

DAS MONATSMAGAZIN IM NORDEN

lebensart

NEUMÜNSTER / MITTELHOLSTEIN / RENDSBURG

JULI 2026 • KOSTENLOS

Sommer & Sonne satt

AUSFLUGSTIPPS, EISREZEPTE UND GANZ VIEL MEER

Farbenfroh verkleiden

MARLIES HARMS – EINE SCHNEIDERIN DER TRÄUME



NORTEX
... zieht den Norden an!

Entspannung zum
besten Preis!



mit echtem
Schaffell



CONFORM®

Sessel Schaffell, grau 2.590,- | Hocker Schaffell, grau 699,- | Sessel in Leder mit Walnuss 2.190,- | Hocker in Leder mit Walnuss 549,-

HENNINGS
Möbel

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

Wir sehen
uns in
Büdelsdorf!

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

INNENTÜREN

Ihr Zuhause. Ihr Stil. Ein Ansprechpartner.

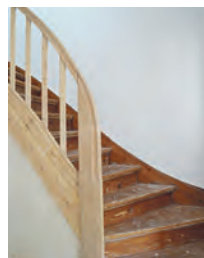
Mit unserem Türen-Sortiment gehen wir den nächsten Schritt und bieten Ihnen nun die perfekte Kombination aus hochwertigen Böden, stilvollen Türen und den exakt passenden Fußleisten.

Jetzt beraten lassen!

Telefon 04321 2517160 | 0151 61728795
E-Mail tueren@knutzen-home.de

Treppenrenovierung

BIS ZU 1.000 € SPAREN!



Jetzt Termin vereinbaren!

Telefon 04321 2517160
Mobil 0151 61728795

200 € COUPON*
ab einem Warenwert von 1.000 €

400 € COUPON*
ab einem Warenwert von 2.000 €

600 € COUPON*
ab einem Warenwert von 3.000 €

800 € COUPON*
ab einem Warenwert von 4.000 €

1.000 € COUPON*
ab einem Warenwert von 5.000 €

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

Rabatt nur auf unsere Plissee Kollektion und das gesamte Insektenschutz-Sortiment. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen.

Verwaltung: Knutzen Teppich-Hof GmbH



ALTES STAHLWERK

NEUMÜNSTER



SONNTAGSBRUNCH SOMMERFERIEN-SPECIAL

... immer wieder sonntags von 12 – 14 Uhr

Genießen Sie den beliebten Sonntagsbrunch im Restaurant 1500°C – mit liebevoll gedeckten Tischen, frischen Salaten, Edelfisch-Variationen, zartem Roastbeef, vegetarischen Köstlichkeiten und süßen Verführungen aus unserer Pâtisserie. Dazu ein Glas Chardonnay-Sekt sowie Kaffee-, Tee- und Saft-spezialitäten

42 € PRO GAST

SOMMERFERIEN-SPECIAL: -20% RABATT
IM ZEITRAUM 05.07. – 16.08.2026



FOLLOW US & TAG US

ON FACEBOOK & INSTAGRAM



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

Liebe Leserin, lieber Leser,

ab welcher Temperatur gehen Sie eigentlich im Meer baden? Nach dem doch recht kalten und bewölkten Junianfang, hofft das Lebensart-Team im Juli auf schönes Strandwetter. Denn nur so kann man den Sommer zwischen Nord- und Ostsee doch wirklich genießen: mit einem Sprung in die kühlen Fluten. Wenn Ihnen die Strände jedoch zu überlaufen sind, haben wir zum Glück noch unser wunderschönes Binnenland. Fernab der Küste warten male- rische Orte, blühende Natur und der ein oder andere Kuchen. In unserer Rubrik „Twüschen Binnenland un Waterkant“ haben wir Ihnen Inspirationen für Ihren perfekten Sommer zu- sammengestellt. Wer wie Redakteurin Natalie Zahnnow keinen Sand mag, findet dort auch eine Übersicht der schönsten Badeseen und Flussbäder im Norden.

Redakteurin Marion Laß ist sprichwörtlich noch etwas tiefer in die Fluten gesprungen und thematisch in die Gezeiten eingetaucht. Für alle, die nicht genau erklären können, wie das mit Ebbe und Flut funktioniert, liefert sie eine verständliche und bildliche Erklärung.

SONNE, STRAND UND MEER

Damit es Ihnen, neben schönen Ausflugszielen, im Sommer an nichts fehlt, hat Maya Schukies

wunderschöne Bademoden zusammengestellt. Für die kleine Abkühlung zwischendurch finden Sie in dieser Ausgabe auch leckere Eisre- zepte. Wenn Sie sich zwischen Schokoladeneis mit Pepp, Semifreddo aus weißer Schokolade und Minz-Limetten-Sorbet nicht entscheiden können, probieren Sie doch einfach alle Sorten und genießen Sie Ihren Sommerurlaub eiskalt.

Apropos Urlaub ... Welche Souvenirs bringen Sie sich aus dem Urlaub mit? Die Norder- stedterin Marlies Harms bringt von Reisen in ferne Länder gerne besondere Stoffe mit. Was sie daraus näht und wie sie die entsprechende Kultur aufgreift, verrät Ihnen Marion Laß.

Herzlichst, Ihr Lebensart-Team



ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir Ihnen das **NORTEX Mode- center** in Neumünster. Die neuesten Sommer- trends entdecken Sie auf Seite 44.

Titel: © NORTEX

THEMIEN

JULI 2026

COVER | Nortex Mode-Center

Für den perfekten Sommerauftritt! 44

UNTERWEGS & UP-TO-DATE

Düt & Dat 6

Sommerfreuden – Das ist los im Juli 2026..... 10

**TWÜSCHEN BINNENLAND UN
WATERKANT**

Einfach mal abtauchen – Badeseen im Binnenland.... 16

Förde Fräulein: Fünf Orte, die Schleswig-Holstein
zum Erlebnis machen..... 22

Ebbe und Flut und die Sache mit dem
„Karussell-Schwung“ 24



42

Sonne, Sand und Silhouetten
Trendige Bademoden



16

Einfach mal abtauchen
Badeseen im Binnenland

HAPPY FAMILY

Verirren leicht gemacht – Irrgärten im Norden 32

SO SCHMECKT DER NORDEN

Eiskalt – Eisrezepte für den Sommer 34

Regionaler Hochgenuss bei „Käse trifft Wein“ 40

MODE & BEAUTY

Sonne, Sand und Silhouetten –
Trendige Bademoden..... 42

Für den perfekten Sommerauftritt! 44

Die Schneiderin der Träume: Marlies Harms..... 50

GESUND & FIT BIS INS ALTER

„Longevity“: Die Kunst, jung zu bleiben 52

HAUS, HOF & GARTEN

Outdoorliving: Die Terrasse als neues
Lieblingszimmer 56

34

Eiskalt – Eisrezepte für den Sommer



KUNST & KULTUR

Ausstellungen im Juli	70
Veranstaltungshighlights	74

IMMER IN DER LEBENSART

Editorial	3
Impressum	82
Vorschau August	82



10

Sommerfreuden
Das ist los im Juli

Fotos: Bildnachweise im redaktionellen Beitrag



Trocken

Dächer von Bente.

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




Team- & Firmenlauf

Neumünster

Jetzt anmelden!
www.stgk.de



Spendenempfänger:
FREIHEITS-STIL

18.09.2026



MATHIESSEN
VERSICHERUNGSMAKLER



Juzo

DÜT & DAT

IM JULI 2026

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.



NEUES ZUHAUSE GESUCHT

Günni

NEUGIERIG & VERSPIELT

Günni (geb. 07/2024), ist ein Jack-Russell-Mops-Mix, der auf der Suche nach einem passenden Zuhause ist. Im Tierheim zeigt sich der junge Rüde anfangs noch etwas unsicher gegenüber fremden Menschen und neuen Situationen. Hat er Vertrauen gefasst, kommt sein lebhaftes Wesen zum Vorschein: neugierig, verspielt und mit dem typischen Terrier-Eigensinn. Günni möchte beschäftigt werden und sucht aktive Menschen, die ihm mit Geduld, Ruhe und klaren Regeln Sicherheit geben. Mit Hündinnen ist er je nach Sympathie verträglich, mit Rüden hingegen nicht. Deshalb wird für ihn ein Zuhause als Einzelhund gesucht. Kinder sollten bereits älter sein. Mehr unter www.tierheim-nms.de.



Neues Feuerwehrhaus für Tungendorf



Foto: Natalie Zahnow

Bei der Grundsteinlegung wurde von Stadtpräsidentin Schättiger, OB Bergmann, Wehrführer Dettmann, Markus Kruse und Jens Grünewald eine Zeitkapsel befüllt.

Mit der feierlichen Grundsteinlegung am 9. Juni hat der Neubau der Feuerwache Tungendorf einen wichtigen Meilenstein erreicht. Am Kamp 114 entsteht bis Sommer 2027 ein modernes Feuerwehrhaus für die fusionierte Freiwillige Feuerwehr Tungendorf. Rund 9,3 Millionen Euro investiert die Stadt in das Projekt. Realisiert wird der Neubau durch das Hamburger Traditionsunternehmen August Prien, das den Bau als Totalübernehmer verantwortet. Das neue Gebäude soll mit energieeffizienter Bauweise, großer Fahrzeughalle und modernen Schulungsräumen optimale Bedingungen für Einsätze, Ausbildung und Nachwuchsarbeit schaffen.

TEEGENUSS

DURCHATMEN IM WALD

Für alle, die gerade nicht so fit sind und ihren Waldspaziergang vermissen: Der Kräutertee „Durchatmen im Wald“ von Sonnentor mit Fichtennadeln, Brombeer-, Heidelbeer- und Löwenzahnblättern sowie Brennnessel, Spitzwegerich, Amaranth-Kleeblüten, Schlüsselblumen und mehr schickt Sie in Gedanken auf einen Waldspaziergang in die grüne Oase. Einfach Tee aufgießen und durchatmen! Die Kräutermischung schmeckt krautig, harzig, süßlich – lecker. 18 Beutel, 4,29 Euro, www.sonnentor.com



Foto: Sonnentor

FEK IST 100. KLIPPO-KINDERSCHUTZPUNKT

Mit dem FEK erhält Neumünster seinen 100. KliPPO-Kinderschutzzentrum – ein wichtiger Meilenstein für das stadtweite Netzwerk zum Schutz von Kindern. KliPPO-Standorte sind Geschäfte, Einrichtungen und Institutionen, die Kindern in Not- oder Unsicherheitssituationen als verlässliche Anlaufstelle dienen. Das Projekt KliPPO wurde 2017 vom Kinderschutzbund Neumünster ins Leben gerufen und ist heute Teil des städtischen Sicherheitskonzeptes. Die Gewinnung neuer Partner und die Betreuung bestehender Kinderschutzzentren werden ausschließlich durch haupt- und ehrenamtliches Engagement sowie Spenden ermöglicht. Mehr Infos unter www.klippo-nms.de.



Foto: Kinderschutzbund Neumünster



AUSFLUGSTIPP

**NEUMÜNSTER
NEU ENTDECKEN**

Neumünster zeigt sich als Stadt voller Kontraste und kleiner Überraschungen. Zwischen historischen Spuren der Textilgeschichte, grünen Rückzugsorten und tollen Cafés entsteht ein Mix, der neugierig macht. Alte Industrie trifft hier auf moderne Kultur, entspannte Park- und süße Genussmomente. Weitere Ausflugstipps gibt es auf foerdefraeulein.de oder auf Social Media unter @foerde_fraeulein.

Fotos: Förde Fräulein



**KOSTENLOS
INS MUSEUM**

Freier Eintritt in über 130 Museen in Schleswig-Holstein: Die Museums-Card macht es möglich. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren können so Kunst, Geschichte, Technik und Natur entdecken. Die beliebte Aktion lädt dazu ein, Kultur vor der eigenen Haustür oder bei Ausflügen neu kennenzulernen. Die MuseumsCard 2026 gilt noch bis zum 15. November. Mehr Infos und alle teilnehmenden Museen unter www.meine-museumscard.de.

Foto: Landesjugendring Schleswig-Holstein

Alles muss raus!



**Räumungsverkauf
wegen Umzug!**



**01.07.2026
bis
05.09.2026**

ALLEGRA

ALLEGRA • BOUTIQUE

Mühlenbrücke 4 • 24534 Neumünster
Telefon: 04321 42228

www.allegra-trends.de • www.facebook.com/allegramode

Mo. und Do. geschlossen • Di., Mi. und Fr. von 10-17 Uhr • Sa. 10-14 Uhr

EGAL WELCHES FAHRRAD DU FÄHRST:
RADFAHREN MUSS NICHT WEHTUN!



WESTRING 256 | KIEL
WWW.COMFYTTERS.DE

RIDE SMART • FEEL COMFY
COMFYTTERS
BIKEFITTING.WORKS

SATTEL UNBEQUEM
KNIE- ODER RÜCKENSCHMERZEN
TAUBHEITSGEFÜHLE



ALLE INFOS:



Unsere Dienstleistung für Sie in Bordesholm:

GOLDANKAUF



Sofort Bargeld bei der FairPreis Gold GmbH

Machen Sie Ihr Gold zu Geld

Bordesholm Montag bis Mittwoch
Holstenstr. 16 10 bis 17 Uhr

Wir kaufen Gold- und Silberschmuck, Zahngold, Silber,
Bestecke, Münzen, Bruchgold, Zinn. (Tagesaktuelle, börsenorientierte Preise)
Vom Fachmann bewertet:
Christian Schön, Auktionator, öffentlich bestellt und vereidigt.

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



WAS UNS AM HERZEN LIEGT?
IHRE BEDÜRFNISSE!

Trauerfeiern nach Wunsch gestaltet.



JUNGFERNSTIEG 4
NORTORF
TEL. 04392-44 13

www.hein-bestattungen.de

Hein
BESTATTUNGEN

DÜT & DAT

VERDIENSTKREUZ

DIETRICH MOHR AUSGEZEICHNET

Mit dem Verdienstkreuz am Bande ehrte Ministerpräsident Daniel Günther im Juni Dietrich Mohr für dessen herausragendes ehrenamtliches Engagement. Als Mitbegründer des Jugendverbands Neumünster prägte er über Jahrzehnte die Kinder- und Jugendarbeit der Stadt. Besondere Akzente setzte er u. a. mit dem Projekt „Demokratie erleben – Jugend trifft Politik“, der Weiterentwicklung des Ferienprogramms „FerienSpaß“ sowie durch sein langjähriges Engagement für den Weltkindertag in Neumünster.

Engagement
braucht Anerken



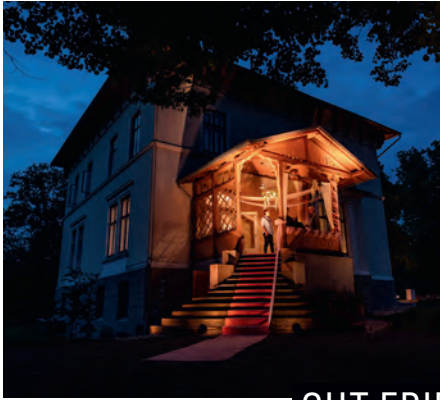
Foto: Frank Peter



Foto: AdneB Stock

NACHBARSCHAFTSCAFÉ FREIWILLIGE GESUCHT

Das Nachbarschaftscafé im Mehrgenerationenhaus (MGH) Volkshaus sucht zwei Ehrenamtliche zur Unterstützung des Café-Teams für Vor- oder Nachmittagsschichten. Das Café ist ein beliebter Treffpunkt in Tungendorf, an dem Menschen ins Gespräch kommen und gemeinsame Zeit genießen. Interessierte wenden sich an Andrea Schütt unter Tel.: 04321 / 2505 2110 oder per E-Mail an mgh@diakonie-altholstein.de.



GUT FRIEDEBURG

BESONDERE MOMENTE ERLEBEN

Inmitten der Holsteinischen Schweiz entsteht mit Gut Friedeburg eine neue Eventlocation für Hochzeiten, Firmenevents, Seminare sowie Film- und Fotoproduktionen. Das denkmalgeschützte Herrenhaus in Lammershagen verbindet historischen Charme mit einer ruhigen, naturnahen Lage und einem stilvollen Ambiente. Die Betreiber setzen bewusst auf Individualität, Ästhetik und hochwertige Erlebnisse. Neben privaten Feiern und geschäftlichen Veranstaltungen soll das Gut auch Kreativen als Kulisse für Foto- und Filmprojekte dienen. Künftig steht das Herrenhaus zudem als Außenraustelle des Amts Selent zur Verfügung und bietet Brautpaaren einen außergewöhnlichen Ort für ihre Hochzeit. Mit ersten Kooperationen aus der Hochzeits- und Eventbranche nimmt das Projekt bereits Fahrt auf. So bringt das Gut Friedeburg die Menschen für unvergessliche Begegnungen zusammen. Mehr Infos: www.gutfriedeburg.de

**DAS RECHT
AUF HILFE IST
NICHT VERHANDELBAR.
SPENDEN FÜR NOTHILFE
IN GAZA.**



medico international

DE69 4306 0967 1018 8350 02
medico.de/nothilfe-gaza



Foto: Förde Fräulein

TIPP DES MONATS

AUF DIE RÄDER, FERTIG, LOS!

Fehmarn ist ein Paradies für Radfahrer*innen. Die Insel verfügt über sagenhafte 300 Kilometer ausgeschilderte Radwege. Fünf Touren, zusammengestellt vom Tourismus-Service Fehmarn, lohnen besonders. Die Leuchtturmtour führt in ca. 1 Stunde an Leuchtleuchten wie Struckkamphuk und Flüge vorbei; Start ist an der Fehmarnsundbrücke. Die Grüner-Brink-Tour für Naturfans beginnt und endet am Niobe-Denkmal. Die Hafentour umrundet in rund 3 Stunden den Westen samt der Häfen von Burgstaaken und Puttgarden. Die Genießer-Tour (etwa 5,5 Std.) lädt zu verschiedenen Schlemmer-Pausen ein. Los geht es ab Burgstaaken. Wer es besonders sportlich angehen will, begibt sich auf die Inselumrundung mit Start in Lemkenhafen.

Räder kann man sogar vor Ort leihen. Mehr Infos: fehmarnde
Noch mehr Fehmarn Feeling gibt's auf Instagram: @fehmarnefeeling

Bio-Mühle und mehr.



GUT ROSENKRANTZ
HANDELSGESELLSCHAFT FÜR NATURPRODUKTE MBH

Du bist Berufskraftfahrer/in?
Dann fahr mit uns in die Zukunft.



Wir suchen zu sofort einen
Kraftfahrer, C/CE (m/w/d)
für den Bereich Logistik

Die Handelsgesellschaft für Naturprodukte mbH – Gut Rosenkrantz – ist ein international tätiges, führendes Unternehmen in der Biolebensmittelbranche. Wir bringen hochwertige Bio-Lebensmittel direkt zu unseren Kunden. **Regional, nachhaltig und mit Leidenschaft.**

Deine Vorteile:

- Regionale Touren in HH, SH und HB
- Job in einem nachhaltigen Unternehmen mit wachsendem Segment
- Familiäres Team und kurze Wege
- Eigener LKW
- Feste Touren und bekannte Kunden
- Überstundenkonto mit Freizeitenausgleich

Dein Job bei uns:

- Auslieferung von Bio-Produkten an unsere Kunden im Gemeinschaftsverpflegungsbereich
- Be- und Entladen deines Fahrzeugs
- Eigenverantwortung für deinen Lkw
- Direkter Kontakt zu unseren Kunden

Das bringst Du mit:

- Führerschein C/CE
- Zuverlässigkeit und Motivation
- Freundliches und kollegiales Auftreten
- Erfahrung als Fahrer? Super – kein Muss!

Wir freuen uns auf Deine Bewerbung, gerne auch per E-Mail!

Handelsgesellschaft für Naturprodukte mbH – Gut Rosenkrantz –
z. Hd. Katja Moritz | Telefon 04321/990 254 | Oderstraße 45 | 24539 Neumünster
bewerbung@gut-rosenkrantz.de | per WhatsApp: 0173/64 67 933
www.gut-rosenkrantz.de



Wir sind Partner



DE-010-001



DAS IST LOS IM JULI SOMMER- FREUDEN

Die Sonne strahlt, der Himmel ist blau und das Meer rauscht am Strand. Wir genießen den Sommer in vollen Zügen, Sie auch? Natürlich lassen wir uns auch keine Gelegenheit entgehen, neue Entdeckungen zu machen. Was hier im Norden so los ist und wo Sie schöne Momente im Sommerwetter genießen können, zeigen wir auf den nächsten Seiten.

Foto: Adobe Stock

Als wäre die Zeit zurückgedreht worden, so wirkt es auf dem Sommermarkt



Traditionelle Holz- und Tongefäße können Sie auf dem Sommermarkt erwerben



Schmuckstücke nach wikingerzeitlichen Vorlagen sind beliebte Blickfänger



Auf dem Sommermarkt in Haithabu können Sie auch Schmiedekunst bewundern

Sommermarkt in Haithabu

haithabu.de

9.-12.7.
9 bis 17 Uhr

Tickets gibt es hier:



Sommermarkt IM WELTKULTURERBE

Das **Wikinger Museum Haithabu** lädt vom 9. bis zum 12. Juli wieder jeweils von 9 bis 17 Uhr Besucher*innen von nah und fern zum großen Sommermarkt und dem Erlebnis von Handel und Handwerk wie vor 1.000 Jahren ein.

Aus Deutschland und angrenzenden Ländern kommen wieder viele teilnehmende Händler*innen, Handwerker*innen und auch ein paar Krieger*innen, um sich auf dem Freigelände der rekonstruierten Wikingersiedlung zu ihrem Sommermarkt zu versammeln, ihre Waren anzubieten und ihre Kunstfertigkeiten zu zeigen. Da gibt es wunderschön geschmiedete Messer, originalgetreue Tongefäße, wertvolle Schmuckrepliken sowie Kleidung und Schuhe, die nach Vorlagen aus der Wikingerzeit gefertigt wurden.

Die Besucher*innen können auf dem Sommermarkt nicht nur eine wahrlich atemberaubende Palette an sagenhaften Repliken von Wikingerobjekten für sich

entdecken, für die oft auch archäologische Funde aus Haithabu bei der Herstellung Pate gestanden haben. Sie können ebenso für vier Tage das lebendige Treiben in einer wiederhergestellten Wikingersiedlung und zugleich dem Ort eines

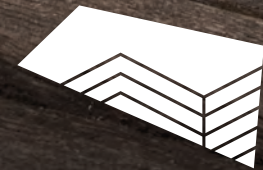
der bedeutendsten frühmittelalterlichen Handelsplätze Nordeuropas erleben. Zudem können Sie auf dem Sommermarkt in Haithabu auch ganz konkret alte Handwerks-techniken bewundern, mit den Händler*innen sowie den Kunsthandwerkenden ins Gespräch kommen und viel über die Wikingerzeit und deren Besonderheiten erfahren.

IHRE ANREISE

Es wird die Anreise mit Rad oder dem ÖPV empfohlen. Für die Besucher*innen wird auch ein kostenloser Shuttledienst angeboten. In der Zeit von 9 bis 17.30 Uhr pendeln Busse zwischen dem Parkplatz am Wikinger Museum Haithabu und einem großen P+R-Parkplatz an der B77 beim Fliegerhorst Schleswig/Jagel. Der Sommermarkt ist vom Museumsparkplatz dann nur noch einen kleinen, etwa 20-minütigen Spaziergang entfernt.

Und noch ein kleiner Hinweis: Hunde und andere Tiere sind auf dem Museums- und Marktgelände nicht zugelassen.

**9.-12. Juli, 9-17 Uhr,
Wikinger Museum Haithabu,
Busdorf b. Schleswig,
haithabu.de**



**Wikinger Museum
Haithabu**

Landesmuseen SH

**Welterbe
Haithabu-Danewerk**

Sparkasse

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

PROVINZIAL



**Dieser Schmetterling
braucht Ihre Hilfe!**

 bund-sh.de/spenden

DAS IST LOS



Foto: Adobe Stock

Sommermarkt

Auch vom 3. bis zum 6. Juli wird der Willy-Brandt-Platz wieder zum Schauplatz von abwechslungsreichem Jahrmarkt-Treiben! Viele Fahr- und Laufgeschäfte und Buden bieten Groß und Klein die Gelegenheit zum ausgelassenen Schlemmen, Spielen und zu rasanten Fahrten. Die Öffnungszeiten sind am Freitag und Samstag von 14 bis 23 Uhr, Sonntag von 14 bis 22 Uhr und Montag von 14 bis 21 Uhr.

3. bis 6. Juli • Willy-Brandt-Platz, Rendsburg



Foto: Adobe Stock

FANTASY UND MITTELALTER-FEST

Am 5. Juli reist Wahlstedt in der Zeit zurück: Beim Fantasy und Mittelalter-Fest werden Besucher*innen Teil einer aufregenden mittelalterlichen Welt und treffen dort auf fantastische Wesen! Für das historische Feeling sorgen Ritter, Gaukler*innen, Musikant*innen (wieder dabei: Aetas Arcana), mittelalterliches Kunsthandwerk und Händlermärkte, Bogenschießen, Schau-Schwertkämpfe und natürlich Leckereien wie Met und Grillspieße! Insbesondere für die kleinen Gäste gibt es reichlich Mitmach-Angebote, zum Beispiel beim Kinderschildwall und für ganz besondere Magie sorgt Zauberer Sascha.

5. Juli, 11 bis 18 Uhr • Schützenplatz, Wahlstedt

9.–12. September

Weinköste



**In Neumünster
rund um den Teich**

Mittwoch + Donnerstag • 17–22 Uhr

Freitag + Samstag • 16–24 Uhr

Wein & Delikatessen in
besonderer Atmosphäre

weinkoeste.de





ANZEIGE

25 JAHRE PROBSTEIER KORNTAGE

Vom 25. Juli bis zum 23. August dreht sich in der Probstei an der Kieler Bucht wieder alles rund um das Korn und das Stroh. Mühlenbesichtigungen, Hofführungen, eine Ährensuche im Heckenlabyrinth ... Da ist für Klein und Groß etwas dabei. Ebenfalls empfehlenswert: eine Stempel-Rallye zu allen 19 fantasievollen Strohfiguren der Region. Die Strecke lässt sich auf 54 km wunderbar mit dem Fahrrad erleben. Am 25. Juli ab 14 Uhr werden die 25. Korntage mit einem bunten Rahmenprogramm, Produktmajestäten und viel Live-Musik auf dem Dorfanger in Barsbek feierlich eröffnet.

25. Juli bis 23. August • Probstei

34. SOMMERAUSSTELLUNG DER BOSAUER WEBER

Die 34. Sommerausstellung der Bosauer Weber in der Dunkerschen Kate bietet eine beeindruckende Vielfalt an Kunsthandwerk. Gezeigt werden unter anderem handgewebte Teppiche, Decken, Schals, Tischwäsche und Töpferarbeiten. Auch selbstgenähte Kleidung, Kissen, Dekorationen, modische Stricksachen sowie handgesponnene Wolle sind Teil der Ausstellung. Papier- und Buchbinderarbeiten runden das Angebot ab. Die Veranstaltung ist eine wunderbare Gelegenheit, die kreative Welt der Weber*innen zu entdecken und die einladende Atmosphäre zu genießen.

11. bis 19. Juli • Dunkersche Kate, Bosau



DIE PROBSTEIER KORNTAGE 25. JULI BIS 23. AUGUST 2026

Die 25. Probsteier Korntage... das heißt vier Wochen lang Spaß für die ganze Familie!

- fantasievolle Strohfiguren mit Stempel-Rallye
- Eröffnungs- und Abschlussfeier
- Mühlenbesichtigungen
- Führungen auf dem Bauernhof
- Strandwanderungen u.v.m.

Weitere Informationen auf: probsteier-korntage.de

ERÖFFNUNGS-
FEIER
25. Juli, ab 14 Uhr
Dorfanger
Barsbek



probstei
Ostsee-Urlaub an der Kieler Bucht

Tourismusverband Probstei e. V.
Alte Dorfstr. 53 | 24253 Probsteierhagen
Tel. 0 43 48/91 91-84 | www.probstei.de



**Macht Spaß.
Macht Sinn.**

Die Natur schützen mit dem NABU. Mach mit!

www.NABU.de/aktiv



WEISSER RING
Wir helfen Kriminalitätsoffern.

Damit Opfer nicht hilflos bleiben.
Helfen auch Sie!

Jetzt spenden:
www.weisser-ring.de

Simone Thomalla



Foto: Adobe Stock

MUSIK AUF DEM STOCKSEEHOF

Am 11. Juli findet auf dem Stock im Rahmen des Schleswig-Holstein Musikfestivals (SHMF) das Musikfest auf dem Gut Stockseehof statt.

Ob Stelzenläufer*innen, tierische Walk-Acts oder fröhliche Spiele zum Mitmachen – es wird ein buntes Programm für Groß und Klein geboten. In Stocksee lädt der riesige Park mit dem schönen alten Baumbestand während der Konzertpausen zum Picknicken, Entspannen und Lustwandeln ein. In der eigenen Gutsbäckerei werden während der Musikfeste Brot, köstliche Kuchen und Torten angeboten. Frisch gepflückte Himbeeren und Kirschen können erworben werden, um das eigene Picknick zu bereichern oder um daheim den Musikfesttag nachzuerleben. Die Konzerte finden in der Obsthalle statt, wo sonst die Ernte verarbeitet wird. Mehr Infos und Tickets unter www.shmf.de.

11. Juli • Gut Stockseehof (Obsthalle)

STADTBUCHTFEST IN PLÖN

Vom 3. bis 5. Juli findet wieder das Stadtfest in Plön direkt am Großen Plöner See statt. 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. Für das leibliche Wohl sorgt an allen Tagen die Streetfood-Meile mit einem vielfältigen kulinarischen Angebot.

3. bis 5. Juli • Stadtbucht Plön



Foto: TIGPS-Anne Weise

Bootshafen-sommer 2026

Der Bootshafensommer sorgt vom 17. Juli bis 23. August im Herzen der Kieler Innenstadt wieder für besondere Momente.



Auf der schwimmenden Bühne erleben Besucher*innen lokale Newcomer, bekannte Acts und ein abwechslungsreiches Programm aus Rock, Pop, Reggae und Klassik. Dazu gibt's leckere Snacks, erfrischende Drinks und die einmalige maritime Kulisse – das perfekte Event, um den Sommer mitten in der Stadt zu genießen.



MUSIKHIGHLIGHTS

Der Kieler Bootshafen wird wieder zur Bühne für ein musikalisches Fest der Vielfalt. Künstler*innen aus unterschiedlichsten Genres, von Punk über Klassik bis Reggae, werden vor maritimer Kulisse für den perfekten Soundtrack zur warmen Jahreszeit sorgen. Mit dabei sind sowohl lokale Newcomer*innen als auch überregional bekannte Acts.



STÄRKUNG FÜR ZWISCHENDURCH

Die Gastropartner*innen verwöhnen die Gäste mit kulinarischen Köstlichkeiten und sommerlichen Kaltgetränken. Für den kleinen und großen Hunger finden Sie vom deftigen Burger, Fischbrötchen, Pommes, veganen herzhaften Crêpes, Falafel bis zu Gyros alles, was das Herz begehrt. Als Nachtisch gibt es Eis und vegane süße Crêpes. Das Getränkeangebot geht von Klassikern wie Bier und Softgetränken über frischgemachte Cocktails und Longdrinks und reicht bis zu den unterschiedlichsten Kaffeespezialitäten. Weitere Informationen und das gesamte Programm gibt es unter www.kiel-sailing-city.de.



17. Juli bis 23. August • Bootshafen, Kiel

Fotos: Matthias Maesch (2) / Mona Traube (1) / Jan-Michael Böckmann (1)



KÄSE TRIFFT WEIN



Erleben Sie Genuss pur bei „Käse trifft Wein“ – am Bootshafen in der Kieler Innenstadt! Regionale Käseereien der KäseStraße Schleswig-Holstein treffen auf ausgewählte Winzer*innen aus Nord- und Süddeutschland und laden zum Probieren und Verweilen ein. Dazu sorgt tägliche Livemusik für entspannte Atmosphäre. Ob Schaf-, Kuh- oder Ziegenkäse – kombiniert mit feinen Weinen entsteht ein Geschmackserlebnis, das lange in Erinnerung bleibt. Gemeinsam mit dem Gütezeichen und GUTES VOM HOF.SH der Landwirtschaftskammer präsentiert Kiel-Marketing die beliebte Genussveranstaltung vor maritimer Kulisse des Kieler Bootshafens. Erweitert wird das kulinarische Käse-Angebot durch regionale und qualitätsgeprüfte Fleisch-, Wurst- und Backwaren.

10. bis 12. Juli • Bootshafen, Kiel



WEINSCHMECKER

Beim Plöner Weinfest laden Winzer*innen aus verschiedenen Weinregionen dazu ein, ihre Weine zu entdecken – von fruchtig-frisch bis kräftig und vollmundig. Dazu gibt es passende kulinarische Kleinigkeiten, gute Gespräche und entspannte Musik. In entspannter Atmosphäre können Gäste verschiedene Weine probieren, neue Liebessorten entdecken und dazu passende kulinarische Kleinigkeiten genießen. Zwischen historischen Fassaden und

unter freiem Himmel entsteht eine besondere Sommerstimmung mitten in der Altstadt. Das Plöner Weinfest ist ein geselliger Treffpunkt für Einheimische und Gäste der Holsteinischen Schweiz – ideal für einen lauen Sommerabend mit Freunden, guter Musik und einem Glas Wein auf dem Marktplatz.

**31. Juli bis 2. August, 14 bis 22 Uhr
Marktplatz, Plön**

**Gemeinsam schaffen
WirWunder.**

**Jetzt
entdecken!**



**Sei dabei:
Mit deinem Projekt
oder deiner Spende!**

WirWunder – das neue
Online-Forum, das gemein-
nützige Projekte aus S.-H.
mit Spenderinnen und
Spendern zusammenbringt.

wirwunder.de/sh



WIRWUNDER

Das Forum für Gemeinwohl der
Sparkassen in Schleswig-Holstein.

EINFACH MAL ABTAUCHEN

Wenn die Küstenstrände im Sommer voll werden, bietet das Binnenland von Schleswig-Holstein ideale Alternativen. Denn wir sind hier mit mehr als 300 Seen gesegnet, die mit glasklarem Wasser, schattigen Plätzen unter Bäumen und einer entspannten Atmosphäre punkten. Acht Tipps aus der Redaktion!



1. GROSSER PLÖNER SEE (BOSAU)

Der Große Plöner See bietet gleich mehrere schöne Badestellen rund um das Gewässer.

Eine besonders beliebte liegt im Süden in Bosau und bietet beste Bedingungen für einen Familienausflug. Auf der weitläufigen, gepflegten Liegewiese findet jeder einen Platz, während Kinder im sehr flach abfallenden Uferwasser sicher spielen können. Dank der DLRG-Badebewachung im Sommer, einem Spielplatz, Beachvolleyballfeldern und Kiosk-Gastronomie vor Ort ist hier für alles gesorgt.

Fürs Navi: Badestelle, Strandweg 6, Bosau

2. GROSSENSEE (STORMARN)

Nur eine kurze Fahrt von Hamburg entfernt liegt der Großensee, der regelmäßig Bestnoten für seine hervorragende Wasserqualität erhält. Das bewirtschaftete Freibad am Südstrand punktet mit einem schönen Sandstrand und weiten Liegewiesen im Grünen. Wer es etwas ruhiger mag, folgt dem bewaldeten Rundweg zum Nordufer. Dort befinden sich kleinere, naturbelassene Badestellen. Wichtig für Haustierbesitzer: Im Freibad sowie an den Stränden gilt ein generelles Hundeverbot.

Fürs Navi: Freibad Südstrand, Seestr. 1a, Großensee

3. SCHAALSEE (SEEDORF)

Der Schaalsee besticht als tiefes, klares Gewässer mitten im UNESCO-Biosphärenreservat. Aufgrund des strengen Naturschutzes ist das Baden nur an wenigen, ausgewiesenen Plätzen erlaubt, was den Ausflug in das kleine Dorf Seedorf besonders reizvoll macht. Hier gelangt man über einen hölzernen Badesteg direkt in das kühle Wasser. Umgeben von dichtem Baumbestand genießt man an dieser Badestelle eine Ruhe, die man an den bekannten Hauptstränden der Küsten oft vermisst.

Fürs Navi: Badestelle am Schaalsee, Seedorf



4. HISTORISCHE BADEANSTALT EUTIN

Am Großen Eutiner See wartet ein besonderes Highlight auf Schwimmer.

Die historische Badeanstalt verbindet den Charme vergangener Zeiten mit modernem Badespaß. Während Jugendliche gern vom hölzernen Sprungturm springen, ziehen andere entspannt ihre Bahnen mit Blick auf das Eutiner Schloss. Abgegrenzte Nichtschwimmerbereiche, gut gepflegte sanitäre Anlagen und ein Kiosk machen die traditionsreiche Anlage zu einem beliebten Treffpunkt für Jung und Alt.

Fürs Navi: Freibadeanstalt, Bebensundweg 1, Eutin

5. SCHLEI-UFER (ULSNIS)

Für maritime Urlaubsstimmung sorgt die Badestelle Hagab im kleinen Ort Ulsnis direkt an der Schlei. Der sanfte Ostseefjord zeigt sich hier von seiner idyllischen Seite. Ein schmaler Sandstrand, eine hölzerne Badebrücke und die angrenzende Liegewiese machen den Platz zu einem echten Tipp für Erholungssuchende. Während man im Wasser entspannt, ziehen vorbeifahrende Boote den Blick auf sich. Ein ruhiger Ort für Naturgenießer, ganz ohne den typischen Trubel.

Fürs Navi: Badestrand Ulsnis-Hagab, Strandweg, Ulsnis

6. LOHMÜHLENTEICH

Im südwestlichen Teil des Landes lockt der Lohmühlenteich in Hohenlockstedt als wunderbares Ziel für Naturliebhaber. Der von dichten Wäldern eingerahmte Geestsee zeichnet sich durch seine ruhige Lage und die hervorragende Wasserqualität aus. Am bewirtschafteten Naturbad gibt es einen schönen Sandstrand sowie eine Liegewiese mit schattigen Plätzen unter Bäumen. Ein Kiosk und sanitäre Anlagen sind vorhanden, was den See ideal für einen entspannten Tagesausflug macht.

Fürs Navi: Lohmühlenteich, Lohmühlenweg 66, Hohenlockstedt

7. NORD-OSTSEE-KANAL (HOCHDONN)

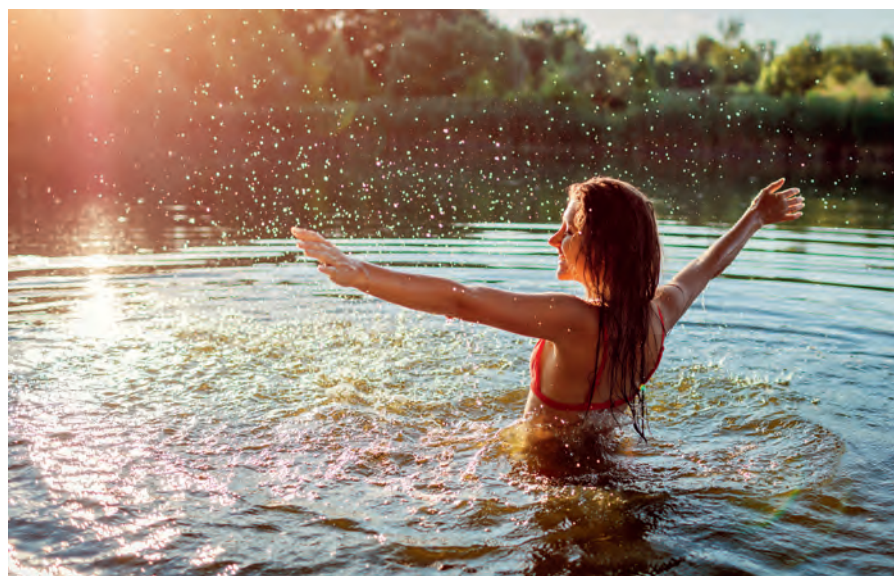
Ein außergewöhnliches Baderlebnis bietet die Badestelle „Klein Westerland“ am Nord-Ostsee-Kanal bei Hochdonn. Hier entspannen Badegäste an einem künstlich angelegten Sandstrand direkt am Rand der meistbefahrenen künstlichen Wasserstraße der Welt. Während man sich im Wasser abkühlt oder auf der Liegewiese entspannt, ziehen große Containerschiffe und Traumschiffe in greifbarer Nähe vorbei. Ein Spielplatz und ein Kiosk runden das Angebot ab.

Fürs Navi: Badestelle Klein Westerland, Hochdonn

8. FLUSSBAD SCHWABSTEDT

Wer im Nordwesten eine Erfrischung sucht, findet an der Treene in Schwabstedt ein idyllisches Flussbad. Die naturbelassene Badestelle am sauberen Eider-Treene-Sorge-Flusslauf verfügt über eine gepflegte Liegewiese und einen hölzernen Badesteg, der den Einstieg in die sanfte Strömung erleichtert. Da das Ufer flach abfällt, ist die bewachte Anlage auch bei Familien beliebt. Ein Kiosk und die ruhige Dorfidylle machen den Sommertag am Fluss perfekt.

Fürs Navi: Fluss-Freibad, An der Treene 2a, Schwabstedt



Eine Übersicht über die Badestellen im Land sowie die jeweils aktuelle Wasserqualität finden Sie beim Badestellen-Finder unter www.schleswig-holstein.de.

IM FLOW

AUF DEM WASSER

Nahezu lautlos über das Wasser gleiten, die Natur genießen und sportliche Bewegung mit Entspannung verbinden – das geht beim Stand-up-Paddling, kurz SUP, besonders gut.



Ob als sportliche Herausforderung, entspannter Familienausflug oder kleine Auszeit in der Natur – Stand-up-Paddling fühlt sich direkt nach Urlaub an. Ein besonders schöner Ausgangspunkt für eine SUP-Tour ist das Fischerdorf Maasholm. Zwischen Schlei und Ostsee gelegen, verbindet der charmante Ort maritimes Flair mit einer außergewöhnlichen Naturlandschaft.

Von hier aus können Sie die Schlei erkunden und dabei die Ruhe des Wassers genießen. Das meist geschützte Gewässer eignet sich sowohl für Einsteiger*innen als auch für erfahrene Paddler*innen. Ein SUP kann bei der ansässigen Surfschule geliehen werden. Andere schöne Ziele für einen Ausflug per SUP sind etwa der Westensee, die Treene und die

Seenlandschaft rund um Plön und Malente. Das Stand-up-Paddling ist dabei weit mehr als nur sportliche Betätigung. Die gleichmäßigen Bewegungen stärken die Muskulatur, fördern das Gleichgewicht und sorgen für ein effektives Ganzkörpertraining. Gleichzeitig wirkt die Zeit auf dem Wasser entschleunigend und hilft dabei, den Alltag hinter sich zu lassen.

Foto: Adobe Stock

ANZEIGE

FÖRDELAND THERME WOCHENPROGRAMM

MONTAG 	50+Angebot mit Aquagymnastik Therme: 9,50 € Sauna: 16,50 €
DIENSTAG 	Sauna 2 für 1 Beim Kauf einer Tageskarte erhält die Begleitperson freien Eintritt!
MITTWOCH 	Frühschwimmen (6:00-10:00) & 50+Angebot mit Aquagymnastik Therme: 9,50 € Sauna: 16,50 €
DONNERSTAG 	Freundetarif 1 Kind zahlt den Eintritt und das zweite Kind hat freien Eintritt! (Gilt für Kinder ohne Begleitung eines Erwachsenen)
FREITAG 	Familientag 1 Erw. mit bis zu 3 Kindern* 19,00 € 2 Erw. mit bis zu 3 Kindern* 29,00 € *Kinder ab 3 Jahre
Tägl. Mondscheintarif Mo.-Sa. ab 18:00 Uhr; So. ab 17:00 Uhr Therme: 11,00 €; Sauna: 18,00 €	

WASSERSPASS & ERHOLUNG

In der **Fördeland Therme Glücksburg** verschmelzen spritzige Abenteuer und erholsame Momente zu einer tollen Auszeit. Herzstück ist der 31 °C warme Erlebnisbereich, dessen Wasserattraktionen zum ausgiebigen Abtauchen und Verweilen einladen. Wer es sportlicher mag, kann im 26 °C warmen Sportbecken in Ruhe seine Bahnen ziehen. Ein besonderes Highlight für Mutige ist die 105 Meter lange Black-Hole-Rutsche, die mit Lichteffekten und ordentlich Tempo für den nötigen Adrenalinschub sorgt. Im liebevoll gestalteten Kinderbereich können die Kleinsten gemeinsam mit den Figuren Johnny und Emma sicher planschen. Derweil finden Erwachsene im großen Saunabereich einen Rückzugsort für absolute Tiefenentspannung. Ob sportliches Training oder ein gemütlicher Familiennachmittag – hier findet jeder sein persönliches Wellness-Glück. Mehr Infos unter www.foerdelandtherme.de.



Foto: Fördeland Therme

ERHOLUNG FÜR KÖRPER UND GEIST

Ein Ausflug in den Wald ist eine der schönsten Möglichkeiten, um neue Kraft zu tanken. Und das geht auch ganz ohne Urlaub direkt vor der Haustür.

Die Ruhe der Natur, das sanfte Rascheln der Blätter und die frische Waldluft sorgen sofort für Entspannung. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass bereits kurze Spaziergänge im Wald das Stresshormon Cortisol reduzieren, den Blutdruck senken und für mehr Ruhe und Ausgeglichenheit sorgen können.

Ein besonders schönes Ziel für einen Waldspaziergang ist Hahnheide zwischen Trittau und Mölln. Hier können Sie abschalten und die Seele baumeln lassen. Die Wegränder des Naturschutzgebietes sind gesäumt von wilden Blaubeeren und Himbeeren. Hier und da kreuzen Waldbewohner Ihren Weg: Buntspecht, Eichhörnchen und Wühlmaus lassen sich mit etwas Glück entdecken. Nach einem kleinen Waldspaziergang erreichen Sie den imposanten Aussichtsturm „Langer Otto“. Der Turm macht seinem Namen alle Ehre, denn mit seinen 27 Metern Höhe können Sie den Blick über endlos wirkende Wälder schweifen lassen und die Stille genießen. Auch der Brekendorfer Forst im Naturpark Hüttener Berge, der Schierenwald südlich von Hohenwestedt im Naturpark Aukrug oder der Segeberger Staatsforst laden zu entschleunigenden Spaziergängen ein.



Redakteurin Maya Schukies hat den Ausflug ins Waldgebiet Hahnheide sehr genossen und fühlte sich stellenweise wie im Schwedenurlaub.



Fotos: Fotde Fräulein / Sina Hoyer



SCHLESWIG-HOLSTEIN ZU FUSS ENTDECKEN

Wie viele Schritte sammeln Sie eigentlich am Tag? Wenn Ihr Alltag eher von Büroarbeit und viel Sitzen geprägt ist, könnte eine kleine Wanderung Ihren Sommer bereichern.

Zwischen Nord- und Ostsee erstreckt sich eine beeindruckende Vielfalt an Wander- und Spazierwegen. Ob entlang der Küsten, durch idyllische Wälder, über sanfte Hügel oder durch weitläufige Naturschutzgebiete – überall laden abwechslungsreiche Landschaften dazu ein, die Natur aktiv zu erleben und den Alltag mal kurz zu pausieren.

Besonders reizvoll ist die Halbinsel Holnis an der Flensburger Förde. Küstenlandschaft, Naturerlebnis und ein weiter Blick über das Wasser sind bei einer Wanderung inklusive. Mit etwas Glück können Sie Wasservögel beobachten oder den Blick bis zur dänischen Küste schweifen lassen. Doch auch abseits von Holnis gibt es zahl-

reiche attraktive Wanderwege zu entdecken. Die Holsteinische Schweiz begeistert mit ihren Seenlandschaften, sanften Hügeln und urigen Wäldern. Entlang der Nordseeküste laden Deiche und Salzwiesen zu ausgedehnten Spaziergängen ein, während Naturschutzgebiete wie das Eider-Treene-Sorge-Gebiet abwechslungsreiche Naturerlebnisse bieten.

Foto: Oliver Franke, flensburger-foerde.de

KREUZ UND QUER MIT DEM RAD

Die Radfernwege und natürlich auch die Kurzstrecken in Schleswig-Holstein laden dazu ein, das Land zwischen den Meeren auf zwei Rädern zu erkunden. Der Vorteil: Bei uns im Norden ist es meistens flach.

Ein wenig bekannter, dafür aber noch ruhiger Radfernweg ist der Ochsenweg. Er folgt den historischen Handels- und Treibrouten, auf denen über Jahrhunderte hinweg Ochsen von Jütland im Norden Dänemarks bis nach Norddeutschland getrieben wurden. Heute geht der rund 240 Kilometer lange Radweg quer durch Schleswig-Holstein – von der dänischen Grenze

bis nach Hamburg. Die Route führt durch idyllische Geestlandschaften, vorbei an historischen Städten, uralten Dörfern, Wäldern, Flüssen und weiten Feldern. Unterwegs begegnen Ihnen zahlreiche kulturelle Sehenswürdigkeiten der jahrhundertealten Geschichte des Ochsenwegs. Auch der Wikinger-Friesen-Weg verbindet auf faszinierende Weise Geschichte und Landschaft.

Er führt quer durch das Land von der Ostsee in Maasholm bis zur Nordsee in St. Peter und folgt den Spuren der Wikinger und Friesen. Entlang der Route warten historische Stätten, beeindruckende Naturgebiete und zahlreiche Möglichkeiten für kulturelle Entdeckungen. Schwingen Sie sich aufs Rad und genießen Sie den Sommer mit einer frischen Brise.



Foto: Adobe Stock

Aus der Vogelperspektive

Schauen Sie sich die Küsten, Seenlandschaften, Wälder und weiten Felder von Schleswig-Holstein doch mal von oben an. Bei einem Rundflug eröffnen sich einzigartige Ausblicke auf die Landschaft zwischen Nord- und Ostsee, die vom Boden aus oft verborgen bleiben.

Schon kurz nach dem Start werden die charakteristischen Landschaften des Nordens sichtbar: die Küstenlinien der Ostsee, die Inseln und Halligen im Wattenmeer, die zahlreichen Seen im Binnenland und die weitläufigen Felder der Geest. Für Rundflüge stehen in Schleswig-Holstein verschiedene Flugplätze zur Verfügung. Beliebte Abflugorte sind unter anderem Kiel, Lübeck, Neumünster, Rendsburg-Schachtholm, Schleswig, Husum, St. Peter-Ording sowie Flensburg-Schäferhaus. Je nach Standort führen die Flugrouten über die Ostseeküste, die Schlei, die Holsteinische Schweiz, den

Nord-Ostsee-Kanal, die Nordseeinseln oder die beeindruckenden Naturlandschaften des Binnenlandes.

HERZENSORTE VON OBEN

Viele Anbieter ermöglichen individuelle Rundflüge, bei denen Sie Ihre Wunschroute mit dem Piloten oder der Pilotin abstimmen können. So können Sie etwa Ihren Heimatort, Lieblingsort oder besondere Sehenswürdigkeiten aus der Vogelperspektive entdecken. Auch Fotografie-Begeisterte kommen dabei auf ihre Kosten, denn die Aussicht bietet zahlreiche außergewöhnliche Motive.



Foto: Adobe Stock





GENUSSVOLLE PAUSEN IN DER NATUR

Die gemütlichen Hof- und Obstcafés in Schleswig-Holstein sind beliebte Ausflugsziele für Einheimische und Gäste und laden dazu ein, die regionale Leckereien in entspannter Atmosphäre zu genießen.

Bei einer Wanderung durch das platte Land oder während einer Fahrradtour zwischen Nord- und Ostsee bieten Obst- und Hofcafés den perfekten Ort für eine erholsame Pause. Besucher*innen dürfen sich auf hausgemachte Kuchen, frischen Kaffee, regionale Spezialitäten und oft auf hofeigene Produkte direkt vom Erzeuger freuen.

DRAUSSEN SCHMAUSEN

Besonders beliebt sind die Obstcafés, die häufig inmitten von Obstplantagen liegen. Neben leckeren Torten mit frischen Früchten bieten viele Betriebe ein besonderes Erlebnis für die ganze Familie: In der Saison können Besucher*innen Erdbeeren, Himbeeren oder anderes Obst pflücken und die Frische der regionalen Erzeugnisse

direkt vom Feld genießen. Zu den beliebten Klassikern gehören der Obsthof Stubbe an der Schlei, das Obstcafé Warleberg am Nord-Ostsee-Kanal, das Obstcafé Weide-Bimöhlen in der Nähe vom Wildpark Eekholt, das Bauernhofcafé am Dodauer Forst zwischen Plön und Malente, Jensens Obstcafé in Sörup oder das Bauernhofcafé der Schäferei Rolfs bei Büsum.

Foto: Adabe Stock

NATUR ERLEBEN MIT PICKNICK UND PADDELSCHLAG

Paddeln auf der Eider verbindet Erholung, Abenteuer und norddeutsche Lebensart. Mit der einzigartigen Kulisse von Friedrichstadt wird jede Tour zu einem besonderen Erlebnis.



Die Eider gehört zu den schönsten Wasserwanderrevieren Schleswig-Holsteins. Ob entspannte Familienausflüge, sportliche Tagestouren oder eine kleine Auszeit in der Natur – beim Kanu- und Kajakfahren auf der Eider erleben Paddler*innen die einzigartige Landschaft des Nordens aus einer ganz besonderen Perspektive. Sanft fließende Gewässer, weite Wiesen, Schilfgürtel und eine vielfältige Tierwelt machen jede Tour zu einem unvergesslichen Erlebnis.

PADDELN ENTLANG DER EIDER

Ein besonderer Höhepunkt entlang der Eider ist Friedrichstadt. Die historische Holländerstadt begeistert mit ihren malerischen Grachten, liebevoll restaurierten Häusern und einer bezaubernden Atmosphäre. Wer mit dem Kanu oder Kajak unterwegs ist, kann die Stadt direkt vom Wasser aus erkunden. Zahlreiche Cafés, Restaurants und kleine Geschäfte laden zu einem Pauschen ein.

Dank der ruhigen Strömung und der abwechslungsreichen Strecken können Paddler*innen ihr Tempo selbst bestimmen und die Tour individuell gestalten. Gleichzeitig bietet die Region viele Möglichkeiten für Zwischenstopps, Picknicks und Naturbeobachtungen. Kanus und Kajaks für eine Eider-Tour können sowohl in Friedrichsort als auch in Rendsburg und Süderstapel ausgeliehen werden.

Foto: Adabe Stock

5 ORTE

DIE SCHLESWIG-HOLSTEIN ZUM ERLEBNIS MACHEN

Nicht immer braucht es eine lange Reise, um Neues zu entdecken. Unser Norden steckt voller besonderer Orte. Förde Fräulein Kathrin zeigt fünf Ausflugsziele in Schleswig-Holstein, die auf die To-Visit-Liste gehören.

Friedrichstadt Little Amsterdam im Norden

Ich habe mich wirklich ein bisschen in diese kleine Stadt verliebt. Grachten und Brücken, bunte Giebelhäuser, die sich im Wasser spiegeln, und dieses besondere Gefühl von nordischer Gemütlichkeit – kein Wunder, dass Friedrichstadt auch liebevoll „Little Amsterdam“ genannt wird. Die Stadt wurde im 17. Jahrhundert von niederländischen Siedlern gegründet, und dieser Ursprung ist bis heute an jeder Ecke zu spüren: in den Hausmarken an den Fassaden, den alten Kirchen, dem historischen Museum Alte Münze. Wer Friedrichstadt wirklich erleben möchte, sollte sich ein Kanu leihen und die Grachten vom Wasser aus erkunden. Und ganz am Ende des Tages gehört eine Portion holländische Pommes vom Marktplatz einfach dazu. Manchmal braucht es gar nicht viel für einen perfekten Tag.

Neustadt in Holstein Altstadtcharme und Meeresluft

Neustadt in Holstein hat mich wirklich überrascht, zum Positiven natürlich. Die Altstadt mit ihren gepflasterten Gassen und dem historischen Kremper Tor hat etwas wunderbar Unaufgeregtes – und trotzdem steckt hier so viel drin. Am Tor rankt sich übrigens eine hübsche Legende um einen mysteriösen

Pfotenabdruck im alten Backstein. Wer ihn findet, darf sich selbst eine Geschichte dazu ausdenken. Nur wenige Minuten weiter wartet der Hafen: Traditionsegler schaukeln sanft auf dem Wasser, der Geruch nach Salzluft liegt in der Luft und an der Promenade lässt es sich herrlich schlendern. Wer noch einen

Abstecher einplanen mag, dem sei Pelzerhaken ans Herz gelegt – dort wartet der Südstrand mit perfekter Südlage und dem Blick auf die Lübecker Bucht. Ein Ort, der einem das Gefühl gibt, schon im Urlaub zu sein, obwohl man gerade mal ein paar Kilometer von zu Hause entfernt ist.



Lübeck

Mehr als nur Marzipan

Ach, Lübeck. Jedes Mal, wenn ich durch die Gassen dieser Stadt spaziere, schleicht sich dieses kleine Glücksgefühl in mein Herz. Das Holstentor, die sieben Türme, die Backsteindächer – das alles ist bekannt, aber man kann sich trotzdem nie sattsehen. Wer einmal vom Aussichtsturm der St.-Petri-Kirche auf die Altstadtinsel und die Trave hinunterblickt, versteht sofort, warum Lübeck zum UNESCO-Welterbe gehört. Und für alle, die Lübeck vom Wasser aus erleben möchten: ein kleines E-Boot auf der Trave mieten und einfach losschippern. Die Stadt zeigt sich von ihrer allerschönsten Seite, wenn sich die alten Giebelhäuser im Wasser spiegeln. Lübeck sollte man aber auch zu Fuß erkunden und unbedingt in die kleinen Straßen abbiegen, die sich hinter den großen Bürgerhäusern verstecken. Dort, wo die meisten Touristengruppen nicht hingelangen, liegt die eigentliche Magie dieser Stadt. Und ja, Marzipan darf natürlich auch nicht fehlen.



Flensburg

Norden im besten Sinne

Flensburg ist immer einen Ausflug wert, ganz egal zu welcher Jahreszeit. Aber im Sommer, wenn die Sonne die Fördestadt erstrahlen lässt, ist sie noch einmal eine Ecke schöner. Was diese Stadt so besonders macht, ist ihre ganz eigene Atmosphäre: In der Norderstraße baumeln alte Schuhe über den Stromleitungen – eine Tradition, die zum Sinnbild für die kreative, etwas schräge Seite Flensburgs geworden ist. Dahinter wartet das Nordertor als klassisches Wahrzeichen. Wer tiefer in die Stadt eintaucht, entdeckt die Rote Straße mit ihren verwunschenen Hinterhöfen, kleinen Cafés und besonderen Läden. Und an der Schiffbrücke erzählt das Schiffahrtsmuseum die maritime Geschichte der Stadt, die so eng mit dem Wasser verbunden ist. Wer noch Zeit und Lust hat: Der Strand Solitude an der Flensburger Förde ist der perfekte Abschluss und wunderbar für einen schönen Sundowner am Abend.



St. Peter-Ording

Weite, die den Kopf frei macht

Am Meer stehen, die Arme ausbreiten und für einen Moment den Rest der Welt vergessen – das ist St. Peter-Ording. Der Wind, der einem so kräftig alle Sorgen aus dem Kopf pustet, das Meeresrauschen, das die Alltagsgedanken übertönt, der feine Sand zwischen den Zehen – hier spricht die Natur direkt mit einem. Die endlos weiten Strände und die ikonischen Pfahlbauten, von denen man hoch oben auf das Watt hinausblickt, machen diesen Ort zu etwas Einzigartigem. Wer noch etwas Zeit mitbringt, sollte unbedingt zum Leuchtturm Westerheversand radeln – vorbei an blökenden Schafen auf dem Deich und mit einem Ziel, das schon aus der Ferne Freiheit ausstrahlt. St. Peter-Ording ist kein Urlaub, sondern Therapie. Und wer einmal dort war, fährt anders nach Hause, als er gekommen ist.



Präsentiert vom
Förde Fräulein

Noch mehr Norden gefällig? Mehr Tipps vom Förde Fräulein gibt es auf dem Blog www.foerdefraeulein.de. Dort finden sich ausführliche Empfehlungen zu all diesen Orten und noch vielen mehr: von versteckten Cafés über besondere Restaurants bis hin zu Geheimtipps. Und natürlich auch auf Social Media unter [@foerde_fraeulein](https://www.instagram.com/foerde_fraeulein) – für eine Portion Norden, direkt aufs Handy.

EBBE UND FLUT

UND DIE SACHE MIT DEM „KARUSSELL-SCHWUNG“

Zweimal täglich wird an der Nordsee das Wasser gewechselt. Das nennen wir Ebbe und Flut. Aber wie funktioniert das genau? Gehören Sie auch zu denjenigen, die die Details noch nicht zu 100 Prozent verinnerlicht haben? Dann lesen Sie weiter!

Um es vorwegzunehmen: Ja, es war mir unangenehm. Schließlich bin ich ein Küstenkind, lebe schon ewig an der Nordsee. Aber es ist die Wahrheit: Als ich neulich am Deich saß und entspannt über das Wattenmeer guckte, setzte sich ein Ehepaar aus dem Ruhrpott zu mir auf die Bank und fragte, wie das mit den Gezeiten eigentlich so funktioniert. Hmhm ... Ich habe dann von der Anziehungskraft des Mondes erzählt und versucht, das so plausibel wie möglich zu erklären, aber spätestens bei der Frage, warum denn die Ostsee keine Tide hat, war ich raus. Auf dem Heimweg habe ich mich entschlossen, diese Wissenslücke für mich aufzuarbeiten. Und für all diejenigen, die im Detail verstehen möchten, wie das mit der Tide funktioniert, habe ich meine gesammelten Erkenntnisse mit einfachen und hoffentlich verständlichen Worten zusammengefasst.

DIE WASSERDECKE

Stellen Sie sich vor, die Erde hat eine riesige Decke aus Wasser – unsere Meere und Ozeane. Wenn an der Nordsee das Wasser wegläuft (Ebbe) und nach ein paar Stunden wieder kommt (Flut), dann liegt das an einem interessanten „Zusammenspiel“ im Weltall. Die Spieler sind in diesem Fall der Mond, die Sonne und die Erde mit ihrem „Karussell-Schwung“, auch Fliehkraft genannt.

DER MOND – EIN RIESENMAGNET

Obwohl der Mond weit weg ist, hat er eine besondere Kraft: die Schwerkraft. Man kann sich den Erdtrabanten wie einen riesigen Magneten vorstellen. Er zieht das Wasser auf der Erde zu sich heran. Und weil Flüssigkeiten sich leicht bewegen lassen, beult sich das Wasser auf der Seite der Erde, die zum Mond zeigt, nach außen aus. Dort entsteht ein großer Wasserberg – die Flut.

DIE FLIEHKRAFT ODER DER „KARUSSELL-SCHWUNG“

Jetzt fragen Sie sich bestimmt: Wenn der Mond nur auf einer Seite zieht, warum gibt es dann auf der anderen Seite der Erde auch gleichzeitig eine Flut? Genau das hat mich auch verwirrt. Das liegt daran, dass die Erde und der Mond sich umeinander drehen, fast als würden sie miteinander tanzen. Stellen Sie sich vor, Sie nehmen einen Eimer mit Wasser und drehen sich ganz schnell im Kreis. Was passiert? Das Wasser wird nach außen gedrückt! Das nennt man Fliehkraft. Wir sagen einfach mal „Karussell-Schwung“ dazu.

So entsteht ein zweiter Wasserberg auf der Seite der Erde, die vom Mond weg zeigt. Wir haben dadurch immer zwei Wasserberge gleichzeitig auf der Erde, einen auf der Seite des Mondes und einen auf der gegenüberliegenden Seite.



Ein Seestern im Watt. Mit der Ebbe präsentiert sich eine völlig neue Landschaft – inklusive Tierwelt.

Die Nordsee ist ein „mondgesteuertes Meer“, bei Ebbe kann man auf dem Meeresgrund spazieren gehen.

In den Prielen bleibt meist ein bisschen Wasser stehen. Sie laufen bei auflaufender Flut aber auch schnell wieder voll.

VON MARION LASS

DIE ERDE DREHT SICH

Die zwei Wasserberge stehen also schon mal fest im Raum. Aber unsere Erde dreht sich ja wie ein Kreisel in 24 Stunden auch einmal um sich selbst. Wenn sich nun die Nordsee bei dieser Erddrehung in so einen Wasserberg hineinbewegt, steigt das Wasser an – dann ist Flut. Dreht sich die Erde mitsamt der Nordsee weiter und wandert aus dem Wasserberg heraus, sinkt das Wasser wieder – dann ist Ebbe. Und da es zwei Wasserberge gibt, erleben wir an der Nordsee täglich zweimal Flut und zweimal Ebbe. Zwischen den Fluten vergehen immer rund 12 Stunden und 25 Minuten.

WAS HAT DIE SONNE DAMIT ZU TUN?

Die Sonne ist zwar viel größer als der Mond, aber sie ist auch weiter weg. Deshalb zieht sie das Wasser nicht ganz so stark an wie der Mond.



Fotos: Adobe Stock



Die Ostsee ist im Vergleich zur Nordsee und dem riesigen Atlantik klein und flach. Die Auswirkungen des Mondes spielen hier eine untergeordnete Rolle. Die Ostsee ist eher windgesteuert.

Sie hilft aber manchmal mit: Wenn Sonne, Mond und Erde in einer Reihe stehen, ziehen Sonne und Mond gemeinsam. Dann wird die Flut besonders hoch. Man nennt es Springflut. Wenn sie „über Eck“ stehen, bremsen sie sich gegenseitig ein bisschen aus. Dann fällt die Flut niedriger aus: die Nippflut.

WAS IST MIT DER OSTSEE-TIDE?

Jetzt gilt es noch die Frage zu klären, warum an der Nordsee Ebbe und Flut sehr deutlich zu sehen sind, während die Ostsee kaum Tide hat. Ehrlich gesagt, hat mich das am meisten interessiert. Die Antwort: Es liegt an der Größe des Meeres und am Zugang zum großen Ozean. Damit der Mond einen richtig großen Wasserberg auftürmen kann, braucht er extrem viel

Wasser. Die Ozeane wie z. B. der Atlantische Ozean sind riesig und tief – dort klappt das gut.

DIE OSTSEE – EINE PFÜTZE

Die Ostsee ist im Vergleich dazu aber winzig klein und ziemlich flach. Sie ist für den Mond wie eine kleine Pfütze. Wenn der Mond über die Ostsee wandert, zieht er das Wasser zwar auch an, aber weil verhältnismäßig wenig Wasser da ist, steigt der Spiegel nur um ein paar Zentimeter. Das fällt am Strand meist gar nicht auf.

Die Nordsee dagegen ist breit und offen, und mit dem riesigen Atlantischen Ozean verbunden. Wenn im Atlantik das Wasser steigt, schwappt diese Wasserwelle auch in die Nordsee hinein.

DAS NADELÖHR

Die Ostsee ist verglichen mit der Nordsee fast wie ein See vom Festland eingeschlossen. Es gibt nur ein paar ganz schmale, flache Durchgänge zwischen Dänemark und Schweden, die die Ostsee mit der Nordsee verbinden. Wenn nun die große Flutwelle aus der Nordsee kommt, versucht sie, in die Ostsee hineinzukommen. Aber die Durchgänge sind zu eng. Das ist so ähnlich, als wenn viele Menschen gleichzeitig durch eine schmale Drehtür wollen – es passen nicht alle hindurch. Bis das Wasser mühsam durch diese Engstellen geflossen ist, ist die Flut draußen schon wieder vorbei und die Ebbe beginnt. Was für ein geniales Zusammenspiel, oder?!

ZWEI VERSCHIEDENE MEERE

An der Ostsee gibt es zwar keine echten Gezeiten durch den Mond, aber das Wasser bewegt sich trotzdem. Dort bestimmt vor allem der Wind, wie hoch das Wasser steht. Je nach Ost- oder Westwind ist das Wasser ein kleines bisschen höher oder niedriger an den Stränden der schleswig-holsteinischen Ostseeküste. Daher nennt man die Ostsee auch ein „windgesteuertes Meer“, während die Nordsee ein „mondgesteuertes Meer“ ist. Genial!

Und mit diesem Wissen setze ich mich demnächst wieder an den Deich. Und wehe, da kommt keiner, der mich fragt, wie das mit den Gezeiten so funktioniert. Liebe Urlauber*innen, ich bin bereit – und Sie jetzt hoffentlich auch.



An der Nordsee sind wir von Deichen geschützt, die das Wasser im Zaum halten, wenn es im Zusammenspiel mit Sturmböen auch mal heftiger zugeht.

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

Vorfreude und Fernweh

Steht bei Ihnen demnächst ein Urlaub an, auf den Sie sich schon freuen wie Bolle? Oder möchten Sie noch einen buchen, damit Sie genau diese Vorfreude auch genießen können? Dann haben wir hier ein paar Ideen gegen akutes Fernweh für Sie.



Foto: Adobe Stock

ADAC Gruppenreise

Mit Hurtigruten zum Nordkap



Reisetermin:
20.06. – 04.07.27

ab 5847,- € p.P.
2er-Belegung Außenkabine

©Hurtigruten

Entlang der faszinierenden Fjorde mit der MS Nordkapp

ab/bis Kiel

Inklusivleistungen z.B.:

- Color Line ab/bis Kiel inkl. Außenkabine und Frühstück
- Fahrt mit der Bergen – und Dovrebahn
- Übernachtungen in Bergen und Oslo inkl. Frühstück
- Vollpension an Bord (Frühstück, Mittagessen, Abendessen)

Ihr Bonus: 2500 NOK Erlebnisbudget* pro Person

Buchbar in Ihrem ADAC Reisebüro Neumünster
Wasbeker Str. 306 24537 Neumünster
04321 9270 0 neumuenster@sho.adac.de

ADAC

*Innenkabine 1500 NOK p.P., nur gültig bei Buchung bis zum 31.07.2026.
Veranstalter: Hurtigruten GmbH, Große Bleichen 23 20354 Hamburg



ANZEIGE

MITTSOMMER AUF DEN HURTIGRUTEN

Erleben Sie Norwegen auf besonders intensive Weise – komfortabel in der Gruppe und entlang der schönsten Routen des Landes. Die Reise beginnt in Kiel und führt über Oslo mit der berühmten Bergenbahn durch spektakuläre Gebirgslandschaften nach Bergen. Dort gehen Sie an Bord der legendären Hurtigruten, die entlang der beeindruckenden Küste mit ihren Fjorden, malerischen Städten und kleinen Häfen verkehrt. Gerade zur Mittsommerszeit zeigt sich Norwegen von seiner schönsten Seite: Lange, helle Tage, goldenes Licht und die besondere Stimmung der Mitternachtssonne machen diese Reise zu einem unvergesslichen Erlebnis. Die Rückfahrt erfolgt mit der Dovrebahn nach Oslo, vorbei an unberührter Natur und wilden Landschaften. Anschließend bringt die Color Line Sie entspannt zurück nach Kiel. Freuen Sie sich auf eine gelungene Kombination aus Bahn- und Seereise. Sie interessieren sich für diese Reise? Die Urlaubsexperten des **ADAC Reisebüros in Neumünster** freuen sich auf Ihren Besuch! Mehr Infos unter www.adac-sh.de oder Tel.: 04321 / 927 00.

Foto: Adobe Stock

REISEINSPIRATION: **SOLO UNTERWEGS**

Allein zu reisen bedeutet Freiheit. Niemand gibt das Tempo vor, niemand entscheidet über das nächste Ziel oder den Tagesablauf. Wer allein unterwegs ist, kann spontan handeln, eigene Interessen verfolgen und den Moment ganz bewusst genießen.

Für viele Menschen ist die erste Soloreise eine besondere Erfahrung. Anfangs mag der Gedanke ungewohnt erscheinen, doch schon nach kurzer Zeit entdecken viele die Vorteile des Alleinreisens. Man nimmt seine Umgebung intensiver wahr, kommt leichter mit anderen Menschen ins Gespräch und erlebt neue Orte oft auf eine persönlichere Weise. Allein unterwegs zu sein, bedeutet auch,

sich selbst besser kennenzulernen. Herausforderungen werden eigenständig gemeistert, Entscheidungen selbst getroffen und neue Situationen mit Offenheit angenommen. Das stärkt das Selbstvertrauen und eröffnet oft völlig neue Perspektiven – auf die Welt und auf das eigene Leben. Dabei muss eine Soloreise nicht weit weg führen. Schon ein Wochenendausflug an

Wer alleine reist, lernt den Ort und sich selbst ganz neu kennen. Probieren Sie es aus, eine Soloreise wird Sie bereichern.

die Küste, eine Wanderung durch die Natur oder ein Städtetrip können die wohlthuende Erfahrung bieten, einmal ganz bei sich selbst zu sein. Allein reisen heißt nicht, einsam zu sein. Es bedeutet vielmehr, bewusst Zeit mit sich selbst zu verbringen und die Freiheit zu genießen, den eigenen Weg zu gehen.



Foto: Adobe Stock

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

 **HYUNDAI**

WARUM WIEN

GANZ OBEN AUF DER REISELISTE STEHEN SOLLTE

*Unser Förde Fräulein Kathrin hat den Norden kurzerhand gegen die Donau getauscht.
Für einen Urlaub ging es für einen Städtetrip ins wunderschöne Wien.*

VON KATHRIN MANDEL

KEIN PLAN, KEIN STRESS, EINFACH LOS

Es war eigentlich gar nicht so viel geplant. Meine beste Freundin und ich hatten schlicht Lust, gemeinsam eine neue Stadt zu entdecken, und so haben wir uns für Wien entschieden. Also buchten wir Flüge für ein langes Wochenende, packten unsere Taschen und ließen uns überraschen. Einen detaillierten Reiseplan? Den hatten wir bewusst nicht. Wir wollten uns überraschen lassen. Was uns dann erwartete, war eine Stadt, die vom ersten Moment an unter die Haut geht.

SANFTER EINSTIEG AUF DEM WASSER (1)

Den ersten Tag sind wir bewusst entspannt angegangen mit Tretbootfahren auf der Alten Donau: ein bisschen Sonne, ein bisschen Wasser, das Flair auf uns wirken lassen. Genau das Richtige, um in Wien anzukommen. Und weil man nach so viel frischer Luft natürlich Hunger bekommt, gab es danach das erste Wiener Schnitzel. Pflichtprogramm, könnte man sagen – aber was für eines.

ARCHITEKTUR, DIE DEN ATEM VERSCHLÄGT

Wien beeindruckt einen vom ersten Moment an, an jeder Ecke wartet das nächste Highlight. Überall stehen Gebäude, bei denen man unwillkürlich den Schritt verlangsamt. Zum Beispiel die Wiener Staatsoper, die Hofburg, die neogotische Votivkirche – architektonisch ist Wien schlicht atemberaubend. Wir haben uns durch die Sehenswürdigkeiten treiben lassen, ohne Taktung, ohne





1



2



3



4



5

Pflichtprogramm. Und weil wir gerade sowieso in der Hofburg standen, haben wir uns spontan entschieden, der Spanischen Hofreitschule einen Besuch abzustatten. Dass sie sich mitten in der Anlage befindet, wussten wir vorher gar nicht, und das Zusehen während des Trainings der Lipizzaner war genau einer dieser Momente, bei denen man merkt: Genau dafür reist man.

SCHLEMMEN AUF WIENERISCH (2)

Wer Wien besucht, muss den Naschmarkt erlebt haben. Das war für mich persönlich eine der schönsten Überraschungen der gesamten Reise. Zwischen Marktständen voller Oliven, Käse, Gewürze und frischem Gemüse flanieren, hier ein Kosthappchen, da ein Glas Wein in der Sonne – das ist gelebte österreichische Kultur, wie sie lebendiger kaum sein könnte. Auf dem Weg durch die umliegenden Gassen haben wir dann noch einen dieser typischen Wiener Würstelstände entdeckt. Der leckerere Traditionssnack mit einer unwiderstehlich leckeren Soße aus Senf, Curry und Zwiebeln in der Hand, Großstadttrubel um uns herum – simpel, aber irgendwie genau richtig.

HOCH HINAUS: WANDERN MIT AUSBLICK (3)

Einen Tag haben wir der Natur gewidmet. Die Berge um Wien herum sind keine Hochalpengipfel, aber das brauchen sie auch nicht zu sein. Wir sind eine wunderschöne Stadtwander-

route auf den Kahlenberg gegangen, und auf dem Rückweg haben wir an verschiedenen Heurigen Halt gemacht. Eine Käseplatte, ein Glas Vino, der Blick über Wien, wie er sich von dort oben auftut: Spätestens hier war ich restlos verliebt in diese Stadt. Es ist schwer zu beschreiben, wie sehr diese Mischung aus Großstadt und Natur, aus Wiener Schmah und echter Herzlichkeit einen einfach einnimmt.

KAISERLICHE TRÄUMEREIEN (4)

Natürlich durften Schloss Schönbrunn und das Belvedere nicht fehlen. Beide sind imposant, beide lassen einen unweigerlich träumen – von Pferdekutschen, die über das Kopfsteinpflaster rollen, von einer Welt, in der solche weitläufigen Parkanlagen der Alltag waren. Man versteht beim Spaziergang durch diese Gärten sofort, warum Wien als eine der kulturell reichsten Städte Europas gilt.

VINTAGE-SCHÄTZE UND DONAU-ABENDE (5)

Für alle, die gerne stöbern: Wien ist ein Paradies für Vintage- und Second-Hand-Liebhaber*innen. Gefühlt reiht sich in manchen Gassen ein Laden an den nächsten. Wir haben

uns durch Kleiderstangen voller besonderer Teile gewühlt und waren auf der Suche nach dem einen Wiener Fundstück. Das Suchen selbst war dabei schon das halbe Vergnügen. Anschließend ging es noch auf den Prater, der mit seinem nostalgischen Charme das ganze Jahr geöffnet hat. Den Abend haben wir in einer gemütlichen Beachbar am Donaukanal ausklingen lassen. Mit Blick aufs Wasser, lauen Temperaturen und dem Gefühl, dass dieser Städtetrip genau die richtige Entscheidung war.

EIN ORT, DER DAS HERZ BERÜHRT

Unbedingt sollten Sie bei einem Wien-Besuch das Café Vollpension besuchen. Hier arbeiten Rentner*innen, damit sie im Alter eine Aufgabe haben, unter Menschen kommen und gebraucht werden. Sie backen die Kuchen selbst, servieren Kaffee mit echter Freude und zaubern einem ein Lächeln ins Gesicht, das noch Stunden später anhält. Ich habe dort Wiener Buchteln probiert und einen Apfelstrudel gegessen, beides unglaublich lecker. Aber vor allem hat mich dieser Ort berührt.

FAZIT:

WIEN HAT ÜBERZEUGT

Wien ist vieles: kulturell überwältigend, kulinarisch reichhaltig, architektonisch beeindruckend, grün, lebendig, nahbar. Eine Stadt, die einen nicht loslässt, lange nachdem der Flieger wieder gelandet ist. Wer noch überlegt, wohin die nächste Städtereise führen soll – hier ist die Antwort.

Präsentiert vom
Förde Fräulein



Verirren leicht gemacht

Labyrinth und Irrgärten gehören zu den schönsten Sommerausflügen für Familien: Sie verbinden Bewegung an der frischen Luft mit Abenteuer, Teamgeist und einer guten Portion Orientierungssinn. Unsere Tipps laden dazu ein, sich mal richtig schön zu verlaufen.



RÄTSELSPASS ZWISCHEN BEERENFELDERN

Direkt neben den beliebten Selbstpflückfeldern des Schwalehofs in Husberg wartet ab dem 10. Juli ein großes Maislabyrinth auf kleine und große Spürnasen. Der Weg durch die grünen Gänge wird dabei zur spannenden Schatzsuche: Unterwegs gilt es, knifflige Fragen zu beantworten und die richtigen Lösungen zu finden. Wer erfolgreich rätselt, hat die Chance auf attraktive Preise. Besonders reizvoll ist die Kombination aus Maisabenteuer und Landvergnügen, denn gleich nebenan können je nach Saison Erdbeeren, Himbeeren oder Heidelbeeren gepflückt werden. Für eine Pause zwischendurch öffnet an den Wochenenden das BeerenCafé mit Kaffee, Kuchen und kühlen Getränken – perfekt für eine kleine Stärkung nach dem Ausflug durchs Labyrinth. Mehr Infos: www.schwalehof.de

1 MAISLABYRINTH GUT OESTERGAARD

Wenn sich ab Mitte Juli die grünen Gänge öffnen, verwandelt sich das Feld auf Gut Oestergaard wieder in einen der größten Irrgärten Schleswig-Holsteins. Auf einer Fläche von 3,6 Hektar schlängeln sich rund 3.500 Meter Wege durch etwa 360.000 Maispflanzen. An mehreren Stationen können kleine und große Entdecker*innen Kontrollstempel sammeln, die am Ausgang gegen eine süße Überraschung eingetauscht werden. Wer kurz Orientierung braucht, verschafft sich von einer Aussichtsplattform den Überblick. Für eine Stärkung zwischendurch sorgen Kaffee, Kuchen, Eis und kleine Snacks. Besonders spannend wird es bei den beliebten Gespensternächten Ende August und Anfang September, wenn die Suche nach dem richtigen Weg im Dunkeln stattfindet. Der Eintritt kostet 7 Euro für Erwachsene und 5 Euro für Kinder. Mehr Infos: www.gut-oestergaard.de



3

BARFUSS DURCHS LABYRINTH

Im Naturpark Barfußland in Todesfelde verbindet sich der Besuch eines Maislabirynths mit einem Ausflug für alle Sinne. Zwischen hohen Maispflanzen warten verschlungene Wege, knifflige Rätsel und die Herausforderung, den richtigen Ausgang zu finden. Das grüne Abenteuer eignet sich für Familien, Kindergeburtstage oder einen spontanen Ferientag in der Natur. Besonders schön: Das Labyrinth lässt sich mit dem über einen Kilometer langen Barfußpark kombinieren, auf dem unterschiedliche Untergründe wie Sand, Kies, Lehm oder Moor erkundet werden können, inklusive Spielplätzen und Imbiss. Der Eintritt ins Maislabyrinth kostet 8 Euro für Erwachsene und 6 Euro für Kinder. Kombitickets für Barfußpark und Labyrinth sind für 15,50 Euro bzw. 10 Euro erhältlich. Mehr Infos: www.barfussland.com



4

ZWISCHEN WEISSDORN UND WILDROSEN

Wer einmal etwas anderes als ein Maislabyrinth erleben möchte, wird auf dem Hof Brekenröhe in Treia fündig. Gleich zwei begehbare Heckenlabyrinth laden hier zum Verirren und Entdecken ein. Das kleinere Labyrinth besteht aus Johannisbeersträuchern und bietet 700 Meter verschlungene Wege. Noch größer ist der historische Irrgarten nach einem Entwurf aus dem Jahr 1576: Auf 5.800 Quadratmetern führen mehr als 1.200 Meter Wege durch Hecken aus Weißdorn, Schlehen, Wildrosen und Mirabellen. Die naturnahen Sträucher bieten zahlreichen Vögeln und Insekten Lebensraum. In der Erntezeit lässt sich der Ausflug zudem mit dem Pflücken von Johannis- und Stachelbeeren verbinden. Der Eintritt kostet für Erwachsene 1,50 Euro, Kinder ab 6 Jahre und Jugendliche zahlen 1 Euro. Mehr Infos: labyrinth-treia.jimdosite.com

VERIRRT IN DER PROBSTEI

Seit fast 100 Jahren sorgt der Irrgarten in Probsteierhagen für Orientierungslosigkeit mit Spaßfaktor. Statt Mais warten hier hohe Hecken auf alle, die den Weg zur Aussichtsplattform im Zentrum finden möchten. Das rund 2.000 Quadratmeter große Labyrinth gehört zu den ältesten seiner Art in Norddeutschland und begeistert bis heute Familien, Ausflügler und Rätselfreunde. Zahlreiche Sackgassen und verschlungene Wege machen die Suche nach dem richtigen Pfad zu einer spannenden Herausforderung. Wer den Ausgang wiedergefunden hat, kann den Tag auf dem Spielplatz, beim Minigolf oder auf der Kaffeeterrasse ausklingen lassen. Hunde sind an der Leine willkommen. Der Eintritt ins Heckenlabyrinth kostet 2,50 Euro pro Person. Mehr Infos: www.irrgarten.biz



6

IRRWEGE AN DER NORDSEE

Wer den Weg durch meterhohe Maispflanzen sucht, wird auch in Büsum fündig. Das große Maislabyrinth sorgt jeden Sommer für knifflige Orientierungstests und jede Menge Bewegung an der frischen Nordseeeluft. Zwischen den grünen Gängen gilt es, den richtigen Pfad zu finden und dabei so manche Sackgasse in Kauf zu nehmen. Gerade für Familien wird der Ausflug schnell zum kleinen Abenteuer, bei dem Teamgeist und Spürsinn gefragt sind. Nach der Suche nach dem Ausgang locken die Nordseeküste, der Hafen oder ein Eis in der Innenstadt. So lässt sich der Besuch im Maislabyrinth wunderbar mit einem Tagesausflug an die Küste verbinden und sorgt für abwechslungsreichen Ferienspaß. Mehr Infos: buesumer-maislabyrinth.jimdosite.com

Eis KALT

Sommer zum Löffeln: Mit diesen köstlichen Rezepten zieht die Lieblingseisdieler kurzerhand in die eigene Küche ein.

SCHOKOLADEN-CHILI-EIS

ZUBEREITUNGSZEIT:
1 STD. ZZGL. 3 STD. KÜHLZEIT

ZUTATEN FÜR 4-6 PERSONEN

- 250 ml Milch
- 150 g Sahne
- 2 getrocknete Chilischoten
- 2 Eigelb
- 100 g Zucker
- 50 g Kakaopulver
- 150 g Zartbitterschokolade (80 % Kakaoanteil)

1. Milch und Sahne mit Chilischoten in einem Topf aufkochen, dann vom Herd nehmen und ca. 20 Minuten ziehen lassen. Inzwischen Eigelb und Zucker mit dem Handrührgerät schaumig schlagen, bis der Zucker sich komplett aufgelöst hat und die Masse dick und cremig ist. Kakaopulver unterrühren. Nun die Chilischoten aus der Milch-Sahne-Mischung nehmen und diese nach und nach unter die Eigelbcreme rühren.

2. Die Eigelb-Sahne-Masse durch ein feines Sieb in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze vorsichtig erhitzen, bis sie andickt. Dabei

ständig rühren und darauf achten, dass die Masse nicht zu heiß wird, da sie sonst stocken könnte.

3. Schokolade hacken und über dem Wasserbad schmelzen lassen, dann unter die Creme rühren. Die Schokoladen-Chili-Creme vom Herd nehmen und ca. 3 Stunden kalt stellen, dann in eine Eismaschine geben und gefrieren lassen.



SEMIFREDDO AUS WEISSER SCHOKOLADE

MIT BLAUBEEREN

ZUBEREITUNGSZEIT:
1 STD. ZZGL. 8 STD. KÜHLZEIT

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Blaubeeren
- 300 g weiße Schokolade zzgl. etwas mehr zum Garnieren
- 600 g Sahne
- 5 Eigelb
- 100 g Puderzucker

1. Eine Kastenform (24 x 10 cm) mit etwas Frischhaltefolie auslegen und kalt stellen. Die Blaubeeren verlesen, waschen und gut trocken tupfen.

2. Die Schokolade grob hacken. 150 g Sahne erhitzen und die Schokolade unter Rühren darin schmelzen.

3. Eigelb mit 80 g Puderzucker in einer Schüssel glatt rühren. Die flüssige Schokoladenmischung zugeben und alles über einem heißen Wasserbad cremig aufschlagen.

4. Die Schüssel vom Wasserbad nehmen und über einem eiskalten Wasserbad kalt rühren. Die übrige Sahne steif schlagen und unter die erkaltete Schokoladenmasse heben.

5. Etwa $\frac{1}{3}$ der Blaubeeren mit dem übrigen Puderzucker in ein hohes Gefäß geben und fein pürieren. Erneut $\frac{1}{3}$ der Blaubeeren unter die Eismasse heben. Die Semifreddo-Masse in die vorbereitete Form geben und glatt streichen. Die pürierten Blaubeeren daraufgeben und ebenfalls glatt streichen. Im Tiefkühlfach mindestens 8 Stunden gefrieren lassen.

6. Semifreddo aus dem Gefrierfach nehmen und ca. 10 Minuten antauen lassen. Auf eine Platte stürzen und von der Frischhaltefolie befreien. Mit den übrigen Blaubeeren und etwas grob geraspelter weißer Schokolade garniert servieren.





MINZ-LIMETTEN-SORBET

ZUBEREITUNGSZEIT:
45 MIN. ZZGL. 1 STD. KÜHLZEIT

ZUTATEN FÜR 4-6 PERSONEN

- 4 Bio-Limetten
- 200 g Zucker
- 15 Minzblättchen
- 1 sehr frisches Eiweiß
- 1 Prise Salz

1. Limetten heiß abwaschen und trocken reiben. Die Schale fein abreiben, den Saft auspressen.
2. Zucker, 200 ml Wasser und Limettenschale in einen Topf geben und zum Kochen

bringen. Bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten köcheln lassen, dann vom Herd nehmen und vollständig auskühlen lassen. Eiweiß mit Salz in einer großen Schüssel steif schlagen.

3. Limettensaft und Minze in ein hohes schmales Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren, dann mit dem erkalteten Sirup verrühren und diese Mischung durch ein feines Sieb zum Eischnee geben. Vorsichtig unterheben, bis sich die Zutaten verbinden.

4. Die Sorbetmasse in eine Eismaschine geben und gefrieren lassen. Servieren Sie das Sorbet pur oder gießen Sie es mit eiskaltem Prosecco auf.



KEINE EISMASCHINE?

KEIN PROBLEM!

Auch ohne Eismaschine gelingt leckeres Eis: Die Masse in einem flachen Behälter einfrieren und während der ersten 2 bis 3 Stunden alle 30 Minuten gründlich umrühren. So bleibt das Eis cremiger und bildet weniger Eiskristalle.

MANDELEIS MIT AMARETTO

**ZUBEREITUNGSZEIT: 1 STD.
ZZGL. 3 STD. KÜHLZEIT**

ZUTATEN FÜR 4-6 PERSONEN

- 100 g gehackte Mandeln
- 300 g Sahne
- 100 ml Milch
- 3 Eigelb
- 100 g Zucker
- 4 EL Amaretto

1. Mandeln in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett anrösten, bis sie beginnen zu duften. 2 EL davon aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen, den Rest mit Sahne und Milch ablöschen und aufkochen. Vom Herd nehmen und 20 Minuten ziehen lassen.

2. Inzwischen Eigelb und Zucker mit dem Handrührgerät schaumig schlagen, bis der Zucker sich komplett aufgelöst hat und die Masse dick und cremig ist. Die Sahnemischung nach und nach unter die Eigelbcreme rühren.

3. Die Eigelb-Sahne-Masse durch ein feines Sieb in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze vorsichtig erhitzen, bis sie andickt. Dabei ständig rühren und darauf achten, dass die Masse nicht zu heiß wird, da sie sonst stocken könnte.

4. Die Mandelcreme vom Herd nehmen und ca. 3 Stunden kalt stellen, dann den Amaretto und die beiseitegestellten gerösteten Mandeln unterrühren. Die Masse in eine Eismaschine geben und gefrieren lassen.



EISCAFE PIZZERIA VENEZIA

- Original italienisches Eis
- Snacks
- Pizza & Pasta
- Alles von der Vorspeise bis zum Dessert
- Auch Außer-Haus-Bestellungen für Selbstabholer
- Saisonal frischer Fisch
- Kulinarische und kulturelle Aktionsabende
- Frühstück
- Kaffeespezialitäten
- Die echte italienische Küche nach traditionellen Rezepten!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Restaurant | Alte Meierei Nortorf

Am Markt 5 · 24589 Nortorf

Telefon: 0 43 92 / 33 33

Öffnungszeiten: 10.00-22.00 Uhr

Montags Ruhetag

SO SCHMECKT DER NORDEN

ANZEIGE



MÄRCHENHAFTER GENUSS

„Pinocchio“ heißt die Eissorte des Jahres 2026 – eine verspielte Kombination aus cremigem Milcheis, fruchtigem Erdbeersorbet und schokoladenüberzogenen Grissini. Benannt ist die Kreation nach der berühmten Holzpuppe mit der langen Nase, die seit Generationen Kinder und Erwachsene begeistert. Ein sommerlicher Eisgenuss, der italienische Tradition und fruchtige Frische auf besondere Weise verbindet. Diese und viele weitere Köstlichkeiten gibt es im **Eiscafé & Restaurant Venezia in Nortorf**. Bereits seit 1978 holen Dino Dall'Anese und seine Familie ein Stück Italien in die Kleinstadt. Neben hausgemachten Eisspezialitäten stehen auch Pizza, Pasta, Antipasti und vieles mehr auf der Speisekarte. Im Sommer lassen sich die leckeren Speisen besonders gut draußen vor dem Eiscafé mit herrlichem Blick auf den Markt und die St.-Martin-Kirche genießen. Mehr Infos unter Tel.: 04392 / 33 33 und www.venezia-nortorf.de.

Foto: Marlen Romeburg – Kreativ Media Berlin

ENDLICH WIEDER HIMBEERZEIT!

ANZEIGE



Wenn der Sommer Schleswig-Holstein verwöhnt, ist auch die schönste Zeit im **Himbeerglück Heinkenborstel** gekommen. Karen und Jürgen Kühl laden wieder große und kleine Genießer zum Selberpflücken ein. Das rund 1,5 Hektar große Feld ist gut erreichbar aus Richtung Rendsburg, Neumünster, Kiel und Itzehoe und bietet Raum für entspannte Stunden im Grünen. Auch wenn es in der Nähe derzeit eine Baustelle gibt: Das Himbeerglück ist über die ausgeschilderte Umleitung weiterhin gut zu erreichen. Nach dem Pflücken wird es gemütlich: Kaffee, selbstgebackener Kuchen, fruchtige Himbeertorte und das beliebte Himbeereis nach Karen Kühls Geheimrezept machen jeden Besuch zum kleinen Sommerfest. Für besondere Stimmung sorgen in diesem Jahr zwei musikalische Nachmittage: Am 11. Juli tritt um 14.30 Uhr der Chor „On Stage“ unter der Leitung von Janina Srugis-Reese auf. Am 18. Juli spielen ab 14 Uhr „Die Holsteiner Lausbuam“. Vorbeikommen, genießen und den Sommer schmecken – das Himbeerglück Heinkenborstel freut sich auf Sie! Mehr Infos unter www.himbeerglueck.de.

Foto: Mathias Brethauer

**SA, 11.07.
14:30 Uhr**
Auftritt: Chor
On Stage

**SA, 18.07.
14:00 Uhr**
Auftritt: Die
Holsteiner
Lausbuam

Himbeeren zum Selbstpflücken
DO - SO von 10 - 18 Uhr

SA & SO gibt es frischen Kaffee und selbstgebackene Kuchen!
Karen und Jürgen Kühl – Weiteres auf Facebook und Instagram.

ANZEIGE

WEINVERTIKALE TRIFFT GUSTAVS

Ausgewählte Weine, feines BBQ und entspannte Sommeratmosphäre: Im **GUSTAVS** in Neumünster erwartet Gäste am 15. August ein Abend für alle Sinne.

Wenn Wein auf erstklassige Küche trifft, ist ein besonderer Abend garantiert. Am 15. August lädt das Hotel Altes Stahlwerk in Neumünster zu „Weinvertikale trifft GUSTAVS“ ein – einem genussvollen Sommerabend, der ausgewählte Weine mit den kreativen BBQ-Kreationen von Küchenchef Alex Lange verbindet.

FEINE WEINE ENTDECKEN

Von 18 bis 22 Uhr dreht sich alles um spannende Geschmackserlebnisse. Gemeinsam mit Weinexperte Werner Brockmann von der Weinvertikale begeben sich die Gäste auf eine Reise durch verschiedene Weine, die verkostet

und miteinander verglichen werden können. Dabei eröffnen sich unterschiedliche Aromenwelten, Charaktere und Nuancen – eine ideale Gelegenheit für Weinliebhaberinnen und Weinliebhaber, den eigenen Geschmack neu zu entdecken.

KÖSTLICHES VOM GRILL

Passend zu den ausgesuchten Weinen serviert das Team des Restaurants GUSTAVS ein hochwertiges BBQ, das speziell auf die Verkostung abgestimmt wird. Küchenchef Alex Lange setzt dabei auf raffinierte Genussmomente und sommerliche Aromen, die die Weine perfekt

begleiten. Freuen Sie sich auf einen besonderen Abend mit guten Gesprächen und kulinarischen Highlights in der einzigartigen Atmosphäre des GUSTAVS.

Im Ticketpreis von 85 Euro pro Person sind neben den präsentierten Weinen auch Bier, Softgetränke und weitere Getränke enthalten. Die Teilnahme ist nur mit einem Genussticket möglich, das am Hotelempfang erhältlich ist.

**GUSTAVS im Hotel Altes Stahlwerk,
Rendsburger Str. 81, Neumünster,
Tel.: 04321 / 556 00, www.altes-stahlwerk.com**



Foto: Hotel Altes Stahlwerk

ERFRISCHUNG TO GO

Ob unterwegs, im Büro oder beim Ausflug ins Grüne: Die praktische Thermoflasche aus der Serie „Ellipse“ von Mepal sorgt jederzeit für die passende Erfrischung.

Dank der doppelwandigen Vakuumisolierung bleiben Getränke 4 bis 6 Stunden heiß oder bis zu 12 Stunden angenehm kühl. Der integrierte Filter eignet sich nicht nur für losen Tee, sondern auch für sommerliches Infused Water mit Zitrusfrüchten, frischer Minze oder Beeren. So entstehen im Handumdrehen aromatische Durstlöscher zum Mitnehmen. Die auslaufsichere Flasche besteht zu 90 Prozent aus recyceltem Edelstahl, ist besonders robust und kann bequem in der Spülmaschine gereinigt werden. 500 ml, 27,99 Euro, www.mepal.com



Fotos: Mepal

REGIONALER HOCHGENUSS BEI „KÄSE TRIFFT WEIN“

Feinste Weine und köstliche Käsesorten treffen zusammen: Bei „Käse trifft Wein“ zeigen regionale Käsereien und handverlesene Winzer*innen, wie gut traditionelles Handwerk und Urlaubsflair zusammen passen. Vom 10. bis zum 12. Juli 2026 verwandelt sich der Kieler Bootshafen in eine Genussmeile der Extraklasse.



Was gibt es Schöneres, als an einem lauen Sommerabend mit einem Glas Wein aufs Wasser zu schauen und dazu erstklassige Kulinarik zu genießen? Gemeinsam mit Kiel-Marketing präsentiert die Landwirtschaftskammer Schleswig-Holstein dieses beliebte Event vor der maritimen Kulisse des Kieler Bootshafens. Neben edlen Tropfen steht vor allem eines im Rampenlicht: die beeindruckende Käsevielfalt unserer Region. Probieren Sie Direktvermarktungsprodukte an den Ständen und genießen Sie die Vielfalt.

VIELE BETRIEBE VON GUTES VOM HOF.SH DABEI

Wer an Käse denkt, hat die Alpen im Kopf – doch weit gefehlt! Die wahre Vielfalt liegt schon seit vielen Jahren direkt vor unserer Haustür. Auf der Veranstaltung präsentieren sich viele Betriebe von GUTES VOM HOF.SH, die auch Teil der KäseStraße Schleswig-Holstein sind. Sie zeigen, was der Norden in Sachen Käse zu bieten hat.



GUTES VOM HOF.SH

DIESE BETRIEBE SIND DABEI!

Auf diese drei nordischen Betriebe dürfen sich die Genießer*innen in Kiel freuen:

- **Hof Berg:** Als ältester Bioland-Betrieb des Landes steht der Hof seit über 40 Jahren für konsequenten Ökolandbau. In der Holsteinschen Schweiz wird die Milch von rund 70 Kühen mit viel Liebe zu feinsten Bio-Käsespezialitäten verarbeitet.
- **Landkäserei Holtsee:** Hier schmeckt man die norddeutschen Wurzeln. Mit einer tiefen Liebe zur Küste verbindet die Traditions-käserei vollmundigen Geschmack mit wertvollsten, regionalen Rohstoffen.



Geselliges Beisammensein am Bootshafen: Juliane Bohrer, Amtsdirektorin Amt-Schrevenborn und Vorsitzende Förderkooperation Kiel und Umland, Melanie Engel vom Weingut Ingenhof, Kathrin Brandl von Kiel-Marketing, Detlef Möllgaard vom Meierhof Möllgaard sowie Ute Volquardsen, Präsidentin Landwirtschaftskammer SH.



• **Meierhof Möllgaard:** Vielfalt pur aus Hohenlockstedt! Rund 90 Käsespezialitäten – von cremigem Ziegen-Frischkäse bis hin zum dreijährigen „Alten Friesen“ – warten darauf, verkostet zu werden. Besonderer Hingucker: Die kreativen Produktnamen sind eine charmante Hommage an die Geographie und Sprache Schleswig-Holsteins.

Ergänzt wird das nordische Käse-Erlebnis durch deftige Spezialitäten vom **Hof Steffen**, der mit hausgemachter Bratwurst und Wildgulasch in der Pastete für herzhaft Abwechslung sorgt.

REBEN-ÜBERRASCHUNG AUS DEM NORDEN

Natürlich braucht ein guter Käse den passenden Partner – im Glas. Neben renommierten Winzer*innen aus ganz Deutschland beweist ein lokales Unternehmen, dass erstklassiger Wein längst kein Monopol des Südens mehr ist: Das familiengeführte Obst- und Weingut Ingenhof aus der Holsteinischen Schweiz zeigt in Kiel mit seinen Weinen und dem spritzig-fruchtigen Erdbeersecco, wie hervorragend nordisches Terroir schmeckt. Die leckeren Weine vom Obst- und Weingut Ingenhof gibt es im weißen Pagodenzelt vom Gütezeichen „Geprüfte Qualität Schleswig-Holstein“.

KÄSE- UND WEINVERKOSTUNGEN

Wer tiefer in die Materie eintauchen möchte, geht auf dem Ponton direkt an Bord: Unter der Leitung von Dipl. Käsesommelier Markus Bornholdt (alias Käpt'n Cheese) finden exklusive Käse- und Weinverkostungen statt. Hier heißt es schnell sein: Während die Termine am Freitag und Samstagnachmittag bereits restlos ausgebucht sind, gibt es für Kurzent-

schlossene oft noch freie Plätze, zum Beispiel am Samstag- und Sonntagvormittag (jeweils 12 bis 14 Uhr). Erkundigen Sie sich gerne! Buchbar sind diese unter www.kiel-sailing-city.de/buchen/erlebnisse#

AKTIONEN IM GUTES VOM HOF.SH-ZELT

Ein ganz besonderer Treffpunkt auf der Kieler Genussmeile ist das weiße Pagodenzelt von GUTES VOM HOF.SH. Neben Informationen zum Direktvermarktungs-Portal wird es eine digitale Slot-Machine mit vielen Gewinnen geben. Das landesweite Direktvermarktungs-Portal bildet die gesamte Bandbreite der Erzeugung und Verarbeitung von regionalen Lebensmitteln ab und weist Verbraucher*innen online den Weg zu Hofläden, Wochenmärkten und handwerklichen Produkten. Außerdem gibt es im Bereich „Hofwissen“ interessante Informationen zu Warenkunde und Zertifizierungen sowie leckere Rezepte mit Zutaten aus dem echten Norden.

Ebenso lockt eine Postkartenaktion: „Sie schreiben, wir verschicken“, lautet hier das Motto.



GUTES VOM HOF.SH leitet Nutzer*innen mit nur wenigen Klicks durch die kulinarische Landschaft zwischen den Meeren. Wer mit einem mobilen Endgerät die Website besucht, kann diese ganz einfach als Button auf dem Homebildschirm des Handys oder Tablets speichern - ein praktischer App-ähnlicher Service. Um die gesamte Bandbreite der Erzeugung und Verarbeitung von regionalen Lebensmitteln abzubilden, gliedert sich die Website in vier Bereiche: Hofläden, Handwerk, Gastronomie und Erlebnisse. GUTES VOM HOF.SH wird im Auftrag des Landwirtschaftsministeriums Schleswig-Holstein (MLLEV) vom Fachbereich Gütezeichen der Landwirtschaftskammer Schleswig-Holstein realisiert.

CHARITY-AKTION VON „IM NORDEN GEWACHSEN“

Mit der Charity-Aktion des Vereins „Im Norden gewachsen“ – dessen Mitgliedsbetriebe das



Das Team von „Im Norden gewachsen“: Vorsitzende Inga Balke, Kassenwartin Ulrike Bull und stellv. Vorsitzender Klaus Petersen.

Gütezeichen „Geprüfte Qualität Schleswig-Holstein“ tragen – wird Nachwuchswerbung für den Gartenbau gemacht. Die Erlöse aus dem Pflanzenverkauf gehen an die Initiative „Kleine Gärtner“ des botanischen Gartens in Kiel. Diese gibt Kindern die Möglichkeit, die Natur und Pflanzenwelt in ihrer Vielfalt mit allen Sinnen zu erleben.

TRENDIGE BADEMODEN

Sonne, Sand und Silhouetten

Die Bademodentrends 2026 setzen auf klare Formen und prägnante Farben. Strukturierte Stoffe wie Ripp, Waffel oder Crinkle rücken in den Fokus und geben auch schlichten Modellen Profil. Metallic bleibt wichtig: Schimmernde Töne von Bronze bis Pistazie sorgen für schöne Lichtreflexe. Cut-outs werden gezielter eingesetzt und oft mit kleinen Metall-Details betont. Wer mehr Ausdruck will, greift zu Power Prints – etwa modernem Leo oder grafischen Motiven in kräftigen Farben. LASCANA etwa kombiniert in der Frühjahrs- und Sommerkollektion trendige Bademoden mit bequemer Passform sowie Modellen für große Cups und kurvige Frauen.

Alle Styles sind zu
finden unter:
www.lascana.de

GUT GEBUNDEN
Pareo von LSCN by
LASCANA



RETRO
Bandeautop-
mit Wellen-
muster, LSCN
by LASCANA



**SONNEN-
GELB**
Badeanzug
von LSCN by
LASCANA



ONE SHOULDER
Bustier-Top und Hose
in olivgrün von LSCN by
LASCANA



TIME TO SHINE
Salbeigrauer Mono-
kini vom LSCN by
LASCANA

BLUMIG
Badeanzug
mit Raffung
von LSCN by
LASCANA



BRONZED
Bandeautop und Bikini-
hose in dunkelbraun
von LSCN by LASCANA

LEO, LEO
Bügeltop und Bikinihose
mit Animal-Print von
LSCN by LASCANA



ALL PINK
Bustier-Bikini-
top und Hos in
pink von LSCN
by LASCANA

Fotos: LASCANA / Lizenzmarken



BADEMODE FÜR GROSSE CUPS

Bügel-Bikini „Rita“ von Buffalo über LASCANA
in der Farbe „dunkles Petrol“ (Cup B bis F)

LASCANA Bügel-Bikini in schwarz-creme
gepunktet (Cup B bis G)

Bikini-Bügeltop und Unterteil „Kiara“ von
bruno banani über LASCANA in der Farbe
„Pfirsich“ (Cup B bis E)

Maritim und Sommer – das passt: Mit Poloshirt, Bluse und heller Hose unterwegs am Meer.



FÜR DEN PERFEKTEN SOMMER- AUFTRITT!

Aktuelle Farben, natürliche Stoffe: So kleiden Sie sich in der warmen Jahreszeit optimal für Freizeit und Beruf.

Schleswig-Holstein. Eine leichte Brise weht vom Meer. Yachten dümpeln an der Pier, darüber kreischen die Möwen. Am Strand ist Badevergnügen angesagt – auch die Eiscafés sind bestens besucht, in der City bummeln die Einkaufsgäste. Ob Urlauber oder Schleswig-Holsteiner: Jetzt im Juli lassen sich herrliche Sommertage im echten Norden genießen.

MARKENVIELFALT UND SERVICE

Wer nun die passende Bekleidung sucht oder einfach mal stöbern möchte, kann bei **Nortex** hochwertige Mode für festliche Anlässe, Freizeit und Beruf entdecken. Das Modehaus in Neumünster liegt zentral zwischen Nord- und Ostsee und bietet einen Mix aus Vielfalt und Service: Im Sortiment finden sich mehr als 240 internationale Modemarken in einer riesigen Auswahl an Größen und Passformen. Kompetente Beraterinnen und Berater sorgen mit viel



Leichtigkeit, die man sieht und spürt – in Sommerkleid und Overshirt aus Leinen



Lässt sich vielseitig kombinieren: Hochwertiges Strick-Poloshirt.

Herz dafür, dass Sie lange Freude an Ihrer neuen Bekleidung haben.

LEICHTE LOOKS FÜR LAUE ABENDE

Fürs Fest am Sommerabend: Fröhlich-leichte Sommerkleider liegen im Trend, gern floral und in dezenten Farben. Beliebt sind Rosa sowie Blau- und Grünnuancen. Limonen sind ein sommerliches Motiv – etwa beim Oui-Kleid auf sanftem Hellgrün. Ein warmgelber Pulli über den Schultern macht das Outfit gartenpartytauglich. Auch Seide setzt mediterrane Akzente, zum Beispiel ein Esisto-Modell mit Sonnenblumen. Passend zum Kleid gibt es Sandaletten, Pumps und legere Schuhe. Jeans- oder Strickjacken, farblich abgestimmt, sind tagsüber Hingucker und abends wärmende Begleiter.

MARITIM MIT BLUSE UND CAPRI

Hübsche Blusen im maritimen Flair passen zu weißen oder farbigen Capri-Hosen. Nortex hält rund 6.000 Blusen bereit – in vielen Farben,

Dessins, Stoffen und Schnitten. Größen: 36–54, Langgrößen 76–104, Kurzgrößen 18–26. So findet jede Kundin die Bluse, die perfekt sitzt.

NATURMATERIALIEN FÜR HEISSE TAGE

Leinen, Seide und Baumwolle sind im Sommer gefragt, weil sie atmungsaktiv sind und sich angenehm tragen. Leinen etwa nimmt viel Feuchtigkeit auf, ist luftdurchlässig und kühlt angenehm. Seide trägt sich luftig und kann ebenso kühlen. Baumwolle ist der Sommerklassiker mit hoher Atmungsaktivität. Nortex führt passende Modelle in allen Abteilungen – vom Herrenanzug bis zum Damenkleid.

HOCHWERTIGES STRICK-POLOSHIRT TRIFFT LEICHTE SOMMERHOSE

Für Herren gibt es elegante Leienteile, hochwertige Strick-Poloshirts, bequeme Shorts und leichte Sommerhosen in frischen Farben.

Poloshirts lassen sich vielseitig kombinieren – lässig in der Freizeit oder smart im Büro.

Stil-Tipp für Ihn: Ein Leinen-Overshirt passt zu vielen Anlässen und harmoniert perfekt mit einer Chino. Leichte Jeans, Bundfalten- oder Five-Pocket-Hosen sind sommerliche Alternativen. Wenn der Wind auffrischt, bieten dünne, hochwertig verarbeitete Sommerjacken mit vielen Taschen Schutz.

NORTEX AUF EINEN BLICK

Das Modehaus Nortex präsentiert rund 240 internationale Marken auf 10.000 Quadratmetern – entspannt entdecken, anprobieren, einkaufen. Besonderer Fokus liegt auf freundlichem und kompetentem Service.

Adresse: Grüner Weg 9–11, Neumünster

Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 9–19 Uhr,

Sa. 8.30–19 Uhr.

Infos: Tel.: 04321 / 87 00 0

www.nortex.de.

Das Nortex-Team berät Sie stets kompetent, ehrlich und mit viel Herz



Blickfang auf der Sommerparty: das Seidenkleid mit mediterranem Flair

Handgemachte Lieblingsstücke

Kleidung selbst zu nähen fühlt sich gut an: passgenau, individuell und mit jeder Menge Herzblut. Diese Bücher geben Ideen für schöne Sommerteile und mehr.

SCHÖNE BASICS

Dieses Nähbuch ist ideal für alle, die trotz vollem Alltag schöne Basics selbst nähen möchten. Modedesignerin und „Tilly and the Buttons“-Gründerin Tilly Walnes liefert einfache Schnitte und klare Anleitungen, die oft an einem Nachmittag gelingen. Ob T-Shirt, Jumpsuit oder Trägerkleid: Alle Modelle sind anfängerfreundlich, zugleich finden Geübte stilvolle Projekte für zwischendurch und

viele Zeitspar-Tipps. Aufwendige Techniken wie Reißverschlüsse, Knopflöcher oder kompliziertes Ärmelnähen bleiben außen vor. Ausführlich bebilderte Schritt-für-Schritt-Anleitungen führen sicher zum Ergebnis. Die Schnitte liegen in Originalgröße auf drei

Schnittmusterbögen bei, ordentlich verpackt in einer Tasche. So wächst die eigene Basisgarderobe Stück für Stück.

Jutta Orth, Tilly Walnes: Liebe auf den ersten Stich – Kleider, Shirts, Jumpsuits und mehr.
EMF Verlag, 208 Seiten, 9,99 Euro.



MUSSELIN-LIEBE

Musselin ist der Stoff für softe Nähräume: federleicht, angenehm, atmungsaktiv und überall erhältlich. Dieses erste Nähbuch zum Trendmaterial zeigt bequeme, luftige Teile für die Größen 34–44, von Kleid und Jumpsuit über Top bis zum Oversize-Hemd – perfekt für Alltag und Sommer. Die bebilderten Schritt-für-Schritt-Anleitungen machen den Einstieg leicht, auch für

Anfängerinnen und Anfänger. Musselin aus 100 % Baumwolle ist preiswert, gut zu verarbeiten und pflegeleicht. Die natürliche Crinkle-Optik wirkt modern und spart Zeit, denn Bügeln ist nicht nötig. So entstehen

Liebingsstücke mit viel Bewegungsfreiheit, die schnell genäht sind und lange Freude machen.

Anja Roloff: Mini-Masterclass – Nähen mit Musselin.
EMF Verlag, 64 Seiten, 15 Euro.



ALLES JERSEY

T-Shirts klingen langweilig für Sie? Mit „Alles Jersey – Plus-Size-Shirts“ gestalten Sie aus wenigen Schnittelementen über 500 Varianten: T-Shirts, Longsleeves und Tuniken in den Größen 46–56. Das Mix-and-Match-Prinzip lässt Längen, Ärmel sowie Ausschnitt- und Saumformen frei kombinieren – so entsteht Ihr individuelles Lieblingsoberteil für jeden Anlass. Zwei Schnittmusterbögen, bebilderte

Schritt-für-Schritt-Anleitungen und ein ausführlicher Grundlagenteil machen die Projekte anfängertauglich. Sie passen die Modelle nach Geschmack an, ergänzen raffinierte Details und füllen Ihren Kleiderschrank mit Unikaten, die genau zu

Ihnen passen. Viele Teile sind super schnell genäht – perfekt für ein kreatives Wochenendprojekt.

Stefanie Brugger: Alles Jersey – Plus-Size-Shirts.
EMF Verlag, 144 Seiten, 20 Euro.



über 15 Jahre

Gold-Ankauf & Verkauf

über 15 Jahre

Quickborn

Kieler Str. 89 A

in Bad Bramstedt

größter Second-Hand Shop im Norden

Henstedt-Ulzburg

bei Kaufland

Bestpreis-Garantie



gegen Bargeld

Tauschen Sie Ihr Gold / Silber / Schmuck / Zahngold / Bernstein auch Versilbertes / Zinn / Vergoldetes und Double

Kieler Str. 89 A • 25451 Quickborn • Do. + Fr. 10 - 17 Uhr
Bleek 5 • 24579 Bad Bramstedt • Mo. - Fr. 10 - 17 Uhr
Lindenstr. 26b • 25545 Kellinghusen • Di. 10 - 17 Uhr
Kronstiege 4 • 22415 Hamburg • Mi. 10 - 17 Uhr
Gutenbergstr. 7 • 24558 Henstedt-Ulzburg • Mi. 10 - 17 Uhr



Service von A bis Z

und nach Vereinbarung • 0176 - 258 255 54

Kellinghusen

www.goldankauf-quickborn.de

Langenhorn



GREEN CAMPUS
empowering performance



Deine Stimme. Dein Studio.

Du hast eine Geschichte, ein Anliegen oder eine Vision? Dann komm ins Podcast-Studio am Green Campus und mach deine Botschaft groß!



Scannen &
On Air gehen!



Jetzt buchen: falkemedia.de/workspaces-buchen
oder  t.moeller@falkemedia.de  0171/790 9 3 02

SOMMER IM FLAKON

Wenn die Temperaturen steigen, sollen Düfte luftig wirken. Statt schwerer Kompositionen tragen wir lieber zarte Noten, die den Duft des Sommers einfangen. Drei Duftrichtungen funktionieren jetzt besonders gut – und dazu passende Duftideen zum Ausprobieren. So finden Sie garantiert Ihren liebsten Sommerduft!

FRUCHTIG-FRISCH



Hier wird's spritzig: Bergamotte, Orange, Zitrone und Co. sorgen für Sofortfrische und sind ideale Begleiter für heiße Tage.

Biotherm: Les Eaux Eau
Vitaminée Impulsion Citron

Hermès: Un Jardin Sur le Nil (unisex)

Lancôme: Ô de Lancôme

AQUATISCH



Aquatische Düfte erinnern an Salzlucht und Meer – perfekt, wenn Sie das „frisch geduscht“-Gefühl länger konservieren wollen.

Fico di Amalfi:

Acqua di Parma Blu Mediterraneo (unisex)

Guerlain: Aqua Allegoria Rosa Verde

Amouage Lineage (unisex)

Laura Biagiotti: AQVE ROMANE Rubus Maris

BLUMIG



Kein Sommer ohne Blumen! Florale Düfte wirken transparent und leicht, zugleich auch romantisch und zart. Beliebte Essenzen kommen etwa aus der Jasmin- oder der Rosenblüte.

Prada: Paradoxe Virtual Flower

Gucci: Flora Gorgeous Gardenia

Viktor&Rolf: Flowerbomb

Chloé: Nomade

Lancôme: La vie est belle

Fotos: Adèle Stock

Sommerlooks AMFUSS

Der Sommer 2026 gehört Schuhen, die Charakter zeigen und sich mühelos in den Alltag integrieren.

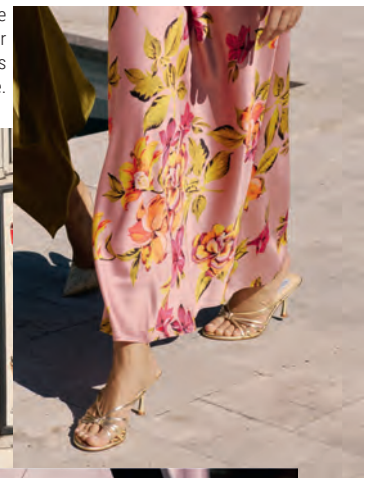
Der Ballett-Core-Trend bleibt präsent, wirkt jedoch weniger verspielt: Zarte Schnürdetails, schmale Silhouetten und die Kombination aus Pastelltönen und Schwarz prägen den Look, während stabile Fersenkappen und weiche Riemen für Tragekomfort sorgen. Ebenfalls sichtbar ist der Split-Toe, der den Schritt von den Laufstegen in den Alltag geschafft hat. Die geteilte Zehenpartie schafft eine grafische Anmutung und viel Luftigkeit, verlangt jedoch eine präzise Passform im Vorfuß.

Sommer-Heels setzen mit filigranen Riemchen und reduzierten Formen schnelle Akzente und verleihen einfachen Outfits ein unmittebares Upgrade. Gepolsterte Fußbetten und flexible Materialien sind hier entscheidend, besonders bei längeren Tragezeiten. Ein Comeback feiert der Kitten Heel, der mit niedriger Absatzhöhe zwischen Urlaubslook und Abendgarderobe vermittelt; breitere Absatzflächen erhöhen die Stabilität auf unebenem Untergrund. Am Ende zählt, dass der Schuh zum Tag passt. Mit sicherem Stand, weichen Materialien und einer Prise Attitude wird aus jedem Schritt ein leichter Sommermoment.

Filigrane Riemchen, minimalistische Shapes oder verspielte Details: Summer Heels verleihen den einfachsten Looks sofort ein Upgrade.



Jetzt feiert der Kitten Heel sein großes Comeback und begleitet easy vom Urlaubslook bis zur Girls Night Out.



Alle Styles gesehen auf stevemadden.de

Fotos: STEVE MADDEN



Das Glanz & Gloria Team (v.l.n.r.): Sabrina, Angelika und Sandra

18 JAHRE Glanz & Gloria

LIEBLINGSSTÜCKE NUR FÜR DICH

Glanz & Gloria in Bordesholm verzaubert seit nun 18 Jahren Kund*innen aus nah und fern – und feiert in diesem Jahr seine stilvolle „Volljährigkeit“.

Was einst als Idee von einem eigenen Laden begann, ist heute eine bunte und inspirierende Lieblingsstückewelt von Sabrina John und ihrem Team im Herzen von Bordesholm geworden. Seit 18 Jahren steht der Concept Store für skandinavische Lebensart, nachhaltige Mode, besondere Geschenkartikel und stilvolle Wohnaccessoires. Mit viel Liebe zum Detail und einem Gespür für das Besondere werden von dem Team Kollektionen für die Kund*innen ausgewählt – immer auf der Suche nach einzigartigen Lieblingsstücken zum Verlieben, Verschenken und Glückseligkeit. Kund*innen entdecken hier nordische Damenmode und Accessoires, Schmuck, Naturkosmetik sowie Mitbringsel und Geschenkartikel. Der Fokus liegt auf Nachhaltigkeit und Fair Fashion – bevorzugt von regionalen Unternehmen und kleinen Manufakturen. Auch in herausfordernden Zeiten wurde nicht davor gescheut, neue Wege zu gehen: Seit der Corona-Pandemie gibt es zusätzlich einen Onlineshop.

Unter www.lieblings-stuecke.shop kann man rund um die Uhr, 24 Stunden am Tag und 7 Tage die Woche, nach Herzenslust shoppen – bequem von überall und international. Herzlich willkommen in der kunterbunten Welt von Glanz & Gloria. Das Team freut sich auf Ihren Besuch – vor Ort und online. Weitere Informationen unter Tel.: 04322 / 88 87 27 oder www.lieblings-stuecke.shop.

Wir bedanken uns von Herzen bei all unseren treuen Kundinnen und Kunden, die uns in den vergangenen 18 Jahren begleitet haben. Ohne Ihre Unterstützung wäre diese Erfolgsgeschichte nicht möglich gewesen.

Das Team von Glanz & Gloria



Schmuck – Manufaktur GUBO

ANZEIGE

Luna Cards – nordisch, bunt und besonders



Skandinavische Geschenkartikel von IB Laursen

Dänische Kerzen und Dekoartikel



Caps und stylische Mode von Armedangels



Sommeroutfit von Blueberry



Glanz & Gloria

Lieblingsstücke



Fairfashion & Scandic Lifestyle



Unsere neuen Öffnungszeiten ab Juli 2026:

Mo.–Fr.: 10–18 Uhr • Sa.: 10–13 Uhr

Mühlenstraße 1 • 24582 Bordesholm

DIE SCHNEIDERIN DER TRÄUME

Marlies Harms hat ein ganz besonderes Hobby. Die Norderstedterin erweckt historische Gewänder und Fantasie-Kostüme zum Leben und löst Begeisterung aus.

VON MARION LASS



Die Idee für ein Elfenkostüm kam Marlies Harms, als sie mit ihrem Mann einen Herbstausflug in Himmelmoor unternahm.

„Ich war schon immer sehr kreativ, habe Geschichten erzählt, gerne getanzt und Theater gespielt und durfte mein großes Spektrum an Talenten ausleben“, erzählt Marlies Harms. Die 68-jährige ehemalige Kindergartenleiterin hat nach dem Berufsleben eine faszinierende Leidenschaft für sich entdeckt: historische Gewänder und Fantasie-Kostüme. Wer sie trifft, merkt schnell, dass die kreative Energie ihrer Berufswelt sie nie verlassen hat. Früher organisierte sie in den Kitas Motto-Partys und feierte Fasching mit den Kindern. Heute, im wohlverdienten Ruhestand, ist die Bühne zwar eine andere geworden, doch Zauber und Fantasie sind geblieben. Wenn sie mit Ehemann Andreas fremde Länder bereist – und das tut sie oft –, hat sie meistens Stoffe für ihre atemberaubenden, selbstgenähten historischen Gewänder und Kostüme im Gepäck.

AUF DEM MASKENZAUBER HAT'S GEFUNKT

Die Initialzündung für ihr besonderes Hobby liegt zehn Jahre zurück. 2016 besuchten sie und ihr Mann den Hamburger Maskenzauber. Als „Blaue Fee“ und „Hirschkönig“ flanierten die beiden durch die Menge. „Das hat uns beiden unheimlich viel Spaß gemacht“, erzählt Marlies Harms. Es war der Beginn einer leidenschaftlichen Reise in die Welt der historischen Mode und der Fantasie. Inzwischen füllen weit über 30 selbstgefertigte Gewänder ihren Kleiderschrank. Und auch Andreas ist fester Teil ihres kreativen Schaffens: Er besitzt zwar etwas weniger Outfits, erhält von seiner Gattin aber zu jedem Anlass ein passend abgestimmtes Gewand für den Abend. So sind die beiden auf jedem Fest als Paar erkennbar. Doch Andreas Harms steuert noch ein weiteres Talent bei: Er nutzt seine Passion für die Fotografie, um seine Frau in ihren prachtvollen Roben perfekt in Szene zu setzen und stellt die Fotos im Rahmen von Ausstellungen aus.

„Es macht mir einfach Spaß, in andere Rollen zu schlüpfen oder mal mit einem ganz anderen Look auszugehen.“

Marlies Harms

RECHERCHEN UND STOFFSUCHE

Hinter jedem Kleid steckt eine kleine Recherche. Die Rentnerin überlässt nichts dem Zufall und ergründet historische Fragen wie: „Was trug man damals eigentlich unter der Robe?“ Neben den Materialien bringen die Eheleute viele Inspirationen für die textilen Kunstwerke von ihren Reisen mit – an die 50 Länder haben sie bereits gemeinsam bereist. Aus Japan importierte die 68-Jährige edle Kimono-Seide und japanische Baumwollstoffe, die sie in ein detailreiches Wikingerkleid eingearbeitet hat. „Die Wikinger waren sehr bunt angezogen. Ich habe die Stoffe aus Japan integriert – und ich liebe das Ergebnis“, schwärmt sie. Diese besonderen Kleider trägt sie übrigens auch im normalen Alltag. „Ja, warum denn nicht?“ Die Materialbeschaffung ist allerdings nicht immer einfach. „Richtig gute Stoffe für Barock- oder Renaissance-Kleider zu finden, ist unglaublich schwer“, erklärt Marlies Harms. Samt, Seide und echter Damast sind bei den edlen Roben gefragt. Die liegen nicht überall aus. Wenn alle Stricke reißen, wird auch schon mal ein hochwertiger Gardinenstoff umfunktioniert. Oft wendet sich Marlies Harms aber auch an die

wenigen Unternehmen, die sich auf historische Stoffe oder Hüte spezialisiert haben.

IDEEN BEI AUSFLÜGEN UND REISEN

Die Ideen für ihre Gewänder fliegen der 68-Jährigen oft in der Natur oder durch kleine Details zu. Bei einem Ausflug ins Himmelmoor entstand angesichts der herbstlichen Braun- und Grüntöne die Idee für ein wunderschönes Elfenkleid. Ein anderes Mal reichte der Blick auf eine venezianische Maske, um im Kopf ein ganzes Kleid entstehen zu lassen. Es hängt bereits angefertigt im Schrank.

HANDWERKLICHES GESCHICK LIEGT IHR IM BLUT

Das Talent dafür hat sie von ihrer Mutter. Die führte eine Änderungsschneiderei, bei der sich Marlies Harms schon früh Kniffe anschauen durfte. Heute vervollständigt sie ihr Wissen durch Videos auf Instagram und YouTube. Wie viel Arbeit in den Kleidern steckt, zeigt ihr Ausflug zum Jane-Austen-Festival im südenglischen Bath. Passend zum Filmklassiker „Stolz und Vorurteil“ schneiderte sie ein Outfit der Regency-Epoche (1810–1820). „Das Überkleid ist mit



Als „Blaue Fee“ begann Marlies Harms vor zehn Jahren ihre Reise in die Welt der Fantasie-Kostüme und Gewänder.

gefühlt tausenden kleinen Röschen bestickt – das war wahnsinnig aufwendig“, sagt sie. „Aber es hat sich gelohnt!“

SISSI-KLEID IN ARBEIT

Aktuell arbeitet Marlies Harms an einem prachtvollen, blau-weißen Sissi-Kleid. Und ihre Leidenschaft steckt an: Einer Freundin bringt sie derzeit das Schneiden bei. Diese kreiert parallel eine Sissi-Kleid-Variante in Türkis-Weiß. Man darf also sicher sein: Die nächsten Hingucker stehen kurz vor der Vollendung.

Diese wunderschöne Robe wird Marlies Harms am 5. Juli im Rosarium Uetersen präsentieren.



GEWÄNDER UND KOSTÜME – LIVE UND IN FARBE

Sie können Marlies Harms und ihre prachtvollen Gewänder live erleben:

4. Juli: Husumer Kulturnacht (im Haus der Fotografie)

5. Juli (15–16 Uhr): Rosarium Uetersen (Präsentation inmitten der Rosenpracht)

Im August: Norderstedter Stadtpark Walk (historisches Picknick; zusammen mit sieben Freundinnen in Gewändern)

23. August: Schwedenfest Wismar (Teilnahme am historischen Sonntagsumzug)

Saison-Highlights: Wikinger-Märkte (z.B. Haithabu)



Warum „Longevity“ unser Leben revolutioniert

DIE KUNST, JUNG ZU BLEIBEN

Kaum jemand weiß, wie man es richtig ausspricht, aber „Longevity“ ist dennoch in aller Munde.

Doch was bedeutet es und warum ist das Thema so präsent?

Um es vorwegzunehmen: Longevity spricht man longsche-vi-ti. Viel wichtiger aber ist, was es bedeutet: nämlich Langlebigkeit. Wir alle wollen ja gerne alt werden – aber bitte schön, ohne uns alt zu fühlen. Während die Medizin des 20. Jahrhunderts vor allem darauf spezialisiert war, unser Leben künstlich zu verlängern, stellt Longevity, also die Langlebigkeit, eine ganz andere Frage: Wie schaffen wir es, bis ins hohe Alter die Vitalität, die geistige Klarheit und die Energie eines 30-Jährigen zu behalten? Es geht nicht mehr nur um die Lebensspanne, sondern um die Gesundheitsspanne. Die Vision ist ein langes Leben, dessen letzte Jahrzehnte nicht von Krankheit geprägt sind, sondern von Aktivität und Lebensfreude. Und das Beste daran? Wir haben es scheinbar zu einem großen Teil selbst in der Hand.

DIE WISSENSCHAFT VOM BIOLOGISCHEN ALTER

Früher galt das Altern als unaufhaltsamer Verfall. Heute weiß die Epigenetik, dass unsere Gene nur zu etwa 20 Prozent bestimmen, wie

wir altern. Die restlichen 80 Prozent werden durch unseren Lebensstil gesteuert. Longevity-Forscher zeigen, dass wir das „biologische Alter“ unseres Körpers – im Gegensatz zum chronologischen Alter auf dem Papier – durch gezielte Reize verjüngen können. Altern wird heute fast wie eine behandelbare Erkrankung verstanden.

DIE 4 SÄULEN DES MODERNEN LONGEVITY-LIFESTYLES

Wer die eigene Gesundheitsspanne maximieren möchte, muss kein Labor besitzen. Es reicht, an den richtigen Stellschrauben zu drehen. Dazu gehören die „Big Four“: Ernährung, Bewegung, Schlaf und Regeneration sowie geistige Balance.



Die vier Longevity-Säulen sind Ernährung, Bewegung, Schlaf und Regeneration sowie geistige Balance.



Auch gesundes Essen trägt selbstverständlich zur Langlebigkeit bei.

ERNÄHRUNG

Die Magie des Verzichtens – bei Longevity geht es nicht nur darum, was wir essen, sondern wie und wann. Konzepte wie das intermittierende Fasten (z. B. die 16:8-Methode) oder das bewusste Einlegen von Fastentagen stimulieren die sogenannte Autophagie. Das ist das körpereigene Recycling-Programm, bei dem Zellen beschädigte Bestandteile abbauen und sich selbst reinigen. Auf dem Teller dominieren viel Gemüse, gesunde Fette wie Olivenöl und hochwertige Proteine.

BEWEGUNG

Muskeln als Lebensversicherung – Sport ist im Longevity-Kontext keine Frage der Ästhetik, sondern eine Überlebensstrategie. Eine Mischung aus intensivem Krafttraining und moderatem Ausdauersport hält das Herz-Kreislauf-System elastisch und schützt vor altersbedingtem Muskelabbau. Muskeln funktionieren im Alter wie ein endokrines Organ, das Botenstoffe aussendet, die Entzündungen im gesamten Körper hemmen.

SCHLAF UND REGENERATION

Wir brauchen unser nächtliches Detox. Während wir tief schlafen, läuft im Gehirn das „glymphatische System“ auf Hochtouren – eine Art Müllabfuhr, die toxische Proteine abtransportiert, die mit Alzheimer in Verbindung gebracht werden. Chronischer Schlafmangel hingegen ist ein Brandbeschleuniger für das biologische Altern. Sieben bis acht Stunden Qualitätsschlaf sind daher nicht verhandelbar.

STRESS GUARD

Bleiben Sie in geistiger Balance! Dauerstress schüttet permanent Cortisol aus, was die Telomere – die Schutzkappen unserer Chromosomen – verkürzt. Meditation, Atemübungen, Zeit in der Natur oder Saunagänge (Kälte- und Hitze-Reize aktivieren sogenannte Langlebigkeits-Gene) sind essenziell, um das Nervensystem herunterzufahren.

INVESTIEREN SIE IN IHRE ZUKUNFT

Longevity ist keine Suche nach dem ewigen Jungbrunnen durch irgendwelche Zaubermittel. Es ist eine bewusste Entscheidung für mehr Lebensqualität. Jeder gesunde Salat, jede Trainingseinheit und jede Stunde erholsamer Schlaf sind Einzahlungen auf ein Sparkonto, das uns die wertvollste Währung überhaupt auszahlt: Zeit. Zeit, die wir gesund, fit und voller Energie verbringen können.



MOSSUL/IRAK © Peter Bräunig

Im Einsatz für **ÄRZTE OHNE GRENZEN:**
Basma al-Chajat, Anästhesistin aus dem Irak

**WIR BRAUCHEN
IHRE SOLIDARITÄT!**

Unterstützen Sie Ihre Kolleg*innen bei weltweiten Hilfeinsätzen mit einer Dauerspende und werden Sie so zur Partnerärzt*in von **ÄRZTE OHNE GRENZEN**. Erfahren Sie mehr über unser Programm **ÄRZTE FÜR ÄRZTE:**
www.msf.de/partner-aerzte

JETZT SPENDEN UND PARTNERÄRZT*IN WERDEN!



Spendenkonto:
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE72 3702 0500 0009 7097 00
BIC: BFSWDE33XXX



**MEDECINS SANS FRONTIERES
ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.**

Träger des Friedensnobelpreises

Studieren für alle

DAS KONTAKTSTUDIUM DER CAU IN KIEL



Sie haben 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 Wirtschafts-

wissenschaften ein. Teilnehmende genießen vollen Zugang zur Plattform OLAT (Online Learning And Training) und zu vielen Uni-Einrichtungen. Die Anmeldung für das Wintersemester startet Mitte September 2026. Seien Sie dabei! Das Programm ist auch in gedruckter Form erhältlich. Die Gebühr beträgt pauschal 75 Euro (ermäßigt mit KielPass 20 Euro). Nutzen Sie diese neuen Perspektiven. Weitere Informationen unter www.kontaktstudium.uni-kiel.de.



Foto: Jürgen Haacks/Uni Kiel

CAU

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

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

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

UNSER BUCHTIPP

DIE BESTE ERNÄHRUNG FÜR DEINE SCHILDDRÜSE

Bei Hashimoto und Schilddrüsenunterfunktion ist die Ernährung oft der Gamechanger: Sie hilft gegen Entzündungen, gleicht den Hormonhaushalt sowie den Blutzucker aus und stabilisiert das Körpergewicht. Iwonna Riesenfeld und Kira Bandmann, beide Expertinnen für Schilddrüsenerkrankungen, geben im Ratgeber „Die beste Ernährung für deine Schilddrüse“ ihr Wissen aus der Praxis weiter. Betroffene erfahren, warum Schilddrüsenhormone so tiefgreifend wirken, was Autoimmunprozesse im Körper auslösen und welche Rolle Ernährung, Darmgesundheit und Stress dabei spielen. Das Buch enthält über 70 entzündungshemmende, nährstoffreiche und hormonfreundliche Rezepte – vom Frühstück bis zum Abendessen. Die Schilddrüsen-Ernährungsformel zeigt, worauf es wirklich ankommt. Mit Mikronährstoffen, Bewegung und einem guten Stressmanagement können Betroffene ihr Lebensgefühl transformieren – hin zu mehr Energie und Leichtigkeit.

Iwonna Riesenfeld/Kira Bandmann, Die beste Ernährung für deine Schilddrüse, Hashimoto und Schilddrüsenunterfunktion: Die Formel gegen Müdigkeit, Gewichtszunahme, Stimmungstiefs & Brainfog. TRIAS Verlag, Stuttgart, 176 S., 40 Abbildungen, 24 Euro



Liegt das Geheimnis „ewiger Gesundheit“ im Meer verborgen?

Algen gegen Diabetes und Altern?

Können Algen uns beim gesunden Altern helfen? Das Kieler Unternehmen oceanBASIS GmbH startet als Partner in das Forschungsprojekt „MarLeb – Marine Lebensmittel für gesundes Altern“. Ziel ist es, bioaktive Extrakte aus heimischen Meeresalgen und -pflanzen zur Prävention chronischer Erkrankungen zu entwickeln.

Typ-2-Diabetes und Übergewicht zählen weltweit zu den häufigsten altersassoziierten Gesundheitsproblemen. Obwohl die Ernährung eine Schlüsselrolle spielt, fehlt es an innovativen, naturnahen Ansätzen zur Unterstützung der metabolischen Gesundheit.

MEERESALGEN IM KAMPF GEGEN ALTERSERKRANKUNGEN

Das Projekt MarLeb stellt sich dieser Herausforderung mit einem unkonventionellen Ansatz aus dem Meer. Drei marine Rohstoffe stehen im Fokus: die beiden Braunalgen Sackwurzeltang und Arame sowie die Küstenpflanze Queller. Umfangreiche Vorarbeiten zeigen vielversprechende Resultate: Im Tiermodell entfalten die Extrakte dieser Meerespflanzen lebensverlängernde, blutzuckersenkende und gewichtsregulierende Wirkungen. Die Mechanismen dahinter geben dem Körper ähnliche positive Impulse wie eine gesunde, maßvolle Ernährung.

LÖSUNGEN BIS DEZEMBER 2028

Aufbauend auf diesen Ergebnissen sollen die Extraktionsverfahren bis Dezember 2028 optimiert, standardisiert und in den Pilotmaßstab überführt werden. Die oceanBASIS GmbH übernimmt dabei die Extraktentwicklung. „MarLeb gibt uns die Möglichkeit, die wissenschaftliche Basis für eine neue Generation mariner Gesundheitsprodukte auszubauen“, erklärt Geschäftsführer Dr. Levent Piker. In enger Abstimmung mit der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel (CAU) werden reproduzierbare Extrakte entwickelt, die als Grundlage für innovative Nahrungsergänzungsmittel dienen sollen. Das Projekt ist in das Innovationskonsortium BlueHealthTech Kiel eingebettet, das die marine Bioökonomie stärkt. Geleitet wird MarLeb von Prof. Dr. Thomas Roeder (CAU Kiel), der die Expertise aus Grundlagenforschung, Ernährungswissenschaft und Biotechnologie vereint. Roeder ist zuversichtlich: „Was die Menschen

in Okinawa seit Jahrhunderten intuitiv wissen, wollen wir wissenschaftlich belegen: Wer Meeresalgen und Küstenpflanzen in seine Ernährung integriert, lebt gesünder und länger.“

Blasentang (Fucus) ist eine Gattung von Meeresalgen, die in Nord- und Ostsee vorkommt. Sie zeichnet sich durch hohen Jodgehalt und wertvolle Mineralstoffe aus.



Die Terrasse als neues Lieblingszimmer

OUTDOOR-LIVING



Der Sommer findet draußen statt – aber bitte mit Stil. Vorbei sind die Zeiten wackeliger Dreibeingrills und klappbarer Plastikstühle auf nacktem Rasen. Heute verschmelzen Drinnen und Draußen zu einer fließenden Einheit.

Die moderne Terrasse ist längst kein reiner Nutzplatz mehr, sondern die designorientierte Verlängerung unseres Wohnzimmers. Mit innovativen Überdachungen und voll ausgestatteten Outdoor-Küchen erschaffen wir uns eine luxuriöse Wohlfühl-oase, die Ästhetik und Funktionalität perfekt vereint und das ersehnte Urlaubsfeeling direkt nach Hause holt.

FEINSTEINZEUG, NATURSTEINOPTIK, WPC ODER HOLZ?

Das Fundament dieses modernen Outdoor-Konzepts folgt einem klaren Credo: Es geht um elegante Gemütlichkeit. Statt kleinteiliger, unruhiger Pflastersteine dominieren heute großformatige Feinsteinzeug-Platten in puristischer Beton- oder edler Natursteinoptik. Sie lassen selbst kleinere Flächen optisch großzügig und elegant wirken. Wer es barfußfreundlich und optisch warm mag, greift stattdessen zu WPC – einem pflegeleichten Holz-Kunststoff-Verbundwerkstoff – oder zu thermomodifizierten heimischen Hölzern wie der Esche, die Wind und Wetter trotzen. Auf diesem edlen Untergrund entfaltet sich das Interieur, das konsequent



Großformatige Platten in Beton- oder Natursteinoptik lassen kleinere Flächen optisch groß und elegant wirken.

auf modulare Lounge-Sofas mit wetterfesten Outdoor-Stoffen setzt. Diese Möbel sehen genauso hochwertig aus wie die Couch im heimischen Wohnzimmer, überstehen aber dank schnell trocknender Schäume im Inneren selbst heftige Regenschauer unbeschadet.

GUT DURCH-DACHT

Was nützt jedoch die schönste Terrasse, wenn uns ein plötzlicher Sommerregen oder die sengende Mittagssonne ins Haus treibt? Moderne Überdachungen sind echte Design-Statements geworden, die das Draußensein fast das ganze Jahr über ermöglichen. Das absolute Nonplusultra auf dem Markt sind derzeit bioklimatische Lamellendächer aus Aluminium. Ihre Lamellen lassen sich per Fernbedienung oder Smartphone-App stufenlos im Winkel verstellen. Scheint die Sonne, öffnet man sie leicht für eine sanfte Brise; fängt es an zu regnen, schließen sie sich komplett und leiten das Wasser unsichtbar über die Pfostenkonstruktion ab. Wer hingegen den maximalen Lichteinfall in den angrenzenden Wohnräumen erhalten möchte, setzt auf eine elegante Glasüberdachung.



Manchmal ist ein Gasgrill erst der Anfang, und aus Begeisterung folgen Wasserhahn mit Spüle, Kühlschrank und vieles mehr – für das volle Outdoor-Vergnügen.

Ein leistungsstarker Gasgrill bildet meist das Zentrum der Outdoor-Küche.



Wer es optisch warm mag, greift zu WPC – einem pflegeleichten Holz-Kunststoff-Verbundwerkstoff – oder zu thermomodifizierten heimischen Hölzern.

Kombiniert mit einer elektrischen Underglass-Markise bleibt man flexibel: Bei starker Sonneneinstrahlung sorgt das Tuch für angenehmen Schatten, während es unter dem Glas perfekt vor Wind und Verschmutzung geschützt ist. Ausgestattet mit integrierten LED-Spots und unauffälligen Infrarot-Heizstrahlern wird die Terrasse so auch an kühlen Herbstabenden zum kuscheligen Rückzugsort.

LIFESTYLE MIT OUTDOOR-KÜCHE

Der klassische Grill bekommt unterdessen ernsthafte Konkurrenz, denn die moderne Outdoor-Küche ist das Herzstück des neuen Lifestyles. Hier wird nicht mehr nur schnell ein Würstchen gewendet, hier wird das Kochen unter freiem Himmel zelebriert.

Eine zeitgemäße Außenküche besteht aus modularen, wetterfesten Elementen aus Edelstahl, Sichtbeton oder Teakholz und bietet jeglichen Komfort der Indoor-Variante. Ein leistungsstarker Gasgrill bildet meist das Zentrum, flankiert von einer großzügigen Arbeitsplatte aus Naturstein, auf der Salate und Fleisch direkt vor Ort frisch zubereitet werden können. Ein integrierter Kühlschrank sorgt dafür, dass die Wege für kalte Drinks kurz bleiben, während ein fest installiertes Spülbecken lästiges Geschirrschleppen ins Haus überflüssig macht. Wer das kulinarische Erlebnis komplettieren möchte, ergänzt die Zeile um einen echten Holzfeuer-Pizzaofen. Der größte Vorteil dieses Trends ist jedoch sozialer Natur: Die Gastgeber*innen stehen nicht mehr isoliert am Grill,

sondern das Kochen wird zu einem kommunikativen Event, bei dem Familie und Gäste mitten im Geschehen zusammenkommen.

UPGRADE DER LEBENSQUALITÄT

Die Investition in eine moderne Terrasse, eine smarte Überdachung und eine stylische Outdoor-Küche ist nicht nur eine Wertsteigerung der eigenen Immobilie, es ist ein Upgrade der Lebensqualität. Sobald die ersten Sonnenstrahlen den Garten küssen, verlagert sich das gesamte Leben nach draußen – ganz ohne Urlaubsstau oder Buchungsstress, dafür mit maximalem Komfort und im eigenen, perfekt gestalteten Design-Ambiente – und am besten mit lieben Freund*innen.

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

TIPP FÜR DIE SOMMERFERIEN!
JETZT ANMELDEN!

in deinem
OBI Markt
Neumünster
Kieler Str. 399

25,-€
pro Kind

heyOBI
VORTEIL
nur **20,-€**

WIR ZEIGEN
ES DIR FOR KIDS

by Wiggi

25. Juli 2026

Sa., 10–13 Uhr

**Kleine
Holzprojekte
für Kinder**

Kinder ab 6 Jahren gestalten
zusammen mit einer Begleitperson
ihr eigenes kleines Holzprojekt mit
Laub-, Dekupiersäge und Farbe.



Mehr Info gibt's hier:
www.cjwigger.de/events



Wir sind **#cjwigger**
inspirierend & hilfsbereit



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 – Spaliere 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

ANZEIGE

DIY-KURSE FÜR GROSS UND KLEIN

Vom „Fliesenlegen“ bis hin zu kreativen Projekten für die Kleinsten – die DIY-Kurse in den **OBI-Märkten Nord, Neumünster, Kieler Straße 399, und Eutin** bieten viel Inspiration und Know How. Ein echtes Highlight erwartet die Teilnehmer*innen am 25. Juli im OBI Markt Nord: Beim dreistündigen Eltern-Kind-Kurs „Bau dein eigenes Holzprojekt“ (ab 6 Jahren, max. 10 Personen) wird gemeinsam gesägt, gehämmert, geschliffen und gemalt. Aber auch DIY-Kurse für Erwachsene finden statt: Zum Beispiel geht



OBI-Mitarbeiterin Manja Lindemann und Teilnehmerin Maxie Gerber freuen sich auf die Eltern-Kind-Kurse.

es am 1. August von 11 bis 16 Uhr oder am 22. August von 10 bis 15 Uhr in Eutin um den Grundkurs „Fliesen selbst verlegen“. Der Aufbaukurs „Fliesenlegen“ folgt dann am 5. September, 10 bis 15 Uhr, im OBI Nord Neumünster. Köstlich wird es außerdem bei der „Weber Grillakademie – American BBQ“ am 26. September von 14 bis 18 Uhr im OBI Nord Neumünster. Jetzt anmelden und das eigene Projekt starten. „Wir freuen uns auf Sie!“ Mehr unter www.cjwigger.de/events-workshops

Foto: OBI Markt Neumünster

Ganz leicht erweiterbar

„Ein Wohnzimmer im Grünen zu haben, war seit vielen Jahren unser Traum“, schwärmt Ehepaar Wiese. Jetzt freuen sie sich über ihr Terrassendach mit Ganzglas-Schiebeelementen von Nelson Park Terrassendächer.



Die Produkte von Nelson Park Terrassendächer sind preisgekrönt.

Seit wir unser Terrassendach haben, ist unsere Terrasse der Raum für Erholung und gemütliches Beisammensein. Vom Frühjahr bis zum Herbst verbringen wir hier unzählige Stunden. Mit viel Erfahrung und Expertenwissen haben die Mitarbeiter von Nelson Park Terrassendächer die Planung, Gestaltung und den Bau der Überdachung ausgeführt“, ist Ehepaar Wiese glücklich.

MIT GANZGLAS-SCHIEBEELEMENTEN

Das Team von Nelson Park Terrassendächer hat Familie Wiese ein Terrassendach mit Ganzglas-Schiebeelementen gebaut. Das moderne, schlichte Design und die großen Glaselemente sorgen für einen unverbauten Blick in den Garten. Je nach Wetterlage können die Glaselemente auf- und zugeschoben werden, das sorgt für optimale Belüftung und Temperatur. Problemlos könnte sich diese Überdachung schrittweise zum

Kaltwintergarten erweitern lassen, der eine preisgünstige Alternative zum Warmwintergarten ist. Anders als dieser ist er weder beheizt noch isoliert. Vor allem bei südlich gelegenen Kaltwintergärten kann aber die natürliche Sonneneinstrahlung optimal genutzt werden.

GEWINNER DES GERMAN DESIGN AWARD 2026

Innovative Funktion trifft bei Nelson Park auf anspruchsvolles Design. Das würdigt die Jury des German Design Award 2026. Mit der Preisverleihung wird das Unternehmen für besondere Gestaltungsqualität, nachhaltige Materialauswahl sowie flexible und zukunftsfähige Lösungen ausgezeichnet. Entscheidend sind die Verbindung aus Alltagstauglichkeit und hochwertiger Verarbeitung, regionale Produktion und das Engagement für Nachhaltigkeit und Energieeffizienz. Weitere Informationen gibt es unter www.nelsonpark-td.de.

Foto: Nelson Park Terrassendächer

TRAUMTERRASSE ÜBERDACHT.

Mehr Zeit draußen.
Bei jedem Wetter.



Maßanfertigung und
Sonderkonstruktionen



Eigene Produktion in Eutin



Alles aus einer Hand von
der Planung bis zur Montage



NELSON PARK TERRASSENDÄCHER

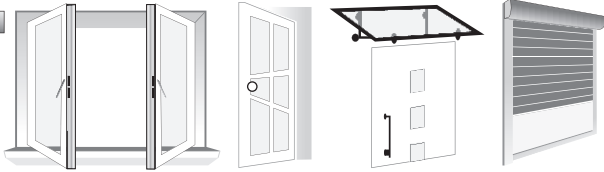
Unser Servicebüros in Ihrer Nähe:
24748 Westerrönfeld
Gorch-Fock-Weg 8

24576 Bad Bramstedt
Stormarnring 112

04331 / 438 0949 – www.nelsonpark-td.de

WISSER GmbH

Fenster • Haustüren • Vordächer
Rollladen • 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



Unser DIY-Tipp für ausrangierte Blumenvasen

Neuer Sommerlook für alte Vasen

*In einer schicken Vase kommen bunte Sommerblumen
so richtig zur Geltung. Wir zeigen Ihnen, wie alte Vasen
einen trendigen Sommerlook bekommen und
zum Hingucker werden.*

Alte oder aus der Mode gekommene Vasen müssen nicht in den Müll. Mit Halbperlen beklebt und dann in frischen, sommerlichen Tönen lackiert, werden sie zu kleinen Designerstücken – und sehen auch ohne Blumen einfach klasse aus. Sie eignen sich auch wunderbar für den sommerlichen Gartentisch.

WAS SIE DAZU BRAUCHEN

Was Sie dazu brauchen: Alte Vasen in unterschiedlichen Formen, Halbperlen aus Kunststoff in unterschiedlichen Größen, Sprühlack in Pastellfarben – geeignet für Glas, Schere, Alleskleber z.B. von tesa sowie Abdeckfolie und Malerband 50 m x 19 mm von tesa.

PERLEN AUFKLEBEN UND BESPRÜHEN

Zuerst reinigen Sie die Vasen, damit sie mit den Halbperlen in unterschiedlichen Anordnungen beklebt werden können. Dafür jeweils einen Tropfen Alleskleber auf die Unterseite der



Perle geben. Wichtig: Nicht zu viel Klebstoff auftragen, damit beim Andrücken kein Klebstoff unter den Perlen herausquillt. Dann können Sie die Perlen auf die Vase kleben. Anschließend die Vase gut trocknen lassen und mit Lackfarbe in mehreren dünnen Schichten besprühen. Nach jedem Sprühvorgang trocknen lassen. Fertig.

KLEINER TIPP

Damit gerade Linien entstehen, einen Streifen Klebeband zur Orientierung für die ersten Perlen auf die Vase kleben. Bei runden Vasen die Rolle als Halter benutzen, so lassen sich die seitlichen Flächen besser bekleben.

Fotos: Tesa / DIY Academy

Küchencentrum Rendsburg

MEINE NEUE KÜCHE



Besuchen Sie unsere große Küchenausstellung.
Wir erstellen Ihnen ein kostenloses Angebot.

Friedrichstädter Straße 26 – 24768 Rendsburg
Tel.: 04331 45063

www.kuechencentrum-rendsburg.de
info@kuechencentrum-rendsburg.de

MUST HAVES

FÜR DEN SOMMER



SPIESS- HALTER GRAND- CHEF

Spießhalter
GrandCHEF –
geeignet für

die Zubereitung von 8 Spießen im Backofen bzw. 4 Spießen auf dem Grill, die Spieße lassen sich im Halter leicht drehen. Maße: B 20,5 cm x H 7,5 cm x T 20 cm, UVP 11,90 Euro. Ideal in Kombination mit



POWER-GRILL PARTY TIME

Der tragbare Power-Grill PARTY TIME mit Turbo-Lüfter ist 5 Minuten nach dem Anzünden der Holzkohle grillbereit. Er lässt die Außenschale während des Grillvorgangs nicht heiß werden. Das Grillrost hat Griffe, so dass Holzkohle nachgelegt werden kann. Der Lüfter wird mit 4 AA-Batterien 1.5 V angetrieben, UVP 149,90 Euro, www.tescoma.de



DOPPELPFANNE I-PRESTO

Zweiteilige Induktionspfanne mit Antihafbeschichtung zum beidseitigen Braten von Speisen. Geeignet für die Zubereitung von hohen Omeletten wie Tortillas, Frittatas, gefüllten Teigtaschen, Gemüse- oder Reisgerichten. Auch separat als einzelne klassische Bratpfannen verwendbar. Für alle Herdarten inkl. der Induktionsherde; spülmaschinenfest. UVP: 49,90 Euro, www.tescoma.de



FRISCHHALTEGLAS FÜR KRÄUTER

Das Kräuteraufbewahrungs- und Frischhalteglas von Kilner® verlängert die Frische von Kräutern wie Basilikum, Petersilie oder Minze um bis zu drei Wochen. Kräuter mit Stielen bleiben dank eines Silikonstabs und einer Scheibe mit unterschiedlich großen Öffnungen stabil und aufrecht im Wasser stehen. Das Glas eignet sich für die Aufbewahrung im Kühlschrank und auf der Arbeitsfläche (ohne Sonneneinstrahlung). Im Set enthalten sind Anleitung und Rezeptvorschläge. Füllmenge: 1 Liter, Material: Glas, Silikon, UVP 19,95 Euro. Erhältlich im Fachhandel und unter www.a-fine.de

KEIMGLAS SENSE

Für alle, die ihr Essen gerne mit bekömmlichen Sprossen garnieren, hat Tescoma das Keimglas SENSE entwickelt. Darin kann man seine eigenen Keimlinge produzieren. Das spülmaschinenfeste Glas verfügt über einen Kunststoff-Deckel mit Belüftungsöffnungen, die ein Mikroklima für die Keimung schaffen. Die Samen-sorten, die man ganz nach Wunsch hinein gibt, benötigen nur eine Grundpflege durch Abspülen und Wasserwechsel während der Keimung. UVP 11,90 Euro, www.tescoma.de



KüchenStudio
HOLLING
Büdelshorn

BERATUNG · PLANUNG · VERKAUF · EINBAU

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



Neue Küchenideen finden Sie bei uns





ENERGY SHARING

In Deutschland sind inzwischen über fünf Millionen Photovoltaikanlagen in Betrieb – ein großes Potenzial für die Energiewende. Seit 1. Juni 2026 gibt es mit Energy Sharing interessante neue Regeln für Solarstrom.

Die neuen Regeln zum sogenannten „Energy Sharing“ sollen bürokratische Hürden abbauen und den lokalen Austausch von Solarstrom erleichtern. Carina Vogel von der Energieberatung der Verbraucherzentrale (VZSH) Schleswig-Holstein erklärt, für wen sich das Modell lohnen kann.

VERGÜTUNG UND GRENZEN

Wer mit einer privaten Photovoltaikanlage mehr Strom erzeugt als verbraucht, speist den Überschuss meist ins öffentliche Netz ein – oft mehr als die Hälfte der erzeugten Energie. Wirtschaftlich attraktiv ist das kaum noch: Während die Produktion von Solarstrom aus der eigenen Anlage etwa elf bis 15 Cent pro Kilowattstunde kostet, liegt die Einspeisevergütung für neue Anlagen derzeit bei unter acht Cent. Allerdings plant die Bundesregierung, diese EEG-Einspeisevergütung für neue Photovoltaik-Anlagen mit einer Leistung unter 25 Kilowatt ab 2027 abzuschaffen. Theoretisch könnten Haushalte ihren überschüssigen Solarstrom schon heute direkt an Nachbarn verkaufen. In der Praxis scheitert das bislang jedoch meist an hohen rechtlichen und organisatorischen Anforderungen. Dabei wäre das wirtschaftlich durchaus interessant: Haushalte zahlten zuletzt über 30 Cent pro Kilowattstunde Strom – und damit deutlich mehr als die aktuelle Einspeisevergütung.

SOLARSTROMVERKAUF

„Solarstrom direkt an Nachbarn zu verkaufen, kann eine attraktive Alternative zur klassischen Einspeisevergütung werden und Photovoltaik wirtschaftlich interessanter machen“, so die Energieexpertin. „Beteiligte Haushalte können den selbsterzeugten Solarstrom direkt gemeinsam nutzen oder teilen – ohne Umweg über einen Stromanbieter.“ Gleichzeitig reduziert sich die Abhängigkeit von schwankenden Marktpreisen. Wichtig: Es muss ein Energieliefervertrag abgeschlossen und ein Preis vereinbart werden. Dieser Preis kann auch Null Euro betragen.

„ENERGY SHARING“

Mit der Neuregelung im Energiewirtschaftsgesetz erleichtert der Gesetzgeber künftig den lokalen Handel mit Solarstrom. Hauseigentümer*innen können selbst erzeugten Strom dann einfacher direkt mit Nachbarn teilen. „Damit entsteht erstmals eine rechtliche Grundlage für sogenanntes Energy Sharing“, erklärt Carina Vogel. Ziel ist es, erneuerbare Energie stärker vor Ort zu nutzen und bürokratische Hürden abzubauen. Wichtig: Hauseigentümer*innen sind nicht zur vollständigen Stromversorgung der beteiligten Nachbarn verpflichtet. Energy Sharing ersetzt keinen klassischen Stromvertrag. Angebundene

Haushalte benötigen weiterhin einen Stromanbieter, der die Strommengen liefert, die nicht über die hauseigene Solaranlage gedeckt werden können. Voraussetzung für das Modell sind intelligente Messsysteme (Smart Meter). So lassen sich die erzeugten und verbrauchten Strommengen korrekt erfassen und zuordnen.

REGELN SEIT 1. JUNI 2026

Seit dem 1. Juni 2026 müssen Verteilnetzbetreiber Energy Sharing innerhalb ihres lokalen Netzes ermöglichen. Ab Juni 2028 soll das auch netzübergreifend in direkt benachbarten Netzgebieten möglich sein. Voraussetzung ist, dass ausschließlich Strom aus erneuerbaren Energien geteilt wird – etwa aus Photovoltaikanlagen oder Batteriespeichern. Die Beteiligten müssen zudem vertraglich festlegen, wie der Strom verteilt wird, aus welcher Anlage er stammt und zu welchem Preis er abgegeben wird.

WICHTIGER SCHRITT

„Solarstrom künftig unkompliziert an Nachbarn verkaufen zu können, ist ein wichtiger Schritt für die Energiewende in Wohngebieten“, so Vogel. „Für private Anlagenbetreiber*innen kann dadurch eine zusätzliche Einnahmequelle entstehen, während die Abnehmer*innen von günstigeren Stromkosten profitieren können.“



EIN ZEITLOSER ALLROUNDER FÜR MODERNES WOHNEN

Die Fliese ist ein Allrounder. Sie kommt mit toller ökologischer Bilanz und in verschiedenen Designs daher und ist noch dazu perfekt geeignet für die Fußbodenheizung.

Bodenbeläge sind in der Regel langjährige Begleiter, die oft über Jahrzehnte hinweg das Ambiente eines Hauses prägen. Die richtige Wahl zu treffen, ist daher eine weitreichende Entscheidung, die über die reine Optik hinausgeht. Ein moderner Bodenbelag muss heute ein wahres Multitalent sein: Er soll nicht nur extrem strapazierfähig gegenüber alltäglichen Belastungen sein, sondern auch strenge Kriterien in den Bereichen Nachhaltigkeit, Umweltfreundlichkeit und Gesundheitsverträglichkeit erfüllen. Gleichzeitig steht der Wunsch nach einem pflegeleichten Alltag im Vordergrund, ohne dabei Kompromisse beim Design einzugehen.

ROBUST UND ÖKOLOGISCH

Bodenfliesen aus Keramik oder Feinsteinzeug entsprechen all diesen hohen Anforderungen. Ihre Robustheit ist legendär; sie trotzen Kratzern und Druckstellen und sind absolut lichtecht, sodass die Farben auch nach Jahren intensiver Sonneneinstrahlung nicht verblassen. Ein wesentlicher Aspekt ist die ökologische Bilanz: Fliesen werden aus natürlichen, mineralischen und vollständig wiederverwertbaren Rohstoffen wie Ton, Sand und Feldspat hergestellt. Da sie keine Ausdünstungen von Schadstoffen oder Weichmachern zulassen, sorgen sie für ein gesundes Raumklima und sind die ideale Wahl für Allergiker*innen.

DESIGNVIELFALT

Die Designvielfalt ist schier grenzenlos. Dank modernster Fertigungstechniken gibt es heute für jeden Geschmack das passende Format – von filigranen Mosaiken bis hin zu beeindruckenden XXL-Platten, die fast fugenlose Flächen ermöglichen. Auch haptisch ist alles möglich: Ob authentische Holzstrukturen, edle Naturstein-Optiken oder urbaner Beton-Look – die Fliese passt sich jedem Wohnstil individuell an. Ein technischer Clou zeigt sich in der kalten Jahreszeit: In Kombination mit einer Fußbodenheizung sind Fliesen in Sachen Wohnkomfort und Energieeffizienz unschlagbar. Aufgrund ihrer exzellenten Wärmeleitfähigkeit geben sie die Energie direkt und gleichmäßig an den Raum ab. So wird die Fliese vom kühlen, funktionalen Element zum behaglichen Wärmespeicher, der ökologisches Bewusstsein mit Lebensqualität vereint.

FLIESEN VIELFALT



KeraMiede
Fliesen | Naturstein | fugenlose Bäder

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

**Hilfetelefon
„Gewalt gegen
Frauen“**

116 016

- anonym
- kostenfrei
- 24/7 erreichbar

Online-Beratung:
www.hilfetelefon.de



Hilfetelefon **116 016**
Gewalt gegen Frauen
www.hilfetelefon.de

Mit der Sonne Geld sparen
... Geht das wirklich?

ANZEIGE

Mehr Unabhängigkeit IN STÜRMISCHEN ZEITEN

Hand aufs Herz: Haben Sie sich beim Thema Photovoltaik auch schon einmal von der Fülle an Informationen überwältigt gefühlt? Dann sind Sie damit nicht allein!

Zwischen Werbung, politischen Rahmenbedingungen, schwankenden Preisen und vielen unterschiedlichen Anbietern ist es gar nicht so leicht, den Überblick zu behalten. Wem kann man vertrauen? Was kostet eine Photovoltaikanlage wirklich? Lohnt sich die Investition überhaupt oder ist es sinnvoller, weiterhin vollständig auf Strom vom Energieversorger zu setzen?

Die Antworten auf diese Fragen sind immer individuell. Umso wichtiger ist es, sich an Menschen zu wenden, die das Thema wirklich verstehen.

SEIT 16 JAHREN ERFOLGREICH AM MARKT

Das norddeutsche Unternehmen die photovoltaigier GmbH ist seit über 16 Jahren als Anbieter für Photovoltaikanlagen am Markt und bringt Erfahrung, Fachwissen und echtes Handwerk zusammen. Neben der Planung und Montage kompletter PV-Anlagen gehören auch Speichererweiterungen, Wallboxen sowie Service, Wartung und Reinigung zum täglichen Geschäft.

KOSTENLOSE BERATUNG MIT WIRTSCHAFTLICHKEITSANALYSE

Wer sich noch nicht intensiv mit Photovoltaik beschäftigt hat und unsicher ist, ob sich eine Anlage wirtschaftlich lohnt, kann eine unverbindliche Machbarkeitsprüfung in Anspruch nehmen. Das Team der photovoltaigier bietet kostenlose Beratungstermine inklusive Wirtschaftlichkeitsanalyse an. Dabei wird direkt vor Ort geprüft, wie gut das Dach geeignet ist, wie die elektrische Situation aussieht, welche Arbeiten gegebenenfalls vorgenommen werden sollten und welche Lösung wirklich sinnvoll ist.

die photovoltaigier gibt es seit 16 Jahren. Das Unternehmen hat seinen Sitz in Neumünster.



Was kostet eine Photovoltaikanlage und lohnt es sich? Das photovoltaigier-Team gibt Antworten auf diese Fragen.



Die Fachleute der photovoltaigier GmbH montieren seit 16 Jahren Photovoltaikanlagen. Sie kennen sich bestens aus.



Dipl.-Ing. Michael Hein bietet kostenlose Beratung mit Wirtschaftlichkeitsanalyse an.

LOHNT SICH EINE ANLAGE ÜBERHAUPT?

Auf dieser Grundlage entsteht ein unverbindliches Angebot, das nicht nur zeigt, was technisch möglich ist, sondern auch die entscheidende Frage beantwortet: Lohnt sich eine Photovoltaikanlage für mich?

Denn die beste Zeit, sich mit dem Thema zu beschäftigen, ist jetzt. Wir alle sehen die politischen und wirtschaftlichen Entwicklungen. Energiepreise, Inflation, internationale Krisen. Vieles davon können wir nicht beeinflussen. Was wir jedoch beeinflussen können, ist die Art und Weise, wie wir unser Zuhause mit Energie versorgen.

ATTRAKTIVE RAHMENBEDINGUNGEN

Aktuell profitieren Betreiber*innen von Photovoltaikanlagen weiterhin von attraktiven Rahmenbedingungen. Dazu gehören unter anderem die 0-Prozent-Mehrwertsteuer auf PV-Anlagen sowie steuerliche Vorteile für Anlagen bis 30 kWp.

Wer also ein Eigenheim besitzt und sich bisher in der Flut aus Werbung, Anforderungen und politischen Rahmenbedingungen nicht zurechtgefunden hat, sollte eine Beratung bei den photovoltaigiern in Anspruch nehmen. Hinter jeder Anlage steht ein Team aus Ingenieuren, Elektromeistern und erfahrenen Handwerkern. Gemeinsam wird jede Anlage individuell geplant und auf die tatsächlichen Bedürfnisse der Kund*innen abgestimmt. Denn jedes Dach, jeder Haushalt und jede Lebenssituation ist anders. Mehr Infos unter www.photovoltaigier.de

INTERESSE AN EINER PV-ANLAGE?



BERATUNG



MONTAGE



PLANUNG



WARTUNG



04321 85448 0

KOSTENLOSE BERATUNG.

KOSTENLOSES ANGEBOT.

PV-ANLAGEN FÜR PRIVAT UND GEWERBE.

KEINE SUBUNTERNEHMEN.

15 JAHRE ERFAHRUNG.



die photovoltaigier

die photovoltaigier GmbH | Leinestraße 6b | 24539 Neumünster



Die Expert*innen planen jedes ihrer Häuser professionell und geschmackvoll

ANZEIGE

Stein auf Stein ZUM EIGENHEIM

Als Experte für energieeffiziente Massivhäuser plant das Ascheberger Familienunternehmen **Nagel Massivhaus** Traumhäuser nach individuellen Wünschen und steht dabei seit über 40 Jahren für Kompetenz und Zuverlässigkeit. Von der ersten Idee bis zur Schlüsselübergabe ist man hier in den besten Händen.

„Bei uns bekommt man alles aus einer Hand, der Bauherr kann sich ganz entspannt zurücklehnen und muss sich um nichts kümmern“, sagt Susanne Nagel. Der Bauantrag, das Bodengutachten, die Bautrocknung sowie die Beantragung der Hausanschlüsse sind im Leistungsumfang enthalten. „Und auch bei der Grundstückssuche sind wir gerne behilflich. Jedes einzelne Haus wird kompetent und liebevoll geplant.“

Auf die Massivbauweise setzt der Betrieb, den ihr Vater 1977 gegründet hat, nicht ohne Grund. „Vor allem angesichts der hohen Strompreise bringen Massivhäuser viele Vorteile mit sich“, erklärt die Expertin. So überzeugen die Gebäude mit einer besonders wirksamen Wärmespeicherung, massiven, tragenden Wänden, einem gesunden Raumklima sowie bestem Schall- und Brandschutz. „Durch die Verwendung robuster Baustoffe wie Ziegel und Beton sind Massivhäuser außerdem extrem langlebig“, ergänzt Susanne Nagel.

ENERGIEEFFIZIENTE BAUWEISE

Dank energieeffizienter Bauweise sind die Häuser zukunftssicher und können auch an folgende Generationen übergeben werden. Dabei überzeugen sie in vielerlei Hinsicht. „Beispielsweise setzen wir schon seit vielen Jahren auf innovative

Wärmepumpen mit Lüftungstechnik. So ist das Haus komplett unabhängig von Öl und Gas“, erklärt die Geschäftsinhaberin. Auf diese Weise bleiben die Nebenkosten niedrig, und mit einer zusätzlich gewählten Photovoltaikanlage ist man nahezu unabhängig von Stromkosten. Gerade in der heutigen Zeit ist das ein wichtiger Punkt.

INDIVIDUELLE PLANUNG

Lösungen „von der Stange“ sind bei Nagel Massivhaus tabu. Jedes Haus wird individuell und professionell geplant und schließlich schlüsselfertig übergeben. Die Auswahl ist dabei groß: Ob Einfamilienhaus, Bungalow, Landhaus, Stadtvilla, Stadthaus oder Doppelhaus, die Möglichkeiten sind vielfältig. In ausführlichen Gesprächen geht Susanne Nagel den Bedürfnissen der Bauwilligen mit viel Geduld und Erfahrung genau auf den Grund. Jedes Detail hilft ihr dabei, Gestaltung, Raumaufteilung und Materialien so abzustimmen, dass man sich in seinem Haus später rundum wohlfühlt.

BEWÄHRTES NETZWERK

Während die Bauingenieurin gemeinsam mit ihrer Architektin Petra Schuchow und Werkstudent Moritz Krüger die Planung übernimmt,

setzt ein unternehmenseigenes Team aus Maurern und Betonbauern die Vorstellungen vom ganz persönlichen Traumhaus in die Tat um. Den Innenausbau übernehmen ausschließlich ausgewählte Meisterbetriebe aus der Region, mit denen Susanne Nagel schon lange zusammenarbeitet. „Durch die langjährige, vertrauensvolle Zusammenarbeit ist im Laufe der Zeit ein bewährtes Netzwerk entstanden, das den Bauherren jeden Wunsch von den Augen abliest“, sagt sie.

TRANSPARENZ UND FAIRNESS

Vor jedem Bau steht eine präzise Schätzung der Nebenkosten. „So sind kein Risiko und keine bösen Überraschungen zu erwarten. Gerade in der heutigen Zeit ist dieser Punkt für uns ein absolutes Muss“, betont Susanne Nagel. Auch sonst werden Transparenz und Fairness groß geschrieben: Sollten nach einem Vertragsabschluss die Preise auf dem Baustoffmarkt sinken, werden die Einsparungen selbstverständlich weitergegeben. Noch bis zum Ende der Bemusterung können die Preise angepasst werden. Und auch nach der Übergabe stehen Susanne Nagel und ihr Team bei Fragen zur Verfügung. Näheres unter **Nagel Massivhaus GmbH**, Tel.: 04526 / 300 70, www.nagelbau.de

Wir verwirklichen Wohnträume



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



**Kurz-
fristiger
Baubeginn
möglich!**



- **Jedes Haus auch im KfW 40 Standard möglich**
- **Frei geplanter Grundriss**
- **Massiv gemauert**

- **Abluftwärmepumpe inklusive**
- **Freie Wahl der Ausstattung**
- **Kurze Bauzeit**

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin mit uns
www.nagelbau.de

NAGEL Massivhaus GmbH

Trentrade 35
24326 Ascheberg

Tel. 0 45 26 / 30 07-0
info@nagelbau.de

*Hier bin ich
zu Hause!*



Holzelemente sorgen für die richtige Wohlfühl-Atmosphäre.

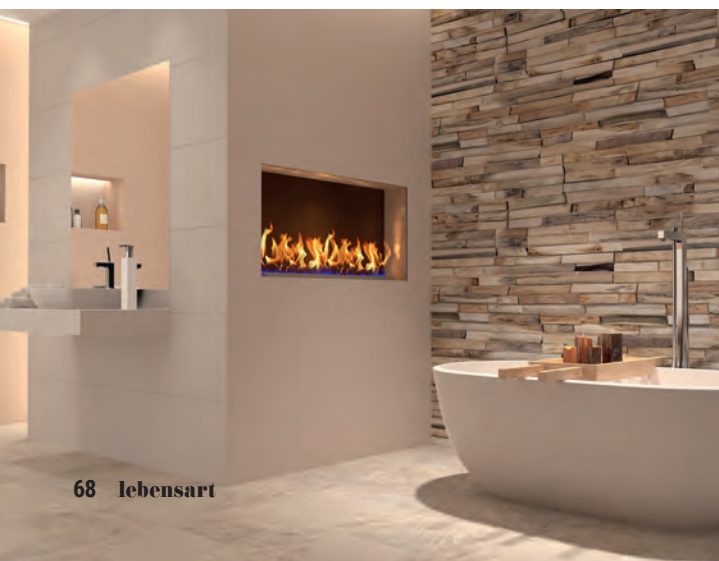
MIT WÄRME UND DESIGN vom Bad zum Home-Spa

*Das eigene Zuhause wird immer mehr zum Rückzugsort.
Ein Ort, an dem wir auftanken, abschalten und den
Alltag hinter uns lassen. Ganz vorne dabei:
das Bad – natürlich gerne mit Bodenheizung.*

Wer heute über eine Badsanierung nachdenkt, plant keine rein funktionale Nasszelle, sondern nach Möglichkeit eine private Wellness-Oase. Und die funktioniert am besten im perfekten Zusammenspiel mit moderner Heiztechnik.

VOM BADEZIMMER ZUM HOME-SPA

Die Trends im modernen Baddesign sprechen eine klare Sprache: Großformatige Fliesen in Natursteinoptik, bodengleiche Walk-in-Duschen mit Rainshower-Effekt und freistehende Badewannen verwandeln selbst kleine Räume in Luxus-Spas. Doch die schönste Optik verliert ihren Glanz, wenn man nach dem Duschen auf eiskalte Fliesen tritt. Erst die richtige Wärme macht die Entspannung perfekt.



Ob beim Schritt aus der Dusche oder aus der Wanne heraus – mit einer Bodenheizung bleiben die Füße immer warm.



UNSICHTBARER LUXUS: WÄRME, DIE MAN FÜHLT

Eine Badsanierung ist daher der ideale Zeitpunkt, um auch die Heizungstechnik auf das nächste Level zu heben. Die Kombination aus einer modernen Fußbodenheizung und einer stylischen Wandheizung – etwa in Form eines Handtuchwärmers mit cleanem Design – sorgt für behagliche Strahlungswärme statt trockener Heizungs-luft.

Wer einen Schritt weitergeht, verbindet das neue Bad direkt mit einer nachhaltigen Heizsanierung im ganzen Haus. Der Umstieg auf eine umweltfreundliche Wärmepumpe oder die Integration von Solarthermie schont nicht nur die Umwelt, sondern senkt auch langfristig die Energiekosten. Moderne Systeme lassen sich zudem smart per App steuern: So wartet das perfekt temperierte Badezimmer schon morgens beim Aufstehen auf uns.

EIN INVESTMENT IN DIE ZUKUNFT

Die Sanierung von Bad und Heizung ist nicht nur eine optische Verschönerung. Sie ist ein spürbares Upgrade der Lebensqualität und eine lohnende Investition in den Wert der Immobilie.

Wer sein Bad sanieren möchte, dem stehen viele Designelemente zur Verfügung.

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 BÖHME

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

SEIT 1952
 VERERBTE QUALITÄT

Paul Runge Bauunternehmen
 - Meisterbetrieb seit 1893 -

133 Jahre

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

Inh. Dennis Hasselmann e.K.

24537 Neumünster - Kleingartenweg 22 - Telefon 04321/12391 - Telefax 04321/12280
 Internet: www.paulrunge.de - E-Mail: info@paulrunge.de

Farbe ist Leben!



A. BIELENBERG
 Malerfachbetrieb seit 1906

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

MARKISEN SOMMER AKTION 2026
 GÜLTIG AB 01.03. BIS 30.09.2026

SCHNITT- UND SONNENSCHUTZ-SYSTEME Foltas

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

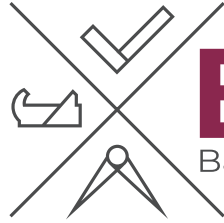
Diplom-Physikerin Eva Foltas



/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

yfu YOUTH FOR UNDERSTANDING
 Internationaler Jugendaustausch



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

Für ein besseres Leben.
 Für Mensch und Tier.



PROVIEH

respektiere leben.

www.provieh.de



AUSSTELLUNGEN

IM JULI 2026

ANZEIGE

Erstmals in Deutschland

Das **Stadtmuseum Schleswig** präsentiert bis zum
6. September als deutschlandweite Premiere
die Ausstellung „Trent Parke – MONUMENT“.

Die Ausstellung zeigt Schwarz-Weiß-Fotografien, die über einen Zeitraum von mehr als 25 Jahren in den Straßen von Sydney und Adelaide entstanden sind. Mit großer Sensibilität für Licht, Schatten und den flüchtigen Augenblick verdichtet Trent Parke in MONUMENT seine langjährigen fotografischen Beobachtungen zu einer grandiosen visuellen Erzählung. Zwischen Poesie und Melancholie entsteht so eine vielschichtige Momentaufnahme des alltäglichen modernen Großstadtlebens.

Sie finden unter www.stadtmuseum-schleswig.de weitergehende Informationen zu der sehr sehenswerten Ausstellung und dem Museum sowie die Führungstermine.



© Trent Parke Magnum Photos



© Trent Parke Magnum Photos



Stadtmuseum Schleswig
Friedrichstraße 9-11, Schleswig
Di-So 10-17 Uhr

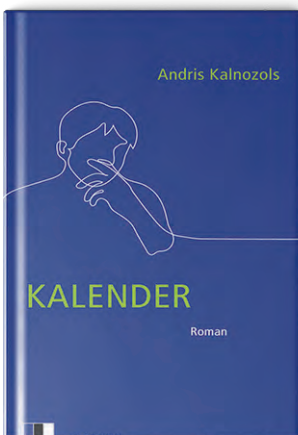
MAGNUM

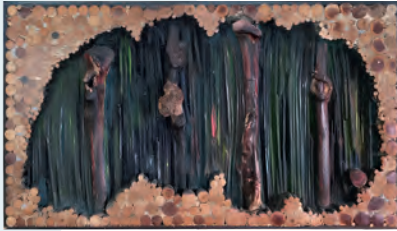
BESONDERER BUCHTIPP

AUSSERGEWÖHNLICH

Oskars lebt bei seiner Mutter. Er ist offensichtlich anders als andere Menschen. So kann er beispielsweise sämtliche Namenstage des Kalenders auswendig, was ihm seinen Namen „Kalender“ eingebracht hat. Der riesige, dicke Mann ist dazu etwas einfältig. Der Pfarrer bittet ihn, ein Tagebuch zu führen, was Oskars dann auch tut. Und so nehmen wir bei der Lektüre ein Jahr lang an Oskars' Leben teil. Er will nie wieder in die Klinik, gründet eine Suppenküche und eine Theatergruppe, lernt andere Außenseiter*innen kennen, mit denen er sich anfreundet. Und er schreibt jeweils unter einem wöchentlichen Begriff sein Tagebuch. „Kalender“ des lettischen Autors Andris Kalnozols ist ein poetisches Meisterstück voller liebenswürdiger und herzergreifender Geschichten, Erlebnisse sowie Gedanken. Beim Lesen kommen wir Oskars näher und näher und beginnen, die Welt immer mehr durch seine Augen zu betrachten.

Andris Kalnozols: Kalender, edition.fotoTAPETA, 336 S., 20 Euro





Jens Saffarek –
Walden

BILDER UND SKULPTUREN

„Kontraste“ heißt die bis zum 31. Juli laufende Ausstellung im Kulturbahnhof Eutin (KuBah). Die Schau präsentiert Bilder von Karen Behrendt-Voigt sowie Skulpturen von Jens Saffarek. Eröffnet wird sie am 12. Juli um 15 Uhr und ist anschließend jeweils von Mittwoch bis Sonntag von 15 bis 18 Uhr geöffnet. Karen Behrendt-Voigts farbintensive Bilder unterschiedlichster Formate entstehen vor allem aus dem Gefühl und strahlen eine

große Lebendigkeit aus. Motivisch ist sie Norddeutschland und dem Wasser sehr verbunden. Die Bandbreite des Schaffens von Jens Saffarek wiederum war erstaunlich, denn er machte Möbel, Skulpturen, Bilder, Gemälde und Skizzen. Holz war bildhauerisch sein Werkstoff und aus diesem schaffte er großartige Skulpturen.

Weitere Informationen:
www.holsteinischeschweiz.de.



Karen Behrendt-Voigt – o. T.

Fotos: Karen Behrendt-Voigt / Uta Saffarek

ANZEIGE



Im Aquarium GEOMAR kann der Ostseeschnäpel
sehr gut betrachtet werden

SCHÜTZENSWERT

Der Ostseeschnäpel, von dem einige Exemplare im **Aquarium GEOMAR** in Kiel zu sehen sind, ist auf der roten Liste als gefährdet eingestuft. In den letzten beiden Jahrzehnten des vergangenen Jahrhunderts ging sein Bestand aufgrund schlechterer Wasserqualität der Ostsee stark zurück. Durch ein Zuchtprogramm konnte dieser wieder erhöht werden. Der auch als Maräne, Rindling oder Ostseelachs bekannte Ostseeschnäpel gehört zur Familie der Laichfische, benötigt für das Laichen allerdings stark strömende und seichte Gewässer mit steinigem und kiesigem Grund. Sein Nachwuchs ist mit drei bis fünf Jahren geschlechtsreif. Der bis zu 120 cm große Fisch ernährt sich von kleinen Fischen, Krebstieren sowie Insektenlarven und kommt in der Küstenregion der vorpommerschen Boddenlandschaft vor.

Foto: Helko Buhr

Aktuelle Ausstellung: Siri Gindesgaard

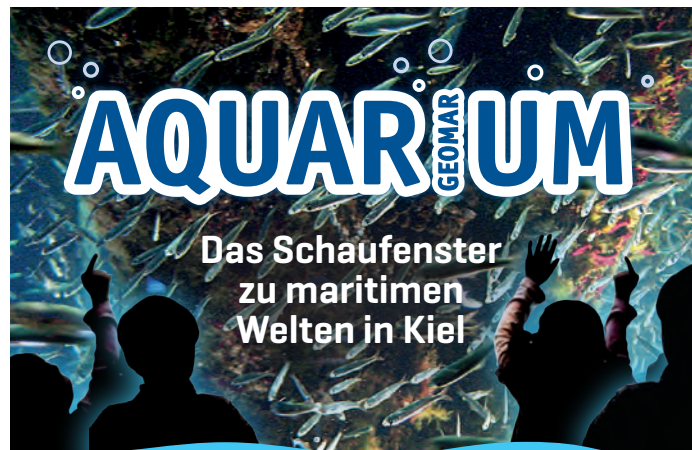


RIECK
CARLSHÖHE

GALERIE
für skandinavische und
nordische Kunst



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



Aquarium GEOMAR

Düsternbrooker Weg 20, 24105 Kiel
Offen: ganzjährig 09:00 bis 18:00 Uhr
(Eingang an der Kiellinie)

- www.aquarium-geomar.de
- kontakt@aquarium-geomar.de
- Telefon: 0431 600-1637

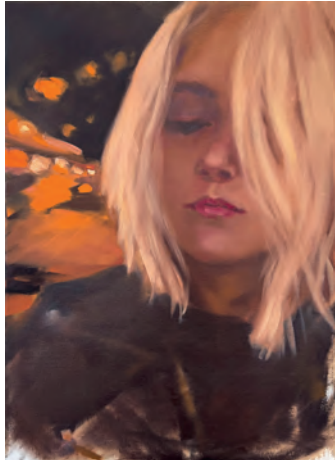
Seehundefütterung:
10:00 und 14:30 Uhr (außer Freitags)

Bitte beachten Sie coronabedingte Hinweise
auf unserer Homepage



Stille Melancholie UND STARKE MOMENTE

In der **Galerie RIECK** auf der Carlshöhe in Eckernförde ist derzeit noch bis zum 17. Juli eine schöne Ausstellung der skandinavischen Gegenwartskunst zu sehen: die dänische Malerin **Siri Gindesgaard**.



Die Künstlerin präsentiert erstmals in Deutschland eine facettenreiche Auswahl aktueller Arbeiten. Über 20 Gemälde geben Einblick in ihr faszinierendes Schaffen, in dessen Mittelpunkt figurative Darstellungen, meist weibliche Figuren in ruhigen, alltäglichen Situationen, sowie Stillleben stehen. Gindesgaard interessiert sich weniger für das Erzählerische, als für die Atmosphäre eines Moments. Ihre Bilder

Siri Gindesgaard – Selfportrait



Siri Gindesgaard – Searching For A Peaceful Place

entstehen aus Erinnerungen und Beobachtungen und zeichnen sich durch eine zurückhaltende, zugleich präzise Malweise aus, in der sich Motiv und Malprozess sichtbar verbinden.

Die Ausstellung ist Teil des abwechslungsreichen Programms der Galerie RIECK, die sich seit vielen Jahren auf großartige skandinavische Kunst spezialisiert hat und in Eckernförde auf der Carlshöhe Arbeiten vom frühen 20. Jahrhundert bis zur Gegenwart zeigt. Ergänzend werden ausgewählte Werke anderer nordischer Künstler präsentiert.

Die aktuelle Gindesgaard-Ausstellung bietet eine sehr gute Gelegenheit, eine ganz besondere zeitgenössische Künstlerin kennenzulernen– und zugleich die Vielfalt nordischer Kunst an einem Ort zu erleben. Sie erhalten unter www.galerie-riECK.de weitere Informationen zu der besuchenswerten Galerie und den von dieser vertretenen Künstler*innen.

Fotos: Galerie RIECK



Hans von Stegmann und Stein –
Regenbogensee im Frühling, 1936



Johannes Hänsch –
Ein Sommertag, Juli 1894



Gerhard Graf – Werderscher Damm
in Wildpark West 1, um 1925

Werke aus gut 100 Jahren

Das **Künstlermuseum Heikendorf** beleuchtet in seiner aktuellen Ausstellung die enge Verbindung von Landschaft, Lichtstimmung sowie Freilichtmalerei und zeigt zugleich den künstlerischen Austausch zwischen den europäischen Künstlerkolonien im Netzwerk euroart.

Die Schau „Rund um den Schwielowsee. Die Havelländische Malerkolonie“ rückt eine Reihe von interessanten Künstler*innen in den Fokus, die südwestlich von Potsdam gemalt haben. Es handelt sich bei der Havelländischen Malerkolonie nicht um eine Künstlerkolonie im eigentlichen Sinne, sondern vielmehr um eine lose Gemeinschaft von Künstlern. Als die Region Ende des 19. Jahrhunderts ein Ausflugsziel wurde, kamen auch Künstler*innen hierher, um die Landschaft mit ihren Gewässern, Wäldern und Wiesen zu malen. Der Ort Ferch und der einflussreiche Maler Karl

Hagemeyer (1848–1933) spielten dabei eine besondere Rolle, denn das Gründungsmitglied der Berliner Secession lebte von 1884 bis 1892 in dem Dorf und war ein Vorreiter am Schwielowsee.

In der Ausstellung, die bis zum 30. August zu sehen ist, werden Werke von 25 Künstler*innen aus der Zeit zwischen den 1890er-Jahren bis zu einer Arbeit aus dem Jahr 1988 gezeigt. Es ist dabei anhand der einzelnen Arbeiten ein breites künstlerisches und motivisches Spektrum zu entdecken. Weitere Informationen unter www.kuenstlermuseumheikendorf.eu.

Fotos: Heiko Buhr



César Orrico –
Aquilon, 2019

Der Künstler César Orrico zeigt seine Werke im Eisenkunstguss Museum Büdelsdorf

Spaniens neuer Stern der Bildhauerkunst

Mit der Ausstellung „Numen“ präsentiert die Stiftung Schleswig-Holsteinische Landesmuseen im **Eisenkunstguss Museum Büdelsdorf** erstmals in Deutschland bis zum 1. November die Arbeiten des international aufstrebenden spanischen Künstlers César Orrico.

César Orrico, geboren 1984 im nordspanischen Logroño, schafft Skulpturen, die klassisches Können mit moderner Bildsprache verbinden, Körperlichkeit und Bewegung in sensueller Spannung zeigen und dabei eine symbolisch-mystische Atmosphäre entfalten. Im Mittelpunkt seines Schaffens steht der menschliche Körper, den er mit beeindruckender anatomischer Genauigkeit wiedergibt und dessen Bewegungen er durch kraftvolle Dynamik und sinnliche Intensität gleichsam einfriert. Gleichzeitig strahlen die Arbeiten, besonders durch ihren Gesichtsausdruck, eine Ruhe und meditative Kraft aus, die eine emotionale und beinahe mystische Wirkung entfaltet. Dieses Spannungsfeld überträgt Orrico auch in die Auswahl und Kombination von Materialien: Bronze, Holz und Marmor unterstützen unterschiedliche Ansprüche an Körperlichkeit, Ausdruck und Bewegung. Die Ausstellung im Eisenkunstguss Museum zeigt eine Auswahl von 21 Arbeiten verschiedener Formate aus Bronze, in denen

sich Orrico mit Mythen und Archetypen auseinandersetzt. Mythologie versteht er nicht als Archiv der Vergangenheit, sondern als aktive Komponente unserer heutigen Denkstrukturen und -muster. Seine Arbeiten treten im Rahmen der Schau dazu in einen spannenden Dialog mit den Objekten der Dauerausstellung des Eisenkunstguss Museums. Unter das-eisen.de stehen Ihnen weitere Informationen zur der Ausstellung und dem Eisenkunstguss Museum Büdelsdorf zur Verfügung.

REDUZIERTER TICKETPREISE

KOOPERATION MIT DER NORDART 2026

Bei Vorlage eines Tickets der NordArt 2026 reduziert sich der Eintrittspreis im Eisenkunstguss Museum um 50 Prozent. Darüber hinaus erhalten NordArt-Besuchende bei Vorlage ihres Tickets beim Besuch der Gortorfer Sonderausstellungen von Rebecca Louise Law einen Rabatt in Höhe von 15 Prozent auf den Ticketpreis.

César Orrico

Numen



22.5.-1.11.
2026

www.das-eisen.de



**Eisenkunstguss
Museum
Büdelsdorf**

Landesmuseen SH



VERANSTALTUNGSTIPPS

IM JULI 2026

Foto: Pexels - Rahul Panoff (1)



ROBBI, TOBBI UND DAS FLIEWATÜÜT

Im Puppenspiel von Sonja Langmack nach der beliebten Geschichte von Boy Lornsen dreht sich alles um Freundschaft, Erfindergeist und eine außergewöhnliche Reise. Als Tobbi eines Nachts sein selbst erdachtes Fliewatüüt fertig vor der Tür entdeckt, beginnt das Abenteuer. Gebaut wurde das vielseitige Fahrzeug heimlich vom Roboterschüler Robbi, der damit eine wichtige Prüfung bestehen möchte. Gemeinsam starten die beiden zu einer spannenden Reise über Land, Wasser und durch die Luft. Dabei warten knifflige Aufgaben, überraschende Be-

gegnungen und aufregende Herausforderungen. Mit viel Fantasie, liebevoll gestalteten Figuren und einer guten Portion Humor bringt das Puppenspiel die zeitlose Geschichte von Robbi und Tobbi lebendig auf die Bühne und begeistert Kinder ab drei Jahren ebenso wie Erwachsene. Mehr Infos und Tickets sind erhältlich unter www.sh-landestheater.de.

**5. Juli, 11 Uhr •
Trauminsel, Schleswig**

Fotos: SH Landestheater / Viola Tharandt

DÜSTERLESEN: FRANKENSTEIN

Frankenstein. Der Mensch und sein Monster. Doch wer ist hier eigentlich monströs, und wer ist menschlich? Größenwahn, Fortschritts-glauben, Ausgrenzung: Themen von zeitloser Aktualität in einer klassischen Schauer-geschichte von Mary Shelley. Dieses Stück Weltliteratur gibt es nun als knapp 90-minütige Grusel-Lesung mit stimmungsvoller musikalischer Untermalung, live aufgeführt von Dusterlesen. Das Duo, bestehend aus Ambient-Musiker Janus Schwarz sowie Schauspieler und Regisseur Manfred Upnmoor, ist seit 2017

auf Schauerliteratur spezialisiert. Upnmoor (theater23) liest intensiv, facettenreich und mit vollem Körpereinsatz zu den atmosphärischen Sounds von Schwarz (Return Of The Living Dead, Ghostship). Mit Frankenstein bestreiten Dusterlesen ihre bereits vierte Saison in einer der schönsten Open-Air-Locations in Lübeck. Mehr Infos und Tickets gibt's unter www.theater23.de.

**Premiere: 5. Juli, 20 Uhr •
Naturbad Falkenwiese, Lübeck**



DIE NEUE SPIELZEIT 2026/27 Vorverkauf eröffnet

Am 7. Oktober hebt sich im **Theater in der Stadthalle** der Vorhang für die neue Saison. Mit mehr als 50 Gastspielen präsentiert das Kulturbüro ein Programm voller großer Namen, bewegender Geschichten und überraschender Bühnenmomente.



Große Schauspielkunst, starke Stoffe und prominente Namen prägen die neue Spielzeit. Zum Auftakt steht das gefeierte Duo Judith Rosmair und Dominique Horwitz in August Strindbergs „Fräulein Julie“ auf der Bühne. Gesellschaftliche Konflikte und persönliche Schicksale stehen auch in „Ein Volksfeind“, „Michael Kohlhaas“ und „Die Optimistinnen“ im Mittelpunkt. Mit „Etwas Besseres als den Tod finden wir überall“ erwartet das Publikum zudem eine moderne Interpretation der Bremer Stadtmusikanten. Ergänzt wird das Programm durch Gastspiele des Ohnsorg Theaters, Zeitgenössischer Zirkus und die Broadway-Komödie „Komödie im Dunkeln“.

Auch Musikfans kommen auf ihre Kosten: Das Angebot reicht von Opernklassikern wie „La Bohème“ über Operetten bis zu Musicals. Ein besonderer Konzertabend widmet sich den Klaviersonaten Ludwig van Beethovens, dazu kommt Kammermusik renommierter Ensembles. Für junge Theaterfreunde hält die neue Saison

ebenfalls Entdeckungen bereit: Das Spektrum reicht von Produktionen für die Jüngsten über das Weihnachtsstück „Der Hoffnungsvogel“ bis hin zu Inszenierungen, die gesellschaftliche und historische Themen aufgreifen. Abgerundet wird das Programm durch Comedy, Kabarett, Poetry Slam und die Rückkehr der KinoBühne.

THEATER ERLEBEN UND SPAREN

Wer regelmäßig Vorstellungen besuchen möchte, kann mit einem Abonnement bis zu 30 Prozent gegenüber dem Einzelkartenpreis sparen. Verschiedene Abo-Reihen bieten feste Termine für Schauspiel, Musiktheater, Konzerte oder unterhaltsame Komödien und ermöglichen einen entspannten Theatergenuss über die gesamte Saison hinweg. Das gesamte Programm der Spielzeit 2026/27 ist im Kulturbüro erhältlich.

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

Theater Neumünster



LAS KARAMBA
am 13. September
beim Kunstflecken
in Neumünster

Kunstflecken 2026
www.kunstflecken.de

**Der Vorverkauf
hat begonnen!**

**Vorverkaufsstart der neuen
Theatersaison 2026/27**

19.08.2026



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



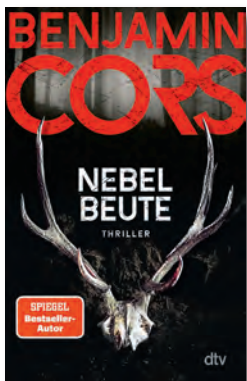
MARIA LILA WOLKE

Mit ehrlichen Texten, gefühlvollen Melodien und viel Herzblut hat sich Marie Lila Wolke in der Kieler Musikszene bereits einen Namen gemacht. Die 19-jährige Singer-Songwriterin begann während der Corona-Pandemie, eigene Songs zu schreiben – zunächst auf Englisch, später auf Deutsch. Heute verarbeitet sie in ihrer Musik Themen wie Liebe, Freundschaft und die Herausforderungen des Erwachsenwerdens. Im Prinz Willy präsentiert sie selbst geschriebene Stücke zwischen Indie und Pop – persönlich, poetisch und authentisch. Der Eintritt ist frei, für die Musikerin geht der Hut herum. Mehr Infos unter www.prinz-willy.de.

10. Juli, 20 Uhr • Prinz Willy, Kiel

SCHUBYS BUCHTIPP

NEBELBEUTE



Mila Weiss ist auf der Jagd. Tief in den Bergen will sie endlich ein Phantom aus ihrer Vergangenheit stellen: Johannes Toblach. Doch am Tag ihrer Ankunft wird eine Leiche in den Bäumen gefunden, gefangen in einem Netz aus Seilen. Und für Mila stellt sich die Frage: Ist sie die Jägerin oder die Gejagte? Stück für Stück kommt sie ihrem Ziel näher – bis sie plötzlich spurlos verschwindet.

Die Gruppe 4, geleitet von Jakob Krogh, macht sich sofort auf die Suche. Sie stoßen auf ein abgelegenes Bergdorf, in dem nur das Schweigen noch dichter ist als der Nebel. Das Team wird in das grausame Spiel eines Serienmörders verstrickt, der sich in den Schatten der Wälder verbirgt. Und ganz offenbar Mila in seiner Gewalt hat ...

Benjamin Cors, dtv, 384 S., 13 Euro

Nach „Krähentage“ und „Aschesommer“ folgt der dritte Band der Gruppe4-Reihe mit den Ermittlern Jakob Krogh und Mila Weiss. Wieder einmal ein packender Pageturner!
***** 5 von 5 Sternen

FLOWER POWER PARTY

Schlaghosen, bunte Blumen und jede Menge Musik: Der Eiderland-Musik e. V. lädt zur Flower Power Party nach Rendsburg ein. Ab 19.30 Uhr steht ein Abend ganz im Zeichen der 60er- und 70er-Jahre auf dem Programm. Mit „Cookies for the Cat“, „Rocket 21“ und weiteren Live-Acts erklingen Rock'n'Roll, Rhythm & Blues und viele zeitlose Klassiker, die direkt in die Ära von Woodstock,

Peace & Harmony entführen. Wer nach den Konzerten noch nicht genug hat, kann bei der anschließenden Tanzparty weiterfeiern. Getränke werden zum Selbstkostenpreis angeboten. Der Eintritt ist frei, stattdessen geht ein Hut durch die Reihen, um die Musikerinnen und Musiker zu unterstützen. Mehr Infos unter www.eiderland-musik.de.



11. Juli, 19.30 Uhr • Eiderland-Musik e. V., Rendsburg



LA DELIO VALDEZ

Das 15-köpfige Orchester aus Buenos Aires verbindet seit 2009 traditionelle lateinamerikanische Klänge mit Einflüssen aus Salsa, Rock, Jazz und Reggae zu einem unverwechselbaren Sound. Genossenschaftlich organisiert und unabhängig geführt, versteht die Band Musik als Ausdruck von Gemeinschaft und Identität. Nach gefeierten Konzerten vor zehntausenden Fans und dem Erfolgsalbum „El Desvelo“ kommen La Delio Valdez mit ihrer energiegeladenen Mischung aus Tanz, Leidenschaft und orchestraler Wucht in Hamburg auf die Bühne. Infos und Tickets: www.fabrik.de

17. Juli, 20 Uhr • Fabrik, Hamburg

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.

Fotos: Bernie Oetis / Etoall



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.

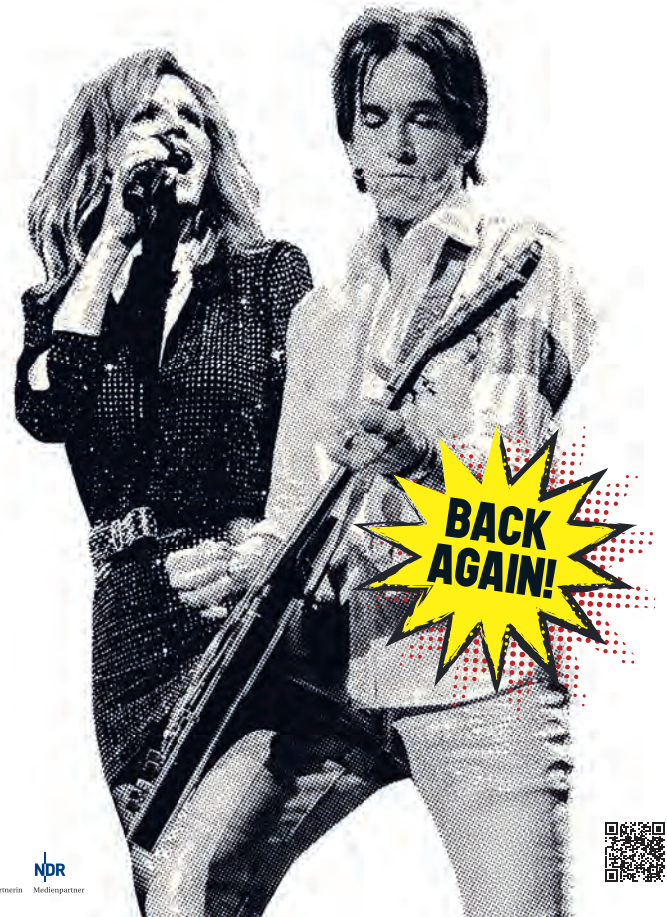
ROXETTE

LIVE! LIVE! LIVE! LIVE!

FOUNDER PER GESSE 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“



GPJOLE



IB.SH



NDR

VERANSTALTUNGEN



ANNIE & THE CALDWELLS

Fast ein halbes Jahrhundert nach ihrer ersten Aufnahme erlebt Annie Caldwell eine erstaunliche musikalische Wiederentdeckung. Nachdem David Byrne das lange vergessene Album der Staples Jr. Singers neu veröffentlichte, gründete die Sängerin gemeinsam mit ihrer Familie Annie & The Caldwelles. Das Debütalbum von 2025 wurde von Kritikern gefeiert und verbindet Gospel, Soul und Funk zu einem mitreißenden Sound. Auf der Bühne entfaltet die Band aus Mississippi eine besondere Energie – authentisch, spirituell und voller Lebensfreude. Mehr Infos und Tickets unter www.nica-jazzclub.de.

14. Juli, 18.30 Uhr • Nica Jazz Club, Hamburg



4. FOLKFESTIVAL

Beim 4. FolkFestival auf Hof Akkerboom stehen handgemachte Musik und internationale Folk-Klänge im Mittelpunkt. Bands aus Schleswig-Holstein, Dänemark, Irland und Schottland sorgen für ein abwechslungsreiches Programm. Mit dabei etwa die dänische Formation Svøbsk (Foto), die traditionelle Folkmusik mit einem modernen, lebendigen Ausdruck verbindet. Dazu gibt es Spezialitäten aus dem Backhaus, Gegrilltes, Kuchen und kühle Getränke. Der Eintritt ist frei. Mehr Infos und das gesamte Programm gibt's unter www.hof-akkerboom.de.

19. Juli, 14 bis 18.30 Uhr • Hof Akkerboom, Kiel

LITURGY & RANA

Zwischen spiritueller Klangsuche und roher Intensität: Auf der MS Stubnitz treffen zwei außergewöhnliche Bands der internationalen Black-Metal-Szene aufeinander. Liturgy (Foto) um Haela Ravenna Hunt-Hendrix verbindet auf einzigartige Weise Metal, experimentelle Musik, klassische Elemente und sakrale Rituale zu einem mitreißenden Gesamtkunstwerk. Nach einem Soloauftritt im Vorjahr kehrt die US-Formation nun als komplette Band zurück. Mit dabei ist außerdem Rana aus Deutschland. Ihr gefeiertes Debütalbum „Richtfeuer“ vereint rasenden Black Metal mit Neo-Crust, treibenden D-Beat-Rhythmen, beschwörenden Atmosphären und schwerem Doom. Mehr Infos und Tickets unter www.stubnitz.com.

19. Juli, 20.30 Uhr • MS Stubnitz, Hamburg



ZAUBER & KLANG

Wenn Musik auf Magie trifft, sind Staunen und Überraschungen garantiert: Der schwedische Klarinettenist Magnus Holmander verbindet virtuosos Spiel mit verblüffenden Zaubertricks. Gemeinsam mit der ukrainischen Akkordeonistin Irina Serotyuk entführt er das Publikum in eine Klangwelt voller Kontraste. Tango, osteuropäische Folklore, skandinavischer Jazz und klassische Musik verschmelzen zu einem ebenso farneichen wie außergewöhnlichen Konzerterlebnis. Ein Abend voller Fantasie, Virtuosität und magischer Momente. Mehr Infos und Karten unter www.shmf.de.

20. Juli, 19.30 Uhr • Schallplattenmuseum, Nortorf



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

DECK 2 - Ob Kongress, Messe, Gala oder Firmenveranstaltung – das größte Deck der Halle 400 bietet optimale Voraussetzungen für große Events. Die großzügigen Raumverhältnisse, eine 50 m² große Bühne und moderne Veranstaltungstechnik schaffen ideale Bedingungen für eindrucksvolle Events und professionelle Präsentationen.



Bild oben © Viehmannphotographie

Deck 2 überzeugt mit einer 5,50 x 3,00 Meter großen LED-Wand, hochwertiger L-Acoustics-Soundanlage sowie flexiblen Nutzungsmöglichkeiten. Für noch größere Veranstaltungen lassen sich Deck 01 und Deck 02 zu einer großen Halle verbinden. So entstehen individuelle Raumkonzepte für Kongresse, Tagungen, Galas und Firmenevents jeder Größenordnung.

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

LIVE-PROGRAMM

12.07.2026

FANTASIEVOLLE GRENZGÄNGER

SCHLESWIG-HOLSTEIN MUSIK FESTIVAL

14. + 15.11.2026

FÖRDE FRÄULEIN'S MARRY LAND

DAS HOCHZEITSFESTIVAL

21.11.2026

FÖRDE FRÄULEIN'S NACHTFLOHMARKT

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:



Der Geheimitipp unter den Festivals

Abseits von *Mainstream* und *Massenbetrieb* hat sich das **Enzo Festival** längst einen Namen gemacht. Am 7. und 8. August verwandelt sich Wagersrott wieder in einen Treffpunkt für alle, die neue Lieblingsbands entdecken möchten.



Zum Line-up gehören u. a. Bratakus aus Schottland (l. o.), The Melmacs aus Dresden (r. o.), Götz Widmann sowie Erection aus Regensburg.



Wenn am 7. und 8. August die ersten Gitarrenriffs über die Felder von Wagersrott schallen, beginnt eine neue Ausgabe des Enzo Festivals. Was einst als kleines Musikprojekt begann, hat sich längst zu einer festen Größe in der norddeutschen Festivallandschaft entwickelt. Trotzdem gilt die Veranstaltung noch immer als echter Geheimitipp – vor allem für alle, die abseits bekannter Charts nach neuen Klängen suchen.

MUSIK OHNE SCHUBLADEN

Veranstalter Enzo Giovanni Panozzo und die Kulturwert gGmbH präsentieren auch in diesem Jahr mehr als 20 Bands auf zwei Bühnen. Das musikalische Spektrum reicht von Rock, Ska, Punk und Reggae über Funk, Swing und Rock'n'Roll bis hin zu Folk, Country und Liedermacher-Musik. Statt auf große Namen setzt das Festival bewusst auf spannende Entdeckungen und musikalische Vielfalt.



Internationale Gäste aus Argentinien, Schottland, Dänemark, Italien und den Niederlanden treffen dabei auf zahlreiche Bands aus Norddeutschland und dem übrigen Bundesgebiet. Mit dabei sind unter anderem 42 Decibel, Bratakus, Götz Widmann, Kafka, Powersolo, Skassapunka, The Movement und Skyline Green.

BANDS ZUM ENTDECKEN

„Auch in diesem Jahr konnten wir wieder ein buntes Musikprogramm auf die Beine stellen, mit Bands, von denen wir denken, dass unsere Gäste sie lieben werden – auch wenn sie sie vorher vielleicht (noch) nicht kannten“, sagt Veranstalter Enzo Giovanni Panozzo. Karten gibt es im Vorverkauf für 80 Euro auf der Festival-Website oder in der Buchhandlung Schröder in Süderbrarup, Insound Kiel oder im Kaffeehaus Flensburg. Mehr Infos und das gesamte Line-up gibt's unter www.enzo-festival.de.



Tanzen lernen beim Profi: Wir sind Tanzschule!

Grundkurse Erwachsene

Samstag	15. August	11.00 Uhr
Sonntag	16. August	20.00 Uhr
Montag	17. August	21.00 Uhr
Dienstag	18. August	21.00 Uhr
Samstag	22. August	14.00 Uhr

Kostenlose und unverbindliche Schnupperstunde

für Paare:

Montag, 03. August,
21.00 Uhr oder
Sonntag, 09. August,
20.00 Uhr oder
Donnerstag, 13. August,
18.00 Uhr oder
Samstag, 15. August,
14.00 Uhr

für Singles:

Mittwoch, 12. August,
21.15 Uhr



Hochzeitskurse / Fit für die Party

Dienstag	14. Juli	19.30 Uhr
Freitag	31. Juli	18.00 Uhr

West Coast Swing ohne Vorkenntnisse

Montag	06. Juli	21.00 Uhr
Freitag	31. Juli	21.00 Uhr

West Coast Swing mit Vorkenntnissen

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

Contemporary für Erwachsene

(Anfänger)

Freitag	10. Juli	18.00 Uhr
---------	----------	-----------

Modern Jazz für Erwachsene

(Anfänger)

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

Line Dance – Sommerkurs

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

DANCE it Yourself! – Sommerkurs

Donnerstag	09. Juli	18.00 Uhr
------------	----------	-----------

Discofox-Kurse

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 Schulten, Isabelle Sester,
Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnow

Grafik:
Sandra Huege, Nicolas Rexin, Maren Urbat, Sonja Woldt

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

Fotos:
Adobe Stock, Pexels, Unsplash

Illustrationen:
Adobe Stock

Anzeigen
anzeigen@verlagskontor-sh.de

**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

Mirja Katinka Terhaar:
mk.terhaar@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 62

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. AUGUST.



DORFGLÜCK IM NORDEN

Überall im Land entsteht Neues zwischen Feldern und Dorfanger. Wir besuchen Initiativen, die regionale Versorgung stärken, sprechen mit Landwirtinnen und Landwirten über kurze Wege und zeigen, wie moderne Dorfläden zum Treffpunkt werden. Wenn Sie eine Idee oder ein Projekt teilen möchten, schreiben Sie uns gern an redaktion@verlagskontor-sh.de.

ZU BESUCH IN ECKERNFÖRDE

Meeresluft, Altstadtflair und spannende Adressen: Unsere Stadtstrecke führt uns nach Eckernförde. Wir zeigen Ihnen die schönsten Routen durchs Hafenviertel, über den Strand und in die kleinen Gassen der Altstadt. Dazu gibt's ein paar Empfehlungen für Lieblingsplätze zum Bummeln, Cafés mit Blick aufs Wasser und Läden mit nordischem Charme.



SOMMERKULINARIK DRAUSSEN GENIEßEN

Wenn die Tage lang werden, schmeckt es unter freiem Himmel einfach am besten. Wir stellen regionale Spots für Picknicks vor, testen Biergärten mit guter Küche und sammeln Adressen, an denen leckere Genüsse den Spätsommer verfeinern. Dazu gibt es Ideen für einfache Outdoor-Rezepte, die das Essen im Freien besonders machen.



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.

ZauberMix
für monsieur cuisine

DIE BESTEN IDEEN FÜR MEHR FAMILIENZEIT



AUCH HIER
ERHÄLTlich:

amazon.de

978-3-96417-324-9

bücher.de

Thalia

OSIANDER.de
Bücher seit 1996

Hugendubel
Das Lesen ist schön!

Mayersche.de



NEU
im Handel
NUR
24,90 €

Diese Gerichte
schmecken allen
am Tisch

Foto: Julia Eickmeyer

Gleich bestellen: www.zauberMix.de/familien-buch

Unser neues Kochbuch findet ihr überall im Buchhandel, bei Amazon
oder auf www.zaubertopf-shop.de | ISBN: 978-3-96417-324-9





DAS NEUE MAGAZIN



**Ab sofort
erhältlich!**



186 Seiten

Sylliebe mit den schönsten
Fotos und Inselgeschichten



Mit mehr als

150 Tipps
für deinen Sylt-Urlaub



Tolle Extras:

XXL-Gewinnspiel und
Keitum-Guide



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