

DAS MONATSMAGAZIN IM NORDEN

lebensart

NEUMÜNSTER / MITTELHOLSTEIN / RENDSBURG

FEBRUAR 2026 • KOSTENLOS

REISEN AUF VIER RÄDERN

FRISCHE IDEEN FÜRS CAMPEN

TOURISMUS IM NORDEN

ZWISCHEN STRANDKÖRBE
UND STRATEGIEN



**HOLSTEN
THERME**

Mein Tag Urlaub.

Entdecken Sie die Wohnkollektion TRAPANI
in Mango in unserem Henders & Hazel Studio
zu Top Kauf Angeboten!

Hier geht
es zur
Kollektion
& weiteren
Top Kauf
Angeboten!



Sideboard Trapani 240 cm UVP 1.549,- **1.399,-** | Tisch Trapani 210x120 cm UVP 1.599,- **1.499,-** | Buffetschrank Trapani 160 cm UVP 2.499,- **2.299,-**

HENNINGS
Möbel

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

*Wir sehen
uns in
Büdelsdorf!*

H+H Top Kauf Angebote gültig bis 1.3.2026. Irrtümer, Liefermöglichkeiten, Farbabweichungen sowie Preis- und Druckfehler sind vorbehalten.
Preise versteht sich in Euro inkl. gesetzl. MwSt. Solange der Vorrat reicht. Verwaltung: Knutzen Teppich-Hof GmbH.

EINKAUFEN
MIT DER



KNUTZEN
TEPPICH-HOF

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

COUPONS IM WERT VON 1.560 €

Lassen Sie Ihren *Wohnraum* wahr werden!

So sparen Sie mit unseren Knutzen Deals:

Zeigen Sie einen der 6 Coupons an der Kasse oder
beim Fachberater vor, und der Rabatt wird direkt von
Ihrem Einkaufspreis abgezogen. Bitte beachten Sie die
jeweiligen Einlösebedingungen.

Weitere Informationen sowie das Couponheft
finden Sie online: knutzen-home.de.

Gültig bis zum 25.02.2026

*Viel Spaß
beim Sparen!*



KNUTZEN TEPPICH-HOF Büdelsdorf
Neue Dorfstraße 68
Tel. 04331 35 060

KNUTZEN HOME Neumünster
Fehmannstraße 14
Tel. 04321 25 17 10

KNUTZEN HOME Henstedt-Ulzburg
Philipp-Reis-Straße 2
Tel. 04193 80 710



VALENTINSTAG 2026 IM ALTEN STAHLWERK

Genießen Sie romantische Stunden zu zweit in einzigartigem Ambiente:

Im Restaurant GUSTAVS erwartet Sie ein exklusives Candle-Light-Dinner mit einem fein komponierten 4-Gang-Valentinsmenü von Küchenchef Alex Lange und seinem Team.

Abends 4-Gang Menü: 202,00 € pro Paar

Alternativ laden wir Sie im Restaurant 1500°C zu einem genussvollen Valentins-Lunch-Brunch oder zu einem romantischen Dinnerbuffet am Abend ein. Liebevoller Details, ein prickelndes Ambiente und ein kleines Präsent runden diesen besonderen Tag ab.

Valentins-Lunch-Brunch: 78,00 € pro Paar
Valentins-Dinnerbuffet: 80,00 € pro Paar

Wir freuen uns darauf, Ihr Gastgeber zu sein und bitten um rechtzeitige Reservierung.

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

Liebe Leserin, lieber Leser,

während wir im Januar dieses Magazin mit Leben füllten, liefen die Heizungen auf Hochtouren, denn die Temperaturen schwankten um den Gefrierpunkt. Das hielt uns aber nicht davon ab, ein inspirierendes Campingthema für Sie vorzubereiten. Stöbern Sie in unseren Tipps von praktischen Helfern im Campingalltag bis hin zur Reiselektüre. Dazu eine Frage: Steht das Baltikum schon auf Ihrer Reiseliste? Wenn nicht, dann spätestens, wenn Sie den Reisebericht unserer Volontärin Maya Schukies gelesen haben. Sie hat im letzten Jahr Litauen, Lettland und Estland mit ihrem Dachzelt bereist. Natürlich soll es bei uns aber auch um den Norden Deutschlands gehen. Also hat Redakteurin Isabelle Sester dem neuen Geschäftsführer der Tourismus-Agentur Schleswig-Holstein, Stefan Borgmann, einen Besuch abgestattet und ihn zu seinen Plänen für das Land zwischen den Meeren interviewt.

IM NORDEN SCHLAGEN DIE HERZEN HÖHER

Haben Sie im Januar eigentlich die Polarlichter gesehen? Da hat uns der Himmel wirklich ein farbenfrohes Spektakel präsentiert. Genauso bunt gemischt sind auch die übrigen Seiten der Februarausgabe. Schauen Sie mal in unserer

Kulinarikabteilung nach den Auflaufrezepten. Die kommen heiß aus dem Ofen und gehen direkt ins Herz. Auch unsere Ausstellungstipps haben das Zeug, Herzen zu berühren. Nehmen Sie sich Zeit und lassen Sie die Kunst auf sich wirken. Spätestens wenn abends die Veranstaltungshäuser ihre Türen öffnen, die Musik aufspielt, der Theatervorhang sich öffnet oder das lachende Publikum die Wände beben lässt ... ja, spätestens dann schlagen die Herzen der Nordlichter höher.

So viel Herzlichkeit liegt in diesen Worten. War im Februar nicht noch etwas? Stimmt, Valentinstag! In diesem Sinne:

Herzliche Grüße, Ihr Lebensart-Team



ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir Ihnen die **Holsten Therapie Kaltenkirchen**. Umgeben von karibischem Flair relaxt der Norden. Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 29.

Titel: © Holsten Therapie

THEMEN

FEBRUAR 2026

COVER | HolstenTherme GmbH

Karibisch-paradiesisches Flair:
Der Norden relaxt in der HolstenTherme 29

UNTERWEGS & UP-TO-DATE

Trends und News im Februar 6
Im Rhythmus des Nordens:
Das ist los im Februar 2026 10

HIN & WEG

„Das Schöne liegt vor der Haustür“: Stefan Borgmann
als neuer Geschäftsführer der TA.SH 16
Mit dem Dachzelt durchs Baltikum 20
Karibisch-paradiesisches Flair:
Der Norden relaxt in der HolstenTherme 29



32

Heftig deftig: Auflauf-Rezepte



20

Mit dem Dachzelt durchs Baltikum

HAPPY FAMILY

Schietwetter-Glück: Unternehmungen für drinnen... 30

SO SCHMECKT DER NORDEN

Heftig deftig: Auflauf-Rezepte 32

MODE & BEAUTY

Weich, warm, wunderbar: Loungewear 36

GESUND UND FIT BIS INS ALTER

Glückshormone gegen Winterblues..... 40

BERUF & KARRIERE

Volle Kraft voraus! 44

HAUS, HOF & GARTEN

Coole Designs und innovative Technik 46

MENSCHEN AUS DEM NORDEN

Thema bei Mr. Tagesthemen: Kinderrechte 52

KUNST & KULTUR

Ausstellungen im Februar 2026 54

Veranstaltungshighlights..... 56



36

Weich, warm, wunderbar: Loungewear

IMMER IN DER LEBENSART

Editorial.....	3
Impressum	66
Vorschau März	66



16

„Das Schöne liegt vor der Haustür“:
Stefan Borgmann als neuer Geschäftsführer der TA.SH

Fotos: Bildnachweise im redaktionellen Beitrag



Dicht

Dächer von Bente.

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



WISSER GmbH

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



Wir erstellen Ihnen gerne
ein kostenloses Angebot!

Wisser GmbH
Hollerstraße 105
24782 Büdelsdorf

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

www.wisser-buedelsdorf.de

TRENDS & NEWS

IM FEBRUAR 2026

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.

NEUES ZUHAUSE GESUCHT

Pedro VERSCHMUSTER JUNGSPUND



Der junge Rüde Pedro steht noch ganz am Anfang seines Lebens. Er wünscht sich ein Zuhause bei einfühlsamen Menschen, die ihn mit Geduld, Liebe und einem Augenzwinkern durchs Leben begleiten. Im Haus zeigt er sich verschmust, sensibel und angenehm ruhig. Draußen hingegen ist die Welt noch überwältigend spannend – Gerüche, Geräusche und Eindrücke lassen ihn schnell überdrehen, weshalb er an der Leine noch sehr stürmisch ist. Pedro braucht liebevolle Konsequenz und Training. Mit anderen Hunden ist er meist freundlich, aber etwas zu forsch, daher wäre ein Einzelplatz ideal. Gesucht werden hundeerfahrene Menschen ohne Kinder, die sein großes Potenzial erkennen und fördern möchten. Wer Pedro kennenlernen möchte, findet alle Kontaktinfos unter www.tierheim-kiel.de.

SH WIRD ACHTZIG

SO FEIERN SIE MIT



Foto: Staatskanzlei

Am 23. August 1946 wurde Schleswig-Holstein gegründet und feiert in diesem Jahr Jubiläum. Aus diesem Anlass fördert das Land Aktionen, die den 80. Landesgeburtstag sichtbar machen und das Miteinander in Schleswig-Holstein stärken. Gesucht sind Projekte, die Menschen zusammen- und miteinander ins Gespräch bringen: über Geschichte und Geschichten des Landes ebenso wie über seine Gegenwart und Zukunft. Noch bis zum 28. Februar können Anträge auf eine Unterstützung eingereicht werden. Mehr Infos unter www.schleswig-holstein.de.

JETZT NEU

ITALIEN IM GLAS

Mit vier neuen Pestos in den Sorten „Pesto alla Genovese“, „Pesto Rosso“, „Pesto alla Calabrese“ und „Pesto alla Puttanesca“ erweitert Nabio sein Sortiment. Alle Pestos bestehen aus natürlichen und hochwertigen Zutaten in 100 % Bio-Qualität und sind frei von künstlichen Zusätzen und Farbstoffen. www.nabio.de



Foto: Nabio

50 JAHRE EINSATZ FÜR KINDERRECHTE

Zum 50-jährigen Bestehen des Kinderhilfswerks Eine Welt e. V. ist ein inspirierendes Jubiläumsbuch entstanden. Es zeichnet den Weg der Organisation durch Herausforderungen und Erfolge in der Entwicklungszusammenarbeit der letzten fünf Jahrzehnte nach. Gleichzeitig richtet es den Blick nach vorn: Wie kann Entwicklungszusammenarbeit wirksam, gerecht und nachhaltig gestaltet werden, um Kinder und Jugendliche in den ärmsten Regionen der Welt zu stärken? Ergänzt wird das Buch durch Reiseberichte in die Projektländer, die die Arbeit aus nächster Nähe erlebbar machen. Das Buch entstand in enger Kooperation mit Studierenden und Lehrenden der HAW Hamburg und richtet sich an alle, die sich für Kinderrechte engagieren – oder verstehen möchten, wie durch partnerschaftliche Hilfe zur Selbsthilfe tragfähige Perspektiven für die Zukunft entstehen. Wer Interesse an dem Buch hat, wendet sich an die Organisation: www.khw-eine-welt.de



Cover: Kinderhilfswerk Eine Welt e. V.



Foto: Fehmarn Feeling

TIPP DES MONATS

RUHE UND WEITE AM MEER

Ein Ort zum Durchatmen, im Winter wie im Sommer: das Steilufer am Katharinenhof im Osten der Insel Fehmarn. Unter den hohen Klippen verläuft ein weiter, steiniger Naturstrand, perfekt für lange Spaziergänge mit traumhaftem Ostsee-Panorama. Halten Sie Ausschau nach kleinen Schätzen wie rundgewaschenen Glasscherben, Muscheln oder Hühnergöttern. Besonders schön: einfach auf einem Stein sitzen, den Wind spüren, aufs Meer blicken – Ruhe und Weite wirken lassen. Der Ort verzaubert zu jeder Jahreszeit: Im Sommer schimmert das Wasser leuchtend blau, im Winter, fernab des touristischen Trubels, liegt hier eine besondere Stille über der Küste. Wer einen kleinen Fehmarn-Ausflug oder sogar -Urlaub plant, sollte diesen malerischen Spot auf keinen Fall auslassen. Auch ein fantastischer Ort für Fahrradtouren.

Weitere Inseltipps finden Sie auf Instagram: @fehmarneeling

Die besten
Klimaschutz-
projekte
an Schulen
gesucht



Foto: ©www.energiesparmeister.de

Bundesweiter Wettbewerb
„Energiesparmeister 2026“ startet

WELCHE SCHULE HAT DAS BESTE KLIMASCHUTZPROJEKT?

Der bundesweite Energiesparmeister-Wettbewerb geht erneut an den Start – und auch 2026 warten attraktive Geld- und Sachpreise im Gesamtwert von 50.000 Euro auf engagierte Schulen. Gesucht werden innovative, wirkungsvolle und nachhaltige Klimaschutzmaßnahmen von Schülerinnen, Schülern und Lehrkräften aller Klassenstufen und Schulformen. Bewerbungen sind bis zum 20. März 2026 möglich. Alle Informationen zur Teilnahme stehen auf www.energiesparmeister.de bereit.

Der Lebensart Newsletter

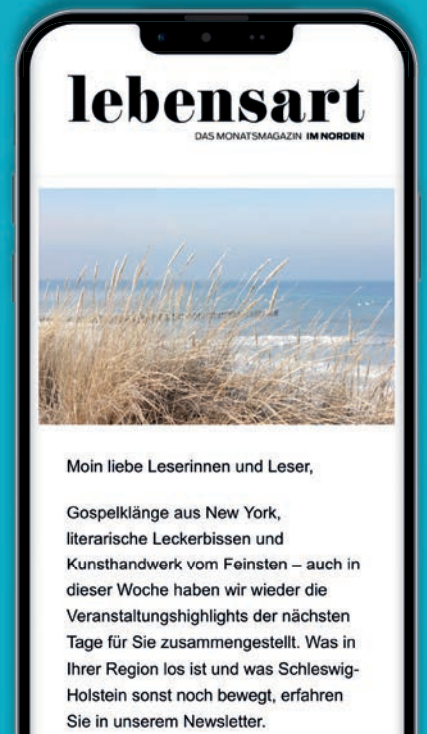
Kostenlos jeden Mittwoch:
das Neueste aus Hamburg und
Schleswig-Holstein.
Mit Veranstaltungstipps fürs
Wochenende & kostenloses
Digital-Abo.



Scan
me!



www.lebensart-sh.de/newsletter



Moin liebe Leserinnen und Leser,

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

**EGAL WELCHES FAHRRAD DU FÄHRST:
RADFAHREN MUSS NICHT WEHTUN!**

RIDE SMART • FEEL COMFY

COMFYTTERS

BIKEFITTING.WORKS

WESTRING 256 | KIEL
WWW.COMFYTTERS.DE
ERGONOMISCHE RADANPASSUNG

**SATTEL UNBEQUEM
KNIE- ODER RÜCKENSCHMERZEN
TAUBHEITSGEFÜHLE**

ALLE INFOS:



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

Für Sie in Kiel: noVis® Novis Bestattungen Telefon (0431) 66 12 777 www.novis-kiel.de Beratung in Kiel: Kirchhofallee 40, 24114 Kiel	Im Kieler Umland und Neumünster: Hofmann Bestattungen GmbH hb Telefon Kiel (0431) 66 12 909 Neumünster (04321) 95 22 770 www.bestatter-kiel.de Im Umland und Neumünster kostenlose Hausberatung
--	---

Schlüter BESTATTUNGEN Joachim Schlüter Tischlermeister Dorfing 47 24598 Boostedt Tel. 04393 - 13 89 Dorfstraße 21 24635 Rickling Tel. 04328 - 17 09 40 info@schlueter-bestattung.de • www.schlueter-bestattung.de	ERD FEUER BAUM SEE Vorsorge 24 Std. erreichbar eigene Trauerhalle Grabmäler
---	--

TRENDS & NEWS



Foto: Jan Henning Sier, OK Westküste

PLATTDEUTSCH IM RADIO

PLATTform geht an den Start – mit einer halbstündigen Radio-
sendung, die von Montag bis Sonnabend über den Offenen Kanal
Schleswig-Holstein ausgespielt wird. In der Sendung „luut & düütlich“
werden Ereignisse des Tages reflektiert, am Wochenende gibt es in
der „Wekenschau“ einen Wochenrückblick. Ergänzt wird das Angebot
durch Website- und Social-Media-Beiträge, die auf den Kanälen des
Schleswig-Holsteinischen Heimatbundes veröffentlicht werden. Das
Moderationsteam bilden Alina Dwenger und Karsten Tolle. Die Radio-
sendung kann über DAB+, UKW bzw. den OKSH empfangen oder
online gehört werden. Infos: www.heimatbund.de/plattform.

GLEIS & MEER: SYLT MIT HUND

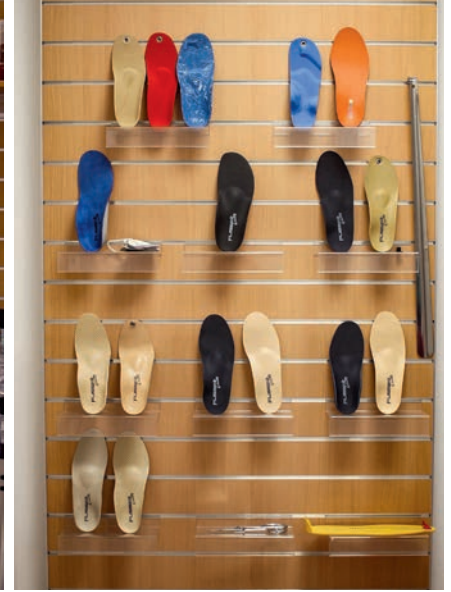
Das Förde Fräulein Kathrin ist
gemeinsam mit der DB Regio
Schleswig-Holstein regelmäßig im
Norden unterwegs und stellt monatlich
besondere Ausflugsziele vor. Sylt mit
Hund ist der perfekte Ausflugstipp für
den Februar. Die Insel zeigt sich jetzt
von ihrer ruhigen Seite: kalte, klare
Winterluft, strahlender Sonnenschein,
blauer Himmel und viel Platz für lange
Spaziergänge. Sylt ist besonders
hundefreundlich – zahlreiche Hunde-
strände, hundefreundliche Cafés,
Restaurants und Unterkünfte machen
den Aufenthalt für Zwei- und Vierbeiner
rundum angenehm. Die entspannte
Anreise mit der Bahn sorgt für einen
stressfreien Start. Den ausführlichen
Blogbeitrag mit ausführlichen Tipps für
den perfekten Ausflug gibt es auf www.foerdefraeulein.de
sowie auf Instagram
unter @foerde_fraeulein.

**Förde
Fräulein**
TIPP DES MONATS





Neue Räumlichkeiten, bekannte Gesichter: Kompetent und herzlich beraten hier Frau Deußen, Frau Schröder und Frau Baschkowski (v. l.).



Neue Kowsky-Filiale

IN BAD BRAMSTEDT

*Mit der Neueröffnung in Bad Bramstedt hat das **Sanitätshaus Kowsky** einen weiteren topmodernen Standort geschaffen, der auf kurze Wege, gute Erreichbarkeit und persönliche Beratung setzt.*

Die neue Filiale befindet sich im Ärztezentrum (MVZ) in der König-Christian-Straße 5 und ist damit direkt in ein medizinisches Umfeld eingebunden. Ärztinnen und Ärzte verschiedener Disziplinen sind im selben Gebäude ansässig – ein Vorteil für alle, die ihre Versorgung möglichst unkompliziert organisieren möchten.

Die neuen Räumlichkeiten bieten deutlich mehr Platz als zuvor. Eine größere Verkaufsfläche, technisch modern und funktional eingerichtete Kabinen sowie eine helle, freundliche Gestaltung sorgen für eine angenehme Atmosphäre. Die erweiterten Flächen schaffen zudem optimale Voraussetzungen für eine individuelle und diskrete Beratung.

VERTRAUTE GESICHTER & UMFASSENDES ANGEBOT

Trotz neuer Räume bleibt vieles beim Bewährten. Das Team der Filiale ist unverändert und begleitet die Kundinnen und Kunden weiterhin mit fachlicher Kompetenz und viel Einfühlungsvermögen. Die persönliche Be-

ratung steht dabei im Mittelpunkt – egal, ob es um eine erste Orientierung oder um eine längerfristige Versorgung geht.

Als Vollsortimenter deckt das Sanitätshaus Kowsky ein breites Spektrum an Gesundheitsprodukten ab. Zum Angebot gehören unter anderem Bandagen, Orthesen, Kompressionsversorgungen, orthopädische Einlagen sowie Reha- und Pflegehilfsmittel. Ziel ist es, individuelle Lösungen zu finden, die den Alltag erleichtern und die Mobilität unterstützen.

Kowsky zählt zu den etablierten Sanitätshausbetrieben in Norddeutschland und wird als Familienunternehmen über mehrere Generationen hinweg geführt. Der neue Standort in Bad Bramstedt fügt sich in dieses Konzept ein: modern ausgestattet, gut erreichbar und getragen von einem kompetenten Team.

Sanitätshaus Kowsky
König-Christian-Straße 5, Bad Bramstedt
Tel.: 04192 / 3282, www.kowsky.com



Auch in Bad Bramstedt bietet das Sanitätshaus Kowsky ein breites Spektrum an Gesundheitsprodukten und praktischen Hilfsmitteln.



IM RHYTHMUS DES NORDENS

Die Nordlichter-Hezen schlagen höher: Temperaturen steigen, Schnee schmilzt und so langsam schaut unser schöner Norden wieder unter der Decke des Winters heraus. Was im Februar so los ist und wo Sie jetzt schon auf Entdeckungstour gehen können, zeigen wir Ihnen auf den folgenden Seiten.





Foto: Adobe Stock

BÜCHERBUMMEL

Sie haben schon lange nach einem Lieblingsbuch gesucht oder Lust auf frische Leseabenteuer? Beim 2. Bücherflohmarkt im historischen Schloss Hagen heißt es stöbern, tauschen, fündig werden. Gebrauchte Bücher, Hörbücher und Puzzles warten auf neue Besitzer*innen – Neuwaren sind ausdrücklich ausgeschlossen. Gestöbert werden kann von 11 bis 16 Uhr. Ein besonderes Highlight für Familien: Um 14 Uhr verwandelt sich der Gewölbekeller in ein Bilderbuchkino für Kinder ab 4 Jahren. Die stimmungsvolle Kulisse, kurze Wege und gemütliche Atmosphäre machen den Sonntagsausflug perfekt.

8. Februar • Schloss Hagen, Probsteierhagen



Foto: Hof Ansgarius

4. Ostereiermarkt auf Hof Ansgarius

KUNST AUF EIERSCHALEN

Das Ei steht im Mittelpunkt des 4. Ostereiermarktes im Kaminsaal des Hofes Ansgarius. Renommiertere Künstler*innen präsentieren auf vielfältige Art und Weise die Gestaltung des Eies. Zu entdecken gibt es Natureier vom Strauß bis zum Zebrafinken, liebevoll gestaltet mit japanischem Washipapier, wendländischer Malerei, Leuchttürmen, Kinderbuchmotiven, getrockneten Blüten und vielem mehr. Schauen Sie den Künstler*innen bei der Arbeit über die Schulter und lassen Sie sich Tipps für die eigene Dekoration geben. Der Eintritt kostet 3 Euro. Die große Ausstellungsscheune lädt außerdem mit schönem Kunsthandwerk rund um Haus und Garten zum Frühlingsbummel ein – hier und im geöffneten Hofcafé ist der Eintritt frei. Genießen Sie ab 11 Uhr frisch belegte Brötchen, selbstgebackene Quiches, leckere Kuchen und köstliche Torten.

7. und 8. März, 11 bis 17 Uhr • Hof Ansgarius, Willenscharen

Meyer's Mühle

Sofort

GARTENMÖBEL & GARTENTECHNIK

2 Fachmärkte auf 5.000 m²

mit Beratung, Werkstatt, Service und Abhollager
in Norderstedt, Rugenbarg 51



www.meyers-muehle-gartenmoebel.de



Städtisches
KRANKENHAUS KIEL

Krebsinformationstag 2026

7. März 2026, 10.00 bis 14.00 Uhr

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen! Die Teilnahme ist kostenlos!

Ort: Städtisches Krankenhaus Kiel, Bildungszentrum, Eingang Hasseldieksdammer Weg 30
www.krankenhaus-kiel.de

Folgen Sie uns auf: [f](#) [i](#) [t](#) [v](#)

Programm

- 10.00 Uhr Begrüßung**
Prof. Dr. Roland Repp, Leiter Onkologisches Zentrum, Chefarzt 2. Medizinische Klinik für Onkologie, Städtisches Krankenhaus Kiel
- 10.10 Uhr Immunsystem als Waffe gegen den Krebs – welche Rolle spielen Medikamente und Impfungen**
- 11.00 Uhr Kaffeepause**
- 11.25 Uhr Zwischen Hoffnung und Wirklichkeit: Naturheilverfahren in der Onkologie**
- 12.15 Uhr Pause – Gespräche mit Selbsthilfegruppen**

Ab 10.00 Uhr Stand zu Fragen rund um:

→ die Stomatherapie, → den Portkatheter, → den PleurX™ Katheter

Workshops 13.00 - 14.00 Uhr

- Sport und Krebs – warum Bewegung für Krebspatient*innen wichtig ist
13.00 Uhr Treffpunkt Infostand. Dazu bitte Sportschuhe mitbringen.
- Ernährungstipps für Tumorpatient*innen
- Psychoonkologie: Resilienz – Das Immunsystem der Seele
- Informationsstand zu sozialrechtlichen Fragen – Wo gibt es welche Unterstützung?



BIIKEBRENNEN TRADITION AN DER NORDSEE

Am 21. Februar leuchten wieder entlang der Nordseeküste die Biikefeuer.

Wenn der Wind vom Meer her pfeift und die Menschen sich am Deich fester in die Jacken kuscheln, beginnt an der Küste die Biike-Zeit. Dieses Feuer gehört zum Norden – zu der Küste, den Inseln und Halligen. Jedes Jahr am 21. Februar kommen Nordlichter und neugierige Tourist*innen zusammen, entzünden die Biike und verabschieden den Winter. Das Knistern der Flammen, der Funkenregen über dem

Watt – für viele klingt darin pure Heimatliebe. Der Brauch ist uralt und wird in jedem Ort ein wenig anders gelebt: Mancherorts werden Strohpuppen dem Feuer übergeben, andernorts dehnen sich die Feierlichkeiten sogar bis in den 22. Februar aus. Und fast überall gilt: Nach dem Leuchten der Biike geht es zum Aufwärmen in die gemütlichen Gaststuben – zu Grünkohl mit Kassler, Schweinebacke und süßen Kartoff-

eln. So schmeckt die Küste. Seit 2014 zählt das Biikebrennen außerdem zum Nationalen Immateriellen Kulturerbe der UNESCO – ein deutliches Zeichen für seine Bedeutung in der Region. Eine Übersicht über Biikebrennen in Ihrer Nähe finden Sie unter www.nordseetourismus.de/biikebrennen-nordsee.

21. Februar • verschiedene Orte, Westküste

Foto: Sylt Fräulein

25. MODELLBAU NEUMÜNSTER



Foto: Adobe Stock

Die Modellbau in Neumünster ist jährlich nicht nur ein Treffpunkt für Modellbau-Enthusiast*innen, sondern bietet auch eine Plattform für den Austausch zwischen Hobbyist*innen, Fachleuten und Herstellern. Die Messe zeichnet sich durch ein breites Spektrum an Themengebieten aus, das von Modellbahnen über Modellautos bis hin zum Funktionsmodellbau reicht. Besucher*innen haben die einzigartige Gelegenheit, eine Vielzahl von Modellbahnanlagen aus dem In- und Ausland zu bewundern, die in unterschiedlichsten Spurweiten realisiert wurden. Ein besonderes Highlight stellt der große Marktplatz dar, auf dem renommierte Händler sowie private Anbieter aus ganz Deutschland neue und gebrauchte Modelle, Zubehör, Bausteine, Drohnen und viele weitere artverwandte Produkte anbieten.

28. Feb. und 1. März • Holstenhallen, Neumünster

KIELER UMSCHLAG



Foto: Jan-Michael Bückmann

Ab 26. Februar begibt sich Kiel beim beliebten Kieler Umschlag wieder auf eine Zeitreise vom frühen Mittelalter über die glorreiche Zeit der Piraten bis in die Gegenwart. Mit einer feinen Mischung aus Unterhaltung, regionaler Kulinarik und außergewöhnlichen Waren gibt es von Donnerstag bis Sonntag in der Kieler Innenstadt viel zu erleben und zu bestaunen. Ein buntes Bühnen- und Kinderprogramm mit Live-Musik, Geschichtenerzähler*innen und Aufführungen runden das vielfältige Programm ab. Der stadtweite Kieler verkaufsoffene Sonntag am 1. März ergänzt unter dem Motto „Ich fühl mich Kiel“ von 13 bis 18 Uhr das bunte Mittelalterprogramm mit einem Stadtbummel in der heutigen Zeit.

26. Februar bis 1. März • Kieler Innenstadt



Motorradtage 2026

Die Hamburger Motorradtage (HMT)
wecken vom 27. Februar bis 1. März die Vorfreude
auf die Saison 2026.

Auf der erfolgreichsten Motorradmesse Norddeutschlands präsentieren zahlreiche Aussteller die Neuheiten der kommenden Saison. In den Hamburger Messehallen wird alles geboten, was das Fahrerherz höher schlagen lässt: die aktuellen Modelle namhafter Hersteller und umfangreiches Zubehör sowie Bekleidung und Helme für alle Anforderungen. Ob Chopper-, Sportler-, Roller-, Touren- oder Endurofahrer – in den Hamburger Messehallen kommen alle auf ihre Kosten!

Und für den perfekten Motorradurlaub gibt es ein vielfältiges Angebot an Motorradreisen und geführten Touren.

BIKER-HERZEN SCHLAGEN HÖHER

Die HMT Custombike Area lockt mit diversen Attraktionen. Bekannte Customizer, Airbrusher, Customparts und Individualisten der Szene laden mit ihren ausgestellten Schönheiten zum Staunen ein. Einen Einblick in das Clubleben bietet die Clubmeile, in der sich zahlreiche engagierte Clubs präsentieren. Für Nervenkitzel sorgt ein spektakuläres Fahr- und Stuntprogramm in der Halle B5 und die zukünftige Biergartengastronomie in den Messehallen sorgt für Entspannung und lädt zum Verweilen ein.

NOCH EIN TATTOO GEFÄLLIG?

Auf den HMT finden in der Halle B1 gleichzeitig die Hamburger TattooTage mit über 200 überregionalen Artists aus den Bereichen Tattoo und Körperschmuck statt. Alle HMT-Besucher sind herzlich eingeladen, die neue Tattoomesse zu besuchen. Die Tickets gelten für beide Messen! Mehr Infos zu den HMT und Tickets unter www.motorradmessen.de.

27. Februar bis 1. März
Hamburg Messe

Foto: Adobe Stock

ZauberTopfClub

Einfach besser essen.
Leg jetzt los!

Neu!

**JETZT
BESTELLEN**



*Die wichtigsten Rezepte
und Tipps für jeden Tag
mit Thermomix®*

Hier scannen!



Jetzt bestellen unter:
www.zaubertopf.de/basisbuch-regio

amazon.de

978-3-96417-345-4

AUCH ÜBERALL IM BUCHHANDEL:

bücher.de

Thalia

Hugendubel
Das Lesen ist schön!

OSIANDER.de

Mayersche.de



Mit Cinfinity gibt es grenzenlosen Kinospaß als Monats- oder Jahres-Abo oder neu als Pass.

GEWINNSPIEL

Wir verlosen zwei CINFiNITY PÄSSE im Wert von 59 Euro pro Pass (3 Monate unbegrenzter Kinogenuss in allen teilnehmenden Kinos, ohne Kündigung) in unserem Newsletter am 11. Februar 2026. Registrieren Sie sich direkt und verpassen Sie keine News oder Gewinnspiele mehr: www.lebensart-sh.de/newsletter.

GRENZENLOSER KINOSPASS

Infinity bedeutet Unbegrenztheit und beschreibt alles, was kein Ende hat. Wie passend ist da der Name Cinfinity gewählt? Er steht für unendliches Kinovergnügen – nicht nur in Schleswig-Holstein.

Gegründet in Schleswig-Holstein fürs ganze Land.



Jetzt App holen!

CiNFiNITY
Das Kino-Abo, das verbindet.

Seit dem bundesweiten Start des CINFiNITY Kino-Abos vor rund einem Jahr hat sich das Netzwerk der teilnehmenden Kinos weiter erhöht. Und es werden stetig mehr. Mit der Einführung eines neuen flexiblen Monats-Abos reagiert CINFiNITY auf die Wünsche der Filmfans: Seit dem 6. November 2025 können die Nutzer*innen zwischen dem monatlich kündbaren Monatsabo und dem Jahresabo wählen.

JAHRES-ABO FÜR 177 EURO

„Wir wollten das Abo so gestalten, dass es zu jedem passt“, erklären Mitbegründer Ralf Thomsen und Martin Turowski. Für 15,55 Euro im Monat (zzgl. einmaligem Startbetrag von 9,99 Euro) ist das Kinoerlebnis deutschlandweit in allen Partnerkinos gültig. Das Jahresabo für 177 Euro bietet den vollen Umfang für zwölf Monate, der Startbetrag entfällt hier komplett. Alle bereits bestehenden Abos behalten ihre Gültigkeit und können ungekündigt bis zum 31. Dezember 2026 zum bisher gültigen Monatsbeitrag weiter genutzt werden. Über die CINFiNITY-App lässt sich jedes Ticket per QR-Code auf dem Smartphone abrufen. Abonent*innen genießen in allen teilnehmenden Kinos unbegrenzt Filme auf der großen Leinwand. Lediglich ein Smartphone und eine App sind nötig.

CINFiNITY-PASS

Neu ist der CINFiNITY PASS. Er hat eine feste Laufzeit von 3 Monaten für 59 Euro und kann auf Wunsch in einer Filmdose als Geschenk bestellt werden. Ein CINFiNITY PASS kann anschließend ohne zusätzlichen Startbetrag in ein Monatsabo umgewandelt werden. Für alle, die bereits ein Abo haben, gibt es CINFiNITY PLUS, eine Aufladung, mit der das bestehende Abo für sechs Monate (88 Euro) verlängert werden kann. Mehr auf www.cinfinity.de.

CINFINITY – DIESE KINOS SIND DABEI

In diesen Kinos in Schleswig-Holstein können der Cinfinit-Pass und das Abo eingesetzt werden:



Friedrich-Ebert-Str. 7, 24937 Flensburg

ASTRA FILMTHEATER
Lange Straße 17, 24306 Plön

BELUGA KINO
Güttloh 1-5, 25451 Quickborn

BURG FILMTHEATER
Breite Straße 13a, 23769 Burg/Fehmarn

BURG KINO
Marktstr. 24, 25436 Uetersen



Theaterplatz 1, 23909 Ratzeburg

CAPITOL
Kirchenstr. 1, 24211 Preetz

EULENSPIEGEL KINO
Sterleyer Str. 44, 23879 Mölln

FILMTHEATER AM SANDWALL
Sandwall 40, 25938 Wyk auf Föhr

FREILUFTKINO GRÖMITZ
Pappelallee 3, 23743 Grömitz

KINO IN DER PUMPE
Haßstraße 22, 24103 Kiel

KINO-CENTER
Neustadt 114, 25813 Husum

KLEINES THEATER SCHILLERSTRASSE
Schillerstr. 33, 21502 Geesthacht



Süderstraße 24, 25746 Heide

LICHTBLICK
Südstrand 11, 25761 Büsum

LICHTBLICK FILMTHEATER
Schuhstraße 97, 23758 Oldenburg

LICHTBLICK INSELKINO
Triihuk 1, 25946 Norddorf

ADVERTORIAL



Foto: Metro-Kino im Schloßhof

3-KLANG-KINO MIT LIVE-VERANSTALTUNGEN

Das **Kieler metro-Kino im Schloßhof** hat schon viele Stars und Sternchen gesehen. Es besteht seit 1939 in der Holtenauer Straße. Nach Komplettanierung ist es seit 2006 mit modernster Technik am Start. Das Kino hat drei Säle und ein Kino-Café mit 60 Sitzplätzen und einem Außenbereich. Neben Weinen, Kuchen und Café-Spezialitäten bietet das „retro“ sonntags ein Kinofrühstück an. Es sollte allerdings wegen der hohen Nachfrage rechtzeitig gebucht werden; telefonisch unter 0431 / 220 78 95. Nach dem Frühstück kann man aus dem Angebot von 2-3 aktuellen Filmen wählen. Im metro-Kino finden auch Live-Veranstaltungen statt. „Wir bieten einen guten Mix und sind dadurch ein Treffpunkt für alle“, sagt Kino-Chef Jan-Per Sellmer. Er empfiehlt den Arthaus-Film „Ein Kuchen für den Präsidenten“ und den Film „Sturmhöhe“.



metro-Kino im Schloßhof GmbH
Holtenauer Straße 162-170, 24105 Kiel
www.metrokino-kiel.de

ADVERTORIAL

VOM TATORT BIS ZUM OSCAR-KANDIDATEN

Freuen Sie sich auf den Film über das Tischtennis-Wunderkind Marty Supreme mit Timothée Chalamet. Ab 26. Februar ist der Oscar-Kandidat im Studio Filmtheater am Dreiecksplatz in Kiel zu sehen. Das Studio Filmtheater verfügt über drei Säle, eine Kino-Bar mit WLAN-Spot, neueste Technik und ein prämiertes Programm aus Arthaus-Filmen, Dokumentationen und ausgewählten Blockbustern (auch als Originalversion). Beliebt ist auch die Sneak-Preview mittwochs um 20.30 Uhr mit Filmen, die noch keinen Bundesstart hatten – mit Moderation, Verlosung und Kurzfilm. In der Reihe Lichtperlen glänzen Highlights der Filmgeschichte mit Einleitung vorweg. Für Krimi-Fans wird am Sonntag auf der Leinwand in der Kino-Bar der Tatort übertragen. Hier findet auch das Public Viewing von Sportevents statt. Dienstags ist Kinotag – alle zahlen den Kinderpreis. Das Cinfinit Kino-Abo ist für reguläre Vorstellungen und viele Sonderevents nutzbar.



Foto: Studio Filmtheater Kiel



Studio Filmtheater am Dreiecksplatz
Wilhelminenstr. 10, 24103 Kiel
www.studio-filmtheater.de
Instagram: @studiofilmtheater



Stefan Borgmann ist künftig Geschäftsführer der TA.SH.

„Das Schöne liegt vor der Haustür“

STEFAN BORGMANN ALS NEUER GESCHÄFTSFÜHRER DER TA.SH

Die Tourismus-Agentur Schleswig-Holstein (TA.SH) hat ein neues Gesicht: Stefan Borgmann hat als neue Geschäftsführung das Ruder übernommen. Nach 18 prägenden Jahren als Geschäftsführer der Eckernförde Touristik stellt er sich jetzt neuen Herausforderungen im Norden. Was seine Pläne für den Tourismus in Schleswig-Holstein sind, verrät er uns im Interview.

VON ISABELLE SESTER

Lebensart: Herr Borgmann, Sie sind frisch aus Eckernförde hergekommen als neuer Geschäftsführer für die TA.SH.

Wie fühlen Sie sich in Ihrer neuen Rolle? Sie vertreten jetzt ja einen größeren Bereich als vorher.

Ja, das ist so. Seit 2008 war ich Geschäftsführer der Eckernförde Touristik und Marketing GmbH. Da war ich „nur“ für die Stadt Eckernförde tätig. Im Jahr 2012 haben wir die LTO (Lokale Tourismus Organisation) Eckernförder Bucht gegründet – dadurch ist eine ganze Region dazugekommen. Ich bin außerdem seit vielen Jahren im Ostsee-Holstein-Tourismus e.V., das ist der regionale Verband für die Ostsee. Ich mache die Aufgaben im Grunde

schon seit über 20 Jahren und kenne die ganzen Player und Gremien schon lange, daher habe ich gedacht: Irgendwann kann ich vielleicht mal den nächsten Schritt gehen – und das hat bisher ganz gut funktioniert.

Werden Sie Eckernförde vermissen?

Mit Sicherheit, es war ja eine lange Zeit. 18 Jahre sind prägend, das ist ein großer Lebensabschnitt. Aber ich finde, es ist jetzt ein guter Status erreicht, sodass ich nun sagen kann: Jetzt kann mal jemand Neues kommen und vielleicht mal ganz neue Impulse mitbringen. Insofern ist das eine Win-win-Situation für alle Beteiligten.

Ist es für Sie auch mit Sorge verbunden, von so einem kleinen Bereich zu ganz Schleswig-Holstein überzugehen?

Eine neue Aufgabe bringt stets neue Herausforderungen mit sich, dessen bin ich mir bewusst. Ich habe aber vorher viele Jahre einen Seiteneinblick in die Aufgaben gehabt. Insofern glaube ich, dass ich mir gut vorstellen kann, was diese Arbeit mit sich bringt. Daher denke ich, dass ich für die Aufgabe bereit bin, ansonsten hätte ich den Job gar nicht erst angenommen.

Sie wohnen im schönsten Bundesland Deutschlands. Aber wo verbringen Sie eigentlich gern Ihren Urlaub?

Weil ich ja das Glück habe, hier selbst zu leben, ►



Die zwei Meere machen Schleswig-Holstein besonders. Dazu zählen auch traumhaft schöne Inseln wie Sylt ...

► nutze ich mit meiner Frau und meinen Kindern die Möglichkeit, die Welt zu erleben. Ich bin Geograf, und als Geograf muss man sich die Welt anschauen. Das ist meine beziehungsweise unsere Passion. Wir waren die letzten Jahre viel in Mexiko, weil es einfach klimatisch toll ist und es dort ganz viele spannende Freizeitaktivitäten zu erleben gibt. Ich schaue im Urlaub immer links und rechts, ob man vielleicht etwas Gutes sieht, das man für die eigenen Aufgaben adaptieren kann. Was passiert, wie sind die Trends, was kann ich davon mit nach Hause nehmen? So ein bisschen ein Mix aus Freizeit, aber auch immer mit dem geografischen und beruflichen Blick. Den kann ich nicht ablegen und das ist auch gut so. Deswegen fahren wir zudem im Sommer viel durch Europa, zum Beispiel nach Frankreich oder Italien. Im Herbst gucken wir gerne, ob wir spontan noch etwas anderes machen können.

Gibt es denn auch Orte in Schleswig-Holstein, wo Sie gerne Urlaub machen?

Urlaub in Schleswig-Holstein machen wir bisher eher weniger, weil wir das Land lieber am Wochenende erkunden. Wir fahren dann zum Beispiel mit der Familie oder mit Freunden mal nach Grömitz, Husum oder gerne auch nach Flensburg und Lübeck. Meistens anlassbezogen, wenn dort eine Veranstaltung stattfindet oder wir einfach Lust haben, einen anderen Strand zu sehen. Es gibt so viele schöne Dinge, die man sich im Land angucken kann.

Wie würden Sie Schleswig-Holstein beschreiben?

Wir haben das Glück, dass wir in einem Bundesland leben, das eine Alleinstellung hat: Wir

haben zwei Meere. Das kann in Deutschland kein anderes Bundesland vorweisen. Das ist einer der Hauptreisegründe, um nach Schleswig-Holstein zu kommen. Schleswig-Holstein ist ein Land, das viel Geschichte und Tradition vorzuweisen hat. Hier leben ganz viele tolle Menschen: echt und ehrlich. Deswegen sind wir auch zurecht der „echte Norden“. Das ist einfach etwas, was die Leute lieben. Daher kommen die Gäste so gerne hierher.

Warum brauchen wir überhaupt eine Organisation wie die TA.SH? Wie viele Mitarbeiter*innen hat die TA.SH und wo liegen ihre Arbeitsschwerpunkte?

Die TA.SH hat mit mir zusammen 25 Mitarbeiter*innen und wurde vom Land Schles-

wig-Holstein gegründet. Unser Ziel ist es, das Tourismusmarketing für ganz Schleswig-Holstein gebündelt nach außen zu tragen – von Sylt bis Fehmarn, von Flensburg bis Glücksburg, inklusive dem Binnenland mit all seinen Schönheiten, die dort vorhanden sind: Veranstaltungen, Strände, Wanderwege, Fahrradwege und noch vieles mehr. Die Vermarktung erfolgt bundesweit, aber auch international. Unsere Gäste aus Nah und Fern sollen Schleswig-Holstein kennen- und lieben lernen und vor allem hier Urlaub machen. Das, was wir betreiben, genauso wie alle anderen Tourismusagenturen oder -einheiten im Land, ist Wirtschaftsförderung. Darum geht es. Wir haben im Land viele Betriebe, Restaurants, Hotels oder Ferienwohnungen, die schlicht davon leben, ►



... oder Pellworm, wo man maritime Auszeiten genießen kann und merkt, wie schön es im Norden ist.

- ▶ dass die Gäste kommen. Wenn wir als Landeseinheit auf dieser großen Ebene dafür sorgen, dass Schleswig-Holstein bekannt und beliebt ist und die Leute sich entscheiden, hier Urlaub zu machen, sorgt das im Grunde dafür, dass diese Betriebe leben können und Anwohner Arbeitsplätze haben.

Wo brennt es denn für Sie aktuell am meisten? Welche Prioritäten setzen Sie jetzt im ersten Jahr als Geschäftsführer und welche konkreten Maßnahmen haben Sie sich schon überlegt?

Das Erfreuliche ist: Es brennt bei der TA.SH gar nicht. Die vorherige Geschäftsführerin Bettina Bunge hat wirklich gute Vorarbeit geleistet, auf der man gut aufbauen kann. Die klassischen Themen sind Digitalisierung und KI, weil sich vor allem hier das Rad stetig weiterdreht und sich das Benutzerverhalten verändert. Menschen, die früher jung waren, als sie gereist sind, werden erwachsen und sind die nächsten Reiseentscheider. Diese Personen sind ganz anders aufgewachsen, sind internetaffin und verhalten sich entsprechend. Deswegen müssen wir reagieren und unsere digitalen Medien anpassen. Das Nutzerverhalten im Bereich Nachhaltigkeit verändert sich. Die Ansprüche der Gäste verändern sich ebenso. Viele Menschen erwarten, dass vor Ort nachhaltig agiert wird, in jeglicher Hinsicht. Die Hauptattraktion in Schleswig-Holstein ist die Natur. Diese gilt es zu schützen. Wir müssen dafür sorgen, dass die Meere sauber bleiben und die Strände entsprechend schön sind. Die Gäste haben Erwartungen, die nicht enttäuscht werden sollten.

Wie ist denn der Plan für kleinere touristische Orte, die vielleicht noch nicht so weit sind und mehr Unterstützung benötigen?

Das Land Schleswig-Holstein hat eine Tourismusstrategie 2030. Der wichtigste Aspekt ist, dass zunächst alle Akteure – egal ob groß oder klein – davon Kenntnis haben. Was sind unsere Zielgruppen? Wo engagieren wir uns? Wo nicht? Warum? Die Tourismusstrategie legt sich zum Beispiel darauf fest, dass wir den Sommer nicht mehr extra bewerben müssen, weil die Destinationen oft schon voll genug sind. Wir fokussieren uns daher hauptsächlich auf bestimmte Zielgruppen und Themen in der Nebensaison. Für die Tourismusakteure ist es daher wichtig zu wissen, wer welche Aufgaben hat und wie die grundsätzliche gemeinsame Zielrichtung ist.



Der Gutshof Groß Zecher liegt inmitten einer idyllischen Naturlandschaft, direkt am Schaalsee.

Es gibt immer die berühmten „ersten 100 Tage“, wenn man in einer neuen Rolle ist. Gibt es Maßnahmen, deren Auswirkungen man vielleicht dann schon sehen kann?

Für den Tourismus Schleswig-Holsteins ist es wichtig, dass sich die TA.SH strategisch neu aufstellt. Für die nächsten Jahre sollen Schwerpunkte und Handlungsweisen herausgearbeitet werden. Im Vorfeld ist daher eine Datenerhebung notwendig. Für mich bedeutet das, in den ersten 100 Tagen durch ganz Schleswig-Holstein zu fahren. Ich werde viele meiner Kolleginnen und Kollegen der Tourismusbranche besuchen. Das Ziel ist abzustimmen, wie die Lage vor Ort ist. Wie ist die Stimmung? Was gibt es Neues? Gibt es Probleme? Wie war bisher die Zusammenarbeit mit der TA.SH und wo kann noch optimiert werden? Wenn wir

diese Daten erhoben haben, können wir daraus eine Strategie formulieren, die zusammenfasst, welche Themen wir anpacken wollen, welche Schwerpunkte wir voranstellen und wie wir unser Budget verteilen.

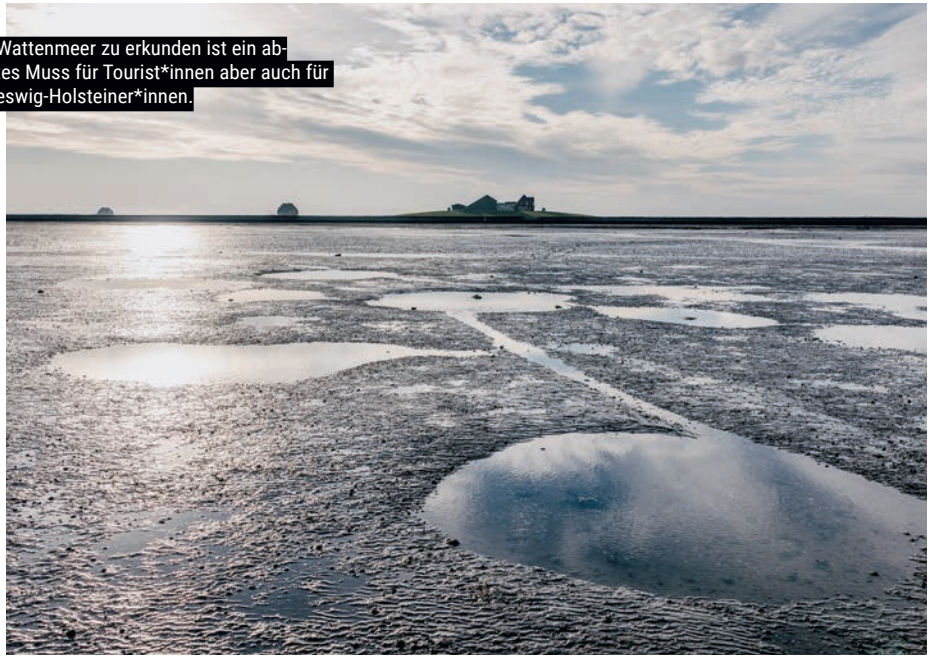
Unterscheiden sich da auch die Strategien zwischen den verschiedenen Regionen wie der Nordsee, Ostsee oder auch dem Binnenland?

Ja, das hängt von den jeweiligen Lagen ab. Nicht jeder Ort oder Akteur kann alles gleich umsetzen. Das Binnenland hat zum Beispiel keine Strände. Daher spielen dort andere Themen wie die Qualitätsradroute Ochsenweg eine große Rolle. Die Destinationen entwickeln attraktive Angebote wie Gastronomie, Freizeitmöglichkeiten sowie Unterkünfte für Radler und vermarkten sie gemeinsam mit der TA.SH. ▶

Die Landschaft rund um den Schaalsee hat für Radfahrer*innen viel zu bieten.



Das Wattenmeer zu erkunden ist ein absolutes Muss für Tourist*innen aber auch für Schleswig-Holsteiner*innen.



► **Welche Maßnahmen würden Sie morgen ergreifen, wenn das Budget für die TA.SH ohne Limit wäre?**

Ich würde gerne die Urlaubsgäste an Orten abholen, an denen ohnehin schon viele reisende Menschen sind. Nehmen wir mal als Beispiel den Hamburger Flughafen: Es gibt dort riesige Werbeflächen, die noch unbespielt sind. Schleswig-Holstein ist dort bisher nicht präsent. Wenn ich ein unbegrenztes Budget hätte, würde ich hier und an vergleichbaren anderen Orten, an denen viel Reiseverkehr herrscht, großflächige, moderne Werbung für Schleswig-Holstein machen. Wir wollen die Menschen daran erinnern: Das Schöne liegt vor der Haustür – in Schleswig-Holstein.

Wie würden denn für Sie 100 Prozent aussehen? Was wären für Sie die traumhaften Bedingungen in Schleswig-Holstein?

Traumhaft wäre es, wenn zum einen alle Akteure mit genügend Budget ausgestattet wären. Es wäre zudem großartig, wenn zum anderen alle Tourismusakteure vollumfänglich die Tourismusstrategie und die Aufgabenprofile kennen würden. Sehr schön wäre es, wenn die verschiedenen Akteure im Sinne der Solidarität zusammenarbeiten und auf die gemeinsamen nachhaltigen Ziele einzahlen. Ebenfalls traumhaft wäre es, wenn Themen wie Digitalisierung und KI bekannt sind und modern eingesetzt werden.

Welche Rolle soll die KI zukünftig spielen? Haben Sie da schon genaue Vorstellungen?

Wenn es zum Beispiel darum geht, mehr ausländische Gäste anzusprechen, kann KI helfen, eine Homepage automatisiert zu übersetzen. Wenn die KI zum Beispiel erkennt, dass die Homepage in Schweden geöffnet wird, sollte die Seite direkt auf Schwedisch angezeigt werden. Dafür gibt es bereits entsprechende Tools. Bei der Reisercherche nutzen heutzutage immer mehr Menschen die KI-generierten Zusammenfassungen von Google. Unsere Aufgabe ist hier, mit relevanten Inhalten präsent zu sein. Nur so wird man dort ausgespielt. Daher gilt es,

entsprechende Inhalte und Schnittstellen herzustellen. Der technische Fortschritt ist und bleibt für die TA.SH eine Daueraufgabe. Und das hält uns auf Trab.

Und wie sieht es mit dem Thema Nachhaltigkeit aus?

Als Organisation geht die TA.SH mit positivem Beispiel voran. Wir sind nach TourCert zertifiziert und können anderen Akteuren hilfreich zur Seite stehen. Wir können über den Weg der Zertifizierung berichten und interessierten Partnern einen Einblick geben. Wie sind die Kosten? Wie hoch ist der Arbeitsaufwand? Wie lange dauert der Prozess und wie intensiv muss man sich da reinknien? Das ist der Blick zum Thema Nachhaltigkeit auf Betriebsebene. Das Land Schleswig-Holstein hat in der Tourismusstrategie das Ziel formuliert, Vorreiter für nachhaltigen Tourismus zu sein. Da gilt es, wie oben beschrieben, den strategischen Ansatz mit an die Tourismuspartner des Landes heranzutragen, positive Beispiele und Akteure zu finden und zu vermarkten. Es gibt zum Glück schon viele gute Beispiele in Schleswig-Holstein.

Wenn Sie morgen in die Tourismusbranche einsteigen wollten, also nicht auf Geschäftsführer-Ebene, welchen Bereich würden Sie wählen?

Wenn ich meine bisherige und zukünftige Aufgabe nicht mehr machen dürfte, dann wäre ich gerne Strandkorbvermieter. Ich habe mir das schon mal an verschiedenen Orten angeschaut. Bei der Aufgabe ist man den ganzen Tag am Strand, hat viel mit Menschen zu tun und kann vielen Gutes tun. Das macht bestimmt Spaß. ■

Neben gemütlichen Stränden bietet der Norden auch imposante Steilküsten.



Historie und Horizonte

MIT DEM DACHZELT DURCHS BALTIKUM

Zwei Wochen Zeit, ein schmales Budget und riesige Lust auf neue Eindrücke: Eine Camping-Reise durch das Baltikum überraschte Volontärin Maya mit einem Mix aus Natur und Kultur – bezahlbar, nah und abenteuerlich.

VON MAYA SCHUKIES



Seit drei Jahren macht Volontärin Maya am liebsten Camping-Urlaube mit Dachzelt: Diesmal im Baltikum.

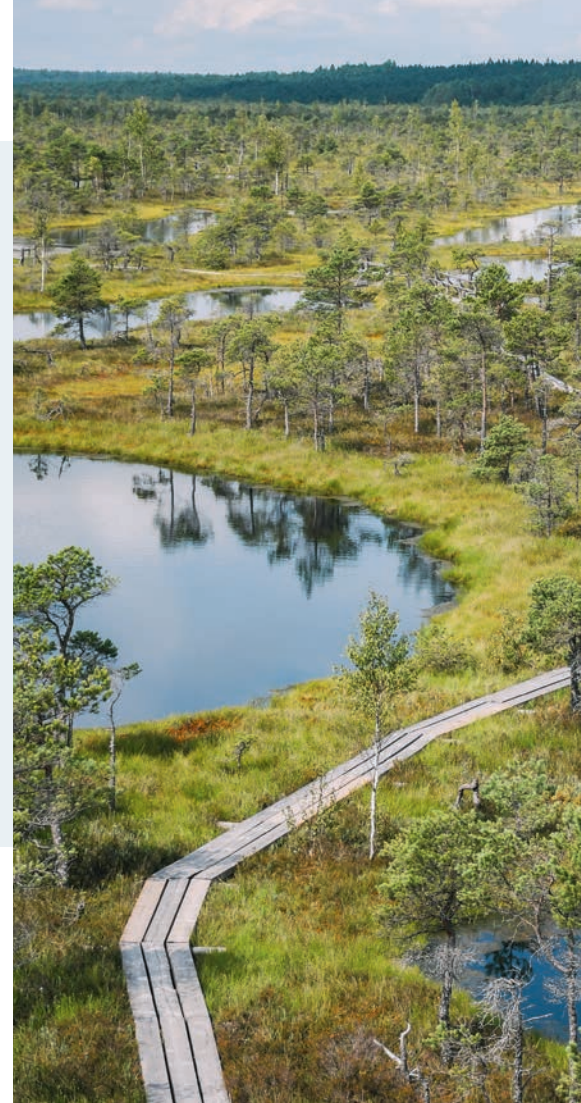
Erst kürzlich fragte mich eine Kollegin: „Wie kommst du eigentlich auf deine Reiseziele? Das Baltikum hatte ich gar nicht auf dem Schirm.“ Die Antwort war hier recht einfach: Mein Freund und ich hatten ein schmales Budget, ordentlich Fernweh und teilten den Wunsch, in kurzer Zeit möglichst viel zu sehen. Nach etwas Recherche und dem Konsum einiger Reise-Vlogs war klar: Für uns gehts ins Baltikum! Zwischen Mooren, Wäldern, Küsten und geschichtsträchtigen Städten lockt die Region mit reichlich Kultur, vergleichsweise niedrigen Preisen und vielen Spots, an denen das Wildcampen erlaubt ist – oft sogar mit Plumpsklo und Feuerstelle. Passt perfekt, denn seit drei Jahren touren wir ohnehin leidenschaftlich gerne mit Auto und Dachzelt umher. Also los: drei Länder, zwei Wochen. Von Kiel rollen wir über Mecklenburg-Vorpommern und Polen nach Litauen. Erster Halt: Nähe Kaunas. Über Siauliai tuckern wir nach Lettland, kreuzen Jurmala und Riga und ziehen küstennah nach Norden. Ein Schlenker über die Insel Saaremaa, dann der Wendepunkt: Tallinn. Eine Route voller Natur- und Kulturhöhepunkte – einige davon blieben besonders in Erinnerung:

STÄDTE-DREIKLANG – VILNIUS, RIGA, TALLINN

Jede der drei baltischen Hauptstädte lohnt sich – auf ihre Art. Vilnius überrascht uns mit Uzupis, dem Künstlerviertel, das sich zur freien Republik erklärt hat. Die Verfassung glänzt auf Spiegeltafeln in vielen Sprachen an der Mauer. So hat hier etwa jeder Mensch das Recht, zu lieben, sowie auch eine Katze zu lieben und für sie zu sorgen. Riga punktet mit einer Altstadt voller Gotik-, Barock- und Romantikbauten, gekrönt vom Schwarzhäupterhaus. Auf unserer Stadttour stolpern wir ins Café Parunasim kafe'teeka. Kuchen und Limonaden überzeugen, die Kulisse packt uns noch mehr: Hinterhof-Romantik samt bepflanzter Ape, Lichterketten und Vintage-Leuchtreklamen – fast zu schön, um echt zu sein. Tallinn hält uns am längsten fest. Die Altstadt, von der Mauer umarmt, wirkt wie ein real gewordenes Bild aus dem Geschichtsbuch – heute ergänzt um Concept-Stores, Cafés, Bars, Restaurants. In allen drei Städten, besonders aber in Tallinn, lohnt der Blick in Gassen und Höfe: Keramikwerkstätten, Chokolaterien, Läden mit echter estnischer Handarbeit. Oben auf dem Domberg thront die Alexander-Newski-Kathedrale mit ihren Zwiebeltürmen.

GANG ÜBERS HOCHMOOR IM KEMERI NATIONALPARK

Wer in den Badeort Jurmala kommt, lässt den Kemer Nationalpark nicht links liegen. Über Holzbohlen stapfen wir durchs scheinbar end-



lose Hochmoor. Jeder Aussichtspunkt übertrumpft den vorherigen. Spiegelglatte Tümpel, Moos und Flechten in verschiedenen Farbtönen zeichnen ein von oben fast surreales Bild.

MUHU UND SAAREMAA: REIF FÜR DIE INSELN

Von Virtsu setzen wir nach Muhu über. In Liiva stoppen wir kurz für Vorräte – und stolpern



Für diese Aussicht lohnt sich der Anstieg: Rund 52 Meter über dem Erdboden blicken wir aufs Meer zu Füßen des Sörve-Leuchtturms.



Das Hochmoor im Kemer Nationalpark in Lettland überzeugt mit unendlicher Weite und sagenhaftem Panorama.

gegenüber des Supermarkts über eine bunte Meile aus Foodtrucks. Auf dieser kleinen Insel: unerwartet. Noch überraschender: Hier bekommen wir eine der besten Pizzen unseres Lebens serviert – Schmand, Lachsforelle, Dill. Über den Damm rollen wir weiter nach Saaremaa, Estlands größte Insel. Hier ticken die Uhren anders: kleiner, leiser, entspannter. Die Küsten locken, länger zu bleiben als geplant. Im Süden ragt der Sörve-Leuchtturm 52 Meter in den Himmel. Der Aufstieg brennt in den Waden, der Rundumblick belohnt: freie Sicht auf Meer, Insel und die Landzunge zu seinen Füßen.

DER VIELLEICHT SCHÖNSTE CAMPINGPLATZ DES BALTIKUMS

Eigentlich suchen wir nur einen zivilisierten Stellplatz: duschen, Wäsche waschen, Batterien laden. Wir landen auf dem Campingplatz Marika Puhkeküla bei Nõva im Nordwesten Estlands. Vielleicht die beste Entscheidung der Reise. Gastgeber Michael, ein deutscher Auswanderer, erfüllte sich hier einen Traum. Die Holzhütten baute er selbst, ein Teich lädt

zum Baden ein, und jeder Gast wird empfangen wie ein alter Freund. Wir sitzen bei kühlen Getränken, lauschen Geschichten über Land und Leute – Stoff, der so selten im Reiseführer steht. Michael zeigt Aufnahmen seiner Wildkameras: Bären, Marderhunde, Füchse streifen regelmäßig durch den Wald. Abends springt er mit



Ein fast filmisches Setting für eine Kuchepause: In einem Hinterhof Rigas entdecken wir das Café Parunasim kafe'teeka.

uns in seinen alten Land Rover. Über Schotter, durch zugewachsene Waldwege rumpeln wir rein in Estlands Natur, die er wie seine Westentasche kennt. So hält er etwa beim Moor an und zeigt uns eine heimische fleischfressende Pflanze, an der wir sicher vorbeigestapft wären: den Sonnentau.

Im Baltikum wechseln Kulturen, Landschaften und Städte nahezu im Stundentakt. Wir streifen

Moore, Küsten, Inseln, Altstädte, tauchen in die Geschichte ein, kosten neue Küche, lauschen anderen Sprachen. Trotz der Nähe zur Heimat wirkt dieser Urlaub wie eine Fernreise. Ein Volltreffer auf ganzer Linie: fürs Weltenbummlerherz, fürs Fotoalbum – und für den Geldbeutel.

Der Sörve-Leuchtturm auf Saaremaa steht in dieser Form seit 1960 an seinem Platz, seine Geschichte aber reicht viel weiter zurück ...

Der Kreuzhügel bei Siauliai in Litauen ist ein katholischer Wallfahrtsort, der rund 100.000 Kreuze in allen Größen zählt.



PRAKTISCHE HELFER FÜRS CAMPEN

Wahre Camper*innen freuen sich schon jetzt auf den Saisonstart. Und weil Vorfreude die schönste Freude ist, stellen wir Ihnen bereits in dieser Februarausgabe praktisches Campingzubehör für Küche, Wäsche und vieles mehr vor.

Ein kleiner Luxus für die Campingküche, der sich wirklich lohnen kann, wenn man auf Reisen gerne kocht.



Foto: Lidl

FÜR DIE BEQUEME CAMPINGKÜCHE

Das Zaubermix-Team unseres Medienhauses falkmedia hat die kompakte Neuinterpretation des Monsieur Cuisine von Lidl getestet und sieht für den Compact auch eine Zukunft auf dem Campingplatz. Der Monsieur Cuisine Compact spricht Menschen an, die wenig Platz in der Küche haben oder kleine Mengen kochen möchten. Der Compact ist 28 cm hoch, 22 cm breit und 36,5 cm tief und kann im Campingurlaub oder im Ferienhaus gelegentliche praktische Kocheinsätze optimal meistern. Aufgaben wie Zerkleinern, Verrühren und Kochen übernimmt der Mixtopf zuverlässig. Bei den Automatikprogrammen Kneten, Anbraten und Dampfgaren sorgen voreingeseicherte Temperatur- und Stufenangaben für präzise Ergebnisse. Der Compact ersetzt bei Bedarf Wasser-, Reis- und



Den kompletten Testbericht lesen Sie im Magazin Zaubermix, Ausgabe 01/2026.

Eierkocher, Handmixer, Standmixer, Kochtopf und Küchenwaage. Mit 2 Litern Volumen und tatsächlichen 1,5 Litern Speisevolumen ist er zwar sehr klein, aber es lassen sich ausreichende Mengen von Beilagen wie Pastasößen, Dips und Pesto herstellen oder auch Pfannkuchenteig.



Redakteurin Mirjam liebt praktisches Campingzubehör. Insbesondere, wenn es um Essen geht.



Foto: thelightart.de (1), Omnia (1)

OFEN TO GO

Diesen Ofen können Sie sich unter den Arm klemmen und mit zum Campingplatz nehmen: Der Omnia Backofen besteht aus drei Teilen und lässt sich super einfach zusammenbauen. Perfekt für Aufläufe und mit dem entsprechenden Zubehör sind auch Kuchen, Muffins, Croissants, Brot oder Fisch und vieles mehr kein Problem. Der kompakte Backofen kann auf jeder Wärmequelle außer Induktion verwendet werden und erweist mir auf den Dachzelttours gute Dienste. Und weil ich ihn so praktisch finde, backe ich damit auch gerne zu Hause Kuchen auf dem Herd. Ich hatte ganz lange keine Transportmöglichkeit für Kuchen, und so war der Omnia Ofen und Kuchendose zugleich.



Der Omnia funktioniert auf fast allen Wärmequellen

WASCHMASCHINE TO GO

Die Scrubba Wash Bag war das Weihnachts-Highlight 2025 von Redakteurin Marion Laß, die die „Waschmaschine to go“ gerne getestet hat.

Wer mit Auto und Dachzelt, per Rad oder mit dem Wohnwagen oder Van unterwegs ist, kann nicht viel mitnehmen – und will es auch nicht. Minimalismus ist die Devise. Auch ich liebe diese Art zu reisen. Nichtsdestotrotz gibt es einige Dinge, die man schon mal braucht, wenn man länger unterwegs ist. Aber klein müssen sie sein – und am besten leicht und faltbar. All diese Eigenschaften bringt die Scrubba Wash Bag mit. Und ich bin ganz ehrlich: Als dieses Camping-Gadget unterm Weihnachtsbaum lag, habe ich mich riesig gefreut. Natürlich habe ich meine neue „Waschmaschine to go“ gerne getestet.

EINFACHE HANDHABUNG

Die Scrubba Wash Bag funktioniert im Grunde ganz einfach: Wäsche, Wasser und etwas Wasch-

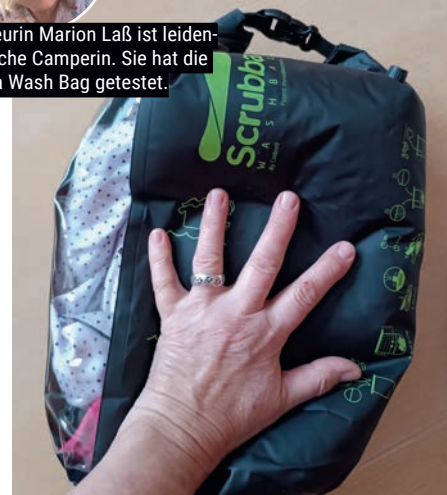
mittel einfüllen, den Beutel fest verschließen, die Luft durch das kleine Ventil entweichen lassen, je nach Verschmutzung der Wäsche 1 bis 5 Minuten rubbeln, dann die Wäsche mit frischem Wasser ausspülen, an einer Leine aufhängen und trocknen lassen – fertig ist der Waschgang to go. Wichtig ist natürlich, die Seifenlauge nicht in der Natur zu entsorgen. Das sollte allen klar sein, schließlich lieben wir die Umwelt.

MIT FLEXIBLEM WASCHBRETT

Der patentierte Scrubba-Waschbeutel verfügt im Inneren über ein flexibles Waschbrett mit rutschfester Unterseite. Allerdings würde ich beim Waschen von Kleidung mit Reißverschlüssen oder anderen spitzen Details vorsichtig sein, damit der Beutel nicht beschädigt wird.



Redakteurin Marion Laß ist leidenschaftliche Camperin. Sie hat die Scrubba Wash Bag getestet.



Nach dem Waschen spülen Sie den Scrubba-Waschbeutel aus, drehen ihn zum Trocknen auf links und können ihn dann wieder zusammenfalten und verstauen. Das war's.

Mein neues Camping-Gadget hat bereits ein festes Plätzchen in meinem Bus und ich freue mich auf die nächste Tour, bei der ich noch minimierter packen kann, denn ich kann jetzt ja zu jeder Zeit waschen ...

Mehr Infos auf www.thescrubba.com

Foto: Marion Laß

Lust auf Hyundai



Unser Noah Tabiou und Marlon Rohland

**12x Top
Verkauf & Service
für Sie im Norden**

NORD-OSTSEE AUTOMOBILE

VAN MOSSEL AUTOMOTIVE GROUP

HYUNDAI Center Neumünster Friedrich Wöhler Str. 40, 24536 Neumünster, T 04321 690 930

Lust auf Leistung – Center in Flensburg, Eckernförde, Heide, Husum, Schleswig, Marne, Itzehoe, Neumünster, Hamburg-Harburg, Hamburg-Bergedorf, Schwarzenbek, Bad Belzig

hyundai.nord-ostsee-automobile.de

 **HYUNDAI**

MUST HAVES DER SAISON 2026

CAMPING GADGETS

Mit diesem Zubehör wird Ihr Campingurlaub ein voller Erfolg.

VIELSEITIG

Die Aqua Pura Campingdusche können Sie nicht nur zum Duschen verwenden, sondern auch zum Kochen, Obst und Gemüse waschen, SUP reinigen oder für die Gartenarbeit zu Hause. Sie wird über einen Druckmechanismus betrieben und bietet 10 verschiedene Modi. 119 Euro www.naturbummler.de



Gemütlich

Auf dem Moonchair Deluxe XXL sitzen Sie wie auf Wolken, genauer gesagt wie auf einer großen Wolke. Die Sitzfläche ist extra breit und die Polsterung besonders weich. 139 Euro www.skandika.com



PEPPIG

Dieses Emaille Geschirr bringt Farbe auf den Campingtisch. Außerdem sind Teller, Becher und Schüssel handgefertigt, sodass jedes Muster einzigartig ist. Das Geschirr ist schadstofffrei und kann leicht gereinigt werden. ab 18,50 Euro www.ethicamper.com

ANZIEHEND

Beim Campen ist Abstellfläche rar gesäht. Mit diesem magnetischen Tablett schaffen Sie sich schnell Platz für ein kühles Bierchen oder den heißen Tee am Morgen. 66 Euro www.styyl.de



FALTBAR

Frisch gebrühter Kaffee am Morgen, vertreibt Kummer und Sorgen. Insbesondere wenn sich der Kaffeefilter so kompakt zusammenfalten lässt wie dieser. Sehr beliebt für Wanderungen oder Paddeltouren, bei denen nur wenig Platz für Gepäck ist. 47,95 Euro www.bergfreunde.de



SMART

Dieses kompakte Gadget erlaubt es, während des Kochens die elektronischen Geräte aufzuladen. Dabei läuft der tragbare Herd mit Pellets oder ganz einfach mit Holzstückchen, die Sie unterwegs sammeln können. 189,95 Euro www.eu.bioliteenergy.com

LÄSSIG

Perfekt für die Pause nach einem anstrengenden Ausflug oder den gemütlichen Strandtag: der luftgefüllte Softybag. Zwei Tipps vorab: Am besten bauen Sie das luftgefüllte Sofa schon vor dem Ausflug auf, damit Sie sich direkt hinlegen können. Und beim ersten Aufbau unbedingt mitfilmen. 66,95 Euro www.softybag.com



Wasser marsch, ganz ohne Anschluss

Seitdem das mobile Waschbecken BOXIO Wash Volontärin Maya auf ihren Camping-Abenteuern begleitet, trifft sie ihre Stellplatzwahl nicht mehr danach, wo es fließend Wasser gibt, sondern danach, wo es am schönsten ist.

Von dem Moment an, als wir unseren Kombi zum Mini-Camper ausgebaut haben – Dachzelt oben drauf, ausziehbare Küchenzeile hinten drin –, fährt das BOXIO Wash, ein mobiles Waschbecken, bei jedem Trip mit. Selbst irgendwo im Nirgendwo fühlt sich das BOXIO Wash wie ein richtiges Waschbecken an, obwohl wir weder Wasser- noch Stromanschluss benötigen.

AUFBAU UND INTEGRATION

Das Prinzip finde ich herrlich simpel: Die Handpumpe neben dem Hahn baut zuverlässig Druck auf – ohne Kabel, ohne Gefummel, mit wenig

Kraft. Unter der Schale sitzen ein 5-Liter-Frischwassertank und ein separater Abwassertank. Für den kleinen Abwasch, zum Gemüse abbrausen oder um schnell Zähne zu putzen, ist das Setup ideal. Das Gewicht bleibt angenehm niedrig, und weil alles in einer robusten Box steckt, verschwindet es entspannt im Auto oder – wie bei uns – sauber in der ausziehbaren Campingküche.

KLEINE KOMPROMISSSTELLEN

Einen kleinen Haken gibt es für mich trotzdem: Den Schmutzwassertank finde ich aufgrund seiner Form etwas fummelig zu reinigen.

Nie wieder ohne! Das BOXIO Wash ist für Volontärin Maya beim Campen unverzichtbar geworden.

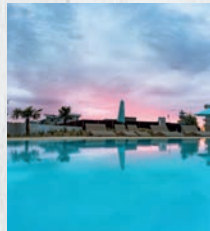


Mit Flaschen- oder Schlauchbürste klappt es, aber „einmal schnell ausspülen“ reicht nicht. Ein Wort zum Preis: Mit 179,90 Euro ist es keine Schnäppchen-Anschaffung. Positiv verbuche ich, dass die Produkte in Deutschland gefertigt werden und die Boxen aus recyceltem Kunststoff bestehen. Unterm Strich überwiegt für mich der praktische Gewinn – besonders, wenn man gern abseits klassischer Campingplätze steht.

Das BOXIO Wash und weitere BOXIO-Produkte unter: [boxio.de](https://www.boxio.de)

Fotos: privat (1), Mona Küger | thelightart (1)

SlowDown Momente sind Postkarten Momente



Moin von der Ostsee,
Bald könnt ihr bei uns richtig die Seele baumeln lassen.

Zimmern mit Dampfsauna, Küche und Balkon |
Dinner & Drinks am Panorama-Fenster mit
Sonnenuntergang über dem Wasser | köstliches Frühstück |
Vergesst dabei nicht das Wichtigste:
Pure Entspannung in unserem Wellnessbereich.
Im SlowDown Bottsand | Hotel & Spa sogar mit Pool.

Wir freuen uns riesig auf euren Besuch in
unseren SlowDown Hotels bei Kiel & Lübeck.

Euer SlowDown Team



Unsere Webseiten
SlowDown Bottsand | Hotel & Spa
SlowDown Travemünde





Die Ostsee-Region ist immer gut für einen Ausflug. Schöne Reiseziele sind u. a. Niendorf und der Plöner See.



VANLIFE AN DER OSTSEE

Rein ins Fahrzeug und los: Wer Vanlife ausprobieren will, findet an Schleswig-Holsteins Ostseeküste spannende Möglichkeiten mit viel Blick aufs Wasser und guter Infrastruktur zum Radeln.

„Das Wochenende geht immer so schnell vorbei“, hört man viele Menschen klagen. Wohnmobilst*innen wissen: Das stimmt nicht! Denn wer von Freitag- bis Sonntagabend unterwegs ist, hat – gefühlt – mehr vom Wochenende. Am Freitagabend geht es los und am Sonntag gegen Nachmittag wird die Heimreise angetreten. Dazwischen liegen 48 Stunden voller Action oder Entspannung. Je nachdem, was Sie mögen. Sie werden sehen: Das Wochenende kann auch lang! Wer das Vanlife einmal ausprobieren möchte, für den haben wir kleine Mikro-Trips zusammengestellt – für 48 Stunden Freiheit pur.

LÜBECKER BUCHT – „STRANDHÜPFEN“

Kennen Sie schon alle Strände entlang der Lübecker Bucht? Wenn nicht, könnte das



Plön mit seinem Schloss und dem Plöner See ist beliebt bei Jung und Alt.

„Strandhüpfen“ von Timmendorf bis Grömitz interessant sein – mit einem Sundowner am Freitagabend in Timmendorfer Strand. Am Samstagvormittag gibt es einen Kaffee am Niendorfer Hafen, dann geht es weiter zur Steilküste bei Brodten für einen Spaziergang mit Weitblick. Nachmittags ruft Travemünde – mit Fischbrötchen am Priwall. Und übernachtet wird auf einem küstennahen Stellplatz zwischen Haffkrug und Scharbeutz. Mit Glück gibt es einen tollen Sonnenuntergang am Strand und am Sonntagmorgen eine frühe Schwimmpartie im Meer. So lässt sich der Sonntag genießen. Wer nur die Hälfte davon machen möchte – auch gut. Hauptsache raus! Tipp: Den Stellplatz sicherheitshalber vorher reservieren.

HOLSTEINISCHE SCHWEIZ – SEEN, HÜGEL, RUHE

Wie wäre es mit einer Tour nach Eutin, Plön oder Malente? Sie werden verzaubert sein von der herrlichen Natur. Kurz am Dieksee anhalten, dann weiter zum Großen Plöner See. SUP ausleihen, den See umrunden oder in der Umgebung die sanften Hügel erkunden. Übernachtet wird für zwei Nächte auf einem naturnahen Platz – bestenfalls mit Badesteg. Am Samstag oder Sonntag geht es noch auf die Prinzeninsel – vielleicht mit Frühstück und einem herrlichen Blick aufs glitzernde Wasser. So lässt es sich leben. Zwei Tage mit Natur und



Mit dem Fahrrad geht es entlang der Ostsee – inklusive Blick aufs Wasser.

Entspannung pur. Tipp: Unbedingt die Fahrräder mitnehmen.

SCHLEI UND OSTSEE – MARITIME SLOW MOTION

Eine gute Idee für einen Wochenend-Trip ist auch die Schleiregion. Gestartet wird klassisch in Kappeln, mit Stadtbummel und Besichtigung der Klappbrücke. Am Hafen locken frischer Kaffee und Räucherfisch to go. Weiter geht es nach Arnis, der kleinsten Stadt Deutschlands, dann mit dem Fahrrad durch die hügelige Natur mit kleinen Stopps entlang der Schlei. Für die Übernachtung hat Maasholm einen Stellplatz direkt am Wasser eingerichtet. Hier treffen Ostsee und Schlei zusammen. Lauschen Sie den Seevögeln im Naturschutzgebiet, radeln Sie an der Ostsee entlang oder ins Binnenland. Sie werden sehen: Das Wochenende fühlt sich richtig lang an.

6 TIPPS CAMPING MIT KLEINKIND



Camping ist mit kleinen Kindern ein riesiges Abenteuer und bietet viel Raum für Naturerlebnisse, Freiheit und gemeinsame Zeit. Damit der Urlaub für alle entspannt und schön wird, helfen diese praktischen Tipps:

1

1. TÜR AUF UND RAUS

Die Bepaßung ist während eines Campingurlaubs so einfach wie sonst selten. Einfach Tür oder Zelt auf und ab nach draußen. So können die Kids die nähere Umgebung erkunden, und für die Kleinen reichen ja wirklich schon Steine, Heringe vom Zelt oder Wäsche klammern. Der neue Ort ist spannend genug, sodass die Eltern morgens entspannt einen Tee trinken oder packen können.

2

2. SCHLAFEN UND FAHREN

Stehen mehrere Ziele auf der Reiseroute, kann es hilfreich sein, die Fahrten anhand der Schlafenszeit der Kleinen zu planen. Für kürzere Strecken empfehlen sich die Tages schläfchen, und bei längeren Etappen kann es sich lohnen, abends loszufahren und zur Not freizustehen. So haben Sie mehr vom Tag und nutzen die Schlafenszeiten für die Reise.

3

3. GO WITH BABY'S FLOW

Es ist, wie es ist: Eine Person mehr an Bord bringt zusätzliche Bedürfnisse mit sich, die nicht immer mit den Plänen der Erwachsenen übereinstimmen. Lassen Sie sich darauf ein. Es ergibt sich eine neue Art des Reisens, die nicht unbedingt schlechter ist. Planen Sie genügend Freiräume für die kleinen Menschen ein, dann sind diese auch kooperativer, wenn es Sie beispielsweise in ein Museum zieht.

4

4. WENIGER IST MEHR

Nehmen Sie von Anfang an den Druck raus und planen Sie realistisch. Mit Kind werden Sie nicht mehr die lange Wanderung auf den Gipfel schaffen oder die gesamte Stadt im Stechschritt erkunden. Suchen Sie sich pro Tag ein Ziel aus und vielleicht noch ein zweites, das auf der Strecke liegt. Alles andere sorgt nur für Stress. Es sollte immer Zeit für spontane Pausen sein.

5

5. SNACKS!

Ohne Witz, Essen ist wichtiger als Spielzeug! Ein kleiner Snack zwischen durch hebt die Laune – auch bei den Erwachsenen – und sorgt im Notfall für Beschäftigung. Banane, Weintrauben oder auch die fertigen Snacks aus der Tüte sollten in rauen Mengen im Gepäck zu finden sein.

6

6. JE MEHR, DESTO ENTSPANNTER

Holen Sie sich Freund*innen oder Familie in die Reisecrew. Das ist eine Win-win-Situation für Eltern und Kinder, weil einerseits mehr Entertainment von verschiedenen Personen möglich ist und andererseits sich die Eltern, falls möglich, auch mal zurückziehen können für etwas Paarszeit.



SCHMÖKERTIPPS

*Im Urlaub ist Zeit zum Lesen, deshalb stellen wir Ihnen hier
die schönsten Bücher fürs Reisegepäck vor.*



Verhängnisvoller Champagner

Tom Hillenbrands Krimi macht Lust auf gutes Essen, und das Luxusgetränk steht im Mittelpunkt der Handlung. „Verhängnisvoller Champagner“ spielt in Luxemburg und Frankreich, in Sternerestaurants, bodenständigen Läden und im Milieu einer Gastronomie, bei der es manchmal pechrahbschwarz ist. Ermittler Xavier Kieffer besitzt ein Spezialitätenrestaurant in seiner luxemburgischen Heimat und gerät beim Besuch eines Freundes aus Ausbildungszeiten in kriminelle Machenschaften.

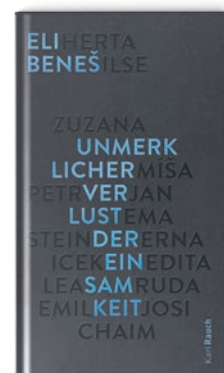
Tom Hillenbrand, KiWi, 496 Seiten, 14 Euro



Frau Komachi empfiehlt ein Buch

„Wonach suchen Sie?“ Diese Frage stellt Sayuri Komachi allen Gästen in ihrer kleinen Gemeindebibliothek in Tokio. Denn die Bibliothekarin spürt genau, wonach die Menschen im Leben suchen: die Verkäuferin, die mit ihrem Job hadert, der schüchterne Buchhalter, der davon träumt, ein Antiquitätengeschäft zu eröffnen, oder die frischgebackene Mutter, die sich zwischen Beruf und Familie aufreibt ... Frau Komachis überraschende Buchempfehlungen haben ungeahnte Folgen.

Michiko Aoyama, Rowohlt, 288 Seiten, 14 Euro



Unmerklicher Verlust der Einsamkeit

Es ist Mai 1945, und Petr kehrt in seine Heimatstadt Prag zurück. Als Auschwitz-Überlebender kann der 17-Jährige die um ihn herum herrschende Siegesfreude und Aufbruchstimmung nicht gänzlich verstehen. Das jüdische Schicksal hat sich dem System erneut einzugliedern. Völlig entkräftet und entwürdigt, kann sich Petr nicht behaupten und benötigt Hilfe, die er auch bekommt. Gegen diese äußeren Widerstände und das eigene Trauma beginnt Petr den Weg zurück ins Leben.

Eli Beneš, Karl Rauch, 688 Seiten, 32 Euro



ADVERTORIAL

KARIBISCH-PARADIESISCHES FLAIR

DER NORDEN relaxt in der HolstenTherme

60.000 qm Entspannung und Urlaubsgefühle pur: Die HolstenTherme Kaltenkirchen verwöhnt ihre Gäste mit Wasserspaß, Sauna-Glück und Wellness. Das perfekte Ausflugsziel für alle, die mal raus aus dem Alltag möchten, um die Akkus aufzuladen. Kleiner Tipp: Es gibt Gutscheine für einen romantischen Valentinstag!

Baden, schwimmen, planschen, relaxen – und das alles bei tropischen 32 °C Wasser- und Lufttemperatur in einem lichtdurchfluteten Paradies, das einen das trübste Schietwetter vergessen lässt – das ist die WasserWelt. Im karibischen ErlebnisBad bieten der Innen- und Außenpool Abwechslung. Die KinderKaribik und die Riesenrutschen sorgen für Laune bei den Lütten. Wer es ruhiger mag, entspannt auf der ParadiesInsel im InfinityPool und auf den großzügigen Relaxflächen auf zwei Ebenen. Klassisches Bahnenziehen ist im großen Sportbecken möglich, dafür fast schwereloses Genießen im SoleRelaxpool und Schwimmen unter tropischem Regen. So unterschiedlich kann die Auszeit unter Palmen sein.

IN SIEBEN SAUNEN RUND UM DIE WELT

In der SaunaWelt geht es in sieben Saunen um die Welt – von einem Wohlfühl-Ziel zum nächsten – durch eine liebevoll und authentisch eingerichtete Saunalandschaft. Vom Marktplatz Marrakeschs in die Höhen des Himalayas, von

den ursprünglichen Wäldern Finnlands über die afrikanische Savanne durchs Mondtor in den japanischen Garten – begleitet von wohltuenden Düften und intensiven Farben. Das gewisse Pflege-Extra bieten Wohlfühl-Rituale wie Körperpeelings und Gesichtsmasken in der orientalischen Verwöhnase La Mamounia.

THEMATISCHE AUFGÜSSE

Thematische Aufgüsse machen die SaunaWeltreise immer wieder zu einem besonderen Erlebnis. Von klassischer Massage bis zum Rund-um-Wohlfühl-Programm – im WellnessStudio können große Entspannungsmomente für den Luxus im Kleinen gebucht werden. Eine gute Gelegenheit, Körper und Geist zur Ruhe kommen zu lassen.

HOLSTENTHERME RESORTHOTEL

Das 4-Sterne The Great North – HolstenTherme ResortHotel macht das Urlaubsglück schließlich perfekt: Britischer Charme gepaart mit norddeutscher Gelassenheit in den 63 außergewöhnlich eingerichteten Zimmern. Die HolstenTherme ist als Spa-Bereich gleich nebenan – zwei

Stunden Aufenthalt in der WasserWelt sind pro Nacht inklusive. Im Restaurant Flowerz zaubert Küchenchef Sebastian Golle saisonale, regional inspirierte Wohlfühlküche. Nah am Produzenten und immer nach dem Rezept „norddeutsche Verbundenheit mit Blick in die Welt“.

GESCHENKGUTSCHEIN ZUM VALENTINSTAG

Die HolstenTherme ist ein Ort zum Abschalten, Auftanken und Glücklichein. Kleiner Tipp zum Valentinstag: Geschenkgutscheine können online ausgewählt werden, um damit einen lieben Menschen mit einer Auszeit zu überraschen!

HOLSTENTHERME
Mein Tag Urlaub.

HolstenTherme GmbH
Norderstraße 8, 24568 Kaltenkirchen
www.holstentherme.de

HAPPY FAMILY

Beim Bouldern geht es nicht nur um sportliches Können, sondern auch um Teamgeist und Konzentration.



Schöne Ideen für drinnen, wenn Sie draußen vergessen können

SCHIET- WETTER- Glücke

Wenn der Wind naßkalt um die Ecke pfeift, wird es drinnen gemütlich – und aufregend, denn zwischen Nord- und Ostsee warten verschiedene Event-Locations darauf, von einer energiegeladenen Horde Kinder, Teens oder Krabbelkids entdeckt zu werden. Die Erwachsenen dürfen natürlich auch mit. Auf geht's!

Wir kennen das wohl alle: Wenn die Kids voller Tatendrang sind und eigentlich Lust auf Laufen, Springen und Hüpfen an der frischen Luft haben, es draußen aber schon dunkel und mehr als ungemütlich ist, müssen Alternativen her. Wie wäre es da mit Freizeitangeboten, die Kinder zum tüfteln, toben und staunen bringen, wie beispielsweise Kletterhallen, Trampolin-parks, Bibliotheken mit Bilderbuchkino, Mitmach-Museen, Unterwasserwelten mit echten Lebewesen aus Nord- und Ostsee, Schwimmbäder mit warmen Becken oder Krabbelcafés und offene Spielräume mit Rutschautos für die Kleinsten? Interessant sind auch Planetarium-Shows und Töpfer-Workshops für die Grund-schulkids. Cool, oder?

KLETTERHALLEN UND ESCAPE-ROOMS

Brille auf und hinein ins Abenteuer. Für unsere Teens könnten auch Escape-Räume und VR-Arcades interessant sein. Oder wie wäre es mit Bouldern? Das fordert Konzentration und Muskelkraft, aber auch Mut und Teamgeist sind erforderlich. Wer es lieber ein bisschen ruhiger mag, entdeckt vielleicht die Makerspaces. Viele bieten Werkzeuge an, mit denen man eigene Buttons herstellen kann, darunter spezielle Button-Maschinen, Schneidemaschinen und

manchmal sogar 3D-Drucker für Prototypen; oft sind auch Materialien wie Folien, Papier-einlagen und Metallteile vorhanden, um eigene Designs zu fertigen.

FAMILIEN-AUSFLUG MIT SPASS FÜR GROSS UND KLEIN

Worauf haben Ihre Kids so richtig Lust? Nicht alle Angebote sind weit entfernt, manche warten schon um die Ecke. Und wenn es doch mal etwas weiter weg geht, wird die Fahrt dorthin zum schönen Familienausflug, der in guter Erinnerung bleiben wird.

Wer Energie loswerden will, hat in Schleswig-Holstein viele Möglichkeiten dazu. Einige Häuser bieten Familientickets oder Schietwetter-Angebote an. Küstenkinder wissen: Es gibt kein schlechtes Wetter, nur gute Indoor-Ideen, und die wollen jetzt mit Leben erfüllt werden.

Rein ins Bälle-Bad und Spaß haben! Indoor-Spielplätze bieten viele Möglichkeiten, Energie loszuwerden.



VR-Arcades und Escape-Rooms sind besonders bei den Teens beliebt.

HEFTIG DEFTIG

*Heiß aus dem Ofen direkt ins Herz:
Diese Aufläufe sind einfach lecker.*

WIRSING-BROT-AUFLAUF

ZUBEREITUNGSZEIT: 50 Minuten

ZUTATEN für 4 Personen

- 1 Zwiebel
- 400 g Wirsing
- 4 EL Öl
- 2 TL Kümmelpulver
- 150 g Schinkenwürfel
- etwas Butter zum Feten
- 12 Scheiben Weißbrot
- 500 ml Gemüsebrühe
- 150 g Sahne
- 1 Ei
- 180 g geriebener Gouda

- 1 Msp. frisch geriebene Muskatnuss
- Salz und Pfeffer

1. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Zwiebel schälen und würfeln. Die äußeren Blätter des Wirsingkopfs entfernen. Den Kohlkopf vierteln, vom Strunk befreien und in Würfel schneiden. 3 EL Öl in einen Topf geben, Zwiebel, Wirsing und Kümmel dazugeben und alles sanft andünsten. Schinken in einer Pfanne anrösten und mit dem Wirsing vermischen.

2. Eine Auflaufform mit etwas Butter fetten. 10 Brotscheiben und die Wirsingmischung darin

fächerartig verteilen. Brühe, Sahne, Ei, 80 g Käse und etwas Muskat in einem Topf verrühren, leicht erwärmen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sahnemischung über den Wirsing geben, dabei darauf achten, dass die Brotscheiben davon benetzt werden. Übrigen Käse darüberstreuen und den Auflauf im vorgeheizten Ofen in ca. 30 Minuten goldbraun backen. Ggf. mit Alufolie abdecken.

3. Übrige Brotscheiben würfeln und in einer Pfanne im restlichen Öl anbraten. Auflauf aus dem Ofen nehmen und mit Brotwürfeln bestreut servieren.

SCHUPFNUDEL- LEBERKÄSE-AUFLAUF

ZUBEREITUNGSZEIT: 50 Minuten

ZUTATEN für 4 Personen

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 4 EL Rapsöl zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 600 g Schupfnudeln (Kühlregal)
- 1 EL Butter
- 2 EL Mehl
- 350 ml Gemüsebrühe
- 150 ml Milch
- 700 g Sauerkraut (Dose)
- 150 g Bergkäse
- 1 Bund Schnittlauch, in Röllchen
- 4 Scheiben Leberkäse (à ca. 200 g)
- Salz und Pfeffer

1. Zwiebel und Knoblauch schälen, beides fein würfeln. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schupfnudeln darin ca. 5 Minuten rundherum anbraten. Herausnehmen, übriges Öl sowie Butter in die Pfanne geben, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Das Mehl dazugeben und anschwitzen, dann alles unter Rühren mit Gemüsebrühe sowie Milch ablöschen. Den Mix ca. 10 Minuten einköcheln lassen, dabei zwischendurch umrühren.

2. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit etwas Öl ein-

fetten. Sauerkraut gut abtropfen lassen. Den Bergkäse reiben, 50 g davon in die Soße rühren und darin langsam schmelzen lassen. Dann 2/3 des Schnittlauchs dazugeben und die Soße mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken.

3. Sauerkraut, Schupfnudeln und Leberkäse in die vorbereitete Auflaufform geben. Die Soße darübergießen, alles mit übrigem Käse bestreuen und im vorgeheizten Ofen in 20–25 Minuten goldbraun überbacken. Den Auflauf aus dem Ofen nehmen, mit dem restlichen Schnittlauch bestreuen und servieren.





SCHWARZWURZEL-SCHINKEN-AUFLAUF

ZUBEREITUNGSZEIT: 1 Std. 15 Min.

ZUTATEN für 4 Personen

- 50 g Butter
- 50 g Mehl zzgl. 2 EL mehr für die Schwarzwurzeln
- 700 ml Milch
- 50 g Mozzarella
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 1,5 kg Schwarzwurzeln
- 3 EL heller Balsamicoessig
- ca. 10 große Scheiben italienischer Kochschinken
- 2 Scheiben Toastbrot
- 30 g frisch geriebener Parmesan
- 3 Stiele Petersilie
- Salz und Pfeffer

1. Für die Béchamelsoße die Butter in einem Topf zerlassen, das Mehl unterrühren und anschwitzen. Milch angießen und die Soße offen bei mittlerer Hitze unter Rühren in ca. 20 Min. cremig einkochen. Mozzarella in Würfel schneiden und unterrühren. Béchamel mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

2. Schwarzwurzeln unter fließendem kaltem Wasser schälen und putzen (dabei Einweghandschuhe tragen), dann sofort in eine Schüssel mit 1 l Wasser, Essig und 2 EL Mehl legen, damit sie sich nicht verfärben. Schwarzwurzeln in kochendem Salzwasser je nach Dicke in 6–7 Min. bissfest garen, anschließend abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.

3. Die Schinkenscheiben der Länge nach halbieren. Das Toastbrot im Universalzerkleinerer zu feinen Bröseln verarbeiten, diese mit dem Parmesan vermischen. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

4. Je 3–4 Schwarzwurzeln mit Schinken umwickeln, sodass kleine Bündel entstehen. Diese in eine längliche Auflaufform legen und mit der Béchamelsoße übergießen. Alles mit den Käsebröseln bestreuen und im vorgeheizten Ofen ca. 30 Min. gratinieren. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden. Heiß servieren.

Genussvolles Osterfest

IN FESTLICHER ATMOSPHÄRE

Verbringen Sie die Osterfeiertage mit Ihren Liebsten bei einem entspannten und genussreichen Festtagsbuffet im **Hotel Altes Stahlwerk** in Neumünster.



Freuen Sie sich auf eine abwechslungsreiche Auswahl an frischen Salaten, traditionellem Osterbrot und fluffigem Osterzopf aus der Backstube des Bäckermeisters. Dazu werden feiner Lammsschinken sowie regionale Wurstspezialitäten aus Aukrug und Hörup serviert. Variationen vom Lamm – direkt vom Schäfer aus Aukrug – gehören ebenso zum Buffet wie cremige Kartoffelsuppe, zarte Lachsforelle und getrüffelte Spaghetti frisch aus dem Parmesanlaib. Ergänzt wird das Angebot durch Special Cuts vom Angusrind von der James Farm sowie

raffinierte vegetarische und vegane Gerichte. Zum Abschluss erwarten Sie verführerische Dessertvariationen, begleitet von Kaffee- und Teespezialitäten.

Der Festtags-Lunch am Ostersonntag und Ostermontag ab 12 Uhr beinhaltet ein Glas Chardonnay-Sekt, die Teilnahme am Oster-Festtagsbuffet sowie Säfte und Kaffee- und Teespezialitäten. Der Preis beträgt 55 Euro pro Gast. Kinder bis zum vierten Lebensjahr sind zum Lunch eingeladen, Kinder von fünf bis zwölf

Jahren genießen das Angebot zum halben Preis. Auch am Abend können Sie sich auf Gaumenfreuden freuen: Das vielfältige Oster-Abendbuffet lädt Sie von 18 bis 21.30 Uhr für 38 Euro pro Person zum Genießen ein. Eine Tischreservierung für das Oster-Festtagsbuffet ist mit dem Erwerb eines Genusstickets verbunden. Dieses ist am Hotelempfang erhältlich.

Hotel Altes Stahlwerk, Rendsburger Str. 81, Neumünster, Tel.: 04321 / 55 600, www.altes-stahlwerk.com

Foto: Hotel Altes Stahlwerk



IN RUHE VERABSCHIEDEN

TRAUERFEIER IM L.O.K.S.

Das **L.O.K.S.** in Einfeld ist über die Stadtgrenzen Neumünsters hinaus eine beliebte Adresse für außergewöhnlichen kulinarischen Genuss. Für besondere Anlässe öffnet das Restaurant auch außerhalb der Öffnungszeiten für Gesellschaften von 20 bis 70 Personen seine Türen – zum Beispiel für Trauerfeiern. Ganz in Ruhe und besinnlich kann man in der gemütlichen Atmosphäre des historischen Bahnhofsgebäudes zusammenkommen und Abschied nehmen. Für das leibliche Wohl bietet das Team rund um Gastronom Oliver Auch nach Wunsch frisch gebackene Kuchen zur stilvoll gedeckten Kaffeetafel. Auch vielfältig belegte Baguettescheiben oder eine feine Suppe – gern auch vegan – kreiert die Küche ganz nach den individuellen Vorlieben der Trauergesellschaft. Eine persönliche Beratung ist unter Tel.: 04321 / 783 95 30 jederzeit möglich. Mehr Infos: www.loks-restaurant.de

Foto: Natalie Zahnrow

LEIDENSCHAFTLICH. ORIGINELL. KULINARISCH. SCHLEMMEN.



L.O.K.S.
RESTAURANT

**SONNTAGS.
BRUNCH.
10.00 - 13.30 UHR**

- Antipastiplatte
- Aufschnitt Variationen
- Warme Gerichte
- Raffinierte Desserts
- Kaffee, Tee und Säfte inkl.
- Preis pro Person **34,80 €**
(Kinder 4-14 Jahre **16,80 €**)

IM EINFELDER BAHNHOF
Einfelder Schanze 3
24536 Neumünster

JETZT RESERVIEREN
TEL. 04321.78 39 530
www.loks-restaurant.de

WEICH, WARM, WUNDERBAR

Der Februar lädt offiziell zum Einkuscheln ein. Ab auf die Couch, Tee in die Hand – und rein in Loungewear, die so gemütlich ist, dass man das Haus freiwillig nicht verlässt. Wie stilvoll bequeme Looks aussehen können, zeigt uns zum Beispiel die neue Loungewear-Kollektion von LASCANA.



Poloshirt und Loungehose
aus Strick in mintfarben



Wickelstrickjacke und
Strickhose in hellblau



Pyjama-Top und kurze
Pyjamahose in rosa,
mit Spitzendetails



Pyjama-Langarmshirt und
lange Pyjamahose in rosa,
mit Spitzendetails



Geripptes 3/4-Arm-Shirt
und gerippte Strickhose
in der Farbe Sand, meliert



Bequemer Overall mit
Taschen in schwarz

Glanz & Gloria

* Lieblingsstücke *



Fairfashion &
Scandic Lifestyle

NEUE FRÜHJAHRSLIEBLINGE -
fair & stilvoll

WINTERSTYLES
jetzt reduziert!!!



Mo.-Di. & Do.-Fr.: 10-18 Uhr • Mi. & Sa.: 10-13 Uhr

Mühlenstraße 1 • 24582 Bordesholm

www.lieblingsstuecke.shop

Cardigan aus Biobaumwolle von Seasalt Cornwall.



Outfit aus
Lieblingsstücken
von Seasalt
Cornwall



Merinowoll Tücher
von INVERO

Dänischer Schmuck
von Soi



FRÜHLINGSVORBOTEN

Bei **Glanz & Gloria** in Bordesholm schlagen die Herzen höher: Der liebevolle Concept-Store von Sabrina John bietet eine vielfältige Auswahl von Fair Fashion über ganz besondere Accessoires bis hin zu handgefertigten Geschenken, die Freude bereiten. Für sonnige Frühlingsgefühle sorgen jetzt fröhlich-bunte Outfits sowie kuschelige Cardigans aus Biobaumwolle von Seasalt Cornwall. Ergänzt werden die Lieblingsstücke mit Lederbags aus feinem Naturleder von Harbour 2nd und Merinowolltüchern von Invero. Dänischer Schmuck von Soi rundet das Sortiment perfekt ab. Viele Artikel sind im Onlineshop erhältlich unter www.lieblings-stuecke.shop. Mehr Infos auch über Tel.: 04322 / 88 87 27.

Lederbags aus Naturleder
von Harbour 2nd

Dänische Lichthäuser
von IB Laursen



Fotos: Glanz & Gloria

SPA-MOMENTE daheim



BADESOFA, bekannt aus der Sendung „Die Höhle der Löwen“, erweitert sein Home-Spa-Sortiment um zwei Produkte für die Pflegeroutine unter der Dusche: das Körperöl Matcha Glow und das Peeling Peach Glow. Das Öl setzt auf Matcha und grünen Tee, zieht schnell ein und

kommt ohne Silikone, Parabene und Mineralöle aus. Das Body Peeling Peach Glow kombiniert Aprikosenkernpulver, Karottenöl und Alpha-Bisabolol für ein mildes Peeling ohne Mikroplastik. Der erfrischende Duft sorgt für ein Spa-ähnliches Erlebnis zuhause. Beide Produkte sind vegan und als zweistufige Routine gedacht:

In zwei einfachen Schritten – erst peelen, dann nähren – entsteht eine revitalisierende, pflegende und entspannende Routine für das wöchentliche Self-Care-Ritual.. Das Ergebnis: Die Haut soll sichtbar frischer, geschmeidiger und ebenmäßiger wirken. Weitere Informationen erhalten Sie unter: badesofa.de

Fotos: BADESOFA® (3)

ZUM VALENTINSTAG EINE PORTION LIEBE VERSCHENKEN

Liebe hat viele Formen. Am 14. Februar feiern wir sie alle: Partnerschaft, Freundschaft, Familie oder Selfcare. Sie möchten Ihren Liebsten eine Freude machen?
Diese kleinen Aufmerksamkeiten sagen: Schön, dass es dich gibt.



VERBUNDEN

Zwei filigrane Bänder mit kleinem Herz – als Zeichen für Liebe oder Freundschaft. Minimalistisch, alltags-tauglich und miteinander kombinierbar: ein zartes Symbol der Zuneigung. Erhältlich in Gold (Edelstahl, 18K vergoldet), Silber (Edelstahl) und Roségold (Edelstahl, 18K rosévergoldet).
www.purelei.com



ROSIGE AUSZEIT

Die Badebombe „Life in Rosy Light“ von Lush kombiniert frische Bergamotte mit warmer Tonka und Geranie, das Wasser schimmert rosé, Kakaobutter macht die Haut weich. Zum Valentinstag eine schöne Einladung, den Abend langsam zu machen – zu zweit oder allein.
www.lush.com

HAUTNAH

The Ritual of Jing Silky Massage Oil von Rituals: Lotusblüte beruhigt, Reisöl nährt, Squalan spendet Feuchtigkeit – zart duftend und angenehm auf der Haut. Ein Präsent, das am Valentinstag Zeit schenkt: für eine wohltuende Massage zu Hause.
www.rituals.com



HAND AUF'S HERZ

Diese Seife duftet zart nach edlen Rosen und reinigt dank pflegender Öle aus kontrolliert biologischem Anbau auch empfindliche Haut sanft – und sie ist ein echter Hingucker! Palmölfrei und COSMOS-zertifiziert. Alternativ gibt es sie als frische Orangenvariante mit naturreinem ätherischem Orangenöl – cremiger Schaum inklusive. Ideal als kleiner Gruß von Herzen.
www.klar-seifen.de



EIN PAAR ZUM VERLIEBEN

Weiche, atmungsaktive Socken aus gekämmter Baumwolle mit verstärkter Ferse und Spitze. Ein kleines Herz-Statement für den Alltag – und für Ihren Lieblingsmenschen.
www.happysocks.com



LIEBESERKLÄRUNG AN DIE HAUT

Die Badebombe „Love Letter“, ebenfalls von Lush, sorgt mit Kokosmilchpulver und Bergamotteöl für ein milchig-cremiges Bad mit sanft süßer Note; Agar-Agar lässt die Haut glatt wirken. Passt zum 14. Februar, wenn eine kleine, liebevolle Aufmerksamkeit genau richtig ist.
www.lush.com

BLUMENGRUSS

Fleurs de L'Himalaya verbindet wilde Orchidee und Himalaja-Pfingstrose, sanft abgerundet von Baumwollmoschus – ein transparenter, blumiger Duft. Als Valentinsgruß unaufdringlich und herzlich, für Lieblingsmenschen jeder Art.
www.rituals.com





Glückshormone gegen Winterblues

Gehören Sie zu den Menschen, die im Winter oft lustlos und müde sind? Warum ist das so und was kann man dagegen tun? Dr. Silja Schäfer von den TV-Ernährungs-Docs empfiehlt neben Licht, Bewegung und ausreichend Schlaf unter anderem Glückshormone. Aber wie kommen wir da ran?

VON MARION LASS

Ich habe mir die Frage gestellt, ob Winterträgheit vielleicht auch normal ist. Die Bären machen ja auch Winterschlaf. Mit dieser Intro-Frage habe ich Dr. Silja Schäfer überrascht. „Nein, ist es nicht“, schüttelt sie den Kopf und lacht. „Wir sind ja keine Bären. Unserem Körper fehlt in den meisten Fällen einfach nur Licht. Sonnenlicht macht so viel mit uns – vor allem sorgt es dafür, dass wir mit Vitamin D versorgt werden. Vitamin D gibt uns Power, macht Lust auf Bewegung, hebt die Stimmung. Ein Mangel hingegen führt uns schnell in den Winterblues.“ Ihre Empfehlung ist daher, in der dunklen Jahreszeit über Nahrungsergänzung mit Vitamin-D-Zugaben nachzuhelfen. „1000 bis 2000 Einheiten an Vitamin D können Sie täglich einnehmen, wenn die Stimmungslage schlecht wird. Jede höhere Dosierung sollte mit dem Arzt oder der Ärztin abgeklärt werden“, ist ihr Rat.

WICHTIG: TAGESLICHT

Könnte auch eine Tageslichtlampe die winterliche Stimmung erheitern? „Das könnte ich mir

sehr gut vorstellen. Ich kenne mich mit den Lampen nicht aus und weiß nicht, wie viel Lux benötigt werden, aber ich höre immer wieder von Patientenseite, dass das zu unserer Gemütsaufhellung beiträgt. Für noch wichtiger halte ich jedoch Bewegung“, so die Kieler Ärztin. „Jeder Schritt, jeder Spaziergang, jede sportliche Übung hilft unserem Körper“, sagt sie und rät: „Probieren Sie gerne vor dem abendlichen Fernsehprogramm mal eine halbe Stunde Yoga oder Pilates aus. Dazu müssen Sie nicht einmal vor die Tür gehen.“

AUSREICHEND SCHLAF

Ein weiterer Punkt ist für sie die Schlafhygiene. „Schlaf ist immens wichtig für den Körper. Gut schlafen, erholsam schlafen, durchschlafen, mindestens sieben bis acht Stunden schlafen – das bringt uns nach vorn. Ebenso wie eine gute Mahlzeit, womit ich bei meinem Hauptthema wäre: der richtigen Ernährung.“

GESUNDES ESSEN

Gutes und regelmäßiges Essen steht für das

Mitglied der TV-Ernährungs-Docs natürlich ganz oben auf der Agenda, denn die wichtigen Nährstoffe zum Leben finden wir nun mal in den Lebensmitteln. „Wer dem Winterblues entkommen möchte, sollte weitestgehend alkohol- und zuckerfrei leben“, ist der erste Tipp der Kieler Ärztin. Um aber so richtig gute Laune zu bekommen, können wir die Inhaltsstoffe bestimmter Lebensmittel nutzen. „Dazu benötigen wir Lebensmittel, die Tryptophan enthalten. Das ist eine essenzielle Aminosäure, die der Körper nicht selbst herstellen kann. Wir müssen sie über die Nahrung aufnehmen.“

RAN AN DIE GLÜCKSHORMONE

Tryptophan gilt als Vorläufer für den Neurotransmitter Serotonin, auch Glückshormon genannt, sowie für das Schlafhormon Melatonin. Tryptophan wird gerne zur Behandlung von Schlafstörungen und Depressionen als Nahrungsergänzungsmittel eingesetzt. Aber wo finden wir diesen Wunderstoff, damit wir ihn nutzen können? „Er ist in Milchprodukten, Eiern, Nüssen, Sojabohnen, Fleisch, Fisch und

DR. SILJA SCHÄFER ...

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



Haferflocken enthalten“, erläutert Dr. Schäfer. „Diese Lebensmittel sind Vollprofis in Sachen ‚gute Laune‘.“

LECKERER SNACK

Als kleinen Snack empfiehlt sie mit heißem Wasser aufgekochte Haferflocken, dazu eine Banane und Nüsse. „Das schmeckt lecker und enthält neben Tryptophan auch B-Vitamine und Eiweiß.“ Und wenn jemand unbedingt einen Schokoladen-Schub braucht? „Wenn es schon Schokolade sein muss, probieren Sie mal eine Banane mit Mandelmus und Zartbitterschokolade darüber. Diese Kombination enthält auch viel Tryptophan und hebt die Stimmung wesentlich gesünder als ein herkömmlicher Schokoriegel.“

FEIERN SIE DAS LEBEN

Die Medizinerin empfiehlt in der dunklen Jahreszeit Powerfood, und dazu gehören bei ihr drei Mahlzeiten. Am besten mit Vollkorn und Hülsenfrüchten sowie ab und zu auch tierischen Produkten mit gutem Eiweiß und B-Vitaminen. Und was die Psyche angeht: „Machen Sie es wie die Karnevalist*innen im Rheinland. Die feiern den Blues einfach weg. Das empfehle ich Ihnen auch: Treffen Sie sich mit Freunden, gehen Sie gemeinsam spazieren, machen Sie Spieleabende – und vor allem: Lachen Sie viel.“



BUNTES OFENGEMÜSE MIT LACHS

Ein leckeres Rezept gegen den Winterblues: Verteilen Sie Gemüse wie beispielsweise Süßkartoffeln, Möhren, Brokkoli, Kichererbsen, Mais, Paprika, Zucchini und Blumenkohl auf einem Backblech und gießen Sie Olivenöl darüber. Dazu kommt ein Streifen Lachs (100 bis 150 g) pro Person. Beides kommt für 20 bis 30 Minuten in den Backofen. Das Ofengemüse wird knusprig, wenn es bei hoher Temperatur – 180 bis 200 °C sind ideal – mit etwas Öl geröstet wird und ausreichend Platz auf dem Blech hat. Einmaliges Wenden sorgt für gleichmäßige Bräunung. In diesem Gericht sind reichlich Vitamine enthalten und im Lachs die so wichtigen Omega-3-Fettsäuren. Guten Appetit!

 **Deutsche Umwelthilfe**
50 Jahre Wir setzen Umweltschutz durch

Plastikfreie Meere?

SCHAFFEN WIR.



Gemeinsam mit der Deutschen Umwelthilfe und tausenden Menschen haben wir das Verbot von Plastik-tüten durchgesetzt.

Jetzt sorgen wir dafür, dass auch das restliche Wegwerf-Plastik verschwindet.

WDR/fusswinkel

Mach es wie Hannes Jaenicke. Mach mit.
Für uns alle. www.duh.de/50jahre



DIE ARCHE

WIRD 30!



Spenden, Schenken, Gratulieren



Die Arche Kinderstiftung
DE82 3702 0500 0003 0301 00
Stichwort: Arche30
www.kinderprojekt-arche.de/spende/arche30

HAST DU WAS GESAGT?

Das Gehör ist rund um die Uhr auf Empfang – anders als die Augen können wir die Ohren nicht schließen. Umso wichtiger ist Schutz vor Lärm und ein regelmäßiger Check, ob alles in Ordnung ist.

Etwa ein Drittel der über 65-Jährigen leidet unter Altersschwerhörigkeit (Presbyakusis). Ursachen sind Gene sowie exo-/endogene Faktoren. Exogen wirken Lärm, Rauchen, Übergewicht, ototoxische Medikamente, Infektionen und Chemikalien. Das Innenohr verändert sich u.a. durch Hypoxie, Ischämie und oxidativen Stress. Treffender wäre „Abnutzungsschwerhörigkeit“, denn Menschen in Industrieländern hören im Alter schlechter als gleichaltrige Ur-einwohner Australiens.

HÖRKRAFT LÄSST SCHLEICHEND NACH

Mit den Jahren verschleissen die Haarzellen, auch Hörnerv und Hörzentrum werden beeinträchtigt. Die nachlassende Hörkraft fällt

anfangs oft nicht auf, weil die Veränderungen schleichend erfolgen. Zunächst sind hohe Frequenzen betroffen – Stimmen von Frauen und Kindern oder Vogelgezwitscher werden schlechter verstanden. Später betrifft es mehr Frequenzen; Gespräche werden zu Wortfetzen. Weitere Anzeichen sind lauter sprechen und Probleme bei Hintergrundlärm.

BELASTUNG FÜHRT ZU SOZIALEM RÜCKZUG

Altersschwerhörigkeit belastet sehr und führt oft zum sozialen Rückzug. Ein HNO-Hörtest kann hier aufklären. Manchmal steckt nur Ohrenschmalz oder eine behandelbare Mittelohrentzündung dahinter. Wird Presbyakusis festgestellt, sollten frühzeitig Hörhilfen ein-



gesetzt werden. Das ist wichtig für das soziale Miteinander, die Orientierung im Straßenverkehr und den Erhalt geistiger Fähigkeiten. Studien deuten nämlich darauf hin, dass unbehandelte Schwerhörigkeit kognitive Leistungen langfristig verschlechtern. Prophylaxe heißt hier: Lärm meiden und bei lauter Arbeit geeigneten Schutz tragen.

Foto: Adobe Stock

Wir stellen ein!

Jetzt bewerben!



Deine Zukunft im
 **Senioren- & Therapiezentrum**
Haus Schleusberg

Wir suchen:

- Qualitätsbeauftragter
- Wohnbereichsleitung
- Pflegefachkräfte
- Gesundheits- und Pflegeassistenten
- Betreuungskraft nach § 43b SGB XI

Was wir dir bieten:

- attraktive Bezahlung mit Zuschlägen und diversen finanziellen Anreizen
- unbefristetes Arbeitsverhältnis
- 30 Tage Urlaub
- gutes Unternehmensklima
- vielfältige Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- KiTa-Zuschuss
- Vermögenswirksame Leistungen
- Gesundheitsprämie
- kostenfreie Heiß- & Kaltgetränke

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

Telefon: 04321 49 05 - 0
E-Mail: info@haus-schleusberg.de

Schützenstr. 2 - 8
24534 Neumünster



Foto: Haus Schleusberg

Jetzt Weihnachtswunder-Held*in werden!

HERZENSWÜNSCHE ERFÜLLEN

Manche Wünsche brauchen jemanden, der sagt: „Ich mach's.“ Genau dafür gibt es die Aktion „Weihnachtswunder-Helden“ vom **Senioren- und Therapiezentrum Haus Schleusberg** in Neumünster. Das Team sammelt Herzenswünsche seiner Bewohner*innen – von kleinen Auszeiten bis zu besonderen Erlebnissen. Viele von ihnen haben wenige Angehörige oder können wegen Erkrankungen Ausflüge nicht allein stemmen. Hier kommen Sie ins Spiel. So funktioniert es: Auf Instagram (@seniorenzentrum.schleusberg) und Facebook (/HausSchleusberg) teilen die Bewohner*innen in kurzen Clips ihre Wünsche. Wenn einer der Wünsche Sie anspricht, melden Sie sich beim Haus Schleusberg, verraten, wem Sie den Wunsch erfüllen möchten – und wie. Das Team koordiniert und unterstützt, damit aus der Idee ein echter Moment wird. Gestartet als Adventsaktion, läuft das Projekt weiter: Wunscherfüller*in werden ist das ganze Jahr eine gute Idee. Jede Geste zählt – vom Konzertbesuch bis zum gemeinsamen Kaffee.



Hörakustikmeister Michael Eggers freut sich über Muhammad Naseem aus Pakistan (l.), der ein vierwöchiges Praktikum macht.

EINE FACHKRAFT FÜR DIE SCHULE IN PAKISTAN

Michael Eggers hat Besuch, und über den freut sich der Hörakustikmeister aus Bordesholm ganz besonders, denn er kommt aus Pakistan – das Land, in dem Michael Eggers seit vielen Jahren ehrenamtlich tätig ist.

„Seit 13 Jahren fahre ich nun schon regelmäßig mit Kollegen und Ärzten nach Pakistan, um Kindern und Jugendlichen zu helfen, die wenig bis gar nicht hören können. Umso mehr freut es mich, dass Muhammad Naseem jetzt für vier Wochen hier bei uns ist und ein Rundum-Praktikum in Sachen Hörakustik macht“, erzählt Michael Eggers.

EINE BESONDERE SCHULE IN DEN BERGEN

Der 38-Jährige Muhammad hat viele Jahre als Hotelmanager in Pakistan gearbeitet und ist seit einiger Zeit für die Schule tätig, mit der auch Michael Eggers zusammenarbeitet. Sie liegt in der Stadt Skardu, in den Bergen von Pakistan, und betreut rund 80 Kinder und Jugendliche, die wenig bis gar nicht hören können. Durch die Hörgeräte, die Michael Eggers und sein Team dorthin bringen, haben sie eine Chance, eine Schule zu besuchen, um dann hoffentlich ein relativ normales Leben führen zu können. „Oft ist eine verschleppte Mittelohrentzündung der Grund für die gesundheitlichen Probleme“, weiß Michael Eggers und ist mit seinem Team, das regelmäßig mit ihm nach Pakistan fährt, um Hilfe bemüht.

3 JAHRE BIS ZUM FEINSCHLIFF

Im Praktikum des 38-Jährigen Muhammad geht es nicht nur um handwerkliche Tätigkeiten, sondern auch um ganz viel fachlichen Input, den der Gast aus Pakistan zu Hause anwenden möchte. „Er erfährt hier beispielsweise, wie unsere Schulen aufgebaut sind, wie im Labor Ohrpass-Stücke angefertigt werden oder wie es in einer Ohrenarzt-Praxis hierzulande zugeht. Auch wie man Hörgeräte programmiert, lernt Muhammad Naseem in den Wochen seines Aufenthaltes

in Deutschland“, freut sich Michael Eggers über die heranreifende Fachkraft in Pakistan. „Ich bin mir sicher, dass Muhammad in zwei, drei Jahren den nötigen Feinschliff hat, um ganz selbstständig arbeiten zu können. Das bringt die Schule für hörbehinderte Kinder einen enormen Schritt weiter und stellt sicher, dass die Nachhaltigkeit der Hörgeräteversorgung dort gesichert ist“, freut sich der Hörakustikmeister aus Bordesholm. Weitere Infos zu den Tätigkeiten in Pakistan erfahren Sie auf www.pakistan-hilfe.org.



Nicole Trede
Hörakustikmeisterin

Michael Eggers
Inhaber | Hörakustikmeister

Kornelia Probst
Hörakustikmeisterin

FACHGESCHÄFT BORDESHOLM

Alte Landstraße 3
24582 Bordesholm

Telefon 043 22 - 88 68 700



FACHGESCHÄFT WANKENDORF

Bornhöveder Landstraße 1
24601 Wankendorf

Telefon 043 26 - 99 99 480

Telefax 043 26 - 99 98 053

E-Mail info@eggers-hoerakustik.de

URL www.eggers-hoerakustik.de

HÖRSYSTEMANPASSUNGEN

HÖRSYSTEMSERVICE

(ICP-) GEHÖRSCHUTZ

HAUSBESUCHE

EIGENE KUNDENPARKPLÄTZE

BARRIERFREIER ZUGANG

VOLLE KRAFT VORAUSS!

Berufsstart, Studium oder vielleicht die Gründung eines eigenen Unternehmens?

*Ganz gleich, wo Sie auf Ihrer Karriereleiter stehen – die folgenden Seiten
könnten für Sie besonders interessant sein.*





Foto: Iris Brücker

Bildungsurlaub

Wenn Lernen zur Auszeit wird

Zehn Tage Englisch an der Kieler Förde, Yoga am Strand von Norderney und das gute Gefühl, sich Zeit für sich selbst zu nehmen – Iris Brücker zeigt, wie Bildungsurlaub in Schleswig-Holstein mehr sein kann als reine Weiterbildung.

Für Iris Brücker war Bildungsurlaub nie nur ein formaler Anspruch, sondern eine bewusste Entscheidung für persönliche und berufliche Entwicklung. 2025 trat sie bereits einen Bildungsurlaub im Land zwischen den Meeren an und auch 2026 nutzt sie das Angebot des Bildungsurlaubs in Schleswig-Holstein – so verbindet sie Lernen mit Erholung. Das Bildungsurlaubsgesetz ermöglicht Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern, sich bis zu fünf Tage pro Jahr für anerkannte Weiterbildungen freustellen zu lassen – bei voller Lohnfortzahlung. Iris Brücker

hat diese Tage gebündelt: Zehn Tage nahm sie sich für einen Sprachkurs „Englisch for Business“ an der Volkshochschule Kiel. „Ich wollte mein Englisch auffrischen, um im Beruf sicherer in E-Mails und Meetings aufzutreten“, erzählt sie. Der praxisnahe Kurs wurde von zwei Muttersprachlerinnen aus England und den USA geleitet – ein Angebot, das perfekt zu ihrem Arbeitsalltag passte. Während des Kurses wohnte Iris Brücker in ihrem Camper direkt an der Ostsee. Morgens ging es mit dem Fahrrad entlang der Kieler Förde zur VHS, abends zurück an ihren Lieblingsplatz

am Wasser. „Für mich war das die perfekte Kombination aus konzentriertem Lernen und echter Erholung“, sagt sie. Auch 2026 plant sie Bildungsurlaub – diesmal auf Norderney. Yoga, Resilienztraining, Inselgeschichte und frische Nordseeluft stehen auf dem Programm. Bildungsurlaub, so Iris Brücker, müsse nicht zwingend beruflich sein. „Es ist eine Chance, fünf Tage ganz bewusst für sich zu nutzen. Weiterbildung fühlt sich dann nicht wie Pflicht an, sondern wie ein Geschenk. Wer weitere Infos sucht, findet diese hier: weiterbilden-sh.de

Das Kontaktstudium der Uni Kiel WISSENSCHAFT FÜR ALLE



Foto: Jürgen Haack

Wissenschaft erleben, Neues lernen und eigene Interessen vertiefen – das bietet das **Kontaktstudium** der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel. Das offene Bildungsangebot richtet sich an alle, die sich weiterbilden möchten – unabhängig vom Alter oder bisherigen Bildungsweg. Teilnehmende haben die Möglichkeit, an ausgewählten Seminaren und Vorlesungen teilzunehmen, ohne Prüfungen ablegen zu müssen. Gegebenenfalls kann in Absprache eine Prüfungsleistung angestrebt werden. Neben Präsenzveranstaltungen auf dem Campus gibt es zudem Online-Angebote, etwa per Videokonferenz. Ob Themen aus Alltag, Forschung oder Gesellschaft – das Kontaktstudium schafft Raum für neue Perspektiven. Alle Generationen sind willkommen – ganz ohne Zugangsbeschränkungen. Mehr Informationen zum Angebot, den Kosten und zur Anmeldung gibt es auf: www.kontaktstudium.uni-kiel.de

C | A | U

Christian-Albrechts-Universität zu Kiel

Geschäftsstelle Kontaktstudium

Semesterbeginn:

13. April 2026

Anmeldung ab

16. März 2026

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



Mit der ersten Dampfschublade der Welt präsentiert Siemens Hausgeräte ein zukunftsweisendes Konzept für moderne Einbauküchen.



Dunstabzug braucht keine Haube; es wird im Herd integriert.

Cooler Designs UND INNOVATIVE TECHNIK

Wer jetzt eine Küche sucht, bekommt tolle innovative Geräte angeboten. Es besteht kein Zweifel: Die Smart-Kitchen ist immer mehr auf dem Vormarsch.

Küchen gibt es in vielen Designs. Welches gefällt Ihnen am besten? Sind Sie der Landhaus-Typ oder mögen Sie eher modern, grifflös, bunt, trendfarben oder klassisch? Die gute Nachricht: Es gibt sie alle, und selbstverständlich sind alle Küchenmodelle mit den neuesten Geräten ausgestattet. Es gibt sie von „normal funktions-tüchtig“ bis Hightech, wobei die Premium-Produkte sich wirklich sehen lassen können mit ihrer innovativen Technik. Ein Kühlschrank oder Herd, der sich auf Sprachbefehl öffnet? Aber sicher! Eine Küchenleuchte, die sich per Handbewegung an- oder ausschalten lässt. Klar! Ein Backofen, der per Kamera die Speisen im Innenraum bewacht? Natürlich! Sie merken schon: Die Smart Kitchen ist gewaltig auf dem Vormarsch.

BLACK IS BEAUTIFUL – DIE BACKÖFEN

Die Bedienblende und die Front der Premium-Backöfen werden gerne in Schwarzglas gehalten. Dadurch wirken die Backöfen sehr edel. Sie glänzen mit modernster Technik und hochwertigem Design: Mit der Dampf-Funktion Plus

und der innovativen Heißluft-Frittierfunktion Air Fry können die Speisen besonders schonend zubereitet werden. Smarte Funktionen machen das Backerlebnis noch komfortabler. Dazu gehören eine Innenkamera mit intelligentem Bräunungs-Sensor und Gerichtererkennung sowie die Bedienung via Sprachbefehl. Statt einen Blick in den Backofen zu werfen, lässt sich per Backofen-Kamera das Essen bequem vom Wohnzimmer-Sofa aus auf dem Smartphone betrachten.

Dank KI und Backofenkamera erkennen die Backöfen, welches Essen zubereitet wird, und schlagen die passende Einstellung vor. Einige lassen sich per Tablet über App oder per Sprachbefehl via Amazon Alexa steuern. Diese Premium-Geräte sind für all jene ideal, die einen gesunden Lifestyle pflegen, liegen allerdings im oberen Preissegment.

GENIAL: DIE DAMPFSCHUBLADE

Auch super praktisch: eine Dampfschublade! Sie ist nur 14 cm hoch und 60 cm breit und lässt sich flexibel einsetzen: in Kombination mit einem Backofen oder als eigenständiges Einbaugerät. Mit der Bauhöhe einer Wärmeschub-

lade nutzt sie den vorhandenen Raum optimal und ist daher ideal für alle, die gesund kochen möchten und nur begrenzten Platz haben. Zahlreiche intelligente Funktionen und vielseitige Anwendungsmöglichkeiten runden das Konzept ab. In den gleichen Maßen ist auch eine Wärmeschublade erhältlich, die beispielsweise die Teller vorwärmt.

ALEXA! MACH BITTE!

Mit der Home Connect App lassen sich viele Hausgeräte nach Belieben steuern. Von der Überwachung des Fortschritts eines Geschirrspülers bis hin zum Vorheizen des Backofens – Ihr Sprachassistent lässt sich sogar zum persönlichen Barista machen: „Alexa, sage meiner Kaffeemaschine, dass sie meinen Lieblingskaffee machen soll“ – und schon erledigt der Kaffeevollautomat den Rest.

KAUFEN BEIM PROFI

Sie sehen: Der Markt ist ordentlich in Bewegung. Umso wichtiger ist es, sich beim Kauf einer neuen Küche vom Profi beraten zu lassen. Die Fachleute wissen, was es an Neuheiten auf dem Markt gibt, und verhelfen Ihnen zu Ihrer Traumküche.

Andrea und Jens Holling sind
mit ihrem Team für Sie da



Im Küchenstudio
Holling können Sie
Ihren Traum von der
perfekten Küche
wahr werden lassen



TRAUM- KÜCHEN FÜR JEDEN GESCHMACK

Die Küche hat an Bedeutung gewonnen und ist mehr als nur der Ort, an dem gekocht und gegessen wird. Sie ist Ausdruck eines Lebensgefühls, ein Treffpunkt für Familie und Freunde.

*Seit über 30 Jahren ist das **Küchenstudio Holling** in der Hollerstraße 97 in Bündelsdorf eine hervorragende Adresse für jeden, der sich seinen Küchentraum erfüllen möchte.*

Die großzügige Ausstellungsfläche des Fachgeschäftes lädt zu einem Ausflug in die Küchenwelten ein. Zahlreiche Musterküchen, die regelmäßig gegen die neuesten Modelle ausgetauscht werden, sind hier ausgestellt. Wer das Glück hat, dass eine der ausgestellten Küchen in die eigenen Räume passt, kann sich bei den immer wieder stattfindenden Musterküchenverkäufen den Traum von der perfekten Küche erfüllen. Auch der Service und die Beratung durch das neunköpfige Team können sich sehen lassen. So wird die Traumküche schon vorab mittels modernster Technik und 3-D-Darstellung originalgetreu geplant. Auf diese Weise können sich die Kund*innen von Anfang an ein detailliertes Bild machen.

Weitere Informationen finden Sie unter www.kuechen-holling.de.

Fotos: Küchenstudio Holling

KüchenStudio
HOLLING
Bündelsdorf

BERATUNG · PLANUNG · VERKAUF · EINBAU

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



Neue Küchenideen finden Sie bei uns



FLIESEN VIELFALT



KeraMiede
Fliesen | Naturstein | fugenlose Bäder

Preetzer Chaussee 59 | 24222 Schwentinental
Tel. 0431 - 97 99 003 | www.keramiede.de

HAUS, HOF & GARTEN



Foto: KeraMiede

LASSEN SIE SICH INSPIRIEREN

Wer sein Bad neu- oder umgestalten möchte, sucht nach Inspirationen. Schließlich ist ein Bad mehr als nur ein Raum, der kurzzeitig benutzt wird. Nach den Baumaßnahmen soll es ein Ort der Ruhe und des Wohlbefindens sein. Ein Besuch der Ausstellung von **KeraMiede in Schwentinental** ist jetzt genau richtig. Edle Fliesen fürs Bad, stilvolle Badmöbel sowie elegante Duschkabinen und -abtrennungen verbinden sich mit fugenlosen Lösungen zu einem harmonischen Gesamtbild. „Entdecken Sie hochwertige Materialien, zeitloses Design und besondere Details in unserer umfangreichen Ausstellung. Hier finden Sie zahlreiche Inspirationen für Ihr persönliches Traumbad“, freut sich das Team auf Besucher*innen.

Nelson Park - die Terrassendach-Manufaktur - weil jeder Kundenwunsch anders ist!



**Jetzt Winterpreise:
12 % Rabatt**

NELSON PARK PRIME

**Wenn es schnell gehen soll:
Innerhalb von 2 Wochen
beraten, planen, montieren**

Nelson Park 
Terrassendächer

Unsere Servicebüros in Ihrer Nähe:

24576 Bad Bramstedt, Stormarnring 112, 0 41 92 / 8 16 43 35

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

www.nelsonpark-td.de



Laura Heide, stellvertretende Filialleiterin des Gardinenfachmarktes in Kiel, berät Sie jederzeit gerne!



LICHT LENKEN, WÄRME HALTEN: Fensterbehang mit Effekt

*Sie wünschen sich weniger Blendung am Tag, Dunkelheit in der Nacht und im Winter bitte keinen Zug am Fenster? Dann sind Wabenplissees und Thermovorhänge schnelle Hebel im Zuhause – stylish, praktisch und passend zu Ihrem Alltag. Gefunden bei **Knutzen Home** in Kiel.*

Gerade in der kalten Jahreszeit zeigen Wabenplissees, was sie können. Ihre Struktur bildet Luftpolster am Fenster und wirkt wie eine kleine Isolations-schicht. Das fühlt sich wohnlicher an und kann helfen, Heizwärme besser im Raum zu halten. Im Schlafzimmer punkten sie zusätzlich mit starker Verdunklung, denn die Stoffe kommen ohne Lochstanzung aus. Ebenfalls genial im Winter sind Thermovorhänge. Der schwere Stoff hält die Kälte draußen und gibt dem Raum optisch Ruhe.

PASSGENAU STATT KOMPROMISS

Die meisten Anlagen werden bei Knutzen Home auf Maß gefertigt – von schmalen Nischen bis zu bodentiefen Fronten. Sie wählen zwischen schlicht und auffällig, transparent oder blickdicht, Ton in Ton oder Statement. Im Sortiment finden sich Lösungen verschiedener Hersteller wie Ifasol, MHZ, Litex oder TeBa, sodass für fast jede Situation etwas Passendes dabei ist.



Im Gardinenfachmarkt von Knutzen Home in Kiel realisiert das Team für Sie Lösungen nach Maß.

MEHR ALS PLISSEES

Neben Wabenplissees und Plissees mit Lochstanzung bekommen Sie Jalousien, Rollos, Vertikalanlagen, Faltrollo, Flächenvorhänge, Stilgardinen, Stangen, Deckenschienen, Insektenschutz, Markisen und mehr – praktisch alles fürs Fenster. Fast alle Systeme gibt es auch elektrisch. Das ist bequem, hilft bei

schwer zugänglichen Fenstern und lässt sich, wenn gewünscht, smart steuern. Technik ist ein Kostenfaktor, sorgt im Alltag aber für spürbar mehr Komfort. Neu im Ausbau: Wer die Raumakustik verbessern möchte – im Homeoffice, in Kindergärten oder im Großraumbüro – findet bei Knutzen Home zunehmend Akustikschalen und -vorhänge, die Hall schlucken und Räume hörbar ruhiger machen.

BERATUNG, DIE MITDENKT

Das Team kommt auf Wunsch zu Ihnen, nimmt Maß und empfiehlt sinnvolle Kombinationen – zum Beispiel Wabenplissee am Tag und Thermovorhang für die Abendstunden. Von März bis April wird die Filiale modernisiert. Die Beratung läuft in dieser Zeit wie gewohnt weiter, Ihr Projekt muss also nicht warten. Weitere Inspirationen erhalten Interessierte unter www.knutzen-home.de – oder Sie schauen direkt im Gardinenfachmarkt in der Asmusstraße 19–21 in Kiel vorbei.

LICHTE MOMENTE

*Sanfte Erdtöne, schimmernde Oberflächen und spannende Materialkontraste:
Das erwartet uns im Winter 2026.*

Die in feiner Handwerkskunst kreierten Neuheiten faszinieren mit edlem Zusammenspiel aus Glas, Metall, Holz und dem innovativen Resin. Die erlesenen Stücke schaffen ein Ambiente voller Eleganz und Behaglichkeit. Besonders die Resin-Kreationen sorgen mit Farbintensität und außergewöhnlicher Tiefenwirkung für ein stilvolles

Statement in jedem Wohnraum. Mundgeblasenes Glas und kunstvoll veredelte Metalle verleihen den Räumen eine Note von Natürlichkeit und dezentem Luxus. Es sind alles kleine Kunstwerke, die Charakter und Wärme ausstrahlen und uns in zeitlose Gemütlichkeit eintauchen lassen. Mehr auf fink-shop.com.



LEUCHTER PORTERO

Dieser Leuchter vereint geradliniges Design mit natürlicher Wärme. Die hellen Eichenholz-Elemente setzen einen Kontrast zur glänzenden Metalloberfläche. Jedes Stück wird in traditioneller Handarbeit gefertigt. Der Leuchter ist in drei Höhen (20, 28, 37 cm) erhältlich.

59,95–79,95 Euro

GLASVASE SANCHO

Diese Vase ist mundgeblasenes Opalglass. Mit einer einzigartigen Technik fängt sie die Bewegung des Augenblicks ein. Jedes Stück ist ein Unikat. Maße: Höhe 27 cm, Durchmesser 18,5 cm.

129 Euro



WINDLICHT SHONA

Windlicht SHONA sorgt mit raffinierten Flechtdetails für eine zauberhafte Lichtstimmung. Der glänzende Metallrand setzt einen Kontrast zur natürlichen Optik. Die Windlichter gibt es in zwei

Größen (H 28, D 26 cm und H 35, D 33 cm). Sie eignen sich für große Stumpenkerzen. Jedes Stück ist ein Unikat.

99,95 und 129 Euro



SALZ- UND PFEFFERSTREUER TIMBER

Dieser Salz- und Pfefferstreuer aus Edelstahl kombiniert die Wärme von Eichenholz mit der modernen Raffinesse matten Metalls. Das Transferdruck-Bild im Holzdesign bringt die Natürlichkeit von hellem Eichenholz auf die Metalloberfläche – ein faszinierender Kontrast. Maße: 4 x 8 x 15 cm.

Set: 59,95 Euro



SCHALEN MEXICO

Diese Schalen bestechen durch das Wirbelmuster aus Amber, Braun und Weiß. Jedes Stück ist ein Unikat. Die Resin-Oberfläche fängt Licht ein, betont Tiefe und Bewegung. Es gibt sie in den Größen L 25 x B 35 x H 16 cm und L 27 x B 27 x H 3 cm. **139 und 89,95 Euro**

SCHALE TIMBER

Diese Schale kombiniert die Wärme von Eichenholz mit der Raffinesse matten Metalls. Das Transferdruck-Bild im Holzdesign bringt Natürlichkeit auf die Metalloberfläche. Es gibt sie mit 15 und 20 cm Durchmesser. **59,95 und 69,95 Euro**



WINDLICHT VITANA

Die blattähnliche Form verleiht dem Windlicht eine organische Leichtigkeit, während die farbige Ausführung in Patina-Grün oder Schwarz ihm eine besondere Tiefe schenkt. Mit Kerze oder rundem LED-Zylinder. Maße: L 18 x B 17 x H 30 cm. **79,95 Euro**



Paul Runge Bauunternehmen

- Meisterbetrieb seit 1893 -

- Neubau von Ein- und Mehrfamilienhäusern
- An- und Umbau
- Altbausanierung
- Innenausbau
- Fliesenarbeiten
- Energetische Sanierung u. Modernisierung



Inh. Dennis Hasselmann e.K.

24537 Neumünster - Kleingartenweg 22 - Telefon 04321/12391 - Telefax 04321/12280

Internet: www.paulrunge.de - E-Mail: info@paulrunge.de

Denken Sie ans Energiesparen!

SONNENSCHUTZ-SYSTEME
Foltas

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

Diplom-Physikerin Eva Foltas



- Markisen
- Rollläden
- Insektenschutz
- Garagentore
- Individuelle Lösungen
- Hochwertige Ausführung
- Ausstellung
- Montage / Kundendienst
- Kostenlose Beratung vor Ort

Eva Foltas - 24816 Stafstedt
Telefon 04875 - 424 - Fax 247

eMail: h.foltas@t-online.de
www.rolladenbau-foltas.de



DIE GRÖSSTEN PFEIFEN, VON UNS GERETTET.



Wir erhalten Einzigartiges.
Mit Ihrer Hilfe!

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



DEUTSCHE STIFTUNG
DENKMALSCHUTZ
Wir bauen auf Kultur.

DurchBLICK
mit Komfort

Auf höchstem
Niveau

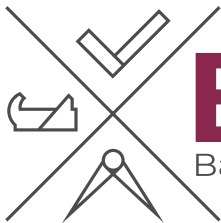
Axel Strate
Baulemente mit System

Inh. Andreas Ladewig

- Fenster
- Türen
- Markisen
- Insektenschutz
- Garagentore
- Terrassendächer
- Rollläden
- Reparaturarbeiten und vieles mehr...

Wendenstrasse 4a • 24539 Neumünster

Tel: 04321 4 73 49
www.axel-strate.de



BUHR
Bau & Möbeltischlerei

Bau & Möbeltischlerei Buhr GmbH

Hansaring 156 0 43 21 / 28 04 04
24534 Neumünster info@tischlerei-buhr.de
www.tischlerei-buhr.de

Farbe ist Leben!

A. BIELENBERG
Malerfachbetrieb seit 1906

☎ 04321 - 99 66 11
www.maler-bielenberg.de

Schlüter
TISCHLEREI

Meisterbetrieb

Joachim und Henning
Schlüter

Innovation und Tradition im Handwerk vereint.

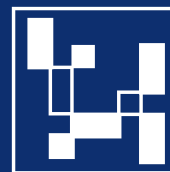
- moderne Fenster / Türen in Holz und Kunststoff
- individuelle Möbel nach Maß
- kompletter Innenausbau
- Reparaturen und Verglasung
- Treppen und Wintergärten
- Smart Home Integration bei Sonnenschutz, Fenster, Türen und mehr
- Somfy Pro und Nuki Pro Handwerker
- Türöffnungen und Einbruchschäden

Dorfring 47 24598 Boostedt
Tel.: 04393 - 97 17 51

info@schlueter-tischlerei.de
www.schlueter-tischlerei.de

Unsere Notfallnummer: 04393 - 654 958 9

BERATUNG + VERLEGUNG



**FUSSBODEN
BÖHM**

Einzigartiger Service rund um Ihren Boden!

- Parkett + Dielen
- Vinyl Designbeläge
- Linoleum - Kork
- Teppichböden



Boostedter Straße 270 • 24539 Neumünster

Telefon: 04321/ 7 16 37
www.fussboden-boehm.de



THEMA BEI MR. TAGESTHEMEN: KINDERRECHTE



Viele von uns kennen Ulrich Wickert noch als Moderator der Tagesthemen. Was aber vermutlich nur wenige wissen: Der Hamburger setzt sich seit vielen Jahren für Kinderrechte ein. Und das nicht nur durch Stiftungsarbeit. Vor 30 Jahren übernahm „Mr. Tagesthemen“ auch die erste Patenschaft für ein Kind aus Tansania.

„Als Tagesthemen-Mann werde ich ständig mit dem Elend dieser Welt konfrontiert. Die Gefahr ist groß, das Schicksal einzelner Menschen nicht mehr wahrzunehmen“, begründete Ulrich Wickert damals sein Engagement für die Kinderrechtsorganisation Plan International. Seine allererste Patenschaft liegt nun schon lange zurück, sein erstes Patenkind ist mittlerweile erwachsen. Auf dessen Leben dürfte Ulrich Wickert aber einigen Einfluss gehabt haben. Denn eine Patenschaft ist mehr als nur Briefe und Fotos mit einem Kind auszutauschen – so man das möchte. Eine Plan-Patenschaft gibt einem Kind die Chance, gebildet, sicher und gesund aufzuwachsen. In vielen Ländern Afrikas, Asiens oder Lateinamerikas leider noch keine Selbstverständlichkeit.

Mit nachhaltigen Selbsthilfeprojekten unterstützt Plan International dabei, dass Patenkin- der zur Schule gehen und zum Beispiel vor Kinderarbeit geschützt werden können. Es geht also um nicht weniger als den Schutz von Kinderrechten.

Der Wahl-Hamburger an einem seiner Lieblingsplätze: der Alster.

Mit großem Erfolg eingeführt:
ein umfassendes Vorschul-
programm in Tansania



SCHUTZ VOR ALLEM FÜR MÄDCHEN

Ganz besonders hart trifft es in vielen Ländern der Welt die Mädchen. Denn Mädchen haben noch mit zusätzlichen Herausforderungen zu kämpfen: Zwangsheirat in viel zu jungen Jahren etwa. Und damit weniger Aussicht auf Bildung. „Gerade in sogenannten Entwicklungsländern

haben es Mädchen besonders schwer. Für die Würde und die Lebensbedingungen dieser Mädchen setze ich mich ein – mit einer Plan-Patenschaft“, erklärt Ulrich Wickert. Sein jetziges Patenkind ist denn auch ein Mädchen. Ein Mädchen aus Benin, das von einem Schultisch aus in die Zukunft blicken kann.

SIE HABEN AUCH INTERESSE, PAT*IN ZU WERDEN?

Eine Patenschaft von Plan International hilft ganz konkret: Mit 28 Euro im Monat können Sie einem Kind auf dem Weg in eine selbstbestimmte Zukunft helfen. Mehr Informationen unter www.plan.de/gutes-tun.

FÜHREND IN PATENSCHAFTEN.*

*In Bezug auf die Höhe der Patenschaftseinnahmen in Deutschland.



DEINE PATENSCHAFT GESTALTET ZUKUNFT.

plan-patenschaft.de

AUSSTELLUNGEN

IM FEBRUAR 2026

Historische Fotografien

Das **Museum Tuch + Technik** in Neumünster zeigt in der Ausstellung „Der Weg zum Grundgesetz“ noch bis zum 15. Februar Aufnahmen von Erna Wagner-Hehmke aus dem Sammlungsbestand der Stiftung Haus der Geschichte der Bundesrepublik Deutschland.

Die Ausstellung über Erna Wagner-Hehmke (1905–1992) entführt direkt in den Sommer 1948, als in Bonn die Geburtsstunde der Bundesrepublik schlug. Im Auftrag der Landesregierung Nordrhein-Westfalen lichtete die erfahrene Reportage-Fotografin den Parlamentarischen Rat ab, der am 8. Mai 1949 unser Grundgesetz verabschiedete. Die Fotografin war dabei ein Glücksfall der Geschichtsdokumentation. Mit ihren rund 4.000 Aufnahmen fing sie nicht nur die „Mütter des Grundgesetzes“ und offizielle Meilensteine der schwierigen Verhandlungen ein, sondern auch den intimen Alltag der verfassungsrechtlichen Arbeit – vom Fahrbereitstellungsdienst bis zu den informellen Runden am Rhein. Ihr direkter Stil der klassischen

Reportage-Fotografie der 1920er-Jahre, oft aus ungewöhnlicher Perspektive, macht die Entstehung der Demokratie auf einzigartige Weise lebendig.



Fotografie von Erna Wagner-Hehmke der festlichen Auftaktveranstaltung zur Eröffnung des Parlamentarischen Rats am 1. September 1948



Das fertige Grundgesetz liegt zur Unterzeichnung bereit (links) und Konrad Adenauer unterzeichnet als Erster (rechts), festgehalten von Erna Wagner-Hehmke



Abgeordnete und Gäste auf dem Weg zur Grundgesetz-Unterzeichnung am 23. Mai 1949 (links) und SPD-Politikerin Elisabeth Selbert beim Zeitungsstudium (rechts)



BESONDERER BUCHTIPP

DEUTSCHE WIRTSCHAFTSHISTORIE

Konstantin Richter beschreibt in seinem fulminanten, sehr lesenswerten Buch „Dreihundert Männer“ den „Aufstieg und Fall der Deutschland AG“ von 1870 bis in die Gegenwart. Den Begriff „Dreihundert Männer“ prägte Walther Rathenau 1909, als er über die „Dreihundert Männer“ schrieb, die sich alle kannten und über das Schicksal der deutschen Wirtschaft entschieden. In der Anfangszeit gehörten Werner von Siemens oder Alfred Krupp dazu, dann etwa Hugo Stinnes. Später waren es beispielsweise Hermann Josef Abs oder Heinrich Nordhoff und noch später Alfred Herrhausen. Ob Gründerzeit, Kaiserzeit, Weimarer Republik, Nationalsozialismus, Nachkriegszeit und Wirtschaftswunder, der 1968er-Umbruch oder die 1970er und 1980er Jahre mit ihren vielen Krisen – immer hielt die Deutschland AG fest zusammen. Aber dann kam der 21. Dezember 1999 – und mit ihm eine Steuerreform.

Konstantin Richter: Dreihundert Männer. Suhrkamp Verlag, 544 S., 30 Euro



Rebecca Louise Law – Community, 2018



Porträt der Künstlerin Rebecca Louise Law

EIN LANDESWEITES KUNSTERLEBNIS

Mit „State of Nature“ präsentieren die **Landesmuseen Schleswig-Holstein** vom 27. Februar und 2. April bis zum 1. November eine umfassende Ausstellungsreihe an vier Orten mit Werken der britischen Künstlerin Rebecca Louise Law, die international für ihre raumgreifenden Installationen aus natürlichen Materialien bekannt ist.

Law verwandelt ihre Umgebung in dichte, atmosphärische Erfahrungsräume, in denen die Besuchenden der Natur unmittelbar begegnen – sinnlich, poetisch und oft überwältigend. Wer sich durch ihre Installationen bewegt, nimmt den Duft getrockneter Blüten wahr, erlebt vergängliche Schönheit und erkennt: Jeder Halm, jede Blüte erzählt von Wachstum, Wandel und Vergänglichkeit der Natur – und von unserer Verantwortung für den Erhalt der natürlichen Lebensgrundlagen. Der Ausstellungstitel „State of Nature“ ist bewusst vielschichtig gewählt. Er verweist auf den philosophischen Begriff des Naturzustands – ein Gedankenmodell, das danach fragt, wie der Mensch der Welt begegnet, bevor sie durch Regeln, Besitzansprüche und gesellschaftliche Ordnung überformt ist. Gemeint ist kein historischer Urzustand, sondern eine Haltung der Unmittelbarkeit: ein Verhältnis zur Natur, das von Aufmerksamkeit, Abhängigkeit und Verantwortung geprägt ist. „State of Nature“ versteht sich vor diesem Hintergrund als Einladung, innezuhalten und neu hinzusehen. Die Werke von Rebecca Louise Law schaffen Räume der Konzentration und des

Staunens. Sie sensibilisieren für ökologische Zusammenhänge, ohne zu belehren, und eröffnen Erfahrungsräume, die die enge Verbundenheit von Mensch und Natur sinnlich erfahrbar machen.

DIE AUSSTELLUNGSHÄUSER

VIER ORTE – VIER SETZUNGEN

AB 27. FEBRUAR FREILICHTMUSEUM MOLFSEE

Mit „The Field“ ist eine monumentale Installation aus Hafer und Blumen zu sehen, die sich durch das Foyer und die Sonderausstellungsräume des Jahr100Haus zieht.
www.freilichtmuseum-sh.de

JÜDISCHES MUSEUM IN RENDSBURG

Im Betsaal der ehemaligen Synagoge wird mit „Grain“ ein stilles Werk aus Weizen- und Getreideähren präsentiert – ein kraftvolles Bild für Dankbarkeit und Verbundenheit.
www.jmrd.de

AB 2. APRIL MUSEUMSINSEL SCHLOSS GOTTORF

In der Reithalle zeigt Rebecca Louise Law unter dem Titel „Florilegia“ annähernd eine Million getrocknete Blumen aus ihrer persönlichen Sammlung. Die raumgreifende Installation wird durch Bilder und Keramikarbeiten ergänzt.
www.schloss-gottorf.de

GOTTORFER GLOBUSHAUS

Die Installation „Honesty“, bestehend aus tausenden schimmernden Silberblättern (Lunaria annua), entfaltet barocken Glanz und schließt eindrucksvoll an den botanischen Reichtum des historischen Neuwerkgartens an.
www.schloss-gottorf.de

Rebecca Louise Law

State of Nature

27.2.–1.11.2026

**Freilichtmuseum
Molfsee**

Jüdisches Museum

landesmuseen.sh

**Ab 2.4.
auch auf der
Museumsinsel
Schloss Gottorf**

**Landesmuseen
Schleswig-Holstein**
Kultur des Nordens.



friede springer stiftung



**ZEIT
STIFTUNG
BUCERIUS**



VERANSTALTUNGSTIPPS

IM FEBRUAR 2026

Foto: Pixels - Rahul Pandit (1)



TIM FISCHER

Tim Fischer und sein Pianist Thomas Dörschel haben einen neuen Konzertabend kreiert und laden ihr Publikum ein zu einer emotionalen Achterbahnfahrt auf der Suche nach dem Glück. Musikalisch sinnieren sie in fantastischen Liedern von Ludwig Hirsch, Jacques Brel, Hans Magnus Enzensberger, Georgette Dee, Friedrich Hebbel, Sebastian Krämer, Cora Frost und Thomas Pigor über den Zustand, in dem es kein Unglück gibt. Dabei laufen ihnen Glückskinder, Glückspilze und sogar Glücksschweine über den Weg. Ob poetisch oder politisch, satirisch oder

skurril – das „Traum-Duo des deutschen Chansons“ schöpft thematisch aus dem vollen Leben, beleuchtet es in all seinen Facetten und will vor allem eines: das Publikum glücklich machen!

Weitere Informationen und Karten ab 42,10 Euro sind erhältlich unter www.theaterwahlstedt.de.

6. Februar, 20 Uhr • Kleines Theater am Markt, Wahlstedt

Fotos: Tine Acker / Rob Stürmer

JOO KRAUS

Seit vielen Jahren zählt Joo Kraus zu den renommiertesten Jazztrompetern Deutschlands. Früh geprägt durch seinen trompetespielenden Vater, wurde er mit 19 Jahren durch den ersten Preis bei „Jugend musiziert“ bekannt. Nach fünf Jahren mit der Elektro-Rock-Band Kraan gründete er Anfang der 1990er mit Hellmut Hattler das Hip-Jazz-Duo Tab Two, das mit computerbasierten Grooves stilprägend wirkte und international tourte. Joo Kraus blickt auf Jahrzehnte internationaler Bühnen- und Studioerfahrung, unzählige Tourneen, zwei Grammy-Nomi-

nierungen, den Echo Jazz sowie fünf German Jazz Awards in Gold zurück. Ob mit Omar Sosa, Paula Morelenbaum, als Gast von Klaus Doldinger, mit der SWR Big Band oder mit seinem eigenen Ensemble – stets überzeugt sein unverwechselbarer Ton: kraftvoll und sensibel zugleich, geprägt von großer Spielfreude. Mehr Infos und Karten für 28 Euro gibt's unter www.klappstuhlkultur.de.

7. Februar, 20 Uhr • Klappstuhlkultur, Kellinghusen





ANARCHISCHE JUNK-OPER SHOCKHEADED PETER

*Das Theater in der Stadthalle erwartet am 26. Februar
ein ganz besonderes Gastspiel: Freuen Sie sich auf ein Spektakel,
das gruselt und fasziniert.*

Zappel-Philipp, Suppenkaspar, Struwwelpeter, Hanns-Guck-in-die-Luft, Konrad der Daumenlutscher, die Pyromanin Paulinchen, der böse Friederich & Co. – die Geschichten unartiger Kinder, die ein böses Ende nehmen, sind so legendär wie unstritten. Der Struwwelpeter ist unsterblich, das weiß jeder. Und keiner weiß warum. Das Rätsel seiner unwiderstehlichen Wirkung reist mit dem Struwwelpeter durch die Zeiten.

Seit ihrer Erstveröffentlichung durch den Psychiater und Kinderbuchautor Heinrich Hoffmann im Jahr 1845 haben die Erzählungen, die den Kindern Moral und „anständiges“ Benehmen einbläuen sollten, nichts von ihrer gruseligen Faszination verloren. „Der Friederich, der Friederich, der war ein arger Wüterich ...“ – für Generationen brannten sich diese Verse und die düsteren Zeichnungen des Struwwelpeters in Kinderköpfe ein. Die britische Kultband „The Tiger Lillies“ hat den pädagogisch fragwürdigen Stoff zusammen mit den Autoren Julian Crouch

und Phelim McDermott zu einer wunderbar anarchischen Junk-Oper umgearbeitet. Mit viel groteskem Witz und einer musikalischen Mischung aus abgefahrenen Zirkusklangen und schräg-makabrem Sound à la Tom Waits bietet das mehrfach preisgekrönte Musical ein „Mordsvergnügen“ für alle ab 14 Jahren, die Spaß an einer gehörigen Portion schwarzen Humors haben. Seit seiner Uraufführung in London sorgt das Stück weltweit für ausverkaufte Säle. Mit seiner vielgelobten Inszenierung macht das Landestheater Detmold in Neumünster Halt und verwandelt unser Struwwelpeter-Trauma in einen großen Theaterspaß.

Weitere Informationen und Tickets zu den vielfältigen Veranstaltungen im Theater in der Stadthalle sind erhältlich unter www.theater-neumuenster.de, Tel.: 04321 / 942 33 16 sowie im Kulturbüro Neumünster am Kleinflecken 26.

26. Februar, 20 Uhr • Theater in der Stadthalle, Neumünster

Theater Neumünster

Meisterklasse



Die Freiwilligen Angsthassen

Mi., 11.02.26, 9 & 11 Uhr

Mutmacher im Rettungsdienst,
ab 4 Jahren

Matthias Ningel

Sa., 14.02.26, 20 Uhr

Harmonie in Musik und
Gesellschaft

Heisenberg

Mi., 18.02.26, 20 Uhr

Eine Verbindung ohne Berechnung

Der Raub der Sabinerinnen

Sa., 21.02.26, 20 Uhr

Ein Klassiker der Komödie

Oper für Anfänger

So., 22.02.26, 17 Uhr

Die Musikschule
zeigt „Wilhelm Tell“

Shockheaded Peter

Do., 26.02.26, 20 Uhr

Der Struwwelpeter als Musical

Meisterklasse

Fr., 27.02.26, 20 Uhr

Schauspiel von
Terrence McNally mit Gesang

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Karten und Informationen im
Kulturbüro, Kleinflecken 26, Neumünster
Tel: 0 43 21 | 9 42 33 16
oder unter
www.theater-neumuenster.de

VERANSTALTUNGEN



LESUNG: KATJA LEWINA

In ihrem neuen Buch schreibt Katja Lewina diesmal nicht über Sex, sondern über das Ende der Liebe – autsch. In „Wir können doch Freunde bleiben“ sammelt sie schräge, schmerzhaft und erstaunlich ehrliche Trennungsgeschichten. Da geht es um peinliche Wahrheiten, verpasste Warnzeichen und Beziehungen, die längst vorbei waren. Die Anekdoten lesen sich wie eine emotionale Achterbahnfahrt: witzig, klug und sehr menschlich. Und sie zeigen: Trennungen sind wild – aber oft ist man am Ende froh, dass etwas vorbei ist, das nicht bleiben sollte. Mehr Infos und Karten für 15 Euro zzgl. Gebühren unter www.studio-filmtheater.de.

12. Februar, 20 Uhr • Studio Filmtheater, Kiel

EINHANDSEGELN

Ein Mann allein auf einem Boot, kurz vor Kap Horn. Als Einhandsegler umsegelt er die Welt – oder vielleicht sich selbst. Auf KATE MOSS spricht er mit der See, dem Boot und seinen Gedanken.

Abenteuer oder Flucht vor Alltag und Midlife-Krise? Mit feiner Ironie und poetischen Bildern erzählt Einhandsegeln von Freiheit, Einsamkeit und den Absurditäten des Lebens. Ivan Dentler bringt den Roman von Christian Kortmann erstmals in Kiel auf die Bühne. Mehr Infos, Termine und Karten: www.die-komoedianten.de

Premiere: 12. Februar, 19 Uhr • Theater Die Komödianten, Kiel



JAN UND LENE

Jan, der nachdenkliche Sohn eines Landwirts, und Lene, die lebensfrohe Tochter eines Gastwirts, begegnen sich – und wissen sofort: Wir gehören zusammen. Doch ihre spontane Verlobung ruft bei den Eltern sehr unterschiedliche Reaktionen hervor. Als poetisches Trauerspiel in niederdeutscher Fassung nach Johann D. Bellmanns Hörspiel entfaltet sich eine Liebesgeschichte, die leichtfüßig und zugleich tiefgründig von Moral, Missverständnissen und den großen Fragen des Lebens erzählt. Mehr Infos, weitere Termine und Karten: www.nb-nms.de

Premiere: 13. Februar, 20 Uhr • Niederdeutsche Bühne, Neumünster



7. Feb., 19:00 Uhr

Muschelessen

Muschelsuppe, Zwischengericht, Muscheln
Für Die, die keine Muscheln mögen,
halten wir ein Ersatzmenü parat.

28,90 €
pro Person

bis zum 8. Feb.

Schnitzel-Freuden-Zeit

Viele Leckere Schnitzelvariationen
mit davor und danach

jedes Gericht
19,90 €

vom 11. Feb. bis zum 15. Mrz.

Steak-Wochen

Leckere Steakgerichte von hiesigen Rindern,
Schweinen und Geflügel unter 30 €

jedes Gericht
unter
30,00 €

15. Feb. & 15. Mrz., 11:30 Uhr

Mehlbeutelessen

Kinder von 6 bis 14 Jahren
zahlen pro Lebensjahr 1,00 €

17,90 €
pro Person

21. & 23. Feb., 19:00 Uhr, 22. Feb. 11:30 Uhr

Grünkohlessen

mit Kasseler, Kochwurst, Schweinebacke,
Bratkartoffeln und süßen Kartoffeln

25,90 €
pro Person

27. Mrz., 19:30 Uhr

Rum Tasting

mit norddeutschem Menü

69,00 €
pro Person

2. Apr., 19:00 Uhr

Stührwoldt & Schnoor

mit Landarbeitermahl

43,00 €
pro Person

Wir bitten um Reservierung bis spätestens fünf Tage vor dem Termin.

www.luehrs-landgasthof.de

1000 *lights* CONCERTS
PRÄSENTIERT

Unvergessliche Kirchenkonzerte mit weltberühmten Kompositionen, die alle lieben...



Classical Highlights

Mit weltberühmten Kompositionen von
**Beethoven, Vivaldi, Chopin,
Paganini, Mozart**
und vielen mehr...

15.00 Uhr

Romantic Love Songs

Mit den Welthits von
**Adele, George Michael, Rob-
bie Williams, Richard Marx**
und vielen mehr...

17.30 Uhr

Epic Movie Themes

Mit den weltberühmten Filmmelodien
**Mission Impossible, Titanic,
Skyfall, Game of Thrones**
und vielen mehr...

20.00 Uhr

HAMBURG ST. PETRI • Sa, 10.01.26 und 14.02.26
KIEL PETRUSKIRCHE • So. 15.02.26

www.1000-lights-concerts.com



JETZT Tickets bei allen bekannten VVK-Stellen und ✨ **eventim.de** ✨



FAMILIE FLÖZ: TEATRO DELUSIO

Zwischen Bühne und Hinterbühne, Illusion und Wirklichkeit eröffnet Familie Flöz einen magischen Theaterkosmos. Während vorne große Oper, Drama und Leidenschaft toben, kämpfen hinten die Bühnenarbeiter Bob, Bernd und Ivan um Anerkennung, Liebe und Kontrolle. Ihre stillen Sehnsüchte verknüpfen sich immer wieder mit der glitzernden Welt des Scheins – bis sie selbst ins Rampenlicht treten. Mit unheimlich lebendigen Masken, rasanten Verwandlungen und poetischer Komik erschaffen drei Darsteller 29 Figuren und lassen ein ganzes Theater voller Humor, Melancholie und Menschlichkeit entstehen.

Mehr Infos und Karten: www.theater-itzehoe.de

18. Februar, 19.30 Uhr • theater itzehoe



FRIEDEMANN WEISE: DAS BISSCHEN CONTENT

Friedemann Weise nimmt in „Das bisschen Content“ alles auseinander, was nach Klicks, Likes und Aufmerksamkeit schreit. Zwischen Liedern, Pointen und absurden Gedanken wird klar: Alles ist Content – vom Zähneputzen bis zur Sinnkrise. Mit scharfem Witz, Musik und Satire fragt er, was Content mit uns macht und warum Kleinkunst manchmal die bessere Timeline ist. Weise verbindet Kabarett, Comedy und kluge Albernheit zu einem Abend, der genauso unterhält wie er nachwirkt.

Mehr Infos und Karten: almahoppe.de

19. Februar, 20 Uhr • Alma Hoppes Lustspielhaus, Hamburg

VERANSTALTUNGEN



JAN WEILER: DAS BESTE

Bei seiner großen Pubertier-Gesamtschau spannt Jan Weiler einen weiten, höchst vergnüglichen Bogen: von der Begegnung mit dem unheimlichen Urzeitkrebs Holger über die ersten Warnzeichen der Pubertät seiner Kinder bis zu deren glanzvollen Höhepunkten zwischen Partys, Pickeln und Popkonzerten. Schließlich folgt der Auszug der Pubertiere aus dem heimischen Nest – und die bange Frage: Und was nun? Humorvoll, treffsicher und herrlich lebensnah. Mehr Infos und Karten unter www.kiel.de/kulturforum.

14. Februar, 20 Uhr • KulturForum, Kiel

THE UKULELE ORCHESTRA OF GREAT BRITAIN

Seit über 40 Jahren begeistert das Ukulele Orchestra of Great Britain die Welt mit britischem Humor, musikalischer Virtuosität und purer Spielfreude. Zum 40. Jubiläum präsentieren die Ukes einen rasanten Streifzug durch alle Genres – von ABBA bis ZZ Top, von Tschaikowsky bis Nirvana. Ein skurriler, mitreißender Abend voller überraschender Arrangements, Selbstironie und großer Musik auf der kleinsten Gitarre der Welt.

Mehr Infos und Karten unter www.theater-kiel.de.

18. Februar, 19.30 Uhr • Konzerthaus am Schloss, Kiel



Tanzen lernen beim Profi: Wir sind Tanzschule!

Grundkurse Erwachsene

Sonntag	08. März	14.00 Uhr
Mittwoch	11. März	21.00 Uhr
Donnerstag	12. März	18.00 Uhr
Samstag	14. März	11.00 Uhr

Hochzeitskurse / Fit für die Party

Montag	02. März	21.00 Uhr
Donnerstag	09. April	18.00 Uhr

Discofox-Kurse

Sonntag	01. März	10.00 Uhr
Dienstag	07. April	19.30 Uhr

DANCE it Yourself! – Tanz-Workout

Donnerstag (fortlaufend)	11.00 Uhr	
Freitag	20. Februar	15.00 Uhr

Line Dance ohne Vorkenntnisse

Samstag	14. Februar	10.00 Uhr
Montag	16. Februar	17.00 Uhr

Grundkurse Teens

Montag	20. April	15.30 Uhr
Mittwoch	22. April	16.30 Uhr
Freitag	24. April	16.30 Uhr

West Coast Swing ohne Vorkenntnisse

Dienstag	07. April	21.00 Uhr
----------	-----------	-----------

West Coast Swing mit Vorkenntnissen

Donnerstag	09. April	21.00 Uhr
------------	-----------	-----------

Kostenlose und unverbindliche Schnupperstunde

für Paare:

Samstag, 28. Februar,
15.30 Uhr oder
Sonntag, 01. März,
14.15 Uhr oder
Donnerstag, 05. März,
18.00 Uhr oder
Samstag, 07. März,
11.15 Uhr

für Singles:

Mittwoch, 04. März,
21.15 Uhr



tanzschule tessmann ADTV

VERANSTALTUNGEN

HOF ANSGARIUS
 * Café * Saal * Ausstellung * Forst
 Cafézeit: Jeden Sonntag 13-18 Uhr

4. OSTEREIERMARKT
7. / 8. März 2026 11-17 Uhr
 Ausstellung - Vorführung - Verkauf
 P - frei Eintritt: € 3,-

Gesellschaften gerne täglich nach Absprache
 Fam. Fölster - Am Wallberg 2 - 24616 Willenscharen
 Tel. 04324 1070 www.hofansgarius.de



SAVOY ROCK COMPANY

Seit 2010 besteht die Savoy Rock Company aus Bordesholm und rockt sich durch unterschiedliche Festivitäten in Schleswig-Holstein, Hamburg, Niedersachsen und Sachsen-Anhalt.

Gecovert wird von Armin (Drums), Hannes (Guitar & Vocals), Carsten (Bass), René (Guitar) und Martin (Keyboards) alles, was sie selber gern auf einer guten Party hören wollen. Lassen Sie sich unterhalten, rund um die Uhr rocken, Sympathie für den Teufel haben, Rauch über dem Wasser aufsteigen lassen und ohne Wurzeln dem Tiger ins Auge schauen – Billie Jean lässt grüßen. Der Eintritt kostet 10 Euro. Mehr Infos: kdw-neumuenster.de

**21. Februar, 20 Uhr • KDW am Waschpohl,
Neumünster**

wilhelm tell
oper inklusiv G. Rossini
 eine Produktion der Neumünsteraner
 Musikschule auf der Bühne des Theaters
 der Stadthalle Neumünster

22. Februar
Beginn: 17:00 UHR
 Einlass: ab 16:30 Uhr

hier erhältlich oder im Kulturbüro Neumünster

OPER INKLUSIV: WILHELM TELL

Mit Unterstützung des Lionsclub Neumünster-Holsten bringt das Inklusions-Opernprojekt „Wilhelm Tell“ von G. Rossini große Oper ins Theater in der Stadthalle. Profis stehen gemeinsam mit Studierenden, Amateuren, Menschen mit Flucht- oder Gewalterfahrungen, Menschen mit Behinderungen und queeren Personen auf der Bühne. So entsteht eine Oper, die für Demokratie, Frieden und Inklusion steht – und Publikum wie Mitwirkende begeistert, selbst Opern-Neulinge. Mehr Infos unter www.musikschule-neumuenster.de. Karten sind im Kulturbüro oder unter www.theater-neumuenster.de erhältlich.

22. Februar, 17 Uhr • Theater in der Stadthalle, Neumünster



BEST OF POETRY SLAM

Vier hochkarätige Slam-Poetinnen und Slam-Poeten des Nordens treten beim Dichterstreit in der Kulturkate Molfsee gegeneinander an und entfachen ein Feuerwerk der Wortkunst. Mona Harry, Tim Jürgensen, Janne Petersen-Feddersen und Stefan Schwarck präsentieren eigene Texte – gereimt oder erzählt, humorvoll oder nachdenklich, lyrisch oder satirisch. Der Applaus des Publikums entscheidet über den Sieg. Moderiert wird der Abend von Poetry-Slam-Urgestein Björn Högsdal (Foto). Mehr Infos und Karten für 20 Euro unter www.kulturkate-molfsee.de.

26. Februar, 19 Uhr • RäucherKate am Drathenhof, Molfsee

CORNELIA POLETTA



PALAZZO

10 JAHRE HAMBURG

DIE DINNER-SHOW IM SPIEGELPALAST



**Tickets
sichern!**

HERZKLOPPFEN INKLUSIVE

14. November – 08. März: www.palazzo.org

MOËT & CHANDON
CHAMPAGNE

HH
ZWEI
HAMBURG
ZWEI

PAULANER

FÜRSTENBERG
BRANDENBURG

ZWIESEL
GLAS

Love. Dance. Latino!

*Feurige Rhythmen und romantisches Flair:
Die Valentinstag Latino Party
in der Halle 400 verspricht
heiße Nächte an der Förde.*

Wer den Valentinstag am 14. Februar mal anders feiern möchte, sollte sich diesen Abend nicht entgehen lassen: Bei der Valentinstag Latino Party in der Halle 400 trifft Salsa auf Sinnlichkeit, Bachata auf Buffet und Romantik auf richtig gute Stimmung. Egal, ob Sie mit Ihrer großen Liebe kommen, Ihr Single-Dasein feiern wollen oder einfach Lust auf eine Nacht mit viel Musik und Lebensfreude haben – hier finden Sie den passenden Takt.

DAS PROGRAMM

AB 17.30 UHR

Einlass und Startschuss – wahlweise mit einem sinnlichen „Bachata Sensual Fusion“-Workshop mit Mazen & Lea inkl. Show-Act (Deck 6). DJ Walid sorgt für die richtigen Tunes für die Tänzer*innen, Förde Salsa und eine Bachata-Show.

AB 18.00 UHR

Gala Romantic Buffet in stilvoller Atmosphäre (Deck 1 & 2) – ideal für alle, die kulinarisch in den Abend starten wollen.



AB 21 UHR

Die Tanzfläche ruft! Die Liveband Mi Salsita sorgt für authentisches Salsa-Feeling. Anschließend legt DJ Walid auf – und ab 0 Uhr verwandelt sich die Halle 400 in eine ausgelassene Latino-Party bis in die Nacht hinein.



HIGHLIGHT- EVENTS

24. März: Frühlingsball
30. April: Tanz in den Mai
„ABBA Revival Party“
www.halle400.de

PREISE IM ÜBERBLICK:

Workshop + Party: VVK 15 Euro | AK 17 Euro
Gala Buffet + Party: 49 Euro
Party ab 21 Uhr: VVK 15 Euro | AK 17 Euro
Late Night ab 0 Uhr: 10 Euro
Tickets & Infos: www.halle400.de



THE MUSIC OF

QUEEN

mit
VALENTIN
FINDLING

LIVE
präsentiert von
RTL

und



Wegen großer Nachfrage
Zusatzkonzert **02.08.26 So, 19 Uhr**

„Was für eine Stimme! So ein Abend!“ (Die Welt)



„Als wäre Freddie Mercury auferstanden“ (Berliner Morgenpost)

KIEL • KRUSENKOPPEL
01.08.26 **SAMSTAG**
20:00 Uhr



Alle Infos

JETZT Tickets bei allen bekannten VVK-Stellen und eventim⁺

Verantwortlicher: info@wolff-concerts.com



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

Geschäftsführerinnen (V.i.S.d.P.):

Gesa Schimmer & Kathrin Wesselmann, Tel.: 0431 / 200 766 933

Chefredaktion:

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

Redaktion:

Dr. Heiko Buhr, Marion Laß, Mirjam Stein,
Maya Schukies, Sebastian Schulten, Isabelle Sester,
Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnow

Grafik:

Sandra Huege, Andrea Nommensen, Nicolas Rexin, Maren Urvat, Sonja Woldt

Anzeigen- und Titelgestaltung:

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

Fotos:

Adobe Stock, Pexels, Unsplash

Anzeigen

anzeigen@verlagskontor-sh.de

Verkaufsleitung:

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

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

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

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

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

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

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

Kiel, Probstei, Eckernförde (22.000 Ex.):

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

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

Flensburg, Schleswig, Nordfriesland (22.000 Ex.):

Jörg Stoeckicht:
j.stoeckicht@falkemedia.de
Tel.: 0171 / 645 47 36

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

Jörg Stoeckicht:
j.stoeckicht@falkemedia.de
Tel.: 0171 / 645 47 36

Gesamtauflage:

Bis zu 130.000 Exemplare / Monat

Anzeigen- und Redaktionschluss:

Jeweils der 15. des Vormonats

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

Abonnement: 30 Euro / 12 Ausgaben

IBAN: DE87 2105 0170 0100 2277 77

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. MÄRZ 2026.



WELTFRAUENTAG FRAUEN IM FOKUS

Jedes Jahr am 8. März feiern wir den Internationalen Frauentag. Der Tag ist eine Gelegenheit, um auf die vielen Erfolge von Frauen zu blicken, aber dient auch dazu, über die Probleme und fehlenden Rechte von Frauen zu sprechen. Wir rücken in unserer nächsten Ausgabe Frauen in all ihrer Vielfalt in den Mittelpunkt: inspirierende Porträts, lokale Initiativen und vieles mehr.

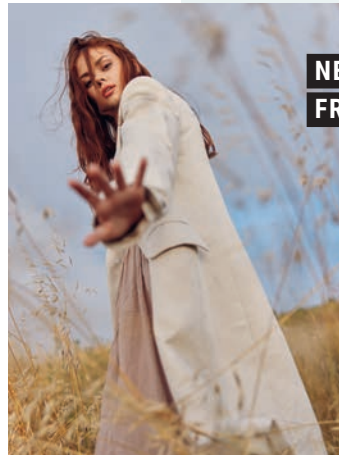
I WANT TO RIDE MY BICYCLE FAHRRÄDER UND E-BIKES

Endlich wieder Fahrtwind! Vom Frühjahrsscheck fürs Bike über sinnvolle Upgrades bis zu Trends wie E-Bikes und Gravel: Wir zeigen, worauf es zum Saisonstart ankommt. Sicher unterwegs, clever ausgestattet und voller Lust auf die erste große Runde – die besten Tipps und Empfehlungen lesen Sie in unserer nächsten Ausgabe.



NEUE SAISON, NEUE STYLES FRÜHLINGSMODE

Zarte Farben, leichte Layer und smarte Basics: Der Frühling ist da und mit ihm selbstverständlich auch eine neue Modesaion! Wir stylen die Trends der Saison alltagstauglich – vom Büro bis zum Wochenendspaziergang – und haben ein paar wertvolle Tipps für Sie parat, die sofort Frühlingslaune machen. So fühlt sich ein Neustart an!



GEDRUCKT MIT
100%
ÖKOENERGIE
STROM & GAS

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.



Jetzt buchen!

Freie Termine 2026

20. – 26. Februar

06. – 15. März

03. – 11. April



Jörns Wintershop

Verleih • Verkauf • Service
für Ski und Schlittschuhe

Alte Kieler Landstraße 50
24768 Rendsburg

04331 20890
info@joerns-skireisen.de



joerns-skireisen.de

22.019,00 € sparen.
Ihr Preisvorteil in Kiel.



Der neue Grand California Dune 600. Wenig zahlen – viel Platz bekommen.

Der neue Grand California Dune 600 Motor: 2,0 l TDI EURO VI-e SCR 120 kW Getriebe: Frontantrieb 8-Gang-Automatikgetriebe
Radstand: 3640 mm; Volkswagen Code: N2YPXPQ

Fahrzeugpreis UVP:

91.999,00 €

California Kiel Dune Preisvorteil¹ inkl. Werksabholung: 22.019,00 € Unser Hauspreis

69.980,00 €¹

Abbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.

¹ Alle Preise inkl. 19 % MwSt. und inkl. Werksabholungskosten bei Volkswagen in Hannover zzgl. Zulassungskosten. Ein Angebot der Schmidt & Hoffmann GmbH. Limitiertes Angebot. Gültig solange der Vorrat reicht.



**Jetzt anfragen: online (QR)
oder telefonisch: 0431 / 66 44 606**

Andere Motorisierungen und Ausstattungen
sind gegen Aufpreis möglich.



schmidt&hoffmann
mobilität

Volkswagen Zentrum Kiel

Schmidt & Hoffmann GmbH · Königsweg 76-78 · 24114 Kiel
Tel. 0431 / 66 44 606 · info@california-kiel.de · california-kiel.de