn. Ab 20 Uhr nimmt Sie der Stand-up-Comedian und Musiker mit auf eine Reise voller Humor, Musik und Nostalgie. „Infinity“ ist ein wilder Mix, ein Programm wie ein Rausch zwischen Zuckerschok, Kokainmissbrauch und Super RTL auf 120 Dezibel. Einlass ist um 19 Uhr. Freuen Sie sich auf einen Abend, der alles verspricht und nichts hält – und dabei unendlich viel Spaß macht.

11. Oktober, 20 Uhr • Die Pumpe

FILMABEND MIT KARL SIEBIG

Der Dokumentarfilm „Lindenau oder Man hat ja seine Schweißtropfen hier gelassen“ von Karl Siebig von 2014 zeigt die letzten Momente des industriellen Schiffbaus auf der Lindenau Werft in Kiel-Friedrichsort.

Das Filmmaterial ist von 2005, also drei Jahre bevor die Werft für Doppelhüllentanker im Zuge der internationalen Schiffskrise in die Insolvenz ging. Das Portrait der Arbeit und der Arbeiter zur Musik von Strawinski bildet so einen wichtigen Teil von Regional- wie Stadtteilgeschichte.

11. Oktober, 19 Uhr • Kulturladen Leuchtturm e.V.



VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS



TINA – THE QUEEN OF ROCK 'N' ROLL

Die atemberaubende Live-Show „TINA – The Ultimate Tribute to the Queen of Rock'n' Roll“ kommt im Oktober nach Deutschland! Diese spektakuläre Huldigung an Tina Turner verspricht ein unvergessliches Erlebnis. Caroline Borole verkörpert die Rocklegende perfekt mit kraftvoller Stimme und intensiver Bühnenpräsenz. Freuen Sie sich auf eine mitreißende Performance mit den größten Hits von Tina Turner wie „Simply the Best“ und „Proud Mary“. Tickets sind ab sofort erhältlich.

11. Oktober, 20 Uhr • Wunderino Arena, Kiel



MAX RAABE & PALAST ORCHESTER

Die neue Tour „Wer hat hier schlechte Laune“ von Max Raabe & Palast Orchester verspricht gute Laune! Die Mischung aus Eigenkompositionen und Originalarrangements der 20er/30er Jahre sorgt für einen unterhaltsamen Konzertabend. Freuen Sie sich auf Hits wie „Guten Tag, liebes Glück“ und Klassiker wie „Mein Gorilla hat ne Villa im Zoo“. Max Raabe zieht alle Register seines Könnens und verzaubert das Publikum mit einer einzigartigen Bühnenshow. Sichern Sie sich Tickets und erleben Sie einen Abend voller Musik und Lächeln.

12. Oktober, 20 Uhr • Wunderino Arena, Kiel



JUST 241: HIP HOP SHOW JUST A SHOW

Die Hip Hop-Leistungsformation Just 241 konnte bereits deutsche und norddeutsche Meistertitel nach Hause holen, und auch bei der Weltmeisterschaft in den USA waren sie letztes Jahr dabei und konnten den 25. Platz belegen. Jetzt können Sie die Hip Hop Gruppe in einer spektakulären Show in ihrer Heimatstadt Kiel erleben. Es erwartet Sie ein buntes Showprogramm mit verschiedensten Tanzstilen und Akrobatik, inklusive der meisterhaften Choreografien, die bei nationalen und internationalen Wettbewerben erfolgreich waren. Freuen Sie sich zudem auf eine Tombola und kulinarische Angebote. Die Einnahmen unterstützen die Förderung des Hip Hop-Sports in Kiel.

12. Oktober, 13 und 18.30 Uhr • Hein Dahlinger Halle



MATJES MIT VIEL CHA CHA CHA

Erleben Sie ein zauberhaftes Figurenspiel für Kinder ab 4 Jahren und Erwachsene: „Matjes mit viel Cha Cha Cha“. Das norddeutsche Handpuppenspiel von Peter-Michael Krohn wird am 12. Oktober um 14 Uhr im Foyer des Opernhauses aufgeführt. Freuen Sie sich auf eine spaßig-spannende Waterkant-Geschichte, die das traditionelle Kasperspiel mit zeitgenössischem Figurentheater verbindet. Mit Buch und Regie von Wolfgang Buresch, Musik von Ture Rückwardt und Figuren von Peter-Michael Krohn.

12. Oktober, 14 Uhr • Foyer des Opernhauses Kiel

Fotos: Just 241 (1) / Tom Kyle (1)

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.



EIN SOMMERNACHTS-TRAUM

Unerwünschte Liebe, ein bevorstehendes Herrscherpaar, Handwerker als Schauspieler und ein Ehestreit unter Elfen – all das bietet Shakespeares „Ein Sommernachtstraum“. Die berühmte Komödie mit ihren Verwirrungen und Verwicklungen dient als perfekte Grundlage für eine neue choreografische Auseinandersetzung. Yaroslav Ivanenko, der bereits „Romeo und Julia“ inszeniert hat, widmet sich erneut einem Werk von Shakespeare. Mit Musik von Felix Mendelssohn Bartholdy und Camille Saint-Saëns entführt er Sie in einen nächtlichen Zauberwald und eine illustre Hochzeitsgesellschaft. Am 12. Oktober findet die Premiere statt.

12. Oktober, 19 Uhr • Opernhaus Kiel



MITMACHKONZERT UKULELE

Erleben Sie ein Konzert der anderen Art: das Sing and strum Ukulele Mitmachkonzert! Hier werden die Akkorde und Texte der verschiedenen Songs mit Hilfe eines Beamers an die Wand projiziert, sodass alle direkt mitsingen und mitspielen können. Und für alle, die zwar Lust haben, aber noch keine Erfahrungen mit der Ukulele gemacht haben, gibt es von 17.30 bis 18.30 Uhr einen kurzen Crashkurs. Leihinstrumente sind vorhanden, Tickets kosten 7 Euro oder 4 Euro ermäßigt im Vorverkauf.

12. Oktober, 19 Uhr • Ukulele in Kiel

90 lebensart

VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS



ROCK TALES

Der eine war viele Jahre in hohen Positionen bei Schallplatten-Konzernen, traf große Stars. Der andere produzierte Hits und tourte mit Künstler*innen um die Welt. Jetzt präsentieren sie ihre Lieblings-Geschichten aus dem Backstage-Bereich. ROCK TALES kombiniert mit Video-Projektionen im Wechsel mit Live-Musik, die größten Hits, die besten Songs der besten Bands und Künstler*innen. Im Zeitraffer stromern sie durch die Musikgeschichte.

12. Oktober, 20 Uhr • Kulturforum Kiel



„SENSENMANN UND SÖHNE“

Am 12. Oktober führt das Thalamus Theater die neue Inszenierung der Komödie „Sensenmann und Söhne“ von Jan Neumann auf. Hier wird tief in das eingetaucht, was zwischen Leben und Tod passiert. Der Bestatter Heinrich Heinemann will eigentlich mit seinem eigenen Sterben nichts zu tun haben, seine Tochter fürchtet sich vor Leichen, und auch weitere Personen mit Bezug zum Tod tauchen auf: ein Pastor, ein Arzt, eine Trauerrednerin und eine ehemalige Hospizmitarbeiterin. Obwohl der Tod uns alle betrifft, ignorieren wir gerne unsere Endlichkeit – Zeit, dass das Thalamus-Theater da mal genauer hinschaut und dabei einiges Komisches, Skurriles, Herzerreißendes und Bedenkenswertes zu Tage bringt.

12. Oktober, 20 Uhr • Lutterbeker, Lutterbek



Kultur-Rausch UND Nacht der Clubs

Erleben Sie vom 12. Oktober bis 9. November ein einmaliges Kultur-Highlight in Kiel: den Kultur-Rausch, beginnend mit der Nacht der Clubs.

Am 12. Oktober startet das Kulturfestival mit einer exklusiven Erkundungstour durch das nächtliche Kulturleben der Landeshauptstadt. Die Nacht der Clubs bietet Ihnen für nur 10 Euro Eintritt die Möglichkeit, an einem Abend alle Clubs in Kiel zu entdecken. Dabei sind sogar kostenloser Shuttleservice mit Hop-on Hop-off Doppeldecker-Bussen und Räder der Sprotten Flotte inklusive! Nach der Eröffnung erwartet Sie der Kultur-Rausch mit vier Wochen voller Livemusik, Comedy, Lesungen, DJ-Culture und Tanzveranstaltungen an über 10 verschiedenen Veranstaltungsorten. Die Schaubude feiert in neuen Räumlichkeiten in der Bergstraße weiter, und auch die Räucherei ist wieder am Start und sorgt für kulturelles Leben auf dem Ostufer.

Mit dabei sind zahlreiche spannende Events: Stephan Orth liest aus „Couchsurfing in der Ukraine“, Daniel Hoppenstedt sorgt mit seiner Looping Station für Stimmung, und Peaky Pluckers begeistern mit Folk-Pop. Jazz-Liebhaber*innen kommen beim Clara Haberkamp Trio auf ihre Kosten, während Whispering Sons mit experimentellem Post-Punk überzeugen. Zudem gibt es großartige Konzerte von ENGST, Bad Age, Michy Reincke und Jaya The Cat.

12. Oktober bis 9. November • Kiel

Fotos: Kultur-Rausch (1)



Spende und werde ein Teil von uns.
[seenotretter.de](https://www.seenotretter.de)



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





[#teamseenotretter](https://www.instagram.com/teamseenotretter)



VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS



SING MIT

Der inklusive Chor der Rockschule Russee „BUNTE FARBEN“ ist in diesem Jahr unter der Leitung von Nina Berger auf Mitsing-Konzertreise. Sie singen zusammen mit ihrem Publikum alles von Schlagern bis Popmusik. Begleitet wird der Chor von Kieler Musiker*innen. Der Eintritt kostet 5 Euro, für Menschen mit Behinderung und Kinder ist der Eintritt frei.

13. Oktober, 17 Uhr • Kulturforum Kiel



DIE LABORANTIN

In einer nicht allzu fernen Zukunft bestimmt ein Bluttest über Erbkrankheiten und Gendefekte das Schicksal der Menschen und errechnet einen Gesamtwert auf einer Skala von eins bis zehn. Bea (7,1) und ihr Freund Aaron (8,9) haben beste Chancen, doch als Beas Freundin Char nur auf 2,2 getestet wird, entdeckt Bea einen lukrativen Nebenberuf. Das mehrfach ausgezeichnete Debütstück der jungen englischen Autorin schildert ein dystopisches Szenario über den gläsernen Menschen und die perfide Selektion des Unperfekten. Ein Stück, das tief zum Nachdenken anregt.

13. Oktober, 19.30 Uhr • Schauspielhaus Kiel

92 lebensart



DAS LIED DER TRIUMPHIERENDEN LIEBE

Erleben Sie am 14. Oktober um 19 Uhr im Konzertsaal Kiel das Duo Laurent Albrecht Breuninger und Irene Berger. Breuninger, ein preisgekrönter Geiger, und seine Klavierpartnerin Irene Berger präsentieren das Programm „Das Lied der triumphierenden Liebe“. Es basiert auf Iwan Turgenjews mystischer Erzählung und wird mit Ernest Chaussons ‚Poème de l’amour triomphant‘ und César Francks Violinsonate umrahmt. Breuninger rezitiert Turgenjews Novelle und entführt anschließend das Publikum zusammen mit Berger in musikalische Welten.

14. Oktober, 19.30 Uhr • Kulturforum Schwimmhalle Schloss Plön



COUCHSURFING IN DER UKRAINE

Bei dieser Multimedia Lesung stellt Stephan Orth sein am 1.8. erschienenes Buch „Couchsurfing in der Ukraine“ vor. Der Autor hat den Krieg Russlands gegen die Ukraine von Beginn an intensiv miterlebt - denn seine Freundin Julija ist selbst Ukrainerin. Orth reist tausende Kilometer durch das Land und wohnt bei Einheimischen, hört ihre Geschichten und ist beeindruckt von ihrem Lebenswillen. Es ist ein Bericht über Mut, Hoffnung und dem Leben im Ausnahmezustand.

15. Oktober, 20 Uhr • STUDIO Filmtheater Kiel



BAREFOOT IN'N PARK – KOMÖDIE IN KIEL

Nach einer stürmischen Flitterwoche sollte den Jahren des Eheglücks eigentlich nichts mehr im Wege stehen – es sei denn, sehr unterschiedliche Lebensauffassungen prallen aufeinander. Paul ist ein überaus korrekter und aufstrebender Anwalt, Conny hingegen hat Spaß und Vergnügen zu ihren Lebensprinzipien erklärt. Als die gemeinsame Wohnung sich auch nicht gerade als Glücksfall entpuppt, die Schwiegermutter dem Ruf einer solchen besondere Ehre macht, und sich ein exzentrischer Nachbar in die junge Ehe einmisch, wird diese auf eine harte Probe gestellt – sehr zum Vergnügen des Publikums.

15. Oktober, 20 Uhr • Schauspielhaus Kiel

LUCK UP

Freuen Sie sich auf einen beschwingten Abend mit Luck Up am 16. Oktober um 20 Uhr im Kulturzentrum Kiel. Die vier Herren im (zweit)besten Alter spielen Musik, die die Füße wippen lässt – von Swingklassikern über Schlager bis hin zu Rock-Oldies. Da der Bandbus nur begrenzten Platz bietet, greifen sie auf Ukulelen, Mundharmonika und Trommel zurück. Diese minimalistischen Instrumente reichen jedoch völlig aus, um ihre einzigartige und mitreißende Musik zu präsentieren.

16. Oktober, 16 Uhr • Kulturladen Leuchtturm e.V.



Fotos: Sijje Hashelde (1) / Luck Up (1)

Digital lesen

UND SPAREN!

Lesen Sie „So is(s)t Italien“ als E-Paper - wann und wo Sie wollen - und sichern Sie sich viele Vorteile

JETZT FÜR NUR 1 EURO TESTEN*

SO ISST ITALIEN

91 geniale Rezepte!

so isst Italien

Für Ihre italienischen

Einheimisch zusammen!

GEBÄCK MIT HERBSTOBS
Ideen für die Kaffezeit

Knödel wie in Südtirol
Einfache Grundrezepte, die immer gelingen

Zart & gefüllt: Fleisch für Gäste
Saftig geschmorte Involtini und Braten, die alle begeistern

Neue Rezeptideen für HERBSTGE

SAISONAL: Pastagerichte mit Pilzen • Einmachen • ...
TRADITIONELL: Toskanische Küche • Scamorza in vier ...

amazon.de

JETZT BEI amazon.de

www.naturapothek.de

Bestell-NR: SII22EPA

www.soisstitalien.de/E-Paper-Probabo

Nach 1. Ausgabe direkt ins Jahresabo (39,90 Euro für 8 Ausgaben) wechseln.
** Bezogen auf die einmalige Testausgabe für 1 Euro im E-Paper-Abosparen Sie mit jeder Ausgabe 20 Prozent im Vergleich zum gedruckten Magazin.



URGEWALD – AUF DEN SPUREN DES GELDES

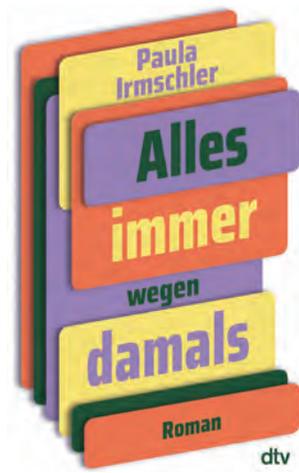
Ab dem 17. Oktober bringt W-FILM die spannende Dokumentation „urgewald – auf den Spuren des Geldes“ in die deutschen Kinos. Der Film von Karin und Peter Wejdling beleuchtet die 30-jährige Erfolgsgeschichte der Umwelt- und Menschenrechtsorganisation urgewald und zeigt, wie der Verein Finanzströme aufdeckt, die umweltschädliche und menschenrechtsverletzende Projekte unterstützen. Der Film wurde mit dem Horizonte-Filmpreis ausgezeichnet und enthält Beiträge von Jürgen Trittin, Claudia Kemfert und Luisa Neubauer. Die Premiere findet am 9. Oktober im Berliner Kant-Kino statt, danach geht der Film dann auf Kinotour durch Deutschland.

17. Oktober, 18 Uhr • Abaton Kino, Hamburg

DER ROSENKAVALIER

Erleben Sie die Oper „Der Rosenkavalier“, die mit einem Orchester-vorspiel eine leidenschaftliche Liebesnacht schildert. Die Feldmarschallin Fürstin Werdenberg erwacht mit ihrem jungen Liebhaber Octavian, der sich als Kammerzofe verkleiden muss, um nicht von Baron Ochs entdeckt zu werden. Dieser sucht die Hilfe der Marschallin, um die reiche Sophie zu heiraten und einen Rosenkavalier zu finden. Überraschenderweise schlägt die Marschallin Octavian vor. In einem Walzer-geschwängerten Wien der Maria Theresia-Zeit verbirgt sich eine Geschichte über Liebe, Begehren und Einsamkeit.

18. Oktober, 18 Uhr • Opernhaus Kiel



„ALLES IMMER WEGEN DAMALS“

Am 17. Oktober liest Paula Irmischer aus ihrem neuen Roman „Alles immer wegen damals“. In ihrem Werk erzählt sie entwaffnend ehrlich voller Witz und Zärtlichkeit von zwei grundverschiedenen Frauen, die eines gemeinsam haben: Die eine hat die andere geboren. Erlebe einen Abend voller Emotionen und literarischer Highlights. Seien Sie dabei und tauchen Sie ein in die fesselnde Geschichte dieser beiden Frauen!

17. Oktober, 20 Uhr • Hansa48, Kiel



„STABILE SEITENLAGE“

Nach dem Motto: „Wer spricht von siegen, überstehen ist alles!“ präsentiert H.-C. Hoth in seinem Soloprogramm wieder einmal seine Bühnenlieblinge: Deutschlands beliebtesten Prozessoptimierer auf zwei Beinen Felix Weltrang, das Kieler Bridge-Aß, Anneliese Noellmann, den smarten Vollrausch-Chirurgen u. v. a.. Dieses Mal werden sie zum Thema „Stabile Seitenlage“ im Studio des Schauspielhauses Kiel ihrer Fantasie freien Lauf lassen. Freuen Sie sich also auf die wahren Notfall-Experten unseres Alltags bei ihrem Erste-Hilfe-Einsatz in Politik, Wirtschaft und Medizin. In jedem Fall erlebt an diesem Abend die „Stabile Seitenlage“ ihr blaues Wunder ... meint die rote Strickjacke ... Horst!

19. Oktober, 20.30 Uhr • Studio Schauspielhaus Kiel



MINA RICHMAN

Am 24. Oktober kommt Mina Richman mit ihrer Mischung aus IndieSoul, Blues und HipHop nach Kiel! Die 25-jährige Deutsch-Iranerin, bekannt durch ihre Debüt-EP „Jaywalker“, begeistert mit tiefgründigen Folk-Pop-Nummern, in die auch immer wieder amüsante Gedanken einfließen. Ihr Solidaritäts-Song „Baba Said“ machte sie während der Revolution im Iran schlagartig berühmt. Ihr neues Album erscheint im März 2024 und verbindet das Musikalische mit dem Gesellschaftlichen. Erleben Sie Mina Richman live, begleitet von ihrer Band bestehend aus Friedrich Schnorr von Carolsfeld, Alexander Mau und Leon Brames. Tickets gibt es für 12 Euro im Vorverkauf und 15 Euro an der Abendkasse.

24. Oktober, 20 Uhr • Hansa48, Kiel



DER FREISCHÜTZ

Agathe und Max wollen heiraten, doch erst muss Max einen Probenschuss bestehen, denn Agathe ist Försterstochter und ein Urahn hat es so bestimmt. Um seinem Glück nachzuhelfen, lässt Max sich mit dem zwielichtigen Kaspar ein, der ihn mit »Freikugeln« versorgen kann, die immer in ihr Ziel treffen. Aber dazu müssen beide in die verrufene Wolfsschlucht, wo dunkle Mächte walten ... Die schwarz-romantische Erfolgsoper wurde vom jungen französischen Regisseur Jean-Romain Vesperini „optisch überwältigend“ (nmz online) in seinem Deutschland-Debüt mit suggestiven Video-Bildern ausgestattet.

20. Oktober, 20 Uhr • Opernhaus Kiel

Fotos: Olaf Struck (1) / Jan Haller (1)

Jetzt im Buchhandel

IHRE GESUNDHEIT

HEILWISSEN FÜR KÖRPER UND SEELE

50% SALE

NUR NOCH 14,95 €



JETZT BESTELLEN UNTER:

www.naturapotheke-magazin.de/gesundleben

amazon.de

ISBN: 978-3-96417-229-7

AUCH ÜBERALL IM BUCHHANDEL:

bücher.de

Thalia

Hugendubel

Das Lesen ist schön!

OSIANDER.de

Mayersche.de

fm



AMIR HASSAN CHEHELTAN

„Die Rose von Nischapur“ ist ein ergreifender Roman über die Kraft der Literatur, über Liebe und Begehren in einem autoritären Staat sowie über das Verhältnis zwischen Orient und Okzident. Der junge Engländer David reist in das Heimatland seines Lieblingsdichters und findet sich inmitten politischer Unruhen wieder. Mit Davids iranischen Freunden entspinnt sich eine Dreiecksbeziehung, die für alle gefährlich wird.

29. Oktober, 19.30 Uhr • Literaturhaus Kiel



GLAUBE LIEBE HOFFNUNG

Inmitten einer Gesellschaft im wirtschaftlichen Niedergang versucht die junge Elisabeth, ihr Lebensglück zu finden. Doch alte Schulden und der benötigte Wandergewerbeschein stellen Hürden dar. Sie will ihren Körper dem anatomischen Institut überschreiben, doch das misslingt. Ein Mitarbeiter leiht ihr Geld, das sie zur Schuldentilgung nutzt, woraufhin er sie anzeigt. Nach ihrer Entlassung aus dem Gefängnis lernt sie den Polizisten Klostermeyer kennen, doch auch diese Hoffnung endet in einer Eskalation. Horváths 1933 erschienenes Stück beschreibt eindrucksvoll den Kampf des Individuums in einer rücksichtslosen Gesellschaft, und diese Inszenierung ist definitiv einen Besuch wert. Am 27. September war die Premiere, Aufführungen gibt es bis Anfang Dezember.

30. Oktober, 20 Uhr • Schauspielhaus Kiel



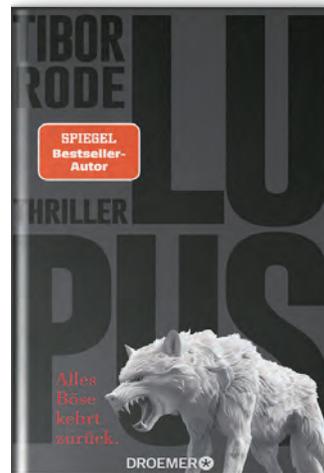
IL CIVETTO

Wenn Il Civetto kommen, geht die Sonne auf. Das ist wirklich so. „Wir können uns das auch nicht erklären“, sagt Leon Keiditsch, „aber in diesem Jahr ist das immer wieder passiert: dass es aufhört zu regnen, sobald wir bei einem Festival auf die Bühne gehen. Vorher Regen, nachher Regen, bei unserem Auftritt scheint die Sonne. Es ist ein bisschen unheimlich.“ Mit ihren strahlenden Melodien ist das aber kein Wunder. Il Civetto verbinden in ihrer Musik Licht und Schatten, den Vibe einer lauen Sommernacht mit dem Kater danach. Ihr neues Album „Liebe auf Eis“ ist der Pop einer Generation, die von Älteren um ihre Zukunft betrogen ist, diese aber nicht kampfflos hergeben mag. Es geht um Liebe, Hoffnung, Solidarität - und um Melodien, die einfach glücklich machen.

6. November, 20 Uhr • Die Pumpe, Kiel

SCHUBYS BUCHTIPP

TIBOR RODE: LUPUS



Pageturner! Wissenschaftlich fundierter Nervenkitzel, hoch spannend, mitreißend geschrieben und gut recherchiert. ******* 5 von 5 Sternen**

Ohne jede Spur verschwinden nachts Jäger auf der Pirsch – so auch der Vater von Tierärztin Jenny Rausch. Zeitgleich häufen sich Angriffe scheinbar wild gewordener Wölfe in deutschen Wäldern. Die Kameras auf einem eigens eingerichteten und von KI gesteuerten Schutzzaun zeichnen seltsame Daten auf, was Staatsanwalt Frederik Bach auf den Plan ruft. Sind die

vermissten Jäger tatsächlich Wölfen zum Opfer gefallen oder hat man es mit Mord zu tun? Staatsanwalt Bach und Jenny geraten in einen Strudel aus Ereignissen, die Verbrechen während der Nazi-Zeit, eines der bestgehüteten Geheimnisse der DDR-Diktatur und ein Familiendrama miteinander verknüpfen. Antworten finden die beiden schließlich in Jennys eigener Vergangenheit – und auf der gefährlichsten Insel der Welt.

Verlag Droemer, 480 S., 18 Euro

MEENOS WETTER FÜR DEN OKTOBER

GOLDENER OKTOBER

Als ich mir vor einiger Zeit Gedanken machte, wie die Kolumne über einen goldenen Oktober 2024 aussehen könnte, erschien mir die spontane Antwort einfach und selbstverständlich: golden natürlich. Aber dann stieß ich auf Widersprüche und plötzlich gab es eine Reihe von Antworten, die den Oktober wenig schön dastehen ließen. Er hat zwei Seiten!

VERGÄNGLICH

Kein Monat strahlt so etwas Vergängliches aus wie er. Die Äcker kleiden sich im monotonen Grau. Mit einem Mal sind die Obstwiesen eher unappetitlich in Geruch und in der Frucht. Am Boden mag noch mancher Apfel liegen, trostlos, verloren als Fallobst. Das war's. Kein Feld, keine Wiese strotzt noch vor Fruchtbarkeit, im Gegenteil: Alles ist vergänglich, jetzt ist es so weit, es zur Schau zu tragen. Wenn dann noch Stürme oder Regen die Natur am Kragen packen und ordentlich durchschütteln, dann spätestens ist es mit der glänzenden Schönheit eines goldenen Oktobers vorbei.

GOLDENER OKTOBER?

Worüber wir uns noch in den vergangenen Wochen und Monaten gefreut haben – plötzlich ist alles weg, verschwunden. Die Felder sind schwarz vom Mutterboden, geggert und gepflegt. Buntes Getreide? Schon lange nicht mehr. In den Gärten grünt es fleißig – dank Giersch und Co! Unerwünschtes Kraut, querbeet, das Blühen aber wurde von den meisten Pflanzen eingestellt, es hat sich (fast) ausgeblüht. Längst vorbei die Zeiten täglichen Schlemmens von Kirschen, Pflaumen, Brombeeren, Schlehe und Äpfeln oder was sonst noch so frisch und verlockend in den Bäumen und Knicks hing und zum Naschen einlud. Selbst die Gemüsebeete konzentrieren sich fast nur noch auf Kohl. Und von den hellen Abenden mussten wir uns schon vor längerem verabschieden, das Schleswig-Holstein Magazin läuft, wenn es draußen bereits dunkel ist. Von wegen goldener Oktober!

HERBSTFARBEN

Aber dann ist da ja noch die andere Seite. Plötzlich steht der Oktober in einem völlig anderen



MEENO SCHRADER

Schon seit seinem 15. Lebensjahr ist das Wetter für Meeno Schrader weit mehr als nur Small Talk. Er hat es an den unterschiedlichsten Plätzen der Welt „getestet“ und lebte und arbeitete unter anderem in Australien, Korea, der Karibik und den USA. Seit 2002 ist er der „Wetterfrosch“ des Schleswig-Holstein-Magazins beim NDR. In der Lebensart verrät er jeden Monat einen Gedanken aus seinen Wetterwelten.

Licht. Da ist der zehnte Monat im Jahr sogar noch besser, als er an Eindrücken hinterlassen kann. Die letzte Frucht am Baum in diversen Farbnuancen. Was monatelang monochrom grün an den Ästen und in den Bäumen hing, läuft plötzlich zu farbiger Hochform auf. Als ginge es darum, die Rottöne im Tuschkasten bis zum letzten Farbtupfer auszukuratzen. Was die Natur da jedes Jahr aufs Neue hinkriegt, ist einmalig. Ob mit oder ohne Sonne, die Natur ist ein Gedicht, mit Sonne eine wahre Pracht, an der sich das Auge nicht satt sehen kann. Das Gute hieran ist: Egal, wie das Wetter wird, irgendwann ist es im Oktober so weit, verfärben sich die Blätter – ob sie wollen oder nicht: gelborange, mittelrot, zitronengelb, rotorange, goldgelb, zinnoberrot, gelborange, karminrot. Na, wenn das kein Kompliment ist! Nicht alles, was glänzt, ist Gold, es sei denn, es ist ein goldener Oktober. Und ich werde das Gefühl nicht los: Es wird in diesem Jahr ein besonders goldener Oktober.



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:

Anne-Kristin Bergan, Dr. Heiko Buhr, Birgitt Jürs, Kristina Kröger, Marion Laß,
Mareike Neumann, Dr. Meeno Schrader, Maya Schukies, Sebastian Schulten, Isabelle Sester,
Mirjam Stein, Finja Thiede, Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnow

Art-Direktion:

Lisa Kim Ernst, l.ernst@falkemedia.de, Tel.: 0171 / 437 36 80

Grafik:

Sandra Huege, Zlatan Rasidovic, Maren Urvat, Sonja Woldt

Anzeigengestaltung:

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

Fotos:

Natascha Mundt, Regine Sauerberg, Adobe Stock, Pexels, Unsplash

Anzeigen
anzeigen@verlagskontor-sh.de

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

Flenburg, 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

Überregional:
Jörg Stoeckicht:
stoeck@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 61

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. Veranstaltungshinweise 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. NOVEMBER



JETZT WIRD'S WILD

Winterlicher Genuss in der Küche, da fällt einem natürlich direkt der Klassiker schlechthin ein: Wild. Doch was kann man damit überhaupt alles zubereiten? Konkrete Rezeptideen und leckere Inspirationen für Ihre Festtafel finden Sie in unserer nächsten Ausgabe. Und eins können wir Ihnen verraten: Es wird richtig lecker!

FÜR DICH ZUM FEST GESCHENKETIPPS

Das Weihnachtsfest steht vor der Tür und damit Sie nicht unter Zeitdruck geraten und ideenlos auf Geschenkesuche gehen, haben wir wie jedes Jahr für Sie die besten Geschenketipps zusammengetragen. Ob für die Schwiegermutter, den Ehegatten oder die besten Freund*innen: Hier werden Sie fündig!



TRAUMKÜCHEN & ESSTISCHE

Die Küche ist das Zentrum Ihres Zuhauses. Hier sitzt man gemeinsam mit der Familie beim Frühstück, backt zur Weihnachtszeit Plätzchen oder lädt seine Freund*innen zu lauschigen Abenden ein. Alles rund um die Küche und wie Sie sich die perfekte Sitzecke einrichten, haben wir für Sie in der nächsten Ausgabe parat!



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.

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.

www.kaiserwilhelmstift-kiel.de

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. „Miteinander Füreinander“ ist unser täglicher Impuls.

Leben mit Genuss: Unserer hauseigene Gastronomie kocht täglich frisch und immer mit besten Zutaten und gutem Geschmack. Unsere Küche hat es sogar geschafft mit der FEINHEIMISCH Zertifizierung ausgezeichnet zu werden – als erstes Seniorenzentrum in Schleswig-Holstein.



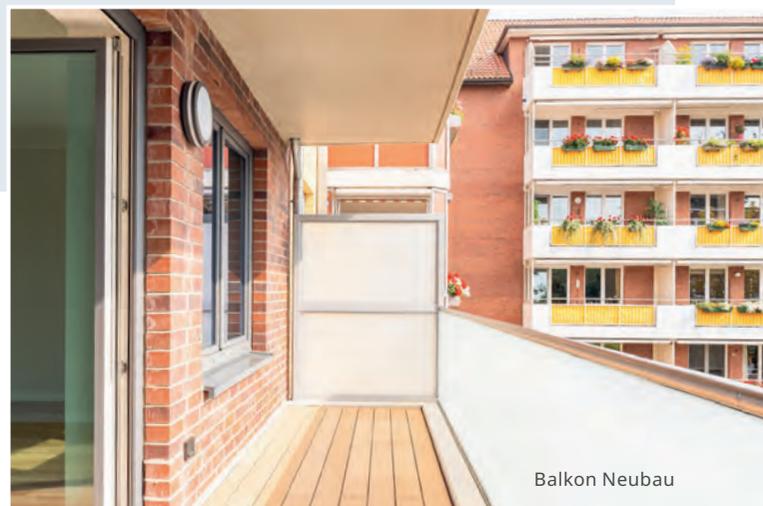
Wir laden Sie herzlich ein, sich ein Bild von unserem vielfältigen Angebot zu machen. Besuchen Sie uns und überzeugen Sie sich selbst von der Qualität und dem Engagement unseres motivierten Teams.

Innovatives Wohnkonzept in der Körnerstraße

Unser großzügiger Neubau in der Körnerstraße wurde mit dem Ziel entwickelt, ein zeitgemäßes und komfortables Wohnumfeld zu schaffen. Es entsteht ein modernes und lebenswertes Quartier mitten in Kiel, das Senioren nicht nur ein Zuhause, sondern auch eine Gemeinschaft bietet. Innovative Lösungen und smarte Technologien fördern die Wohnqualität und die Selbstständigkeit unserer Bewohner.

Die einladende Lobby ist ein Ort der Begegnung und das Herzstück des Quartiers. Hier können Bewohner und Besucher bei einer Tasse Kaffee, einem Stück Kuchen oder einem leckeren Mittagessen zusammenkommen. Die sonnige Außenterrasse mit großen Schirmen und Strandkörben ist ein wunderbarer Treffpunkt bei jedem Wetter.

Die moderne Wohngemeinschaft im Erdgeschoss bietet Flexibilität und individuelle Gestaltungsmöglichkeiten. Die WG fördert ein soziales Miteinander und bietet (Frei-)Raum für persönliche Bedürfnisse.



Balkon Neubau

4
Wochen
Festival



Kultur Rausch

Sa\12\Okt – So\10\Nov

ERÖFFNUNGSVERANSTALTUNG

Nacht der Clubs

Sa\12\Okt\2024

Kostenloser Shuttleservice
2 Doppeldecker-Busse
+ SprottenFlotte
10€ Eintritt



Medienpartner



Kiel-Marketing