

lebensart

NEUMÜNSTER / MITTELHOLSTEIN / RENDSBURG

JUNI 2026 • KOSTENLOS



Stadt
Neumünster

FESTE FEIERN

DER NORDEN GENIESST DEN SOMMER

LEBEN MIT ME/CFS

DIE KRANKHEIT DER 200 SYMPTOME

11.–14. Juni Holstenküste Neumünster

WWW.NEUMUENSTER.DE
[f /STADT.NEUMUENSTER](https://www.facebook.com/STADT.NEUMUENSTER)
[i /STADT.NEUMUENSTER](https://www.instagram.com/STADT.NEUMUENSTER)

Wir haben 1,5 Jahre für Sie umgebaut
Besuchen Sie JETZT das neue Möbel Hennings



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!*

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

EINKAUFEN
 MIT DER



KNUTZEN
 TEPPICH-HOF

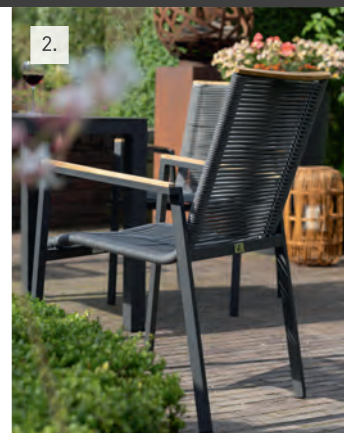
knutzen-home.de
 Die mit dem **grünen** Haus

Strandkörbe

ab 1.499,-



1. Auch
 in rund
 erhältlich!



- 1. TISCH LIVINGSTON Maße ca. 180 x 90 x 75 cm
- TISCH LIVINGSTON Maße: Ø ca. 120 cm
- STUHL ADORA
- 2. STUHL MONTANA stapelbar

UVP 699,- **599,-**
499,-
249,-
129,-

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

Änderungen, Abweichungen und Irrtümer vorbehalten. Abholpreise ohne Montage in Euro, inkl. gesetz. MwSt, ohne Dekoration. Solange der Vorrat reicht. Keine Mitnahme Garantie. Verwaltung: Knutzen Teppich-Hof GmbH



Liebe Leserin, lieber Leser,

ganz Schleswig-Holstein ist in Feierlaune, denn der Juni ist vollgepackt mit Veranstaltungen. Von der großen Sause mit viel Tamtam bis hin zum exklusiven Konzert im gemütlichen Rahmen ist alles dabei.

In unserer Titelstrecke „Das ist los“ präsentiert Redakteurin Isabelle Sester Märkte, Stadtteil-feste und so viel mehr, damit Ihnen für den perfekten Sommer nicht die Ideen ausgehen. Mit dabei sind auch die großen Event-Highlights, wie die Kieler Woche, die Holstenküste in Neumünster und die Glückstädter Matjeswochen.

In unserem Veranstaltungskalender stellt Ihnen Redakteurin Natalie Zahnw besondere Events auf den Konzert- und Theaterbühnen in Schleswig-Holstein vor. Egal, wohin es geht, scharen Sie Ihre liebsten Menschen um sich und ziehen Sie los. Studien belegen immerhin, dass Tanzen und Musik Glückshormone freisetzen und gleichzeitig Stress abbauen. Also verstehen Sie dies als eine ärztliche Verordnung: Gehen Sie feiern und genießen Sie den Sommer in vollen Zügen.

BESONDERE GESCHICHTEN

Noch mehr Gründe zum Feiern bieten die zahlreichen Christopher Street Days (CSD) im Land. Bis September wird in Schleswig-Holstein nämlich die Vielfalt der Menschen

gefeiert. Gleichzeitig steht hinter diesen Veranstaltungen ein Kampf um Sichtbarkeit und Toleranz für die queere Community. Natalie Zahnw hat sich mit einer der Organisator*innen des Neumünsteraner CSDs getroffen und klärt über die Hintergründe auf.

Redakteurin Marion Laß hat sich einem ganz anderen Thema gewidmet. Sie hat mit der 20-jährigen Josi gesprochen, die nach zwei COVID-19-Erkrankungen einen völlig neuen Alltag erlebt. Das chronische Fatigue-Syndrom, kurz ME/CFS, ist ihr täglicher Begleiter. Die ursprünglich so sportliche und neugierige junge Frau gibt einen Einblick in ihr Leben mit ME/CFS und verrät, welche Symptome sie täglich aushalten muss.

Herzlichst, Ihr Lebensart-Team



ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir Ihnen die **Stadt Neumünster**. Was in diesem Jahr so auf der Holstenküste los ist, erfahren Sie auf Seite 14.

Titel: © Stadt Neumünster



WEINVERTIKALE TRIFFT GUSTAVS

Es erwartet Sie ein besonderer Sommerabend voller Genuss: Bei „Weinvertikale trifft Gustavs“ erleben Sie ausgewählte Weine, entspannte Atmosphäre und ein BBQ-Erlebnis aus der Küche von Küchenchef Alex Lange.

Gemeinsam mit Werner Brockmann von der Weinvertikale entdecken und vergleichen Sie verschiedene Weine – ein spannendes Geschmackserlebnis für Weinliebhaber und Genießer. Passend dazu serviert das GUSTAVS-Team ein BBQ, das perfekt auf die Weine abgestimmt ist.

Neben den ausgewählten Weinen sind Bier, Softgetränke und weitere Getränke im Ticketpreis enthalten.

UHRZEIT: 18:00 – 22:00 UHR

PREIS: 85,00 € PRO PERSON

Eine Reservierung ist verbunden mit dem Kauf eines Genusstickets. Dieses erhalten Sie am Hotelpfing.

FOLLOW US & TAG US

ON FACEBOOK & INSTAGRAM



Altes Stahlwerk JoPi Hotel GmbH

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

THEMIEN

JUNI 2026

COVER I Stadt Neumünster

Die Stadt Neumünster feiert die 50. Holstenküste... 14

UNTERWEGS & UP-TO-DATE

Düt & Dat 6
 Eventhighlights im Norden:
 Das ist los im Juni 2026..... 10
 Die Stadt Neumünster feiert die 50. Holstenküste... 14
 Kieler Woche 2026..... 16
 Bunt, laut und unübersehbar:
 Schleswig-Holstein feiert die Vielfalt 22

HIN & WEG

Meerweh 26



10

Sommerbrise & Bühnenlicht
 Eventhighlights im Norden



32

Erdbeerzeit:
 Rezepte für den Sommer

HAPPY FAMILY

Sommerevents für Kids 30

SO SCHMECKT DER NORDEN

Erdbeerzeit: Rezepte für den Sommer 32

MODE & BEAUTY

MeerMomente zum Anziehen:
 Maritime Mode 36
 Taschen fürs Leben 44

GESUND & FIT BIS INS ALTER

PiEr e.V. – Der Verein steht für
 Postinfektiöse Erkrankungen 46

HAUS, HOF & GARTEN

Terrassen: Draußen ist das neue Drinnen 54
 Aktion Offener Garten:
 Der Blick über den Gartenzaun 60

BERUF & KARRIERE

An die Arbeit! 66



36

MeerMomente zum Anziehen

KUNST & KULTUR

- Ausstellungen im Juni 68
- Veranstaltungshighlights..... 72

IMMER IN DER LEBENSART

- Editorial..... 3
- Impressum 82
- Vorschau Juli..... 82



26

Hin & weg: Meerweh

Fotos: Bildnachweise im redaktionellen Beitrag

ENZO FESTIVAL

42 DECIBEL^{ARG}
BRATAKUS^{SD}
DIE BULLEN
CAROT
ERECTION
GÖTZ WIDMANN
HORST SCHNEIDER
QUARTETT
INTERNA
KAFVKA
KOMBYNAT
ROBOTRON
LOIT

PADDECELL
PETERS BEINE
POWERSOLO^{DK}
SCHRENG SCHRENG
& LA LA
SKASSAPUNKA^{TT}
SKYLINE GREEN
SPLINTER^{NL}
THE CHAINS^{DK}
THE DRAWBARS
THE MELMACS
UND WEITERE BANDS...

07.-08. AUG 2026

WAGERSROTT ZW. KIEL UND FLENSBURG

TICKETS + VVK-STELLEN: enzo-festival.de

FORERKAUF 80,-

IN GEBOGEN AN PETER-HEINRICH THIESEN

ENZO-FESTIVAL.DE

GREVE Allianz JOHANNSTAL Nord-Ostsee Sparsasse IN7 SKI-SPORTS ZIMMEREI Adressbuch Nord-Ostsee Schleswig-Holstein FAHRSCHULE DIK HARTZ STRÖBE SCHEIBLIER ELECTRO AUDIOVISIO Boehme Wir unterstützen KEIN PLATZ FÜR AAZS

Meisterhaft
Dachdeckerhandwerk

Natürlich

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

DÜT & DAT

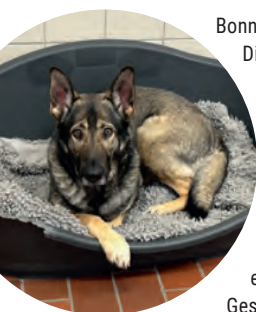
IM JUNI 2026

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.

NEUES ZUHAUSE GESUCHT

Bonnie

TREUE BEGLEITERIN
MIT HERZ



Bonnie bringt alles mit, was eine treue Begleiterin ausmacht. Die etwa vier Jahre alte Schäferhündin ist aktiv, lernwillig und möchte endlich irgendwo ankommen. Da sie bisher nur wenig Erziehung kennenlernen durfte, braucht Bonnie klare Strukturen, Geduld und erfahrene Hände, die ihr Sicherheit geben. Der Besuch einer Hundeschule wäre dabei ein wichtiger Schritt. Mit älteren, hunderfahrenen Kindern kommt sie gut zurecht. Auch ein Zuhause als Zweithund ist denkbar – idealerweise mit einem souveränen, kastrierten Rüden an ihrer Seite.

Gesucht wird ein ruhiger Platz mit genügend Raum zum Leben, am besten mit Garten oder Terrasse. Mehr Infos gibt's beim Tierheim Neumünster unter www.tierheim-nms.de.

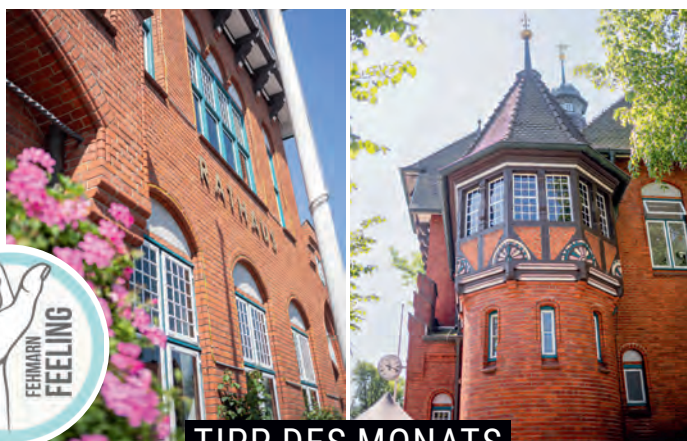
Zauberhafter Sommer mit Einhorn-Sirup

Im Sortiment von Sonnentor sind neue Durstlöscher am Start. Zu den spritzigen Neuheiten gehören der „fabelhafte“ Einhorn Sirup, fein-herber Orange Bitter Sirup und frischer Bergamotte Sirup. Der Einhorn-Sirup zaubert den Durst mit einem beerig-frischen Duett aus Brombeeren und Limetten weg. Der Sirup besteht aus Apfelsaft-, Brombeersaft- und Limettensaft-Konzentrat – alles in Bio-Qualität – und lässt sich auch als Einhorn-Mocktail oder Einhorn-Eis genießen. Auf jeden Fall eine coole Erfrischung für den Sommer.

www.sonnentor.com



Foto: Sonnentor



Fotos: Fehrmann Feeling

TIPP DES MONATS

BUMMELN IN BURG

Kleiner Stadtbummel mit Inselfeeling gefällig? Dann ab in die Burger Altstadt – hier treffen verträumte Fachwerkhäuschen auf Kopfsteinpflaster, enge Gassen auf lässigen Inselfeeling. Rund um den Marktplatz reiht sich alles, was man fürs gemütliche Schlendern braucht: kleine Geschäfte, Restaurants, Cafés und Bars. Jeden Mittwoch füllt der Wochenmarkt den Platz mit Leben – perfekt, um frische Leckereien zu probieren und dabei Leute zu gucken. Zwischen den Ladenperlen findest du so ziemlich alles, was das Bummelherz höherschlagen lässt: liebevoll versteckte Buchläden, kleine Deko-Stores, gemütliche Cafés und Eisdielen für die spontane Kugel zwischendurch. Einfach treiben lassen, anhalten, wo's schön ist, und den Moment mitnehmen

BUCHTIPP

DIE LETZTEN TAGE DER DIKTATUR



Mai 1945: Über das relativ unbekanntende Ende der Nazi-Herrschaft schreibt die Flensburgerin Svenja Falk in ihrem neuen Buch „Die letzten Tage der Diktatur“. Das „Dritte Reich“ ist gefallen – doch die Geschichte steht nicht still. In Flensburg kreuzen sich die Wege von Agenten, Überlebenden und alten Eliten. Zwischen zerfallender Macht und zaghaftem Aufbruch wird verhandelt, getäuscht, geschwiegen – und der Grundstein für erstaunliche Karrieren gelegt. Dies ist die spannende Geschichte einer Zwischenzeit, in der die Konturen der heutigen Welt bereits erkennbar sind.

SVENJA FALK, DIE LETZTEN TAGE DER DIKTATUR, KLETT-COTTA VERLAG, 256 S., 24 EURO

RÄTSELSPASS SUDOKU-DUO

								3
		6	8		2			9
8	4	9			7			
					1	5	6	
			6		8		7	
	7	2						
9		5				1		
				1	6	2		
2		4		5		8		

				5	7			
6								1
4								2 6
			1	8	2	9		
	6		7			4		
	5	9						
3	9	2	4					
			8	6				
								7 1

REGELN:

Ein Sudoku besteht aus 9 x 9 Feldern, die zusätzlich in 3 x 3 Blöcken mit 3 x 3 Feldern aufgeteilt sind. Jede Zeile, Spalte und jeder Block enthält alle Zahlen von 1 bis 9 jeweils genau einmal. In ein paar der Felder sind bereits Zahlen vorgegeben. Da jede Zahl pro Zeile, Spalte und Block nur einmal vorkommen darf, können durch vorgegebene Zahlen die Positionen für andere Zahlen dieses Wertes ausgeschlossen werden. Bei einem Sudoku darf es nur eine mögliche Lösung geben, und diese muss rein logisch gefunden werden können! **Die Lösungen finden Sie auf der nächsten Seite.**

Der Lebensart Newsletter

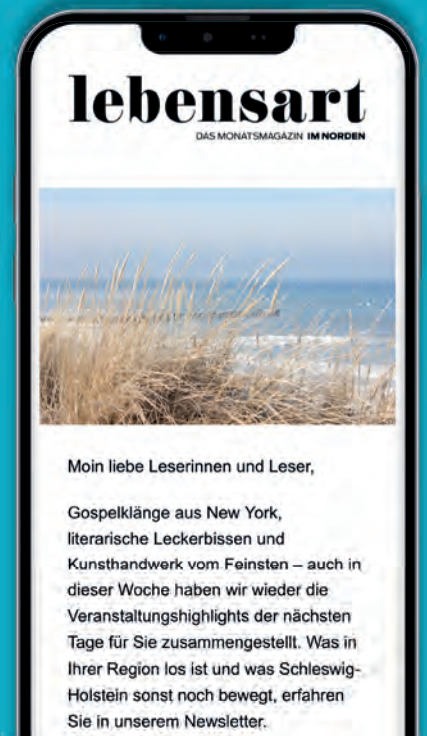
Kostenlos jeden Mittwoch:
das Neueste aus Hamburg und
Schleswig-Holstein.
Mit Veranstaltungstipps fürs
Wochenende & kostenloses
Digital-Abo.



Scan
me!



www.lebensart-sh.de/newsletter



Moin liebe Leserinnen und Leser,

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

EGAL WELCHES FAHRRAD DU FÄHRST:
RADFAHREN MUSS NICHT WEHTUN!

RIDE SMART • FEEL COMFY

COMFYTTERS

BIKEFITTING.WORKS

ALLE INFOS:

WESTRING 256 | KIEL
WWW.COMFYTTERS.DE

**SATTEL UNBEQUEM
KNIE- ODER RÜCKENSCHMERZEN
TAUBHEITSGEFÜHLE**

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



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

Hein
BESTATTUNGEN

JUNGFERNSTIEG 4
NORTORF
TEL. 04392-44 13
www.hein-bestattungen.de

Förde
Fräulein

TIPP DES MONATS



AUSFLUGSTIPP

Familienausflug nach Fehmarn: Die Insel mit Kindern entdecken

Fehmarn ist wie gemacht für einen Familienausflug voller toller Inselmomente. Mit dem Fahrrad lässt sich die Insel entspannt entdecken, mit Hofcafés, Tieren und kleinen Pausen am Meer. Im Meereszentrum warten spannende Unterwasserwelten und echte Aha-Momente für Groß und Klein.. Alle Eindrücke und Tipps zum Nachlesen unter www.foerdefraeulein.de

Fotos: Förde Fräulein

SUDOKU-LÖSUNGEN

Das Rätsel zu diesen Lösungen finden Sie auf Seite 7.

5	2	7	1	6	9	4	8	3
1	3	6	8	4	2	7	5	9
8	4	9	5	3	7	6	2	1
4	9	8	3	7	1	5	6	2
3	5	1	6	2	8	9	7	4
6	7	2	4	9	5	3	1	8
9	6	5	2	8	4	1	3	7
7	8	3	9	1	6	2	4	5
2	1	4	7	5	3	8	9	6
9	2	1	6	5	7	8	4	3
6	8	5	2	3	4	7	1	9
4	7	3	9	1	8	5	2	6
7	3	4	1	8	2	9	6	5
1	6	8	7	9	5	4	3	2
2	5	9	3	4	6	1	8	7
3	9	2	4	7	1	6	5	8
5	1	7	8	6	3	2	9	4
8	4	6	5	2	9	3	7	1

TAFEL NEUMÜNSTER: ZEITSPENDER WERDEN

Gemeinsam gegen Lebensmittelverschwendung und soziale Not: Die Neumünsteraner Tafel sucht dringend neue Ehrenamtliche, die mit anpacken möchten. Ob beim Sortieren von Lebensmitteln, als Beifahrer*in oder am Steuer eines Kleintransporters – jede helfende Hand zählt. Damit Lebensmittel dort ankommen, wo sie gebraucht werden, braucht es Menschen mit Zeit, Engagement und Herz. Gesucht werden Unterstützer*innen für Einsätze am Vormittag oder Nachmittag, besonders unter der Woche, aber auch samstags. Wer sich einbringen möchte, kann so ganz konkret etwas für die Gemeinschaft bewegen – direkt vor der eigenen Haustür. Unter www.tafel-nms.de gibt es mehr Infos.



Foto: Adobe Stock

MIT DEM FAHRRAD AUF SPURENSUCHE



Die Radtour führt unter anderem zur Gedenktafel für deportierte Sinti und Roma im Haart.

Foto: Stadt Neumünster

Eine besondere Fahrradtour der Volkshochschule lädt am 6. Juni von 14 bis 17 Uhr dazu ein, vertraute Orte mit neuen Augen zu sehen. Gemeinsam mit Ingo Schumann erkunden die Teilnehmenden Stationen der NS-Zeit – vom ehemaligen SA-Heim am Mühlenhof über die Simonsche Fabrik bis zur Gedenktafel für Sinti und Roma im Haart. Dabei geht es nicht nur um Geschichte, sondern auch um Fragen der Gegenwart: Wie erinnern wir heute? Und was bedeutet Verantwortung für eine offene Gesellschaft? Die rund 9,5 Kilometer lange Tour ist kostenfrei. Anmeldung bis 4. Juni unter Tel.: 04321 / 942 56 00 oder per E-Mail an vhs@neumuenster.de.

ANZEIGE

LEBENSART IM NORDEN PRÄSENTIERT

Vive la Chanson!

Im Rahmen der Holstenküste Neumünster verwandelt sich der Gerisch-Skulpturenpark zwei Tage lang in einen Ort der Begegnung – zwischen zwei Sprachen, zwei Kulturen und einer gemeinsamen Leidenschaft für Poesie, Musik und Kunst.

Am 12. und 13. Juni sind alle Freund*innen der französischen Lebensart zu einem musikalischen Sommerfest der leiseren Töne eingeladen. Unter dem Motto „Vive la Chanson!“ präsentieren die Stadt Neumünster und der Gerisch-Skulpturenpark an beiden Tagen wundervolle Konzerte deutsch-französischer Künstler*innen in entspannter, sommerlicher Atmosphäre.

Am 12. Juni eröffnet Vero Nouk das kleine Festival mit modernen Chansons, die sie mit sanfter, nahbarer Stimme vorträgt. Begleitet von Akustikgitarre, Autoharp oder E-Cello

entstehen vielschichtige Klangwelten zwischen Chanson, Singer-Songwriter und Gypsy-Jazz. Ihre deutsch- und französischsprachigen Texte erzählen von Gefühlen, zwischenmenschlichen Verwicklungen und skurrilen Alltagsmomenten – berührend, manchmal dramatisch und stets mit einem feinen Augenzwinkern.

Am 13. Juni steht Antoine Villoutreix auf der Bühne. Der französische Singer-Songwriter, zu Hause in Paris und Berlin, verbindet in seinen Liedern Elemente aus Pop, Jazz und Folk. Mit warmer Stimme und großer Bühnenpräsenz

erzählt er poetische, emotionale Geschichten – mal humorvoll, mal tiefgründig. Dank seiner deutschsprachigen Moderation entsteht schnell eine Nähe zum Publikum, die seine Konzerte besonders lebendig und zugänglich macht.

Zudem locken französische Weine und Köstlichkeiten vom Café Oldehus, die man beim Schlendern durch die stimmungsvolle Kulisse des Skulpturenparks genießen kann. Die Konzerte beginnen jeweils um 19.30 Uhr, Einlass ist ab 17 Uhr. Der Eintritt zu diesem wunderbaren Kultur-Spektakel ist frei!



Fotos: David Simon / Vero Nouk

EVENTHIGHLIGHTS IM NORDEN

SOMMERBRISE & BÜHNENLICHT

Endlich Sommerlaune! Lange Abende, leichte Brisen – und der Norden im Feiermodus. Der Juni zeigt sich von seiner besten Seite: maritimes Flair zur Kieler Woche, fröhliche Gassen bei der Holstenküste und feinsten Fischgenuss während der Matjeswochen. Auf den nächsten Seiten zeigen wir Ihnen, wo Musik, Märkte und Meer die schönste Zeit des Jahres einläuten – und welche Highlights Sie auf keinen Fall verpassen sollten.



STADTTEILFEST FALDERA

Unter dem Motto „Unser Faldera blüht auf“ lädt das Netzwerk Faldera

Sie ein, die bunte Vielfalt des Stadtteillebens zu entdecken. Nach täglichen Einblicken während der Stadtteilwoche bildet das fröhliche Abschlussfest im Faldera Park den Höhepunkt. Freuen Sie sich auf ein familienfreundliches Programm mit Essen und Trinken, Kinderschminken, Spielen, Kanufahrt, Aktionen des THW, Hüpfburg und vielfältigen Darbietungen – beste Stimmung inklusive.

bis 6. Juni • Faldera, Neumünster



Foto: Adebbe Stock



Foto: Andreas Schilliba

75 JAHRE TIERPARK NEUMÜNSTER

Am 1. Juli 1951, wurde der Tierpark Neumünster eröffnet. Das ist jetzt schon ganze 75 Jahre her! Der Tierpark bietet auf 24ha Waldgebiet über 700 Tieren, aus rund fünfundachtzig verschiedenen Tierarten ein tiergerechtes Zuhause. Um dieses besondere Jubiläum zu feiern, lädt der Tierpark Neumünster am 28. Juni alle herzlich dazu ein, den Park zu besuchen. Das Besondere: Der Eintrittspreis kann an diesem Tag selbst bestimmt werden: Von 1 Euro bis 100 Euro ist alles möglich!

28. Juni • Tierpark Neumünster

Natur & Genuss verbinden

Sie wollen einfach mal raus, den Kopf freikommen, etwas Schönes erleben – am liebsten draußen, mit netten Menschen und gutem Essen? Dann lohnt sich ein Blick auf das Naturgenussfestival der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein.

Hier entdecken Sie Schleswig-Holstein neu, treffen nette Menschen und erleben, wie gut sich Natur, Naturschutz-Wissen und regionaler Genuss verbinden lassen. In einer Zeit, in der vieles schneller, digitaler und manchmal auch ein wenig beliebig wird, wächst die Sehnsucht nach echten Erlebnissen. Nach Momenten, die sich nicht planen oder speichern lassen, sondern einfach passieren. Genau hier setzt das Naturgenussfestival an. Von Juni bis September finden wieder über 100 Veranstaltungen in ganz Schleswig-Holstein statt. Sie führen mitten hinein in das sogenannte Stiftungsland, das sind die wilden Wiesen und Weiden, die

Beim Naturgenussfestival entdecken sie das Stiftungsland mit Expert*innen auf Augenhöhe.

wunderschönen Moore und Urwälder, die atemberaubenden Küsten- und Binnenlandschaften der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein. Begleitet werden Sie dabei von Expert*innen, die nicht belehren, sondern mit Begeisterung und Leidenschaft erklären, was hier wächst, lebt und sich verändert. Fragen? Unbedingt erwünscht! Und nach dem Naturerlebnis ist meist vor dem Naturgenuss: Denn es geht an den gedeckten Tisch, auf die Picknickdecke oder in den Garten der über 80 beteiligten

Sommer, Sonne und Natur sind die beste Kombination für gute Stimmung.



Partner*innen – das sind Gastronom*innen, Landwirt*innen oder regionale Produzent*innen. Denn beim Naturgenussfestival gehört der regionale Genuss immer dazu, der ganz bewusst unterstützt wird. Das gesamte Programm gibt es unter www.naturgenussfestival.de.



Juni bis September • in ganz Schleswig-Holstein

SOMMERKINO

Ein ganzes Wochenende lang beste Kinounterhaltung, umsonst und draußen – im Rendsburger Stadtpark heißt es am 13. und 14. Juni „Film ab!“ beim Sommerkino. Das Gelände bei der T-Stube wird dafür zum Open-air-Kinosaal: Zahlreiche Stühle stehen bereit, das Publikum kann gern auch auf Decken und Kissen einfach so picknicken und bei hoffentlich bestem Sommerwetter die Filme genießen. Das Programm wird präsentiert vom Schauburg Filmtheater und wird vorher noch bekanntgegeben unter www.schauburg-filmtheater.de.

13. und 14. Juni • Stadtpark, Rendsburg



Foto: Adobe Stock



Foto: TI GPS Anne Weise

PICKNICK IM PLÖNER SCHLOSSGARTEN

Picknickdecke schnappen und ab in den Schlossgarten zum gemeinsamen Picknick! Vor Ort wartet ein buntes Programm für Familien, chillige Picknick-Livemusik und regionale Gastronomen mit leckeren Angeboten. Für Kinder gibt es ebenfalls tolle Aktionen zu entdecken: Es kann gebastelt, gemalt und getobt werden, außerdem werden gemeinsam Rasenspiele durchgeführt. Bei entsprechender Witterung wird zu Abkühlung ein Rasensprenger aufgestellt. Leseratten sind außerdem dazu eingeladen, sich am Stand von „Bookcrossing“ mit anderen Leseratten auszutauschen und durch spannende Bücher zu blättern. Mehr Infos unter www.holsteinischeschweiz.de.

14. Juni, 11 bis 17 Uhr • Plöner Schlossgarten



Foto: TI GPS Anne Weise

STADTBUCHTFEST IN PLÖN

Vom 3. bis 5. Juli findet wieder das Stadtfest in Plön direkt am Großen Plöner See statt.

Plöns beliebtes Stadtfest wird seit vielen Jahren in der Stadtbucht direkt am Ufer des Großen Plöner Sees gefeiert. Drei Tage mit Live-Musik am Wasser, Wettkämpfen auf dem Wasser und vielen Mitmach-Angeboten für Kinder. Der Drachenboot-Cup ist inzwischen Kult beim größten Fest am Großen Plöner See,

zudem können Besucher*innen auf echten Segelschiffen mitfahren, ihr Können beim Stand-up-Paddling testen oder entspannt mit dem Kanu die Stadtbucht entdecken: Ein kostenfreies, buntes Kinderprogramm lädt auf dem Familiengelände zum Mitmachen ein. Zahlreiche Vereine, Verbände und Firmen

gestalten Aktionen für kleine und große Gäste. Der Sonntag wird zum großen Kinder- und Familientag. Für das leibliche Wohl sorgt an allen Tagen die Streetfood-Meile mit einem vielfältigen kulinarischen Angebot.

3. bis 5. Juli • Stadtbucht Plön

Tasdorfer Turniertage

Anfang Juni ist es in Tasdorf wieder so weit:
Die Tasdorfer Turniertage finden statt und locken
Reiter*innen aus nah und fern an.

Anfang Juni wird Tasdorf vor den Toren Neumünsters erneut zum Treffpunkt des Pferdesports. Hinter den Tasdorfer Turniertagen stehen Ausbilder und Züchter Harm Sievers sowie Sophie und Christian Vogt vom Gestüt Tasdorf – ein Team, das ein Turnier von Reiter*innen für Reiter*innen auf die Beine stellt.

HOCHKARÄTIGER PFERDESPORT ...

Den Auftakt machen am 2. und 3. Juni die Vielseitigkeitspferde mit Qualifikationen zum Bundeschampionat in Warendorf, der Sichtung fürs Bundesnachwuchschampionat und der Wertung im VFV A Derby Cup – Rosemarie Springer-Preis. Die Kurse gestaltet Rüdiger Rau, renommierter Parcourschef mit großem Gespür für pferdegerechte Anforderungen.

... UND MITREISSENDE ACTION

Nach kurzer Pause folgen vom 5. bis 7. Juni Jungpferdeprüfungen sowie das klassische Springprogramm – von Einsteigerklassen bis S* mit Stechen. Dazu kommen das Holsteiner Schaufenster und eine



Station der Röschmann Team-Trophy, bei der die Reiter*innen des RuFV Husberg und Umgebung als Titelverteidiger antreten. Eine Fohlenschau des Holsteiner Verbandes und Führzügelklassen runden das Programm ab. Sportlicher Höhepunkt ist der Große Preis. 2025 überzeugte dort Claas Christoph Gröppler mit Carlchen mit zwei fehlerfreien Runden – ein Beleg für beste Bedingungen in Tasdorf.

Vor Ort warten außerdem eine feine Auswahl an Speisen und eine kleine Ausstellung. Der Eintritt ist frei.

2. und 3. sowie 5. bis 7. Juni • Tasdorf

Foto: Annette Doelger

GESUNDHEITSTAGE BEI NORTEX

17. Juni bis 20. Juni 2026

Themen-Mittwoch | 17. Juni ab 17 Uhr

Vortrag von Dr. Georgi aus Tönning: „Stolperfallen im Alltag – Vorbeugung to Hus un Buten“

Professionelle Massagen | Donnerstag, 18. Juni ab 11 Uhr

Genießen Sie eine Nacken- oder Handmassage bei uns im Haus

Mühlen-Apotheke – Beratung & Verkauf | Freitag, 19. Juni ab 11 Uhr

Vitamin-D-, Blutdruck- und Blutzucker-Messung, Beratung zu Nahrungsergänzungsmitteln

Sanitätshaus Kowsky – Beratung | Fr. 19. Juni + Sa. 20. Juni ab 11 Uhr

Mobilität erleben mit der neuen Generation von Scootern

OP-Roboter „Mako“ | Samstag, 20. Juni ab 11 Uhr

Präsentation des OP-Roboters „Mako“ mit Fachpersonal aus dem FEK

Mehr Infos



Grüner Weg 9–11
24539 Neumünster
04321 8700-0
info@nortex.de
www.nortex.de

Öffnungszeiten
Montag–Freitag
9.00 bis 19.00 Uhr
Samstag
8.30 bis 19.00 Uhr



NORTEX
... zieht den Norden an!



DIE STADT NEUMÜNSTER FEIERT DIE 50. HOLSTEN- KÖSTE

Zwischen Riesenrad, Livemusik und dem Duft von Leckereien zeigt sich Neumünster vom 11. bis 14. Juni wieder von seiner lebendigsten Seite: Die Holstenköste verwandelt zum 50. Mal die Innenstadt für vier Tage in ein großes Festgelände.



50 Jahre Holstenköste: Das Traditionsfest in Neumünster feiert in diesem Jahr ein ganz besonderes Jubiläum.

Die Innenstadt von Neumünster ist im Juni bunt belebt: Insgesamt sechs Bühnen sorgen für musikalische Vielfalt – von der VR Bank-Bühne auf dem Großflecken über die REWE-Bühne im Rathausinnenhof bis zur SH-Netz-Bühne. Ergänzt wird das Angebot durch die Junge Bühne in den Teichuferanlagen unter dem Motto „Cool feiern ohne Alkohol“, die Holsten-Galerie-Bühne auf dem Gänsemarkt sowie die Bühne „Zum Fürstthof“. Ein buntes Musikprogramm begeistert die Besucher*innen über vier Tage und sorgt für ausgelassene Feierlaune. Mit dabei sind in diesem Jahr unter anderem die Memphis Greasers, Boerney und die Tri Tops sowie White Lines, GRELL, Venus on Strings und viele mehr.

KÖSTEN-FEELING

Mit Fahrgeschäften vom Riesenrad über verschiedene Karussells bis hin zum „Jumper“ kommen sowohl Adrenalin-Junkies als auch Menschen, die es ruhiger mögen, auf ihre Kosten. Und was wäre die Köste ohne ihre Köstlichkeiten? In diesem Jahr wartet auf die Gäste erstmalig ein eigenes Food-Truck-Areal, das kulinarische Vielfalt auf das Fest bringt. Ebenfalls Premiere feiert der „Klostergarten – Der Biergarten für die ganze Familie“ auf der Klosterinsel, der einen grünen Rückzugsort mitten im Trubel der Köste bietet.

BUNTES PROGRAMM

Auch sportlich wird wieder einiges geboten: Der traditionelle Holstenköstenlauf mit Bambini-, Jugend-, Handicap-, 5- und 10-Kilo-



Neben ganz besonderen Genussmomenten auf der Schlemmermeile ...



... und sportlichen Höchstleistungen beim Holstenkøstenlauf ...

meter-Läufen gehört ebenso zum Programm wie „Moikis ALS-Cup“ in Rencks Park. Beim Fußballturnier für den guten Zweck treten Junioren und Senioren an. Familien dürfen sich zudem auf die Kinder-Meile in den Teichuferanlagen freuen, bei der zahlreiche Institutionen Spiele und Mitmachaktionen anbieten. Der Sonntag startet traditionell mit dem großen Flohmarkt, dazu kommen ein ökumenischer Gottesdienst, das beliebte Kösten-Boxen sowie die ADAC Veteranenfahrt mit

historischen Fahrzeugen. Parallel richtet der PSV Neumünster erneut das Eisstock-Mixed-Turnier aus.

HOLSTENKÖSTE HOCH 50

Gleichzeitig ist die diesjährige Holstenköste auch eine Gelegenheit, um in Erinnerungen zu schwelgen: Es ist die 50. Ausgabe des traditionsreichen Stadtfestes, das seit Jahrzehnten Generationen begleitet und längst weit über die Stadtgrenzen hinaus Menschen anzieht. Ein-

drücke aus diesen fünf Jahrzehnten Holstenköste zeigen in diesem Jahr einen Rückblick auf die Geschichte des Festes. Das gibt zugleich einen Ausblick auf die 2027 stattfindende 900-Jahr-Feier in Neumünster, für die die Köste noch einmal neu gedacht werden soll.

Weitere Infos zur Holstenköste und das vollständige Programm gibt es unter køste.de.

11. bis 14. Juni • Innenstadt von Neumünster



.. gibt es auf der Holstenköste auch wieder Bühnenhighlights und die traditionelle Oldtimerfahrt zu erleben.

dialog.nah.sh



Mein Einfach? Ein Ticket, das mich überall hinbringt!

Durch Schleswig-Holstein
und noch weiter: einfach
mit dem Deutschlandticket
im Abo, auch als Jobticket
und Schulticket.

Und das
sagt NAH.SH
zu Einfach:



NAH.SH

Der Nahverkehr

Schleswig-Holstein
Der echte Norden



BUNT, LAUT UND UNÜBERSEHBAR
SCHLESWIG-HOLSTEIN
FEIERT DIE
VIELFALT

Zwischen politischem Kampf und Lebensfreude: Wie die queere Community im Norden für ihre Rechte streitet – und warum das Engagement wichtiger ist denn je.

VON NATALIE ZAHNOW

Zweiter Samstag im Monat, 19.30 Uhr: Im Restaurant Kontraste in Neumünster erklingt ein großes Hallo, wenn sich das „Bunte Tischchen“ trifft. Es wird gelacht, Gläser klirren, Menschen fallen sich in die Arme. Für Außenstehende wirkt es wie ein fröhlicher Stammtisch. Für viele ist dieser Ort jedoch weit mehr: eine Oase zum Durchatmen in einer Welt, in der sie oft nicht sein können, wer sie sind. Aus diesem Bedürfnis nach Schutz und Gemeinschaft entstand eine Initiative, die längst über die Stadtgrenzen hinausstrahlt. Der kleine Stammtisch hat sich zu einem engagierten Verein entwickelt, der heute Kultur-, Aufklärungs- und Beratungsarbeit leistet – und als sichtbaren Höhepunkt den Christopher Street Day (CSD) in Neumünster organisiert.

MEHR ALS EINE DEMO

Der Sommer in Schleswig-Holstein wird bunt. Wenn in den kommenden Monaten tausende Menschen unter Regenbogenfahnen auf die Straßen gehen, ist das längst kein reines Großstadtphänomen mehr. Von Flensburg bis Lübeck, von Kiel bis in den ländlichen Raum hinein fordern lesbische, schwule, bisexuelle, trans* und nicht-binäre Menschen Gleichberechtigung, Akzeptanz und Schutz vor Diskriminierung. Denn der CSD ist im Kern eine politische Demonstration – eine Erinnerung daran, dass Menschenrechte und Gleichbehandlung nicht selbstverständlich sind.

Fotos: Adobe Stock (1) / Buntes Tischchen e. V. (2)



Sichtbarkeit schaffen: Die Mitglieder des Vereins „Buntes Tischchen“ stellen Angebote wie das Café BunTi bei verschiedenen Veranstaltungen vor.

Noch immer erleben viele queere Menschen Ablehnung, Ausgrenzung oder Diskriminierung – im Elternhaus, in der Schule, im Beruf oder im öffentlichen Raum. Sichtbarkeit muss oft mühsam erkämpft werden. Gerade deshalb gewinnt die Dezentralisierung der CSD-Bewegung an Bedeutung: Queeres Leben soll auch dort sichtbar sein, wo Isolation und Unsicherheit besonders groß sind. Während queere Infrastruktur in Großstädten vielerorts gewachsen ist, fehlen in kleineren Städten und ländlichen Regionen häufig Treffpunkte, Beratungsangebote oder geschützte Räume. Umso wichtiger werden Initiativen wie das „Bunte Tischchen“, die Nähe schaffen und Menschen das Gefühl geben, nicht allein zu sein.

ZWISCHEN MUT UND GEGENWIND

Wie real der Gegenwind weiterhin ist, zeigt sich eben auch in Schleswig-Holstein. Aktivist*innen berichten von einer spürbaren Verhärtung des gesellschaftlichen Klimas. Verbale Angriffe im Netz, queerfeindliche Straftaten und Einschüchterungsversuche gehören vielerorts weiterhin zur Realität. Besonders in kleineren Städten braucht es Mut, offen Flagge zu zeigen.

Auch in Neumünster bekommt der veranstaltende Verein diesen Druck zu spüren. Immer wieder kommt es rund um den CSD zu politischen Spannungen und rechten Gegen-demonstrationen. CSD-Teilnehmende fragen im

Vorfeld besorgt nach, ob sie am Bahnhof sicher abgeholt werden können. Für die Ehrenamtlichen bedeutet das monatelange Sicherheitsplanung und enge Abstimmungen mit der Polizei. „Vom Bahnhof bis zum Veranstaltungsort müssen die Leute hinkommen, ohne Angst zu haben“, erklärt das Organisationsteam der Neumünsteraner Parade. „Tausend schöne Dinge können beim CSD passieren – aber ein einziger Fehler bricht uns das Genick.“

Diese Sorgen sind nicht unbegründet. Bundesweit verzeichnen Beratungsstellen und Sicherheitsbehörden seit Jahren einen deutlichen Anstieg queerfeindlicher Übergriffe. Gerade Veranstaltungen, die Sichtbarkeit schaffen, geraten zunehmend ins Visier teils extremistischer Gruppen. Viele Organisator*innen berichten deshalb von einem enormen psychischen Druck. Gleichzeitig wächst die Verantwortung: Wer einen CSD organisiert, plant längst nicht mehr nur Bühnenprogramm und Demonstrationsroute, sondern auch Sicherheitskonzepte, Rückzugsräume und Notfallstrukturen.

Umso wichtiger ist der politische Rückhalt. Ein starkes Signal setzte in diesem Jahr Ministerpräsident Daniel Günther, der als erster amtierender Regierungschef eines deutschen Bundeslandes die Schirmherrschaft für sämtliche CSD-Veranstaltungen in Schleswig-Holstein übernommen hat.



Empfangen mit offenen Armen: die Vorsitzenden Molly (r.) und Ina vom „Bunten Tischchen“ e. V.

DAS IST LOS

Für viele Ehrenamtliche ist das weit mehr als ein symbolischer Akt. Es zeigt, dass queeres Leben Teil der gesellschaftlichen Mitte ist – und geschützt werden muss.

AUS BEGEGNUNG WIRD BEWEGUNG

Wie viel Herzblut hinter der Arbeit steckt, zeigt sich besonders beim „Bunten Tischchen“. Die Ehrenamtlichen stecken mitten in den Planungen für den mittlerweile dritten CSD der Stadt. Was einst als mutiges Experiment begann, ist heute ein fester Bestandteil des kulturellen und gesellschaftlichen Lebens in Neumünster.

Eine der treibenden Kräfte im Vorstand ist Vorsitzende Jasmina Matthießen, von allen nur „Molly“ genannt. Sie erinnert sich an die Anfänge des Stammtischs, den sie 2017 gründete. Von Beginn an stand eine einfache Idee im Mittelpunkt: Menschen mit offenen Armen zu empfangen und ihnen einen Raum zu geben, in dem sie einfach sie selbst sein dürfen – ohne Rechtfertigung und ohne Angst.

Aus dem regelmäßigen Treffen entwickelte sich nach und nach ein belastbares Netzwerk. Denn die Arbeit des Vereins endet nicht mit dem CSD. Das Team vermittelt Kontakte zu Beratungsstellen, unterstützt Menschen in Krisensituationen und leistet kontinuierliche Bildungs- und Aufklärungsarbeit. Für viele wird das „Bunte Tischchen“ damit zu einem sicheren Hafen im Alltag.

Dabei geht es oft um weit mehr als Organisation oder Öffentlichkeitsarbeit. Manche Menschen kommen zum ersten Mal überhaupt mit anderen queeren Personen in Kontakt. Andere suchen Hilfe nach Diskriminierungserfahrungen oder kämpfen mit familiären Konflikten. Häufig reicht schon das Gefühl, mit den eigenen Erfahrungen nicht allein zu sein. Genau diese Begegnungen machen die Treffen für viele so wertvoll.

Der Antrieb dahinter ist oft persönlich. Für Molly war unter anderem der Verlust ihrer Schwester im Jahr 2017 ein Wendepunkt. „Mir haben diese monatlichen Samstage damals unheimlich viel Halt gegeben“, erzählt sie. „Es war, als würde ich nach Hause kommen und für ein paar Stunden die Welt offline stellen.“

Die Organisation eines CSDs in einer Stadt wie Neumünster unterscheidet sich dabei deut-

Der Regenbogentag 2024 war der CSD-Auftakt, organisiert vom Queer-Café der Musikschule.



Wenn wir hier aus ein bisschen
Braun etwas **Buntes** schaffen,
dann haben wir schon viel erreicht.

Molly, 1. Vorsitzende Buntes Tischchen e. V.

lich von Veranstaltungen in Metropolen wie Hamburg oder Berlin. Jede Genehmigung, jede Strecke und jedes Plakat muss hart erarbeitet werden. Molly spricht scherzhaft vom „Asterix-Prinzip“: von Behörde zu Behörde laufen und Anträge ausfüllen. Hinzu kommen knappe finanzielle Mittel, da Fördergelder bundesweit gekürzt werden. Statt großer Budgets setzt das Team auf kreative Selbsthilfe – vom Stanzen bunter Mutmach-Buttons bis zum Planen des Programms oder der technischen Orga durch die zweite Vorsitzende Ina, die als Veranstaltungstechnikerin professionelles Know-how mitbringt. Unterstützt wird der Verein von Helfer*innen, die beraten, vermitteln, Werbemittel gestalten, Stände besetzen, Flyer verteilen oder Fahrdienste übernehmen. Gerade diese Mischung aus

Professionalität und improvisierter Gemeinschaft macht für viele den besonderen Charakter des Neumünsteraner CSDs aus.

EIN ZEICHEN FÜR VIELFALT

Trotz aller Herausforderungen überwiegen Stolz und Vorfreude auf den kommenden Sommer. Unter dem Motto „Wir sind queer, wir sind laut, weil uns Neumünsters Zukunft braucht“ setzt der CSD in der Schwalestadt erneut ein sichtbares Zeichen für Zusammenhalt und Demokratie. Nach der Demo durch die Innenstadt verwandelt sich die Klosterinsel in das Herzstück des Tages. Dort entsteht eine bunte Meile mit 15 Infoständen verschiedener Institutionen, die Aufklärung leisten, diesmal insbesondere zum Thema psychische Gesundheit.



Unverhandelbar und doch muss darum gekämpft werden: das Grundgesetz auf einer Regenbogen-Schleppe.

Begleitet wird das Ganze von einem vielseitigen Kulturprogramm: Die bekannten Travestiekünstler Double Dees führen durch den Nachmittag, Sängerin Juli sorgt mit Live-Musik für emotionale Momente und drei queere Spoken-Word-Poetinnen bringen ihre persönlichen Geschichten auf die Bühne. Zwischen Musik, Gesprächen und Informationsangeboten geht es dabei nicht nur ums Feiern, sondern auch um Sichtbarkeit und Austausch. Familien mit Kindern stehen neben Jugendlichen, ältere Menschen kommen mit Aktivist*innen ins Gespräch, Unterstützende zeigen offen Solidarität. Genau diese Mischung macht den CSD für viele zu einem wichtigen gesellschaftlichen Signal: Vielfalt gehört sichtbar zum Alltag.

Und vielleicht ist genau das die größte Stärke des „Bunten Tischchens“: Aus einem gemütlichen Stammtisch entstand ein Netzwerk, das Menschen auffängt, sichtbar macht und miteinander verbindet. Nicht so glamourös wie in den Metropolen, sondern nahbar, herzlich und beharrlich. Ein Ort, an dem Gemeinschaft Sicherheit schafft – und an dem Menschen erleben, dass sie nicht allein sind.

Fotos: Buntes Tischchen e. V.

URSPRUNG DES CHRISTOPHER STREET DAY

Der Ursprung des CSD liegt im Sommer 1969 in New York. In der Bar Stonewall Inn in der Christopher Street (Greenwich Village) wehrten sich trans* Personen, Dragqueens und homosexuelle Menschen gegen die anhaltende, brutale Polizeigewalt und willkürliche Razzien. Der darauf folgende, tagelange Aufstand im Juni 1969 gilt als Geburtsstunde der modernen queeren Emanzipationsbewegung. Ein Jahr später fand in New York der erste Christopher Street Liberation Day statt. Während im englischsprachigen Raum heute meist von „Pride“ gesprochen wird, hat sich im deutschsprachigen Raum der Name CSD etabliert.

BUNTES TISCHCHEN E. V.

Aus einem kleinen Stammtisch entstand 2017 das „Bunte Tischchen“ – heute ein gemeinnütziger Verein für queere Menschen und ihre Unterstützer*innen. Mit den Treffen, dem Café BunTi und verschiedenen Projekten schafft der Verein geschützte Räume für Austausch, Begegnung und Beratung. Willkommen sind Menschen aller Identitäten sowie alle, die Vielfalt leben und unterstützen möchten. Mehr Infos unter www.buntestischchen-nms.de sowie auf Instagram unter [@buntestischchenneumuenster](https://www.instagram.com/buntestischchenneumuenster).

TERMINE:

DIE CSDS IM NORDEN

In den kommenden Wochen finden an folgenden Orten Pride-Paraden statt:

6. Juni, 15 Uhr
Marktplatz, Bad Segeberg

13. Juni, 13 Uhr
Drosteiplatz / Buchenhain,
Pinneberg

20. Juni
Marktplatz, Hohenlockstedt

20. Juni, 12 Uhr
Stadtseegelände, Rendsburg

27. Juni, 15 Uhr
JuKi, Ahrensburg

27. Juni, 14 Uhr
Rathausplatz, Quickborn

27. Juni
Schleswig

27. Juni
Meldorf

4. Juli, 14 Uhr
Klosterinsel, Neumünster

11. Juli
Kiel

8. August
Mölln

**14. und 15. August,
15 Uhr bzw. 11 Uhr**
Markt, Lübeck

23. August
Husum

29. August
Bad Oldesloe

12. September
Elmshorn

19. September
Wacken

Mehr Infos zu den einzelnen Paraden unter www.csd-schleswig-holstein.de.

Meerweh

*Einatmen, ausatmen – und genießen.
Ob an Land oder im Wasser,
das Leben findet jetzt draußen statt!*





Halligfiederspitzmausrüsselkäfer sind nach der Pflanze benannt, die sie brauchen.

WIMMELWELT WATTENMEER

Spricht man über das Wattenmeer, denkt man zuerst an Seehunde, Möwen und jede Menge Watt. Doch dort gibt es auch zahlreiche Insekten, die hochspezialisiert sind und sich an das extreme Leben im Wechsel der Gezeiten, geprägt von Salzwasser und salzhaltiger Luft, angepasst haben. Die krabbelnden, fliegenden und buddelnden Kleinlebewesen erfüllen zahlreiche ökologische Aufgaben und sind daher absolut unverzichtbar für das Ökosystem Wattenmeer. Sie bestäuben, zersetzen und dienen als Nahrungsquelle. Außerdem lockern die kleinen Tiefbauingenieure den Boden, damit er Wasser besser speichern kann. Vielleicht ist das diesjährige Themenjahr des Nationalparks ein passender Anlass, das Wattenmeer vor unserer Haustür mal von einer neuen Perspektive zu betrachten. Mehr Infos unter www.nationalpark-wattenmeer.de.

Foto: Rainer Borcherting / LKN, SH

Brückenterrassen



RESTAURANT & CAFÉ

Bei uns sitzen Sie in der ersten Reihe, direkt am **Nord-Ostsee-Kanal**.



Am Kreishafen 36 · 24768 Rendsburg · Telefon 04331 - 2 20 02
reservierung@brueckenterrassen.de · www.brueckenterrassen.de

Lust auf Hyundai



11x Top Verkauf & Service
für Sie im Norden

Unser Noah Tabiou und Marlon Rohland

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, Heide, Husum, Schleswig, Marne, Itzehoe, Neumünster, Hamburg-Harburg, Hamburg-Bergedorf, Schwarzenbek, Bad Belzig

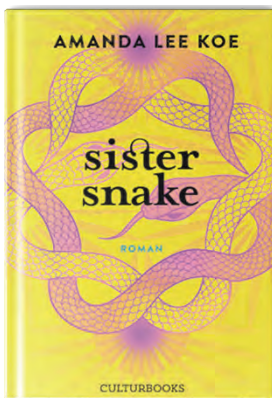
hyundai.nord-ostsee-automobile.de





SCHMÖKERTIPPS

Für ausgiebige Lesestunden auf der heimischen Terrasse, unterwegs im Zug oder am gemütlichen Reiseziel im Urlaub.



SCHESTERN

Emerald frönt dem Chaos in New York, während Su als Gattin eines konservativen Politikers in Singapur „Haute Couture“ vorzieht. Doch ihre Verbindung reicht Tausende von Jahren zurück. Achthundert Jahre lang erprobten zwei Schlangen ihre Selbstkultivierung, um ab 1615 als Frauen zu leben. Die Rückblicke in ihre Geschichte lesen sich amüsant, denn das England des 19. Jahrhunderts war ebenso wenig ein Ort für lebenslustige Frauen wie das konfuzianische China.

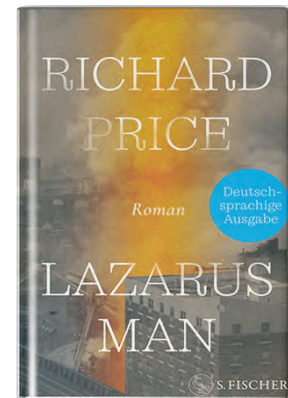
Amanda Lee Koe: *Sister Snake*, CulturBooks, 328 Seiten, 24 Euro



UNVERBLÜMT

Die in Inbrunst Entflammte schwärmt, schmachtet und verzehrt sich, leidet, weifelt und verzweifelt, um schließlich doch wieder zu hoffen ... Indem sie sowohl von ihrer Liebestollheit als auch von ihrem Liebeskummer erzählt, offenbart sie intimste weibliche Herzensregungen. Im Furor ihrer Klagen und Anklagen manifestiert sich „das Recht der Frauen auf eine eigene Stimme, einen eigenen Körper, auf das Ausleben ihrer Sexualität“, so Franziska Meier im Nachwort.

Giovanni Boccaccio: *Die Klage der Madonna Fiammetta*, Manesse, 432 Seiten, 24 Euro



EAST HARLEM

Anthony lebt in einem fünfstöckigen Mietshaus in Harlem. Alle Versuche, wieder Boden unter den Füßen zu gewinnen, scheinen zu misslingen. Dann aber wird er durch ein Unglück zu einer Art Star: Das Mietshaus stürzt zusammen. Unter den Trümmern findet man einen Überlebenden. Es ist Anthony, der von nun an ein Lazarus-Mann ist, ein von den Toten Auferstandener. Mit diesem Phänomen, das gefundenes Futter für die Medien ist, muss er fertig werden.

Richard Price: *Lazarus Man*, S. Fischer, 400 Seiten, 26 Euro

Heute aus deinem Air Fryer Club:

Fischbrötchen ohne Anstehen!



ASR
FRYER
Club

4.7 ★

ASR FRYER Club

Dein Airfryer.
Dein Club. Deine App.

Als Club-Mitglied erwarten dich:
Schnelle Rezepte. Unter 20 Minuten.
Die besten Tipps und Hacks von uns getestet.
Perfekt für dein Gerät.

www.airfryer.club/welcome-regio

EXKLUSIV
7 TAGE GRATIS
TESTEN!



Krosse Fischstäbchen

★★★★★ 5.0

Gekocht? Plan

Knusprige Fischstäbchen einfach im Airfryer zubereiten – mit unserem Rezept gelingt das

SOMMERHIGHLIGHTS IM NORDEN

Kleine Gäste, GROSSES PROGRAMM

Wenn die Sonne lacht, zieht's die Lütten nach draußen. Ob basteln, toben oder staunen: Unsere Tipps zeigen, wo kleine Entdeckerinnen und Entdecker ganz auf ihre Kosten kommen.



FLENSBURGER SOMMER 2026

Der Flensburger Sommer geht in die nächste Runde: Vom

19. Juni bis 23. August ver-

wandelt sich die Stadt an der Förde erneut in eine große Bühne mit Musik, Sport, Spiel und vielen Aktionen für Groß und Klein – offen, vielfältig und kostenfrei. Den Start bildet vom 19. bis 21. Juni das beliebte SommerHygge. Rund um den Marienkirchhof in der Flensburger Innenstadt entsteht eine lebendige Mittsommerwelt, inspiriert vom skandinavischen Lebensgefühl. Kreative Workshops, Musik und Mitmachaktionen laden zum gemeinsamen Start in den Sommer ein. www.flensburger-sommer.de.

19. Juni bis 23. August • Flensburg

GEHEIMNISSE DER NACHT

In diesem Jahr tauchen die Kinder auf der Krusenköppel während der Kieler Woche vom 20. bis 28. Juni ein in die „Geheimnisse der Nacht“. Das Holzteam zimmert gemeinsam mit Tausenden von Kindern ein Planetarium.

Im „Tal der Träume“ werden kleine Tipis gebaut und mit Stoffstreifen bewebt, in denen es ganz unterschiedliche Traumwelten zu entdecken gibt. Und bei Matschen und Malen, dem Workshop für die jüngsten Besucher*innen,



gibt es die „Pyjamaparty im Schattenwald“ zu bestaunen. Auch das Galli Theater ist wieder dabei und bietet täglich zwei Mitmachaktionen an. www.kieler-woche.de/spiellinie

20. bis 28. Juni • Krusenköppel, Kiel

BUNT, BUNTER, UBUNTU!

Mit neuem Programm und bewährtem Konzept tourt der Circus Ubuntu zum 31. Mal durch den Norden – freuen Sie sich in diesem Jahr wieder auf eine kunterbunte Show! Über 30 Nachwuchs-Artist*innen kreieren seit Anfang des Jahres mit viel Engagement eine neue, kunterbunte Inszenierung. Der

Circus Ubuntu punktet

zudem mit einer Besonderheit: Es wird kein Eintritt verlangt, sondern um Spenden gebeten. Dieses solidarische Konzept bedeutet, dass diejenigen, die es sich leisten können, etwas mehr geben. So bleibt

der Circus für alle offen – auch für Menschen mit weniger Geld. Mehr Infos unter ubuntu.de.

**Horst: 3. bis 6. Juli • Lübeck:
8. bis 11. Juli • Kiel: 13. bis 16. Juli
Glücksburg: 18. bis 20. Juli
Schleswig: 22. bis 24. Juli**



MUSIK FÜR DIE LÜTTEN

Das Schleswig-Holstein Musik Festival (SHMF) hat vom 4. Juli bis 30. August wieder zahlreiche Höhepunkte für einen vielfältigen Festival-sommer in petto. Eine bunte Auswahl an Familienkonzerten, die die kleinsten Festivalbesucher*innen an die Welt der Musik heranführen, stehen selbstverständlich auch mit im Programm. Speziell auf Kinder ausgerichtet sind auch zwei Kindermusikfeste, die am 15. und 16. August auf Gut Wotersen stattfinden. Hier erleben die Kids gemeinsam mit Eltern und Geschwistern Konzerte, Mitmach-Aktionen und ein vielfältiges Rahmenprogramm. Mehr Infos unter shmf.de.

4. Juli bis 30. August • Schleswig-Holstein

DIE WIKINGER SIND LOS!

Die Wikingerstadt Schleswig macht ihrem Namen vom 7. bis 9. August wieder alle Ehre. Reisen Sie in der Zeit zurück und erleben Sie an den Wikingertagen waschechte Nordmänner und -frauen. Für kleine „Wikis“ hat das Wikidorf eine Menge abenteuerliche Aktivitäten zu bieten. Ob Waffenschmiede, Kettenhemdherstellung, Messermacherei, Trinkhornschleiferei, Töpferei, Holzschnitzer, Pfeil- und Bogenbau, Drechslerei, Steinmetz, Lederer, Schildbauer, Färberei oder Lehmofen-Bäckerei: In der Wikingerwelt können sich alle kleinen und großen Besucher*innen in die Zeit von vor 1000 Jahren entführen lassen. Weitere Informationen unter www.wikingertage.de.

**7. bis 9. August • Königswiesen,
Schleswig**



Happy Family – die Fahrt mit einer Draisine ist ein großer Spaß für die ganze Familie.



Schienen-Spaß für die ganze Familie

Weg vom Alltagsstress, raus in die Natur und ab auf die Gleise! Wer nach einem Ausflugstipp sucht, der für leuchtende Kinderaugen und entspannte Eltern sorgt, landet schnell bei der Draisine.

Auf stillgelegten Bahntrassen wartet ein echtes Mikroabenteuer auf die „Happy Family“. Es verbindet Naturerlebnis, Bewegung und Teamgeist. Das Prinzip ist so simpel wie genial: Wo früher Dampfloks fuhren, rollen heute gemütliche Fahrraddraisinen. Zwei Personen sitzen fest im Sattel und treten fleißig in die Pedale, während der Rest der Crew auf der Bank dazwischen Platz nimmt und die Tretenden anfeuert. Abseits des Straßenverkehrs kann die Familie ungestört die Landschaft genießen. Und das Beste: Nur wer als Team zusammenarbeitet, kommt voran! Oft dürfen hier auch die Kids ans Steuer.

SCHIENEN-ABENTEUER IN DITHMARSCHEN

Von Mai bis September besteht auf einer rund neun Kilometer langen, ehemaligen Marschenbahn-Strecke die Möglichkeit, per Fahrraddraisine von Marne nach St. Michaelisdonn zu fahren. Die Fahrt führt durch die Südermarsch

– direkt vorbei an der Elbmündung, dem Nord-Ostsee-Kanal und dem Wattenmeer. Insgesamt finden bis zu vier Personen Platz. Kinder dürfen in Begleitung Erwachsener ans Steuer, die Sitze sind höhenverstellbar. Da die Startzeiten saisonal variieren, unbedingt vorab online buchen unter www.marschenbahn-draisine.de

NATURIDYLLE ZWISCHEN NEUMÜNSTER UND WANKENDORF

Im Herzen Mittelholsteins wartet ein weiteres Paradies auf kleine Entdecker*innen. Auf der stillgelegten Strecke ab dem Bahnhof Bokhorst geht es ungestört von Motorenlärm durch dichte Wälder, weite Felder und blühende Wiesen. Wer leise über die Schienen gleitet, kann mit etwas Glück Rehe, Störche, Füchse oder Hasen am Streckenrand beobachten. Ein herrlich naturnahes Erlebnis!

Weitere Informationen gibt es unter www.draisinedfm.de

LAUENBURG UND HOLSTEINISCHE SCHWEIZ

Im Herzogtum Lauenburg führt eine 13 Kilometer lange Strecke vom Kulturbahnhof Ratzeburg nach Hollenbek – neben klassischen Draisinen warten hier oft verrückte Spezialräder. Weiter nördlich, in der Holsteinischen Schweiz, rollt die Familie auf der idyllischen Strecke „Hein Lüttenborg“ zwischen Malente und Lütjenburg durch schattige Wälder und vorbei an glitzernden Seen. Weitere Infos gibt es unter www.schiene-m-l.de/draisinenfahrten.

KLEINER TIPP

Unbedingt den Picknickkorb füllen, sicherheitshalber wetterfeste Kleidung mitnehmen und vorab online reservieren.

ZUBEREITUNGSZEIT:

45 Minuten + 5 Stunden Ruhezeit

FÜR DEN BISKUIT

3 Eier
150 g Zucker
150 g Weizenmehl

FÜR DIE FÜLLUNG

500 g Sahne
2 Pck. Sahnesteif
500 g Schmand
15 g Vanillezucker
80 g Gelierzucker 1:1
250 g Mini-Windbeutel mit Sahnecreme (TK)

FÜR DEN BELAG

250 g roter Saft, z. B. Johannisbeersaft,
alternativ Apfelsaft
30 g Zucker
1 Pck. roter Tortenguss
600 g Erdbeeren, geviertelt oder in Scheiben

AUSSERDEM

Springform (Ø ca. 26 cm)
Tortenring

Windbeutelkorte

MIT ERDBEEREN

1. Den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen. Den Boden der Springform mit Backpapier auslegen. Eier und Zucker mit den Schneebesen eines Handrührgeräts oder in der Küchenmaschine mehrere Minuten hell und cremig aufschlagen, bis die Masse deutlich an Volumen gewonnen hat. Das Mehl vorsichtig unterheben, damit die Luftigkeit erhalten bleibt. Den Teig in die vorbereitete Springform füllen und im heißen Ofen ca. 20 Min. backen. Anschließend vollständig auskühlen lassen.

2. Für die Füllung die Sahne mit Sahnesteif steif schlagen und beiseitestellen. Schmand, Vanillezucker und Gelierzucker glatt verrühren. Die geschlagene Sahne vorsichtig unterheben.

3. Den ausgekühlten Biskuit auf eine Tortenplatte setzen und einen Tortenring darumspannen. Etwa ein Drittel der Creme auf dem Boden verstreichen. Die gefrorenen Mini-Windbeutel darauf verteilen und die restliche Creme darübergeben und glatt streichen.

4. Für den Belag Saft, Zucker und Tortengusspulver in einem kleinen Topf glatt verrühren und unter Rühren aufkochen, bis die Masse andickt. Kurz abkühlen lassen.

5. Die Erdbeeren auf der Torte verteilen und den Tortenguss gleichmäßig darübergeben. Die Torte mind. 4 Std., am besten über Nacht, kalt stellen. Anschließend in Stücke schneiden und servieren.





„RAFFAELLO“ SCHOKO-CROSSIES MIT ERDBEEREN

ZUBEREITUNGSZEIT: 20 MIN.

ZUTATEN FÜR 40 STÜCK

- 380 g weiße Schokolade
- 80 g ungezuckerte Cornflakes
- 80 g gehobelte Mandeln
- 30 g gefriergetrocknete Erdbeeren
- 100 g Kokosraspeln

1. Die weiße Schokolade grob hacken und über einem warmen Wasserbad langsam schmelzen. Dabei gelegentlich umrühren, bis sie vollständig glatt geschmolzen ist.
2. Cornflakes, Mandeln und gefriergetrocknete Erdbeeren in eine große Schüssel geben und leicht zerdrücken. Kokosraspeln hinzufügen. Die geschmolzene Schokolade über die Mischung gießen und alles gründlich vermengen.
3. Mit zwei Teelöffeln kleine Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech oder Brett setzen.
4. Die Crossies bei Zimmertemperatur oder im Kühlschrank fest werden lassen – und genießen!

ANZEIGE

ERDBEEREN DIREKT VOM FELD



Wenn das Rot der Erdbeeren auf den Feldern zu leuchten beginnt, dann lockt der **Schwalehof** in Bönebüttel. Schließlich wollen die saisonalen Köstlichkeiten frisch gepflückt werden, denn dann schmecken sie am besten. Christian Harms-Biß und sein Team laden jetzt wieder große und kleine Selbstpflücker*innen auf das Feld an der B 430 zwischen Neumünster und Husberg ein, nach Herzenslust ihre Körbe zu füllen. Geöffnet ist das Feld von Montag bis Samstag von 9 bis 18 Uhr. Ob frische Ernte für den Erdbeerkuchen oder süßer Snack auf der Landpartie über die Dörfer: Die Anfahrt ist bequem, Parkplätze befinden sich direkt auf dem Feld. Mehr Infos unter www.schwalehof.de.

SCHWALEHOF

Beerengenuss aus der Region · Fam. Harms-Biß

Erdbeeren selbst pflücken

**Neumünster/Husberg
Plöner Straße**

**Selbstpflückerfeld
Beeren-Café
Verkaufsstand**



**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

SO SCHMECKT DER NORDEN

ANZEIGE

GEHT NICHT, GIBT'S NICHT

Ob Hochzeit oder Gartenparty – das Team des **L.O.K.S.** bietet kulinarische Unterstützung und gastronomischen Komplettservice für nahezu jede Art von Event. Dank seiner jahrzehntelangen Erfahrung und seines weitreichenden Netzwerks ist es für Inhaber und Küchenchef Oliver Auch ein Leichtes, selbst ungewöhnliche Wünsche zu erfüllen. In einem persönlichen Gespräch berät er Sie ausführlich und bereitet Ihnen dann ein Angebot für eine rundum gelungene Veranstaltung. Selbstverständlich ist auch das **L.O.K.S.** selbst eine schöne Location für verschiedene besondere Anlässe.



Im **L.O.K.S.** in Neumünster-Einfeld lässt es sich stilvoll feiern.

Die stilvollen Räumlichkeiten und der gemütliche Biergarten bieten den idealen Rahmen, sei es für eine Hochzeitsfeier, den runden Geburtstag, die Konfirmation oder eine Trauerfeier. Vom individuellen Menü ab zehn Personen über ein abwechslungsreiches Buffet ab 25 Personen bis hin zur Exklusivnutzung ab 40 Personen – das Team des **L.O.K.S.** freut sich darauf, Sie mit einem Gaumen-Verwöhnprogramm glücklich zu machen. Weitere Informationen finden Sie unter www.loks-restaurant.de.

Foto: L.O.K.S.

Zum Beeksberg
Feiern mit Stil



Großer Saal für 140 Gäste
Echtholz-Tanzboden
Sommer-Terrasse
Fantasievolle Buffets und Menüs

Familienfeiern • Hochzeiten • Konfirmationen • Jubiläen

Dorfplatz 1 • 24250 Nettensee • Tel. 04302 490 • beeksberg.de

ANZEIGE

MIT GUTEM GEFÜHL FEIERN



Im großen Saal des Hauses mit 115-jähriger Tradition kann stilvoll gefeiert werden.

„Kein Wünsche offen lassen – das ist unsere Maxime“, sagt Helge Möller, Inhaber des Landgasthofs Zum Beeksberg in Nettensee. Und das spiegelt sich bei der Organisation von Feierlichkeiten und Veranstaltungen wider. Von der Raumaufteilung bis zur Musik, von der Tischdekoration bis zum Essen werden alle Punkte Ihrer Feier miteinander verknüpft. In der Küche kreiert man köstliche Gaumenfreuden: Ob es ein Hochzeitsmenü oder ein exzellentes Buffet sein darf – hier bleiben wirklich keine Wünsche unerfüllt. Im wunderschönen Saal des Hauses finden bis zu 140 Personen Platz. Bei schönem Wetter lädt die sonnige Terrasse zum Verweilen ein und der Blick über die weiten Wiesen und Felder rundet das gute Gefühl ab. Mehr Infos unter www.beeksberg.de.

ANZEIGE

CUCINA ITALIANA IM RESTAURANT 1500°C

*Immer mittwochs verwandelt sich das
Hotel Altes Stahlwerk in Neumünster in eine
kulinarische Oase voll italienischer Lebensfreude.*

Wenn sich am Mittwochabend der Duft von frischer Pizza, aromatischen Pastagerichten und mediterranen Kräutern im Restaurant des Hotel Altes Stahlwerk verbreitet, heißt es wieder „Cucina italiana“ im Restaurant 1500°C. Hier verschmelzen echter italienischer Geschmack und norddeutsche Gemütlichkeit zu einem perfekten Feierabend-Erlebnis. Ab 18 Uhr lädt das beliebte Buffet zu einer kulinarischen Reise durch Italien ein – mit hausgemachten Spezialitäten und mediterranen Klassikern.

Zum Auftakt wartet ein abwechslungsreiches Vorspeisen- und Salatbuffet, ergänzt durch eine wechselnde Suppe. Danach folgen italienische Lieblingsgerichte wie Spaghettini aus dem Parmesanlaib, Lasagne, Saltimbocca oder zart geschmortes Osso Bucco. Frisch gebackene Pizza aus dem Ofen gehört ebenso dazu wie feine Pasta-Kreationen mit Parma-Schinken und Parmesan. Auch Naschkatzen kommen auf ihre Kosten: Dessertvariationen und Käse vom Brettrunden den Abend stilecht ab.

Besonders schön: Das Buffet bietet stets auch vegane, vegetarische und glutenfreie Komponenten, sodass unterschiedliche Ernährungsformen unkompliziert berücksichtigt werden. Für 42 Euro pro Person entsteht so ein genussvoller Abend, der italienisches Lebensgefühl mitten nach Neumünster bringt.

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



Foto: Altes Stahlwerk

ANZEIGE

NEUER LIEBLINGSPLATZ mitten in Bordesholm



Foto: Lieblingsplatz Bistro

Mit viel Leidenschaft, einem klaren Blick für Qualität und dem Wunsch, einen echten Wohlfühlort zu schaffen, hat Kim-Pascal Frahm den „Lieblingsplatz“ am Heide-Simonis-Platz in Bordesholm übernommen. Dort, wo zuvor das Restaurant „Emma's Lieblingsplatz“ beheimatet war, entsteht nun ein modernes Bistro mit persönlicher Handschrift, herzlicher Atmosphäre und regionalem Charakter. Im Mittelpunkt stehen hier Gastfreundschaft, Qualität und persönliche Nähe zu den Gästen. Besonderen Wert legt das Bistro auf frische Küche und regionale Produkte. Bereits jetzt erfreut sich der täglich wechselnde Mittagstisch großer Beliebtheit. Auch für Feierlichkeiten möchte sich der „Lieblingsplatz“ künftig einen Namen machen – individuelle Konzepte und persönliche Beratung gehören zum festen Bestandteil des Angebots. Mehr unter www.lieblingsplatz-bistro.de.

LIEBLINGSPLATZ

für jeden Anlass

INDIVIDUELL. PERSÖNLICH. UNVERGESSLICH.

**Lieblingsplatz
CATERING**
für jeden Anlass

WIR MACHEN IHR EVENT UNVERGESSLICH!
Ob festliches Menü, reichhaltiges Buffet oder stilvolle Fingerfood-Auswahl – wir gestalten Ihr Catering individuell nach Ihren Wünschen.
Frisch, kreativ und mit Liebe zum Detail.

Individuelle Beratung

Frische & regionale Zutaten

Mit Liebe zubereitet

Rundum-Service inklusive

Lehnen Sie sich zurück – wir machen Ihr Event unvergesslich!

Hochzeiten

Familienfeiern

Geburtstage

Taufen & Konfirmationen

Jubiläen & besondere Feste

Firmenevents & Geschäftsessen

Trauerfeiern in würdevoller Atmosphäre

MITTAGSTISCH
Montag bis Freitag
11.30 – 14.00 UHR

Mittagstisch inkl. Softgetränk 13,90 €
Große Portion + 2,50 €
Wechselnde Tagessuppe serviert mit Baguette 6,50 €
Waldbeersorbet von Giovanni L. 2,50 €

Mühlentstraße 5 | 24582 Bordesholm | 04322 / 8896680 | info@lieblingsplatz-bistro.de | www.lieblingsplatz-bistro.de

LIEBLINGSPLATZ – FÜR MOMENTE, DIE IN ERINNERUNG BLEIBEN.

MeerMomente ZUM ANZIEHEN

Klare Linien, Statement-Prints und ein frischer Mix aus sattem, knalligem Blau und zarten Weiß- und Cremetönen: Maritime Styles, etwa von bonprix, passen hervorragend in den Sommer. Leichte Stoffe bringen Bewegung ins Outfit und bleiben auch an warmen Tagen angenehm. Zeitlose Accessoires setzen ruhige Akzente und machen die Looks alltagstauglich – vom Stadtbummel bis zum Strandtag. So entsteht maritimes Sommerflair, das Sie unkompliziert kombinieren und immer wieder neu variieren können.

Die **Endless Summer Collection** wird ab dem 4. Juni und die **Coastal High Summer Collection** ab dem 11. Juni 2026 unter www.bonprix.de erhältlich sein.

ROCK in weiß aus leichtem, fließenden Stoff



SHIRT
mit modernem
und maritimem
Aufdruck

SHORTS
in knalligem Blau mit
weißem Statement-
Print



KLEID mit legerem Fit
und T-Shirt-Armeln





BLUSE in weiß, locker-luftig für warme Tage



HEMD in knalligem Blau mit weißem Statment-Print



HOSE aus leichtem, fließendem Stoff



JUMPSUIT mit Spaghettiträgern in knalligem Blau



HEMD kurzärmelig mit V-Ausschnitt in knalligem Blau

TUCH edel gemustert mit frischen, hellen Blautönen



BLUSE kurzärmelig mit feinen Rüschedetails

SANDALEN mit Zehentrenner in Cremefarben



TASCHE in Bastoptik

Fotos: bonprix

Hallo, Sommer!

Freuen Sie sich auf viele neue handverlesene Lieblingsstücke und zauberhafte Dekoration bei **Glanz & Gloria** in Bordsesholm. In dem Concept-Store von Sabrina John gibt es jetzt wieder so einige Neuheiten zu entdecken: Die neue Sommerkollektion von Sorgenfri Sylt, Seasalt Cornwall, Armedangels und Heidekönigin und der neue Schmuck von Purelei bringen pure Lebensfreude in den Alltag. Abgerundet wird die neue Kollektion durch zahlreiche skandinavische Geschenkideen, die von Herzen kommen. Im Juni gibt es außerdem 10% Rabatt auf die Modekollektion von Seasalt Cornwall und Schmuck von Purelei. Viele Artikel sind rund um die Uhr im Onlineshop erhältlich unter www.lieblingsstuecke.shop. Mehr Infos auch über Tel.: 04322 / 88 87 27.



Holzunter-setzer in verschiedenen Motiven



Schmuck von Purelei

10% SOMMER-RABATT! AUF PURELEI



Gürtel aus Naturleder mit Wechselschliessen von Luca Kayz

Outfit und Tücher von Sorgenfri Sylt mit Cap von Armedangels



Fotos: Glanz & Gloria



Kissen von Good old Friends

Glanz & Gloria
Lieblingsstücke



Fairfashion & Scandic Lifestyle

10% Sommerrabatt*!

Entdecke Mode von Seasalt Cornwall & Purelei Schmuck
Schnapp dir jetzt dein Lieblingsstück!
*Gültig bis 30.06.26



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

Perfekte Blowout-Styles FÜR ZU HAUSE UND UNTERWEGS

Ein sauber geföhnter Ansatz, glatte Längen, glänzendes Finish – wie im Salon gelingt es zu Hause selten. Genau hier setzt Drybar an: Die von Stylistin Alli Webb gegründete Marke fokussiert sich auf Blowouts und bietet aufeinander abgestimmte Tools und Pflege für verlässlich reproduzierbare Ergebnisse.

Besonders praktisch wird es, wenn das Styling nicht nur im eigenen Bad, sondern auch unterwegs funktionieren soll. Viele Tools und Pflegeprodukte gibt es als Travel-Sizes, die problemlos ins Handgepäck passen. So bleibt das Blowout auch im Sommerurlaub zuverlässig in Form. Ein echtes Highlight ist etwa der Reiseföhn „The Baby Buttercup“. Er ist kompakt und leicht, erzeugt aber einen gleichmäßigen, kontrollierbaren Luftstrom. Endlich keine Hotelföhne mehr! In Kombination mit Hitzeschutz, Rundbürste und einer Föhnführung von oben nach unten entstehen Volumen am Ansatz und glänzende Längen.

Wer für den Alltag mehr Leistung bevorzugt, setzt auf die größere Variante „The Buttercup“. Zum Sortiment von Drybar gehören außerdem verschiedene Blow-dry-Bürsten, Lockenstäbe, Glätteisen, Bürsten und Zubehör sowie hochwertige Pflegeprodukte für Reinigung, Schutz, Styling und Finish. Die Formulierungen kommen ohne Parabene, Sulfate, Phthalate und Gluten aus und sind cruelty-free. Erhältlich sind die Drybar-Produkte etwa in den Online-shops diverser deutscher Drogeriemärkte sowie unter: www.drybar.com

GEWINNSPIEL

In unserem Newsletter am 10. Juni 2026 verlosen wir 5 x 1 Drybar-Set, bestehend aus einem Reiseföhn „The Baby Buttercup“, einer Bürste „Full Pint“ und Travel-Pflegeprodukten (Liquid Glass Shampoo, Conditioner und Prime & Prep Detangler). Jetzt abonnieren unter lebensart-sh.de.



Das pflegende Liquid Glass Shampoo, die Rundbürste „Full Pint“ und der praktische Reiseföhn „The Baby Buttercup“

Fotos: Drybar

SANFTE BRÄUNE

OHNE WARTEZEIT

Der sommerliche Teint muss nicht mehr durch stundenlanges Sonnenbaden entstehen. Instant Tanning liefert schnelle Bräune.

Instant Tanning liefert einen sommerlichen Teint in Minuten – wie ein Make-up für den Körper. Im Unterschied zu klassischen Selbstbräunern, die sich über Stunden entwickeln und Tage halten, ist der Effekt sofort sichtbar, lässt sich leicht korrigieren und abends mit Wasser und Seife abwaschen. Für ein natürliches Ergebnis: Am Vortag sanft peelen, direkt vor dem Auftragen auf reichhaltige Lotion verzichten, nur sehr trockene Partien sparsam pflegen. Das Produkt mit einem Applikatorhandschuh in kleinen Bereichen auftragen, Übergänge gut verblenden, 3 bis 5 Minuten trocknen lassen.



Das Instant Glow Body Bronzing Mousse von ST. TROPEZ

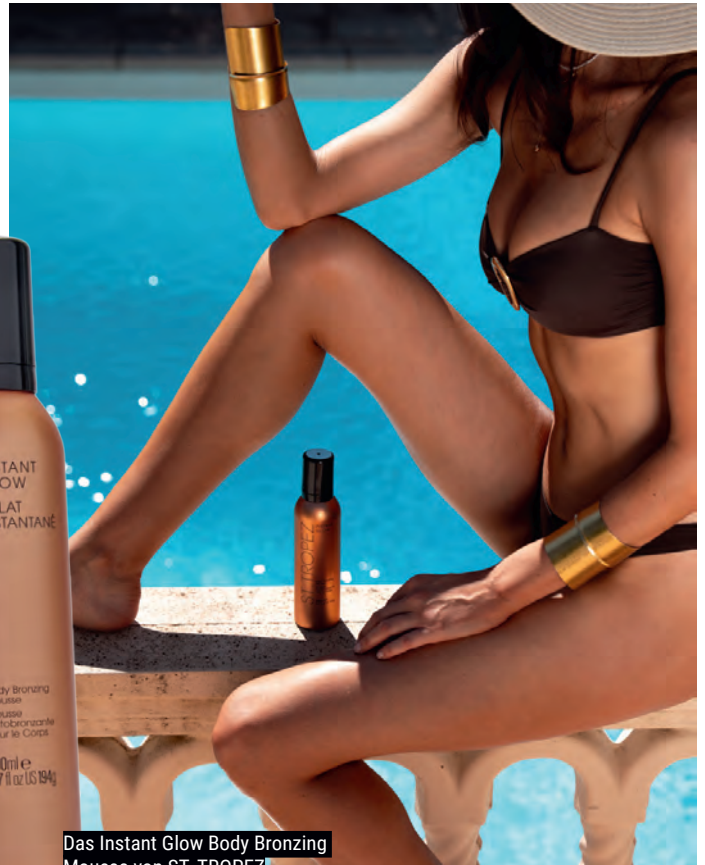


Foto: ST. TROPEZ

ANZEIGE

Der Kiloladen - MODE NACH GEWICHT

Willkommen im Kiloladen! Hier funktioniert Shoppen anders: Statt Stückpreisen zahlen Sie in der ersten Woche nach Gewicht – und der Kilopreis sinkt täglich. Wer früh kommt, hat die größte Auswahl. Wer wartet, zahlt weniger. Die Entscheidung liegt bei Ihnen.

Für ausgewählte Artikel wie Taschen, Schuhe und Gürtel gibt es bereits in der ersten Woche feste Preise – fair und transparent. In der zweiten Woche wechselt der **Kiloladen** auf Stückpreise, damit auch die letzten Schätze ein neues Zuhause finden. Nach genau zwei Wochen ist Schluss – das gesamte Sortiment wird komplett ausgetauscht und der Kreislauf starten von vorn. Kein Artikel hängt länger als zwei Wochen im Laden. Das bedeutet für Sie: Bei jedem Besuch erwartet Sie ein frisches, neues Angebot. Das Sortiment umfasst Damen-, Herren- und Kinderbekleidung für jeden Geschmack und jedes Budget. Eröffnet wird am Samstag, den 23. Mai 2026 in der Hohen Straße 7 in Rendsburg – seien Sie dabei!



Fotos: Der Kiloladen

Kiloladen

SECOND HAND

Neueröffnung

Hohe Str. 7, 24768 Rendsburg

23.05. 12:00 Uhr



WIR FEIERN DEN SOMMER!

Gemeinsam das Leben genießen – mit aktueller und hochwertiger Kombi-Mode von NORTEX

Endlich: Der Sommer ist da – ideal zum herzlichen Beisammensein! Zusammen tanzen auf dem runden Geburtstag, lachen und einander kennenlernen auf der bunten Gartenparty oder ein Konzertbesuch in der City – die warme Jahreszeit bringt uns viele Anlässe, miteinander zu feiern. Schön, wenn dann auch die Kleidung dazu passt. Das NORTEX Mode-Center in Neumünster bietet eine besondere Vielfalt aktueller, hochwertiger Damen- und Herrenmode für sommerliche Anlässe.

ELEGANZ IM BEERENTON

Ein gutes Beispiel sind die farbenfrohen Kleider von Vera Mont: etwa ein Cocktailkleid in dunklem Himbeerton mit tailliertem Schnitt und asymmetrischem Saum. Eine Strickjacke wärmt am Abend. Als Alternative: ein edler Jumpsuit im gleichen Farbton mit attraktiver Raffung.

ERFRISCHENDE SOMMERPRINTS

Limonen sind in diesem Sommer beliebt als

pittoreskes, südländisches Motiv! Das zeigt sich beim Kleid der Marke Oui, das mit gelben Früchten auf Hellgrün gute Laune macht. Mit einem warmgelben Pulli, über den Schultern getragen, ist das Outfit auf der nächsten Gartenparty ein Blickfang! Ein kurzes Sommerkleid in Grün hält Robe légère bereit: Mit einem Kragen und umgeschlagenen Ärmeln passt es zu vielen Gelegenheiten.

ANZÜGE FÜR JEDEN ANLASS

Wenn es um Herrenanzüge geht, zählt Nortex zu den ersten Adressen im Norden. Hier trifft eine einzigartige Auswahl an Farben und Stoffen, Passformen und Größen auf kompetente Beratung, dank der die Kunden genau das Richtige auswählen. Als Universalwaffe hält der Markenhersteller Roy Robson einen Anzug in hellen Tönen und aus reiner Schurwolle bereit, der sich sowohl für besondere Momente als auch den eleganten Auftritt im Büro eignet. Sollte das Sakko doch zu viel sein, geht es auch lockerer

mit dem Overshirt aus Leinen. Kurzum: Mit NORTEX ist man stets passend gekleidet. Dafür sorgt das Modehaus mit einer riesigen Auswahl an Passformen und Größen sowie einer fachkundigen, herzlichen Beratung. Geöffnet ist wochentags von 9 bis 19 Uhr und am Samstag von 8.30 bis 19 Uhr.

SOMMERLICH UNTERWEGS – DAMENMODE

Weite, fließende Kleider sind beliebt. Pittoreske Limonen-Motive in Grün und Gelb. Raffungen sorgen für attraktive Details. Asymmetrischer Saum für mehr Komfort.

ENTSPANNT ELEGANT – HERRENMODE

Anzüge in Beige- und Natur-Tönen. Modisch weite, legere Schnitte im Trend. Leinen als idealer Sommer-Stoff. Strickshirts und Chinos zum Kombinieren.

NORTEX

... zieht den Norden an!

- 240 internationale Modemarken auf 10.000 m²
- Größen- & Passformspezialist im Norden
- Kompetente und persönliche Beratung

IHR
BESONDERES
Einkaufserlebnis

mit unserem Service
zum Wohlfühlen und
attraktiven Events

 MARLEN
by RALPH LAUREN

SWING

Vera Mont

Joseph Ribkoff

select!
— by Hermann Lange —

White Label
by Rofa

Grüner Weg 9–11
24539 Neumünster
04321 8700-0
info@nortex.de
www.nortex.de

Anfahrt:
A7 Neumünster-Süd
B205 Altonaer Str.
Zentrum Neumünster
6. Ampel links

Öffnungszeiten:
Montag–Freitag
9.00 bis 19.00 Uhr
Samstag
8.30 bis 19.00 Uhr



Bleiben Sie auf dem Laufenden!
Registrieren Sie sich für unseren Newsletter
auf www.nortex.de und verpassen Sie keine
Veranstaltungen und Aktionen mehr!

240 internationale Modemarken für Damen und Herren · Wir freuen uns auf Ihren Besuch und beraten Sie gern!



Raus aus dem Alltag, rein ins Rampenlicht: CJ Schmidt sucht auch in diesem Jahr wieder starke Frauen, die sich auf die große Bühne trauen.

ANZEIGE

SCHLESWIG-HOLSTEIN TOP MODEL 2026

BÜHNE FREI FÜR IHREN MOMENT!

Manchmal beginnt ein neuer Abschnitt mit einem einzigen Schritt – dem ersten auf den Laufsteg. Wenn Sie Mode lieben, Neues ausprobieren möchten und spüren, dass da mehr in Ihnen steckt, ist der Schleswig-Holstein Top Model Contest Ihre Einladung, genau das zu zeigen.

Das Modehaus CJ Schmidt sucht auch in diesem Jahr wieder zwölf Frauen in den Alterskategorien ab 35, ab 45 und ab 55 Jahren, die mit Natürlichkeit, Ausstrahlung und Persönlichkeit begeistern – ganz gleich, welche Konfektionsgröße sie tragen oder ob sie jemals gemodelt haben. Entscheidend ist nicht eine perfekte Pose, sondern der echte Moment, in dem Sie sich trauen.

JETZT BEWERBEN!

Der Weg dorthin ist klar und gut begleitet: Die Bewerbung erfolgt noch bis zum 7. Juni online über www.cjschmidt.de/topmodel. Bewerben können sich Frauen ab 35 Jahren. Verraten Sie einfach ein paar Details über sich und laden Sie ein Porträt- sowie ein Ganzkörperfoto hoch



Die zwölf Gewinnerinnen des Schleswig-Holstein Top Model Contest 2025 mit Peter Cohrs (Mitte), Geschäftsführer des Modehauses CJ Schmidt in Husum.

(max. 1 MB Dateigröße). Wer mag, kann sich am 6. Juni von 11 bis 13 Uhr auch direkt im Modehaus in Husum fotografieren lassen und sich vor Ort bewerben. Über den QR-Code erhalten Sie hierzu weitere Informationen.

FINALE AUF DER GROSSEN BÜHNE

Wer die Jury überzeugt, wird zum Live-Casting am 27. Juni eingeladen, das bei AVK Kielsburg stattfindet. Dort zählen Ihr Walk und Ihre Ausstrahlung, sobald Sie die Bühne betreten. 36 Kandidatinnen qualifizieren sich an diesem Tag für das Online-Voting. Am 25. September präsentieren schließlich die zwölf Finalistinnen (drei pro Alterskategorie) im Rahmen einer großen Trendmodenschau die aktuellen Herbst-Looks und spüren, wie das Lampenfieber von tosendem Applaus davongetragen wird.

„Ich bin selbstbewusster und offener geworden – und ich möchte noch mehr schaffen!“

Barbara Radtke

2009 Top Model Schleswig-Holstein
2022 Top 20 Germany's Next Top Model

topmodel
SCHLESWIG-HOLSTEIN



www.cjschmidt.de/topmodel

Die Gewinnerinnen dürfen sich auf besondere Preise freuen, darunter eine Auszeit im Fünf-Sterne-Hotel „Das James“ in Flensburg, einen Jahresvertrag als Model mit CJ Schmidt sowie ein professionelles Catwalk-Training und einen 250-Euro-Shoppinggutschein für ein Rich & Royal Outfit. Vor allem aber bleibt das Gefühl, etwas gewagt und gewonnen zu haben. Informieren Sie sich jetzt über Termine, Teilnahmebedingungen und Einsendeschluss auf www.cjschmidt.de/topmodel.

CJ Schmidt Modehaus,
Krämerstraße 1-7, Husum,
Tel.: 04841 / 88 00, www.cjschmidt.de



AI Ready

FÜR UNTERNEHMEN UND TEAMS

Euer Team verlässt den vielleicht wichtigsten Tag des Jahres mit einem fundierten KI-Verständnis und laufenden Workflows, die echte Arbeit abnehmen. Das ist euer Start in die Zukunft.

- ⚡ Alle verstehen, was KI für euer Unternehmen bringen kann
- ⚡ Hands-on: Ihr baut, testet und deployt am selben Tag
- ⚡ Max. 10 Personen – volle Aufmerksamkeit für alle
- ⚡ 6 Wochen Begleitung danach, bis es wirklich sitzt

Startet mit unserem kostenlosen AI Ready Check.
In 15 Minuten zu eurem individuellen Programm mit echtem Outcome am AI Ready Day.

Eure Experten



Dr. Miriam Maibaum
Workshop-Coach



Maximilian Kleinsorg
KI-Strategie & Inhalt



Benjamin Haben
Managing Partner

Bucht jetzt euren Weg in die Zukunft.

Individuelle Diagnose & AI Ready Fahrplan sichern. 15 min.

Mehr erfahren: www.ai-ready.de/day



**Data-Security
& DSGVO-
Fokus**



v.l.: tragbar XL Wiener Geflecht, 179,95 Euro,
Schlüssel-Karla, 49,95 Euro und FIA 159,95 Euro,
alle Taschen in der Farbe oliv.



Kleine Umhängetasche MIA mit Wiener Geflecht, 99,95 Euro



Shoppertasche ANDRA, 169,95 Euro.

TASCHE FÜRS LEBEN

Wenn die Tage länger werden, das Licht weicher und die Wege spontaner, beginnt die Zeit der Leichtigkeit. Das norddeutsche Label KEINE SCHWESTER begleitet genau diese Momente mit einer Taschenfamilie, die so vielseitig ist wie der norddeutsche Sommer selbst.

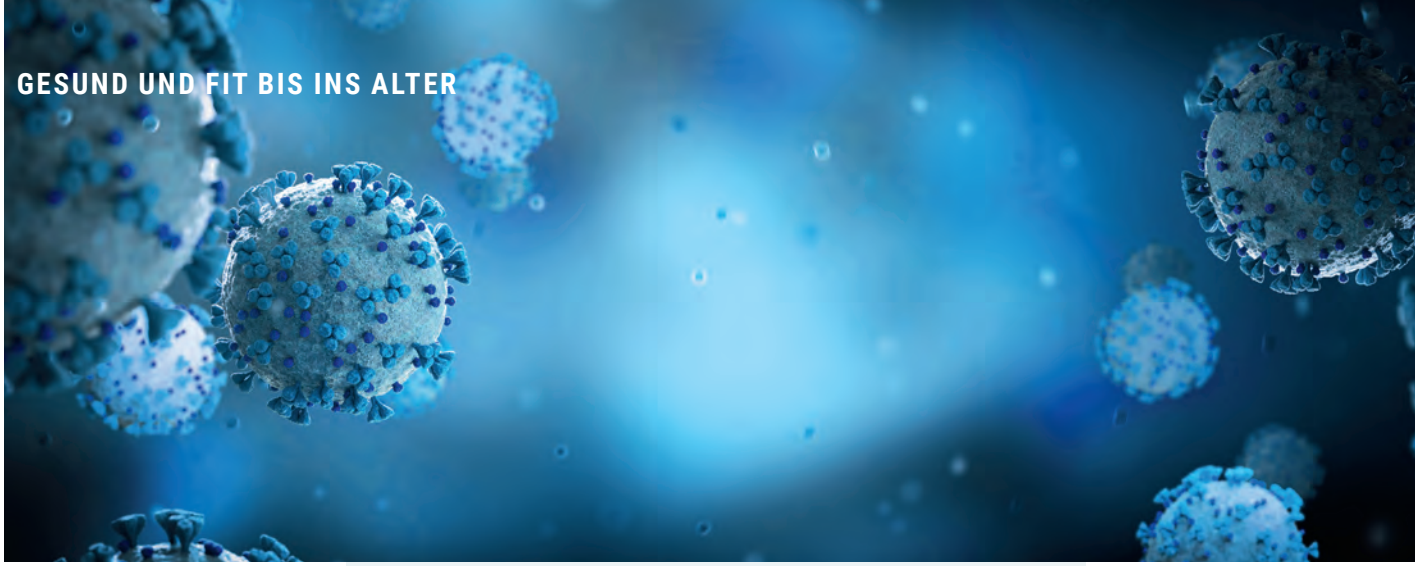
Ob ein früher Kaffee auf der Terrasse, ein Spaziergang durch warme Dünen oder ein spontaner Ausflug ans Meer – jede Situation hat ihren eigenen Rhythmus. Und die passende Tasche. Von der kleinen, reduzierten Crossbody für das Nötigste bis hin zum großzügigen Shopper für Strandtage und Wochenendpläne. Die Modelle sind bewusst schlicht gehalten, hochwertig verarbeitet und in feinem italienischen Leder gefertigt.

Was sie verbindet, ist mehr als nur Design. Es ist ein Gefühl von Verlässlichkeit, von Klarheit und von Zugehörigkeit. Wie eine Familie, in der jedes Teil seinen Platz hat. Farben wie Sand, Oliv oder Azurblau spiegeln die Wärme des Sommers wider und lassen sich mühelos kombinieren. Natürlich, ruhig, norddeutsch.

KEINE SCHWESTER steht für Taschen, die mitgehen, durch Alltag und Auszeit, durch Stadt und Natur. Und die dabei genau das tragen, was wirklich zählt: Leichtigkeit, Qualität und ein gutes Gefühl.

Zu kaufen gibt es KEINE SCHWESTER im Eichenweg 1, 25451 Quickborn, Tel. 04106 / 65 80 11 (bitte nach vorheriger Terminabsprache) im Onlineshop unter www.keineschwester.de sowie im ausgewählten Einzelhandel.

KEINE SCHWESTER, Eichenweg 1, Quickborn, Tel.: 04106 / 65 80 11
www.keineschwester.de



DER KNOCK-OUT KAM MIT 15

Wenn die dunkle Schwere sie umhüllt, ist Josi vor lauter Schmerzen handlungsunfähig. Gerne würde sie zur Arbeit gehen, Sport treiben, mit Freunden feiern oder Reisen unternehmen. Doch die 20-Jährige ist seit ihren zwei COVID 19-Erkrankungen nicht mehr dieselbe. Der Feind heißt ME/CFS.

VON MARION LASS

Josi liegt im Bett. Es ist dunkel – absichtlich. Helligkeit und Geräusche verschlimmern ihre Schmerzen. Am besten sind Dunkelheit und Stille. Sie versucht zu schlafen. Manchmal funktioniert es, manchmal nicht, das hängt von den Schmerzen ab. An Arbeit oder tägliches Allerlei wie Duschen oder Frühstücken ist in diesen Phasen nicht zu denken. „Es ist, als wenn sich eine schreckliche Schwere auf dich absenkt und du plötzlich keine Energie mehr hast“, schildert sie mir das Problem. Besonders schlimm ist es, wenn sie sich übernommen hat und dann der gefürchtete Crash, also der Zusammenbruch, kommt. Dann liegt sie oftmals bis zu einer Woche im Bett und kann sich nicht mehr rühren. Josi ist 20 Jahre jung und lebt seit fünf Jahren mit ME/CFS. Die Buchstaben stehen für myalgische Enzephalomyelitis / chronisches Fatigue-Syndrom, vielen bekannt als Folgeerscheinung von COVID-19.

ZWEIMAL CORONA IN 2021

Im Oktober 2021 hatte Josi, gerade 15 Jahre jung, das erste Mal Corona. Zwei Wochen lang lag der sonst so sportbegeisterte und quirlige Teenager

damit flach. Nur zwei Monate später, im Dezember 2021, bekam sie die zweite Corona-Infektion. Darauf folgten dann der körperliche und psychische Absturz. Kopf- und Gliederschmerzen, Kreislauf, Wortfindungsstörungen, kognitive Probleme und diese totale Erschöpfung sind ihre Lebensbegleiter geworden. Ihre Arzt-Odyssee führte sie sogar bis zur Berliner Charité. Doch auch dort fand man keine Lösung für ihr Leiden.

KEINE CHANCE AUF ABITUR

Den Schulabschluss hat Josi per Homeschooling gemacht, das Abitur war wegen der Krankheit leider nicht möglich. „Ich kann seitdem nicht mal mehr Gymnastik machen“, erzählt die 20-Jährige verzweifelt. Noch vor fünf Jahren war die Leichtathletin stundenlang aktiv. Heute macht ihr sogar ein 15-minütiger Spaziergang Probleme. Das Leitsymptom PEM, Post-Exertionelle Malaise, ist allgegenwärtig. Es ist eine zeitverzögerte, massive Verstärkung der Symptome nach oft nur geringer körperlicher oder geistiger Anstrengung, die manchmal über 24 Stunden und länger anhält. „Bei einem Crash ist dir alles zu viel, jede noch so kleine Wahrnehmung

überfordert dich“, erklärt sie. „An solchen Tagen kann ich nicht mal duschen gehen, denn wenn das Wasser auf mich niederprasselt, ist das eine Qual. Der ganze Körper ist völlig überreizt und tut weh. Auch die Schwere, die in diesen Momenten auf mich herunterfällt, ist dann da. Ein sehr verstörendes Gefühl.“

SCHWIERIGER ALLTAG

Für Josi bedeutet die Krankheit, dass sie sich den Alltag kräftetechnisch einteilen muss. Sie wollte Mediendesign studieren, immer schon. Über die Agentur für Arbeit ist sie seit August 2024 in Husum beim Theodor-Schäfer-Berufsbildungswerk (TSBW) in einer Teilzeit-Ausbildung zur Mediengestalterin. Ihr Tag hat – offiziell – sechs Stunden, allerdings weiß sie nie genau, ob sie das auch durchhält. „An guten Tagen schaffe ich den von mir geforderten Part und kann noch kochen, und an schlechten Tagen geht einfach nichts mehr. Das Schlimme ist, dass sogar die Ärzte ein Fragezeichen im Gesicht haben und man sich ständig erklären muss“, sagt die 20-Jährige. Gemeinsam mit dem Verein PiEr e. V. kämpft sie dafür, dass ME/CFS bekannter wird.

Leichtathletik war schon in Kindertagen genau ihr Ding. Josi war sehr sportlich unterwegs.



Weitsprung ... Wie gerne würde die heute 20-Jährige wieder derartige Sprünge machen.



Wo immer es ging, hat Josi trainiert. Hier am Strand auf Usedom.



DIE BEGRIFFE

Myalgische Enzephalomyelitis/Chronisches Fatigue-Syndrom (ME/CFS) ist eine schwere, oft nach Infektionen auftretende neuroimmunologische Erkrankung. Sie führt zu extremer Erschöpfung, vielschichtigen Schmerzen und einer drastischen Verschlechterung der Symptome nach Belastung (Post-Exertionelle Malaise = PEM), was Betroffene oft arbeitsunfähig macht oder an das Haus/Bett bindet.

In Husum ist sie unter anderem auch der guten Luft wegen. Josi stammt aus Brandenburg und hat im Rahmen einer Reha-Maßnahme auf der Insel Amrum erfahren, wie gut ihr die frische Nordseeluft tut. So hat sich der Weg nach Husum an die Küste ergeben. Vier Jahre dauert ihre Ausbildung dort und sie hofft sehr, dass sie alles schafft. Als wir miteinander telefonieren, ist sie allerdings gerade wieder in Brandenburg bei ihren Eltern, weil es ihr schlecht geht. „Ich konnte gar nichts mehr und wurde immer schwächer. Dann ist es besser, bei meinen Eltern zu sein, die mich unterstützen können.“

LEBENSSTRÄUME

Nach ihren Lebensträumen gefragt, stehen Reisen ganz oben auf ihrer Wunschliste. Argentinien, Asien und Thailand fallen ihr spontan ein. Aber der Rollator, mit dem sie den fünfminütigen Gehweg von ihrer Wohnung in Husum zum Arbeitsplatz absolviert, holt sie in die Realität zurück. „Der ist seit Januar 2026 mein Begleiter, weil mein Kreislauf instabil ist“, erklärt sie. Manchmal hat sie das Gefühl, sie ist dabei, einen Berg zu erklimmen, und fällt kurz vor dem Gipfel wieder runter. „Menschen, die uns draußen laufen sehen, denken, wir simulieren. Von außen sehen wir oft aus wie das blühende Leben. Aber wenn man uns draußen sieht, haben wir definitiv einen besseren Tag, sonst wären wir nicht unterwegs“, weiß sie aus Erfahrung. „Was unterscheidet deinen Alltag von dem Alltag gesunder Menschen?“, möchte ich wissen. „Ich muss mir meine Energie genau einteilen. Ich muss lernen, das richtig einzuschätzen. Wenn ich mich überfordere, droht der Crash. Und dann liege ich zwei oder drei Tage richtig flach“,

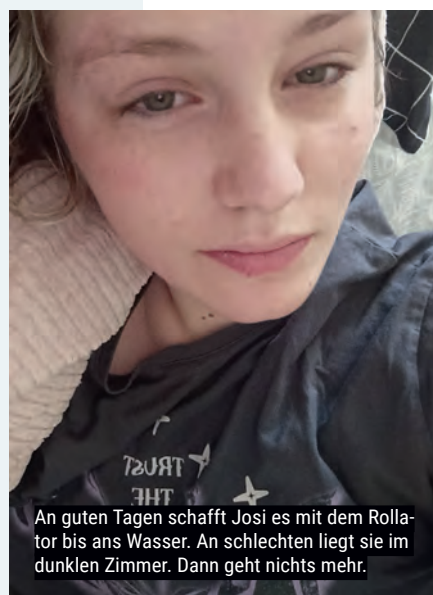
erklärt sie mir. Doch sie weiß auch, dass es noch viele weitere Fälle gibt. Über den Verein PiEr Schleswig-Holstein hat sie von einem Mädchen erfahren, das mit zehn Jahren fast nur noch im abgedunkelten Raum liegt. „Ein Alptraum, auch für die pflegenden Angehörigen“, sagt sie. Es wundert sie nicht, dass es Menschen gibt, die Sterbehilfe beantragen, weil sie es nicht mehr aushalten. „Eines ist sicher: Wir alle bilden uns diese Krankheit nicht ein“, sagt Josi. Viele Freund*innen sind ihr nicht geblieben. Aber die 20-Jährige ist wie fast alle jungen Leute über die sozialen Medien vernetzt. Sie möchte etwas bewegen, damit endlich eine Lösung für sie und ihre vielen Leidensgenoss*innen herbeigeführt werden kann. In Husum ist sie auch einer Selbsthilfegruppe beigetreten, an der rund

20 Personen – überwiegend Frauen im Alter von 16 bis 70 Jahren – teilnehmen. „Viele von ihnen sind Powerfrauen, die allesamt voll ausgebremst wurden“, beschreibt sie die Gruppenmitglieder.

ZUKUNFTSVISIONEN

„Wo siehst du dich in fünf Jahren?“, frage ich sie. „Ich würde mir wünschen, endlich Unterstützung zu erhalten, um einen symptomfreien Alltag leben zu können. Ich wünsche mir während und nach der Arbeit Energie und am Wochenende mehr Lebensqualität. Ich möchte als Mediengestalterin arbeiten und im Urlaub verreisen können. Ich bin ein offener, sozialer Mensch – das sind meine Wünsche.“ „Danke für die Einblicke in dein Leben, Josi. Mögen all deine Träume wahr werden!“

Seit Januar 2026 ist der Rollator Josis ständiger Begleiter. Hier macht sie gerade Pause am Nordseedeich.



An guten Tagen schafft Josi es mit dem Rollator bis ans Wasser. An schlechten liegt sie im dunklen Zimmer. Dann geht nichts mehr.



PIER E.V. – Der Verein steht für postinfektiöse Erkrankungen

„Mein Gespräch mit Josi hat mich tief berührt“, beginne ich das Gespräch mit Sandra Bockholt. Und sie pflichtet mir bei. „Ja, das geht vielen Leuten so, die sich mit unserem Thema befassen.“ „Unser Thema“ ist in diesem Fall alles, was mit postinfektiösen Erkrankungen zu tun hat. Auch Sandra Bockholt, eines der vier Vorstandsmitglieder des Vereins PiEr Schleswig-Holstein, ist betroffen. Die 56-Jährige hat allerdings andere Symptome als Josi. Sie leidet unter Lähmungen. „Wenn ich einen Crash habe, bin ich total bewegungsunfähig. Ich kann nicht mal einen Augenaufschlag machen, bekomme aber alles mit. So muss sich Koma anfühlen“, erklärt die Mutter von zwei Kindern. In diesen Momenten kann sie nicht sprechen, kann Arme und Beine nicht bewegen – und das für zwei, manchmal sogar drei Stunden.

VOR CORONA WAR ALLES „NORMAL“

Vor Corona war sie jahrelang in führender Position bei der Agentur für Arbeit tätig, hat mit vielen Firmen zusammengearbeitet. „Ich habe meinen Job geliebt“, erzählt sie. Dann bekam sie im März 2020 eine Corona-Infektion, und seit September 2020 leidet sie unter ME/CFs-Symptomen. Genau wie Josi hat auch sie eine Ärzte-Odyssee hinter sich, und nachdem eine Reha erfolglos beendet wurde, ist Sandra Bockholt im vorübergehenden Ruhezustand.

BEI CORONA IMMER PCR-TEST MACHEN

Aber das bedeutet nicht, dass sie tatenlos zuschaut, wie sie und viele andere leiden müssen. Sie informiert sich und ist inzwischen fit in Sachen Covid-19 und den Folgeerkrankungen. Und sie hat viele wertvolle Tipps parat. „Sollten Sie in der heutigen Zeit Corona haben, machen Sie unbedingt einen PCR-Test beim Arzt“, ist ihr

eindringlicher Rat, „denn dadurch kann man später dokumentieren, dass man Corona hatte – egal, welche Variante. Jede Corona-Infektion macht etwas mit unserem Gehirn. Beim dritten Mal Corona steigt das Risiko, Post Covid zu bekommen, um 50 Prozent. Das hat Prof. Dr. Carmen Scheibenbogen von der Charité Berlin festgestellt“, weiß sie inzwischen.

GOLFTURNIER FÜR GUTEN ZWECK

Zahlreiche Bücher und Studien hat Sandra Bockholt gelesen und versucht jetzt, das Thema bekannter zu machen. „Wir sind tätig, so gut es eben geht – auch aus dem Bett heraus. Wir vernetzen uns mit der Landespolitik, organisieren runde Tische, laden Schulleiter*innen ein, um zu sensibilisieren, arbeiten daran, dass für Erkrankte Homeschooling-Möglichkeiten geschaffen werden, und unterstützen das Kids-Mobil in Hamburg, das zu den Patient*innen nach

Hause kommt. Wir möchten, dass dieses Ärzte-Mobil auch bei uns in Schleswig-Holstein fährt. Am 13. Juni ab 10.30 Uhr ist ein Golf-Turnier in 24806 Lohe-Föhrden geplant, um Geld für Aktionen zur Sichtbarmachung zu sammeln“, berichtet sie von den Aktivitäten des Vereins PiEr. Besonders dankbar ist sie für die vom Gesundheitsministerium organisierte regelmäßige Gesprächsrunde der wichtigsten Entscheidungsträger im Land.

ÜBER 200 SYMPTOME

„Wir sind ein kleiner Kreis, der – so gut es geht – versucht, etwas zu bewegen“, sagt Sandra Bockholt. Nicht immer ist sie aktiv. Die Ganzkörperschmerzen und die Lähmungen bremsen sie oft aus. „Das Gemeine an der Krankheit ist, dass sie über 200 verschiedene Symptome hat“, erklärt sie. „Von Durchfall, über Stottern, Konzentrationschwierigkeiten und Kopf-



Sandra Bockholt ist Vorstandsmitglied bei PiEr e.V. Sie ist Betroffene und leidet unter Lähmungen, die oft zwei bis drei Stunden andauern.

„Von außen ist diese Krankheit nicht sichtbar, aber für die Betroffenen verändert sich das ganze Leben!“

Sandra Bockholt, Vorstandsmitglied PiEr e.V.



Im Gespräch mit Ministerpräsident Daniel Günther: PiEr-Vorstand Sandra Bockholt und Barbara von Eltz



Auch auf der Kieler Woche waren die Mitglieder des Vereins PiEr Schleswig-Holstein vertreten.

Der Verein ist sehr aktiv. Hier bei einer Informationsveranstaltung in Husum.



Inzwischen ist schon einiges an Informationsmaterial vorhanden.

schmerzen bis hin zu Schwindel und Brainfog ist alles dabei.“ Auch sie hat erfahren müssen: „Von außen ist diese Krankheit nicht sichtbar, aber für die Betroffenen verändert sich das ganze Leben!“

„CORONA MACHT ETWAS MIT DEM GEHIRN“

Für das PiEr-Vorstandsmitglied steht fest: „Jede Corona-Infektion macht etwas mit dem Gehirn. Es gibt nicht die eine einzelne Studie, die pauschal beweist, dass Corona Hirnschäden verursacht. Es gibt mehrere Studien, die unterschiedliche Aspekte zeigen, zum Beispiel Entzündungen, strukturelle Veränderungen, kognitive Defizite. Eine der bekanntesten Studien ist der Vergleich der Gehirnscans vor und nach einer COVID-Infektion bei rund 785 Personen mit dem Ergebnis: messbare Veränderungen im Gehirn, unter anderem Abnahme der grauen Substanz, leichte Verringerung der Gehirngröße, messbare kognitive Verschlechterung. Das ist eine der stärksten Evidenzen, weil dieselben Personen vor und nach der Infektion untersucht wurden“, sagt sie.

Auch habe es eine Studie mit Mäusen gegeben, die beweise, dass die Betroffenen sich ihre Krankheit nicht einbilden. „Forschende injizierten dazu die IgG-Antikörper aus dem Blut von 34 Long-COVID-Patient*innen in das Bauchfell von gesunden Mäusen. Dies führte zu einer erhöhten Berührungs- und Hitzeempfindlichkeit sowie – in einer weiteren Gruppe – zum Rückgang von Be-

STUDIEN-QUELLEN

- www.presetext.com/news/Corona-fuehrt-zu-anhaltender-gehirnentzuendung.html
- www.long-covid-plattform.de/neue-studie-zeigt-ueber-injizierte-antikoeper-koennen-sich-long-covid-symptome-auf-maeuse-uebertragen
- www.biorxiv.org/content/10.1101/2024.05.30.596590v1

wegungen. Bewiesen ist also, dass es eine körperliche Erkrankung mit messbaren Veränderungen im Immunsystem und Energiestoffwechsel ist. Post-Covid und ME/CFS sind Erkrankungen, bei denen die Energieversorgung im Körper gestört ist. Das bedeutet, dass selbst kleinste Anstrengungen zu einem massiven Einbruch führen können“, sagt sie. „Nur wenn das passiert, dann sieht der Rest der Bevölkerung das meistens nicht, weil es sich in den eigenen vier Wänden abspielt. Die Menschen sehen einen nur an den guten Tagen, wo man vielleicht mal das Haus verlassen kann. Aber weil es für uns Betroffene das ganze Leben verändert, ist es so wichtig, darüber aufzuklären und mehr Verständnis zu schaffen.“ Die 56-Jährige bittet um Achtsamkeit: „Es gibt 53.000 Betroffene in Schleswig-Holstein, darunter leider sehr viele Kinder. Die Zahl ist steigend. Es kann immer noch jeden treffen. Leider gibt es Corona immer noch. Und die Spätfolgen wünschen die Betroffenen nicht einmal ihrem ärgsten Feind.“ Wer mit dem Verein Kontakt aufnehmen möchte, erfährt mehr unter www.pier-schleswig-holstein.de.

Pier S-H e.V. durfte auf Einladung der Deutschen Gesellschaft für humanitäres Sterben sprechen. Das Bild wurde im Foyer gemacht..



Fotos: Sandra Bockholt (1) / PiEr e.V. (5)



DURCHBLICK MIT STIL

Der Sommer klopft an, die Urlaubsplanung steht – und damit die Frage: Welches Modell ziert dieses Jahr unser Gesicht? Doch während wir über die Form des Rahmens grübeln, vernachlässigen wir meistens das Wichtigste: die Gläser. Also: Auf zum Profi!

Wer Wert auf Lebensqualität und Augengesundheit legt, sollte den Weg zum Optik-Fachgeschäft nicht scheuen. Denn eine Sonnenbrille „von der Stange“ mag zwar gut aussehen, stößt aber spätestens dann an ihre Grenzen, wenn Präzision gefragt ist.

MASSARBEIT UND DIE INDIVIDUELLE SEHSTÄRKE

Nichts ist anstrengender, als bei strahlendem Sonnenschein die Augen zusammenzukneifen, weil die Korrektur fehlt. Eine von Optiker*innen angefertigte Sonnenbrille bietet die Scharfstellung bis zum Horizont, denn die exakten Dioptrienwerte werden direkt in die getönten Gläser geschliffen. Dazu gibt es einen perfekten Sitz, da die Optiker*innen den Rah-

men anatomisch an Ohren- und Nasenform anpassen. Das bedeutet: kein Rutschen, kein Drücken. Und hinzu kommt optimaler Schutz, denn nur ein perfekt sitzendes Glas deckt das Auge so ab, dass auch seitlich einfallendes UV-Licht keine Chance hat.

POLARISIERUNG HEISST KONTRASTE ERLEBEN

Ein echtes Upgrade für jede Brille sind polarisierende Filter. Wer sie einmal getragen hat, möchte sie nicht mehr missen. Aber was genau passiert da eigentlich? Stellen Sie sich vor, das Licht wird an einer nassen Straße oder einer Wasseroberfläche reflektiert. Diese waagerechten Lichtwellen blenden uns extrem.

Ein Polfilter wirkt wie eine unsichtbare Jalousie: Er lässt nur das „nützliche“ Licht

durch und schluckt die störenden Reflexionen. Genial, oder?

VORTEILE IM ALLTAG

Das gibt Sicherheit beim Autofahren, da die Reflexionen auf der Windschutzscheibe oder auf nasser Fahrbahn fast vollständig eliminiert werden. Ein Plus für die Augen, denn die ermüden deutlich langsamer, da sie sich nicht ständig auf wechselnde Lichtreflexe einstellen müssen. Und wenn der „Grauschleier“ der Blendung wegfällt, wirken Himmel, Wiesen und Meer plötzlich satter und kontrastreicher. Ein Gewinn auf ganzer Linie. Eine Sonnenbrille vom Optiker bringt nur Vorteile. Sie ist eine Investition in den eigenen Komfort und verbindet modisches Statement mit technischer Brillanz – für viele Sommer voller Farben.



Wenn's kribbelt in der Nase

*Wann darf ich raus, wann lieber nicht? Pollenallergiker*innen werden sich freuen: Es gibt Wetterstationen, die die Pollenbelastung anzeigen und bei hohen Werten sogar warnen.*

Eine davon ist die Smarte Wetterstation ORIGINAL von Netatmo, die ein spezielles Pollen-Tracking für drei der wichtigsten Pollenkategorien bietet: Bäume wie Birke, Eiche und Esche sowie Gräser und Kräuter bzw. Unkräuter wie Brennnessel, Beifuß, Wegerich. Die Belastung wird auf einer fünfstufigen Skala eingeordnet: keine, gering, mäßig, hoch und sehr hoch. Bei sehr hohen Werten warnt die App. Über die App können Nutzer*innen zudem eine Drei-Tages-Vorhersage einsehen, so dass sie sich auf Zeiträume mit hoher Belastung besser vorbereiten können.

FRISCHE LUFT MIT PLAN

Neben Pollenwerten liefert die Station nützliche Umweltindikatoren wie Temperatur, Luftfeuchtigkeit, Raumluftqualität (CO₂), UV-Index und Sonneneinstrahlung. Damit bietet sie wichtige Indikatoren, die dabei helfen, die täglichen Gewohnheiten anzupassen, zum Beispiel den richtigen Zeitpunkt zum Lüften oder Spazierengehen zu finden. Die Wetter Station ORIGINAL ist für 169,99 Euro (UVP) im Onlineshop unter www.netatmo.com sowie über die Fachhändler und Baumärkte erhältlich.



Fotos: Netatmo / Adfdee Stock

Hilfetelefon
„Gewalt gegen Frauen“

116 016

anonym • kostenfrei
24/7 erreichbar • mehrsprachig
Online-Beratung: www.hilfetelefon.de



Zahnimplantate Angst- und stressfrei

Zahnimplantate vom geprüften Experten (DGOI).
Auf Wunsch in Vollnarkose - wir beraten Sie gern!



Dr. Polychronakos · Dr. Gottwald MSc.

edelmund GbR
Zahnärzte · Zahnmedizinisches Versorgungszentrum
Königstraße 5a · 24568 Kaltenkirchen
Telefon 04191 89589

www.edelmund.de



edelmund



Der finnische Weg zur Entschleunigung

Während Wellness vielerorts immer luxuriöser, schneller und perfekter wird, setzt Finnland auf das Gegenteil: Ruhe, Rituale und die Kraft der Einfachheit. Zwischen Sauna, Eiswasser und stillen Wäldern entsteht dort ein Verständnis von Wohlbefinden, das weniger mit Selbstoptimierung zu tun hat und mehr mit echter Regeneration.

In Finnland ist Wellness ein Teil des Alltags. Die Sauna spielt dabei eine zentrale Rolle. Für viele Finn*innen ist sie kein Luxus, sondern ein selbstverständlicher Ort zum Abschalten. Hier wird geschwiegen, durchgeatmet, nachgedacht. Handys bleiben draußen, der Alltag ebenfalls. Die Hitze entschleunigt den Körper, Gespräche werden langsamer, Gedanken ruhiger.

WELLNESS UND NATUR GEHÖREN ZUSAMMEN

Besonders beliebt ist die Kombination aus intensiver Wärme und eiskaltem Wasser. Nach dem Saunagang geht es direkt in den See, ins Meer oder sogar ins Eisloch. Was zunächst nach Überwindung klingt, empfinden viele als befreiend. Der Wechsel aus Hitze und Kälte sorgt für einen

klaren Kopf, tiefe Entspannung und ein fast euphorisches Körpergefühl. Kein Wunder also, dass Eisbaden inzwischen weltweit zum Wellness-Trend geworden ist.

Doch der finnische Weg zur Entschleunigung beginnt nicht erst in der Sauna. Auch die Natur ist fester Bestandteil dieses Lebensgefühls. Kleine Holzhütten am See, lange Spaziergänge durch stille Wälder und das bewusste Erleben der Jahreszeiten gehören für viele Menschen in Finnland zum persönlichen Ausgleich. Statt ständig erreichbar zu sein, geht es darum, das Nervensystem zur Ruhe kommen zu lassen.

WELLNESS ALS LEBENSEINSTELLUNG

Dahinter steckt eine Haltung, die in Finnland

tief verwurzelt ist: „Sisu“. Das Wort beschreibt eine besondere Form innerer Stärke, Ruhe und Gelassenheit ohne großes Aufheben. Höher, schneller, weiter zählen nicht, sondern vielmehr die Fähigkeit, auch in stressigen Zeiten bei sich selbst zu bleiben. Gerade deshalb faszinieren finnische Wellness-Trends derzeit so viele Menschen. Sie wirken wie ein Gegenentwurf zur permanenten Reizüberflutung des modernen Alltags. Weniger Perfektion, mehr Präsenz. Weniger Inszenierung, mehr echte Erholung. Vielleicht liegt genau darin das Geheimnis nordischer Gelassenheit: Wellness nicht als Luxus zu betrachten, sondern als bewusste Pause vom ständigen Funktionieren, die einfach zum Leben dazugehört.



ERHOLUNG, DIE BLEIBT

ENTSCHLEUNIGUNG MIT OSTSEEBLICK

Manchmal braucht es nur einen Ort am Wasser, einen tiefen Atemzug und das Gefühl, endlich wieder zur Ruhe zu kommen. Die SlowDown Hotels bei Lübeck und Kiel verbinden Wellness, Genuss und die entspannte Atmosphäre der Ostsee zu einer Auszeit, die weit über ein gewöhnliches Wochenende hinausgeht.

Ostsee und Wellness allein sind schon die perfekte Kombination, um Körper und Seele zu regenerieren und um relaxen zu können. Noch wichtiger ist es jedoch, dass diese Entspannung lange anhält. Genau das finden Sie bei den **SlowDown Hotels** bei Lübeck und Kiel. Schon beim Ankommen fühlt es sich an, als würde der Alltag leiser gedreht werden, und man atmet sofort tiefer durch. Das Zusammenspiel aus gemütlichem Zimmer, erholungssamen Spa-Bereich sowie dem kulinarischen Angebot und der Location in Wassernähe ist ideal für eine kleine Pause im Alltag.

GEMÜTLICH MACHEN

Die Zimmer der SlowDown Hotels sind echte Rückzugsorte: mit eigener Dampfsauna, Küche für kleine Lieblingsmomente und einem Balkon, auf dem Sie den Wind der Ostsee spüren. Alles ist darauf ausgelegt, dass Sie nicht nur kurz abschalten, sondern wirklich herunterfahren.

EINFACH INNEHALTEN

Im Saunabereich wartet pure Entspannung, dazu Wellnessanwendungen, die Sie komplett entschleunigen. Besonders im SlowDown Bottsand | Hotel & Spa mit Pool wird es richtig besonders – schwimmen, relaxen und einfach treiben lassen.

LECKER GENIESSEN

Wer nicht selbst kochen möchte, kann sich im SunDown Restaurant auf Genuss und Entspannung im Bali-Ambiente freuen. Vom vitalen Frühstück über eine verführerische Kaffee- und Kuchenauswahl bis hin zum Dinner bei Sonnenuntergang ist für jeden Gourmet etwas dabei.

Es ist dieses Gefühl von Zeitlosigkeit, das bleibt. Kein schnelles Wochenende, sondern echte Erholung, die Sie noch lange begleitet. Mehr Infos unter www.slowdown-bottsand.de und www.slowdown-travemuende.de.

SLOW DOWN
HOTELS

*Hier beginnt Eure
Auszeit am Meer.*



Jedes Zimmer mit
eigener Dampfsauna,
Balkon & Küchenzeile |
Restaurant & Bar |
Wellnessbereich
(im SlowDown Bottsand | Hotel &
Spa mit In- & OutdoorPool)



*SlowDown Hotels bei
Kiel & Lübeck.*



Unser Angebot für Euch
2 Übernachtungen,
Frühstücksbuffet, Dinner
am Anreisetag, Massage,
Eintritt in den Spa,
Welcome Drink
Ab 251,00 € pro Person

www.slowdown-travemuende.de
www.slowdown-bottsand.de
0800 7668448

Wohnen unter freiem Himmel mit trendigen Terrassenböden

DRAUSSEN IST DAS NEUE DRINNEN



Was früher ein Funktionsplatz war, den man sich so gut es ging für seine Zwecke zurechtgemacht hat, ist die Terrasse des Hauses heute eher wie eine zweite Wohnküche anzusehen. Sie hat sich zum „Outdoor-Living-Room“ gewandelt. Und zum Wohnraum gehört auch ein schöner Fußboden.

Ob für das sonntägliche Frühstück, die Remote-Arbeit im Grünen oder gesellige Abende mit Familie und Freund*innen: Die Terrasse ist im Sommer der wichtigste Platz des Hauses. Hier trifft man sich, möchte entspannen. Am liebsten bei traumhaften Wetterbedingungen. Ein schöner Fußboden macht viel aus. Worauf kommt es bei der Bodengestaltung an?

VON HIGHTECH BIS NATUR PUR

Der Trend steht ganz im Zeichen der Langlebigkeit und Nachhaltigkeit. Während früher oft kurzlebige Lösungen gewählt wurden, investieren Hausbesitzer*innen heute in Materialien, die Jahrzehnte überdauern.

FEINSTEINZEUG IN XXL-OPTIK:

Keramische Platten sind aktuell die Stars. Dank moderner Drucktechniken imitieren sie Naturstein oder Beton so perfekt, dass sie kaum vom Original zu unterscheiden sind. Der Vorteil: Sie sind pflegeleicht, frostbeständig und unempfindlich gegen Rotweinflecken oder Grillfett.



THERMO-HOLZ UND HEIMISCHE HÖLZER

Nachhaltigkeit bedeutet den Verzicht auf Tropenholz. Stattdessen sind thermisch modifizierte Hölzer wie beispielsweise Thermo-Esche oder Kiefer gefragt. Durch große Hitzeeinwirkung werden sie extrem dauerhaft und formstabil – ganz ohne Chemie.

WPC UND BPC

Verbundwerkstoffe aus Holz/Bambus und Kunststoff sind auch weiterhin beliebt, besonders wegen ihrer Splitterfreiheit. Neu sind coole „Multicolor-Prägungen“, die den Kunststoff-Look vergessen lassen und eine natürliche Tiefe erzeugen.

ORGANISCHE FORMEN

Das starre Viereck hat ausgedient. Sanfte Rundungen, geschwungene Kanten und Materialkombinationen wie z.B. Steinplatten, eingefasst von Metall-Elementen oder Kies, verleihen der Terrasse eine skulpturale Ästhetik.



WORAUF MAN BEI DER PLANUNG ACHTEN SOLLTE

Schönheit ist natürlich wichtig. Wenn man schon baut, möchte man es ja auch chic haben. Aber die Technik unter den Füßen entscheidet über die Lebensdauer. Wichtig ist vor allem das unsichtbare Gefälle: Ohne Wasserablauf keine Freude. Ein Gefälle von mindestens 2 % vom Haus weg ist Pflicht, um Staunässe und Bauschäden zu vermeiden.

Was die Unterkonstruktion betrifft, geht der Trend weg von Holz-Balken hin zu Aluminium-Profilen. Diese verrotten nicht, sind verwindungssteif und ermöglichen eine präzise, oft unsichtbare Befestigung der Beläge.

LICHT UND KOMFORT

Wenn Sie in die Planung gehen, beziehen Sie unbedingt Stromanschlüsse und Lichtpunkte mit ein. Integrierte LED-Leisten in den Stufen, moderne Außenleuchten oder smarte Outdoor-Küchen sind das Nonplusultra für den modernen Lifestyle – und die benötigten Strom.

Wer auf hochwertige Materialien und eine fachgerechte Entwässerung setzt, schafft sich eine Oase, die nicht nur diesen Sommer, sondern auch in 20 Jahren noch begeistert. Am besten, man bespricht mit den Fachleuten, wie die Traumterrasse aussehen soll.

Fotos: Adobe Stock

**GEMEINSAM
WERTVOLLE
LEBENSRAÜME
BEWAHREN**

MEHR UNTER [WWF.DE/PROTECTOR](https://www.wwf.de/protector)

Jetzt für 84 Euro monatlich „Global Protector“ werden und einzigartige Lebensräume schützen.

Wir informieren Sie gern!
 Claudia Bierhoff +49 30 311777-578
 Jennifer Braunschweig +49 30 311777-842
globalprotector@wwf.de

R U S S
EINRICHTUNGEN

SCAVI & RAY
PROSECCO

Mit DJ
BEN DIGGIN

Wir freuen
uns auf Sie!

PILS & PROSECCO

Afterwork-Event am 18. Juni 2026
ab 17 Uhr bei RUSS Einrichtungen
auf dem Hof Bissee

Eiderstraße 13 • 24582 Bissee www.russ-einrichtungen.de

Glücklich wohnen
in jedem Alter
sicher – solide – modern



Starter-, Kompakt-, und
Senioren-Wohnungen inklusive
Telefon- und Internet-Anschluss.
So einfach ist Wohnen heute!

Surfen und telefonieren Sie die ersten
3 Monate kostenlos in unseren
Wohnungen – ganz einfach über
Ihren Kabelanschluss.*

* sofern verfügbar



Hansaring 35
24534 Neumünster
info@bgh-nms.de
www.bgh-nms.de

HAUS, HOF & GARTEN

UNSER BUCHTIPP

SPALIEROBST



Alte Spalierobstsorten neu entdecken und anpflanzen – diesem Thema widmet sich der Landschaftsgärtnermeister Reiner Wahl in „Spalierobst“. Es geht um Erziehung und Schnitt im Spaliergarten. Ob Apfel, Birne oder Kirsche – Spalier lassen sich aus vielen Obstbäumen ziehen. Sie dienen als ästhetisches Element, der Strukturierung von Gärten und zur Begrünung von Fassaden. Sie fördern die Biodiversität und begünstigen eine reiche Ernte. Dieser Ratgeber erläutert Schritt für Schritt, wie Spalierobst erzogen und gepflegt wird, wie man Spalierbäume fachgerecht schneidet und welche ästhetischen Regeln

man dabei beachten sollte. Zudem zeigt das Werk auf, wie selbst auf kleinstem Raum durch geschickte Platzierung eine beeindruckende Sortenvielfalt entstehen kann. Damit wird das Buch zum nützlichen Begleiter für alle, die Tradition und moderne Gartengestaltung harmonisch miteinander verbinden möchten.

Reiner Wahl, Spalierobst, Haupt-Verlag, 144 S., 34 Euro

Cover: Haupt-Verlag

Ein Raum für Deine Phantasie!



Schäferwagen • Badewagen • Saunawagen

Tel. 0 46 42 / 96 580 80

www.schaeferwagen-manufaktur.de

ANZEIGE



DAS PARADIES IM EIGENEN GARTEN

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

Foto: Schäferwagen Manufaktur

Erst wird gereinigt, DANN BEHANDELT

„Gehören Sie zu den Hausbesitzer*innen, die eine Pflasterstein-Reinigung in Auftrag gegeben haben und im Nachhinein enttäuscht waren, weil das Ergebnis nicht von Dauer war? Wir wissen, woran es liegt und beraten Sie gerne“, sagt Jacob Enggaard.

Er kommt aus Dänemark und kennt diese Enttäuschung aus vielen Gesprächen. „Ich kann nur immer wieder betonen: Wir arbeiten anders! Der gesamte Prozess – der Schutz nach der Reinigung, das langfristige Denken sowie die hohe

Qualität unserer Produkte und unseres Premium-Services – macht den Unterschied“, sagt Jacob Eng-



Jacob Enggaard ist Chef von 360 Home Service und bringt 16-jährige Erfahrung aus Dänemark mit.

gaard. Er ist Gründer von **360 Home Service mit Sitz in Flensburg** und bringt 16-jährige Erfahrung mit. „Im Norden haben wir viel Feuchtigkeit. Es reicht nicht, einfach nur nass zu reinigen“, weiß er.

NACH DER REINIGUNG FOLGT DIE BEHANDLUNG

„Viele Anbieter konzentrieren sich auf schnelle Ergebnisse mit dem sofortigen Sauber-Effekt. Dabei fehlt das Verständnis dafür, was Pflastersteine nach der Reinigung tatsächlich schützt. Mit 16 Jahren Erfahrung im Bereich Stein- und Oberflächenbehandlung weiß ich: Die Reinigung ist nur der erste Schritt. Es müssen die richtige Vor- und Nachbehandlung sowie Im-

Damit die gereinigten Steine weiterhin so schön aussehen, muss eine Nachbehandlung erfolgen. Und diese bietet 360 Home Service.

prägnierung und Pflege- und Wartungskonzept folgen! Fehlen diese Elemente, kehren Algen und Schmutz zurück und die Investition war für die Katz.“

DREI TERMINE – UND GARANTIE

Die Leistung von 360 Home Service umfasst in der Regel drei Termine: die sorgfältige Vorbereitung, die professionelle Imprägnierung und den nachhaltigen Schutz. „Dieses Vorgehen ermöglicht es uns, etwas anzubieten, was selten ist: eine 15-jährige Garantie auf unsere Arbeit“, sagt Jacob Enggaard. Bei der Beratung vor Ort wird ein transparenter Festpreis erstellt – ohne versteckte Kosten. „Wir arbeiten in Schleswig-Holstein und Hamburg – fragen Sie gerne an!“

Keine Anfahrtkosten Festpreis Kostenlose Vor-Ort-Beratung



Professionelle Pflasterreinigung

* Unsere Garantie gilt gegen tiefsitzende Schwarzalgen und Flechten – wir bieten eine der stärksten Langzeitgarantien am Markt

15 €/m²

15 Jahre
Garantie

100%
Zufriedenheits
Garantie

Ab nur

inkl. MwSt.



Fensterreinigung ab 39€

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



WISSER GmbH

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



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

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

HAUS, HOF & GARTEN

LOVE IS IN THE AIR

Im Wonnemonat Mai liegt Liebe in der Luft, sagt man. Unterstreichen lässt sich diese Theorie dekorativ mit der neuen Tafeldekoration-Kollektion „Lovely Hearts“. Ambiente Europe erfreut uns hier mit einem Design, das liebevolle Genussmomente im Freundes- und Familienkreis stimmungsvoll begleiten kann – einfach herzlich. Viele rotweiße Herzen schmücken die Tischaccessoires dieser zauberhaften Serie – mal kariert, mal gestreift, mal gepunktet. Dazwischen sind Mini-Herzen und kleine Blumenobjekte eingestreut. Die niedlichen Liebesbotschaften eignen sich prima für das Frühstück am Muttertag oder für ein romantisches Dinner. Sie passen aber auch für jeden normalen Tag im Frühling, um gute Laune zu verbreiten. Zur Serie „Lovely Hearts“ gehören Papierservietten im Lunch- und Cocktail-Format, Fine-Bone-China-Tassen und Kerzen in je zwei Größen, ein Wasserglas, eine doppelwandige Glastasse, ein kleines Tablett, eine Schale, Taschentücher und ein Küchenhandtuch. Erhältlich bei www.ambiente.eu.



Foto: Ambiente Europa B.V.

NEU

in deinen
OBI Märkten
 Neumünster
 & Eutin

Wir sind #cjwigger

ANZEIGE

FRISCHER WIND GEPAART MIT WOHLGLÜCK

OBI setzt neue Akzente



Seit dem 1. Januar 2026 ist die bunte Welt von **OBI in Neumünster und Eutin** angekommen. Hier trifft bewährte Expertise auf ein Sortiment, das weit über den klassischen Heimwerkerbedarf hinausgeht. Das Herzstück für Ästheten bleibt dabei die beliebte Living-Abteilung in der Boostedter Straße und in Eutin. „Vieles ist neu, aber unser eingespieltes Team und die Leidenschaft für schönes Wohnen sind geblieben“, freut sich Mitarbeiterin Renate Horn. Und es gibt Zuwachs: Neben den charmanten Kollektionen von räder und den Genusswelten von VIOLAS' bereichert ab sofort die Trendmarke Eulenschmitt das

Portfolio mit ihren liebevoll gestalteten Wohnaccessoires. „Ob skandinavischer Look oder kulinarische Highlights – entdecken Sie die neue Vielfalt und lassen Sie sich von uns persönlich beraten“, freut sich das OBI-Team auf Besucher*innen.

Foto: Christina Behrendt

Struktur für den Garten

Hätten Sie auch gerne einen Garten mit plätscherndem Wasserlauf, moderner Steinlounge und duftenden Pflanzinseln? Wie bekommt man Struktur in sein Grundstück?

Wer einen Garten neu anlegen oder seinen alten verändern möchte, steht schnell vor einer gewaltigen Hürde: der fehlenden Erfahrung und einer gewissen Ratlosigkeit bei der Planung. Wie kombiniert man einen eleganten Poolbereich mit natürlicher Bepflanzung, und wie schafft man Struktur auf einem Grundstück? Hier kommen die Expert*innen für Garten- und Landschaftsbau ins Spiel. Die Profis können mehr als das Setzen von Sträuchern und Bäumen. Sie verwandeln öde Flächen durch geschickte Terrassierungen in verschiedene Ebenen, die selbst einem kleinen Garten Tiefe und Charakter verleihen.

WASSERSPIEL IM EIGENEN GARTEN

Auch der Traum vom Wasser im eigenen Garten

erfordert Expertise: Soll es ein biologischer Schwimmteich oder ein Fischteich sein, der sich sanft in die Umgebung einfügt, oder eher ein luxuriöser Poolbereich mit puristischer Linienführung? Die Fachleute planen Technik, Statik und Design aus einer Hand. Wer wenig Erfahrung hat, muss also kein Profi werden, sondern lediglich einen finden.

VON DER VORSTELLUNG ZUM KONZEPT

Ein guter Garten- und Landschaftsbauer hört zu, erkennt das Potenzial des Geländes und

übersetzt die vagen Vorstellungen schnell in ein stimmiges Konzept. Die Expert*innen wissen genau, was geht und was nicht geht. Durch die richtige Auswahl von Materialien und Pflanzen entsteht so ein harmonischer Lebensraum und am Ende steht ein Garten, der als Wellness-Oase die Lebensqualität nachhaltig steigert. Mit der Unterstützung von Profis wird aus mangelnder Vorstellungskraft ein greifbares Paradies vor der eigenen Haustür.



Ihr neues Wohnzimmer im Garten. Bei jedem Wetter.

– Mit Nelson Park Prime montiert in nur 14 Tagen –



- ✓ Echte Maßanfertigung statt Standardlösungen
- ✓ Alles aus einer Hand - von der Planung bis zur Montage
- ✓ Eigene Produktion in Eutin. Individuell. Wertbeständig.



Unsere Servicebüros in Ihrer Nähe:

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

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

www.nelsonpark-td.de

Aktion „Offener Garten“ erstmals auch im Herbst

DER BLICK ÜBER DEN GARTENZAUN



HAUPTWOCHE-
ENDE
der Aktion am
20. und 21. Juni
2026



Haben Sie sich schon mal gefragt, welche grünen Paradiese sich wohl hinter den Hecken Ihrer Nachbarschaft verbergen? Jetzt ist eine gute Zeit, es herauszufinden, denn die Aktion „Offener Garten“ macht das Unsichtbare sichtbar!

In Schleswig-Holstein und Hamburg öffnen 2026 wieder über 200 Gastgeber*innen ihre Garten-Pforten. Ob wilder Naturgarten oder modernes Designkonzept – lassen Sie sich von der Kreativität privater Gartenkünstler*innen anstecken und sammeln Sie frische Ideen für Ihr eigenes Outdoor-Wohnzimmer.

Die Aktion Offener Garten lädt in Schleswig-Holstein und Hamburg auch in diesem Jahr zu besonderen Entdeckungen ein. Seit dem Jahr 2000 gewähren engagierte Gartenbesitzer*innen Einblicke in ihre mit viel Liebe und Leidenschaft gestalteten grünen Rückzugsorte und schaffen Raum für Inspiration, Austausch und neue Ideen.

ERSTMALS HERBSTWOCHELENDE IM SEPTEMBER

Das Hauptwochenende der Aktion findet am 20. und 21. Juni statt. An diesen Tagen öffnen alle beteiligten Gartenbesitzer*innen ihre Pforten und laden dazu ein, ganz unterschiedliche Gartenstile und Gestaltungs-

ideen kennenzulernen. Darüber hinaus gibt es weitere besondere Termine im Gartenjahr: die stimmungsvolle „Lange Nacht der Gärten“ am 1. August, bei der viele Gärten bis in die Abendstunden hinein besucht werden können, sowie – neu in diesem Jahr – ein zusätzliches Herbstwochenende am 5. und 6. September, das die herbstliche Gartenstimmung in den Mittelpunkt stellt.

ÜBER 200 GÄRTEN SIND DABEI

Insgesamt beteiligen sich über 200 Akteur*innen an der Aktion, darunter mehr als 30 neue Teilnehmer*innen, die erstmals ihre Gärten öffnen. Die Bandbreite ist groß: von naturnahen und ökologisch gestalteten Gärten über klassische Bauerngärten bis hin zu individuell angelegten Sammlergärten und modernen Gartenkonzepten. Jeder Garten erzählt seine eigene Geschichte und bietet den Besucher*innen vielfältige Anregungen für den eigenen grünen Raum. Neben vielen privaten Gärten sind auch Gärten von Gartenbaubetrieben, sozialen Einrichtungen und Kleingärten dabei.



GARTENFÜHRER PER POST ANFORDERN

Zur Orientierung erscheint auch in diesem Jahr ein gedruckter Gartenführer mit allen teilnehmenden Gärten, Öffnungszeiten und weiteren Informationen. Dieser kann per Post angefordert werden. Wer sich dafür interessiert, sendet einen an sich selbst adressierten und mit 1,80 Euro frankierten A5-Briefumschlag sowie zusätzlich 1 Euro in Briefmarken an: Aktion Offener Garten, Hermannshof, Lindenweg 4, 23730 Schashagen. Aktuelle Informationen, Termine und weitere Hinweise finden Sie außerdem im Internet unter www.offenergarten.de.

Die Akteure freuen sich auf zahlreiche Besucher*innen und laden dazu ein, die Vielfalt und Schönheit der Gartenkultur im Norden zu entdecken.



Fotos: Adobe Stock

KENNENLERN- ANGEBOT FÜR LITERATURFANS

Unabhängige Rezensionen und
neue Bücherwelten!



E-Paper
für nur
1 EURO
testen*

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



ABO-ID: BU22EPA

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



Foto: Adobe Stock

Bienenfreundliche Pflanzen helfen der Natur.

BIENEN LIEBEN ES!

Wer seinen Garten bienenfreundlich gestalten möchte, fährt gut mit diesen Pflanzen für das Bienen-Bufferet:

Echter Lavendel (*Lavandula angustifolia*). Er blüht von Juni bis August, duftet herrlich, liebt die pralle Sonne und kommt auch mit trockenen Sommern zurecht. Er bietet reichlich Nektar mit hohem Zuckergehalt.

Der Purpur-Sonnenhut (*Echinacea purpurea*) blüht von Juli bis September. Bienen lieben die offenen Blütenkörbe. Hier kommen sie leicht an Pollen und Nektar.

Blaue Katzenminze (*Nepeta*) blüht von Mai bis September. Das ist lang. Schneidet man sie nach der ersten Hauptblüte im Juli etwas zurück, blüht sie im Spätsommer ein zweites Mal.

Die Ringelblume (*Calendula officinalis*) blüht von Juni bis Oktober. Die gelb-orangen Blüten sind eine unkomplizierte Nahrungsquelle. Man kann sie ganz einfach im Frühjahr direkt ins Beet säen. Sie versamt sich oft von selbst und ist gut für die Bodengesundheit.

HAUS, HOF & GARTEN

UNSER BUCHTIPP

DIE KRÄUTERMACHEREI



Zurück zur Natur und zum einfachen Wissen, das Generationen begleitet hat: Mit ihrem Buch „Die Kräutermacherei“ trifft Kräuterpädagogin Tina Rosenkranz den Nerv der Zeit. Bereits vor Erscheinen wurden 875 Exemplare vorbestellt – getragen von einer Community von über 215.000 Followern auf Instagram. In ihrem Ratgeber verbindet Tina Rosenkranz traditionelles Wissen über heimische Heilpflanzen mit modernen Anwendungen für den Alltag. Ob Schafgarbe, Brennnessel oder Holunder – die diplomierte Kräuterpädagogin zeigt praxisnah,

wie Wild- und Gartenkräuter als natürliche Begleiter für Körper und Seele genutzt werden können. Neben fundierten Pflanzenportraits mit Informationen zu Inhaltsstoffen, Wirkweisen und historischem Hintergrund enthält das Buch alltagstaugliche Rezepte für Tees, Salben, Öle und Bäder.

Tina Rosenkranz, Die Kräutermacherei, Christian Verlag GmbH, 208 S., ca. 100 Abbild., April 2026

Cover: Christian Verlag GmbH

Meyer's Mühle

Hamburgs Fachmarkt für Gartenmöbel

Vielfalt / Service / Qualität

auf 4000 m²

Ausstellung mit Beratung, Service und Abhollager in Norderstedt, Rugenborg 51



meyers-muehle-gartenmoebel.de

ANZEIGE

LAUTLOS ZUM PERFEKTEN RASEN

Vergessen Sie Benzingeruch und Lärm – die Zukunft der Gartenpflege ist elektrisch, ohne dabei an Kraft einzubüßen. Der EGO TR3801E-B Aufsitzmäher setzt neue Maßstäbe für anspruchsvolle Gartenbesitzer*innen. Dank der innovativen Peak Power™-Technologie bündelt er die Energie von bis zu sechs 56V ARC Lithium™ Akkus und liefert mit 22 PS eine Performance, die herkömmliche Verbrenner alt aussehen lässt. Zwei Motoren garantieren mit 20.000 Watt Power und ein präzises Schnittbild auf bis zu 8.000 qm. Ob Tempomat, drei Messereinstellungen oder das intuitive digitale Display – Sie behalten die volle Kontrolle. Mit 10 km/h Höchstgeschwindigkeit und einem 300-Liter-Fangkorb wird Gartenarbeit zum effizienten Vergnügen. Nachhaltigkeit trifft High-End-Technik: robust, leise und kompromisslos stark. Erhältlich bei Meyer's Mühle Gartentechnik in Norderstedt.



Foto: EGO Europe GmbH

DurchBLICK mit Komfort
Auf höchstem Niveau



Axel Strate
 Bauelemente 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

BERATUNG + VERLEGUNG



FUSSBODEN BÖHM

Einzigtiger Service rund um Ihren Boden!

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

Boostedter Straße 270 • 24539 Neumünster
Telefon: 04321/ 7 16 37
www.fussboden-boehm.de

Mitglied der Bremer
 Fachverbände
 Parkett
 Linoleum
 Fußbodenwerk

VERTRAULICHKEIT VERLÄSSLICHKEIT
 SEIT 1952
 BREITENREICH



Farbe ist Leben!

A. BIELENBERG
 Malerfachbetrieb seit 1906

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

Paul Runge Bauunternehmen
 - Meisterbetrieb seit 1893 -

133 Jahre

- Neubau von Ein- und Mehrfamilienhäusern
- An- und Umbau
- Altbau sanierung
- 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

MARKISEN SOMMER AKTION 2026
 GÜLTIG AB 01.03. BIS 30.09.2026

SONNENSCHUTZ-SYSTEME Foltas

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

Diplom-Physikerin Eva Foltas



/ Markisen / Insektenschutz / Rollläden / Garagentore

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

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




BUHR
 Bau & Möbeltischlerei

Bau & Möbeltischlerei Buhr GmbH
 Hansaring 156
 24534 Neumünster

0 43 21 / 28 04 04
info@tischlerei-buhr.de
www.tischlerei-buhr.de



**Macht Spaß.
 Macht Sinn.**

Die Natur schützen mit dem NABU. Mach mit!

www.NABU.de/aktiv



NABU: Neuling



Platz frei?

WERDEN SIE JETZT GASTFAMILIE UND ENTDECKEN SIE ZU HAUSE DIE WELT!

Als Gastfamilie für eine*n von über 500 Austauschschüler*innen aus aller Welt erleben Sie eine neue Kultur in den eigenen vier Wänden. Vorbereitet und begleitet werden Sie von der erfahrenen Austauschorganisation Youth For Understanding (YFU). Ihr Gastkind freut sich schon auf Sie!

gastfamilien@yfu.de | www.yfu.de | 040 22 70 02 -0

YFU YOUTH FOR UNDERSTANDING Internationaler Jugendaustausch

TEPPICHE

EINFACH LAYERN

Lange Zeit galt es als ästhetische Frage: Puristisches Parkett oder gemütliche Auslegeware? Doch im modernen Interior-Design weicht das starre Entweder-oder einem charmanten Sowohl-als-auch.

Teppiche erleben ein Comeback, da wir uns in einer schnelllebigen Zeit wieder nach mehr Geborgenheit und haptischen Erlebnissen sehnen. Dabei zeigt sich, dass die verschiedenen Beläge keine Konkurrenten sind, sondern sich hervorragend ergänzen.

TEPPICHE IN AUSLEGEWARE

Es gibt sie noch, die Teppiche in Auslegeware. Besonders in Schlafzimmern wird die klassische Auslegeware gerne genommen. Was für ein Gefühl, morgens die Füße direkt auf einen weichen Flor zu setzen, statt auf einen kalten Untergrund. Neben dem Komfort-Faktor fungiert die Auslegeware als wahrer Akustik-Profi: Sie schluckt Schall, dämpft Tritte und schafft eine Ruheoase, die essenziell für erholsamen Schlaf ist. Zudem sind moderne Textilböden heute oft allergikerfreundlich und pflegeleichter als ihr Ruf.



Teppiche gibt es als Brücken oder als Auslegeware in vielen Variationen.

FLEXIBLE TEPPICHBRÜCKEN

Auf der anderen Seite stehen die Teppich-Brücken, die flexiblen Nomaden unter den Einrichtungsgegenständen. Ihre Beliebtheit verdanken sie ihrer Wandlungsfähigkeit. Sie dienen als ideale Werkzeuge, um offene Wohnbereiche in Zonen zu gliedern oder gezielte Farbtupfer zu setzen. Ein gewagtes Muster lässt sich mit einer Brücke deutlich unkomplizierter umsetzen als mit einem fest verlegten Boden. Wer Lust auf Veränderung hat, tauscht sie einfach aus oder verlegt sie in einen anderen Raum.

TREND LAYERING

Ein Trend ist das Layering: Hierbei werden dekorative Brücken direkt auf neutrale Auslegeware platziert. Diese Kombination vereint das Beste aus beiden Welten – die vollflächige Wärme der Auslegeware und die modische Aussagekraft der Brücke. Chic und urgemütlich!

Foto: Adobe Stock

FLIESEN VIELFALT



KeraMiede
Fliesen | Naturstein | fugenlose Bäder

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

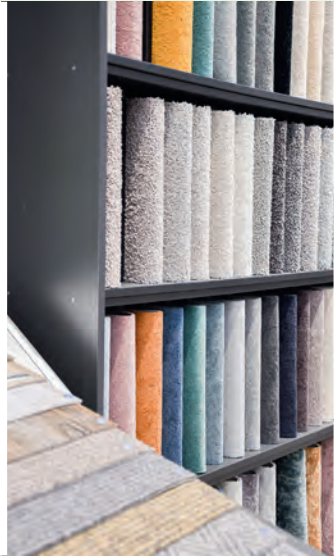
ANZEIGE



NATURSTEINE – HAPTİK MIT AUSSTRAHLUNG

„Die natürliche Schönheit von Stein kombiniert mit den Vorteilen moderner Fliesen ist gerade sehr im Trend“, erzählt Henning Miede von **KeraMiede in Schwentinal** und präsentiert die in den Ausstellungsräumen vorgestellten Exemplare. Aufwändige Texturen und eine natürliche Haptik sorgen hier für authentische Ausstrahlung. Ob zeitloser Modulverband oder großzügige Einzelformate mit modernen oder getrommelten Kanten – Naturstein-Optik ist sehr beliebt und verleiht dem Innenraum stilvolle Eleganz und individuellen Charakter. Das Material ist sehr pflegeleicht, langlebig und vielseitig einsetzbar. „Finden Sie Fliesen, die perfekt zu Ihrem Zuhause passen. Wir beraten Sie gern persönlich – kompetent, unkompliziert und mit viel Gespür für schönes Wohnen“, lädt das KeraMiede-Team zum Besuch der Ausstellungsräume ein.

Foto: KeraMiede



Völlig von der Rolle Teppichlösungen NACH MASS

Ein Teppich kann mehr als „nur“ warm unter den Füßen sein. Er strukturiert Zonen, dämpft Geräusche und gibt einem Raum sofort mehr Ruhe. Wer sein Zuhause damit aufwerten möchte, findet bei Knutzen Home in Kiel eine große Auswahl – vom Naturteppich bis zur maßgefertigten Lösung.

Neben robusten Synthetikqualitäten stehen Naturfasern hoch im Kurs. 100 Prozent Schurwolle – etwa vom Hersteller Danfloor – sorgen für ein angenehmes Raumklima und eine wertige Haptik. Wer Pflegeleichtigkeit sucht, wird bei synthetischen Teppichböden fündig; deutsche Marken wie Vorwerk sind mit vielen Qualitäten vertreten. Beliebt ist auch Tretford: eine Mischung aus Ziegenhaar und Wolle mit charakteristischer Rippenstruktur. Von der Rolle erhalten Sie außerdem modernen Kunstrasen mit Drainage, Sauberlaufmatten in Wunschlänge, Nadelfilz sowie PVC/CV-Beläge in hochwertiger Fachmarktqualität, etwa von Jordan und Tarkett, jeweils mit Zuschnittservice.

MASSARBEIT OHNE UMWEGE

Standardmaße passen selten exakt. Deshalb werden Teppiche vor Ort zugeschnitten und auf Wunsch gekettelt – die umlaufende Kettelnah gibt Kante und Halt. Quadratisch in 90 × 90? Ein Läufer in exakt 93 × 380? Das Team fertigt nach Maß; der Zuschnitt ist in der Regel

inklusive. Stufenmatten für Treppen werden ebenso individuell angepasst.

NEU: STECKEN STATT VERLEGEN

Neben klassischer Rollenware sind relativ neu textile „Planken“ eingezogen. Sie lassen sich wie Laminat verlegen und bei Bedarf partiell austauschen – praktisch, wenn ein Raum stark genutzt wird oder sich der Geschmack ändert. Ebenso ideal ist das Konzept für die Nutzung in Mietwohnungen.

CLEVER SPAREN MIT RESTEN

Mehrmals pro Woche treffen bei Knutzen Home neue Rollenreste ein. Halten Sie es mit Größe und Farbe flexibel, finden Sie hier hochwertige Ware zu deutlich günstigeren Preisen – ideal für einzelne Zimmer, Homeoffice oder Mietwohnungen. Auch die Reste können Sie sich auf Maß zuschneiden lassen.

VORBEISCHAUEN, ANFASSEN, BERATEN LASSEN

Im Fachmarkt an der Adresse Bahnhofstraße 14



Azubi Umut Tekir und das gesamte Team der Knutzen-Filiale in der Bahnhofstraße 14 berät Sie gerne zu individuellen Teppichlösungen.

in Kiel lässt sich die Qualität am besten erleben: Materialien fühlen, Farben im Licht prüfen, Maße klären und vielleicht noch ein Schnäppchen landen. So entsteht genau der Teppich, der zum Raum passt – funktional, langlebig und mit dem Look, den Sie sehen wollen.

**Knutzen Home Kiel, Bahnhofstraße 14,
Tel. 0431 / 642 524, www.knutzen-home.de**

AN DIE ARBEIT!

Neue Horizonte entdecken und Bewährtes bewahren: In dieser Ausgabe widmen wir uns den Impulsen unserer Arbeitswelt. Erfahren Sie, wie das Kontaktstudium der CAU Türen zur Wissenschaft öffnet und warum echte Mitarbeiterbindung heute der Schlüssel zum Erfolg ist.



Foto: Adelle Stock

STUDIERN FÜR ALLE

DAS KONTAKTSTUDIUM DER CAU

Lust auf Wissenschaft ohne Prüfungsstress? Das **KONTAKTSTUDIUM** der Uni Kiel ermöglicht lebenslanges Lernen für alle – unabhängig von Alter, Werdegang oder Abitur. In über 300 Angeboten tauchen Sie tief in Themen wie Geschichte, Physik oder Wirtschaftswissenschaften ein. Persönliche Beratung bietet das KONTAKTSTUDIUM auch auf der Kieler Woche bei „kieler uni live“: Vom 20.06. (ab 12 Uhr) bis zum 28.06.2026 (täglich 11–17 Uhr) ist das KONTAKTSTUDIUM in Pagode 6 für Sie ansprechbar. Teilnehmende genießen vollen Zugang zur Plattform OLAT und vielen Uni-Einrichtungen. Die Anmeldung für das Wintersemester startet Mitte September 2026; das Programm ist auch in gedruckter Form erhältlich. Die Gebühr beträgt pauschal 75 Euro (ermäßigt mit KielPass 20 Euro). www.kontaktstudium.uni-kiel.de

Foto: Jürgen Haacks/Uni Kiel



ANZEIGE

MIT HERZ, KREATIVITÄT & VERANTWORTUNG

Im **Senioren- und Therapiezentrum Haus Schleusberg** steht ein abwechslungsreicher Alltag für die Bewohner*innen im Fokus. Ein Beispiel dafür ist das kreative Trommelpjekt, das Anfang März gestartet ist: In gemeinsamer Bastelarbeit entstehen aus Tontöpfen zauberhafte Trommeln, die später bei rhythmischen Musikrunden zum Einsatz kommen. Farben, Federn, Perlen und Bänder geben Raum für Kreativität und fördern Gemeinschaft, Motorik und Lebensfreude. Solche Projekte machen auch den Arbeitsalltag vielfältig und zeigen, wie viel Gestaltungsspielraum moderne Pflege heute bietet – besonders für Mitarbeitende, die Menschen nicht nur begleiten, sondern ihre Lebensqualität mitgestalten möchten. Interesse an einer neuen beruflichen Herausforderung? Dann wenden Sie sich noch heute an Jana Rohde unter einrichtungsleitung@haus-schleusberg.de.



Foto: Haus Schleusberg

C | A | U

Christian-Albrechts-Universität zu Kiel
 Geschäftsstelle Kontaktstudium

Studieren
für
alle!

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

„Begleiten, leiten und führen mit Herz!“

Der perfekte nächste Schritt auf Ihrem Karriereweg!

Attraktives
Gehalt!

TOP-Mitarbeiter-
vorteile!

Wir suchen ab sofort je eine

Wohnbereichsleitung

(m/w/d)

für den allgemeinen Pflegebereich und den
neuen Wohnbereich „Junge Pflege“

Vollzeit

Wählen Sie einen Arbeitgeber,
der auch für Sie da ist und
bewerben Sie sich jetzt gleich!
Wir freuen uns auf Ihre
aussagekräftige Bewerbung!

Ansprechpartnerin:
Frau Jana Rohde
Telefon: (04321) 49 05 - 0
[einrichtungsleitung@
haus-schleusberg.de](mailto:einrichtungsleitung@haus-schleusberg.de)

Senioren- und Therapiezentrum
Haus Schleusberg

Schützenstraße 2 - 8 · 24534 Neumünster

Haus Schleusberg

www.haus-schleusberg.de

AUSSTELLUNGEN

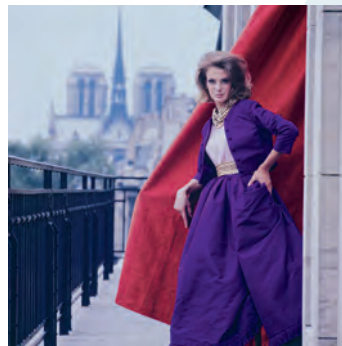
IM JUNI 2026



F.C. Gundlach – Belinda, „Karibikreise mit der SS United States, Stopp in New York“, New York City, 1965



F.C. Gundlach – Uschi Obermaier mit Sinalco-Puppe Rita, Hamburg 1970



F.C. Gundlach – Auf dem Balkon von Helena Rubinstein, Paris 1963



F.C. Gundlach – Gunel Person in der Villa von Sérgio Bernardes, Rio de Janeiro, 1963

Fotos: © F.C. Gundlach/Stiftung F.C. Gundlach

Zum 100. Geburtstag

Die Ausstellung „F.C. Gundlach. You'll Never Watch Alone“, die das Bucerius Kunstforum bis zum 16. August in Hamburg zeigt, richtet den Fokus auf das Wirken von F.C. Gundlach (1926-2021).

F.C. Gundlach erlangte Bekanntheit durch seine weltweit erstellten Modefotografien. Als einflussreicher Fotograf und wichtiger Teil eines Netzwerkes in der Mode-, Kunst- und Kulturszene war er beteiligt an der Produktion und Rezeption deutscher Modemagazine und prägte mit zahlreichen Covermotiven die Darstellung von Mode und die damit verbundenen gesellschaftlichen Vorstellungen von Geschlecht und Identität. Die Ausstellung beleuchtet Gundlachs vielfältiges Schaffen und lotet dabei Kontinuitäten, aber auch Brüche seiner persönlichen ebenso wie

gesellschaftlichen fotokulturellen Entwicklungen aus. Ihr Ziel ist es, das Schaffen von F.C. Gundlach in einen umfassenden Kontext zu setzen und seine Bedeutung für die Entwicklung der Fotografie im Spannungsfeld von Auftrag, Kunst und Technik herauszustellen. Neben den ikonischen Fotografien sind in der Schau auch unveröffentlichte Schwarzweiß- und Farbaufnahmen von F.C. Gundlach sowie Werke von seinen Vorbildern, Weggefährter*innen und Nachfolger*innen zu sehen. Unter www.bucerius-kunstforum.de können Sie sich weitergehend informieren.



BESONDERER BUCHTIPP

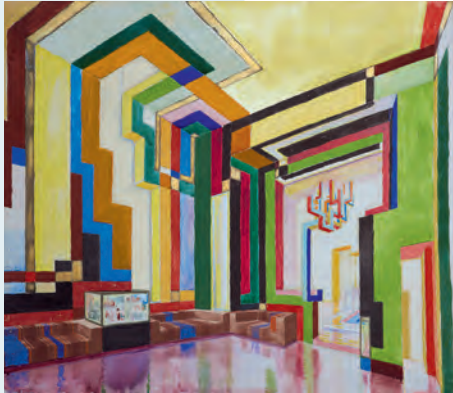
IM FOKUS

Iris ist Schriftstellerin und sehr viel auf Reisen, auf denen sie wiederum vielen Menschen begegnet – insbesondere Florin. Zwischen den Reisen kommt sie immer wieder zurück nach Wien, wo sie ihren Partner, den Fotografen Anton, trifft. Sie führen eine offene Liebesbeziehung, in der sie mit Macht und Gewalt beim Sex experimentieren, wobei Iris der sich unterwerfende Part ist. Literarisch beschäftigt sie sich gerade mit den Hexenverfolgungen, also ebenfalls Gewalt, die Frauen angetan wurde. Die Beziehungen von Iris zu anderen Menschen, ob männlich oder weiblich, sind komplex und werden von ihr laufend reflektiert, mit Erinnerungen vermischt und zeigen ihre inneren Spannungen. Die Autorin Laura Freudenthaler führt in ihrem gleichnamigen Roman ihre Figur Iris in dreizehn mehrseitigen Sätzen ihren Leser*innen so eindrucksvoll vor Augen.

Laura Freudenthaler: Iris. Verlag Jung und Jung, 172 S., 24 Euro

Cover: Gerald Baumgartner / Verlag Jung und Jung

Ein vielseitiger Künstler



Wenzel Hablik – Entwurf für einen Festsaal, 1924



Wenzel Hablik – Großer Falke, 1923

Die Ausstellung „Wenzel Hablik – Ein Universalkünstler zwischen Wiener Moderne und Expressionismus“ präsentiert das **Museum Eckernförde** vom 21. Juni bis zum 4. Oktober.

Der Maler, Grafiker und Kunsthandwerker Wenzel Hablik (1881-1934) hat wie kaum ein anderer deutscher Künstler im frühen 20. Jahrhundert ein facettenreiches expressionistisches Gesamtkunstwerk geschaffen. Es umfasst Gemälde, Zeichnungen, Grafiken, Textilien, Besteck, Geschirr, skulpturale Objekte und Schmuck sowie Möbel bis hin zu vollständigen Raum-

gestaltungen. Seine utopischen Fantasien über eine aus Kristallen gestaltete Welt sind einzigartig. Der in Brux/Böhmen geborene Wenzel Hablik lebte seit 1907 in Itzehoe. Hier lernte er die Webmeisterin Elisabeth Lindemann kennen, die er 1917 heiratete und mit ihr eine erfolgreiche Zusammenarbeit einging. Sämtliche Werke der Ausstellung, die einen Einblick in die künstlerische Vielfalt Habliks erlauben,



600 Jahre Eckernförde

Kunst, Kultur und Geschichte(n)

50 Jahre 1975 2025

m museum eckernförde

kommen als Leihgaben von der Wenzel-Hablik-Stiftung, Itzehoe.

Am 21. Juni um 11.30 Uhr wird die Ausstellung eröffnet. Danach können Sie sie dienstags bis sonntags jeweils von 11 bis 17 Uhr (feiertags 14.30 bis 17 Uhr) besuchen. Alle Führungstermine sowie weitere Informationen finden Sie unter www.museum-eckernfoerde.de.

DIE GESCHICHTE EINES GEBÄUDES

Die Ausstellung „Spurensuche Prinzenpalais. Adelsitz – Hotel – Archiv“ im Landesarchiv Schleswig-Holstein, die bis zum 21. August zu sehen ist, rückt die Historie des Hauses in den Fokus.

Bereits seit gut 325 Jahren gibt es das Prinzenpalais, einen beeindruckenden Bau im Schleswiger Friedrichsberg. In unserer Landesgeschichte spielte es immer wieder eine bedeutsame Rolle. Hier lebten namhafte Persönlichkeiten, Hofbeamte, Militärbefehlshaber sowie Geschäftsleute. Dem Prinzen von Noer, der im 19. Jahrhundert Besitzer des Gebäudes war, verdankt es seinen Namen. Außer Wohnhaus und Hotel war das Prinzenpalais unter anderem Lazarett, Flüchtlingsunterkunft, Haushaltsschule und Behördensitz. In drei Jahrzehnten wurde das Gebäude mehrfach umgebaut und Anbauten veränderten dessen Aussehen. In den 1980er Jahren wurde es für den Einzug des Landesarchivs saniert und zum Zweckbau modernisiert. Die Ausstellung präsentiert die vielfältige Gebäudegeschichte unter anderem anhand von Archivdokumenten, Bau- und Grundakten, Fotografien, Plänen und persönlichen Erinnerungen. Unter www.schleswig-holstein.de gibt es weitere Informationen.

Blick in die Ausstellung



Zwei der thematisch geordneten Schaukästen mit Fotos, Dokumenten und anderem mehr

In dieser Vitrine sind Fragmente der Fassade ausgestellt





Otto Flath – Das letzte Tor



Klaus Hack – Kleidfigur

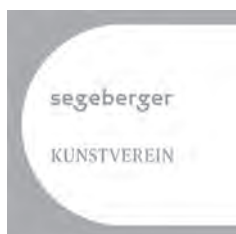


Klaus Efferen – Sisyphos reloaded

ZUM 1. MAL IM KULTURFORUM OTTO FLATH BAD SEGEBERG **DREI BILDHAUER**

OTTO FLATH

Otto Flath wurde 1906 in Staritzke bei Kiew geboren und 1917 mit seiner deutschstämmigen Familie aus Russland ausgewiesen. Nach beschwerlicher Flucht landete er 1919 in Melsdorf bei Kiel, wo er nach dem Besuch der Schule bis 1925 zum Elfenbeinschnitzer ausgebildet wurde. 1928 Stipendium an der Kunst- und Gewerbeschule in Kiel, 1932 Begegnung mit dem kunstaffinen Ehepaar Burmester, das ihn bis zu seinem Tod unterstützend begleitete. Ab 1936 war Otto Flath in Bad Segeberg als Bildhauer und Maler tätig, unterbrochen von 6 Jahren Krieg, der ihn schwer erschütterte. Sein Werk behandelt biblische Themen sowie u.a. die Natur, Mythen und die Musik. Es umfasst über 3.500 Holzskulpturen und 40 Altäre sowie ca. 10.000 Aquarelle und befindet sich nicht nur in Deutschland sondern auch in Skandinavien, den USA und der Schweiz. Otto Flath starb 1987, ehem. Wohnhaus, Werkstatt, Garten und Kunsthalle werden als KULTURFORUM OTTO FLATH von einer Stiftung als Treffpunkt für die Kultur betrieben.



KLAUS HACK

Klaus Hack wurde 1966 in Bayreuth geboren. Von 1989-91 studierte er an der Akademie der Bildenden Künste in Nürnberg bei Professor Wilhelm Uhlig und von 1991-96 an der Hochschule der Künste Berlin bei den Professoren Rolf Szymanski und Lothar Fischer, dessen Meisterschüler er war. Hack erhielt zahlreiche Stipendien und Auszeichnungen. Er lehrte unter anderem an der Kunsthochschule Berlin-Weißensee. Seit 1995 lebt und arbeitet der Bildhauer in Seefeld/ Brandenburg. Der ausschließlich mit Holz arbeitende Künstler lässt seine Arbeiten aus dem Holzstamm entstehen. Meist werden die Skulpturen und Reliefs mit weißer Farbe abschließend lasiert. Die helle Fassung verstärkt die Wirkung von Licht und Schatten und steigert die Wirkung der Werke in ihrer Körperhaftigkeit. Die Ausstellung, wurde vom SEGEBERGER KUNSTVEREIN initiiert, sowohl Plastiken als auch Grafiken des Künstlers werden in den Ausstellungsräumen der Villa Flath gezeigt.

KLAUS EFFERN

Klaus Efferen wurde 1967 in Siegsdorf/Bayern geboren und in Berchtesgaden zum Holzbildhauer ausgebildet. Danach studierte er an der HfK in Bremen sowie bei Prof. Hrdlicka in Wien. In Bad Segeberg stehen Zwei Werkreihen des Künstlers vis a vis zu den Plastiken von Otto Flath, Im kleinen Ausstellungsraum das Ensemble „Verspottung“, sieben Holzskulpturen als eine moderne dreidimensionale Version des Tafelbildes von Matthias Grünewald (1503) „Die Verspottung Christi“. Der Bildhauer schafft eine Situation mit seinen Skulpturen, die den Museumsbesucher vom bloßen Betrachter zum Zeugen der Szenerie werden lässt. Im großen Ausstellungsraum provozieren mitten in der Sammlung Flaths neue Skulpturen von Klaus Efferen. Trotz ihrer Übergröße nehmen sie direkten Kontakt zu uns auf. Die Assoziationen zu Nietzsches Begriff des Übermenschen, sowie zu anderen utopischen Vorstellungen, stehen ebenso im Raum, wie aktuelle politische Strömungen, wie z.B. die, der Tech - Elite des Silicon Valley.

Die Ausstellung von Klaus Hack ist vom 14. Juni bis 12. Juli in der Zeit von Freitag/Samstag (17-18 Uhr), Sonntag (11-18 Uhr) in der VILLA FLATH, zu sehen.

Die Ausstellungen von Otto Flath und Klaus Efferen in der KUNSTHALLE FLATH sind von Mai bis Oktober jeweils Samstag und Sonntag von 14-17 Uhr geöffnet.

Bismarckallee 5, 23795 Bad Segeberg



Flower Tours

Mit dem Bus zu allen 4 Ausstellungsorten von Rebecca Louise Law

Eine außergewöhnliche Tagestour

landesmuseen.sh

Infos, Termine & Tickets hier



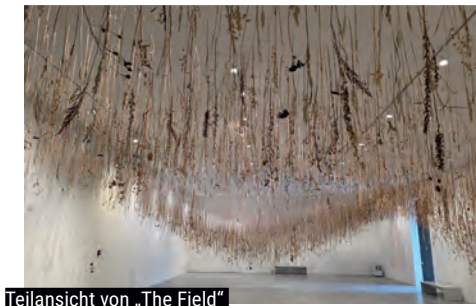
Landesmuseen Schleswig-Holstein

Kultur des Nordens.

 Sparkasse

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

Atemberaubend: „Florilegia“ in der Gottorf Reithalle (Detailansicht)



Teilansicht von „The Field“ im Jahr100Haus



Die Künstlerin Rebecca Louise Law vor ihrem Werk „Grain“ im Jüdischen Museum

ANZEIGE

Eine blumige Entdeckungstour

Der Höhepunkt des Jahres der **Landesmuseen Schleswig-Holstein** sind die Ausstellungen der Künstlerin Rebecca Louise Law. „State of Nature“ wird in vier Häusern an drei Orten präsentiert, die FlowerTour bietet die schöne Gelegenheit, alle vier Schauen an einem Tag zu besuchen.

Um 9.15 Uhr beginnt die Reise mit dem Bus am Treffpunkt auf dem Parkplatz Schloss Gottorf. Gemeinsam mit dem Direktor, der Museumsleiterin oder einer Kuratorin fahren Sie ins Jüdische Museum in Rendsburg, wo Sie die Arbeit „Grain“ sehen. Es ist ein Werk, mit der stillen Kraft von Weizen- und Getreideähren kulturübergreifende Themen wie Dankbarkeit und Fürsorge aufgreift. Nach der Führung bringt Sie der Bus nach Molfsee zum Jahr-100Haus des Freilichtmuseums Molfsee, wo Sie durch die monumentale Installation „The Field“ aus Hafer und Blumen geführt werden. In dieser Arbeit verbindet Rebecca Louise Law auf einzigartige Weise Landschaft, Handarbeit und Nahrung. Bevor Sie am frühen Nachmittag zurück zur Schleswiger Museumsinsel aufbrechen, gibt es ein kleines Mittagessen. In der Reithalle von Schloss Gottorf werden Ihnen dann bei einer Führung rund eine Million getrockneter Blumen des Law-Werks „Florilegia“ präsentiert. Ergänzt wird diese überwältigende raumgreifende Installation durch Bilder und Keramikarbeiten, die einen Einblick in zwei Jahrzehnte des Schaffens von Rebecca Louise Law gewähren. Den Abschluss der FlowerTour bildet von 16 bis

17 Uhr dann das Gottorfer Globushaus, das Sie ganz auf eigene Faust entdecken können. Hier entfaltet die Installation „Honesty“, bestehend aus tausenden schimmernden Silberblättern, ihren barocken Glanz und knüpft damit eindrucksvoll an den botanischen Reichtum des historischen Neuwerkgartens an.

WICHTIGE INFORMATIONEN

DIE FLOWERTOUR

Der Erwerb eines Tickets über den Online-Shop landesmuseen.sh.ticketfritz.de ist für die FlowerTour-Teilnahme notwendig. Für Fragen stehen Ihnen die Mitarbeiter*innen der Landesmuseen gern telefonisch unter 04621 813 222 oder per Mail service@landesmuseen.sh zur Verfügung. Die FlowerTour findet nur bei einer Mindestteilnehmerzahl von 20 Personen statt. **Die FlowerTour-Termine sind:** 7. Juni / 21. Juni / 12. Juli / 26. Juli, 9. August / 23. August / 6. September sowie 18. Oktober jeweils von 9.15 bis 17 Uhr. Der Teilnahmepreis beträgt 85,90 Euro pro Person. Unter landesmuseen.sh erhalten Sie weitere Informationen.

VERANSTALTUNGSTIPPS

IM JUNI 2026

Foto: Pexels - Rahul Panoff (1)



PAT METHENY

Wenn Pat Metheny die Bühne betritt, trifft technische Virtuosität auf grenzenlose musikalische Neugier. Seit Jahrzehnten zählt der US-amerikanische Gitarrist zu den prägendsten Stimmen des modernen Jazz und begeistert mit einem Stil, der mühelos zwischen lyrischer Feinheit, komplexer Improvisation und genreübergreifenden Klangwelten wechselt. Im Juni 2026 macht die Jazzlegende im Rahmen seiner JazzNights-Tour auch in Flensburg Station. Metheny, vielfach mit Grammy Awards ausgezeichnet, prägte den Klang der Jazzgitarre

nachhaltig und arbeitete mit Größen wie Herbie Hancock, David Bowie oder Ornette Coleman zusammen. Ob akustisch, elektronisch oder mit experimentellen Instrumenten wie der berühmten Picasso-Gitarre – stets lotet er neue musikalische Räume aus. Seine Konzerte gelten bis heute als intensive, überraschende Live-Erlebnisse voller Energie, Spielfreude und klanglicher Raffinesse. Karten gibt's u. a. bei Eventim.

**8. Juni, 20 Uhr •
Großer Saal, Laeiszhalle, Hamburg**

Fotos: Jimmy Katz / Monika Keichel

POCKET CLUB MIT MAYA MO

Wenn der Pocket Club die Bühne betritt, verwandelt sich der Lutterbeker in einen pulsierenden Kosmos gefühlter Leichtigkeit. Die siebenköpfige Formation hat sich einer klaren Mission verschrieben: das Feuer des „Dancy Soul Flavours“ zu entfachen. Ein Versprechen, das das Ensemble mühelos einlöst. Im Zentrum des Geschehens steht die charismatische Sängerin Mo. Weit über die Grenzen Schleswig-Holsteins hinaus bekannt, verleiht sie der Band ihre unverkennbare Stimme und zieht das Publikum sofort in ihren Bann. Unter dem

Motto „Rhythm is love!“ feiert die Band eine musikalische Reise durch Epochen und Genres. Das Set ist eine Auswahl inspirierender Perlen der Musikgeschichte: von den Soul-Wurzeln eines Stevie Wonder und Gil Scott-Heron über den Pop-Kult von Cyndi Lauper bis hin zu den modernen Klängen von Billie Eilish, ergänzt durch groovige Eigenkompositionen. Mehr Infos und Karten unter www.lutterbeker.de.

**13. Juni, 20 Uhr •
Lutterbeker, Lutterbek**



Black Rider

ODER: THE CASTING OF THE MAGIC BULLETS

Erleben Sie das furiose Zusammenspiel von Bildertheater, Rock und dunkler Volkssage: Das Landestheater Schleswig-Holstein bringt den Broadway-Kult direkt ins **Theater in der Stadthalle**.



Wilhelm ist kein Jäger. Wilhelm ist Schreiber. Sensibel, ein bisschen verträumt – und leider absolut miserabel im Schießen. Blöd nur, dass der örtliche Förster sich für seine Tochter Käthchen einen echten Kerl wünscht. Einen, der trifft. Doch ohne erfolgreiches Probeschießen keine Hochzeit. Da kommt Stelzfuß ins Spiel. Ein zwielichtiger Typ mit einem verlockenden Angebot: magische Kugeln, die niemals ihr Ziel verfehlen. Der Haken? Eine davon wird nicht Wilhelm, sondern Stelzfuß gehorchen. Was soll schon passieren? Ein klassischer faustischer Pakt – eingegangen aus Liebe, besiegelt mit fatalen Konsequenzen.

„The Black Rider“ nimmt die alte Volkssage vom Freischütz, die bereits Carl Maria von Weber als Vorlage für seine Oper nutzte, und schickt sie auf einen Höllentrip. Die Uraufführung des Stücks im Jahr 1990 mit Dominique Horwitz am Thalia Theater in Hamburg zählt bis heute zu den größten Theater-Highlights.

Komponiert wurde die Musik von Tom Waits. Die Sprechtexte stammen vom Beat-Poeten William S. Burroughs. Initiator und Regisseur der Uraufführung war der Universalkünstler Robert Wilson. Seine Werke, die er stets als „Opera“ bezeichnete, waren großes Bildertheater, bei dem das Bild selbst die Botschaft war. Und so wurde aus der romantischen Oper ein Schauspiel mit Musik, ein düsteres Märchen über Sehnsucht, Anpassung und Verführung. Und der Pakt mit dem Teufel erscheint wie eine Allegorie auf die Drogenprobleme des Autors William S. Burroughs. Im Zentrum der Geschichte steht aber immer noch ein Liebespaar. Das Landestheater Schleswig-Holstein zielt, feuert und trifft am 3. Juni um 20 Uhr.

Tickets sind erhältlich unter www.theater-neumuenster.de, Tel.: 04321 / 942 33 16 und im Kulturbüro Neumünster am Kleinflecken 26.

3. Juni, 20 Uhr • Theater in der Stadthalle, Neumünster

Theater Neumünster

Die Piraten von Penzance



The Black Rider

Mi., 03.06.26, 20 Uhr
Musiktheater
mit Kultstatus

Die Piraten von Penzance

Fr., 05.06.26, 20 Uhr
Komische Operette

SchulKulturFestival

08.06.-02.07.26

Schauspiel und Musicals aus den
Neumünsteraner Schulen

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Karten und Informationen im
Kulturbüro, Kleinflecken 26, Neumünster
Tel: 0 4321 | 942 33 16
oder unter
www.theater-neumuenster.de



LENA FINCK-STOLTENBERG

Die junge Dichterin und Liedermacherin aus Norddeutschland verzaubert ihr Publikum mit einer warmen, klaren Stimme und einer großen Portion Gefühl. Auf Deutsch, Englisch und Platt schreibt sie Lieder und Gedichte, die berühren, ermutigen und zum Nachdenken anregen. Wenn Lena Finck-Stoltenberg auf der Bühne von den Momenten erzählt, in denen ihre Texte entstanden sind, öffnet sie neue, liebevolle Blickwinkel, in denen sich die Zuhörer oft schmunzelnd selbst wiederfinden. Ein Abend voller Inspiration und Herzenswärme! Der Eintritt ist frei, der Hut geht rum. Da es nur begrenzte Plätze gibt wird um telefonische Anmeldung bei Klaus Mich unter Tel: 0177 / 839 06 09 gebeten.

12. Juni, 19.30 Uhr • Räucherkatte, Wattenbek

SCHUBYS BUCHTIPP

TOTENFRAU - DIE RACHE

Blum ist Bestatterin. Sie ist liebevolle Mutter zweier Kinder und besticht durch ihr großes Herz, ihren schwarzen Humor und ihre Coolness. Blum fährt Motorrad, sie trinkt gerne und ist glücklich verheiratet. Blums Leben ist gut. Doch plötzlich gerät alles durch den Unfalltod ihres Mannes, eines Polizisten, aus den Fugen. Vor ihren Augen wird Mark überfahren. Fahrerflucht. Blum trauert, will sich aber mit ihrem Schicksal nicht abfinden. Das Wichtigste in ihrem Leben ist plötzlich nicht mehr da. Ihr Halt, ihr Glück. Durch Zufall findet sie heraus, dass mehr hinter dem Unfall ihres Mannes steckt, dass fünf einflussreiche

Menschen seinen Tod wollten. Blum sucht Rache. Was ist passiert? Warum musste Mark sterben? Als sie die Antworten gefunden hat, schlägt sie zu. Erbarmungslos.

Bernhard Aichner, Rowohlt, 352 S., 14 Euro

Mit dieser Frau möchte ich mich nicht anlegen ... Der furiose Auftakt von Bernhard Aichners Bestseller-Serie.
**** 4 von 5 Sternen



DER FROSCH UND DAS WASSER

Kino im KDW: Für Abenteuer ist im Alltag von Stefan Busch in einer betreuten Wohngemeinschaft eigentlich kein Platz. Doch während eines Gruppenausflugs nimmt sein Leben eine schicksalhafte Wendung: Ohne zu zögern, schließt sich der junge Mann, den alle nur „Buschi“ nennen, einer japanischen Reisegruppe an. Auf diesem ungewöhnlichen Roadtrip durch Deutschland und die

Schweiz bis nach Japan beginnt eine behutsame Freundschaft zwischen Buschi und Hideo Kitamura. Buschi, der sich sein Leben lang weigerte, über Sprache zu kommunizieren, blüht in dieser fremden Umgebung auf. Eine leichtfüßige Geschichte über den Mut. Der Eintritt kostet 8 Euro. Mehr Infos unter kdw-neumuenster.de.



9. Juni, 20 Uhr •
KDW am Waschpohl, Neumünster



JESSE DANIEL & BAND

Jesse Daniel zählt zu den spannendsten Stimmen des modernen Country. Der Sänger, Songwriter und Multiinstrumentalist verbindet den klassischen Bakersfield Sound von Legenden wie Merle Haggard oder Buck Owens mit einer rauen, zeitgemäßen Note. Ehrliche Texte, markante Gitarren und energiegeladene Liveshows haben ihm weltweit eine treue Fangemeinde eingebracht. Der vielfach gefeierte Künstler spielte bereits in den USA, Europa und Brasilien und stand mit Größen wie Raul Malo auf der Bühne. Nach seinem Deutschland-Debüt 2025 kehrt Jesse Daniel nun zurück. Mehr Infos und Tickets unter www.nochtspeicher.de.

19. Juni, 20 Uhr • Nochtspeicher, Hamburg

Eure HALLE für Events, Tagungen, Hochzeiten, Konzerte, Kunst, Kultur, Comedy, Firmenevents uvm.

DECK 1 - Ob Firmenfeier, Kongress oder privates Event – das drittgrößte Deck bietet optimale Bedingungen für Veranstaltungen mit professioneller Technik. Mit ca. **201 m² Fläche** und Platz für bis zu 250 Personen eignet sich die Location ideal für festliche und vielseitige Events. Hochwertige technische Ausstattung und hervorragende Akustik sorgen dabei für ein erstklassiges Klangerlebnis.



Bild oben rechts © Viehmannphotographie

Deck 1 überzeugt mit moderner LED-Technik, einem 100-Zoll-Bildschirm, professioneller DJ-Anlage sowie integrierter Ambiente- und Partybeleuchtung. Dank flexibler Bestuhlungsoptionen – von klassischer Reihenbestuhlung über Bankett- und parlamentarische Bestuhlung bis hin zur Variété-Form – lassen sich individuelle Veranstaltungskonzepte optimal umsetzen.

Halle 400, Kiel an der Hörn. *Ihr Event – unsere individuelle Lösung.*

12.07.2026

**FANTASIEVOLLE
GRENZGÄNGER**

SCHLESWIG-HOLSTEIN
MUSIK FESTIVAL

12.09.2026

THE JURY EXPERIENCE

TOD DURCH KI:
WER ZAHLT DEN PREIS?

25.12.2026

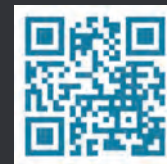
FAROUT REVIVAL

80er/90er PARTY

31.12.2026

SILVESTER GALA

DINNER & PARTY



SCAN FÜR MEHR!
www.halle400.de

KONTAKT

An d. Halle 400 #1, 24143 Kiel
info@halle400.de

FOLGT UNS

Facebook und LinkedIn:
Halle 400
Tagungen & Events GmbH

Instagram:



VERANSTALTUNGEN

GROOVIGES OPEN-AIR

Jazz im Park

Am 5. Juli verwandelt sich der Park der Musikschule Neumünster wieder in eine lebendige Open-Air-Bühne voller Rhythmus und Leidenschaft.

Es ist eine liebgewonnene Tradition: Am letzten Sonntag vor den Sommerferien laden die Musikschule und der Jazz-Club Neumünster zum charmanten Open-Air-Festival „Jazz im Park“ ein. Damit das Musikvergnügen wetterunabhängig bleibt, erwarten die Besucher*innen neben der Hauptbühne auch in diesem Jahr wieder zwei große Zelte, die verlässlich Schutz vor Sonne oder einem spontanen Regenschauer bieten. Den Auftakt um 15 Uhr macht das JazzOrchestra Neumünster (Foto). Das Ensemble der heimischen Musikschule präsentiert unter der Leitung von Jan-Christoph Mohr ein facettenreiches Programm. Die Musiker*innen versprechen einen mitreißenden Mix aus klassischen Swingstandards, lateinamerikanischen Rhythmen sowie modernen Funk- und Fusion-Titeln.

Um 17 Uhr übernimmt das hochkarätig besetzte Quartett „Experience“ die Bühne. Mit Kjell Kitzing an der Gitarre, Rafa Müller am Schlagzeug, Nils Olsen am Saxophon und Stephan Schajo am Piano wird sich die Formation direkt in die Herzen des Publikums spielen. Besonders spannend: Gitarrist



Kjell Kitzing wurde bereits 2023 im Rahmen des Kunstfleckens mit dem renommierten JazzFörderPreis des Kulturforums Schleswig-Holstein ausgezeichnet.

Den krönenden Abschluss läutet um 19 Uhr die Band YOUPHORIC rund um den Komponisten und Schlagzeuger Janosch Pangritz ein. Ihr Motto „Musik, das ist Emotion durch Klang. Und Klang kennt keine Grenzen!“ ist Programm: Die Zuhörer dürfen sich auf Crossover-Jazz vom Feinsten freuen, der das Festival gebührend ausklingen lässt. Der Eintritt ist frei. Mehr Infos unter www.musikschule-neumuenster.de.

Foto: Jan-Christoph Mohr

JAZZ IM PARK

Musikschule & Jazz-Club Neumünster



• JAZZ ORCHESTRA
NEUMÜNSTER

• EXPERIENCE

• YOUPHORIC

5. Juli 2026
SO • 15 UHR

EINTRITT FREI

HAART 32
NEUMÜNSTER

ANATOMY OF FAILING

Wie ein Anglerfisch bewegen wir uns durch die Dunkelheit der Tiefsee, die kaum erforscht ist. Ein schwaches Licht weist den Weg in einer Welt, die so weitläufig und rätselhaft ist wie die menschliche Psyche. Eine Expedition ins eigene Ich: Wem begegnet man hier unten? Welche Spuren hinterlässt man? 5 Spielerinnen, 5 Requisiten, 5 Geschichten. Im Zentrum dieser Stückentwicklung steht die eigene Künstler*innen-Identität und ihre Darstellung auf der Bühne. Mehr Infos, Termine und Karten: www.theater-kiel.de

13. Juni, 20.30 Uhr • Studio im Schauspielhaus, Kiel



Foto: Olaf Struck



THE MUSIC OF

QUEEN

mit
VALENTIN
FINDLING



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

PIG-ERBENE/HAUSER

Musik unterm Sommerhimmel

Vom 3. bis 5. Juli wird Honigsee wieder zum Treffpunkt für alle, die Live-Musik lieben: Die Honey Lake Sessions bringen Indie, Jazz, Global Sounds und Festivalgefühl mitten ins Grüne.

Wenn der Garten in Honigsee zur Bühne wird, Heuballen zu Sitzplätzen und internationale Sounds durch die Sommerluft ziehen, dann sind wieder Honey Lake Sessions. Zum sechsten Mal lädt das Festival vom 3. bis 5. Juli zu drei Tagen voller Musik, Begegnungen und entspannter Atmosphäre ein – perfekt für alle, die Lust auf besondere Konzerte abseits der großen Festivalrouten haben.

KLANGREISE IM GRÜNEN

Unter freiem Himmel erwartet dich ein sorgfältig kuratiertes Programm zwischen Indie-Pop, Jazz, elektronischen Einflüssen und Global Sounds. Ob du es dir im Gras gemütlich machst, auf einem Gartenstuhl wippst oder später vor der Bühne tanzst: Hier geht es nicht um großes Spektakel, sondern um Nähe, Neugier und den besonderen Moment, wenn Musik, Natur und Sommerabend zusammenpassen.

Am Freitag starten Kapa Tult mit leichtfüßigem Indie-Pop und rauen Gitarren in das Wochenende. Soft Loft bringen Indie, Dream Pop und Grunge zwischen Euphorie und Melancholie mit, während Conic Rose mit cineastischen Klanglandschaften aus Jazz, Ambient und moderner Instrumentalmusik in schwebende Soundwelten entführen.

VON KORA BIS JAZZ-PUNK

Der Samstag wird musikalisch richtig weit: Lubiana verbindet den warmen Klang der Kora mit modernen Einflüssen und schafft ein intimes, grenzüberschreitendes Erlebnis. Kolinga mischen Soul, Afrobeat, Chanson und Jazz zu einer Energie, die sofort hängen bleibt. Zum Finale drehen Botticelli Baby auf – wild, laut und voller Spielfreude zwischen Jazz, Punk, Blues und Pop.

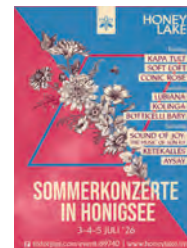


Auch der Sonntag bleibt spannend und wird besonders familienfreundlich – die Konzerte finden von 14 bis 18 Uhr statt. Sound of Joy: The Music of Sun Ra öffnet mit zwölf Musiker*innen einen kosmischen Jazzraum zwischen Swing und Improvisation, Ketekalles bringen Rumba, Flamenco, Hip-Hop, Rock und Soul auf die Bühne – roh, politisch und voller Kraft. Zum Abschluss verbinden AySay nordische Electronica mit anatolischer Volksmusik.

TANZEN, ESSEN, BLEIBEN

Nach den Konzerten am Freitag und Samstag geht es mit DJ-Sets weiter: Bugazza Boy liefert international Funk, House und UK Bass, MINKI bringt Global Groove und Heavy Bass

mit nach Honigsee. Kulinarisch warten unter anderem lokale Getränke, Falafel, herzhaftes und süßes Gebäck, Pizza, vegane Cupcakes und Eis.



Die Honey Lake Sessions sind damit ein kleines Sommerparadies für Musikentdecker*innen, Familien, Freund*innenrunden und alle, die für ein paar Stunden den Alltag hinter sich lassen

möchten. Mehr Infos und Tickets unter www.honeylake.live.

3. bis 5. Juli • Honigsee

SCHLESWIG-HOLSTEIN MUSIK FESTIVAL

Klangvielfalt im Norden

Das Schleswig-Holstein Musik Festival bringt den Norden zum Klingen – mit Stars der Klassik und einem Pop-Highlight in Kiel.



Pop-Ikonen: Am 18. Juli beehren Roxette die Merkur Ostseehalle in Kiel.

Wenn im Sommer Scheunen, Schlösser und Konzerthäuser zu Bühnen werden, startet wieder das Schleswig-Holstein Musik Festival. Vom 4. Juli bis 30. August verwandelt die 41. Ausgabe des Festivals das Land in einen musikalischen Treffpunkt mit internationalen Größen, ungewöhnlichen Spielorten und einem Programm zwischen Klassik, Jazz, Folk und Pop. Im Fokus stehen diesmal Stockholm als Musikmetropole sowie die lettische Akkordeonistin Ksenija Sidorova.

Zu den Gästen zählen renommierte Künstlerinnen und Künstler wie Yo-Yo Ma, Hilary Hahn, Daniil Trifonov oder Rolando Villazón. Auch große Klangkörper wie das NDR Elbphilharmonie Orchester oder das Royal Stockholm Philharmonic Orchestra prägen den Festival-sommer.



SHMF-Porträtkünstlerin ist in diesem Jahr die lettische Akkordeonistin Ksenija Sidorova.

Für besondere Aufmerksamkeit sorgt jedoch ein Konzert, das weit über die Klassikszene hinausstrahlt: Am 18. Juli gastiert die legendäre schwedische Band Roxette in der Merkur Ostseehalle. Mit Welthits wie „The Look“, „Joyride“ oder „It Must Have Been Love“ prägte Roxette eine ganze Generation – und bringt nun skandinavisches Popgefühl nach Kiel. Zwischen Nostalgie, großen Refrains und Stadionatmosphäre dürfte der Abend zu den publikumsstärksten Festivalmomenten des Sommers zählen. Gerade diese Mischung aus Hochkultur und Pop macht den besonderen Reiz des SHMF aus – und zeigt, wie vielseitig ein Festival im Norden klingen kann. Weitere Informationen und Karten sind erhältlich unter www.shmf.de.

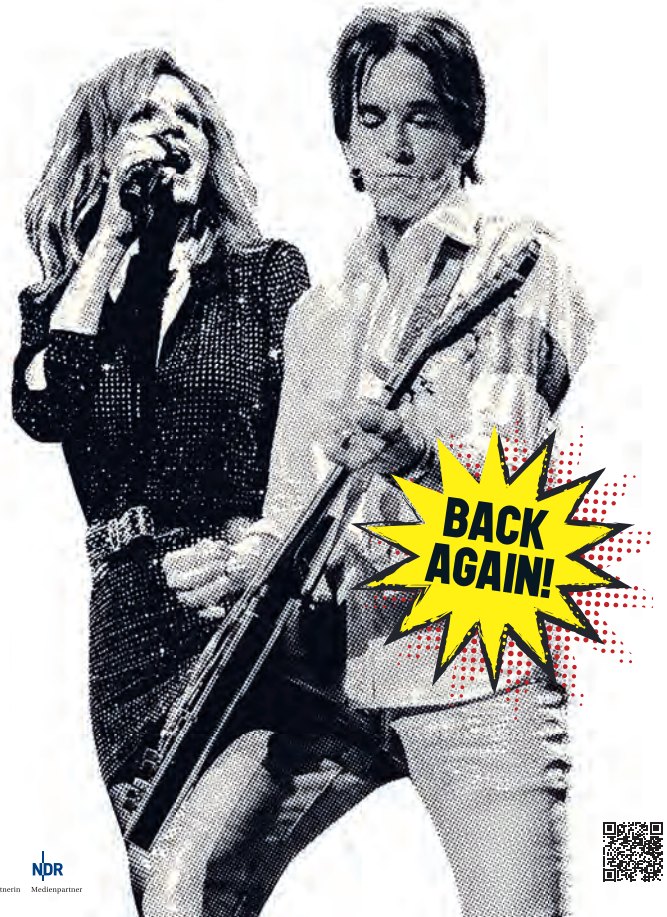
ROXETTE

LIVE! LIVE! LIVE! LIVE!

FOUNDER PER GESSLE BRINGS HIS CLASSIC
ROXETTE BAND TOGETHER. FEATURING
LENA PHILIPSSON!!!

18. JULI 2026
KIEL
MERKUR OSTSEEHALLE

TICKETS: SHMF.DE **LIVE NATION**
EINE VERANSTALTUNG DES SCHLESWIG-HOLSTEIN MUSIK FESTIVAL



Sparkassen-Finanzgruppe



PROVINZIAL



„Deka



GPJOULE



IB.SH



JAZZBALTICA 2026

Ein Meer aus Klang

Vom 25. bis 28. Juni verwandelt sich Timmendorfer Strand in eine pulsierende Jazz-Metropole.

Das Festivalgelände rund um den Strandpark bietet eine malerische Kulisse für Weltstars und Newcomer. Während die Maritim MainStage das Herzstück bildet, locken die OpenAir-Bühne und die Trinkkurhalle mit maritimem Flair.



Nachts verschmelzen bei der exklusiven Reihe @the beach schwebende Melodien mit dem Rauschen der Wellen.

Ein besonderer Fokus liegt diesmal auf der Virtuosität der Vibrafon-Szene, repräsentiert durch Größen wie Christopher Dell und Hauke Renken. Zudem feiert JazzBaltica spannende MainStage-Premieren: Der schwedische Schlagzeuger Emil Brandqvist bricht klassische Trio-Strukturen auf, während der US-Sänger Michael Mayo mit der Norrbotten Big Band die Grenzen zwischen Jazz und Pop auslotet. Fusion-Keyboards Bobby Sparks II bringt mit seinem seltenen Clavinet futuristische Sounds nach Schleswig-Holstein.

Neben treuen Weggefährten wie Omar Sosa und der NDR Bigband begeistert das traditionsreiche Familienkonzert mit „Michel aus Lönneberga“,

gesprochen von Gustav Peter Wöhler. Ein weiteres Highlight im Programm ist die Verleihung des renommierten IB.SH-JazzAwards an norddeutsche Nachwuchstalente.



Das große Finale am Sonntagabend verspricht ein unvergessliches musikalisches Feuerwerk: Nils Landgren (Foto oben) zündet gemeinsam mit seinen langjährigen Freunden Michael Wollny, Lars Danielsson und Wolfgang Haffner ein feinsinniges „avslut“-Konzert voller Leidenschaft und zeitloser Eleganz. Das gesamte Programm sowie Karten gibt's unter www.jazzbaltica.de.

25. bis 28. Juni • Timmendorfer Strand

Fotos: Agentur 54°, Felix König

präsentiert von **Kiel erleben**

HONEY LAKE SESSIONS

Freitag
KAPA TULT
SOFT LOFT
CONIC ROSE

Samstag
LUBIANA
KOLINGA
BOTTICELLI BABY

Sonntag
SOUND OF JOY: THE MUSIC OF SUN RA
KETEKALLES
AYSAY

SOMMERKONZERTE IN HONIGSEE
 3-4-5 JULI '26

tixforgigs.com/event/69740 | www.honeylake.live

STOLEN

STOLEN aus Chengdu sind die Speerspitze der chinesischen Indie-Rock-Szene. Das Quintett verwandelt das klassische Bandgefüge in eine hyper-synchronisierte Dance-Engine: Wild und sexy wie traditioneller Rock, kombiniert mit der kühlen Kontrolliertheit elektronischer Musik. Ihr hochenergetischer Sound fusioniert Techno, Dark-Wave und Post-Punk mit einer explosiven, handgemachten Audio-Visual-Show. Nach Touren mit den legendären New Order sind sie nun zum dritten Mal in Europa. Mit ihrem neuen Album „Cacophonous Symphony“ kehren sie zurück nach Hamburg an Bord der Stubnitz. Tickets: stubnitz.com

28. Juni, 20.30 Uhr • MS Stubnitz, Hamburg



Foto: Stolen

Tanzen lernen beim Profi: Wir sind Tanzschule!

Grundkurse Erwachsene

Montag	06. Juli	18.00 Uhr
Mittwoch	08. Juli	19.30 Uhr
Donnerstag	09. Juli	21.00 Uhr

Hochzeitskurse / Fit für die Party

Dienstag	30. Juni	18.00 Uhr
Samstag	04. Juli	14.00 Uhr
Dienstag	14. Juli	19.30 Uhr
Freitag	31. Juli	18.00 Uhr

Kostenlose und unverbindliche Schnupperstunde

für Paare:

Montag, 29. Juni,
18.00 Uhr oder
Mittwoch, 01. Juli,
19.45 Uhr oder
Donnerstag, 02. Juli,
21.00 Uhr

für Singles:

Dienstag, 30. Juni,
21.15 Uhr



West Coast Swing ohne Vorkenntnisse

Montag	06. Juli	21.00 Uhr
--------	----------	-----------

West Coast Swing mit Vorkenntnissen

Dienstag	28. Juli	21.00 Uhr
----------	----------	-----------

Contemporary für Erwachsene

(Anfänger)

Samstag	20. Juni	20.10 Uhr
---------	----------	-----------

Modern Jazz für Erwachsene

(Anfänger)

Freitag	10. Juli	19.30 Uhr
---------	----------	-----------

Line Dance – Sommerkurs

Dienstag	07. Juli	18.00 Uhr
----------	----------	-----------

DANCE it Yourself! – Sommerkurse

Freitag	05. Juni	15.00 Uhr
Donnerstag	09. Juli	18.00 Uhr

Discofox-Kurse

Sonntag	07. Juni	10.00 Uhr
Samstag	04. Juli	17.00 Uhr
Dienstag	14. Juli	21.00 Uhr
Freitag	31. Juli	19.30 Uhr

tanzschule tessmann ADTV



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

Geschäftsführung (V.i.S.d.P.):
Gesa Schimmer & Kathrin Wesselmann, Tel.: 0431 / 200 766 933

Chefredaktion:
Mirjam Stein, redaktion@verlagskontor-sh.de, Tel.: 0431 / 200 766 508

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

Grafik:
Sandra Huege, Andrea Nommensen, Nicolas Rexin, Maren Urvat, Sonja Woltd

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

**Flensburg, Schleswig,
Nordfriesland (22.000 Ex.):**
Jörg Stoeckicht:
j.stoeckicht@falkemedia.de
Tel.: 0171 / 645 47 36

**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

Tobias Meisheit:
t.meisheit@falkemedia.de
Tel.: 0171 / 375 36 19

**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

Corinna Beck:
c.beck@falkemedia.de
Tel.: 0151 / 14 14 61 00

Gesamtauflage:

Bis zu 130.000 Exemplare / Monat

Anzeigen- und Redaktionsschluss:
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. JULI.



ZWISCHEN SEEN, WIESEN UND KLEINEN STÄDTEN

Schleswig-Holstein hat auch fern der Küsten viel zu bieten. Wir nehmen in unserer nächsten Ausgabe mal das Binnenland unter die Lupe und stellen Ihnen ein paar schöne Ecken vor – von Badeseen mit Spielplätzen über Naturparks bis zu gemütlichen Kleinstädten. Dazu gibt es ausgewählte Radrouten für den Sommerferien-Start, Picknick-Ideen und Tipps für Ihren Trip.

KUGELN, KREATIONEN UND KLASSIKER

Sommer ist Eiszeit: Wir stellen Ihnen Eisdielen und Eiscafés in Schleswig-Holstein vor und schauen bei regionalen Hersteller*innen hinter die Theke. Außerdem liefern wir einfache Rezepte für zu Hause – von Fruchtteis bis Semifreddo. Die besten Adressen und Rezeptideen finden Sie in unserer nächsten Ausgabe.



KOCHEN, ESSEN, LEBEN IM FREIEN

Vom kompakten Grillmodul bis zur voll ausgestatteten Gartenküche: Wir zeigen, wie Outdoor-Kochen praktisch und stilvoll gelingt. Sie erfahren, welche Materialien wetterfest sind, wie Sie Planung, Strom und Wasser clever lösen und welche Geräte wirklich Sinn ergeben. Inspirierende Beispiele, Budget-Tipps und modulare Lösungen helfen beim Start in die Draußen-Saison.



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.



falkedia
GREEN CAMPUS

PRÄSENTIERT

am 11. & 12. Juli 2026

HIT SONGWRITING MASTERCLASS

LIMITIERTE
PLÄTZE



Zwei Tage
MENTORING
für Songwriter,
Artists &
MUSIC LOVERS

in sensationeller
Studio- & Outdoor-
Atmosphäre



mit Hit-Produzent Mark Smith



- ★ Du wirst erleben, wie ein Hit-Songwriter denkt, und lernen, wie man heutzutage eigene Ideen entwickelt und daraus Hitpotenzial kreiert – **MIT & OHNE KI**.
- ★ In dieser intensiven **HIT SONGWRITING MASTERCLASS** geht es darum, wie du aus Gefühlen starke Songs entwickelst, die dich und viele Menschen begeistern.

PLATZ SICHERN!



Jetzt limitierten Platz sichern: www.falkedia.de/hit-songwriter



100
Referenzen
auf unserer
Website

TUCANO

HAMBURG



LAGERVERKAUF FROSTFESTER PFLANZGEFÄSSE

Deutschlands größte Auswahl auf 3000 m²



Nur bei Tucano - 5 Jahre Gewährleistung auf jeden Topf!

Seit 1995 importiert Tucano hochwertige, frostfeste Pflanzgefäße. Mit unserer Auswahl sind wir Deutschlands Nr.1. Neben klassischer Terracotta und glasiertem Steinzeug finden Sie natürlich auch moderne, leichte Gefäße. Vergleichen Sie bitte: die Qualität, die Auswahl, die Kulanz. Und die Preise!
Wir besuchen unsere Lieferanten regelmäßig und kaufen vor Ort ein – weltweit.

Besuchen Sie auch unseren

Tucano Hamburg Import & Großhandel
22761 HH-Bahrenfeld • Boschstr. 2 / Ecke Bornkampsweg



Online-Shop www.tucano.de

Tel. 040-85 50 83 86 • www.tucano.de
Öffnungszeiten: Mo bis Fr 10 - 19 Uhr, Sa 10 - 18 Uhr