

DAS MONATSMAGAZIN IM NORDEN

lebensart

HAMBURG WEST / ELBVORORTE / PINNEBERG / ITZEHOE

AUGUST 2026 • KOSTENLOS

80 Jahre Schleswig-Holstein

UNSER LAND FEIERT GEBURTSTAG

Landleben im Fokus

VOM DORFGLÜCK BIS ZUR WILDBAHN



NORTEX
... zieht den Norden an!

ID. Polo Days



⚡ KI-modifiziert

Elektrisiert dich. Der vollelektrische ID. Polo kommt.
Am Samstag, 5. September im Autohaus Elmshorn.

Reinsetzen. Verlieben. Losfahren. Für weitere Infos einfach den QR-Code scannen.

ID. Polo Style: Energieverbrauch kombiniert: 14,6–13,4 kWh/100 km; CO₂-Emission kombiniert: 0 g/km; CO₂-Klasse: A.
Fahrzeugabbildung zeigt Sonderausstattungen. Unter <https://www.volkswagen.de/e-auto-foerderung> finden Sie
Förderungsbedingungen und weitere Informationen. Stand 07/2026.



Ihr Volkswagen Partner

Autohaus Elmshorn GmbH & Co. KG

Farmers Ring 2-6 | 25337 Kölln-Reisiek

Tel. 04121 2651 140 | verkauf-vw@autohaus-elmshorn.de



Liebe Leserin, lieber Leser,

um Dorfglück geht es in dieser Ausgabe.

Viele Städter*innen schütteln an dieser Stelle vermutlich den Kopf. Auch einige aus dem Lebensart-Team waren überrascht, als unsere Kollegin Maya Schukies von ihrem neuen Zuhause auf dem Land erzählte. Das klassische Dorfleben wird gerne mal durch den Kakao gezogen und manchmal bestätigt sich das Klischee auch. Maya beschreibt allerdings eine richtig nette Dorfgemeinschaft und zeigt, wie es funktionieren kann.

ESCAPE ROOM UND OPERATIONEN

Eine engagierte Dorfgemeinschaft bringt oft richtig tolle Ideen hervor. In Schönwohld bei Kiel zum Beispiel konnte eine Familie – auch durch den Rückhalt des Dorfes – einen Wohnwagen in einen Escape Room verwandeln und eine Berühmtheit auf rätselhafte Weise verschwinden lassen ...

Dr. Sophie Budde aus Nordfriesland hingegen rätselt in anderen Fällen. In ihre Praxis werden Wildtiere gebracht, wenn sie medizinische Hilfe benötigen. Von Wintergoldhähnchen und Krabbentauchern bis zu Eiderenten und Seeadlern hatten die Exotentierärztin und ihr Team schon zahlreiche Fälle auf dem Behandlungstisch.

EVENTS IM NORDEN

Um das Sommerglück perfekt zu machen, finden Sie auf unseren Veranstaltungsseiten schöne Ausflugsziele und Konzerttermine. Auch für Familien mit Ferienkindern haben wir Tipps zusammengestellt, um schöne letzten Ferientage erleben zu können. Genießen Sie den Sommer, machen Sie Ausflüge, sammeln Sie Erinnerungen oder schließen Sie sich Daniel Günther an. Anlässlich des 80. Geburtstags von Schleswig-Holstein wandert er nämlich an fünf Tagen im August durch die schönsten Naturparke des Landes und freut sich auf einen netten Schnack. Viel Spaß beim Stöbern!

Herzlichst, Ihr Lebensart-Team



ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir Ihnen das **NORTEX Mode-Center** in Neumünster. Mehr über das einzigartige Einkaufserlebnis lesen Sie auf Seite 52.

Titel: © NORTEX

west
immobilien

BELLEVUE
Best Property
Agents
2026



UNSERE REGION IST SCHÖN UND LEBENSWERT!

Hier wurzeln zu schlagen, ist der Traum vieler Interessenten aus unserer sorgsam gepflegten Käuferliste. Sollten Sie darüber nachdenken, in den nächsten Monaten Ihre Immobilie in gute Hände abgeben zu wollen, lassen Sie uns darüber reden.

Wir unterstützen Sie kompetent und unverbindlich mit unserer kostenfreien Ersteinschätzung Ihrer Immobilie und nehmen Ihnen rechtssicher die komplette Verkaufsabwicklung ab.

Jetzt den ersten Schritt gehen!

 **040 84055779**

Lornsenstraße 86 | 22869 Schenefeld
info@westimmobilien.de



WWW.WESTIMMOBILIEN.DE

THEMEN

AUGUST 2026

COVER | NORTEX Mode-Center GbR
Pures Einkaufsvergnügen bei Nortex 52

UNTERWEGS & UP-TO-DATE
Düt & Dat 6
Sonnenschein zum Glücklichein:
Das ist los im August 2026 10
SH wird 80 – Echt Achtzig..... 16

DORFGLÜCK
Ein Umzug ins Blaue ... äh, Grüne 18
Rätselhaftes Verschwinden 22
Bis(s) zur Wildbahntauglichkeit..... 24

HIN & WEG
Bye bye, Alltag!..... 26



40
Pesto, Amore mio!



18
Ein Umzug ins Blaue ... äh, Grüne

WEDEL ENTDECKEN
Wedel – immer einen Besuch wert 30

HAPPY FAMILY
Die Lese-Rechtschreib-Schwäche aus der Box 36

SO SCHMECKT DER NORDEN
Pesto, Amore mio! 40

MODE & BEAUTY
Urlaubsmodus an!..... 48
Pures Einkaufsvergnügen bei Nortex 52

GESUND & FIT BIS INS ALTER
5 Tipps für ein gesundes Zahnfleisch..... 54

HAUS, HOF & GARTEN
Schöne Fugen..... 58

AUTO & MOBILITÄT
Durch die Sonne fahren..... 66

BERUF & KARRIERE
Mit KI Hand in Hand..... 68

48

Urlaubsmodus an!



KUNST & KULTUR

Ausstellungen im August.....	70
Veranstaltungshighlights.....	74

IMMER IN DER LEBENSART

Editorial.....	3
Impressum	82
Vorschau September	82



16

SH wird 80 – Echt Achtzig

Fotos: Bildnachweise im redaktionellen Beitrag



much too much
second love jewelry

Schöner Schmuck
mit Geschichte



Mit Liebe für
Sie ausgesucht

Glückstädter Straße 14
24576 Mönkloh
Tel.: 0 41 92 / 877 90 93
service@much-too-much.de
www.much-too-much.de



DÜT & DAT

IM AUGUST 2026

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.

NEUES ZUHAUSE GESUCHT

Mäxchen

FREUNDLICHER BICHON FRISÉ



Mäxchen ist ein Bichon Frisé (geb. 2023), der nach einer Sicherstellung im Tierheim Elmshorn aufgenommen wurde. Fremden begegnet er vorsichtig, gewinnt mit Geduld und ein paar Leckerchen jedoch schnell Vertrauen. Dann zeigt er sich als freundlicher und anhänglicher Begleiter. Mit anderen Hunden versteht er sich sehr gut, sodass ein souveräner Ersthund ihm die Eingewöhnung erleichtern könnte. An der Leine läuft Mäxchen bereits sicher. Das Alleinbleiben und die Stubenreinheit sollten noch in Ruhe geübt werden. Sein Fell benötigt zudem regelmäßige Pflege. Wer Mäxchen kennenlernen möchten, sendet eine kurze Vorstellung (inkl. Telefonnummer) per E-Mail an hunde@tierheim-elmshorn.de.

DEKOTIPP

HUNDSTAGE MAL ANDERS

Mit dem Pflanzhund Dapper Dog bringt Hoff Interieur den Sommer in den Garten. Der ca. 52 x 21 x 29 cm große Vierbeiner aus wetterfestem Magnesia



sorgt für maritimes Wohlfühl-Ambiente. Bepflanzen, hinstellen und die Sonne genießen!

Foto: Hoff Interieur

MODEL CASTING IN KALTENKIRCHEN



Foto: Bildplantage13 GmbH

Die Castingteilnehmer*innen erhalten professionelle Fotos und Videosequenzen für ihre Bewerbung.

Wer schon immer davon geträumt hat, einmal Model-Luft zu schnupern, bekommt am 22. August bei dodenhof in Kaltenkirchen im Rahmen des Model-Castings „Cast Me!“ die Gelegenheit dazu. Interessierte können sich vor Ort informieren, professionelle Bewerbungsfotos erstellen lassen und sich direkt für das große Casting-Finale am 26. September in Posthausen bewerben. „Cast Me!“ verfolgt bewusst einen anderen Ansatz als klassische Modelwettbewerbe. Gesucht werden Menschen mit Persönlichkeit, Ausstrahlung und dem Mut, sich authentisch zu zeigen – unabhängig von Geschlecht, Herkunft oder Modelerfahrung. www.dodenhof.de/castme

Elmshorner Grundschulen UMSETZUNG DER GANZTAGSBETREUUNG

Die Ganztagsbetreuung an den Elmshorner Grundschulen geht in die nächste Phase. Der Auftrag für die Durchführung wurde am 18. Juni offiziell an AWO Schleswig-Holstein gGmbH und DHB Soziale Dienste Pinneberg gGmbH erteilt. Im Mittelpunkt stehen nun die nächsten konkreten Schritte bis zum Start des Schuljahres 2026/2027: Personal einplanen und Gruppen bilden, Abläufe an den Schulstandorten abstimmen sowie die Eltern informieren. Eltern, Kinder und Schulen sollen jetzt eine klare Perspektive bekommen.



Freude über Vertragsabschluss zur Ganztagsbetreuung an den Elmshorner Grundschulen.

Foto: Stadt Elmshorn / Mario Meisberger



Foto: Fehmarn Feeling

TIPP DES MONATS

STEINIGE ANGELEGENHEIT

Ein Meer aus Steinen, geformt zu verschlungenen Irrwegen und verrückten Spiralen: Das ist das Steinlabyrinth von Fehmarn, eine echte Berühmtheit unter den Inselbewohner*innen und Tourist*innen gleichermaßen. Das Labyrinth wächst stetig und wird mit neuen Steinen vom naheliegenden Teichufer-Strand ergänzt. Von dort ist das Wunderwerk, das sich weiter entlang der Küste Richtung Westen erstreckt, übrigens auch ideal erreichbar. So kann man gemütlich über den Deich spazieren und das felsige Meisterwerk bewundern. Und der Teichufer-Strand? Der ist nochmal eine Schönheit für sich und ein echtes Highlight für Strandliebhaber*innen.

Mehr Tipps gibt's auf Instagram bei @fehmarneeling.



Foto: Adobe Stock

ENERGIEBERATUNG

Bis 2033 haben jährlich 125 Privathaushalte in Steinburg die Möglichkeit, eine unabhängige Energieberatung kostenfrei zu nutzen. Die unabhängige Energieberatung unterstützt bei Fragen rund um die energetische Sanierung, informiert über Fördermöglichkeiten und hilft bei der Entscheidung, wann ein Heizungswechsel sinnvoll ist. Auch Mieter*innen erhalten Tipps, um Wohnkosten zu senken. www.verbraucherzentrale.sh/energieberatung

LIMITIERT

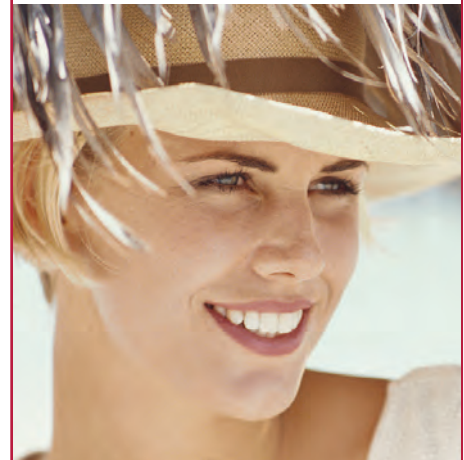
WACKEN-KATZE „HELGA“

Heavy Metal fürs Wohnzimmer: Zum 35. Wacken Open Air bringt die Design-Marke Donkey Products ein echtes Must-have für Festival-Fans heraus.

Die Design-Winkekatz MYNEKO „Helga“ tauscht die klassische Pfote gegen die legendäre Pommegabel und grüßt stilecht im tiefschwarzen „Black Metal“-Look. Ausgestattet ist sie mit dem Wacken-Logo auf dem Rücken und einem Bullhead-Print auf der Hand. Limitiert auf 5.000 Stück.



Foto: Donkey



Schöne Zähne – damit Sie wieder gut lachen haben.

Ob Sportunfall oder Zahnersatz im Alter – Implantate sind fast immer die beste Lösung. Kein anderer Zahnersatz bietet Ihnen die Vorteile eines Implantats. Kompetente Beratung, professionelle Behandlung, alles aus einer Hand.

Ohne Abdruck – rein digital



Dr. med.dent. Peter Niziak
Zahnarzt

Bargfelder Str. 4 a
24613 Aukrug

Telefon: 0 48 73 / 870

Fax: 0 48 73 / 93 11

www.implantat-komplett.de

WOCHE DES MITEINANDERS

– WER MACHT MIT?

In der Woche vom 11. bis zum 20. September 2026 soll im Kreis Steinburg ein Zeichen für echte Begegnung gesetzt werden.

Einsamkeit macht krank. Das ist kein Geheimnis, sondern eine Tatsache, die uns alle angeht. Es gibt bereits Initiativen und Projekte in vielen Orten des Kreises Steinburg, die Angebote für mehr Gemeinsamkeit anbieten.

Die „Planungsgruppe Miteinander“, in der sich verschiedene ehrenamtliche und hauptamtliche Akteure wie z. B. das Gesundheitsamt engagieren, möchte diese Vielfalt im September sichtbar werden lassen.

In der Woche vom 11. bis 20. September 2026 soll im Kreis Steinburg ein Zeichen für echte

Begegnung gesetzt werden. Die Planungsgruppe lädt alle Organisationen, Vereine und Initiativen ein, sich mit einer Aktion für jung und/oder alt zu beteiligen. Egal ob als Verein, Feuerwehr, Bibliothek, Jugendzentrum, Kulturhaus, Kirchengemeinde, Kino, Schule oder Gastronomie – zeigen Sie, dass in Ihrer Gemeinschaft Platz für alle ist.

„Es braucht keine großen Events. Oft reicht eine einfache Idee, um Menschen zusammenzubringen“, betont Lisann Ziegler vom Gesundheitsamt. Beispiele gibt es viele, wie ein

Ob offene Probe im Chor, Spielenachmittag auf dem Spielplatz oder im Vereinsheim, Picknick für die Nachbarschaft oder Tanzen im Park – es gibt viele Möglichkeiten, Menschen zusammen zu bringen.

Picknick für die Nachbarschaft, eine offene Probe im Chor, ein Spielenachmittag auf dem Spielplatz oder im Vereinsheim, Mitternachtsport oder Tanzen im Park und vieles mehr. Interessierte Organisationen, die mitmachen, Begegnung fördern, Gemeinschaft stiften und eine verbindende Aktion durchführen wollen, finden weitere Infos unter Aktuelles auf der Website www.steinburg.de/gesundheitsamt.



Foto: Adobe Stock

SUDOKU-LÖSUNGEN

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

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

AUSFLUGSTIPP

Fahrradtour entlang der Schlei

Die Schleiregion lässt sich im Sommer wunderbar auf zwei Rädern entdecken. Eine Fahrradtour entlang der Schlei führt vorbei an weiten Feldern, kleinen idyllischen Orten und traumhaften Ausblicken auf das Wasser. Unterwegs warten besondere Orte und gemütliche Genussmomente.

Weitere tolle Tipps gibt es auf foerdefraeulein.de oder auf Social Media unter [@foerde_fraeulein](https://www.instagram.com/foerde_fraeulein).



Förde Fräulein
TIPP DES MONATS

Fotos: Förde Fräulein

RÄTSELSPASS SUDOKU-DUO

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

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

REGELN:

Ein Sudoku besteht aus 9 x 9 Feldern, die zusätzlich in 3 x 3 Blöcken mit 3 x 3 Feldern aufgeteilt sind. Jede Zeile, Spalte und jeder Block enthält alle Zahlen von 1 bis 9 jeweils genau einmal. In ein paar der Felder sind bereits Zahlen vorgegeben. Da jede Zahl pro Zeile, Spalte und Block nur einmal vorkommen darf, können durch vorgegebene Zahlen die Positionen für andere Zahlen dieses Wertes ausgeschlossen werden. Bei einem Sudoku darf es nur eine mögliche Lösung geben, und diese muss rein logisch gefunden werden können! **Die Lösungen finden Sie auf der Seite 8.**

Der Lebensart Newsletter

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



Scan
me!



www.lebensart-sh.de/newsletter



Moin liebe Leserinnen und Leser,

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

SONNENSCHNEIN ZUM GLÜCKLICHSEIN

*Der Sommer bringt Sonne, eine frische Brise und jede Menge Leben in den Norden.
Freuen Sie sich auf tolle Events in der gesamten Region. Die besten Highlights in Ihrer Nähe
finden Sie auf den folgenden Seiten.*





ANZEIGE



WENN DER STADTPARK ZU LEUCHTEN BEGINNT

PARKFUNKELN NORDERSTEDT 2026

Vom 20. bis 23. sowie vom 27. bis 30. August erstrahlt der Stadtpark beim

ParkFunkeln Norderstedt wieder in den späten Abendstunden in geheimnisvollem Glanz.

Es sind diese späten Sommerabende, an denen der Stadtpark Norderstedt seine vertraute Gestalt ablegt. Sobald es dunkel wird, entstehen zwischen Bäumen, Wegen und Lichtungen neue Bilder: geheimnisvoll beleuchtete Szenerien, schimmernde Objekte, leise Klänge und immer wieder Momente, die überraschen. Genau daraus bezieht das ParkFunkeln Norderstedt auch 2026 seinen besonderen Zauber. Rund um die Waldbühne entfaltet sich an acht

Abenden im August ein atmosphärischer Rundgang, der den Park in ein anderes Licht rückt – im wörtlichen wie im übertragenen Sinn. Welche Installationen in diesem Jahr zu sehen sein werden, bleibt noch verborgen. Hinter jeder Biegung wartet damit ein neues Detail, ein ungeahnter Blickfang, ein Augenblick des Staunens. Begleitet wird das Erlebnis von Live-Musik an mehreren Orten entlang des Weges. Mal zurückhaltend, mal mitreißend, öffnen sich

dabei immer neue Klangräume. Wer möchte, lässt den Abend anschließend an der Waldbühne bei kleinen Speisen und Getränken ausklingen. Das ParkFunkeln Norderstedt 2026 findet vom 20. bis 23. August sowie vom 27. bis 30. August statt. Informationen und Tickets: www.parkfunkeln-norderstedt.de

**20. bis 23. + 27. bis 30. August
Stadtpark Norderstedt**

Fotos: Jacob Sax, Hans Boehm

**PARK
FUNKELN
NORDERSTEDT**

QR CODE

**Stadtspark
NORDERSTEDT**

**20. – 23. AUGUST 2026
27. – 30. AUGUST 2026**

PARTNER-INNEN DER VERANSTALTUNG

VR Bank in Holstein **Hamburg Airport** **HUGO PFOHE** **Stadtwerke Norderstedt** **HEROLD CENTER** **Hempels**

Fehmarn Feeling

Jetzt auf Instagram!

Folgt [@fehmarneeling](#)
und verpasst
keine Ausflugstipps
und Lieblingsorte auf der
Sonneninsel Fehmarn!



Einfach QR-Code
scannen und
auf Folgen
klicken!

DAS IST LOS



ANZEIGE

Foto: Beiersdorf

Landmarkt

mit traditioneller Pferdeshow

Der **Landmarkt** auf dem Landgestüt Traventhal lädt wieder zum Stöbern ein. Händler*innen und Handwerker*innen präsentieren ihre Waren, traditionelle Handwerkskunst, Mode und liebevoll ausgewählte Geschenkkideen. Die beeindruckende Pferdeshow Doma Clásica präsentiert zudem klassische Reitkunst auf dem Gestüt und zeigt die besondere Harmonie zwischen Mensch und Pferd. Für Kinder sind Pippi Langstrumpf und ihr Pferd „Kleiner Onkel“ sowie Obelix zu Gast. Dazu gibt es Ponyreiten, die Traventhaler Alpakas, eine Kinder-Eisenbahn und das Hasendorf. Für kulinarischen Genuss sorgen Landbier, Erbsensuppe aus dem Kessel, Spezialitäten vom Holzkohlegrill sowie frische Torten und Kuchen. Geöffnet sind auch die Wunderkammer (Eintritt 5 Euro) und das Kutschenmuseum (Eintritt frei) mit der Sonderausstellung „Susanna im Bade“ – dem berühmten Werk von Jacopo Tintoretto (1555) in einer Neuinterpretation von Harry Beiersdorf. Der Eintritt zum Markt kostet 7 Euro, für Kinder unter 12 Jahren ist er frei.

5. und 6. September, 10 bis 18 Uhr • Landgestüt Traventhal

ANZEIGE



Foto: NORLA

Wir verlosen 10 x 2
Tickets in unserem
Newsletter am 6.
August. Registrieren
Sie sich direkt und ver-
passen Sie keine News
oder Gewinnspiele
mehr: www.lebensart-sh.de/newsletter.

NORLA – DAS FAMILIEN- AUSFLUGSZIEL

Vom 3. bis 6. September findet auf dem Rendsburger Messegelände die Landwirtschafts- und Verbrauchermesse **Norla** statt. Es dreht sich alles um Landtechnik, Tierzucht, erneuerbare Energien, Ernährung, Haus und Garten. Es gibt einen extra für die Norla errichteten Milchviehstall, ein Bio-Areal, den Bauernmarkt und viele kulinarische Köstlichkeiten. Technikaffine Besucher erhalten Einblicke in die Arbeit mit Agrardrohnen und können das Training der Feuerwehr in der Technischen Hilfeleistung Landwirtschaft beobachten. Auf dem Vorführring sind Shetlandponys und Schleswiger Kaltblutpferde zu bewundern. Familien mit Kindern sind herzlich willkommen, für die jungen Messebesucher gibt es ferngesteuerte Traktoren, Kinderschminken und vieles mehr. Mehr Informationen gibt es unter www.norla-messe.de.

Tickets sind unter www.pretix.eu/norla/2026 erhältlich.

3. bis 6. September • Messegelände Rendsburg

3.-6. September

Landwirtschaft
Haus & Garten
Ernährung
Energie

norla-messe.de



Vom Herbst verzaubert!

Wenn die Tage milder werden und die Natur ihr buntes Kleid anlegt, lädt der idyllische Hof Bissenbrook am 12. & 13. September wieder zum HERBSTZAUBER ein – der stimmungsvollen Landpartie und dem perfekten Ausklang einer wunderbaren Gartensaison.

Genießen Sie ein spätsommerliches Fest, das ländlichen Charme, Lebensfreude und jede Menge Inspiration vereint. Schlendern Sie vorbei an den Ständen handverlesener Aussteller, die Schätze aus den Bereichen Gartenkultur, stilvollem Wohnen, Kunsthandwerk und Kulinarik präsentieren. Entdecken Sie liebevoll gefertigte Unikate, außergewöhnliche Pflanzen, regionale Spezialitäten, feine Manufakturwaren und viele schöne Ideen für Haus und Garten. Für die besondere Atmosphäre sorgen Live-Musik, Gaukler und der Duft herbstlicher Köstlichkeiten. Auch unsere Blumenfarm lädt zu einem kleinen Spaziergang ein und bietet Eindrücke der spätsommerlichen Dahlienpracht.

Ob Sie frische Ideen für Ihr Zuhause suchen, besondere Präsente entdecken oder einfach einen idyllischen Tag auf dem Land verbringen möchten – lassen Sie sich vom Zauber der Jahreszeit verführen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



HERBST zauber

12. + 13. September • 10-18 Uhr

Eintritt 10 € • Kinder bis 15 Jahre frei

Hof Bissenbrook • 24623 Großenaspe

Hunde sind nicht erlaubt

www.gartenzauber.com



SPENDEN, DIE BERÜHREN

Ob ein neues Fußballtor auf dem Bolzplatz, ein Kletterturm für den Spielplatz oder Musikinstrumente für die Kita – bei der Online-Spendenplattform der Sparkassen WirWunder werden kleine Wünsche zu großen Erfolgen.

Auf WirWunder entdecken Menschen Projekte, die ihr Herz berühren. Sie sehen genau, wofür ihr Geld eingesetzt wird, und erleben mit, wie aus einer Idee ein greifbares Ergebnis wird.

Das verbindet: das gemeinsame Gefühl, die Region zu stärken, dort zu helfen, wo man selbst zu Hause ist, und einen direkten Unterschied zu machen.

So einfach ist es: Vereine aus Schleswig-Holstein, die gemeinnützig arbeiten und die Richtlinien der Plattform erfüllen, können ihr Projekt mit Fotos, Videos oder Geschichten vorstellen. Unterstützer*innen können direkt spenden und sehen hautnah, wie ihre Hilfe Wirklichkeit wird. Mit cleveren Social-Media-Vorlagen und

einem eigenen Newsletter-System können die Projekte zusätzlich ihre Community erreichen.

VON SPARKASSENAKTIONEN PROFITIEREN

Die Sparkassen stehen für eine lange Tradition des Helfens und des Miteinanders. Mit WirWunder treffen engagierte Menschen auf lokale Projekte voller Herzblut. Vereine und Verbände können natürlich weiterhin eine Direktförderung bei ihrer Sparkasse oder deren Stiftungen beantragen. „Wir wissen, dass Menschen, die spenden möchten, ihre Projekte gerne vor Ort unterstützen“, sagt Oliver Stolz, Präsident des Sparkassen- und



Giroverbandes für Schleswig-Holstein. „Unsere Online-Spendenplattform WirWunder bringt Menschen und Herzensprojekte zusammen. Das ist Spenden mit Wirkung – für eine starke Gemeinschaft und mehr Lebensqualität in der eigenen Heimat.“

Auf www.wirwunder.de/sh präsentieren Vereine und Organisationen ihre Projekte.

Fotos: Sparkassen- und Giroverband

Das „Eppendorfer Achtel“ kehrt zurück

Zum dritten Mal verwöhnt das Eppendorfer Achtel als Wein- und Streetfoodfest vom 14. bis 16. August die Eppendorfer Sinne unter freiem Himmel.



Der Name ist Programm: Ein „Achterl“ Wein – traditionell 0,125 Liter – steht sinnbildlich für entspannten, stilvollen Genuss. Namhafte Winzer*innen wie das Weingut Bischel, der Elfenhof, die STEIN Manufaktur, Weinhaus Glock sowie das Weingut Acker-Holdenried präsentieren ihre edlen Tropfen – eine Entdeckungsreise durch verschiedene Anbaugebiete Deutschlands. Neu in diesem Jahr: Weingut Kummer sowie das Weingut Felix Kahren.

FOOD UND FUN

2026 steht neben dem Weinangebot besonders die ausgebaute Streetfood-Meile im Fokus:

Internationale Köstlichkeiten – von herzhaft bis süß, deftig bis vegan – machen das Achtel auch geschmacklich zu einem Erlebnis. Die Speisen werden frisch und direkt vor Ort zubereitet, mit Liebe zum Detail und dem Anspruch, höchste Qualität unter freiem Himmel zu servieren. Dabei sind viele Nationalitäten – Streetfood aus Bolivien, Afrika, Korea, den USA, Indien, England, Syrien, Italien, Frankreich und natürlich Deutschland. Etliche Speisen sind zudem auch vegan, vegetarisch und glutenfrei.

STIMMUNG IN EPPENDORF

Ein mobiles Livemusik-Programm mit Singer-

Songwriter*innen und Akustik-Duos begleitet das Wochenende klangvoll. Hinzu kommen liebevoll dekorierte Sitzbereiche, die zum Verweilen einladen. Kreative Verkaufsstände aus den Bereichen Schmuck, Mode, Wohnaccessoires, Illustration und Fotografie runden das Erlebnis ab. Auch für die kleinen Gäste wird gesorgt: Beim Kinderschminken entstehen tierische Kunstwerke und bunte Fantasiewesen – ein Highlight für Familien. Der Eintritt ist frei.

**14. bis 16. August
zwischen Eppendorfer Baum und Haynstraße,
Hamburg-Eppendorf**

Foto: bergmanngruppe.de

Das Rollschuhlaufen erfreut sich bei Klein und Groß besonderer Beliebtheit



ANZEIGE

Auf den „Kindertag“ freuen sich alle jungen Gäste



Der „Kindertag“ im Freilichtmuseum Molfsee bietet am 30. August Spiel, Unterhaltung und unvergessliche Erlebnisse für alle Familienmitglieder



Die vielen verschiedenen Tiere im Freilichtmuseum Molfsee sind für die Kinder immer eine Attraktion – so natürlich auch beim „Kindertag“

Großer Spaß für die kleinen Menschen

Im **Freilichtmuseum Molfsee** ist am 30. August „Kindertag“.

Von 10 bis 17 Uhr gibt es ein abwechslungsreiches Programm mit vielfältigen kreativen Mitmachstationen und Kinderaktionen.

In diesem Jahr dreht sich – frei nach dem Motto „Papp, Papp, Pappelpapp“ – beim „Kindertag“ alles um den braunen Karton. Gemeinsam wird eine riesige Pappkarton-City gebaut – eine vielgestaltige und kunterbunte Stadt. Da darf nach Herzenslust gebohrt, gesägt, gestapelt und beklebt werden. Und wer lieber etwas anderes aus Karton basteln möchte, steuert einfach die Station „Pappelpapp – Alles aus Papp & Co.“ an. Aber es gibt auch noch ganz viele weitere tolle Angebote. Da werden „Riesenseifenblasen“ mit den Künstler*innen von Weltentor kreiert und es gibt die Möglichkeit, mit dem Ponyhof Reesdorf das „Hobby Horsing“ für sich zu entdecken. Oder es geht bei Sven Petersen und Martin Liebenenthal ab in die „Bienenschule“. Bei der Station „Bunte Töpfe – Stachlige Papp“ lädt der Jugendverband SH Heimatbund zu einer Bastel- und Malaktion ein, während in der Rollenbahn in die Kiste gestiegen und abgedüst wird. An der Station „Flechten für Kinder“ können alle mit der Korbmacherei Sell ihre handwerkliche Geschicklichkeit zeigen und bei „musiculum Mobil“ warten

Musikinstrumente zum Ausprobieren auf neugierige Kinder. „Wasser marsch!“ heißt es mit der Freiwilligen Feuerwehr Molfsee. Ein besonderes Erlebnis ist das historische „Fahrrad-Karussell“ von Rolf Dunger, das nur mit Muskelkraft in den Beinen angetrieben wird und zum ersten Mal im Freilichtmuseum zu Gast ist. Und wer vor Energie weiterhin strotzt, tobt sich auf der Stroh Hüpfburg richtig aus. Zwischen 11 und 16 Uhr gibt es dazu noch zwei sich jeweils zur vollen Stunde abwechselnde Events. Los geht es um 11 Uhr mit dem Kasperle Theater von Harry Hoppe, worauf das Showlaufen des 1. Kieler Roll- und Eissportvereins folgt. In der Zeit vor und nach dem Showlaufen können die Kinder bei der Rollschuhdisco mitmachen und sich Rollschuhe ausleihen. Um 13 und 15 Uhr gibt es dann wieder das Kasperle Theater, dazwischen um 14 Uhr und abschließend um 16 Uhr ist dann erneut das Showlaufen angesagt.

30. August, 10-17 Uhr · Freilichtmuseum Molfsee
Hamburger Landstr. 97, landesmuseen.sh/fmm

FESTE ANFANGSZEITEN STÜNDLICHE AKTIONEN

11 Uhr Kasperle Theater
12 Uhr Showlaufen Rollschuhdisco
13 Uhr Kasperle Theater

14 Uhr Showlaufen Rollschuhdisco
15 Uhr Kasperle Theater
16 Uhr Showlaufen Rollschuhdisco

Bei schlechtem Wetter kann es zu Programmänderungen kommen.
Weitere Informationen:
landesmuseen.sh/fmm

Kindertag

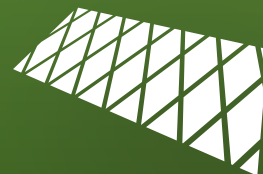
Freilichtmuseum
Molfsee



Highlight:
Karton-City

30.8.2026
10-17 Uhr

landesmuseen.sh/fmm



**Freilichtmuseum
Molfsee**

Landesmuseen SH

Sparkasse

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

PROVINZIAL

SH WIRD 80 ECHT ACHTZIG

*Am 23. August 1946 wurde Schleswig-Holstein gegründet.
2026 wird das Land zwischen den Meeren schon 80 Jahre alt.*

*Was macht den Norden eigentlich so lebenswert?
Das haben wir Ministerpräsident Daniel Günther gefragt.*

VON MIRJAM STEIN



Warum sind Sie stolz darauf, im nördlichsten Bundesland zu leben?

Es gibt ganz viele Gründe, stolz auf Schleswig-Holstein zu sein: Wir haben wunderschöne Natur, sind das Land zwischen zwei Meeren und haben einzigartige Landschaften mit weitem Blick. Bei uns im echten Norden sind Unternehmen angesiedelt, die echte Innovationstreiber sind, ob im Bereich der erneuerbaren Energien, der Medizintechnik, der maritimen Wirtschaft und der Verteidigungs- und Sicherheitsindustrie, oder der Landwirtschaft und im Tourismus. Der wichtigste Grund, stolz auf unser Land zu sein, sind aber die Menschen, die hier leben. Plietsch, bodenständig, weltoffen, ehrenamtlich hoch engagiert, empathisch und unaufgeregt. Kein Wunder, dass „typisch norddeutsch“ längst ein geflügeltes Wort ist.

Was macht Schleswig-Holsteins Geschichte besonders?

Schleswig-Holstein hat eine wechselvolle Geschichte. Unser Land zeigt, wie aus Gegensätzen Vertrauen wachsen kann, und wie gemeinsame Stärke entstehen kann, wenn man einander und auch die Unterschiede akzeptiert. Wir sind bundesweit Vorreiter im Minderheitenschutz und stolz auf die kulturelle Vielfalt, die unser Land prägt: Dänische Minderheit, friesische Volksgruppe und Sinti und Roma leben hier gleichberechtigt mit der Mehrheitsbevölkerung zusammen. In keinem anderen Bundesland gibt es diese besondere Konstellation aus zwei nationalen Minderheiten und einer Volksgruppe, die so selbstverständlich Teil des Lebens sind. Dieses Miteinander ist keine Selbstverständlichkeit. Es wurde über Jahrzehnte erarbeitet. Gerade weil Schleswig-Holstein die Spannungen und Entbehrungen früherer Konflikte kennt, hat das Land früh Konsequenzen gezogen: Seit 1990 sind Schutz und Förderung der Minderheiten und Volksgruppen in unserer Landesverfassung verankert. Und wir setzen uns weiterhin für den Schutz unserer Minderheiten ein. Denn unsere Vielfalt ist unsere Stärke.



Zum Auftakt der Sommertour wandert Günther durch Plön und die Holsteinische Schweiz.



Am 11. August endet die Sommertour an der Schlei und in den Hüttener Bergen.

Warum ist es, mit Blick auf die aktuellen Geschehnisse in der Welt, wichtig, diesen Geburtstag zu feiern?

Gerade in einer Zeit, in der weltweit wieder

Kriege toben, Grenzen in Frage gestellt und ethnische Zugehörigkeiten politisch instrumentalisiert werden, ist der Blick auf unsere eigene Geschichte von besonderer Bedeutung. Der 80. Geburtstag Schleswig-Holsteins erinnert an die Chance auf einen demokratischen Neuanfang, die uns nach dem Grauen des Zweiten Weltkriegs durch die Alliierten eröffnet wurde. Nach einer Zeit, in der Ausgrenzung, Nationalismus und territoriale Ansprüche unermessliches Leid verursacht hatten, war klar: Diese Geschichte darf sich nicht wiederholen. Menschen verband die Hoffnung auf Sicherheit, Freiheit und ein friedliches Zusammenleben. Mit der sogenannten Kieler Erklärung wurden die Rechte der dänischen und friesischen Minderheit bestätigt und das freie Bekenntnis zu einer nationalen Minderheit ausdrücklich garantiert. Dieser Geist – Freiheit, Gleichheit und Respekt – prägt unser Land bis heute. Gerade deshalb feiern wir diesen Geburtstag bewusst. Wir feiern 80 Jahre friedliches Miteinander, 80 Jahre demokratische Entwicklung und 80 Jahre gelebten

Minderheitenschutz. Wir zeigen, was unser Land stark macht, und senden damit ein klares Signal: Vielfalt, Rechtsstaatlichkeit und Zusammenhalt sind keine Selbstverständlichkeiten, sondern

Errungenschaften, die wir schützen und weiterentwickeln müssen.



Der wichtigste Grund, stolz auf unser Land zu sein, sind die Menschen, die hier leben. Plietsch, bodenständig, weltoffen, ehrenamtlich hoch engagiert, empathisch und unaufgeregt. Kein Wunder, dass „typisch norddeutsch“ längst ein geflügeltes Wort ist.

Ministerpräsident
Daniel Günther

es mir im 80. Jahr unseres Heimatlandes an. Schleswig-Holstein lebt vom Miteinander – und das können wir alle am besten erleben, wenn wir miteinander ins Gespräch kommen.

Welche Charaktereigenschaft schätzen Sie an den Schleswig-Holsteiner*innen?

Sie möchten unser Bundesland im August zu Fuß erkunden. Was wünschen Sie sich für Ihre Sommertour?

Ich freue mich sehr darauf, in unserer schönen schleswig-holsteinischen Natur unterwegs zu sein und viele neue Ecken zu entdecken. Am meisten freue ich mich aber darauf, mit den Menschen im Land ins Gespräch zu kommen. Auf dem Marktplatz zu schnacken, einen Kaffee im Vereinshaus zu trinken oder auf einen gemeinsamen Spaziergang, bei dem mir Menschen ihre Heimat und ihr ganz persönliches Schleswig-Holstein zeigen. Gemeinschaft zu erleben und neue Verbindungen zu knüpfen, darauf kommt

Die Menschen in Schleswig-Holstein sind bodenständig und tief in ihrer Heimat verwurzelt. Sie sind pragmatisch, haben einen gesunden Realitätssinn und vor allem: Man kann sich auf sie verlassen. Vielleicht bleiben wir deshalb auch vergleichsweise unaufgeregt, wenn uns mal ein unangenehmer Wind aus dem Süden entgegenweht.

Wo würden Sie gerne mal auf einer Bank sitzen und die Seele baumeln lassen?

Ich sitze am liebsten in Eckernförde auf einer Bank und schaue auf die Eckernförder Bucht. Meistens bleibt es aber nicht bei dem ruhigen Blick aufs Meer, weil ich in meinem Heimatort nicht lange anonym bleibe – dafür entwickelt sich dann immer ein netter Schnack. Genau das macht Schleswig-Holstein ja aus: die Nähe, die Offenheit, das unkomplizierte Miteinander. Im Urlaub kann ich aber eigentlich immer komplett abschalten und die Seele baumeln lassen. Dann zieht es meine Familie und mich nach Amrum oder im Sommer in die Berge.

Die wichtigste Frage zum Schluss: Welcher Belag kommt auf Ihr Fischbrötchen?

Da halte ich es ganz klassisch: Backfisch.

ECHT ACHTZIG: 80 KILOMETER FÜR 80 GEBURTSTAGE

Eine fünftägige Wanderung führt Ministerpräsident Daniel Günther über gut 80 Kilometer durch das Land. Am 3., am 4. und am 5. August sowie am 10. und 11. August legt Günther jeweils rund 17 Kilometer durch die sechs Naturparke des Landes zurück. www.schleswig-holstein.de/80-jahre-sh-wanderung

EIN UMZUG INS BLAUE ... ÄH, GRÜNE

VON MAYA SCHUKIES

Als feststand, dass Redakteurin Maya und ihr Partner die Stadt Kiel gegen das Dorfleben eintauschen würden, fiel die Reaktion aus dem Freundeskreis ungefähr so aus: „Ihr wollt WAS?!“ Verständlich, denn es ist doch eher ungewöhnlich, wenn man als (Vor-)Stadtkind mit Mitte zwanzig beschließt, in die sprichwörtliche Wallapampa zu ziehen.



Unsere Entscheidung für das Dorfleben reifte langsam und hatte mehrere Gründe. Wir wollten uns vergrößern: Nach drei Jahren fühlten sich 48 Quadratmeter schlicht zu klein an. Die Geräusche der Stadt wurden für uns von Tag zu Tag präsenter, die Parkplatzsituation war sowieso herausfordernd. Mein Freund, der ebenfalls drei Jahre lang fünfmal die Woche aus Kiel zur Arbeit pendeln musste, sagt rückblickend, er habe sicher ein halbes Jahr Lebenszeit damit verbracht, einen Parkplatz zu finden – kein Scherz! Na, und sowieso schien dieses Dorfleben ein ganz romantisches zu sein, zumindest wenn man den Beatrix-Potter-inspirierten Reels auf Instagram traut – Nebel über den Wiesen, jemand backt ein Brot in einer mintgrünen Landhausküche, Laufenten spazieren durch einen verwunschenen Blumengarten. Suchen Sie einfach mal in der App nach „Beatrix Potter“, dann wissen Sie, was ich meine. Demnach standen also alle Zeichen auf Grün für unseren Umzug. Zweifel gab es trotzdem: Was, wenn

es uns doch zu einsam wird? Was, wenn wir keinen Anschluss finden? Was, wenn unsere Freundschaften in Kiel darunter leiden? Zum Glück konnten wir uns bald von diesen Sorgen verabschieden.

ANKOMMEN UND ANSCHLUSS FINDEN

Zugegeben: Wir hatten im wahrsten Sinne des Wortes einen echten Heimvorteil. Unsere neue Wohnung ist Teil einer kleinen Hofgemeinschaft – zwei weitere Parteien plus unsere Vermieter*innen. Die haben zum Glück gar nicht lange gefackelt und uns direkt in die wichtigsten Nachbarschafts-WhatsApp-Gruppen geworfen und dort kurz vorgestellt. Und plötzlich wirkte das gemeinsame Weihnachtsbaumschmücken auf dem Dorfplatz mit der Nachbarschaft viel weniger einschüchternd. Wir wurden super

herzlich empfangen und wussten nach der ersten halben Stunde, wer zu wem gehört, wer wo wohnt und wer sich wo engagiert. Unsere Nachbar*innen von gegenüber (inzwischen enge Freund*innen) hatten diesen Kickstart nicht und sind kreativ geworden: An Silvester sind sie nach Rummelpott-Tradition durchs Dorf gezogen, haben an den Türen geklingelt, einen Spruch aufgesagt und den ein oder anderen Kurzen abgestaubt. So haben auch wir uns kennengelernt. Der Abend endete um vier Uhr morgens in ihrer Küche – wie sich das eben für den Start einer guten Geschichte gehört. Heute kochen und grillen wir regelmäßig zusammen, machen Ausflüge und gehen gemeinsam zum Sport. So kann man's halt auch machen! P. S.: Mittlerweile sind sie über die Connection zu uns natürlich auch in den elementaren WhatsApp-Gruppen gelandet. Am Ende findet sich eben alles. ▶

Das neue Zuhause im Grünen: Maya und ihr Partner tauschten 48 Quadratmeter Altbauwohnung gegen 100 Quadratmeter Wohnraum auf dem Dorf.



Mit der neuen Wohnung auf dem Land kam auch der erste eigene Garten dazu.



Die erste eigene Ernte: Radieschen, Frühkartoffeln und Himbeeren aus dem nahegelegenen Wald.

► DORFFESTE FEIERN, WIE SIE FALLEN

Topografisch wohnen wir jetzt im reinsten Bullerbü: Wald und Naturpark quasi vor der Haustür, ideal für eine kurze Feierabend-Radtour, einen Spaziergang oder sogar zum Pilzesammeln und Himbeerenpflücken. Pure Landidylle eben! Was uns bei all der Romantik aber komplett entgangen ist: Das Dorfleben ist zwar entschleunigter und ruhiger, aber definitiv nicht unspektakulär. Jedenfalls nicht, wenn man den Veranstaltungskalender ernst nimmt. Denn: Hier steppt regelmäßig der Bär: Maifeuer, Dorffest, Sportwoche – you name it. Ich muss aber gestehen: Bisher haben wir es nur auf eine von etlichen Dorffeten geschafft – Asche auf unsere städtischen Häupter. Dafür ist unsere Dorffeten-Bucket-List für 2026 verheißungsvoll: Eine 80er-Jahre-Motto-party und das alljährliche Dorffest in unserer Straße haben wir uns schon dick im Kalender markiert. Apropos: Ganz stilecht haben wir

bereits einen Discofox-Tanzkurs im Nachbarort absolviert, um dorffetenfest zu sein – und beim Maifeuer mit einer fulminanten Pur-Hitmix-/Wolfgang-Petry-Einlage gegläntzt (das hoffe ich zumindest). Generell sind wir hier aktiver, als wir es in der Stadt jemals waren. Klar gab's dort von allem viel: Kulinarik, Kultur, Sport, Shopping. Selbst der pickepackevollste Dorfkalender kann da nicht mithalten. Vielleicht ist dies aber genau das Geheimnis. Denn wie sagt man so schön: „Weniger ist mehr.“ Man informiert sich viel öfter über das, was im Dorf und in der Umgebung passiert, nimmt Vereinsangebote wirklich wahr und geht einfach hin.

EINE*R FÜR ALLE, ALLE FÜR EINE*N

Beeindruckend ist für mich auch der Zusammenhalt im Dorf. In den WhatsApp-Gruppen greift man sich selbstverständlich unter die Arme: „Wer hat Kinderschminke?“, „Kann mir jemand zwei Eier leihen?“, „Möchte

jemand Erdbeerpflanzen-Ableger?“ – und zack, steht jemand vor der Tür. Und wenn ausnahmsweise mal Weihnachten und Ostern auf einen Tag fallen und niemand aushelfen kann, gibt es einen Self-Service-Dorfladen: 24/7 geöffnet, mit allem Nötigen (und, ehrlich gesagt, noch deutlich mehr). Außerdem kommen die Menschen im Dorftreff zusammen, es gibt Sportgruppen, Aktionen, Netzwerke, die Freiwillige Feuerwehr, eine Dorfhilfe, um Unterstützung für hilfsbedürftige Menschen in herausfordernden Lebenssituationen zu leisten, und so viel mehr. Übrigens verfügt das Dorf sogar über eine eigene App sowie eine Bikesharing-Station.

ZWISCHEN STADT UND LAND: VON SEHNSUCHT UND ZUFRIEDENHEIT

Sicher, die Stadt hat uns viel gegeben: Spontantät, kurze Wege, Auswahl bis zur Überforderung. Und ja, manchmal erwische ich mich beim Vermissen. Ich mochte es, in unter zehn Minuten bei meiner besten Freundin auf der Matte zu stehen. Ich mochte es, mir praktisch an jeder Ecke einen Kaffee holen zu können, ich mochte die Nähe zum Meer, die vielen Restaurants und Bars ... Das fehlt mir gelegentlich. Tauschen möchte ich gerade trotzdem nicht. Denn das Landleben gibt uns Raum, Ruhe und neue Routinen, die richtig guttun. Der Kopf ist aufgeräumter, die Wohnung auch. Es ist schon ein Unterschied, ob sich der Krimskrams auf 48 oder 100 Quadratmetern verteilt. Am Ende hat sich Gott sei Dank auch gezeigt: Eine echte Freundschaft hält eine Distanz von 45 Kilometern locker aus. Mehr noch: Wir haben sogar neue, ganz wundervolle Freund*innen dazugewonnen. Aus unserem Umzug ins Blaue ist ein Zuhause im Grünen geworden. Und das fühlt sich gerade genau richtig an.

Immer was los auf dem Dorf – vom Maifeuer bis zur gemeinschaftlichen Fahrradtour.





Foto: Adobe Stock

Für Partymäuse und Aufgeschlossene

IN BESTER GESELLSCHAFT

Die Party um die Ecke ist eine gute Gelegenheit, um die Nachbarschaft kennenzulernen. Bei einem kühlen Bierchen lässt es sich gut über den aktuellen Tratsch klönen und vielleicht entstehen sogar erste Bekanntschaften. In vielen Dörfern sind zurzeit Straßenflohmärkte angesagt. Auf diesem Weg kann man nicht nur Dinge verhökern, sondern auch eine Runde durch den Ort schlendern und mit anderen Verkäufer*innen schnacken. Wer eine feste Anlaufstelle sucht, ist im Gemeindehaus richtig. Dort finden oftmals Kurse zu verschiedenen Themen statt – von Mutter-Kind-Kursen über Sportkurse bis hin zu Inklusionsprojekten. Schauen Sie mal auf der Website Ihrer Gemeinde.

Dort finden Sie alle Termine und Freizeitangebote.

Für Frauen in Notsituationen

MOBILE HILFE BEI GEWALT

Jede 4. Frau erlebt mindestens einmal im Leben physische oder sexuelle Gewalt. Beratungsstellen und Frauenhäuser befinden sich hauptsächlich in größeren Städten, sodass der ländliche Raum von Hilfsangeboten kaum profitiert. Unzureichende Anbindungen, lange Wegstrecken und Abhängigkeit vom Partner sowie Kontrolle verhindern, dass Frauen in größere Städte fahren können, um dort Hilfe zu suchen. Seit 2021 helfen die LAND-GRAZIEN Frauen und Kindern, die psychischer, physischer und ökonomischer Gewalt ausgesetzt sind. Das Beratungsmobil ist in ländlichen Regionen Schleswig-Holsteins unterwegs, sodass die Betroffenen sich diskret an die LAND-GRAZIEN wenden können. Gleichzeitig fördert die als Handwerkerauto getarnte Beratungsstelle Sicherheit und Privatsphäre. Mehr Infos unter www.land-grazien.de.



Foto: Adobe Stock



Foto: Almhof

ANZEIGE

LANDLUFT, GENUSS UND ABENTEUER

Ein Ausflugsziel, das Groß und Klein begeistert: Auf dem Erlebnisbauernhof freuen sich viele Tiere über Streicheleinheiten, die Strohbürg lädt zum Toben ein, und bei einer Treckertour können Sie die Gegend erkunden. Entspannen Sie sich danach im Hofcafé bei einer Tasse Kaffee mit hausgemachten Torten und Kuchen. Noch bis Oktober hat auch das Maislabyrinth geöffnet: Auf der Suche nach sechs Stempelstationen helfen Sie Kommissar Kolbe, das Geheimnis der verschwundenen Vogelscheuche zu lösen. Neu für Erwachsene: Das Outdoor-Escape-Game „Augen auf beim Eierkauf“ verbindet knifflige Rätsel mit Bauernhof-Charme. Hier ist Köpfchen gefragt.

Almhof • Almtweg 37, Appen
Tel.: 0176 / 23 43 35 46 • www.almhof.de



Foto: Adobe Stock

Für Engagierte

FREIWILLIG AM (BRAND-)HERD

Die Freiwillige Feuerwehr hilft nicht nur in Notsituationen, sondern ist ein wichtiger Bestandteil des Gemeindelebens. Die Mitglieder sind im Einsatz für die Sicherheit der Mitmenschen und leisten einen wertvollen Beitrag für das Zusammenleben im Dorf – ob bei Bränden, Unfällen, Unwettern oder technischen Hilfeleistungen. Neben den Einsätzen gehören regelmäßige Übungen, Aus- und Weiterbildungen sowie die Mitgestaltung von Veranstaltungen zum Vereinsleben. Auch Kinder können sich schon engagieren. Manche Feuerwehren haben auch eine Jugendfeuerwehr, in der sich die jungen Gemeindemitglieder einbringen können und feuerwehrtechnisches Wissen erlangen.



In zweieinhalb Räumen kann in diesem Wohnwagen geknobbelt und ermittelt werden.

Rätselhaftes VERSCHWINDEN

In einem Wohnwagen in Schönwohld können Sie sich in der Rolle von Dr. Watson auf die rätselhafte Suche nach Sherlock begeben. Und dabei hat Familie Basedow, die den Escape-Wohnwagen entwickelt hat, schon viele witzige Geschichten erlebt.

VON MIRJAM STEIN

Lebensart im Norden: Wie kamt ihr auf die Idee, eigene Escape-Räume zu entwickeln, und wie seid ihr in das Escape-Business gestartet?

Melanie Basedow: Wir haben bei uns im Dorf einen lebendigen Adventskalender. Im Dezember finden also Aktivitäten unterschiedlichster Art statt, und 2019 haben wir uns entschieden, einen Escape-Room in der Kapelle von Schönwohld aufzubauen. Wir haben drei Monate daran gearbeitet, um ihn an einem Wochenende durchzuführen. Während der Coronazeit mussten wir natürlich pausieren, aber danach haben wir noch zweimal die Kapelle genutzt. Das hat den Leuten so gut gefallen, dass sie vorgeschlagen haben, daraus ein Business zu machen. Und wir haben uns überlegt, wie wir

die Idee ohne viele Fixkosten umsetzen können.

Wie hat eure Nachbarschaft reagiert?

Melanie: Wir haben aus unserem Dorf sehr viele positive Rückmeldungen bekommen und wurden immer gefragt, wann der nächste Escape-Room stattfindet. Das hat sehr viel Freude bereitet und über Spendensammlungen ist einiges an Geld zusammengekommen. Das Dorf hat uns sehr viel Rückhalt gegeben, um die Idee weiterzuverfolgen.

Entwickelt ihr eure Escape-Rooms gemeinsam als Familie?

Keno Basedow: Ja, das ist schon ein Projekt, das wir mit der ganzen Familie machen: Melanie und unsere Tochter Mia leben ihre Kreativität

aus und überlegen sich die ganzen Rätsel und wie die Inneneinrichtung aussehen soll. Ich habe viel Freude daran, Elektronik-Rätsel zu basteln, die dann im Escape-Raum zum Einsatz kommen. Und unser Sohn Kimi kümmert sich viel um Werbung auf Instagram und Co. und ist in dem Bereich unser Ass.

Wie lief der Umbau?

Melanie: Unseren Wohnwagen haben wir online gebraucht gefunden. Leider war er nicht ganz regendicht, sodass wir ihn zuerst renovieren mussten. Insgesamt haben wir für den Umbau und die Renovierung ungefähr ein Jahr benötigt. Neben unserer normalen Berufstätigkeit haben wir am Nachmittag und an den Wochenenden am Wohnwagen gebaut. Wir waren viel

in Baumärkten, auf Flohmärkten und bei den Kleinanzeigen unterwegs, um das Material zusammenzusuchen. Im Dezember 2024 konnten wir den Escape-Room mit zweieinhalb Räumen in Betrieb nehmen. Man kann ihn gemütlich mit zwei bis fünf Personen spielen.

Wie habt ihr den Fall entwickelt?

Keno: Als Erstes hatten wir mit Sherlock Holmes die grobe Geschichte für einen Detektiv-Escape-Room. Sherlock Holmes ist der Klassiker, an den man beim Rätseln denkt. Und dann haben sich die Rätsel nach und nach ergeben und es entwickelte sich ein roter Faden, bis alles zu einer Gesamtgeschichte zusammenpasste. Teilweise haben wir bestehende Spiele in Rätsel umgewandelt, teilweise haben wir Retro-Charakter integriert, zum Beispiel mit einem Scheibentelefon.

Hattet ihr besonders lustige oder überraschende Erlebnisse mit Besucher*innen?

Keno: Wir hatten einen Besucher, der sofort in die Rolle von Sherlock gesprungen ist. Er hat sich alle Sachen angesehen, um so wie Sherlock auszusehen, und alle sollten ihn nur noch mit Sherlock ansprechen. Der ist voll in seiner Rolle aufgegangen. Dann hatten wir zwei Gäste, die noch nicht so

vertraut miteinander waren, und wir glauben, dass das wohl das erste Date war. Es gibt doch nichts Besseres, als sein erstes Date in einem Escape-Room zu verbringen.

Und es gibt teilweise das Phänomen, dass die Eltern den Kindern sagen wollen, worauf zu achten ist. Dabei sind die Kinder viel schneller und finden Dinge viel besser. Die Kinder sehen die Dinge mit anderen Augen und sind nicht zurückhaltend. Sie zerpfücken alle Gegenstände und finden alles, was es zu finden gibt.

Der Wohnwagen steht nicht nur in eurem Garten, sondern ihr besucht auch andere Locations. Wofür kann man den Wohnwagen noch nutzen?

Melanie: Den Escape-Room kann man entweder für einen halben oder für einen ganzen Tag buchen, für vier oder acht Durchgänge à 60 Minuten. Das wird für ganz unterschiedliche Events gebucht: Firmenfeiern, Hochzeiten, Stadtfeste oder Team-Building zum Beispiel.

Was begeistert euch am Rätseln?

Keno: Wir sind eine Familie, die gerne privat Pub-Quiz macht, Hitster spielt, und so weiter. Am Rätseln gefällt uns gut, dass man das gemeinsam macht und man viele Rätsel nicht alleine lösen kann, sondern nur, indem man gut zusammenarbeitet und kommuniziert.

Wenn Sherlock Holmes selbst euren Escape-Room besuchen würde – wie würde er sich fühlen?

Melanie: Also, Sherlock würde sich in unserem Escape-Room sehr wohlfühlen. Er würde es sich erst mal mit Dr. Watson gemütlich machen und eine schöne Tasse Tee vor dem Kamin trinken. Und dann hat er ja einen Fall um die Ohren, den es zu lösen gilt, sodass ihm bei uns auf alle Fälle nicht langweilig wird.

Auf eurem Grundstück steht schon ein zweiter Wohnwagen bereit. Wann öffnet sich dessen Tür?

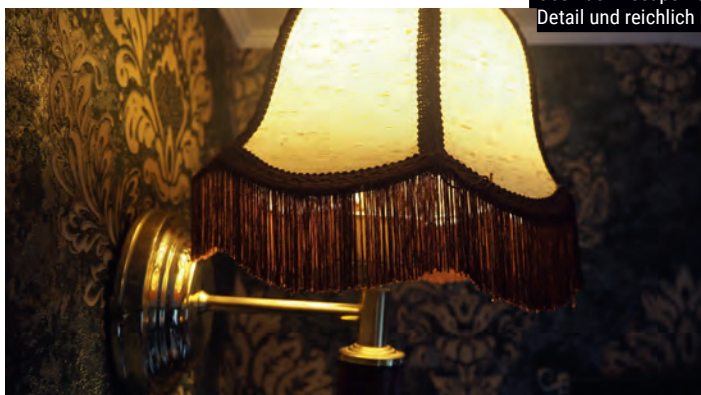
Keno: Der Escape-Room ist so weit hergerichtet, die Tapeten sind schon an der Wand und die ersten Rätsel sind auch fertig. Jetzt geht es darum, die restliche Inneneinrichtung fertigzustellen und noch weitere Rätsel zu bauen. Wir rechnen mit der Fertigstellung Ende des Jahres. Also können wir voraussichtlich Anfang nächsten Jahres die ersten Buchungen für den neuen Escape-Room-Wohnwagen entgegennehmen.

Wir werden auf jeden Fall dabei sein.

Mehr Informationen zu den Escape-Wohnwagen und die Buchung finden Sie unter www.derollt.de.



Melanie und Keno Basedow und ihre Kinder haben den Escape-Room mit viel Liebe zum Detail und reichlich Knobelspaß bestückt.



BIS(S) ZUR WILDBAHN-TAUGLICHKEIT

Ob Seeadler, Ringelnatter oder Wintergoldhähnchen – wenn Wildtiere Hilfe brauchen, landen sie oft auf dem Behandlungstisch von Dr. Sophie Budde. Die Tierärztin aus Bordelum hat sich auf Exoten spezialisiert und kümmert sich mit großem Engagement auch ehrenamtlich um verletzte Wildtiere.

VON MIRJAM STEIN

Die Wildtiere kommen in einer eigenen Quarantänestation unter, damit sie nicht neben einem Papageien sitzen müssen.

Wussten Sie eigentlich, dass Eiderentenmännchen ordentlich beißen und kratzen können? Dr. Sophie Budde hat diese schmerzliche Erfahrung schon einige Male gemacht. Das hält die Exotentierärztin aber nicht davon ab, 50 bis 100 Wildtiere im Monat medizinisch zu behandeln. In dem kleinen Örtchen Bordelum bei Bredstedt hat Sophie vor sieben Jahren ihre eigene Praxis eröffnet und inzwischen ist sie eine wichtige Ansprechpartnerin für Exoten in Schleswig-Holstein. Teilweise kommen ihre Patienten auch aus Hamburg und Dänemark. Um die zahlreichen kranken und verletzten Wildtiere kümmert sie sich zusätzlich zum Praxisalltag ehrenamtlich, finanziert durch Spenden.

EINE SCHLANGE IN DER KITA

Angefangen hat ihre Begeisterung bereits im Kindergartenalter. Nachdem ein Mann mit einer Boa zu Besuch war, wollte sie unbedingt Schlangenärztin oder -forscherin werden. Während der Schulzeit absolvierte sie ein Praktikum bei einer Schlangenfarm und merkte im anschließenden Veterinärstudium schnell,

dass sie sich auf Reptilien spezialisieren möchte. Auch Vögel, die den Reptilien anatomisch sehr ähneln, interessierten sie im Studium besonders. So ergab sich die ungewöhnliche Spezialisierung ihrer Praxis auf den gesamten tierischen Komplex, bevor die Evolution der Säugetiere begann. Kurz gesagt: Sie behandelt alle Tiere, die kein Fell haben: Ringelnattern, Frösche, Vögel etc.

HERAUSFORDERUNG EXOT

Aus medizinischer Sicht findet sie die Exoten spannender, weil sie noch weniger Symptome zeigen als Säugetiere und vieles unerforscht ist. Dadurch muss man oftmals ausprobieren, was funktioniert. „Man versucht zum Beispiel, sich an der Kleintier- oder auch Humanmedizin entlangzuhangeln und überlegt sich, welche Behandlung bei einem Vogel oder Reptil sinnvoll sein könnte. Nicht zu allen Problemen findet man Beispiele in der Literatur.“

Die medizinische Behandlung der Wildtiere sieht sie schlicht als ihre moralische Verpflichtung, weil sie das Know-how hat. „Es ist so

ein Glücksgefühl, wenn man ein geschwächtes Tier aufpäppelt oder erfolgreich operiert, sodass es wieder wildbahntauglich wird und man es in die Freiheit entlassen kann“, erzählt die aufgeschlossene Frau begeistert. Auch Stadtauben respektiere und behandle sie so wie Tiere, die eine*n Besitzer*in haben. „Auch wenn es für meinen Geldbeutel nicht das Beste ist“, ergänzt sie lachend.

Der kleine Krabbentaucher war ein echter Herzensbrecher. Leider war er schon zu geschwächt.





Auch kleine Patienten werden in der Praxis in Bordelum medizinisch versorgt.



In der Voliere können Patienten gesund werden und wieder Kraft tanken.



Dr. Sophie Budde und Tierärztin Sabrina Erdmann versorgen die Wildtiere mit viel Engagement.

BESONDERE GÄSTE DER PRAXIS

In der Praxis an der Westküste waren schon beeindruckende Tiere zu Gast. Der größte Patient sei ein Seeadler gewesen. Drei bis fünf Fälle kommen pro Jahr zu ihr, weil sie Opfer von Windkraftanlagen werden. Die großen Vögel fliegen sehr langsam und genau auf der Höhe der rotierenden Blätter. In Erinnerung blieben ihr fast alle Fälle, aber einer hat sie besonders beschäftigt. Dieser Seeadler hatte einen gebrochenen Flügel, aber schien auf den ersten Blick erfolgsversprechend, sodass sie sich für eine OP entschied, um den Flügel mit Metallpins wiederherzustellen. Als der Vogel allerdings narkotisiert war, stellte sich heraus, dass der Bruch an einer kleinen, von außen nicht sichtbaren Stelle offen war und in der Tiefe bereits Maden das Gewebe zersetzen. Wegen dieser Infektion musste sie die schwere Entscheidung treffen, ihn gehen zu lassen. Ein anderer, emotionaler Fall ist ihr ebenfalls sehr nahgegangen. Im vergangenen Jahr ist ein Krabbentaucher bei Bordelum angespült worden. Diese niedlichen Vögel sehen aus wie Pin-

guine und leben eigentlich im nordatlantischen Eismeer. Im Winter ziehen sie in Richtung Island, Großbritannien und Skandinavien. Der schwarz-weiße Vogel wurde nach einem großen Sturm angespült und war bereits stark abgemagert, weil er vermutlich über Tage hinweg versucht hatte, wieder auf Kurs zu kommen. Er wog nur noch 80 Gramm und ist trotz schneller Behandlung nach zwei Stunden verstorben. Es gibt aber auch Fälle mit einem guten Ende. Der leichteste Patient war ein Wintergoldhähnchen, der kleinste in Deutschland lebende Vogel. Der fünf Gramm leichte Vogel ist gegen eine Scheibe geflogen und war aufgeplustert. Mit Schmerzmitteln und einigen Stunden Ruhe konnte er wieder in die Freiheit entlassen werden.

AUSWILDERN IM EIGENEN GARTEN

Ursprünglich kommt die Tierärztin aus Stendal in Sachsen-Anhalt. Ein Roadtrip entlang Deutschlands Küsten führte sie an die Nordsee: „Ich fand es hier in Nordfriesland so schön und die Leute sind so nett, weil jeder per Du ist. Und

da habe ich mir gesagt: Hier bleibe ich.“ Das Landleben hat für die Exoten- und Wildtierärztin enorme Vorteile. In ihrem großen Garten kann sie mit Wildvögeln besser agieren und sie direkt vor Ort wieder freilassen. Außerdem wollte sie schon immer auf einem Bauernhof leben und hat jetzt einen Gnadenhof mit Hühnern und Gänsen, Katzen, Hunden, Papageien aus dem Tierschutz, Waschbären und vielen mehr. Auf einer Koppel hinter dem Haus möchte sie bald eine noch schönere Umgebung schaffen zum Auswildern. Ihre Arbeit für die Wildtiere finanziert sie über Spenden von den Menschen, die die Wildtiere vorbeibringen. Damit sie zukünftig auch Spendenbescheinigungen ausstellen kann, ist sie dabei, einen Verein zu gründen. Im Gegensatz zu klassischen Wildtierhilfen kümmert sie sich aber nur um die medizinische Versorgung der Tiere. Um sie im Anschluss päppeln zu lassen, arbeitet sie mit vielen Wildtierhilfen im Umkreis zusammen, die ihr wiederum Patienten zur Behandlung vorbeibringen. Damit die Zusammenarbeit funktioniert, ist viel Vernetzungsarbeit notwendig, um beispielsweise über das Wildtiertaxi eine Fahrkette zu organisieren.

WAS KANN MAN TUN, UM WILDTIEREN ZU HELFEN?

Wenn man zum Beispiel einen Vogel gefunden hat, kann man diesen in einen Karton mit Löchern setzen und an einen kühlen und luftigen Ort stellen. Wichtig ist, Ruhe zu bewahren. Gerne Futter und Wasser anbieten, aber nichts einflößen, denn die Wildtierfütterung kann schnell falsch sein. Unter www.wildvogelhilfe.org kann man herausfinden, um welches Tier es sich handelt und wie man ihm helfen kann. Wenn sich der Vogel berappelt, kann man ihn in die Freiheit entlassen. Wenn nicht, kann man sich Hilfe bei Wildtiervereinen oder Tierärzten für eine erste Einschätzung holen.

Bye bye, Alltag!

*Egal, wohin wir uns drehen: Überall verstecken sich Sehnsuchtsorte,
die entdeckt werden wollen. Also, ab auf die Reise!*





Der Uebler i21 Z überzeugt mit geringem Eigengewicht, komfortabler Handhabung und durchdachten Details.

UEBLER i21 Z

Leichtigkeit, die begeistert

Komfort beginnt nicht erst auf dem Radweg: Der Uebler i21 Z macht bereits den Fahrradtransport angenehm leicht.

Wer mit hochwertigen Fahrrädern oder E-Bikes unterwegs ist, weiß: Schon der Transport sollte komfortabel, sicher und unkompliziert sein. Genau hier setzt der Uebler i21 Z neue Maßstäbe – mit einer Kombination aus außergewöhnlicher Leichtigkeit, durchdachtem Handling und deutscher Ingenieurskunst.

STARK IM ALLTAG, LEICHT IM HANDLING

Bereits beim ersten Anheben wird deutlich, warum der Kupplungsträger so viele Fahrradliebhaber begeistert. Dank seines besonders geringen Eigengewichts lässt sich der Träger angenehm tragen, montieren und verstauen – ein echter Vorteil im Alltag und auf Reisen. Kein schweres Hantieren, keine komplizierte Montage: Mit wenigen Handgriffen sitzt der Träger sicher auf der Anhängerkupplung und ist bereit für den nächsten Ausflug. Gerade Besitzer*innen moderner E-Bikes pro-

fitieren von der hohen Stabilität und Tragkraft des Systems. Ob spontane Wochenendtour, Fahrradurlaub oder der tägliche Einsatz – wertvolle Räder werden zuverlässig und sicher transportiert. Dabei überzeugt der Träger nicht nur funktional, sondern auch optisch: kompakt, hochwertig verarbeitet und angenehm zurückhaltend im Design.



LANGLEBIGE QUALITÄT

Gefertigt in Deutschland steht der Uebler i21 Z für Qualität, Präzision und Langlebigkeit. Viele

Details zeigen, dass hier echte Praxiserfahrung eingeflossen ist – vom cleveren Faltmechanismus bis hin zur intuitiven Bedienung. Für Menschen, die Freiheit, Bewegung und Qualität schätzen, wird der Fahrradtransport damit fast so angenehm wie die Fahrt selbst.

Wer heute mit hochwertigen Fahrrädern oder modernen E-Bikes unterwegs ist, stellt auch beim Transport hohe Ansprüche. Genau dafür wurde der Uebler i21 Z entwickelt: ein Fahrradträger, der Funktionalität, Komfort und geringes Gewicht auf besonders elegante Weise verbindet. Das Team der Fahrradbörse in Elmsborn setzt dabei auf ein Modell, das den Alltag spürbar erleichtert – vom ersten Handgriff bis zur Ankunft am Ziel.

Die Fahrradbörse, Langeloh 65, Elmsborn
Tel.: 04121 / 764 63
www.die-fahrradbörse.de



ANZEIGE



Erholung im Grünen

Ruhige Lage, viel Komfort und die Ostsee ganz nah: Die Ferienwohnung Schmidt in Waabs lädt zu entspannten Urlaubstagen ein.

Wer in der Nähe der Eckernförder Bucht Ruhe und Natur sucht, ist in der Ferienwohnung Schmidt in Waabs genau richtig. Die liebevoll eingerichtete Unterkunft liegt idyllisch in einer kleinen Sackgasse und bietet von der eigenen Terrasse einen freien Blick ins Grüne. Zwei Schlafzimmer, eine voll ausgestattete Küche und ein großzügiges Badezimmer mit einer extragroßen Badewanne sorgen dafür, dass sich Paare, kleine Familien oder Freunde rundum

wohl fühlen. Auch kleine Gäste kommen auf dem hauseigenen Spielplatz auf ihre Kosten. Der Strand ist mit dem Fahrrad in etwa 15 Minuten erreichbar, Einkaufsmöglichkeiten liegen ebenfalls nur wenige Minuten entfernt. Wer Lust auf einen Stadtbummel hat, erreicht Eckernförde in rund 20 Autominuten. Die Gastgeberfamilie legt großen Wert darauf, ihren Gästen eine entspannte Auszeit zu ermöglichen und steht bei Fragen oder Wünschen jederzeit gern mit



Rat und Tat zur Seite. Mehr Infos bei Familie Schmidt unter Tel.: 0170 / 4991787 oder über den QR-Code auf booking.com.

Fotos: Ferienwohnung Schmidt

REISERING

HAMBURG

Mit dem Bus auf Erlebnistour...

Maximal 30 Gäste • Einzelplatzgarantie für Alleinreisende

8 Tage Donaumetropole Wien	16.08.-23.08.	€ 1.578,-
4 Tage Kurztrip Stettin	20.08.-23.08.	€ 672,-
6 Tage Elsass & Vogesen	26.08.-31.08.	€ 1.113,-
5 Tage Ostseebad Damp	30.08.-03.09.	€ 1.059,-
10 Tage Waldmichelbach im Odenwald	01.09.-10.09.	€ 1.431,-
10 Tage Molveno-See (Italien)	04.09.-13.09.	€ 1.815,-
7 Tage „Stadt der Liebe“ - Paris	06.09.-12.09.	ÜF € 1.356,-
16 Tage Rundreise Südtirol im 5*-Bus	16.09.-02.10.	€ 2.860,-
10 Tage Berge und mehr erleben: Maria Alm	24.09.-03.10.	€ 1.939,-
8 Tage Flusskreuzfahrt Erlebnis Donau	23.10.-30.01. VF ab	€ 2.494,-

Alle Preise p. P. im DZ inkl. Halbpension, Taxiserie, Ausflugsprogramm.

„Einfach mal raus“ Tagesfahrten ab Hamburg-ZOB & Bergedorf Busanlage

05.08. & 17.09.	Niendorf & Wakenitz-Schiffahrt inkl. Mittagessen	€ 104,50
11.08. & 04.09.	Seebrücken-Panorama an der Ostsee inkl. Mittagessen	€ 100,50
22.08.	Karl-May-Festspiele am Segeberger Kalkberg	€ 76,50

Busreisen mit Rollator ab Hamburg-ZOB, Bergedorf Bf. & Ahrensburg Bf.

Alle Reisen mit maximal 25 Gästen, Einzelplatzgarantie und 2 Reisebegleitungen. Außerdem verfügt der Bus über eine Hebebühne, falls die Treppen im Bus zu steil sind...

27.09.-30.09.	Ostseebad Grömitz inkl. Taxiserie, Halbpension & Ausflüge	€ 932,00
04.10.-06.10.	Büsum & Meer... inkl. Taxiserie, Halbpension & Ausflüge	€ 938,00
19.10.	Tagesfahrt Kranich-Einflug im Bauernmoor inkl. Mittagessen	€ 112,00

Reisering Hamburg RRH GmbH • Adenauerallee 78 • 20097 Hamburg
 040 - 280 39 11 (HH-ZOB) oder 040 - 721 32 00 (Bergedorf)
 www.reisering-hamburg.de und in jedem guten Reisebüro

SPÄTSOMMERFREUDEN



Der Spätsommer ist die ideale Zeit, mit dem **Reisering Hamburg** Natur und Kultur von ihrer schönsten Seite zu erleben. Dabei verbinden Busreisen Komfort, Nachhaltigkeit und gesellige Reiseerlebnisse. Ein besonderer Tipp: die Städtereise nach Paris. Im September sind die Temperaturen besonders angenehm, und die Metropole lässt sich wunderbar auf eigene Faust erkunden. Optional ergänzt ein Ausflugspaket mit Stadtrundfahrt, Lichterfahrt auf der Seine sowie Besuchen von Versailles, Barbizon und Monets Garten das Programm. Übernachtet wird im zentral gelegenen 3*-Hotel Touring (6.-12.9., ab 1.356 Euro p. P. im DZ/ÜF). Ebenfalls reizvoll ist die zehntägige Reise an den Molvenosee im Trentino. Das direkt am Wasser gelegene 3*-Grand Hotel Molveno lädt zum Entspannen ein. Ausflüge an den Gardasee, nach Trient und eine Dolomiten-Rundfahrt runden das Reiseerlebnis ab (4.-13.9., ab 1.815 Euro p. P. im DZ/HP). Mehr Infos beim Reisering Hamburg in der Konrad-Adenauer-Allee 78 in Hamburg, unter Tel.: 040 / 280 39 11 oder auf www.reisering-hamburg.de.

Foto: Adobe Stock



11^{60*}
€

von **mehr erleben**

nach **Meer erleben**



Mal zusammen zum Strand, mal ein Ausflug in die Region: mit dem Schleswig-Holstein-Ticket.

bahn.de/sht

* 34 Euro für die erste reisende Person + 6 Euro je mitfahrende Person (max. 4 Mitfahrende). Montags bis freitags ab 9 Uhr bis 3 Uhr des Folgetages; samstags, sonntags und an Feiertagen schon ab 0 Uhr.



Wedel aus der Vogelperspektive. Sehr gut zu sehen ist der neue Hafen. Hier, vor den Toren Hamburgs, lässt es sich gut leben.

Wedel – immer einen Besuch wert

*Maritimes, Shopping-Spaß und der Zauber der vorbeiziehenden Ozeanriesen –
Wedel, das Tor zur Elbe, ist immer einen Ausflug wert.*

Vor den Toren der Hansestadt Hamburg liegt das Städtchen Wedel – ein Ort, der die Balance zwischen idyllischer Gelassenheit, eleganter Lebensart und faszinierender Weltoffenheit findet. Wedel ist ein Kleinod für Naturverliebte und Ästhet*innen, andererseits ist hier aber auch ordentlich was los.

DAS TOR ZUR WELT

Ein Besuch in Wedel beginnt eigentlich immer dort, wo der Fluss seine imposanteste Bühne findet: am Willkomm-Höft. An der weltberühmten Schiffsbegrüßungsanlage im

Schulauer Fährhaus wird Seefahrtstradition zelebriert: Wenn ein Containerschiff-Riese oder ein eleganter Luxusliner elbeinwärts steuert, ertönt die Nationalhymne seines Heimatlandes, während mit der Hamburger oder Bundes-Flagge begrüßt wird – immer wieder ein Gänsehaut-Moment. Die Begrüßungs-Kapitäne informieren die Gäste auf der Uferpromenade mit norddeutschem Humor über Tiefgang, Ladung und Zielhafen der Schiffsgiganten, und bei einem Bierchen oder einem Glas Weißwein lässt sich das Treiben auf einer der geschäftigsten Wasserstraßen der Welt wunderbar beobachten.

SEGELROMANTIK UND KULTURSCHÄTZE

Nur wenige Gehminuten entfernt öffnet sich der Hamburger Yachthafen – der größte Tidehafen für Sportboote in ganz Nordeuropa. Rund 2.000 Segel- und Motorboote wiegen sich hier sanft im Takt der Wellen. Ein Spaziergang entlang der Molen fühlt sich an wie ein Kurzurlaub mit einem Hauch von Seefahrerromantik.

KULTURELLES UND KUNST

Doch Wedel kann nicht nur maritim, sondern begeistert auch als kultureller Ort. Das



Theaterschiff „Batavia“, ein über 100 Jahre altes, historisches Kanonenboot, liegt vertäut in einem idyllischen Nebenarm und dient als eine der charmantesten Kulturbühnen des Nordens. Ob intimes Theater, stimmungsvolle Konzerte oder Kleinkunst – an Bord sprüht es nur so vor Kreativität.

Seit über 500 Jahren steht die Roland-Statue als Zeichen der Marktgerechtigkeit auf dem Marktplatz. Rund um den Roland findet das Markttreiben in Wedel statt.



Kunstliebhaber*innen zieht es zudem ins Geburtshaus von Ernst Barlach. Das Museum vermittelt einen tiefen Eindruck ins Schaffen des berühmten expressionistischen Bildhauers und Zeichners, dessen Werke eine unverwechselbare melancholische Schönheit ausstrahlen.

BOUTIQUEN, WOCHENMÄRKTE UND FLANIERGENUSS

Wer nach all der frischen Elbluft Lust auf Entdeckungen im urbanen Raum bekommt, schlendert in die Innenstadt. Die Fußgänger-

zone der Bahnhofstraße bildet das Herz des Wedeler Shopping-Erlebnisses. Hier gibt es noch kleinstädtisches Flair mit individuellem Charme. Feine inhabergeführte Modeboutiquen, kleine Buchhandlungen und geschmackvolle Geschäfte laden zum Bummeln ein. Zwischendurch locken gemütliche Cafés und Bäckereien mit Kaffee und norddeutschen Franzbrötchen. Besonders lebendig zeigt sich Wedel an den Markttagen: Auf dem Wochenmarkt am historischen Roland finden Genießer*innen frischen Elbfisch, regionalen Käse und blühende Pflanzen aus der Marsch.

Der Yachthafen ist der größte Tidehafen für Sportboote in ganz Nordeuropa



EVOKART erobert Wedel

Highspeed trifft High-Tec

EVOKART – das bedeutet Spaß für Jung und Alt auf zwei Ebenen: Pure High-speed-Action, SimRacing, Clash und innovative Team-Games – neu in Wedel!

Nach langjährigem Erfolg in Kiel setzt EVO-KART mit dem brandneuen Standort in Wedel völlig neue Maßstäbe für Motorsport-Fans und Event-Hungrige im Norden. Als die modernste Indoor-Kartbahn im Raum Hamburg, Niedersachsen und Schleswig-Holstein vereint die Anlage professionellen Rennsport mit emissionsfreier Zukunftstechnologie.

RENNSTRECKE ÜBER ZWEI EBENEN

Die spektakuläre Rennstrecke über zwei Ebenen ist das absolute Highlight. Hier erleben Fahrer*innen ab einer Körpergröße von 135 cm echten Nervenkitzel – und das absolut umweltfreundlich, denn dank leistungsstarker Elektro-Karts gehören Abgase, beißender Geruch und exzessiver Lärm der Vergangenheit an. Stattdessen punktet EVOKART mit unmittelbarer Beschleunigung, maximaler Sicherheit

und verstellbaren Geschwindigkeitsstufen: Vom Einsteiger bis zum Profi findet jeder sein perfektes Setup. Wer eine Pause braucht, nimmt auf der 600 qm großen Gastro-Tribüne Platz und genießt bei Essen und Drinks den besten Blick auf die Strecke.

EVO LIGHTJUMPER UND SIMRACING

Doch EVOKART ist weit mehr als eine Kartbahn! Im SimRacing tauchen die Besucher*innen in virtuelle Rennwelten ein. Mit dem EVO LightJumper wartet ein interaktiver LED-Boden, bei dem das berühmte Spielprinzip „Der Boden ist Lava“ Disziplin, schnelle Reaktionen und Koordination fordert. Ein weiteres Gruppen-Highlight ist EVO Clash: In verschiedenen Event-Räumen treten die Teilnehmer*innen in Minispielen rund um Wissen, Geschicklichkeit und Tempo gegeneinander an.



VON KIDS-GEBURTSTAG BIS TEAMEVENT

Ob Kindergeburtstag, Junggesellenabschied, private Feier oder Team-Event: EVOKART bietet sich für alle Gruppen an und hat zudem voll ausgestattete Meeting- und Eventräume inklusive Catering für Tagungen und Schulungen.



EVOKART, Industriestraße 21, 22880 Wedel
Tel.: 04103 / 92 83 760

Foto: EVOKART

IMMER WAS LOS IN WEDEL

Wedel ist kulturell gut aufgestellt. Vielleicht ist etwas für Sie dabei?

25 JAHRE PLANETENLEHRPFAD

2026 feiert der Planetenlehrpfad in Wedel sein 25-jähriges Bestehen. Physiker und Hobby-astronom Dr. Stephan Bakan lädt am 12. August, 18 Uhr, zur Wanderung ein. Es geht um die Themen Sonnenfinsternis und Perseiden. Am 12. September, 10 Uhr, findet eine Wanderung zu den Themen Mars und Saturn statt, und am 13. September, 14 Uhr, geht es auf Rad-tour mit den Themen Saturn und Uranus. Infos: www.wedel.de/tourismus-freizeit

BATAVIA FEST 2026

Das Batavia Fest 2026 findet am Samstag, 29., und Sonntag, 30. August statt. Am Samstag locken Musik, Kabarett und Theater, und am Sonntag gibt es Flohmarkt, Jazzfrühschoppen und Kindertheater. Für das leibliche Wohl wird gesorgt. www.batavia-wedel.de/batavia-fest-2026

DIE VILLA MIT SOMMERFEST 2026

Mit Musik, Speis' und Trank feiert DIE VILLA am 28. und 29. August Sommerfest. Am Freitag-abend machen vier Bands Musik; die Türen öf-fnen sich um 19 Uhr. Am Samstag unterhalten ab 15 Uhr 3 Ananas und Ne Mango aus Hamburg, Gebrüder Manns aus Berlin, Lies! aus Gronin-gen (NL) und EMILS aus Hamburg – alles im Garten. www.die-villa-wedel.jimdofree.com

JOYS OF TRAVEL – BRITISCHER HUMOR

Der Rotary Club Wedel präsentiert im Reep-schlägerhaus zugunsten von „WeKi – Wedel für Kinder“ zum Weltkindertag am 20. September 2006 um 17 Uhr britischen Humor mit Mark Lyndon. Why do we travel? If a change is as good as a rest – why do so many Germans come back from holiday 'total kaputt'? Fragen wie



diese versucht Mark Lyndon zu beantworten – im englisch-deutschen Sprachmix und mit tro-ckenem britischem Humor. veranstaltungen@reepschlaegerhaus.de

Fotos: Adobe Stock

Kultur-Hotspot des Sommers: Wedeler Musiktage



Vom 4. September bis zum 3. Oktober 2026 lockt Wedel mit einem ganz besonderen Musikevent: Die Wedeler Musiktage bringen bekannte Musiker*innen und ihr Können direkt an die Elbe. Neun Konzerte winken!

Zu den Highlights des Programms zählt das Quartett Salut Salon, das mit seinem aktuellen Programm „Heimat“ klassische Virtuosität mit Witz, Tempo und Akrobatik zu einer spektakulären Show verbindet. Ebenfalls ein Publikumsmagnet: Die beliebte Schauspielerin Claudia Michelsen, die im intimen Rahmen des Theaters Wedel mit „Plädoyer einer Frau“ literarische Schärfe von Erich Kästner auf feinsinnige Gitarrenklänge treffen lässt.

GOLDBERG-VARIATIONEN LIVE!

Für Kenner und Liebhaber hält das Festival zudem echte Perlen bereit: Mit den Goldberg-Variationen von J. S. Bach – interpretiert von der preisgekrönten Pianistin Fatjona Maliqi – steht ein Werk auf dem Programm, das live nur äußerst selten in dieser Dichte zu erleben ist. Ein weiteres internationales Ausrufungszeichen setzt der Kammerchor Stuttgart. Ein Auftritt dieses Ensembles der Weltklasse in Norddeutschland ist an sich schon eine Seltenheit – mit einem reinen A-cappella-Programm ist er eine absolute Ausnahme und bildet den krönenden Festival-Abschluss.

KONZERT IM YACHTHAFEN

Was die Wedeler Musiktage jedoch so einmalig macht, ist das Spiel mit dem Ort. Hier verschmelzen Klang und Kulisse: Ob mitreißender Pop-Auftakt mitten im Hamburger Yachthafen zwischen Booten und Seeluft, besinnlich-intensiven Töne in den beiden Friedhofskapellen oder Schauspielkunst im Theater Wedel – die Konzerte erobern Räume, die man selten mit klassischer Musik verbindet und punkten mit erstklassigen Darbietungen. Ein Festival voller Nähe, Atmosphäre und hochkarätigem Genuss.

ERÖFFNUNG MIT „WEDEL SINGT“

Den Anfang macht das Eröffnungskonzert am Freitag, 4. September, um 19 Uhr im Hamburger Yachthafen, Halle 2. Wedel singt! Rock, Pop, Soul – und alle singen mit! Unter der Leitung von Sören Schröder an seinem Stage Piano startet Wedel in vier schöne Wochen voller Musik! Seien Sie dabei! Mehr zum Programm unter www.wedeler-musiktage.de

**WEDELER
MUSIKTAGE**

Hochkarätige Musik.
Außergewöhnliche Orte.
Hautnah erleben.

04. SEPTEMBER
BIS 03. OKTOBER **2026**

Programmübersicht:

Eröffnungskonzert der
Wedeler Musiktage 2026
Wedel singt

Solorecital
Bachs Goldberg-Variationen

Plädoyer einer Frau
Claudia Michelsen

heimat
Salut Salon

Mitmach-Lieder für Klein und Groß
Matt & Basti

Walden
FJARILL

Haydn · Beethoven · Brahms
Elster Trio

Die verflixte Klassik
Felix Reuter

Abschlusskonzert
der Wedeler Musiktage 2026
Kammerchor Stuttgart

**JETZT
TICKETS
SICHERN!**



www.wedeler-musiktage.de

Second-Chance-Glück bei Lilith & Lieblinge

Ein Hauch von Skandinavien, eine Prise

Vintage-Liebe und ganz viel Herzblut für Mode – das ist Lilith & Lieblinge in Wedel.



Lilith
und Lieblinge

Second Chance Boutique

Mühlenstraße 38 • 22880 Wedel
Di-Fr. 10-18 Uhr • Sa. 10-15 Uhr

Warenannahme nach persönlicher oder telefonischer Absprache: 04103-1210883



Lilith & Lieblinge ist nicht nur günstig, sondern auch topmodern unterwegs – ein Stöber-Highlight für alle Fashion-Fans.

Seit September 2017 ist Stefanie Michael Inhaberin ihres Traumladens. Selbst die Corona-Krise konnte sie nicht stoppen – mit kreativen Schaufenster-Ideen und Social-Media-Power manövrierte sie ihr Geschäft erfolgreich durch die Pandemie.

NACHHALTIG UND BUDGETFREUNDLICH

Heute ist der 95 Quadratmeter große Store im Scandi-Chic ein echter Wohlfühlort. Und topmodern! Ein absolutes Highlight für alle Fashion-Fans ist das kuratierte Second-Chance-Konzept: Nachhaltig, budgetfreundlich und perfekt, um einzigartige Schätze zu ergattern.

SPASS AM STÖBERN?

„Ich liebe meinen Job total“, sagt Stefanie Michael und man spürt, dass sie diese Wahrheit lebt. Ihr persönlicher Glücksmoment ist, wenn Kundinnen ein Teil anprobieren, das sie selbst nie ausgesucht hätten – und es plötzlich zum neuen Lieblingsstück wird.

Sie haben Lust auf eine kleine Stöber-Auszeit? Stefanie Michael freut sich auf Besucherinnen, die Spaß an frischer Mode haben!

Foto: Lilith & Lieblinge

BFS & FH WEDEL ZWEI WEGE – EIN CAMPUS

Nicht jeder Weg in die IT-Branche beginnt mit einem Studium.

In Wedel treffen sich zwei Bildungswege an einem Ort – die Berufsfachschule (BFS) Wedel und die Fachhochschule (FH) Wedel.

Die beiden Einrichtungen sind eigenständig, aber aus derselben Vorgängerinstitution, der PTL Wedel, hervorgegangen: Sie teilen sich bis heute Campus, Hörsäle, Labore und Werkstätten. An der Berufsfachschule führt die Ausbildung zur Informationstechnischen Assistenz in zweieinhalb Jahren zu einem staatlich anerkannten Berufsabschluss – mit Schwerpunkt Softwareentwicklung, Wirtschaftsinformatik oder Medieninformatik. Wer möchte, erwirbt parallel die Fachhochschulreife.

VOLLQUALIFIZIERTE AUSBILDUNG

Für viele ist das genau der richtige Zwischenschritt: eine vollqualifizierte Ausbildung im

Rahmen einer Schule, mit festen Ansprechpartner*innen und klarer Struktur – bevor der Sprung in die betriebliche Eigenverantwortung ansteht. Wer danach an die Fachhochschule Wedel wechseln möchte, kann Ausbildungsinhalte aufs Studium anrechnen lassen. Der Übergang ist also nicht nur möglich, sondern angelegt.

GUTER RUF IN DER IT-BRANCHE

Auf dem 20.000 Quadratmeter großen Campus der Fachhochschule studieren rund 1.000 Studierende – in überschaubaren Gruppen und mit spürbarer Nähe zu den Lehrenden in Studiengängen aus Informatik, Technik und Wirtschaft.



Softwareentwicklung, Wirtschaftsinformatik oder Medieninformatik – Wedeler Absolvent*innen zählen zu den gefragten Fachkräften.

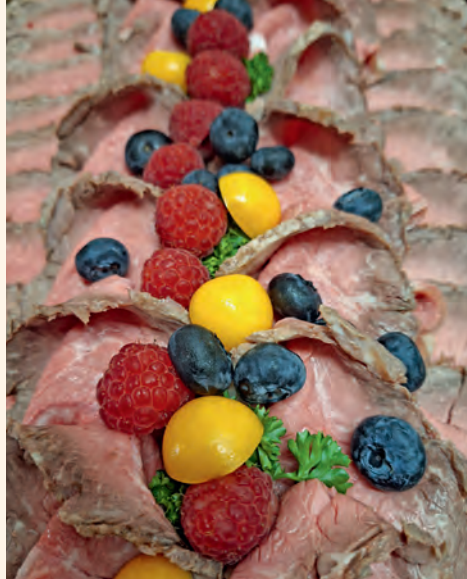
Der Ruf, den sich Wedel damit in der IT-Branche der Metropolregion Hamburg erarbeitet hat, zeigt sich im Berufseinstieg: Wedeler Absolvent*innen zählen zu den gefragten Fachkräften der Region – gesucht, statt suchend. Für beide Wege in Wedel gilt am Ende dasselbe: Der Abschluss zählt, nicht der Weg dorthin.

BEWERBEN BIS ZUM 15. SEPTEMBER

Bewerbungen für Ausbildung und Studium in Wedel sind noch bis zum 15. September möglich. www.bfs-wedel.de und www.fh-wedel.de.

**Berufsfachschule Wedel gGmbH,
Feldstraße 143, 22880 Wedel**

Foto: Berufsfachschule Wedel gGmbH



ANZEIGE

EHRlich. REGIONAL. LECKER.

Höpermanns Bio-Klassiker

Wer in Wedel nach handwerklicher Qualität, regionaler Tradition und kompromissloser Bio-Qualität sucht, kommt an einem Betrieb nicht vorbei: der Fleischerei Höpermann. Ehrlich, regional und lecker lautet das Motto des Traditionsunternehmens.

Seit beinahe einem Jahrhundert steht der traditionsreiche Familienbetrieb, der heute in dritter Generation geführt wird, für feinsten Geschmack und ein tief verwurzeltes Bewusstsein für Tierwohl und Nachhaltigkeit. Seit 1952 ist das Geschäft im Kronsamp fest verankert und hat sich über die Jahrzehnte stetig weiterentwickelt. Zuletzt wurde das Ladengeschäft im Jahr 2020 umfassend modernisiert und um einen stilvollen Wintergarten erweitert. Hier trifft moderne Atmosphäre auf echtes, ehrliches Handwerk.

BIO-ZERTIFIZIERT UND TRANSPARENT

Als langjähriger Vertragspartner des Bioland-Verbandes setzt die Fleischerei Höpermann klare Maßstäbe: Rind- und Schweinefleisch stammen ausnahmslos aus kontrolliert ökologischer Aufzucht. Auch beim Geflügel setzt das Team konsequent auf beste Bio-Qualität aus Freilandhaltung. Zusätzlich werden im Geflügelbereich aber auch Waren unter dem Label Nature&Respect angeboten. Ein besonderes Highlight im Sortiment ist das Bioland-zertifizierte Fleisch vom Galloway-Rind, das

Fleischliebhaber*innen durch seine außergewöhnliche Qualität begeistert.

ÜBER 40 WURST- UND SCHINKENSORTEN

Darüber hinaus stammen über 40 erlesene Wurst- und Schinkensorten aus eigener Herstellung. Hergestellt werden diese Spezialitäten – ebenso wie der beliebte Mittagstisch und der Partyservice – unter der meisterhaften Ägide von Fleischermeister Marcel George. Strenge Kontrollen durch Bioland sowie die unabhängige Kontrollstelle AbCert garantieren gemeinsam mit modernsten HACCP-Standards jederzeit höchste Sicherheit. Für die Kund*innen heißt das: Genießen mit gutem Gefühl. Das Sortiment beschränkt sich jedoch nicht nur auf Fleisch und Wurst: Regionale Ergänzungen wie frische Eier, Honig, Pesto, Marmeladen und Nudeln – überwiegend ebenfalls bio-zertifiziert – runden das Genusserlebnis ab.

MITTAGSTISCH UND PARTYSERVICE

Für die kleine Auszeit vom Alltag sorgt der frisch gekochte Mittagstisch. Täglich wechseln-

de Klassiker wie zartes Putensteak mit Erbsen, Wurzeln und Salzkartoffeln oder eine herzhafte Rinderroulade laden zum Schlemmen ein. Wer im größeren Rahmen feiern möchte, schätzt den Partyservice: Ob deftiges Bratenmenü, saftiges Spanferkel oder liebevoll arrangierte kalte Platten – die Fleischerei Höpermann verhilft jedem Event auch kulinarisch zum Erfolg.

A. und B. Höpermann GmbH
Kronsamp 26, 22880 Wedel
www.fleischerei-hoepermann.de



Neben Fleisch- und Wurstwaren runden Honig, Pesto und vieles andere mehr das Sortiment ab.



Die neue Best-of-Box ist die siebte im Programm Barrierefreie Schule und bündelt die eindrucklichsten Übungseinheiten aus den anderen thematischen Paketen.

Die Lese-Rechtschreib-Schwäche aus der Box

*Barrieren im Alltag erleben: So hilft die neue Barribox Best-of Schüler*innen und Lehrkräften, mehr Verständnis für andere zu entwickeln.*

In der 5a der IGF Friedrichsort Kiel steht eine besondere Stunde an. An fünf Stationen sollen die Kinder sich dem Thema Barrieren nähern. Zur Hilfe haben sie Gegenstände aus der neuen Barribox, die an dem Tag zum ersten Mal in den Dienst genommen wird. Der Englischlehrer Julian Lehmann erklärt genau, was auf die Kinder zukommt. „Wie fühlt es sich an, wenn ich zum Beispiel nicht gut sehen kann – das wollen wir heute ein bisschen ausprobieren. Und das sollt ihr dann hier im Protokoll aufschreiben“, stellt er vor. Matthis, Bilal und Leonard eilen zur ersten Station und setzen sich die Dunkelbrillen auf, die eine eingeschränkte Sicht simulieren. Einer greift sich den Taststab. „Das müssen wir nacheinander machen!“, ruft Melvyn. Mit sichtbarer Motivation verteilen sich die anderen Kinder in dem geräumigen, offenen Lernraum. „Das macht doch keinen Sinn!“, ruft Bennet von einer anderen Station. Er bearbeitet mit seiner Grup-

pe gerade die Aufgabe zum Lesen. Die Buchstaben P, B, D und T sind im Text wild durcheinander gewürfelt. „Ziel der Übung ist es, die Erfahrung einer Lese-Rechtschreib-Schwäche zu simulieren und für andere nachvollziehbar zu machen“, erklärt Inken Schnaase. Sie leitet das Programm Barrierefreie Schule am IQSH und hat die Barriboxen mitentwickelt.

IDEEN FÜR DEN UNTERRICHT

Nach der Schulstunde dürfen endlich die Referendare, die im Rahmen der Ausbildungsveranstaltung „Wissen über Sonderpädagogik nutzen“ die Unterrichtsstunde beobachten und kritisch besprechen, die Einheiten ausprobieren. Ihr Protokoll und ihre Arbeitsaufträge sind deutlich komplexer als die der Kinder. „Es dauert so lange!“, bringt es Katharina Debney auf den Punkt, als sie den Treppenlift und den Rolli ausprobiert hat. „Nicht nur, dass alle einen anstarren, man hält auch noch alle auf“, fasst sie

zusammen. Kein Wunder, dass viele Jugendliche versuchen, ihre Einschränkungen um jeden Preis zu verstecken. „Ich nehme heute mit, dass

Bennet und Piet bearbeiten die Station „Reizüberflutung“ zum autistischen Spektrum.



Fotos: lichtungsfelder



Im Anschluss an die Hospitation werden die Aufgaben der Barribox von den Lehrkräften im Vorbereitungsdienst erprobt.

BARRIBOX BEST-OF

Wie es sich anfühlt, schlecht sehen zu können oder im Rollstuhl durch den Schulflur zu fahren, können Schülerinnen und Schüler mit Materialien aus der Barribox nachspüren.

Das Material soll helfen, Verständnis für Kinder mit Einschränkungen zu entwickeln und so Barrieren an Schulen abzubauen.

Lehrkräfte oder interessierte Personen können an 14 Standorten in Schleswig-Holstein kostenlos die Boxen ausleihen.

Sechs Themen – Autismus, Bewegen, Bücher, Hören, Sehen und Lernen-Verstehen – und jetzt die neue Best-of-Box stehen zur Verfügung.

Weitere Infos: barrierefreie-schule-sh.de

es wohl viele innere Kämpfe gibt, von denen ich bisher nichts geahnt habe“, reflektiert Franziska Lehnart später in der Nachbesprechung. Jede und jeder hat mannigfaltige Ideen entwickelt, wie sich die Barribox in ihre jeweiligen Unterrichtsfächer einbauen ließe: Wahrnehmung und Täuschung im Philosophie-Unterricht biete sich an, Teilhabe in WiPo oder Weltkunde, Lesestrategien oder Vorgangsbeschreibungen

für Deutsch, Lernsystematik und konzentriertes Arbeiten für alle Fächer und natürlich Akzeptanz zum Kennenlernen. Inken Schnaase ist zufrieden: „Wenn es uns gelingt, mit diesem einfachen Material die Kinder zu sensibilisieren, dass sie im Umgang miteinander und mit unserer Gesellschaft empathischer werden, dann ist wirklich viel gewonnen.“ Mehr dazu unter www.schleswig-holstein.de/iqsh.

ANZEIGE



TIERE HAUTNAH ERLEBEN

Im **Westküstenpark & Robbarium** in St. Peter-Ording erwartet Besucher*innen ein besonderer Ort für Naturerlebnisse und Tierbegegnungen mit Waschbär, Schlange und anderen Bewohnern. Highlights sind die täglichen Schaufütterungen der Seehunde in Deutschlands größtem Seehundbecken sowie die beliebten Alpakawanderungen. Weitere tägliche Schaufütterungen bieten spannende Einblicke in das Verhalten der Tiere sowie wichtige Themen rund um Natur- und Artenschutz. Wer noch tiefer eintauchen möchte, kann an spannenden Erlebnisführungen teilnehmen und ausgewählte Tiere hautnah kennenlernen. Ein unvergessliches Erlebnis ist ein ganzer Tag als Tierpfleger*in, inklusive aktiver Mitarbeit und Seehundfütterung. Mehr Infos unter www.westkuestenpark.de.

Foto: Angela Mathes, Wolfgang Straub (2)

Hamburger Straße 22 • 24558 Henstedt-Ulzburg
www.dieschuhkiste.de • Tel.: 04193 / 980 65 00

... weil Kinderfüße kostbar sind

immer gute Beratung * Auswahl auf 200m²

St. Peter-Ording Seehunde & Co.

Größte Seehundanlage Deutschlands,
über 800 Haus- und Wildtiere,
Alpakawanderung, Tiervorführung,
Storchenkolonie und vieles mehr

ÜBER

30

JAHRE

SEIT 1992

nun

ohne

ERTZIFIZIERT

Der NaturErlebnisTierpark
Westküstenpark & Robbarium GmbH
Info 04863-3044
westkuestenpark.de

Wir sind SPO



Sommerspaß mit der Familie

Zehn Tipps für entspannte Ausflüge an der Ostküste von Schleswig-Holstein: ruhigere Orte und Unternehmungen zwischen Glücksburg, Holsteinischer Schweiz und Lübecker Bucht.



Schöne Aussichten in Holnis.

Foto: Oliver Franke

GLÜCKSBURG: Holnis-Spitze mit Blick nach Dänemark

Am nördlichen Rand der Region liegt Glücksburg mit der Halbinsel Holnis. Ein Weg führt bis an die Spitze der Landzunge, von der aus sich der Blick über die Flensburger Förde bis nach Dänemark öffnet. Der Abschnitt eignet sich für Spaziergänge am Wasser und bleibt auch in der Hauptsaison vergleichsweise ruhig.

1

2

KIELER FÖRDE UND PROBSTEI: Straußenfarm Ostseeblick in Hohenfelde

Unweit der Ostseeküste können auf der Straußenfarm Ostseeblick in Hohenfelde die größten Vögel der Welt aus nächster Nähe beobachtet werden. Auf den Weiden und in den Ställen leben Strauße in verschiedenen Altersstufen. Hinzu kommen Einblicke in Aufzucht und Fütterung. Ein Hofladen bietet Produkte aus eigener Herstellung an. Die Farm ist gut mit einem Ausflug an die Strände der Probstei kombinierbar.



Im Ostsee Info-Center können Groß und Klein die Ostsee erkunden.

Foto: Oliver Franke

ECKERNFÖRDER BUCHT: Ostsee Info-Center am Hafen

Direkt an der Hafenpromenade von Eckernförde informiert das Ostsee Info-Center über die Unterwasserwelt der Ostsee. In Aquarien, Ausstellungen und Mitmachstationen erhalten Gäste Einblicke in Meerestiere, Küstenformen und den Schutz des Lebensraums. Das Angebot richtet sich an Familien ebenso wie an interessierte Einzelreisende und ergänzt den Bummel durch die Altstadt und am Strand.

3

Foto: Adobe Stock

4

HOHWACHTER BUCHT: Kranichrundwanderweg und Kranichturm

Rund um Hohwacht führt ein Kranichrundwanderweg durch Feuchtwiesen und am Großen Binnensee entlang. Von einem Kranichturm aus lassen sich Zug- und Rastvögel in Ruhe beobachten, besonders in den Morgen- und Abendstunden. Der Weg ist gut ausgeschildert und bietet eine ruhige Alternative zu den Stränden der Hohwachter Bucht.

OSTSEESPIITZE: Naturerlebnis- und Achtsamkeitspfad in Großenbrode



In Großenbrode können Sie den Tag am Strand ausklingen lassen.

Foto: Oliver Franke

In Großenbrode verläuft ein Naturerlebnis- und Achtsamkeitspfad durch die Küstenlandschaft. Entlang des Rundwegs laden Stationen dazu ein, genauer hinzusehen, hinzuhören und die Umgebung bewusst wahrzunehmen. Der Weg eignet sich für einen ruhigen Spaziergang abseits des Trubels und kann gut mit einem Strandtag an der OstseeSpitze verbunden werden.

5

FEHMARN: Audioguide-Rundtour



Per Audioguide die Insel Fehmarn entdecken.

Foto: Thies Rietz Images

Auf Fehmarn führt ein Audioguide über mehrere Stationen hinweg rund um die Insel. An markanten Punkten erzählen Hörbeiträge von der Geschichte, besonderen Gebäuden, Häfen und Landschaften. Gäste können sich ihre Route individuell zusammenstellen und bekannte ebenso wie weniger bekannte Orte Fehmarns in eigenem Tempo erkunden.

7



Erst übers Wasser schipperrn, dann die Ortschaften erkunden und ein Eis schlecken.

Foto: MaTS GmbH Anne Weise

HOLSTEINISCHE SCHWEIZ: 5-Seen-Fahrt zwischen Malente, Eutin und Plön

Im Binnenland der Holsteinischen Schweiz zählt die 5-Seen-Fahrt zu den klassischen, aber dennoch oft unterschätzten Ausflugsmöglichkeiten. Die Schifffahrt verbindet mehrere Seen und Orte wie Malente, Eutin und Plön miteinander. Während der Fahrt eröffnen sich immer wieder neue Blicke auf Uferwälder, Hügel und kleine Buchten. Die Fahrt lässt sich mit einem Aufenthalt in den historischen Ortskernen und Spaziergängen an den Seeufern kombinieren.

8

BOSAU AM GROSSEN PLÖNER SEE: Dunkersche Kate mit Garten

Bosau liegt direkt am Großen Plöner See und bietet mit der Dunkerschen Kate einen ruhigen Ort im Grünen. Das historische Gebäude ist von einem Garten mit Obstbäumen, Sträuchern und Beeten umgeben, in dem Sitzplätze zum Verweilen einladen. Der Besuch eignet sich als Ziel für einen Spaziergang am Seeufer oder als Zwischenstopp bei einer Radtour durch die Holsteinische Schweiz.

9

LÜBECKER BUCHT: Gut Sierhagen mit Palmenhauscafé

Zwischen Neustadt in Holstein und den Stränden der Lübecker Bucht liegt das Gut Sierhagen inmitten von Feldern und Wäldern. Auf dem historischen Ensemble befinden sich Hofgebäude, Gutsпарк und eine Gärtnerei. Im ehemaligen Palmenhaus ist ein Café untergebracht, das Kaffee, Kuchen und kleine Speisen anbietet. Spazierwege rund um das Gut ermöglichen eine ruhige Auszeit im Grünen, die sich gut mit einem Strandbesuch in der Lübecker Bucht verbinden lässt.

10

OSTSEEFERIENLAND: Steilküste Dahme und Leuchtturm Dahmeshöved

Zwischen Ostsee und Feldern bietet die Steilküste bei Dahme einen weiten Blick über die Küste. Ein Weg führt oberhalb der Kliffs entlang bis zum Leuchtturm Dahmeshöved, der als markanter Orientierungspunkt an der Küste gilt. Unterwegs laden kleinere Abzweige zu Abstechern an den Strand ein. Der Abschnitt ist weniger belebt als die zentralen Strandbereiche und eignet sich für Spaziergänge mit Aussicht.

PESTO,

Amore mio!

Schluss mit Fertigprodukten:

Selbstgemachtes Pesto ist der absolute Aroma-Booster

für sommerliche Gemüsegerichte.

Frisch gemixt und voller Geschmack!

GEMÜSEFRITTATA MIT BASILIKUMPESTO

ZUBEREITUNGSZEIT: 40 MINUTEN

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 250 g Penne
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 rote Paprikaschote
- 1 Zucchini
- 150 g Champignons
- 10 Eier
- 150 ml Milch

- Abrieb von ½ Bio-Zitrone
- 150 ml natives Olivenöl extra
- 100 g schwarze Oliven, entsteint
- 1 Bund Basilikum
- 1 Knoblauchzehe
- 40 g Mandelkerne
- 2 Kugeln Burrata (à ca. 100 g)
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1. Die Penne nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Die Paprikaschote waschen, entkernen und in Stücke schneiden. Zucchini waschen, der Länge nach vierteln und in Scheiben schneiden. Die Champignons putzen und vierteln.

2. Penne abgießen und abtropfen lassen. Eier und Milch verquirlen, Frühlingszwiebeln, Zitronenschale, Salz und Pfeffer unterrühren. Je 1 EL Öl in zwei Pfannen erhitzen. Je die Hälfte von Paprika, Zucchini und Champignons darin kurz scharf anbraten. Penne auf die Pfannen verteilen, jeweils die Hälfte der Eimasse dazugießen. Jeweils einige Oliven dazugeben und alles bei kleiner Hitze stocken lassen. Frittata nach Belieben wenden und von der anderen Seite ebenfalls braten.

3. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, Blättchen abzupfen. Knoblauch schälen. Beides mit Mandeln sowie übrigem Öl pürieren. Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Burrata abtropfen lassen. Frittata mit je 1 Burrata anrichten, mit Pesto beträufeln und servieren.

TOMATENMINESTRONE

MIT RUCOLA-PECORINO-PESTO

ZUBEREITUNGSZEIT: 35 MINUTEN
ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 1 Stange Lauch
- 200 g Staudensellerie
- 250 g bunte Kirschtomaten
- 120 ml natives Olivenöl extra
- 800 g geschälte Tomaten (Dose)
- 2 Lorbeerblätter
- 500 g passierte Tomaten (Dose)
- 500 ml heiße Gemüsebrühe
- 300 g Mini Pipe Rigate
- 400 g Cannellinibohnen (Dose)
- 30 g Sonnenblumenkerne
- 1 Knoblauchzehe
- 100 g Rucola
- 50 g frisch geriebener Pecorino
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1. Lauch putzen, gründlich waschen und in Ringe schneiden. Sellerie waschen, ggf. entfädeln und in Stücke schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren.

2. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen, Lauch und Sellerie darin andünsten. Dann grob zerkleinerte Dosentomaten und Lorbeer dazugeben, passierte Tomaten und Brühe dazugießen. Alles aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen und 15 Minuten abgedeckt köcheln lassen.

3. Inzwischen die Mini Pipe Rigate nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Abgießen und abtropfen lassen. Die Cannellinibohnen in ein Sieb abgießen, abspülen und gut abtropfen lassen. Bohnen und Kirschtomaten 3 Minuten vor Ende der Minestrone-Garzeit mit in den Topf geben.

4. Die Sonnenblumenkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anrösten. Knoblauch schälen. Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Diese drei Zutaten und das übrige Öl fein pürieren. Den Pecorino unterrühren. Das Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pasta in die Minestrone geben. Das Gericht mit dem Rucolapesto beträufelt servieren.



BAVETTE-BROKKOLI-SALAT

MIT PESTO-ROSSO-DRESSING

ZUBEREITUNGSZEIT: 25 MINUTEN

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Bavette
- 50 g Rosinen
- 600 g Brokkoli, in Röschen
- 4 Sardellenfilets in Öl (Glas)
- 1 TL Kapern in Lake (Glas)
- 1 Knoblauchzehe
- 100 g getrocknete Softtomaten
- 100 g Pinienkerne geröstet
- 75 ml natives Olivenöl extra
- 2 EL Balsamicoessig
- 30 g frisch geriebener Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1. Bavette nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen. Die Rosinen in ein Sieb geben. Brokkoliröschen in kochendem Salzwasser 3–4 Minuten blanchieren. Über die Rosinen abgießen, abschrecken und alles abtropfen lassen. Sardellen und Kapern fein hacken. Knoblauch schälen.

2. Getrocknete Tomaten, Knoblauch, die Hälfte der Pinienkerne sowie Olivenöl und Essig in einem hohen Gefäß mit dem Stabmixer pürieren. Parmesan unterrühren und das Pesto mit Pfeffer würzen. Mit Kochwasser bis zur gewünschten Konsistenz verrühren, mit den restlichen Zutaten vermengen. Den Salat mit den übrigen Pinienkernen bestreuen und servieren.



FROZEN SARTI-SPRITZ

ZUTATEN FÜR 4 GLÄSER (À 250 ML)

- 600 g Crushed Ice
- 300 ml Sarti Rosa (Aperitivo)
- 150 ml gut gekühlter Prosecco
- 30 ml Limettensaft
- 150 ml Sprudelwasser
- 1 Bio-Limette in Scheiben
- Minze zum Garnieren



Alle Zutaten in einen Hochleistungsmixer geben und 10 Sek. auf höchster Stufe mixen. In Gläser füllen, mit Limettenscheiben und Minze garnieren.

FROZEN SOLERO-LIMES

ZUTATEN FÜR 4 GLÄSER (À 200 ML)

- 500 g Mango (TK) in Stücken
- 100 ml Wodka
- 100 ml Maracuja-Sirup (z. B. von MONIN)
- 100 g Crushed Ice
- Saft von 1 Limette
- Minze zum Garnieren



Alle Zutaten in einen Hochleistungsmixer geben und 20 Sek. auf höchster Stufe mixen. Sollte die Masse noch zu fest sein, nochmals 5–10 Sek. länger mixen. In Gläser füllen und mit Minze garniert servieren.

Eiskalt anstoßen

*Trendige Spritz-Getränke mal anders –
die Favoriten aus der Redaktion.*

FROZEN LIMONCELLO-SPRITZ

ZUTATEN FÜR 2 GLÄSER (À 300 ML)

- 180 g Crushed Ice
- 100 g Zitronensorbet
- 100 ml gut gekühlter Prosecco
- 80 ml Limoncello
- Bio-Zitrone in Scheiben und Minze zum Garnieren

Alle Zutaten in einen Hochleistungsmixer geben und 10 Sek. auf höchster Stufe mixen. In Gläser füllen und mit Zitronenscheiben und Minze garniert servieren.



FROZEN GRAPEFRUIT-SPRITZ

ZUTATEN FÜR 2 GLÄSER (À 300 ML)

- 300 g Crushed Ice
- 150 ml Prosecco
- 100 ml „Pampelle“ (franz. Aperitif)
- Bio-Grapefruit in Scheiben
- Minze zum Garnieren

Alle Zutaten in einen Hochleistungsmixer geben und 10 Sek. auf höchster Stufe mixen. In Gläser füllen und mit Grapefruit-scheiben und Minze garniert servieren.



RESTAURANT



Inh.
Dieter Lassmann



Genießen Sie leckere Matjes - und andere Fischepezialitäten!

Wir freuen uns über Ihre Reservierung.

Am Hafen 54 · 25348 Glückstadt

Tel.: 04124/1807 · www.restaurant-zur-alten-muehle.de



Reservieren Sie
jetzt einen Tisch für
unsere Terrasse!

*Im August
ist bei uns Pfifferlings-Zeit*

Wir freuen uns auf Ihre Tischreservierung!
Ihr Team vom Hotel Krupunder Park



Hotel Krupunder Park

Altonaer Straße 325 · 25462 Rellingen · Tel. 0 41 01/ 39 190
info@krupunder-park.com · www.krupunder-park.com

SO SCHMECKT DER NORDEN



Kaffeegenuss mit Stil

*Kompakt, vielseitig und elegant: Die neue
De'Longhi Rivelia Start bringt modernes Design und
gleich zehn Kaffeespezialitäten in die Küche.*

Mit der Rivelia Start erweitert De'Longhi seine Vollautomaten-Serie um ein kompaktes Modell, das heiße und kalte Kaffeespezialitäten auf Knopfdruck zubereitet. Zehn Kaffee- und Milchgetränke – vom klassischen Espresso und Cappuccino bis zu Iced Espresso und Cold Brew dank Over-Ice-Funktion – stehen zur Auswahl. Besonders praktisch ist das Bean Switch System: Zwei Bohnenbehälter ermöglichen den schnellen Wechsel zwischen unterschiedlichen Kaffeesorten, etwa für kräftigen Espresso am Morgen und entkoffeinierten Kaffee am Abend. Das integrierte LatteCrema-System bereitet cremigen Milchschaum automatisch zu und reinigt sich anschließend selbst. Individuelle Einstellungen für Aroma, Temperatur und Getränkmenge sorgen für persönlichen Genuss. Auch optisch überzeugt die Rivelia Start mit klaren Linien und den fünf matten Farben Sand Beige, Arctic White, Onyx Black, Jade Green und Umber Brown. Die Maschine ist ab sofort für 699,90 Euro im Fachhandel erhältlich.



Fotos: De'Longhi

Heute aus deinem Air Fryer Club:

Fischbrötchen ohne Anstehen!



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!**



**ASR
FRYER
Club**

4.7 ★

Krosse Fischstäbchen

★★★★★ 5.0

Gekocht? Plan

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



René Verse und Nils Henkel gehören ebenfalls zu den Gastköchen.



Marvin Böhm ist beim Auftakt dabei.



Im Romantik Hotel Kieler Kaufmann startet das SHGF in die neue Saison.



Bjarke Jeppesen kommt aus Dänemark vorbei.

40 JAHRE SCHLESWIG-HOLSTEIN GOURMET FESTIVAL AUFTAKT IN KIEL

*Vier Jahrzehnte Genusskultur, internationale Spitzenköche
und Gastgeber aus dem Norden: Das Schleswig-Holstein Gourmet Festival
feiert in der Saison 2026/2027 sein 40-jähriges Bestehen.*

Von August bis März bringt das älteste Gourmetfestival Deutschlands erneut ausgezeichnete Köchinnen und Köche in die Mitgliedsbetriebe zwischen Nord- und Ostsee – mit 36 Veranstaltungen, 20 Gastköchen und mehreren besonderen Jubiläumsformaten.

START IM KIELER KAUFMANN

Der festliche Auftakt findet am 30. August im Romantik Hotel Kieler Kaufmann statt. Im Restaurant Ahlmanns empfängt Küchenchef Lasse Knickrehm ein hochkarätiges Köche-Quintett. Mit dabei sind Nils Henkel aus dem Hotel Papa Rhein in Bingen, René Verse aus dem Tipken's by Nils Henkel auf Sylt, Marvin Böhm aus dem

neu eröffneten Restaurant Buoy in Hamburg sowie Bjarke Jeppesen vom Munkebjerg Hotel in Dänemark. Böhm und Jeppesen feiern dabei ihre Premiere beim Schleswig-Holstein Gourmet Festival; Jeppesen wurde 2024 in Dänemark zum „Koch des Jahres“ gekürt.

GENUSS ZWISCHEN DEN MEEREN

Auch die weiteren frühen Termine zeigen, wie vielfältig die Jubiläumssaison angelegt ist: Am 19. September lädt das SHGF unter dem Motto „40 Jahre Genuss zwischen den Meeren“ zu einer Bustour zwischen Schleswig, Friedrichstadt und St. Peter-Ording ein. Ausrichter sind das Romantik Hotel Waldschlösschen, die

Holländische Stube und das StrandGut Resort, die gemeinsam ein Vier-Gänge-Menü überwiegend aus heimischen Produkten gestalten. Am 25. Oktober folgt ein weiterer Höhepunkt, wenn Marco Müller, Deutschlands aktuell höchst bewerteter Koch, in der Orangerie des Maritim Seehotels in Timmendorfer Strand zu Gast ist. Seit seiner Gründung 1987 verfolgt das Festival das Ziel, Schleswig-Holstein, seine Gastgeber und die hochwertigen Produkte des Landes kulinarisch sichtbar zu machen. Die Veranstaltungen kosten je nach Haus zwischen 185 und 299 Euro inklusive Fünf-Gänge-Menü und begleitender Getränke. Buchungen laufen über die jeweiligen Mitgliedsbetriebe, weitere Informationen gibt es unter www.gourmetfestival.de.



*Brombeeren, Zwetschgen, Pflaumen oder späte Himbeeren:
Der Spätsommer ist Hochsaison für selbst gemachte Konfitüren.
Mit diesen fünf Tipps gelangen sie besonders aromatisch.*

1 NUR REIFE FRÜCHTE VERWENDEN

Je reifer das Obst, desto intensiver das Aroma. Überreife oder angeschlagene Früchte sollten jedoch aussortiert werden, da sie den Geschmack beeinträchtigen und die Haltbarkeit verkürzen können. Frisch geerntet schmeckt's am besten.

2 KREATIV KOMBINIEREN

Spätsommerfrüchte harmonieren wunderbar miteinander. Brombeeren und Apfel, Zwetschgen mit Zimt oder Pflaumen mit Vanille sorgen für neue Geschmackserlebnisse. Auch Kräuter wie Rosmarin oder Thymian setzen feine Akzente.

3 SORGFÄLTIG STERILISIEREN

Saubere Gläser sind das A und O. Sie sollten vor dem Befüllen gründlich gereinigt und mit kochendem Wasser oder im Backofen sterilisiert werden. So bleibt die Marmelade deutlich länger haltbar.

4 GELIERPROBE NICHT VERGESSEN

Vor dem Abfüllen lohnt sich eine Gelierprobe: Dafür einen Teelöffel Konfitüre auf einen kalten Teller geben. Wird sie nach kurzer Zeit fest, ist sie fertig. Falls nicht, einfach noch ein bis zwei Minuten weiterkochen.

5 DUNKEL UND KÜHL LAGERN

Nach dem Verschließen die Gläser kurz auf den Kopf stellen und anschließend an einem dunklen, kühlen Ort lagern. Licht und Wärme lassen Farbe und Aroma schneller verblassen – der Vorrat bleibt so lange lecker.

GRUNDREZEPT

ZUTATEN FÜR 5 GLÄSER À 250 ML:

- 1 kg vorbereitetes Obst
- 500 g Gelierzucker 2:1
- optional: 1–2 EL Zitronensaft

Obst waschen, putzen und nach Wunsch klein schneiden. Mit Gelierzucker und Zitronensaft in einem großen Topf verrühren und unter Rühren zum Kochen bringen. Ab Kochbeginn 3–4 Minuten sprudelnd kochen lassen (Packungsangaben beachten). Gelierprobe machen. Anschließend sofort randvoll in sterilisierte Gläser füllen, fest verschließen und kurz auf den Deckel stellen. Nach dem Abkühlen kühl und dunkel lagern.

Tipp: Wer weniger Süße mag, kann Gelierzucker 3:1 verwenden – besonders geeignet für sehr süße Früchte wie Pflaumen oder Zwetschgen.

REDUZIERTE LOOKS FÜR FREIE TAGE

URLAUBS- MODUS AN!

Sommermode zeigt sich in dieser Saison unkompliziert. Schnitte mit Bewegungsfreiheit prägen das Bild – geeignet für Tage, die ruhiger verlaufen. Die neue Kollektion von VILA etwa setzt auf weiche Silhouetten, fließende Kleider und entspannte Denim-Kombinationen, die sich alltagstauglich kombinieren lassen. Leichte Stoffe mit dezentem Glanz und feiner Struktur setzen zurückhaltende Akzente. In der Farbpalette dominieren Weiß und kühle Blautöne, ergänzt um einzelne Rotnuancen. Das Ergebnis sind Looks für freie Tage, reduziert, komfortabel und unaufgeregt.

VIJUSTINE
Kurzärmeliges
Midikleid mit
Schnallen-Detail
in der Farbe
Tawny Port

VICARLA
Ärmelloses
Maxikleid mit
Taschen und
Rundhalsaus-
schnitt in der
Farbe Black
Beauty

VIBELFIE

Hemd mit 3/4 Ärmeln
in der Farbe Little
Boy Blue

VIMAVEN

Rundhals-Ober-
teil mit kurzen
Ärmeln in der
Farbe Coffee
Bean

**VIESTA**

Ärmelloses Midi-Jeanskleid mit
Reißverschluss am Rücken

**VIHARISA**

Hose mit weitem
Bein in der Farbe
Birch

**VIMAVEN**

Eleganter
Spitzen-Maxi-
rock in der
Farbe Coffee
Bean

**VIMODALA**

Kurzärmeliges
Maxikleid
mit seitlicher
Raffung und
Runhalsaus-
schnitt

**VIKELLY**

High Waist Straight Fit
Jeans im Five-Pocket-
Style in der Farbe
Medium Blue Denim

**VIJINKE**

Kurzes Trägerkleid in
der Farbe Burnt Brick

**VIMASTRIBA**

Ärmelloses Oberteil mit Schößchen
in der Farbe Black Beauty

**VIJAF**

Demin-Jacke mit ge-
knöpfter Vorderseite
in der Farbe Medium
Blue Denim

**VIMASTRIBA**

Hose im lässi-
gen Barrel-Fit
mit 7/8-Länge

**VILEA**

Asymmetrisches Spitzen-
Top in der Farbe Birch

**VICREEK**

Kurzärmeliges Jeanshemd in der
Farbe Medium Blue Denim



BRILLENHAUS BLANKENESE



**Straßenfest in Blankenese
mit großem Schnäppchenmarkt
am Samstag, 22. August ab 10 Uhr.**

Am Kiekeberg 1 • 22587 Hamburg
Tel. 040 / 86 37 32 • www.Brillenhause-Blankenese.de

MODE & BEAUTY

ANZEIGE

Am 22. August 2026

SOMMERFEELING UND SCHNÄPPCHENMARKT



Foto: Brillenhause Blankenese

Das Blankeneser Straßenfest steht vor der Tür und das **Brillenhause Blankenese** ist mit von der Partie! Am 22. August von 10 bis 16 Uhr wird das Brillenhause zum Treffpunkt für alle Schnäppchenjäger*innen und Sonnenanbeter*innen. Eine Vielfalt an Brillenmodellen erwartet die Besucher*innen zu unschlagbaren Preisen – schon ab 10 Euro! Doch nicht nur bei den Brillenfassungen können sich die Kund*innen auf attraktive Angebote freuen, auch bei den Brillengläsern warten besonders günstige Konditionen. Wer zuerst kommt, hat die größte Auswahl! Das engagierte Team vom Brillenhause freut sich darauf, das Straßenfest mit Ihnen zu feiern. Genießen Sie erfrischende Getränke und kleine Snacks, während Sie nach Ihrer perfekten Brille suchen. Sie finden das Brillenhause Blankenese Am Kiekeberg 1 in Blankenese. Mehr Infos: Telefon 040 / 863 732 und www.brillenhause-blankenese.de

**Schon Minuten
können tödlich sein**
„Nur mal eben kurz“ – zu lang für Hunde!



Bei Hitze im Wageninneren können Hunde ihre Körpertemperatur nur schlecht regulieren. Folgen können Organschäden oder sogar der Tod sein.

Mehr unter: PETA.de/Hund-Hitze-Auto

PETA

GUT BEHÜTET

Sonne im Gesicht, Style auf dem Kopf: Im Sommer sind Kopfbedeckungen mehr als ein Accessoire – sie schützen im Idealfall vor Hitze und Verbrennungen. Die klassische Cap tritt in dieser Saison etwas zurück, neue Favoriten rücken nach: Headscarfs aus Seide oder Satin schonen das Haar, schimmern edel und liefern sofort Urlaubs-Vibes – ob zum Kleid oder zum weißen T-Shirt. Ebenso trendy: Hüte in Strohoptik, gern in moderner Bucket-Form – leicht, luftig, urlaubstauglich. Der Bucket Hat selbst bleibt uns auch erhalten, von cleanem Canvas bis zur Leinenstruktur. Für den Mann feiern Flatcaps ein Comeback, lässig getragen zu Leinenhemd und Shorts. Besonders begehrt sind Netz-Häkel-Mützen – durch die grobe Masche allerdings kein echter Sonnenschutz. Achten Sie auf eine dichte Webart und helle Töne, diese halten Hitze besser fern. Bei einem Hut sollten Krempe/Schirm Gesicht und Nacken stets beschatten.



Foto: Adobe Stock

Offen getragen & SCHÖN GEPFLEGT

Sonne, Sandalen, Strandspaziergänge – der Sommer zeigt unsere Füße so offen wie keine andere Jahreszeit. Höchste Zeit, sie urlaubsfit zu machen: mit sanftem Peeling gegen raue Stellen, gezielter Hornhautpflege, reichhaltiger Feuchtigkeit und einem Hauch Glanz für die Nägel.



INTENSIVE FEUCHTIGKEITSPFLEGE

Formel mit Roskastanienextrakt, Traubenkernöl, Sheabutter und Menthol zur Pflege beanspruchter Haut. Die Fußcreme regeneriert strapazierte Füße und regt die Durchblutung an.

www.asambeauty.com



2-IN-1 SEIFEN-PEELING

Diese Seifen-Peeling-Kombination „Pumice Power“ verbindet Reinigungstenside mit feinporigem Abrieb: entfernt lose Hautschüppchen und säubert gleichzeitig. Bio-Orangenöl sorgt für frischen Duft. www.lush.com



STÄRKENDER PFLEGELACK

Zart getönter Lack „Nail Smoothie“, der eine glatte Schutzschicht bildet und die Nageloberfläche stabilisiert. Eignet sich für ein gleichmäßigeres Erscheinungsbild und kann Absplitterungen vorbeugen.

www.gitticonsciousbeauty.com

PFLEGENDES PEELING

Das Peeling mit Bimssteingranulat löst verhornte Partien und glättet raue Zonen, etwa an Fersen.

www.asam-beauty.com



KLÄRENDE FUSSMASKE

Würzige Maske mit Papaya, Kartoffeln und Nelken für müde Füße. Diese Fußmaske ist eine tiefenreinigende und absorbierende Pflegekur, die Zehen, Sohlen und Fersen zart macht – als ergänzender Schritt nach Reinigung/Peeling. www.lush.com



GLÄNZENDES FINISH

Pflegelack mit Hyaluronsäure und Vitamin C für optische Ebenmäßigkeit und Glanz im Farbton „Apricot Glow“ mit leicht rosigem Schimmer – dezent im Ergebnis. www.gitticonsciousbeauty.com



Fotos: Adobe Stock (1), gitti (2), LUSH (2), M. Asam / Norbert Böres (2)

über 15 Jahre

Gold-Ankauf & Verkauf

über 15 Jahre

Quickborn
Kieler Str. 89 A

in Bad Bramstedt

Henstedt-Ulzburg
bei Kaufland

größter Second-Hand Shop im Norden

Bestpreis-Garantie



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
Bleeck 5 • 24579 Bad Bramstedt • Mo. - Fr. 10 - 17 Uhr
Lindenstr. 26b • 25545 Kellinghusen • Di. 10 - 17 Uhr
Krohnstieg 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

PURES EINKAUFsvergnügen BEI NORTEX

Riesige Auswahl, ehrliche Beratung: Das Modehaus NORTEX begeistert seit über 50 Jahren die Menschen im Norden.

Sommer, Sonne, Strand und Meer – diesen Vierklang kennen und lieben die Menschen in Schleswig-Holstein. Wer dazu mal eine Abwechslung sucht, ob Urlauber*in oder heimisch an der Waterkant, ist bei NORTEX stets herzlich willkommen: Das Modehaus in Neumünster bietet ein einzigartiges Einkaufserlebnis.

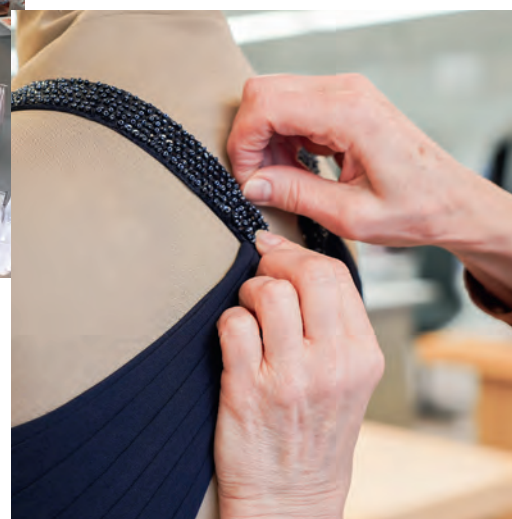
BEWÄHRTES FINDEN, NEUES ENTDECKEN

Hier können Kund*innen aktuelle, stilvolle und langlebige Bekleidung von 240 internationalen Modemarken in einer großen Vielfalt an Größen und Passformen entdecken. Und zwar ganz entspannt, ohne Enge und Gedränge, auf 10.000 Quadratmetern Verkaufsfläche: NORTEX führt Damen- und Herrenmode für jede Saison und jedes Wetter, zum festlichen Anlass ebenso wie für Beruf und Freizeit. Alles unter einem Dach.

Bei der Auswahl und Anprobe unterstützen erfahrene Berater*innen. Sie sorgen kompetent, ehrlich und mit viel Herz dafür, dass die Kun-



Bei NORTEX finden Sie stets eine einzigartige Auswahl an Größen und Passformen.



Fachkundige Beratung mit Geduld und Freude bei NORTEX.

den sich individuell verstanden und erstklassig beraten fühlen. Nicht ohne Grund bleiben etliche Stammkunden NORTEX seit vielen Jahren treu. So wird der Besuch im Modehaus zum Einkaufsvergnügen ...

JETZT SSV-SCHNÄPPCHEN SICHERN!

Übrigens: Im Sommerschlussverkauf bietet NORTEX aktuell viele tausend Teile besonders preiswert an. Ab sofort sind ausgewählte Blusen, Hemden, Poloshirts, Hosen, Stepp- und Funktionsjacken, Schuhe und vieles mehr in typisch hochwertiger NORTEX-Qualität um 30, 40 und sogar bis zu 60 Prozent herabgesetzt. Unser Tipp: Jetzt namhafte Markenmode in sommerlichen Qualitäten auswählen – zum Beispiel für den Urlaub oder auch

schon für die Übergangszeit.

Als inhabergeführtes, verlässliches Familienunternehmen legt NORTEX großen Wert darauf, dass alle Besucher*innen ihren Einkauf genießen und sich rundum wohlfühlen können. Beispiele dafür sind das Café-Bistro mit Frühstücksbuffet und wechselnden Tagesgerichten, das hauseigene Änderungsatelier, die stets besetzte Kundeninformation und die extra breiten, kostenlosen Parkplätze vorm Haus. Das NORTEX Mode-Center freut sich auf Ihren Besuch – herzlich willkommen!



Hier erfahren Sie mehr über das breite Angebot von NORTEX.

NORTEX Mode-Center GmbH & Co. KG

**Grüner Weg 9-11, Neumünster
Tel.: 04321 / 870 00**

**www.nortex.de, info@nortex.de
Montag-Freitag: 9-19 Uhr
Samstag: 8.30-19 Uhr**



Erst frühstücken, dann shoppen: Besuchen Sie das Café-Bistro, etwa für das Frühstücksbuffet.



**SCHLICHT
UND EINFACH**
... und soooo gut
als Kombi



GAMECHANGER
Tücher und Schals können
Basics einen ganz neuen
Look verleihen

**SATZ, SPIEL
UND SIEG**
Hier spielen Farbe
und Satz perfekt
zusammen



HERBSTMOMENTE ZUM ANZIEHEN

Wenn die Natur ihre schönsten Farben zeigt, hält auch bei Not Naked die neue Herbstkollektion Einzug.

Mit viel Gespür für Trends setzen die Inhaberinnen Anke und Lisbeth jede Saison besondere Modekombis zusammen. Jetzt dominieren natürliche Nuancen: sanftes Creme, warmes Braun, gedecktes Grün – ruhig und elegant. Beerentöne oder Rosé setzen raffinierte Akzente. Das Ergebnis: zeitgemäße, hochwertige und vielseitig kombinierbare Looks für Frauen jeden Alters.

**Not Naked, Königstraße 4, Elmshorn,
Tel.: 04121 / 262 51 89**

www.notnaked.de, auch bei Facebook und Instagram

IT'S GOING WILD!
Wildleder und Nieten –
trendstarkes Doppel



**JEANSJACKE
GEHT IMMER!**
Kurz und kastig
in herbstlichem
Braunton

ACCESSOIRES
dürfen nicht fehlen –
wie hier als
Schlüsselanhänger
oder als Anhänger
für die Tasche



**PERFECT
MATCH**
weißes Shirt und
neue Jeansform

Wer gesundes Zahnfleisch erhalten will, muss sich um die Zwischenräume kümmern. Zahnseide hilft dabei.



PRAKTISCHE SCHRITTE FÜR DEN ALLTAG

5 Tipps für ein gesundes Zahnfleisch

Zahnfleischrückgang ist weit verbreitet: Etwa 50 bis über 80 Prozent der Erwachsenen sind an mindestens einer Stelle davon betroffen – und mit dem Alter steigt das Risiko.

Gesundes Zahnfleisch ist die Grundlage für starke Zähne und ein strahlendes Lächeln. Und rechtzeitiges Handeln ist entscheidend, denn ist das Zahnfleisch einmal zurückgegangen, folgen häufig Zahnschmerzen, Überempfindlichkeiten und Karies. Laut der privaten Krankenversicherung Debeka gibt es fünf effektive Tipps, um das Zahnfleisch vor Entzündungen und Rückgang zu schützen:

Zähne morgens und abends mindestens zwei Minuten mit einer weichen bis mittelharten Zahnbürste und fluoridhaltiger Zahnpasta put-

zen. Wichtig: Viele putzen mit zu viel Druck – in der Annahme, es werde sauberer. Zu starker Druck verletzt das Zahnfleisch. Stattdessen auf sanfte, kreisende Bewegungen in einem 45-Grad-Winkel setzen.

ZAHNPFLEGE – ZWEIMAL TÄGLICH

Extra-Tipp: Zahnbürste alle drei bis vier Monate wechseln, spätestens, sobald die Borsten fransen. Abgenutzte Bürsten sammeln mehr Bakterien. Eine elektrische Zahnbürste mit Drucksensor hilft, Überbürsten zu vermeiden.

ZAHNZWISCHENRÄUME TÄGLICH REINIGEN

In den Zahnzwischenräumen sammeln sich besonders viele Bakterien an, die Entzündungen auslösen können. Diese Bereiche erreicht die Zahnbürste nicht. Deshalb: Zahnzwischenräume täglich reinigen. Zahnseide und Interdentalbürsten entfernen Zahnbelag, bevor er zu hartnäckigem Zahnstein wird.

PROFESSIONELLE ZAHNREINIGUNG

Selbst bei bester Pflege zu Hause bildet sich

Zweimal täglich Zähne putzen – das ist wichtig! Die Zahnbürste sollte alle drei bis vier Monate gewechselt werden.



Zahnstein, den nur der Zahnarzt entfernen kann. Eine professionelle Zahnreinigung alle sechs Monate beugt Zahnfleischrückgang vor. So erkennt die Zahnärztin oder der Zahnarzt Probleme frühzeitig. Bei erhöhtem Risiko oder in stressigen Phasen sind kürzere Abstände sinnvoll.

GESUNDE ERNÄHRUNG UND AUSREICHEND WASSER

Auch was wir essen und trinken beeinflusst unsere Zahngesundheit. Daher am besten Zucker reduzieren: Er fördert die Vermehrung schädlicher Bakterien. Außerdem Vitamine tanken: Vitamin C und D stärken das Zahnfleisch und reduzieren Entzündungen im Mundraum; Calcium unterstützt Zähne und Knochen.

Omega-3-Fettsäuren (Fisch, Algenöl): Omega-3 hemmt das Wachstum von Zahnbelag und verringert das Risiko für Entzündungen.

Viel Wasser trinken: Es spült Bakterien weg und hält den Speichelfluss aufrecht – ein natürlicher Schutz vor Entzündungen. Verzicht auf Nikotin: Rauchen erhöht das Risiko für Zahnfleiscentzündung. Stressmanagement: Entspannung für Zähne und Zahnfleisch.

THEMA STRESS ...

Stress ist ein unterschätzter Risikofaktor für Zahnfleischprobleme. Er schwächt das Immunsystem, fördert Zähneknirschen und führt oft zu vernachlässigter Mundhygiene. Atemübungen, Meditation und Yoga helfen, Stress langfristig abzubauen. Progressive Muskelentspannung löst Verspannungen – auch im Kiefer. Regelmäßige körperliche Aktivität baut Stresshormone ab und stärkt das Immunsystem. Ausreichend Schlaf unterstützt die Regeneration und stärkt die Abwehrkräfte. Wer nachts mit den Zähnen knirscht, sollte unbedingt mit seiner Zahnärztin bzw. seinem Zahnarzt sprechen. Eine Aufbisssschiene schützt Zähne und Zahnfleisch vor übermäßiger Belastung.



Für größere Lücken zwischen den Zähnen sollte eine Interdentalbürste zum Einsatz kommen.

Fotos: Adobe Stock / Debelka Krankenversicherung

Zahnschmerzen am Wochenende?

NEUE LANDESWEITE RUFNUMMER

LANDESWEITE
NUMMER

Zahnärztlicher Notdienst
Schleswig-Holstein:
Tel.: 0431 / 260 92 69 69



Foto: Adobe Stock

Wer am Wochenende oder an Feiertagen dringend zahnärztliche Hilfe benötigt, kann künftig schnell und unkompliziert die passende Anlaufstelle finden.

Passend zum Ferienstart schaltete die Zahnärztekammer Schleswig-Holstein am 1. Juli eine einheitliche Rufnummer für den zahnärztlichen Notfallbereitschaftsdienst im gesamten Bundesland frei: Tel.: 0431 / 260 92 69 69. „Unter dieser Nummer erfahren Patient*innen, welche Zahnarztpraxen aktuell Notdienst haben“, erläutert Kammerpräsident Dr. Michael Brandt. „Nach Eingabe der Postleitzahl nennt das System automatisch die nächstgelegene zuständige Praxis. Damit entfällt die bisherige Suche nach unterschiedlichen lokalen Telefonnummern.“

EINE NUMMER FÜR GANZ SCHLESWIG-HOLSTEIN

„Gerade in einer akuten Situation, wenn die Schmerzen unerträglich werden, brauchen Patient*innen schnelle und verlässliche Informationen.

Die neue landesweite Rufnummer schafft genau diese Klarheit: eine Nummer, einheitlich für ganz Schleswig-Holstein“, erklärt Dr. Claudia Stange aus dem Vorstand der Zahnärztekammer Schleswig-Holstein. „Mit der Vereinheitlichung wird der zahnärztliche Notfallbereitschaftsdienst in Schleswig-Holstein patientenfreundlich organisiert.“ Wichtig für Patient*innen: Sie können frei entscheiden, welche der notdiensthabenden

Praxen sie aufsuchen. Ergänzend zur neuen Telefonnummer können Patient*innen auf der Website www.zahnaerztlicher-notdienst-sh.de die aktuellen Notdienstpraxen interaktiv auch auf einer Karte finden.

BLUT SPENDEN UND MIT GLÜCK EINE ROM-REISE GEWINNEN

*Erfahrungsgemäß sinkt bei sommerlicher Hitze die Bereitschaft, Blut zu spenden. Außerdem sind viele Spender*innen in Urlaub. Doch der Bedarf an Blutkonserven in Kliniken bleibt konstant hoch.*

Vom 29. Juni bis zum 25. September bietet der DRK-Blutspendedienst Nord-Ost allen Spender*innen in Schleswig-Holstein und Hamburg mit einer Verlosungsaktion einen zusätzlichen, sommerlichen Anreiz, Blut zu spenden: Die Gewinner*innen können sich über eine Reise nach Rom für zwei Personen mit drei Übernachtungen inkl. Frühstück und Flug freuen, die im Frühjahr 2027 stattfinden wird. Eine Blutspende vor dem Urlaub ist damit nicht nur eine einfache Möglichkeit, Verantwortung zu übernehmen und gleichzeitig zur Sicherstellung der Patientenversorgung in der Ferien-

zeit beizutragen, sie bietet sogar eine Gewinnchance für eine unvergessliche Reise.

MEHRERE REISEN IM VERSORUNGSGEBIET

Für alle DRK-Blutspendetermine wird um die Buchung einer festen Spendezeit vorab gebeten. Informationen zur DRK-Blutspende unter der kostenlosen Hotline Tel.: 0800 / 119 49 11. Es werden mehrere Reisen im gesamten Versorgungsgebiet des DRK-Blutspendedienst Nord-Ost (Berlin, Brandenburg, Hamburg, Sachsen, Schleswig-Holstein) verlost. Teilnahme-



bedingungen gibt es bei den jeweiligen Spendeterminen. Wissenswertes rund um das Thema Blutspende ist im digitalen Blutspende-Magazin www.blutspende.de/magazin zu finden. Alle DRK-Blutspendetermine in Schleswig-Holstein und Hamburg unter www.blutspende-nordost.de/blutspendetermine.



GESUNDHEITSPRAXIS HEILKUNST

Hier findest du Zeit für **Klärung, Stabilisierung** und um **neue Kraft** aufzubauen. Achtsam und traumasensibel unterstütze ich mit dem BodyTalk-System und durch Biografiearbeit.

Anja-Bettina Wieth
Gesundheitspraktikerin^(BTG)
Im Wiesengrund 15 · 25336 Klein Nordende
www.meinneuerweg.me · [meinneuerweg.me](https://www.instagram.com/meinneuerweg.me)



**WIR SUCHEN
DICH FÜR
UNSER TEAM**

TelefonSeelsorge®

Interesse? Schick eine Mail an:
oeffentlichkeitsarbeit@telefonseelsorge.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



BEIM ZAHNERSATZ MEHR KOMFORT

Wer Zahnersatz benötigt, wünscht sich vor allem eines: eine zuverlässige Lösung ohne lange Wartezeiten und zahlreiche Termine. Genau darauf hat sich Dr. med. dent.

*Peter Niziak mit seiner Praxis **Implantat-komplett** in Aukrug spezialisiert.*

Wer die Praxis in Aukrug betritt, merkt schnell, dass hier moderne Zahnmedizin und persönliche Betreuung Hand in Hand gehen. Dr. med. dent. Peter Niziak und sein Team setzen auf kurze Wege, digitale Prozesse und ein Konzept, bei dem Diagnostik, Implantologie und Zahntechnik eng verzahnt sind. Alle Behandlungsschritte können dadurch direkt vor Ort umgesetzt werden. Das spart Zeit und erleichtert die Abstimmung zwischen Behandlung und Zahntechnik. Ein Service, für den Patienten nicht nur aus der Region, sondern aus ganz Schleswig-Holstein und darüber hinaus nach Aukrug kommen.

MODERNE TECHNIK

Für viele Menschen gehört die klassische Abdrucknahme mit Silikonmasse zu den unangenehmsten Momenten einer Zahnbehandlung. In der Praxis von Dr. med. dent. Niziak ist das heute nicht mehr nötig. Mithilfe eines modernen Intraoralscanners wird das Gebiss innerhalb weniger Minuten digital erfasst. Die

dabei entstehenden 3D-Aufnahmen liefern eine präzise Grundlage für die weitere Planung und ermöglichen eine komfortable Behandlung ohne Abdrucklöffel und Würgereiz. Die digitalen Daten werden anschließend mithilfe moderner CAD/CAM-Technologie weiterverarbeitet. Dadurch lassen sich Zahnersatz und Implantatversorgungen exakt planen und individuell an die Bedürfnisse der Patienten anpassen.

Ein besonderer Vorteil der Praxis ist das eigene Dentallabor. Hier werden Kronen, Brücken und implantatgetragene Versorgungen direkt vor Ort gefertigt. Die kurzen Wege zwischen Behandlungsraum und Labor ermöglichen eine enge Abstimmung und sorgen für effiziente Abläufe. Dank moderner Frästechnik können viele Arbeitsschritte besonders schnell umgesetzt werden. In geeigneten Fällen ist es sogar möglich, dass Patienten morgens zur Behandlung kommen und die Praxis noch am selben Tag mit ihrem neuen Zahnersatz verlassen. Das spart Zeit und reduziert die Zahl notwendiger Termine.

DER MENSCH IM MITTELPUNKT

Moderne Verfahren und persönliche Betreuung gehen in der Praxis so also Hand in Hand. Unterstützt wird Dr. med. dent. Niziak dabei von einem 14-köpfigen Team, das von der ersten Beratung bis zum Abschluss der Behandlung für feste Ansprechpartner sorgt. Ob Beratung, Implantat oder Zahnersatz: Im Fokus steht stets eine Versorgung, die den individuellen Bedürfnissen der Patienten gerecht wird. Feste Zähne bedeuten dabei weit mehr als ein schönes Lächeln: Sie erleichtern das Essen, fördern das Wohlbefinden und geben Sicherheit im Alltag. Implantate können deshalb in vielen Lebensphasen eine sinnvolle Lösung sein – dank einer Versorgung, die individuell auf die Bedürfnisse der Patienten abgestimmt ist.



Implantat-komplett, Bargfelder Straße 4a, Aukrug, Tel.: 04873 / 870, www.implantat-komplett.de

Moosfrei und elegant durch den Sommer

SCHÖNE FUGEN



Der August beschert uns noch einmal heiße Tage. Da läuft nicht nur die Grillsaison auf Hochtouren – auch die Natur in unseren Pflasterritzen erreicht ihren Wachstums-Höhepunkt. Wie Sie moosfrei und elegant durch den Sommer kommen, zeigen diese fünf Methoden für makellose Auffahrten und Terrassen.

Nach Wochen voller Sonne und erfrischendem Sommerregen sprießen Löwenzahn, Moos, Algen und Co. in den Fugen von Terrasse und Auffahrt noch einmal recht üppig hervor. Die chemische Keule hat im Outdoor-Wohnzimmer längst Hausverbot. Clevere Ästhetik*innen setzen auf nachhaltige Lösungen, die den Steinen ihren edlen Look zurückgeben. Hier sind die fünf effektivsten Methoden für einen makellosen Outdoor-Auftritt.

DIE THERMISCHE ZERSTÖRUNG: HITZE STATT CHEMIE

Wer Unkraut nachhaltig loswerden will, muss dessen Proteinstruktur angreifen. Spezielle Gasbrenner oder Infrarot-Geräte eignen sich hierfür perfekt. Das Geheimnis: Das Unkraut muss nicht komplett verbrannt werden. Es genügt, die Blätter für wenige Sekunden zu erhitzen, bis die Pflanzenzellen platzen. Innerhalb weniger Tage vertrocknet die Pflanze mitsamt ihrer Wurzel vollständig und lässt sich einfach wegfegen.

Vorteil: Extrem rückenschonend und umweltfreundlich.

DIE MECHANISCHE EVOLUTION: ELEKTRISCHE FUGENBÜRSTEN

Der klassische Fugenkratzer wird inzwischen oft durch die elektrische Fugenbürste mit rotierenden Aufsätzen ersetzt. Sie nimmt die harte Arbeit ab. Je nach Steinart wählt man eine schonende Nylonbürste (für weiche Beton- oder Natursteine) oder eine kraftvolle Stahldrahtbürste (für robuste Klinker). Sie reinigen die Ritzen mechanisch bis in tiefere Schichten, ohne dass man auf den Knien rutschen muss.

Vorteil: Hohe Effizienz bei minimalem Kraftaufwand.

DER KOCHEND-WASSER-TRICK: DIE NULL-EURO-GEHEIMWAFFE

Ein echter Insider-Tipp aus Omas Zeiten: Kochendes Wasser. Wenn Sie Nudeln oder Kartoffeln kochen, schütten Sie das heiße Wasser nicht in den Abfluss, sondern direkt über das Unkraut in den Fugen. Die extreme Hitze denaturiert die pflanzlichen Eiweiße augenblicklich und zerstört selbst tief



Ein gepflegter Terrassenboden trägt maßgeblich zur Optik bei.



Ob Terrasse oder Auffahrt – die Fugen sauber zu halten, ist erfahrungsgemäß sehr zeitaufwändig.



Große Platten, wenig Fugen. Ein kluger Trick, um große Mengen an Unkraut zu vermeiden.

sitzende Samen. Nach dem Abkühlen lässt sich das abgestorbene Grün mühelos entfernen.

Vorteil: Kostengünstig, simpel und effektiv.

DER HOCHDRUCKREINIGER: MIT KÖPFCHEN STATT PUREM DRUCK

Der Hochdruckreiniger verspricht schnelle Resultate, birgt aber Risiken. Wer mit maximaler Bar-Zahl direkt in die Fugen hält, spült nicht nur den Schmutz, sondern auch das gesamte Fugenbett heraus. Verwenden Sie stattdessen einen speziellen Flächenreiniger-Aufsatz mit rotierender Haube. Dieser verteilt den Druck gleichmäßig, verhindert Spritzwasser an Hauswänden und schützt die Substanz der Steine.

Wichtig: Fugen nach dem Trocknen unbedingt neu einsanden.

FESTE FUGE: PRÄVENTION DURCH FESTEN FUGENMÖRTEL

Sie möchten das Problem ein für alle Mal lösen? Dann besetzen Sie den Platz dauerhaft. Sogenannter Pflasterfugenmörtel (auch als feste Fuge bekannt) wird flüssig eingekehrt und härtet elastisch aus. Er bleibt wasserdurchlässig, versiegelt die Fuge jedoch komplett gegen Flugsamen und Wurzeln. Unkraut hat hier keine Chance mehr. In den Folgejahren reicht ein einfacher Besen vollkommen aus.

Vorteil: Langfristige und pflegeleichte Variante.

ACHTUNG BEI VERMEINTLICHEN HAUSMITTELN!

Im Internet kursieren oft Tipps, Essig oder Salz gegen Unkraut einzusetzen.



Da sind sie wieder, die Kräuter der Natur. Jetzt ist es Zeit für – ja wofür eigentlich?

Auf versiegelten Flächen wie Terrassen und Auffahrten ist dies in Deutschland sowie in vielen anderen Ländern gesetzlich verboten (Pflanzenschutzgesetz).

Da die Stoffe nicht versickern können, gelangen sie über die Kanalisation direkt und ungefiltert in unsere Gewässer. Zudem greifen Säuren empfindliche Natursteine und Beton irreparabel an.



Das Verschlemmen von Fugen schützt für einen längeren Zeitraum vor Wildwuchs.



Viele schwören auf das Abbrennen der Pflanzen.



Andere wiederum gehen klassisch-mechanisch vor.



Wiederum andere versuchen es mit Wasserdruck.

LAMINAT • PARKETT • TEPPICHBODEN • KORK
DESIGNBELÄGE • SONNENSCHUTZ • PLISSEES

VERLEGE
SERVICE

DESIGN
BODEN

Eiche
Landhausdiele

12,99
€/m²

Weitere
Top-
Angebote:
JETZT
SCANNEN!



Verwaltung:
Gutenbergstraße 12
24941 Flensburg

L&P DAS LAMINAT
& PARKETTHAUS

Gärtnerstraße 130 • 25469 HALSTENBEK • 04101 / 8 59 16 78

Wedeler Weg 101 • 25421 PINNEBERG • 04101 / 5 16 91 34

DIE GRÖSSTEN
PFEIFEN,
VON UNS
GERETTET.

Wir erhalten Einzigartiges.
Mit Ihrer Hilfe!

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



DEUTSCHE STIFTUNG
DENKMALSCHUTZ
Wir bauen auf Kultur.

m)

medico international

Solidarische
Hilfe. Globale
Gerechtigkeit.
medico.de

MAN TRÄGT
WIEDER
VERANTWORTUNG.

Beim Helfen helfen. Spendenkonto
medico international e.V.
IBAN DE21 5005 0201 0000 0018 00



Akkutischleuchte AUS VOLLHOLZ

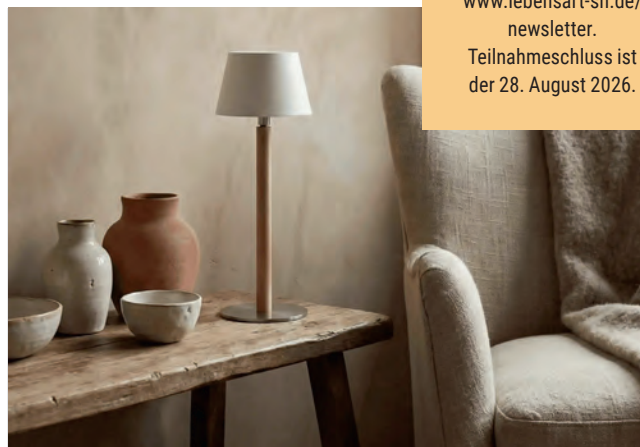
Wer kennt das nicht? Es ist Spätsommer und man möchte entspannte Abende vor dem Wohnmobil, auf dem Boot oder auf der Terrasse genießen, aber leider wird es so früh dunkel.

Eine Lampe wäre jetzt gut! Das Tischler-StartUp SpeicherArt aus Achterwehr bei Kiel bietet eine gelungene Alternative zu Plastiklampen und Kabelsalat: die Akkutischleuchte aus Vollholz. Sie ist kabellos, dimmbar, mit massivem Stahlfuß und langlebiger, energieeffizienter LED-Technologie. Sie ist in verschiedenen Ausführungen ab 99 Euro zu haben und bestellbar unter www.speicherart.de. SpeicherArt – das sind Fynn Kulemann und Knud Röder, die sich seit 2024 auf nachhaltige Designlampen aus Massivholz spezialisiert haben und ihre Produkte ausschließlich über ihre Homepage vertreiben. Einzigartig sind ihre Pendelleuchten aus formverleimtem Massivholz, die individuell konfigurierbar sind. Mehr unter www.speicherart.de.

**JETZT
MITMACHEN!**

Wir verlosen
**3 X 1
AKKUTISCHLEUCHTE**
im Lebensart-Newsletter
am 19. August 2026.
Registrieren Sie sich
direkt und verpassen
Sie keine News
oder Gewinnspiele mehr:
[www.lebensart-sh.de/
newsletter](http://www.lebensart-sh.de/newsletter).
Teilnahmeschluss ist
der 28. August 2026.

GEWINNSPIEL



Fotos: SpeicherArt (2)

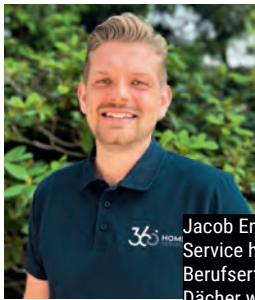
DACHREINIGUNG ZUM ERSCHWINGLICHEN PREIS

Viele Hausbesitzer*innen träumen von einem Dach,
das wieder wie neu aussieht. Das gibt es auch.

Jacob Enggaard von **360 Home Service** hat die Lösung!

„Wenn es um Dächer und Fassaden geht, scheint Hochdruckreinigung für viele die naheliegendste Lösung zu sein, doch sie hat ihren Preis: gerissene Ziegel, eintretendes Wasser und ein Dach, das nach ca. zwei Jahren wieder dreckig wird“, sagt Jacob Enggaard.

„Die 4.000-Euro-Investition – oder noch mehr – fühlt sich dann wie rausgeworfenes Geld an.“ In Dänemark reinigt kaum noch jemand



Jacob Enggaard von 360 Home Service hat in seinen 15 Jahren Berufserfahrung über 100.000 Dächer wieder chic gemacht.

sein Dach mit Hochdruck, weiß er. Stattdessen setzt man auf eine schonende Methode: eine Algen- und Moosbehandlung, die auf Dach oder Fassade aufgesprüht wird und Algen, Moos sowie Flechten bis zur Wurzel absterben lässt. Den Rest übernimmt die Natur: Wind und Wetter spülen das Material in den folgenden Monaten fort.

ALGEN- UND MOOSBEHANDLUNG

„Der beste Zeitpunkt für eine solche Behandlung ist im Herbst oder Winter, wenn das raue Wetter die Hauptarbeit übernimmt. Je nach Ausmaß der Infektion ist das Dach zum nächsten Sommer sauber – ohne gerissene Ziegel, Lecks und umweltschädliche Chemikalien“, erklärt Jacob Enggaard.



360 Home Service setzt auf eine Behandlung, die Algen, Moos und Flechten bis zur Wurzel absterben lässt. Den Rest übernimmt die Natur.

Von den Hausbesitzer*innen verlangt die Methode nur eines: Geduld. Der Prozess dauert neun bis zwölf Monate, bis das Ergebnis sichtbar ist. „Da unsere Methode im Gegensatz zur Hochdruckreinigung die Poren nie öffnet, ist auch keine Imprägnierung nötig. Dafür startet die Behandlung bereits ab 299 Euro für Dach und Fassade.“

GARANTIE-VERSPRECHEN

Jacob Enggaard hat in seinem Berufsleben schon mehr als 100.000 Dächer behandelt, davon über 10.000 in Schleswig-Holstein. Er sichert das Ergebnis mit einer Garantie ab: „Zeigen sich nach der Behandlung keine ersten Anzeichen der Wirkung, wiederholen wir die Arbeit kostenlos. Fragen Sie gerne an, wir arbeiten in ganz Schleswig-Holstein und Hamburg!“

Frühbucher-Rabatt: 10% bei Buchung bis 21. August 2026.

Dach & Fassadenreinigung

Ab nur
299 €
inkl. MwSt.

Wirksamkeit
garantiert

100%
Zufriedenheits
Garantie

🚗 Keine Anfahrtkosten 📍 In ganz Schleswig-Holstein & Hamburg für dich da!



HoWe
Horst Weige

•Umzüge •Transporte
•Entrümpelungen

Geschultes Fachpersonal • Büroumzüge
Elektroarbeiten • Möbeleinlagerungen
Möbeltransportversicherung
Möbelmontage durch Tischler
Malerarbeiten • Haus-Service
Aktenvernichtung • Küchenauf- und abbau

Ellerhoop:
04120/707940
Barmstedt:
04123/9226570
Wedel:
04103/8033903

Kostenvoranschlag, Umzugskartons sowie Anfahrt KOSTENLOS!

Für ein
besseres
Leben.
Für Mensch
und Tier.



www.provieh.de

Meyer's Mühle
Hamburgs Fachmarkt
für Gartenmöbel

/// Vielfalt /// Service /// Qualität

Saison-Endspurt

**20% – 50%
Rabatt**

für viele vorrätige
Gartenmöbel
in der 3000 qm großen
Ausstellung
in Norderstedt,
Rugenbarg 51

täglich von 10⁰⁰ – 18⁰⁰ Uhr

meyers-muehle-gartenmoebel.de

HAUS, HOF & GARTEN



STRUKTUR FÜR DEN GARTEN

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

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

WASSERSPIEL IM EIGENEN GARTEN

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

VON DER VORSTELLUNG ZUM KONZEPT

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

RÄUME GEWINNEN Persönlichkeit

Die **Galerie RIECK** auf der Carlshöhe in Eckernförde bietet nicht nur vorzügliche skandinavische Kunst an, sondern berät Sie auch gern hinsichtlich der Wirkung einzelner Werke in Ihrem eigenen Zuhause.

Kunst ist mehr als ein ästhetisches Detail – sie prägt Räume, Atmosphäre und nicht zuletzt das eigene Wohlbefinden. Studien zeigen, dass bereits das Betrachten von Kunst positive Effekte haben kann: etwa auf Emotionen, Reflexion und das eigene Erleben. Doch wie findet man das passende Werk – und den richtigen Platz dafür? Genau hier setzt die Galerie Rieck in Eckernförde an. Seit den frühen 1990er Jahren hat sich die Galerie auf skandinavische Kunst spezialisiert und präsentiert heute ein breites Spektrum von der klassischen Moderne bis zu Zeitgenössischem. Im Fokus stehen dabei nicht nur das Kunstwerk oder die Künstler*innen, sondern ebenso deren Wirkung im Raum. „Die beste Galerie ist das eigene Zuhause“ - genau aus diesem Grund bietet die Galerie individuelle Beratung, Probearbeitungen oder auch gemeinsam passende Platzierungen zu finden.

Foto: Galerie RIECK



Kunst macht Ihr Zuhause zu einem besonders schönen Ort

So kann der Besuch bei RIECK über den klassischen Galeriebesuch hinausgehen. Die wechselnden Ausstellungen in Eckernförde bieten Inspiration – mit sorgfältig ausgesuchten Werken aus dem Norden Europas. Wer sich darauf einlässt, entdeckt schnell: Kunst im eigenen Umfeld ist kein Luxus, sondern eine Bereicherung – und mit der richtigen Begleitung auch eine sehr persönliche Erfahrung. Unter www.galerie-riECK.de stehen Ihnen weitere Informationen zur Galerie RIECK zur Verfügung.

UNSER BUCHTIPP

DOPAMINE STYLE

Mehr Farben für ein glückliches Zuhause

Schaffen Sie sich ein fröhliches Zuhause mit der Kraft der Dopamin-Dekoration! Farben, Muster und Texturen regen unsere Wohlfühl-Hormone an, fördern die Motivation und steigern das Wohlbefinden. In diesem inspirierenden Guide teilt Innenarchitektin Rachel Verney (alias @the_shoestring_home) kreative Ideen, Farblehre und praktische DIY-Projekte für jedes Budget – vom Fliesen streichen bis zum Upcycling. Mit leicht verständlichen Schritten können Sie sich daran machen, ein Kopfteil zu polstern, Fliesen zu streichen, einen Cocktailschrank upzucyceln oder Ihre eigene Pergola zu bauen. Der ultimative Leitfaden für Ihren persönlichen, farbenfrohen Rückzugsort.



Rachel Verney, Dopamine Style – Mehr Farben für ein glückliches Zuhause, Midas Verlag, 224 S., 24 Euro

Cover: Midas Verlag



Foto: STILLSEGLER

KÜHLBOX, HOCKER ODER TISCH

Die Kühlbox EMILIA von STILLSEGLER ist der stilvolle Begleiter für entspannte Sommertage. Ob Picknick, Grillabend oder Seen-Ausflug – sie verbindet zeitloses Design mit durchdachter Funktion. Mit ihrem witterungsbeständigen Teakholz-Deckel wird sie zum edlen Blickfang und lässt sich flexibel als Beistelltisch oder Hocker nutzen. Der Korpus aus leichtem, robustem EPP ist von wetterfestem Markenacryl umhüllt und wird durch handgenähte Ledergriffe veredelt. Mit 40 Litern Fassungsvermögen bei kompakten Maßen (60 x 40 x 30 cm) wiegt sie nur 4,5 kg. Erhältlich ist die Kühlbox in Kirschrot, Taubenblau und Olive online unter www.stillsegler.com.

MUST HAVES

FÜR DEN SOMMER



SPIESHALTER GRANDCHEF

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 Bratspieß PRESTO, 25 cm, 6 Stück. www.tescoma.de



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

FÄCHERKARTOFFEL-SCHNEIDER HASSEL

Mit dem Fächerkartoffelschneider HASSEL werden Kartoffeln in kunstvolle Beilagen zum Spargel verwandelt. Der Schneider ermöglicht ein einfaches Auffächern von Kartoffeln und anderen Gemüsesorten, um sie anschließend individuell mit Käse, frischen Kräutern oder Quark zu verfeinern. So entstehen neue Kreationen rund um den Spargel.

UVP 19,95 Euro, erhältlich bei www.gefu.com



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 Samensorten, 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





falkemedia
GREEN CAMPUS

DEUTSCHLANDS NACHHALTIGES MEDIENHAUS



Bei uns gibt's die modernsten Studios für Videos,
Reels, Podcasts und Räume für Deine Tagung.

PODCASTS | WEBINARE | REELS | VIDEO | FOTOSTUDIO
FILMSTUDIO | PRÄSENTATIONEN | SEMINARE | KONFERENZEN



Jährlich
100 Mio.
Video Views*

Diese Marken
vertrauen uns:



BOSCH

ZauberTopf



SIEMENS



Wir haben die Räume, Equipment, technischen
Support. Ihr produziert selbst oder wir für
euch – **alles ist möglich im Green Campus!**

Ruft einfach mal durch!



0431 20076600



t.moeller@falkemedia.de

*Im falkemedia Green Campus 2023 Social Media und YouTube Videos eigene und Fremdmarken mit einer jährlichen Gesamtreichweite von über 100 Millionen Views.

Durch die Sonne fahren

Cruisen Sie mit Ihrem Neuwagen durch den Sommer und ab in den Urlaub.



LADEN SIE IHR LEBEN NEU AUF

Erleben Sie die Elektro-Sensation im Autohaus Elmshorn

Jetzt scannen: Alle Details zur ID.Polo Premiere entdecken und Ihre Gewinnchance sichern:



Im Autohaus Elmshorn lernen Sie die neuen Elektromodelle kennen und können mit etwas Glück sogar ein Jahr elektrischen Fahrspaß gewinnen.

Die ID. Familie von Volkswagen wächst weiter – und bringt pure Begeisterung auf die Straße! Während der neue, wegweisende ID.3 Neo bereits seit dem 17. Juli im Showroom in Elmshorn zum Anfassen, Reinsetzen und Erleben für Sie bereitsteht, wirft das nächste große Highlight seine Schatten voraus: die Neuerfindung einer echten Legende – der vollelektrische ID. Polo! Freuen Sie sich zudem schon jetzt auf den ID. Cross, der im Herbst als kompaktes E-SUV das VW-Portfolio perfekt bereichert. Der neue vollelektrische ID. Polo macht den Einstieg in die Elektromobilität so attraktiv wie nie zuvor! Mit einer überragenden Reichweite von über 450 km und modernstem DC-Schnellladen, das den Akku in knapp 24 Minuten von

10 auf 80 Prozent katapultiert, ist er absolut langstreckentauglich. Das optionale, riesige Panorama-Glasdach flutet den Innenraum mit Licht, während die Wellness-Massagefunktion der Sitze für echten Oberklasse-Komfort sorgt. Gesteuert wird das Ganze intuitiv über ein gestochenes scharfes 33-cm-Infotainment-Display. Zudem ist er ein echtes Raumwunder: Der komplett neu konzipierte Kofferraum bietet 441 Liter Volumen inklusive eines cleveren XL-Stauraums unter dem Ladeboden – perfekt für den großen Einkauf mit einem Kofferraumvolumen wie bei einem Kombi.

DIE ID. POLO ENTHÜLLUNG AM SAMSTAG, DEN 5. SEPTEMBER

Erleben Sie diesen Meilenstein hautnah! Das **Autohaus Elmshorn** lädt alle Interessierten herzlich zur großen Premiere in den VW-Showroom im Farmers Ring 2–6 in Kölln-Reisiek ein. Neben umfangreicher Fachberatung auf Augenhöhe erwarten Sie packende Aktionen mit

der VW Driving Experience. Machen Sie mit beim Gewinnspiel in Form einer interaktiven ID. Flotten-Rallye: Entdecken Sie die gesamte Vielfalt vom brandneuen ID.3 Neo, ID.3, ID.4, ID.5 und ID.7 Tourer bis zur Weltneuheit des vollelektrischen ID. Polo. Beantworten Sie ca. fünf spannende Fragen richtig und sichern Sie sich Ihre Chance auf das absolute Highlight: 1 Jahr kostenlos ID.Polo fahren! Scannen Sie einfach den QR-Code oben im Bild und erhalten alle Infos zur Gewinnspielteilnahme. Für das leibliche Wohl ist natürlich gesorgt: Vor dem Haus stehen ein Schwenkgrill und ein Getränkewagen bereit. Der gesamte Erlös wird an die Elmshorner Suppenhühner gespendet, um Gutes in der Region zu tun.

Autohaus Elmshorn
Farmers Ring 2–6, Kölln-Reisiek
Tel.: 04121 / 26 51 140
verkauf-vw@autohaus-elmshorn.de
www.autohaus-elmshorn.de



ID. 3 Neo:
Energieverbrauch kombiniert: ca. 15,7 - 14,0 kWh/100 km;
CO₂-Emission kombiniert: 0 g/km; CO₂-Klasse: A.



ID. Polo:
Energieverbrauch kombiniert: ca. 14,6 - 13,3 kWh/100 km;
CO₂-Emission kombiniert: 0 g/km; CO₂-Klasse: A.



ID. Cross:
Energieverbrauch kombiniert: ca. 15,5–14,0 kWh/100 km;
CO₂-Emission kombiniert: 0 g/km; CO₂-Klasse: A.

Mit KI HAND IN HAND

*Die Künstliche Intelligenz ist in vielen Unternehmen bereits Teil des Alltags.
Nutzen auch Sie die neuen Möglichkeiten besonders smart.*



AI READY

BRINGT KI IN DEN MITTELSTAND UNSERER REGION

Vom Tourplaner bis zum Gütesiegel-Check



AI READY aus Schönkirchen bei Kiel hilft mittelständischen Unternehmen dabei, Künstliche Intelligenz mit wirtschaftlichem Nutzen im Tagesgeschäft einzusetzen. Los geht es meist mit einem AI Use Case Workshop, in dem Teams herausarbeiten, wo KI im eigenen Betrieb wirklich Zeit spart. Im Anschluss werden maßgeschneiderte KI-Systeme entwickelt und die Mitarbeitenden geschult. Frischen Rückenwind gibt eine aktuelle Auszeichnung: Das Deutsche Innovationsinstitut für Nachhaltigkeit und Digitalisierung (diind) hat AI READY mit dem Siegel „Unternehmen der Zukunft“ ausgezeichnet.

WIE DAS IN DER PRAXIS AUSSIEHT, ZEIGEN DREI BEISPIELE AUS SCHLESWIG-HOLSTEIN:

Bei der Konzertagentur Wolff Concerts, die jährlich über 270 Veranstaltungen europaweit orga-

nisiert, war Geschäftsführer Philipp Neumann Wolff zunächst skeptisch: KI klang spannend, aber wie sie ihm konkret helfen sollte, blieb unklar. Nach dem Workshop entschied er sich für ein KI-System zur Tourplanung. Der Fachbereich Gütezeichen der Landwirtschaftskammer Schleswig-Holstein entwickelte drei konkrete Ideen: die Vor- und Aufbereitung von Social-Media-Inhalten einschließlich der Erstellung von Postings, die Optimierung der eigenen Website sowie die Strukturierung von Planungsabläufen und die Verteilung von To-dos.

Auch bei der Anton Willer GmbH & Co. KG zeigte sich im Workshop schnell: Es gibt viele Stellen, an denen Zeit verloren geht oder Wissen versickert. Am Ende standen klare Prioritäten und erste Umsetzungsschritte. Der gemeinsame Nenner: kleine, konkrete Anwendungsfälle, die sich zügig umsetzen lassen.



Dass der Ansatz trägt, zeigt AI READY im eigenen Haus: Als Teil der falkemedia-Gruppe spart das Unternehmen durch eigene KI-Prozesse bereits über 1.800 Arbeitsstunden im Jahr. Mehr unter www.ai-ready.de.

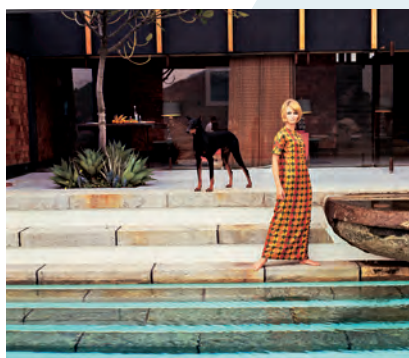
AUSSTELLUNGEN

IM AUGUST 2026

Zum 100. Geburtstag

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

F.C. Gundlach erlangte Bekanntheit durch seine weltweit erstellten Modelfotografien. Als einflussreicher Fotograf und wichtiger Teil eines Netzwerks in der Mode-, Kunst- und Kulturszene war er beteiligt an der Produktion und Rezeption deutscher Modemagazine und prägte mit zahlreichen Covermotiven die Darstellung von Mode und die damit verbundenen gesellschaftlichen Vorstellungen von Geschlecht und Identität. Die Ausstellung beleuchtet Gundlachs vielfältiges Schaffen und lotet dabei Kontinuitäten, aber auch Brüche seiner persönlichen ebenso wie gesellschaftlicher fotokultureller Entwicklungen aus. Ihr Ziel ist es, das Schaffen von F.C. Gundlach in einen umfassenden Kontext zu setzen und seine Bedeutung für die Entwicklung der Fotografie im Spannungsfeld von Auftrag, Kunst und Technik herauszustellen. Neben den ikonischen



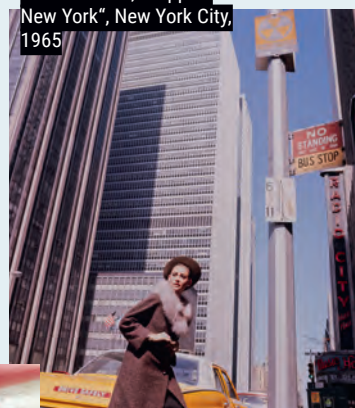
F.C. Gundlach – Gunel Person in der Villa von Sérgio Bernardes, Rio de Janeiro, 1963

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



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

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



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

Fotografien sind in der Schau auch unveröffentlichte Schwarzweiß- und Farbaufnahmen von F.C. Gundlach sowie Werke von seinen Vorbildern, Weggefährter*innen und Nachfolger*innen zu sehen. Sie können sich unter www.buceriuskunstforum.de weitergehend informieren.

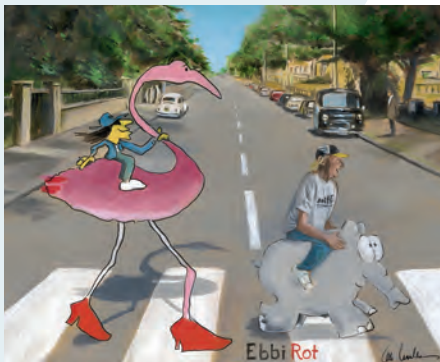


BESONDERER LESETIPP

DER ALCHEMIST VON DER PFAUENINSEL

Johannes Kunckel (1635-1703), geboren im schleswig-holsteinischen Ascheberg, war ein Alchemist, also einer der Vorläufer dessen, was heute wissenschaftlich als Chemie bezeichnet wird. Neben dem Versuch, Gold zu machen, hat er wunderschöne Preziosen aus Rubinglas hergestellt. 1678 bekam Kunckel einen Ruf nach Brandenburg, wo ihn der Große Kurfürst Friedrich Wilhelm (1620-1688) förderte. Kunckel machte seinem Dienstherrn mit seiner Glaskunst bis zu dessen Ableben große Freude, sich aber vor Ort zugleich auch viele einflussreiche Feinde. Diese neiden ihm die fürstliche Gunst, die in der Schenkung der Pfaueninsel ihren Höhepunkt fand. Nach dem Tod Friedrich Wilhelms war es mit dem guten Leben in Brandenburg für Kunckel vorbei. Florian Illies, begnadet guter Erzähler historischer Begebenheiten, der Fakten und Fiktion überaus gekonnt zu vermischen weiß, lässt uns an der Brandenburger Zeit Kunckels in „Träume aus Feuer“ auf wahrlich „magische“ Weise teilhaben – ein herrliches, unvergessliches Lektüreerlebnis.

Florian Illies: Träume aus Feuer, Pfaue Insel Verlag, 143 S., 20 Euro



Otto Waalkes – Ebbi Rot – Flamingo



James Rizzi – Let's take a trip to the tropics



Udo Lindenberg – Realität ist nur eine Illusion, die sich durch Mangel an Alkohol einstellt

Sommer-Highlights

In ihrer Galerie **ArtHus Eckernförde** präsentiert Jutta Lehmann-Kranenburg vorzügliche Kunst namhafter internationaler Künstler*innen.

Wer Eckernförde besucht, kommt am ArtHus als erster Adresse für moderne humorvolle Kunst nicht vorbei. Schon beim Betreten der hellen Galerieräume am Ochsenkopf empfangen einen Werke von Künstlern wie den beiden Deutschen Udo Lindenberg sowie Otto Waalkes und den beiden US-Amerikanern James Rizzi sowie Ed Heck. Sie alle eint, dass ihre Bilder – und im Falle von Rizzi und Heck auch die keramischen Skulpturen – eine beglückende Lebensfreude

ausstrahlen und mit ihrer eindrucksvollen Farbigkeit wunderbare Blickfänger sind. Stets ist im ArtHus Eckernförde von diesen Künstlern eine breite Palette an Druckgrafiken und Unikaten erhältlich. Und natürlich gibt es auch die Edition des Lindenbergischen Eierlikörs mit den prägnanten, von Udo gestalteten Etiketten. Zu den vier Künstlern gesellen sich Professor Ottmar Hörl mit seinen hintersinnigen Skulpturen, besonders beliebt sind seine Hasen, Erdmännchen sowie Zwerge, und der erfolg-

reiche deutsche Pop-Art-Künstler Michel Friess, dessen Bilder auf Aluminium immer für große Aufmerksamkeit sorgen. Und dann vertritt Jutta Lehmann-Kranenburg neben weiteren Künstler*innen auch den einzigartigen Jahrhundertkünstler Armin Mueller-Stahl, von dem sie ebenfalls immer Druckgrafiken und Unikate zum Erwerb vorrätig hat. Es stehen für Sie unter www.arthus-eckernfoerde.de weitere Informationen zu der großartigen Galerie und den Künstler*innen zur Verfügung.



Martina Junker – Tripleurospermum inodorum 7



Martina Junker – Matricaria chamomilla 7

Blumig

Noch bis zum 16. August lädt die Künstlerin Martina Junker zur Kunstausstellung „Blütenflair“ in das Elbmarschenhaus in Haseldorf ein. Die Schau präsentiert stimmungsvolle, florale Kunstwerke, die den Blick für die Schönheit der Natur schärfen und dazu anregen, ihre positive Wirkung auf unser Wohlbefinden neu zu entdecken. In einer Zeit, in der der Alltag zunehmend von Technik geprägt ist, gewinnt das bewusste Erleben der Natur immer mehr an Bedeutung. Genau hier setzt Martina Junkers künstlerische Arbeit an. „Mit meiner Kunst möchte ich den Zauber der Natur einfangen“, sagt die Künstlerin selbst. Ihre betörenden Werke spiegeln Optimismus, Leichtigkeit und Lebensfreude wider – Eigenschaften, die sich in der Anmut und Lebendigkeit hübscher Blüten auf besondere Weise zeigen. Weitere Informationen stehen Ihnen unter elbmarschenhaus.de zur Verfügung.

ARTHUS
Eckernförde

SOMMER-HIGHLIGHTS

WERKE VON
UDO LINDBENBERG, OTTO WAALKES,
MICHEL FRIESS, ARMIN MUELLER-STAHl, UVM...



Ausstellung und Verkauf | Langebrückstr. 10 (Eingang Straße Ochsenkopf) | 24340 Eckernförde
Inh. Jutta Lehmann-Kranenburg | Mail kontakt@arthus-eckernfoerde.de | www.arthus-eckernfoerde.de
Öffnungszeiten: Mi. – Sa. 11 – 17 | Und nach Vereinbarung | Mo. und Di. geschlossen



Der Barkenhoff, Wohn- und Atelierhaus von Heinrich Vogeler, gehört zu den zentralen Plätzen der Worpsweder Künstlerkolonie.

EIN ORT DER KUNST

In diesem Jahr wäre Paula Modersohn-Becker, die heute wohl bekannteste Protagonistin der Künstlerkolonie Worpswede, 150. Jahre alt geworden – ein guter Anlass, den schönen Ort und die verschiedenen Ausstellungshäuser dort zu besuchen.

VON HEIKO BUHR



Auf dem Bild „Sommerabend“, das in der Großen Kunstschau ausgestellt ist, sind unter anderem die Worpsweder Paula Modersohn-Becker, Otto Modersohn, Martha und Heinrich Vogeler sowie Clara Westhoff zu sehen.

Worpswede liegt unweit nordöstlich von Bremen. Hier hat sich eine der weltweit bekanntesten Künstlerkolonien um die Jahrhundertwende angesiedelt. Fritz Mackensen (1866-1953) kam 1884 als erstes Mitglied hierher, es folgte 1889 ein gemeinsamer Besuch mit Otto Modersohn (1865-1943) sowie Hans am Ende (1864-1918). Zu den drei Vorreitern stießen bald Fritz Overbeck (1869-1909) sowie Heinrich Vogeler (1872-1942). Auch eine Reihe von bedeutenden Künstlerinnen wie Ottilie Reylaender (1882-1965), Clara Westhoff (1878-1954) und natürlich Paula Modersohn-Becker (1876-1907) wirkten in Worpswede.

ZWEI MUSEEN

Direkt am Hauptparkplatz in der Bergstraße befinden sich zwei Museen: die Große Kunstschau Worpswede sowie die Worpsweder Kunsthalle.

Die Große Kunstschau Worpswede umfasst einen Bau aus den 1970er-Jahren sowie die ursprüngliche, von Bernhard Hoetger entworfene Große Kunstschau mit dem alten Eingangsbereich und der Rotunde. Der Höhepunkt der hier aktuell präsentierten Bilder ist Heinrich Vogelers Meisterwerk „Sommerabend“ (1899-1905). Aber auch Paula Modersohn-Beckers „Halbakt einer sitzenden Bäuerin“ (um 1900), Fritz Mackensens „Trauernde Familie“ (1896), Carl Vinnens „Mondnacht“ (1900) oder Fritz Overbecks „In den Wiesen II“ (1904) sind überaus eindrucksvoll. Die älteste Kunstinstitution in Worpswede ist die Worpsweder Kunsthalle, wo zurzeit ein besonderes Augenmerk auf die Kunststiftung Friedrich Netzel gelegt wird. „Blühende Obstbäume (im Mai II)“ (o. J.) von Fritz Overbeck, „Frühling in Worpswede“ (um 1902), „Porträt Ilse Hahn-Stoermer“ sowie „Por-

trät Hilde Leonhardt (Mädchenporträt)“, beide 1916 und 1921 von Heinrich Vogeler gemalt, stechen hier heraus.

ZWEI WOHN- UND ARBEITSHÄUSER

Zum Barkenhoff, dem Wohn- und Atelierhaus von Heinrich Vogeler, ist es ein kleiner Fußmarsch, an dessen Ende das wunderschöne Gebäude des „Birkenhofs“ mit seinem hübsch angelegten Garten, dem Interieur und einer grandiosen Sammlung von Vogelers Werken unterschiedlichen Schaffensphasen den Weg reichhaltig entlohn. In diesem Jahr werden außerdem in einer Sonderschau Menschenbilder gezeigt. Im „Haus im Schluf“ wiederum, einem aus drei Gebäuden sowie einem herrlichen Gartengrundstück bestehenden Ensemble, hat Martha Vogeler (1879-1961), die erste Gattin von Heinrich Vogeler, mit ihren drei Töchtern



Die Worpsweder Kunsthalle gehört zu den vier Häusern des Museumsverbundes Worpswede.

Dieses Gebäude gehört zum dreiteiligen Ensemble des „Haus im Schluh“ und war das Wohnhaus von Martha Vogeler.



In einem der drei Häuser im „Haus im Schluh“ hängt das großartige Bild „Frühling“ von Heinrich Vogeler.

gelebt und gearbeitet. Heute kann ihre Handweberei sowie ein Teil der Möbel und Bilder aus dem Barkenhoff, die sie nach dem Ende der Ehe bekommen hat, besichtigt werden. Das herausragende Bild ist hier „Frühling“ (1897) von Heinrich Vogeler.

DIE EIGENSTÄNDIGEN

Neben den vier Ausstellungshäusern des Worpsweder Museumsverbundes gibt es noch zwei privat geführte Museen, die überaus empfehlenswert sind. Etwas versteckt im Grünen befindet sich die 1926 gebaute „Käseglocke Worpswede“, ein absolut ungewöhnliches, tatsächlich an eine Käseglocke erinnerndes Gebäude. Es beherbergt Mobiliar, das von Heinrich Vogeler und Bernhard Hoetger entworfen wurde, und Kunst und Kunsthandwerk verschiedener Künstler*innen. Der Star der „Käseglocke Worpswede“ ist jedoch das Gebäude selbst. Letzteres könnte auch für das Modersohn-Haus gelten, welches heute zusammen mit einem neueren Anbau das fantastische „Museum am Modersohn-Haus“ beherbergt. Im ehemaligen Wohnhaus der Modersohns und einem Anbau von 1997 kann – neben altem Mobiliar – die exzellente Sammlung mit Werken der Worpsweder Künstlergruppe entdeckt werden, die Bernhard Kaufmann und sein Sohn Dr. Wolfgang Kaufmann (gemeinsam mit seiner Ehefrau Sigrun) zusammengetragen haben. Es sind wahrlich vorzügliche Bilder von Fritz Mackensen, Otto Modersohn, Hans am Ende, Paula Modersohn-Becker, Heinrich Vogeler und anderen zu sehen. Dazu gibt es hier viele fotografische und andere Dokumente sowie anhand von Texttafeln auch weitergehende Informationen.



Blick in den modernen Anbau und die vorzügliche Sammlung des „Museum am Modersohn-Haus“.

Die Käseglocke ist ein außergewöhnliches Gebäude am Waldrand mit einer schönen Ausstellung innen.



INFOS ZU WORPSWEDE

MEHR ERFAHREN

Zum Museumverbund Worpswede:
www.worpswede-museen.de

Zur Käseglocke:
www.freunde-worpswed.es.de

Zum Museum am Modersohn-Haus:
www.museum-modersohn.de

Zum Künstlerdorf Worpswede:
worpswede.de



In diesem Haus wohnte und starb Paula Modersohn-Becker. Heute befindet sich hier samt Anbau das „Museum am Modersohn-Haus“.

VERANSTALTUNGSTIPPS

IM AUGUST 2026

Foto: Perets - Rahul Pandit (1)



HIMMEL AUF ERDEN

Große Gefühle und eine gehörige Portion Humor: Das theater23 bringt mit der Uraufführung von Viola Tharandts romantischer Komödie „Himmel auf Erden“ ein echtes Kultur-Highlight auf die schwimmende Seebühne im Naturbad Falkenwiese. Das Stück bietet ein spritziges Spiel voller Tiefgang, Witz und überraschender Wendungen. Im Zentrum der Handlung stehen zwei Welten, die unterschiedlicher kaum sein könnten: Wenn der wohlhabende Hotel-Erbe und leidenschaftliche Hobby-Trickbetrüger Kai auf die geheimnisvolle Neila trifft, fliegen sofort die Funken – samt einem handfesten Blechschaden als turbulenter Auftakt.

Neila scheint ihr Gedächtnis komplett verloren zu haben, während Nächstenliebe für den Egozentriker Kai bisher ein absolutes Fremdwort war. Dennoch führt das Schicksal die beiden gegensätzlichen Charaktere immer wieder zusammen, bis sie vor einer folgenschweren Wahl stehen. Vor der malerischen Kulisse des Naturbads entfaltet sich eine mitreißende Geschichte über Vorurteile, Mitgefühl und die Magie unverhoffter Begegnungen. Infos und Karten unter www.theater23.de.

7. August, 20 Uhr • Naturbad Falkenwiese, Lübeck

Foto: OT Weiß

SOMMERKONZERTE

Im August gehen die Sommerkonzerte in der Rendsburger Stadtkirche St. Marien in die zweite Runde. Immer mittwochs um 18.10 Uhr erwartet das Publikum bei freiem Eintritt ein abwechslungsreiches Programm – bei sommerlichen Temperaturen in der angenehm kühlen, historischen Kirche, einem Meisterwerk der Gotik. Den Auftakt gestalten am 5. August Philipp Broda (Saxofon, Foto u.) und Axel Riemann (Klavier) mit „Jazz und andere Verwandte“ sowie Musik von Duke Ellington und eigenen Kompositionen. Am 12. August folgt Alexander Bytchkov mit „Akkordeon total“ und Werken von Bach, Pergolesi, Scarlatti und weiteren Komponisten. Am 19. August stehen „Lieder für die Seele“ mit Sängerin Eva Schneiderreit (Foto o.) und Pianist Volker Linhardt auf dem Programm. Den Abschluss gestalten am 26. August Trompeter Lukas Paulenz und Volker Linhardt an den beiden Orgeln mit Werken aus Barock, Klassik und Romantik.



Fotos: Eva Schneiderreit privat, Lars Kruse

Immer mittwochs im August, 18.10 Uhr • St. Marien-Kirche, Rendsburg

Kulturgenuss MIT DEM THEATERBUS

Der Theaterbus von inkultur ermöglicht Kulturerlebnisse ohne Anreisestress. Ein maßgeschneiderter Service bringt Theaterfans direkt zu den großen Hamburger Bühnen und sicher zurück.



Foto: inkultur – Hamburger Volksbühne e. V.

Vorhang auf für ein echtes Rundum-sorglos-Erlebnis: Auch in der Spielzeit 2026/27 steuern die beliebten Theaterbusse von inkultur – Hamburger Volksbühne e. V. wieder die glanzvollsten Kulturstätten der Metropole an. Ob ein Konzert in der Elbphilharmonie, große Oper oder packendes Schauspiel auf den renommierten Theaterbühnen – hier trifft hochkarätiger Kunstgenuss auf pure Bequemlichkeit. Moderne Reisebusse sammeln die Vorstellungsbesucher*innen in einigen Hamburger Stadtteilen sowie im Umland ein und chauffieren sie nach dem Schlussapplaus sicher wieder heim. Die lästige Parkplatzsuche, dunkle Abendfahrten oder das Warten auf die Bahn gehören damit der Vergangenheit an.

Hinter den Kulissen läuft dafür die kreative Programmregie: Sobald die neuen Spielpläne feststehen, wird für jeden Abfahrtsort ein eigener, facettenreicher Kulturmix zusammengestellt. Von spritzigen Komödien über opulente Ballette bis hin zu klassischen Konzerten ist alles dabei. Die Eintrittskarten kommen bequem per Post oder E-Mail, sodass der gesamte Organisationsaufwand entfällt. Diese gemeinsamen Ausflüge wecken echte Lebensfreude, verbinden Menschen und machen jeden Theaterabend zu einem unvergesslichen Gemeinschaftsevent. Beratung unter Tel.: 040 / 227 006 66 oder per E-Mail an theaterbus@inkultur.de. Mehr Infos unter www.theaterbus-hamburg.de.

LIA JOHAM



Foto: Lia Joham

Gemeinsam mit ihrer Band präsentiert die Pop-Soul-Künstlerin erstmals ihre aktuellen Songs live – darunter bereits veröffentlichte Titel ebenso wie bislang unveröffentlichte Stücke. Kraftvolle Vocals, groovige Rhythmen und gefühlvolle Balladen prägen den Sound, der Einflüsse aus klassischem Soul mit modernem Pop verbindet. In ihren Songs erzählt Lia Joham von den Höhen und Tiefen des Lebens und zwischenmenschlichen Beziehungen – ehrlich, emotional und mitreißend. Das Publikum darf sich zudem auf einige musikalische Überraschungen freuen. Mehr Infos und Tickets gibt's unter www.hebeuehne.de.

**13. August, 19.30 Uhr •
Hebeuehne, Hamburg**

THEATERFAHRTEN NACH HAMBURG

„Bequem per Bus ins Theater!“

Gemeinsam
besondere
Momente
erleben!

Wir halten an folgenden Orten:
 Barmstedt, Blankenese, Elmshorn, Glückstadt, Halstenbek,
 Heiligenstedten, Horst, Krempe, Pinneberg, Rellingen, Rissen,
 Schenefeld, Tornesch, Uetersen, Wedel und einige mehr

www.Theaterbus-Hamburg.de

Weitere Infos:
 Tel. 040 - 227 006 66
theaterbus@inkultur.de

EIN ABO – ALLE THEATER!
Ein Service der Hamburger Volksbühne e.V.

NESTERVAL: DAS SCHIFF

Mit „Das Schiff“ entführt das preisgekrönte queere Theaterkollektiv Nesterval das Publikum auf der MS Stubnitz in eine immersive Parallelwelt. Ausgangspunkt ist die Rettung einer havarierten Luxusyacht – daraus entwickelt sich ein packendes Gesellschaftsexperiment über Macht, Privilegien und menschliche Abgründe. Zwischen Maschinenraum und Captain's Dinner verschwimmen die Grenzen zwischen Oben und Unten, während das Publikum selbst Teil der Crew wird. Historische Bezüge, Popkultur und politische Themen verschmelzen zu einem außergewöhnlichen Theatererlebnis. Mehr Infos, weitere Termine und Karten unter www.stubnitz.com.

9. August, 19 Uhr • MS Stubnitz, Hamburg



Foto: Alexandra Thompson



Foto: JazzWerk

JAZZWERK BIG BAND

Mit fantasievollen Arrangements, packenden Grooves und großer Spielfreude eröffnet die JazzWerk Big Band die neue Saison im Nica Jazz Club. Unter der Leitung des Hamburger Pianisten und Komponisten Dirk Bleese präsentiert das Ensemble einen mitreißenden Querschnitt aus Modern Mainstream und Contemporary European Jazz – mal mit feinsinnigem Swing, mal mit rockigen Beats oder Latin-Einflüssen. Als Special Guest ist Sängerin Malwina Richter zu erleben. Gemeinsam mit der Big Band interpretiert sie Chansons von Friedrich Holländer neu und verleiht den zeitlosen Liedern im orchestralen Big-Band-Sound eine frische, moderne Klangfarbe. Mehr Infos und Karten unter www.nica-jazzclub.de.

21. August, 20 Uhr • Nica Jazz Club, Hamburg

BLUES POWER TRIO



Blues trifft deutschsprachigen Rock: Im Goldbekhaus sorgt das BluesPower Trio mit Abi Wallenstein, Matthias Schlechter und Martin Bohl für einen Konzertabend voller Spielfreude und mitreißender Grooves. Gitarrenlegende Abi Wallenstein zählt seit Jahrzehnten zu den prägenden Figuren der deutschen Blues-Szene und begeistert mit virtuosem Spiel und trockenem Humor. Als Support ist ExPoorter dabei. Die Band verbindet deutschsprachigen Rock im Stil der Hamburger Schule mit Indie-, Pop- und weiteren Einflüssen und überrascht mit eigenwilligen Songs und musikalischen Zitaten. Tickets kosten im Vorverkauf 15 Euro zzgl. Gebühren, an der Abendkasse 22 Euro.

22. August, 19.30 Uhr • Goldbekhaus, Hamburg

Foto: Ellen Coenders

DER HUND VON BASKERVILLE

Auf der Adelsfamilie Baskerville lastet ein dämonischer Fluch. Seit Sir Hugo im Jahre 1742 ein Mädchen erstach, treibt sich ein monströser, heulender Hund in den Mooren herum, die das Familienanwesen umgeben. Und zwar immer dann, wenn einem Baskerville der Tod droht. Als schließlich Sir Charles Baskerville tot aufgefunden wird, fürchtet der letzte Überlebende des Clans und Erbe des Familienbesitzes, Sir Henry, um sein Leben. Doch gibt es ihn wirklich, den Hund von Baskerville? Der brillianteste Detektiv aller Zeiten und sein treuer Gehilfe Dr. Watson wollen das Geheimnis lüften ... Mehr Infos, weitere Termine und Tickets unter www.imperial-theater.de.

20. August, 20 Uhr • Imperial Theater, Hamburg



Foto: G2 Baraniak

FISCH FÖR VEER – EIN LETZTES MAHL

Die zu den beliebtesten und erfolgreichsten Schauspielen der letzten Jahrzehnte zählende Kriminalkomödie „Fisch für veer – Ein letztes Mahl“ von Wolfgang Kohlhaase und Rita Zimmer ist vom 30. August bis zum 30. Oktober im **Ohnsorg-Theater** in Hamburg zu sehen.

Beinahe 30 Jahre und somit sein halbes Leben ist der Diener Rudolf den ob eines Brauereierbes überaus wohlhabenden Schwestern Charlotte, Cäcilie und Clementine treusorgend ergeben – sowohl im Haushalt als auch in amourösen Angelegenheiten. Zusammen verbringen sie gerade in einem märkischen Landhaus den Sommer. Aber Rudolf hat nun genug von der jahrzehntelangen Plackerei und bittet die Damen deshalb um vorzeitige Auszahlung des ihm versprochenen Erbes, um endlich seine so sehr ersehnte Weltreise antreten zu können. Aber die drei Schwestern denken überhaupt nicht daran, ihr Versprechen einzulösen, ihn testamentarisch zu bedenken und ihr Vermögen mit ihm zu teilen. Und so droht

Rudolf, sein Geheimnis auszuplaudern, womit wiederum ein köstlich-böses Spiel um Macht, Kontrolle und ums Überleben seinen Anfang nimmt.

Mit ihren durchtriebenen, gewitzten Figuren und überraschenden Wendungen hält das herrliche Lustspiel das Publikum auf wundervolle Weise bis zur letzten Minute in Atem. „Fisch für veer – Ein letztes Mahl“ ist in der Inszenierung von Marc Becker mit Oskar Ketelhut, Beate Kiupel, Birte Kretschmer sowie Meike Meiners ein grandioser Spaß und ein Bühnenvergnügen besonderer Güte.

30. August bis 30. Oktober
Ohnsorg-Theater, Hamburg



Der Diener Rudolf serviert den Schwestern Charlotte, Cäcilie und Clementine in der Komödie „Fisch für veer – Ein letztes Mahl“ im Ohnsorg-Theater ein ganz besonders Gericht

OHNSORG-THEATER ÜNNERWEGENS

AUF REISEN

Alle, die „Fisch für veer – Ein letztes Mahl“ nicht bis zum 30. Oktober sehen können, haben noch einmal Anfang 2027 Gelegenheit, die Komödie der Extraklasse zu erleben, denn das Ohnsorg-Theater kommt am 17. Januar mit dem Stück ins Theater Elmshorn, am 19. Januar ins Lichtwerk Theater im Körber-Haus Hamburg, am 31. Januar ins Elbeforum Brunsbüttel sowie am 9. Februar ins Schauspielhaus Kiel. Unter www.ohnsorg.de erfahren Sie weitere Termine, wo das Lustspiel außerdem noch aufgeführt wird.

Foto: © Sinje Hasheider

SEBASTIAN SCHNOY



Foto: Sebastian Schnoy

Sebastian Schnoy kennt Hamburg wie kaum ein anderer: Der gebürtige Hamburger, Historiker und Kabarettist widmet seiner Heimatstadt ein ebenso humorvolles wie kenntnisreiches Bühnenprogramm. Mit scharfem Witz und spannenden Anekdoten erzählt er von St. Pauli, der Alster und den Eigenheiten der Hansestadt. Warum sagt man „auf“ statt „in“ St. Pauli? Weshalb kümmert sich Hamburg so hingebungsvoll um seine Alsterschwäne? Und welche kuriosen Geschichten verbinden Persönlichkeiten wie Heidi Kabel, Helmut Schmidt oder Konrad Adenauer mit der Stadt? Mehr Infos und Tickets unter www.almahoppe.de.

28. August, 20 Uhr • Alma
Hoppes Lustspielhaus, Hamburg

OIDORNO

Zehn Jahre Oidorno – das wird gefeiert! Was einst als scherzhafte Idee während eines Hamburger Politgruppen-Wochenendes begann, hat sich längst zu einer festen Größe der Punkrock-Szene entwickelt. Die Band selbst bezeichnet sich augenzwinkernd als „bandgewordenen Kneipenwitz“, doch aus dem Gag wurde schnell mehr: energiegeladene Konzerte, treue Fans und jede Menge Leidenschaft. Zum Jubiläum geht Oidorno 2026 auf eine exklusive Tour mit neun Konzerten. Ein Abend voller rauer Punkrock-Hymnen, Humor und mitreißender Live-Energie ist garantiert. Mehr Infos und Tickets unter www.fabrik.de.

21. August, 20 Uhr Fabrik, Hamburg



Foto: Paul Kummer

BLUES-FRÜHSCHOPPEN

Blues, Boogie und Ragtime sorgen auf dem Heidbarghof für beste Frühschoppen-Stimmung. Bluesgitarrist Martin Friedenstab begeistert mit seinem markanten Slide-Spiel, erdigen Soli und authentischem Gesang im Stil des Mississippi-Blues. Gemeinsam mit dem Sylter Musiker André Closius, der Blues, Boogie und Ragtime mit Fingerpicking-Gitarre und Mundharmonika interpretiert, bildet er ein eingespieltes Duo. Ergänzt wird das Konzert vom Hamburger Waschbrett-Virtuosen Gunther Andernach, der als feste Größe der Hamburger Musikszene gilt. Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt. Mehr Infos unter www.heidbarghof.de.

30. August, 12 Uhr • Heidbarghof, Hamburg



Foto: Heidbarghof, Martin Friedenstab





LANDGESTÜT TRAVENTHAL

GROSSER
Landmarkt

Haus&Garten, Mode
Kunsth Handwerk, Pflanzen

5. + 6. September

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

HISTORISCHER  HENGSTSAAL



Foto: Karl-Heinz Haase

MOCKY & DIE RAZZZELBANDE

Ein geheimnisvolles Paket aus dem All sorgt bei Mocky für jede Menge Wirbel. Während die neugierige Möwe Ove auf einen leckeren Tiefkühlfisch hofft, ahnt Mocky, dass die Überraschung der Razzzelbande etwas ganz anderes bereithält. Das interaktive Puppentheater „Mocky & die Razzzelbande – Die Überraschung aus dem All“ lädt Kinder von vier bis sieben Jahren zum Mitsingen, Mittanzen, Mitlachen und Beatboxen ein. Mit Musik, Mitmachaktionen und Mr. Beatbox entsteht ein kurzweiliges Abenteuer, bei dem das junge Publikum selbst Teil der Geschichte wird. Mehr Infos und Karten unter www.tivoli.de.

30. August, 11.30 Uhr • Schmidtchen, Hamburg

DIE INSURGENTINNEN

Drei Frauen in der Lebensmitte haben genug vom braven Alltag – und gründen kurzerhand eine revolutionäre Zelle. Klingt verrückt? Ist es auch. In „Die Insurgentinnen“ treffen schwarzer Humor, Schauspiel und Tanz auf die große Frage, warum man seine Träume eigentlich immer auf später verschiebt. Gemeinsam mit einem eher unfreiwilligen Mitstreiter stellen die selbst ernannten Rebellinnen Konventionen auf den Kopf und sorgen für reichlich Chaos. Die Eigenproduktion des Hamburger Sprechwerks ist eine ebenso witzige wie bissige Komödie über Idealismus, Mut und den Wunsch, das Leben noch einmal ordentlich aufzumischen. Mehr Infos, weitere Termine und Karten unter www.sprechwerk.hamburg.

Premiere: 26. August, 20 Uhr • Hamburger Sprechwerk, Hamburg



Foto: G2 Bananak



NORDEN – THE NORDIC ARTS FESTIVAL

Magische Tage an der Schlei

Zwei verlängerte Wochenenden voller Musik, Literatur, Kunst und Street-food: Das NORDEN Festival bringt vom 27. August bis 6. September wieder Leben auf die Schleswiger Königswiesen.

Wenn sich der Sommer langsam verabschiedet, beginnt in Schleswig eines der beliebtesten Kulturereignisse des Jahres. An insgesamt acht Tagen verwandelt das NORDEN Festival die Königswiesen direkt an der Schlei in eine bunte Bühne für Musik, Literatur, Kunst und Begegnungen. Das besondere Konzept verbindet nordisches Lebensgefühl mit entspannter Festivalatmosphäre und zieht längst Gäste aus dem ganzen Norden an.

Das Line-up kann sich auch 2026 sehen lassen: Indie-Pop-Künstlerin Alli Neumann (Foto r.), die norwegischen Indie-Stars Kakkaddafakka, „Die Höchste Eisenbahn“ aus Berlin mit Moritz Krämer und Francesco Wilking (Foto m.), Jan Plewka und ON! aus Kiel (ehemals Tequila & the Sunrise Gang) zählen zu den musikalischen Höhepunkten auf der Schleibühne. Auf der Gartenbühne feiern die DJs „Beauty & The



Beats“ und Katja Ruge ihre NORDEN Premiere. Im Kulturzelt warten zudem mehr als 20 Lesungen: Bestseller-Autor*innen wie Linda Zervakis, Lars Haider, Anne Siegel und Stephan Schäfer treffen auf ausgezeichnete Newcomer wie Dara Brexendorf, Dominik Bloh und Martina Behm.

Zudem laden poetische Fahrradakrobatik, internationales Straßentheater, kreative Workshops, Yoga, Stand-up-Paddling und das beliebte und diesmal sogar noch größere Familienareal „Lüttland“ zum Mitmachen und Entdecken ein.

Die acht Meter hohe Riesenschaukel „Kiiking“ sorgt ebenso für staunende Gesichter wie das abendliche Lichtkunstfestival NORDEN Lights, das die Königswiesen in eine faszinierende Kulisse verwandelt. Dazu kommen Streetfood, gemütliche Loungebereiche und der einmalige Blick auf die Schlei – beste Voraussetzungen für unvergessliche Spätsommertage.

Tickets gibt es bereits ab 15 Euro zzgl. Vorverkaufsgebühren im NORDEN Onlineshop. Für Familien ist ein vergünstigtes Angebot erhältlich. Das gesamte Programm und weitere Infos unter www.norden-festival.com.





Foto: Hannah Juanita

HANNAH JUANITA & BAND

Hannah Juanita verließ Anfang zwanzig ihre Heimat Tennessee, um die Welt zu entdecken. Auf der Suche nach sich selbst reiste sie umher, lebte von Gelegenheitsjobs und verbrachte viele Nächte singend am Lagerfeuer – ohne Karrierepläne. Zurück in Nashville, nur mit Hund, Gitarre und Herzscherz-Songs, fand sie schnell ihren Platz in der Live-Szene. Mit ihrem klassischen Old-School-Sound wurde sie zur festen Größe der Country-Szene. Nun stattet sie Hamburg einen Besuch in der Nochtwache ab. Mehr Infos und Karten gibt's unter www.nochtspeicher.de.

26. August, 20.30 Uhr • Nochtwache, Hamburg

LES PAPILLONS

Les Papillons sprengen mühelos jede Genreschublade. Ihre Programme sind weder klassisches Konzert noch Kabarett oder Comedy, sondern eine mitreißende Mischung aus Musik, Humor und verblüffender Bühnenkunst. Mit virtuosen Collagen verwoben die beiden vielfach ausgezeichneten Schweizer Musiker Zitate aus rund hundert bekannten Musikstücken zu überraschenden Geschichten voller Witz und unerwarteter Wendungen.

So treffen Pop und Klassik auf einzigartige Weise aufeinander. Zum 20-jährigen Bühnenjubiläum präsentieren Les Papillons ihr neues Programm „SUPERNOVA!“. Mehr Infos und Karten gibt's unter www.kbh-marne.de.

29. August, 19.30 Uhr • Kultur- und Bürgerhaus, Marne



Foto: Les Papillons

SCHUBYS BUCHTIPP

Das fesselnde Thriller-Phänomen

Mit der „Mindf*ck-Serie“ schuf die unter dem Pseudonym S. T. Abby schreibende Bestsellerautorin C. M. Owens eine ebenso temporeiche wie fesselnde Thrillerreihe. Nun sind die ersten beiden Bände auf Deutsch erschienen.

SECRET – DU SOLLST MICH FÜRCHTEN

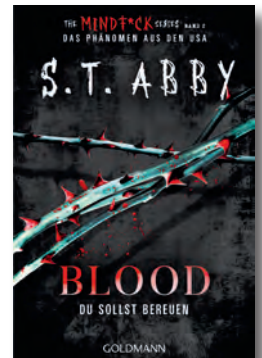
Die junge erfolgreiche Lana Myers lebt zurückgezogen in Virginia. Niemand würde vermuten, dass sie die meistgesuchte Serienkillerin des Landes ist. Ihre Opfer: Männer, die alle aus derselben Kleinstadt stammen. In einer dunklen Nacht vor zehn Jahren begingen sie ein unaussprechliches Verbrechen, und Lana hat grausame Rache geschworen. Dicht auf den Fersen ist ihr ein Spezialteam des FBI unter der Leitung von Agent Logan Bennett. Als Logan in einem Café eine attraktive junge Frau kennenlernt, ahnt er nicht, dass er dabei ist, eine Killerin in sein Leben zu lassen.

S. T. Abby: Goldmann, 240 S., 12 Euro

BLOOD – DU SOLLST BEREUEN

Lana Myers ist jung, erfolgreich und seit Kurzem in einer glücklichen Beziehung mit dem FBI-Agenten Logan Bennett. Alles scheint perfekt. Was Logan aber nicht weiß: Lana ist die meistgesuchte Serienmörderin des Landes. Ihr Motiv ist Rache an einer Gruppe Männer, die ihr vor zehn Jahren unsagbares Leid angetan haben. Noch kann sie ihre wahre Identität geheim halten, doch Logan und sein Profiler-Team arbeiten unermüdlich an ihrem Fall. Ein einziger Fehler könnte Lanas Vergeltungsplan zum Einsturz bringen. Und sie ihre große Liebe kosten. Besonders seit Logans Kollegin Hadley sie im Visier hat ...

S. T. Abby: Goldmann, 224 S., 12 Euro



Ein fulminanter, kurzweiliger Serienauftakt, der im zweiten Band das hohe Spannungsniveau mühelos hält – ein nervenaufreibender Tanz auf Messers Schneide.
***** 5 von 5 Sternen

FLENSBURGER HOFKULTUR

Kulturgenuss in den schönsten Höfen der Stadt

Musik, Literatur und besondere Orte: Die Flensburger Hofkultur geht in die heiße Phase. Im August warten internationale Gäste, lokale Talente und besondere Entdeckungen.



Ob Stummfilmkino mit Ralph Turnheim, die überaus talentierte Neuentdeckung Sara Bax oder das kostenlose Kinderkonzert von Deniz & Ove – die Flensburger Hofkultur hat im August Kultur vom Feinsten zu bieten.

Mit dem August erreicht die Flensburger Hofkultur ihren Höhepunkt. Bereits seit Ende Juli verwandeln sich versteckte Innenhöfe, historische Plätze und ungewöhnliche Spielorte in stimmungsvolle Bühnen. Das Festival lädt inzwischen zum 32. Mal dazu ein, Flensburg von einer anderen Seite kennenzulernen – mit Konzerten, Lesungen und besonderen Formaten, die internationale Künstlerinnen und Künstler ebenso zusammenbringen wie die regionale Kulturszene.

Viele Veranstaltungen sind bereits ausverkauft, doch gerade jetzt lohnt sich ein Blick auf die verbliebenen Highlights. Ein besonderer Geheimtipp ist am 6. August um 20.30 Uhr Stefanie Boltz mit ihrem Programm „Midsummer Poem“. Im atmosphärischen Pastoratshof verbindet die Sängerin bekannte Sommerlieder mit

Lyrik von Hermann Hesse und Rainer Maria Rilke. Gemeinsam mit Cellist Nenad Uskokovic entstehen fein verwobene Klanglandschaften zwischen Jazz, Pop und Poesie.

Ein außergewöhnliches Kinoerlebnis folgt am 8. August im Künstlerhof. Dort vertont der Wiener Leinwand-Lyriker Ralph Turnheim den Stummfilmklassiker „Der Hund von Baskerville“ live mit Stimme, Reimen und viel Humor – ein Abend, der Krimi, Theater und Film auf ungewöhnliche Weise verbindet. Los geht es um 21 Uhr.

Zu den spannendsten Neuentdeckungen zählt außerdem Sara Bax & Band am 20. August um 20.30 Uhr im Brasseriehof. Die niederländische Sängerin, die Jazz und Pop in Arnheim studierte, verbindet Singer-Songwriter-Sound mit Jazz-, Latin- und Chanson-Einflüssen. Ihre

mehrsprachigen Songs schaffen eine intime Atmosphäre und machen das Konzert zu einem besonderen Erlebnis für alle, die neue musikalische Stimmen entdecken möchten. Am selben Tag gehört der Brasseriehof am Nachmittag den jüngsten Gästen: Deniz & Ove präsentieren um 14.30 Uhr ein kostenloses Kinderkonzert voller Mitmachspaß und humorvollen Alltagsgeschichten für die ganze Familie.

Ein ganz neues Format ist „Flens345“ am 22. August. Unter dem Motto „Drei Bands. 45 Minuten. Ein Hof.“ wird der Hof der Flensburger Brauerei zum Festival im Festival. Mit Jule Sösemann, Soulshine und Frankly zeigt der Abend, wie vielseitig und lebendig die Flensburger Musikszene ist.

Das gesamte Programm und Tickets sind erhältlich unter www.flensburger-hofkultur.de.



IMPRESSUM

Lebensart im Norden

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

Verlagskontor Schleswig-Holstein GmbH
Exerzierplatz 3, 24103 Kiel

Büroleitung:

Friederike Schmidt, Tel.: 0431 / 200 766 503

Herausgeber:

Kassian Alexander Goukassian

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 Rixin, Maren Urbat, Sonja Woldt

Anzeigen- und Titelgestaltung:

Nicolas Rixin, nicolas.rixin@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: 12 Ausgaben plus Prämie unter www.lebensart-sh.de/abo

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 01. SEPTEMBER



BERUF, KARRIERE & WEITERBILDUNG

Wir geben Orientierung für die Jobsuche in Schleswig-Holstein und zeigen Wege, wie Sie sich beruflich weiterentwickeln können. Dabei blicken wir in unterschiedliche Berufsfelder, nennen Anlaufstellen für Qualifizierung und teilen praxisnahe Tipps für Bewerbung und Netzwerken. Passend dazu gibt's auch noch Stellenanzeigen aus dem Norden!

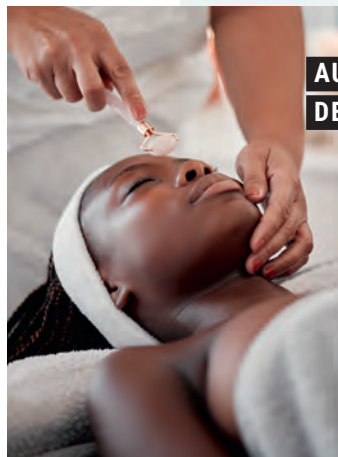
TRAUMHOCHZEIT IM NORDEN

Von Location bis Styling: Wir stellen ausgewählte Anbieter*innen vor, die eine persönliche Traumhochzeit möglich machen. Dazu geben wir Hinweise zur entspannten Planung, sprechen über aktuelle Trends bei Kleidern, Frisuren und Dekoration und zeigen, worauf es am großen Tag wirklich ankommt.



AUSZEIT ZWISCHEN DEN MEEREN

Im Alltag bleibt Erholung oft auf der Strecke – dabei sind Pausen wichtig, um Körper und Geist zu regenerieren, Stress zu reduzieren und neue Energie zu sammeln. Ob Day Spa, Therapie, Retreat am Meer oder kleine Praxis um die Ecke: Wir zeigen Adressen, die Ruhe schenken und neue Energie geben.



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.

Fiat 500 Hybrid

(Verbrenner mit unterstützender Elektrobatterie)



Fiat Sommer-Bonus bis zu 1.899,-€ und 1.500,-€ Eintauschprämie
Top Barkauf Angebote für Verbrenner



Verkauf & Service



www.ah-schulte.de

Pinneberger Ch. 11 - 25436 Moorrege - Tel. 04122-85920



Service

WOHNMOBIL-SERVICE für DUCATO FAHRGESTELLE



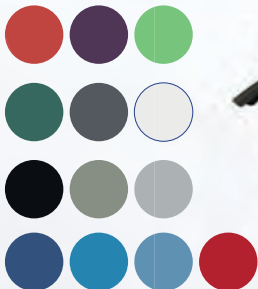
HU, AU, Gasprüfung, Inspektionen,
Scheibenreparaturen, Garantiewerben,
Ersatzteile & Zubehör, Klmaservice, Zahnriemenwechsel,
Reifen & Räder, saisonaler Check, Achsvermessung, etc.

SICHER ANKOMMEN- SO ODER SO...

GUDEREIT EC-45 FOLD

Dieses Bike ist Freiheit zum Mitnehmen: kompakt gefaltet für unterwegs, aufgeklappt komfortabel, wendig und kraftvoll unterstützt. Ideal für alle, die flexibel und spontan mobil sein wollen.

Erhältlich in diesen Farben:

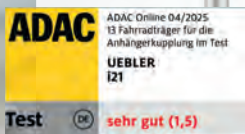


GUDEREIT
INNOVATION UND TRADITION



UEBLER I21 Z IN 60°/90°

Ein Kupplungsträger mit geringem Eigengewicht für hohen Tragekomfort und großer Zuladung. Einfache und kraftsparende Anbringung durch hebellosen, patentierten IQ-Schnellverschluss



uebler
FAHRRADTRÄGER



Wir beraten Sie gern, wenn's um sicheres
Reisen mit Ihrem Bike geht.

04121-7 64 63



Die Fahrradboerse

... der bessere Service für's Rad!

www.die-fahrradboerse.de

Mo.- Fr.: 9 - 12:30, 14 - 18:30, Sa.: 9 - 13 Uhr • Tel.: 04121 - 7 64 63