

DAS MONATSMAGAZIN IM NORDEN

lebensart

NEUMÜNSTER / MITTELHOLSTEIN / RENDSBURG

AUGUST 2026 • KOSTENLOS

80 Jahre Schleswig-Holstein

UNSER LAND FEIERT GEBURTSTAG

Landleben im Fokus

VOM DORFGLÜCK BIS ZUR WILDBAHN



NORTEX
... zieht den Norden an!

hartmann
Von der Natur empfohlen.



Weitere Infos finden
Sie hier oder direkt
bei uns im Geschäft:



HENNINGS
Möbel

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

*Wir sehen
uns in
Büdelsdorf!*

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

EINKAUFEN
MIT DER



KNUTZEN
TEPPICH-HOF

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

Badsanierung in wenigen Tagen

Wir bieten Ihnen eine schnelle, einfache und saubere Lösung. Mit den innovativen Mural Revela Fliesen können wir Ihr Bad in wenigen Tagen in neuem Glanz erstrahlen lassen. Aus einem in die Jahre gekommenen Badezimmer können Sie im Handumdrehen eine stilvolle Wohlfühloase schaffen.

In zwei Formaten erhältlich:
Fliese 65x37,5x0,5 cm
XL-Paneele 90x260x0,5 cm

Aus Alt machen wir ganz schnell Neu!



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

KNUTZEN HOME Neumünster
Fehmannstraße 14
Tel. 04321 25 17 10

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

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

Verwaltung: Knutzen Teppich-Hof GmbH



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 49.

Titel: ©NORTEX

ALTES STAHLWERK

NEUMÜNSTER



WEINVERTIKALE TRIFFT GUSTAVS

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

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

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

UHRZEIT: 18:00 – 22:00 UHR

PREIS: 85,00 € PRO PERSON

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

FOLLOW US & TAG US

ON FACEBOOK & INSTAGRAM



Altes Stahlwerk JoPi Hotel GmbH

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

THEMEN

AUGUST 2026

COVER | NORTEX Mode-Center GbR
Pures Einkaufsvergnügen bei Nortex 49

UNTERWEGS & UP-TO-DATE
Düt & Dat 6
Sonnenschein zum Glücklichein:
Das ist los im August 2026 10
SH wird 80 – Echt Achtzig..... 18

DORFGLÜCK
Ein Umzug ins Blaue ... äh, Grüne 20
Rätselhaftes Verschwinden 24
Bis(s) zur Wildbahntauglichkeit..... 26

HIN & WEG
Bye bye, Alltag!..... 28



36

Pesto, Amore mio!



20

Ein Umzug ins Blaue ... äh, Grüne

HAPPY FAMILY
Die Lese-Rechtschreib-Schwäche aus der Box 32

SO SCHMECKT DER NORDEN
Pesto, Amore mio! 36

MODE & BEAUTY
Urlaubsmodus an!..... 46
Pures Einkaufsvergnügen bei Nortex 49

GESUND & FIT BIS INS ALTER
5 Tipps für ein gesundes Zahnfleisch..... 52

HAUS, HOF & GARTEN
Schöne Fugen..... 56

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

KUNST & KULTUR
Ausstellungen im August..... 70
Veranstaltungshighlights..... 74

46

Urlaubsmodus an!



IMMER IN DER LEBENSART

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



18

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.



Balu

VOLLER ENERGIE & LEBENSFREUDE



Balu ist ein knapp zweijähriger American XL Bully-Mix-Rüde, der mit seiner fröhlichen, stürmischen Art schnell begeistert. Der noch unkastrierte Jungspund steckt voller Energie und braucht Menschen, die ihm mit Geduld, liebevoller Konsequenz und klarer Struktur Sicherheit geben. Da Balu in einem schlechten Pflegezustand ins Tierheim kam, sollte er noch etwas an Gewicht zulegen. Ein ebenerdiges Zuhause, idealerweise mit sicher eingezäuntem Garten, wäre perfekt. Ältere, standfeste Kinder und auch ein souveräner Zweithund sind gut vorstellbar. Mit Zeit, Verständnis und der richtigen Führung entwickelt sich Balu zu einem treuen Begleiter fürs Leben. Mehr Infos gibt's unter www.tierheim-nms.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

SICHER INFORMIERT IM NOTFALL



Foto: Berufsfeuerwehr Neumünster

Neumünster ist für Krisensituationen künftig noch besser gerüstet: Sieben neue Notfall-Infopunkte stehen ab sofort im gesamten Stadtgebiet bereit. Sie dienen als wichtige Anlaufstellen, wenn bei einem größeren Stromausfall oder anderen außergewöhnlichen Ereignissen Telefon- und Mobilfunknetze ausfallen. Bürger*innen können dort Notrufe absetzen, Erste Hilfe erhalten und verlässliche Informationen zur aktuellen Lage bekommen. Die Infopunkte sind Teil der Katastrophenvorsorge und sollen schnelle Hilfe sowie Orientierung bieten. Das Projekt wurde vom Land Schleswig-Holstein gefördert. Alle Standorte unter www.neumuenster.de/notfall-infopunkt.

AUSSTELLUNG RODERICH RUSEN IM THEATER

Im Foyer und im Saal des Theaters in der Stadthalle sind neun Gemälde sowie vier Holzschnitte des Malers Roderich Rusen als Leihgabe seiner Tochter Dr. Sandra Rudershausen (li.) zu sehen. Allesamt thematisieren den Jazz und zeigen Rusens beeindruckende Bildsprache. Er kam 1970 nach Neumünster und prägte seitdem als Kunstpädagoge und Künstler das kulturelle Leben der Stadt. 1989 – im Jahr der Eröffnung der Stadthalle – verstarb er mit 48 Jahren viel zu früh. Mehr zum Künstler unter www.roderich-rusen-malerei.de.



Foto: Kulturbüro Neumünster

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.

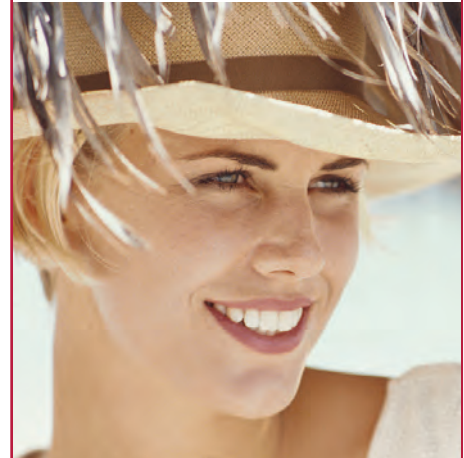
Weitere tolle Tipps gibt es auf foerdefraulein.de oder auf Social Media unter [@foerde_fraulein](https://www.instagram.com/foerde_fraulein).

Fotos: Förde Fräulein



Förde Fräulein

TIPP DES MONATS



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

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-Winkekatze 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



Foto: Adobe Stock

MASCHENTREFF IN DER VHS

Jeden 3. Mittwoch im Monat um 19 Uhr lädt der Maschentreff in der Volkshochschule zum gemeinsamen Stricken ein. Hier entstehen neue Projekte, es werden Erfahrungen ausgetauscht und kreative Ideen gesammelt. Willkommen sind Anfänger und Fortgeschrittene. Die Teilnahme ist kostenlos, eine vorherige Anmeldung ist aber erforderlich. Der nächste Termin ist am 16. September. Infos & Anmeldung: www.vhs-neumuenster.de

EGAL WELCHES FAHRRAD DU FÄHRST:
RADFAHREN MUSS NICHT WEHTUN!

RIDE SMART • FEEL CONFY

COMFYTTERS

BIKEFITTING.WORKS

WESTRING 256 | KIEL
WWW.COMFYTTERS.DE

**SATTEL UNBEQUEM
KNIE- ODER RÜCKENSCHMERZEN
TAUBHEITSGEFÜHLE**

ALLE INFOS:




Unsere Dienstleistung für Sie in Bordesholm:

GOLDANKAUF

Sofort Bargeld bei der FairPreis Gold GmbH

Machen Sie Ihr Gold zu Geld

Bordesholm Montag bis Mittwoch
Holstenstr. 16 10 bis 17 Uhr

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

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



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

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

 **Hein**
BESTATTUNGEN

DÜT & DAT

NEUER TREFFPUNKT IN RUTHENBERG

Aus einer lange brachliegenden Fläche ist ein neuer Treffpunkt für den Stadtteil entstanden: Gegenüber der Ruthenberger Rasselbande lädt die Mehrgenerationenwiese ab sofort zum Spielen, Bewegen und Verweilen ein. Auf rund 3.000 Quadratmetern gibt es unter anderem Spielgeräte, eine Calisthenics-Anlage, Trimm-dich-Geräte und Sitzbereiche. Stadtbaurätin Sabine Kling und Stadtteilversteher Adrian Jendritzki freuen sich, dass das Gemeinschaftsprojekt endlich realisiert werden konnte. Offiziell gefeiert wird die Eröffnung mit einem Familienfest am 4. Oktober.



Foto: Stadt Neumünster



Foto: Adobe Stock

JETZT MITMACHEN

900 JAHRE NEUMÜNSTER

2027 feiert Neumünster sein 900-jähriges Bestehen – und das Jubiläumsprogramm soll die ganze Vielfalt der Stadt widerspiegeln. Deshalb können Vereine, Unternehmen, Kirchengemeinden, Institutionen und engagierte Bürger*innen ab sofort eigene Veranstaltungen und Aktionen einreichen. Ob Konzert, Sportevent, Ausstellung, Stadtteilstadtteilfest oder Mitmachaktion: Alle öffentlich zugänglichen Formate sind willkommen. Mehr Infos und Anmeldung unter www.neumuenster.de/900-jahre.



Foto: Fehrn Feeling

TIPP DES MONATS

STEINIGE ANGELEGENHEIT

Ein Meer aus Steinen, geformt zu verschlungenen Irrwegen und verrückten Spiralen: Das ist das Steinlabyrinth von Fehrn, 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 @fehnrnfeeling.

ANZEIGE

STUDIEREN FÜR ALLE DAS KONTAKTSTUDIUM STARTET INS WINTERSEMESTER



Sie haben Lust auf Wissenschaft ohne Prüfungsstress? Das **Kontaktstudium** der Uni Kiel ermöglicht lebenslanges Lernen für alle – unabhängig von Alter, Werdegang oder Abitur. In über 300 Angeboten tauchen Sie tief in Themen wie Geschichte, Physik oder Wirtschaftswissenschaften

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



Fotos: Jürgen Haacke/Uni Kiel, Horst Briz/Uni Kiel

Zukünftige Auszubildende? Finden Sie mit uns!

Sprechen Sie direkt Schülerinnen und Schüler an, die sich für einen Ausbildungsplatz interessieren. Mit einem Inserat in unserem Berufsstarter-Magazin *geht los!* erreichen Sie alle Abschlussklassen in Schleswig-Holstein und viele Schulen Hamburgs.

**Interessiert an einer Anzeige
oder einem Firmenporträt?
Wir helfen Ihnen gern!**

Kurze E-Mail an
info@kielerleben.de
oder per Telefon
0431 / 200 766 933 –
wir melden uns schnell!

geht los! erscheint jeweils
im **März** und **September**.

Anzeigenschluss für die
nächste Ausgabe ist am **03.09.2026**



C | A | U

Christian-Albrechts-Universität zu Kiel

Geschäftsstelle Kontaktstudium



Berit Nickel, Uni Kiel

**Studieren
für
alle!**

Kontaktstudium – Ihr weiterbringender Kontakt zur Kieler Universität

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

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



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.*





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



9.–12. September

Weinköste

In Neumünster rund um den Teich

Mittwoch + Donnerstag · 17–22 Uhr

Freitag + Samstag · 16–24 Uhr

Wein & Delikatessen in
besonderer Atmosphäre

weinkoeste.de



Citymanagement
Neumünster

HOLSTEN
GALERIE

Sparkasse
Südholstein

DAS IST LOS



Fotos: Citymanagement Neumünster

ANZEIGE

Weinfest in Neumünster

Vom 9. bis 12. September verwandeln sich die Teichuferanlagen in Neumünster erneut in eine außergewöhnliche Kulisse für entspannte Stunden am Wasser. Die **Weinköste** verbindet hochwertige Weine, kulinarische Vielfalt und eine Atmosphäre, die Besucher*innen Jahr für Jahr begeistert. Besonders in den Abendstunden zeigt sich das Veranstaltungsgelände von seiner eindrucksvollsten Seite. Lichtinstallationen setzen die Wege, Brücken und Uferbereiche in Szene und verleihen den Teichuferanlagen einen ganz eigenen Charakter. Spiegelungen auf dem Wasser und die natürliche Parklandschaft schaffen ein Ambiente, das zum Flanieren und Verweilen einlädt. Zahlreiche Winzer*innen aus verschiedenen deutschen Anbaugebieten präsentieren ihre Weine persönlich und stehen für Gespräche über Rebsorten, Herkunft und Handwerk zur Verfügung. Ergänzt wird das Angebot durch ausgewählte kulinarische Spezialitäten.

9. bis 12. September · Teichuferanlagen, Neumünster

ANZEIGE

SOMMERMARKT AUF GUT STEINWEHR

Erleben Sie stimmungsvolle Märkte auf dem **Gut Steinwehr** und genießen Sie eine ganz besondere Atmosphäre. Zwischen historischen Gebäuden und ländlichem Charme erwarten Sie zum traditionellen SommerMarkt am 22. und 23. August wieder zahlreiche liebevoll ausgewählte Aussteller*innen. Stöbern Sie durch Pflanzen, Dekorationen für Haus und Garten, Textilien, regionale Köstlichkeiten, Outdoor-Möbel, Technik und viele weitere Inspirationen rund um Wohnen, Genießen und Leben im Grünen. Gönnen

Sie sich zwischendurch eine genussvolle Auszeit in dem beliebten Steinwehrer Café – mit hausgemachten Torten und Kuchen aus eigenen, sonnen gereiften Früchten verwöhnt. Auch für kleine Besucher*innen ist bestens gesorgt: Ein abwechslungsreiches Kinderprogramm mit Hüpfburg und Ponyreiten lässt Kinderaugen strahlen und macht den Marktbummel für die ganze Familie zu einem entspannten Erlebnis.



22. und 23. August
Gut Steinwehr, Bovenau

Foto: Gut Steinwehr

Gut Steinwehrrer SommerMarkt

22. - 23. August 10-18 Uhr



erleben:

- Ponyreiten
- Kutschfahrten
- Kindertheater

entdecken:

- Bis zu 90 Aussteller
- Regionale Köstlichkeiten
- Mode, Dekoration, Outdoor

Eintritt: 5 € p.P. | Kinder bis einschließlich 16 Jahren frei

Gut Steinwehr 24796 Bovenau

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

2. White Dinner für den guten Zweck

Nach dem großen Erfolg vom Vorjahr findet am 29. August wieder das White Dinner auf dem Kleinflecken in Neumünster statt.

Zum zweiten Mal laden am 29. August fünf Neumünsteraner Service-Clubs – Lions Club Neumünster, Lions Club Neumünster-Holsten, Zonta Club, Inner Wheel Club und Leo Club Neumünster – zum White Dinner ein, wieder auf dem Kleinflecken in der Innenstadt und mit Einlass ab 16 Uhr sowie mit Stimmung bis 21:30 Uhr. Der Dresscode ist bekannt: ganz in Weiß für einen guten Zweck.

SPIELGERÄT FÜR RENCKS PARK

2025 kamen rund 180 Menschen zusammen, aßen, lachten, hörten zu – und spendeten dabei einen mittleren vierstelligen Betrag für Kinder und Jugendliche in Neumünster. Dieses Jahr soll ein Spielgerät oder Wasserspiel in der Innenstadt angeschafft werden – etwas Bleibendes, das jeden Tag daran erinnert, was möglich ist,

wenn eine Stadt sich für einen guten Zweck zusammenschließt.

Wer an diesem Abend einen Platz an der Tafel möchte, sichert sich im Vorverkauf einen Stuhl für 15 Euro über die Event-Plattform der Weinvertikale – oder kommt einfach vorbei (20 Euro vor Ort, solange Plätze verfügbar sind). Kinder bis 16 Jahre sind kostenfrei dabei.

EIGENES PICKNICK MITBRINGEN

Mitgebracht wird das eigene Picknick – ganz im Sinne des französischen Vorbilds „Dîner en blanc“. Für zusätzlichen Appetit ist gesorgt: Ein Würstchengrill, Wein von der Weinvertikale, Kaltgetränke vom Schankwagen, Aperol Spritz vom Zonta Club, Desserts vom Inner Wheel Club und Lions-Gin runden den Abend kulinarisch ab. Dazu gibt es Musik vom DJ und weitere



Hier geht's
zur Anmeldung

Live-Acts. Tickets gibt es über die Event-Plattform der Weinvertikale, Instagram @lionsclub_neumuenster und @leoclubneumuenster oder über www.neumuenster.lions.de.

29. August • Kleinflecken, Neumünster

Foto: Lions Club Neumünster

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



Foto: sh-tourismus.de-MOCANOX

ANZEIGE

PADELN ZWISCHEN HÜGELN UND SEEN

Kaum eine Region in Schleswig-Holstein bietet so vielfältige Möglichkeiten zum Paddeln und Kanufahren wie die Plöner Seenlandschaft. Der Große Plöner See, zahlreiche kleinere Seen, die Schwentine und verwinkelte Wasserwege bilden ein weitläufiges Revier für abwechslungsreiche Touren, eingebettet in die hügelige Landschaft der Holsteinischen Schweiz. Bei der Paddel-Safari steht das Beobachten im Mittelpunkt. Lautlos gleitet das Kanu durch den Lebensraum zahlreicher Tiere. Das Kanupicknick verbindet Bewegung und Genuss. Ausgestattet mit einer gefüllten Picknicktonne geht es hinaus auf die zahlreichen Seen rings um Plön. Neu im Programm ist die geführte Kanutour „Plöner Inselwelt“. Mehr als zwanzig Inseln prägen den Großen Plöner See. Die Tour führt zu einigen der spannendsten Inselbereiche und verbindet Naturerlebnis mit Regionalgeschichte. Einen Überblick über die einzelnen Touren gibt es bei der Tourist Info Plön sowie unter www.holsteinischeschweiz.de.

Im August • Plön

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



Initiator Klaus-Peter Weiland (links im Bild) hat wieder viele engagierte Menschen zusammengebracht, die das neue Projekt des gemeinnützigen Kulturvereins „Die NähMaSchine“ unterstützen.

XXL-SCHULTREFFEN

Großes Wiedersehen auf dem Großflecken

Der Kulturverein „Die NähMaSchine“ stellt ein buntes Event auf die Beine, um Neumünsters Schulen zu ehren: Beim „Schulflecken“ wird zum großen Klassentreffen geladen.

Wer kennt es nicht? Man nimmt sich fest vor, die alten Schulkameraden wiederzusehen, doch im Alltag verläuft das Vorhaben im Sande. In Neumünster wird dieser gute Vorsatz nun im XXL-Format Realität. Am vorletzten Augustwochenende verwandelt sich der Großflecken in eine lebendige Zeltstadt, die ehemalige und aktuelle Schüler*innen sowie Lehrkräfte aller Generationen aus den Schulen Neumünsters für ein großes Wiedersehen zusammenbringt.

ZWISCHEN NOSTALGIE & NEUEN KONTAKTEN

Hinter dem Event mit dem Namen „Schulflecken“ steckt kein offizielles Schulprogramm, sondern eine rein ehrenamtliche Initiative. Am 22. und 23. August soll der Großflecken zur ultimativen Begegnungszone werden. Der Plan ist ambitioniert: Fast jede Schule der Stadt bekommt eine eigene Anlaufstelle. Während die großen Gymnasien geräumige Zelte beziehen, teilen sich kleinere Schulen gemütliche Gemeinschaftsflächen. Damit man im Getümmel nicht

den Überblick verliert, sorgen farbige Buttons für den sofortigen Durchblick, wer damals wo die Schulbank gedrückt hat. Abgerundet wird die Zeitreise von einem vielseitigen Rahmenprogramm, das mit Livemusik lokaler Acts und sogar einem eigenen Event-Song aufwartet.

ZELT-SPONSOREN GESUCHT

Weil so ein Großprojekt nicht nur von alten Geschichten lebt, setzt die Initiative auf die Unterstützung der lokalen Gemeinschaft. Die Anschaffung der über 30 Zelte erfordert ein solides Budget, weshalb im Vorfeld gezielt nach Sponsoren gesucht wurde. Viele Geschäftsleute und Privatpersonen aus Neumünster haben bereits reagiert und eine Patenschaft für ihre ehemaligen Lehranstalten übernommen. Das nachhaltige Konzept sieht vor, die Zelte nach dem Wochenende einzulagern, da das Treffen zu einer festen Tradition werden soll. Für einige Schulen werden derzeit noch Unterstützer*innen gesucht. Wer das Projekt mittragen möchte, kann sich entweder finanziell

einbringen oder auch beim Auf- und Abbau der Zeltstadt tatkräftig mit anpacken. Mehr Infos rund um den Schulflecken gibt es unter www.die-naehmaschine.org.

22. August, 10–20 Uhr, 23. August, 10–16 Uhr • Großflecken, Neumünster



Dirk Wende hat für den Schulflecken einen Songtext verfasst und ihn per KI zum Leben erweckt.

NEUMÜNSTER MACHT DAMPF!

Der KulturLokschuppen auf dem Gelände des ehemaligen Bahnbetriebswerks bietet Besucher*innen mit seinen historischen Lokomotiven und Waggonen echte Eisenbahngeschichte zum Anfassen. Am 15. August findet das große Sommerfest auf dem Gelände statt. Von 10 bis 17 Uhr gibt's Eisenbahn-Action für Groß und Klein: die historische Dampflokomotive 78 468 und „Finchen“ unter Dampf, die Diesel-Legende V 221, eine große Fahrzeugparade auf der Drehscheibe, Führerstands- und Draisinenfahrten. Mit dabei: Miniatur-Dampfbahn zum Mitfahren, historische Güter-, Land- und Baufahrzeuge, Info- und Verkaufsstände sowie zwei Hüpfburgen. Fürs leibliche Wohl ist gesorgt.

15. August, 10 bis 17 Uhr • KulturLokschuppen, Neumünster



Fotos: KulturLokschuppen



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 Geschenkeideen. 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

50. RENDSBURGER HERBST

Bereits zum 50. Mal feiert Rendsburg vom 28. bis 30. August
das Stadtfest für alle, den Rendsburger Herbst.

Es ist das Highlight im Stadt-geschehen, das zum Treffpunkt für alle Rendsburger*innen und Besucher*innen wird. Nicht nur aus Rendsburg, sondern überregional aus dem gesamten Bundesland strömen die Menschen an dem Wochenende in die Stadt direkt am Nord-Ostsee-Kanal, um drei Tage voller Live-Musik, Lebensfreude und Familienprogramm zu erleben.

Tagsüber gibt es ein buntes und attraktives Familienprogramm, kulturelle Angebote, kulinarische Genüsse und Unterhaltung – traditionell unter Mitwirkung zahlreicher Vereine, Verbände und weiterer engagierter Akteur*innen aus der Stadt. In den Abendstunden wird die Stadt zur Partymeile, die zu ausgelassenem Feiern einlädt. Am Obereiderhafen lässt sich bei Wasserblick das Programm auf der Hafen-

bühne genießen. Dort steht am Samstag alles unter dem Motto „Local Heroes“. Die offizielle Eröffnung erfolgt in diesem Jahr am Freitag um 15.30 Uhr durch Stadtpräsident Thomas Krabbes und Bürgermeisterin Janet Sönnichsen auf dem Schiffbrückenplatz – mit anschließendem

Fassbieranstich. Anlässlich des 50. Jubiläums des Festes sind in diesem Jahr einige ganz besondere Überraschungen zu erwarten.

28. bis 30. August
Innenstadtbereich, Rendsburg



Foto: Adobe Stock

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 Strohhüpfburg 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

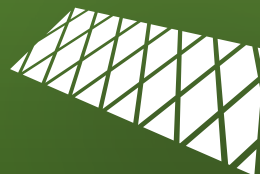


Highlight:
Karton-City



30.8.2026
10-17 Uhr

landesmuseen.sh/fmm



**Freilichtmuseum
Molfsee**

Landesmuseen SH

Sparkasse

PROVINZIAL

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

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.



SONNIGE ZEITEN FÜR IHR ZUHAUSE

Jetzt bis zu
3.000 €
Rabatt sichern!*

Von PV-Anlage bis Wärmepumpe –
Ihr Komplettpaket für eine
unabhängigere Energieversorgung



Beratung, Installation und
Service aus einer Hand



Eigene Montageteams
und Handwerker



Kurze Lieferzeiten,
schnelle Montage



Keine Anzahlung

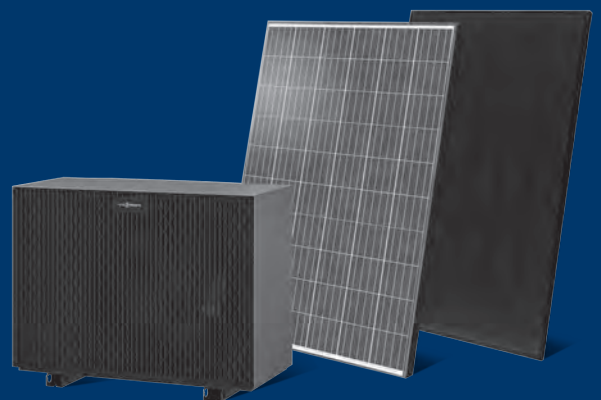
SOMMER-RABATT SICHERN!

Sommer, Sonne, Sonnenschein ... profitieren
auch Sie noch in diesem Sommer von einer
eigenen PV-Anlage und sichern sich zusätzlich
noch bis zum 30.09.2026 unseren Sommer-
Rabatt:

**Bis zu 1.500 € Rabatt beim Kauf einer PV-
Anlage und 1.500 € auf jede Wärmepumpe.**



Jetzt kostenloses Angebot
anfordern: [stadtwerke-kiel.de/
pv-sommer](https://stadtwerke-kiel.de/pv-sommer)



Frische Energie für die Zukunft.

*Erhalten Sie 1.000 € Rabatt auf den Kauf einer PV-Anlage von 10.000 € bis 15.000 € und 1.500 € Rabatt ab 15.000 €. Beim Kauf einer Wärmepumpe gibt es 1.500 € Rabatt. Das Angebot gilt ausschließlich für Abschlüsse, die aus einer Kontaktanfrage über die Aktions-Landingpage stadtwerke-kiel.de/pv-sommer im Zeitraum vom 01.08. bis 30.09.2026 resultieren.



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?

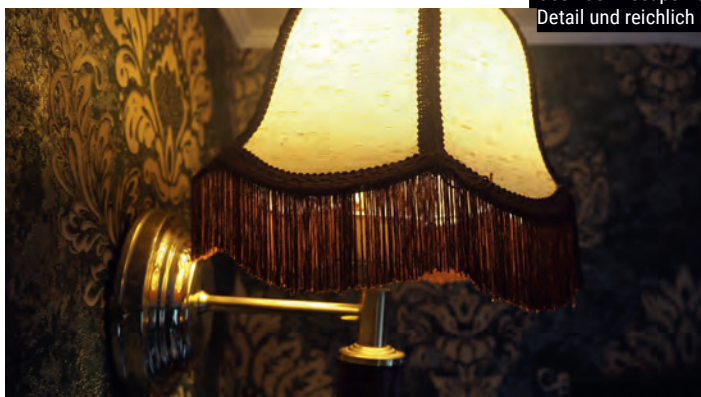
Keno: Der Escape-Room ist so weit hergerichtet, die Tapeten sind schon an der Wand und die ersten Rätsel sind auch fertig. Jetzt geht es darum, die restliche Inneneinrichtung fertigzustellen und noch weitere Rätsel zu bauen. Wir rechnen mit der Fertigstellung Ende des Jahres. Also können wir voraussichtlich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



CAMPING MIT WAU-EFFEKT

*Ob am Meer, in den Bergen oder am See:
Auf hundefreundlichen Campingplätzen genießen Mensch
und Vierbeiner entspannte Urlaubstage in der Natur.*

Gemeinsam die Natur genießen, lange Spaziergänge unternehmen und abends entspannt vor dem Wohnmobil liegen: Camping ist für viele Hundebesitzer die ideale Urlaubsform. Damit sich auch der vierbeinige Begleiter rundum wohlfühlt, lohnt sich die Wahl eines entsprechend ausgestatteten Campingplatzes. Nicht jeder Campingplatz bietet die gleichen Voraussetzungen für eine Auszeit mit dem geliebten Vierbeiner. Die Urlaubswelt „Urlaub mit Hund“ von LeadingCampings hilft dabei, passende Campingresorts in ganz Europa zu finden. Viele Anlagen verfügen über praktische Extras wie Hundeduschen, großzügige Freilaufflächen oder kostenfreie Hundekotbeutel. Manche bieten sogar Hundepools oder Agility-Parcours, auf denen sich die Vierbeiner ausstoben können. Zu besonders hundefreundlichen Anlagen zählen unter anderem das Union Lido Mare in Italien, der Hvidbjerg Strand Feriepark in Dänemark sowie das Alpengamping Nenzing in Österreich. Dort steht einem entspannten Campingurlaub für Mensch und Hund nichts mehr im Wege. Mehr Infos und viele weitere hundefreundliche Ziele in ganz Europa gibt's unter www.leadingcampings.com.

Foto: Alpengamping Nenzing / LeadingCampings



TIPPS FÜR CAMPING MIT HUND

UNTERLAGEN DABEIHABEN:

Impfpass, EU-Heimtierausweis und wichtige Kontaktdaten des Tierarztes gehören ins Gepäck.

VERTRAUTES MITNEHMEN:

Lieblingsdecke, Körbchen und Spielzeug helfen dem Hund, sich schnell einzuleben.

OBACHT BEI HITZE:

Im Sommer für ausreichend Schatten sorgen und den Hund nie im Fahrzeug zurücklassen.

SICHER UNTERWEGS:

Genügend Pausen während der Anreise einplanen und immer frisches Wasser bereithalten.

LEINENREGELN

BEACHTEN:

Auf vielen Campingplätzen gilt Leinenpflicht – die Platzordnung vorher prüfen.

ZECKENSCHUTZ:

Besonders beim Camping in Wald- und Wiesengebieten ist guter Zeckenschutz wichtig.

Lust auf Hyundai



Unser Noah Tabiou und Marlon Rohland

**11x Top
Verkauf & Service
für Sie im Norden**

NORD-OSTSEE AUTOMOBILE

VAN MOSSEL AUTOMOTIVE GROUP

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

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

hyundai.nord-ostsee-automobile.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

KEIN STRANDWETTER...
...und trotzdem
Lust zum Baden?

FÖRDELAND THERME
Badespaß und Wellness
für die ganze Familie!



Sandwigstr. 1A
24960 Glücksburg
www.foerdeland-therme.de
Tel.: 04631 444070

ANZEIGE

WASSERSPASS & ERHOLUNG

In der **Fördeland Therme Glücksburg** verschmelzen spritzige Abenteuer und erholsame Momente zu einer tollen Auszeit. Herzstück ist der 31 °C warme Erlebnisbereich, dessen Wasserattraktionen zum ausgiebigen Abtauchen und Verweilen einladen. Wer es sportlicher mag, kann im 26 °C warmen Sportbecken in Ruhe seine Bahnen ziehen. Ein besonderes Highlight für Mutige ist die 105 Meter lange Black-Hole-Rutsche, die mit Lichteffekten und ordentlich Tempo für den nötigen Adrenalinschub sorgt. Im liebevoll gestalteten Kinderbereich können die Kleinsten gemeinsam mit den Figuren Johnny und Emma sicher planschen. Derweil finden Erwachsene im großen Saunabereich einen Rückzugsort für absolute Tiefenentspannung. Und bei gutem Wetter locken der schöne Außenbereich sowie die Beach-Area. Ausgelassene Familienzeit ist in der Fördeland Therme sicher! Mehr Infos: www.foerdelandtherme.de



Foto: Fördeland Therme



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.



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: Lichtundfächer



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 bietet 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.

NEUE SHOW IM PLANETARIUM



In der neuen Show „Wasser überall – Versteckt im Universum“ gehen Kinder ab sechs Jahren und ihre Familien gemeinsam mit dem neugierigen Seeotter Sedna und dem listenreichen Kormoran Toklo den Geheimnissen des Wassers auf die Spur. Schnell erkennen sie, dass es das lebensspendende Element nicht nur auf der Erde gibt. Es ist an vielen Orten des Universums verborgen. Die neue Familienveranstaltung im Hamburger Planetarium wird durch einen moderierten Live-Teil ergänzt. In diesem erkundet das junge Publikum den aktuellen Sternenhimmel über Hamburg – auf dass sich die Fantasie der Kinder in der kommenden Nacht selbst in ferne Weiten des Kosmos aufmacht. Tickets sind für 12,30 Euro, ermäßigt 7,70 Euro, über www.planetarium-hamburg.de erhältlich.

ANZEIGE

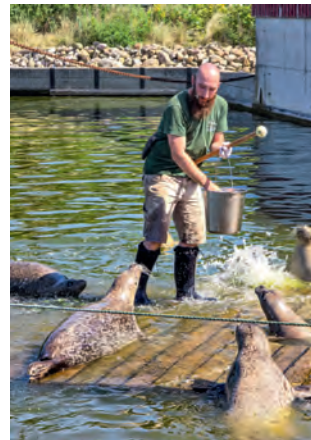


Foto: Angela Matthes, Wolfgang Straub (2)

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 Alpaka-wanderungen. 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.



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.

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 Stallungen 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.

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, Gutsark 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.

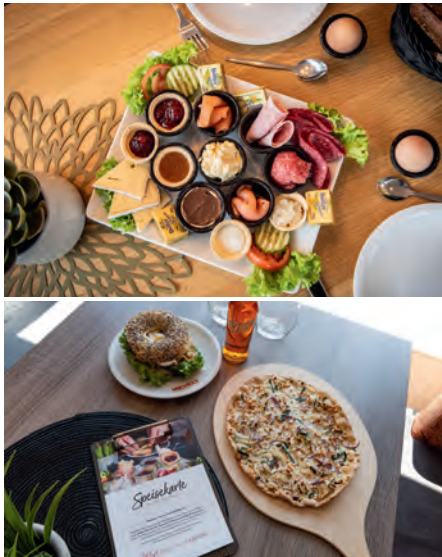
FROZEN GRAPEFRUIT-SPRITZ

ZUTATEN FÜR 2 GLÄSER (À 300 ML)

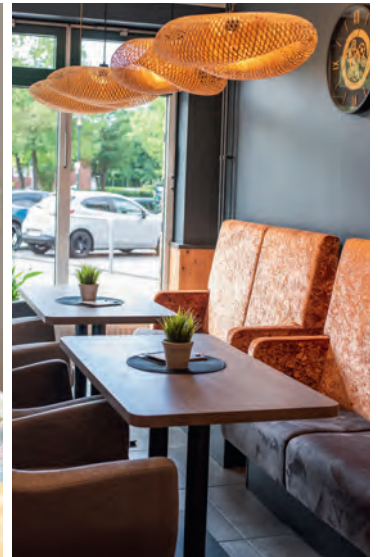
- 300 g Crushed Ice
- 150 ml Prosecco
- 100 ml „Pampelle“ (franz. Aperitif)
- Bio-Grapefruit in Scheiben
- Minze zum Garnieren



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



Maren und Torben Michely haben mit dem Café Ruthenberg einen neuen Lieblingsplatz zum Verweilen und Genießen geschaffen.



GROSSE NEUERÖFFNUNG Genussoase am Ruthenberger Markt

*Das Warten hat ein Ende: Das **Café Ruthenberg by Michely** ist da! Seit Ende Juni lockt der komplett umgestaltete Standort im Herzen des Stadtteils mit einem frischen Konzept.*

Besser hätte ihnen die Wiedereröffnung ihrer neunten Filiale nicht gelingen können: Wo früher eine klassische Bäckereifiliale zu finden war, haben Maren und Torben Michely durch einen umfangreichen Umbau einen wahren Wohlfühlort geschaffen, der Handwerksbäckerei mit moderner Cafékultur verbindet.

FRÜHSTÜCKSFREUDEN – DEN GANZEN TAG

Das absolute Herzstück des neuen Konzepts ist das ganztägige Frühstück. Wer Lust hat, stellt sich seine ganz persönliche Lieblingskombination einfach selbst zusammen: Auf einem übersichtlichen Bestellzettel wird nach Herzenslust angekreuzt – von verschiedenen, ofenfrischen Broten und Brötchen über feinen Käse, Lachs oder frisch zubereitetes Rührei bis hin zu vitalem Müsli und fruchtigem Obst. So landet genau das auf dem Tisch, worauf im Moment der Appetit am größten ist. Wer sich lieber entspannt zurücklehnt, findet auf der vielseitigen Speisekarte natürlich ebenso klassische Frühstücksvariationen für jeden Geschmack.

ECHTES HANDWERK

Was hier serviert wird, hat echten Charakter und Tradition. Sämtliche Backwaren, Kuchen und Torten stammen aus der Backstube der Familienbäckerei Michely in Stukenborn, wo sie täglich frisch und in Handarbeit hergestellt werden. Ergänzt wird das kulinarische Angebot durch herzhaft belegte Stullen, knusprige Flammkuchen und frisch gebackene Waffeln. An warmen Sommertagen wartet außerdem ein besonderes Highlight auf alle Naschkatzen: Premium-Eis von Giovanni L. – wahlweise als Kugel in der Waffel auf die Hand oder als liebevoll arrangierter Eisbecher im Café.

NEUER TREFFPUNKT FÜR DEN STADTEIL

Die hellen, modernen und vollständig barrierefreien Räume laden dazu ein, den Alltag für einen Moment zu vergessen und sich bewusst Zeit zu nehmen – ob beim ausgiebigen Klönschnack mit Freunden, dem leckeren Frühstück zwischendurch oder dem gemütlichen Sonntagskaffee mit der gesamten Familie. Auch für private Feierlichkeiten und geschlossene Gesell-

schaften mit bis zu 20 Personen bietet das Café den passenden genussvollen Rahmen. Ob runde Geburtstage, Konfirmationen, Trauerkaffees, regelmäßige Stammtische oder kleine Firmenrunden – das engagierte Michely-Team kümmert sich um das Wohl der Gäste und freut sich auf jede Anfrage. Mehr Infos unter Tel.: 04321 / 6900 668 oder auf www.cafe-ruthenberg.de.

**Café Ruthenberg by Michely,
Ruthenberger Markt 28, Neumünster
Öffnungszeiten:
Dienstag bis Sonntag, 8 bis 17 Uhr**



Hausgemachtes Kuchenglück: Wie auch die Backwaren werden alle Kuchen und Torten in der Michely-Backstube in Stukenborn kreiert.

Café Ruthenberg

by MICHELY



Hausgemachte Konditor-Torten

Waffeln · Frühstück · Bagels · Flammkuchen · Eis · u.v.m.



Barrierefreies Café · Feiern bis 20 Personen · Kostenfreie Parkplätze · Dienstag bis Sonntag von 8 bis 17 Uhr

Café Ruthenberg · Ruthenberger Markt 28 · 24539 Neumünster · www.cafe-ruthenberg.de



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.

NEUES LEBEN IN DER PAPIERFABRIK WILLKOMMEN IM „SPEISESAAL“

Ein Ort mit Geschichte bekommt neues Leben: Ende August eröffnet in der Papierfabrik der „Speisesaal“ – mit moderner Heimatküche und viel norddeutschem Charme.

Die Papierfabrik gehört zu den bekanntesten Gebäuden Neumünsters. Viele verbinden mit dem historischen Backsteinbau in der Gartenstraße nicht nur Industriegeschichte, sondern auch gemeinsame Essen, Familienfeiern und gesellige Abende. Genau daran knüpft der „Speisesaal“ an und schlägt damit ein neues Kapitel für den traditionsreichen Standort auf.

NORDDEUTSCH, MODERN & GESELLIG

Auf der Speisekarte trifft norddeutsche Heimatküche auf frische Ideen. Vertraute Klassiker in moderner Optik finden ebenso ihren Platz wie leichte, zeitgemäße Gerichte mit regionalem Bezug. Eine besondere Rolle spielen die Holstein-Tapas: kleine Gerichte zum Teilen, die Lust auf gemeinsames Genießen machen – ob als Begleitung zum Feierabenddrink oder für einen entspannten Abend mit Freunden. Ergänzt wird das Angebot durch einen wechselnden Mittagstisch, der an eine beliebte Tradition der Papierfabrik anknüpft.

NEUER TREFFPUNKT FÜR DIE STADT

Der Speisesaal soll wieder zu einem Ort werden, an dem man sich gerne trifft – zum schnellen Mittagessen, zum Feierabend mit Kolleginnen und Kollegen oder zum entspannten Abend mit Familie und Freunden. Passend dazu verbindet die Küche norddeutsche Heimat mit einer modernen, frischen Handschrift. Dank der zentralen Lage, zahlreicher Parkplätze und der Nähe zum Designer Outlet ist das Restaurant bequem erreichbar – für Neumünsteraner*innen ebenso wie für Gäste der Stadt.

AUFTAKT IN ZWEI SCHRITTEN

Der Start erfolgt bewusst in zwei Schritten: Ab Ende August begrüßt das Team beim Soft Opening unter dem Motto „Wir üben noch, aber mit vollem Herzen“. So können Gäste die ersten Schritte im laufenden Betrieb begleiten und das Team wertvolle Erfahrungen sammeln. Mitte September wird die offizielle Eröffnung gefeiert. Mit dem Speisesaal kehrt damit nicht nur ein



Die Speisekarte ist vielfältig – und typisch norddeutsch. Wie das zarte Rinderfilet mit feinem Ofengemüse und hausgemachten Röstzwiebeln.

Restaurant in die Papierfabrik zurück. Der traditionsreiche Standort soll wieder zu einem lebendigen Treffpunkt werden – für gutes Essen, gesellige Stunden und viele neue Erinnerungen. Weitere Informationen und Neuigkeiten gibt es auf www.instagram.com/speisesaalpapierfabrik und www.papierfabrik.de.

SPEISESAAL

PAPIERFABRIK NEUMÜNSTER

HEIMAT-KÜCHE-ERLEBEN



PAPIERFABRIK.DE

GARTENSTRASSE 10 • 24534 NEUMÜNSTER

TEL: +49 4321 2064660

JETZT PLÄTZE SICHERN! XMAS-Party im Alten Stahlwerk

Am 12. Dezember steigt im **Hotel Altes Stahlwerk** in Neumünster wieder die beliebte XMAS-Party mit weihnachtlichem Dinnerbuffet.

Wer die Weihnachtszeit gemeinsam mit Kolleginnen und Kollegen, Freunden oder der Familie feiern möchte, sollte sich schon jetzt den 12. Dezember im Kalender markieren. Dann lädt das Alte Stahlwerk in Neumünster zur stimmungsvollen XMAS-Party in festlich geschmückter Atmosphäre ein.

Um 18 Uhr wird das weihnachtliche Dinnerbuffet eröffnet. Freuen dürfen sich die Gäste auf kalte und warme Wintergerichte vom Buffet und aus der Frontküche sowie die beliebten süßen Leckereien des Hauses. Ab 22 Uhr sorgt DJ Michael Blohm mit Partymusik für beste

Stimmung auf der Tanzfläche. Im Preis von 99 Euro pro Person sind neben dem Buffet auch eine dreistündige Getränke-Flatrate mit Wein, Bier, Softdrinks, Säften sowie Kaffee- und Teespezialitäten enthalten.

Wer den Abend entspannt ausklingen lassen möchte, kann das Arrangement „Stay the Night“ (siehe Infokasten rechts) buchen. Für alle, die später dazustoßen möchten, gibt es ab 21.30 Uhr das Partyticket für 20 Euro (ohne Getränke-Flatrate und Buffet). Zum Vorglücken lohnt sich ein Besuch an der Weihnachtshütte mit kleinen Leckereien und Drinks.



STAY THE NIGHT

- Teilnahme an der XMAS-Party mit Sektempfang und DJ Blohm
- Teilnahme am weihnachtlichen Dinnerbuffet inkl. Getränke-Flatrate für drei Stunden
- 1 Übernachtung in gebuchter Kategorie
- Genuss und Entspannung in der Finn-Sauna und in der RelaxLounge
- inkl. kuscheligem Bademantel und Badeslippern während des Aufenthalts
- Tagesbonuskarte für das Designer Outlet Neumünster (10 % auf den Einkauf)

PREISE PRO GAST: 172 EURO IM DZ KAT. M, 182 EURO IM DZ KAT. L ODER 172 EURO IM EZ

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

Foto: Chadliwa Hartwig

ANZEIGE

UNSER SERVICE
by Wiggi

Hier gibt's mehr Infos.

Pizzaofen-Verleih

Italienisches Flair für daheim.

20%*

für dein Miet-Wochenende inkl. Zubehör

Zahle 40,- € statt 50,- € mit der heyOBI APP!

Jetzt downloaden, registrieren und sparen.

NUR IM AUGUST!

Baumärkte
Neumünster und Eutin

*Teilnehmende OBI Märkte in Eutin und Neumünster. Gültig 01.08. - 31.08.2026. Rabatt nur mit heyOBI App. Einmalig einlösbar bei Wochenendmiete eines Pizzaofens. Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar. Vorbehaltlich Verfügbarkeit. Bei fehlender Verfügbarkeit kann der Miettermin auf September verschoben werden.

VON PIZZA-PERFEKTION BIS GRILL-GENUSS

Lust auf Schlemmen wie im Urlaub? Bei **OBI in Neumünster und Eutin** gibt's das passende Equipment für den perfekten Sommerabend. Die praktische Pizzaofen-Vermietung macht es ganz einfach, Gäste mit knuspriger Pizza wie vom Italiener zu überraschen. Ob Holzkohle- oder Gasofen: Für nur 25 Euro am Tag oder 50 Euro fürs Wochenende inklusive Profi-Zubehör und Einweisung gelingt die Pizza perfekt.



Carsten Krack aus dem OBI-Team berät Sie rund um das beste Grill-Equipment und die Pizzaofen-Vermietung.

Exklusiv für Nutzer der „Hey OBI App“: Im August gibt es 20 % Rabatt auf die Verleihgebühr! Doch das ist nicht alles: In Neumünster locken am 12. September mit „Favorits BBQ“ bei OBI Süd und am 26. September mit „American BBQ“ bei OBI Nord jeweils von 14 bis 18 Uhr zwei spannende Kurse in die WEBER Grillakademie und bieten nicht nur einen genussvollen Nachmittag, sondern Tipps und Tricks von echten Profis. Mehr Infos in Ihrem OBI-Markt und unter www.cjwigger.de.

Foto: Christina Behrendt

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

REDUZIERTER 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

**VIHARISA**

Hose mit weitem
Bein in der Farbe
Birch

**VIESTA**

Ärmelloses Midi-Jeanskleid mit
Reißverschluss am Rücken

**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





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. Denn gepflegte Füße fühlen sich nicht nur besser an, sie sehen im Lieblingssandalen-Look auch einfach schöner aus – vom Citybummel bis zur Promenade bei Sonnenuntergang.



INTENSIVE FEUCHTIGKEITSPFLEGE

Formulierung mit Rosskastanienextrakt, 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

Die Seifen-Peeling-Kombination „Pumice Power“ verbindet Reinigungstenseide mit feinporigem Abrieb: entfernt lose Hautschüppchen und säubert gleichzeitig. Bio-Orangenöl steuert einen frischen Duft bei. www.lush.com



STÄRKENDER PFLEGELOCK

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.gitticonsconsciousbeauty.com

PFLEGENDES PEELING

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

www.asambeauty.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.gitticonsconsciousbeauty.com



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.

Gut beHÜTEt im Sommer

Sonne im Gesicht, Style auf dem Kopf: Im Sommer sind Kopfbedeckungen nicht nur nice to have. Sie machen jeden Look rund und erfüllen bestenfalls eine wichtige Schutzfunktion.



Die klassische Cap tritt gerade etwas zurück, dafür rücken neue Favoriten nach. Groß in dieser Saison: Hüte in Strohoptik, gern in moderner Bucket-Hat-Form. Leicht, luftig, urlaubstauglich. Und ja: Der Bucket Hat selbst bleibt uns auch erhalten – von cleanem Canvas bis zur Leinenstruktur. Ebenfalls ganz vorn dabei: Headscarfs aus fließender Seide oder Satin. Schimmern schön und liefern sofort Urlaubs-Vibes – ganz gleich, ob zum Kleid oder zum weißen T-Shirt. Je nach Webart schützen die Headscarfs unsere Kopfhaut vor der Sonne, nicht aber Gesicht und Nacken.



HOT THIS SEASON: NETZ-HÄKEL-MÜTZEN

Mega lässig zu Tanktop und Slipdress, aber ebenfalls wichtiger Hinweis: Durch die groben Maschen lassen sie viel Licht durch und ersetzen keine „echte“ Kopfbedeckung. Damit ist die Häkelmütze vielmehr Stylepiece als Schutz.

EIN WORT ZUM SONNENSCHUTZ

Scheitel, Ohren und Nacken verbrennen fix. Im Idealfall werfen der Schirm oder die Krempe Schatten auf Gesicht und Nacken. Achten Sie auf dichte Webart. Helle Töne halten die Hitze besser fern.

Fotos: Adobe Stock

Glanz & Gloria

Lieblingsstücke



Fairfashion & Scandic Lifestyle

GROSSER
SOMMERSALE

10% 20% 30%

Reduziert!!!!

Schnapp dir jetzt dein
Lieblingsstück!

Unsere neuen Öffnungszeiten ab Juli 2026:

Mo.–Fr.: 10-18 Uhr • Sa.: 10-13 Uhr

Mühlenstraße 1 • 24582 Bordesholm

www.lieblingsstuecke.shop

Lieblingsstücke mit Herz

Bei **Glanz & Gloria** in Bordesholm warten neue Lieblingsstücke darauf, entdeckt zu werden. Und das Beste? Aktuell gibt's im Sommersale Rabatte von bis zu 30 Prozent. Und wer jetzt schon in Herbststimmung ist, findet in dem liebevoll kuratierten Concept-Store von Sabrina John jetzt auch schon die ersten Pieces für die gemütlichere Jahreszeit. Das Sortiment reicht von skandinavischen Modelieblingen bis zu besonderen Accessoires und handgefertigten Geschenken alles, was das Herz begehrt. Besonders beliebt sind aktuell der modische Schmuck von Purelei sowie hochwertige Lederbags aus Naturleder von Harbour 2nd. Viele Artikel sind rund um die Uhr im Onlineshop erhältlich unter www.lieblingsstuecke.shop. Mehr Infos auch über Tel.: 04322 / 88 87 27.



Gürtel von der
Ledermanufaktur
Luca Kayz mit
Wechselschließen

Ledershopper
von Harbour 2nd

ANZEIGE

Stylischer
Schmuck
von Purelei

Outfit von
Armedangels &
Heidekönigin.

Dänische
Lichthäuser
von IB Laursen.

Fotos: Glanz & Gloria



Raus aus den Reiseklamotten, rein ins Urlaubsoutfit – aber mitte möglichst ohne Knitterfalten.

SO BLEIBEN URLAUBSOUTFITS MÖGLICHST FALTENFREI ICH PACKE MEINEN KOFFER ...

Wir alle kennen die Situation: Kaum am Reiseziel angekommen, will man raus aus den Reiseklamotten und rein ins flotte Urlaubsoutfit. Doch halt! Das ist völlig zerknittert, und unangenehm müffeln tun die Sachen auch. Na prima! Damit Ihnen das künftig erspart bleibt und Sie direkt im Urlaubsmodus ankommen, verraten wir Ihnen, wie Sie muffige Gerüche aus dem Koffer beseitigen und Knitterfalten smart vorbeugen.

1. DEN KOFFER VORBEREITEN

Klingt aufwendiger, als es ist: Stellen Sie sich rund eine Woche bis drei Tage vor dem Abflug eine Erinnerung. Holen Sie den Koffer aus seinem Versteck, öffnen Sie ihn und lassen Sie ihn gründlich auslüften – am besten in der Sonne. Idealerweise darf der Koffer einen Tag offen stehen. Reicht das nicht, helfen Hausmittel wie Babypuder, Kaffeepulver oder Katzenstreu. Dazu den Koffer mit Zeitungspapier oder Küchenrolle auslegen, das Mittel der Wahl darauf verstreuen, schließen und einen weiteren Tag stehen lassen. Danach alles entfernen. Sollte

der Koffer immer noch müffeln, hilft zuletzt ein Textilerfrischer.

2. FALTENFREI PACKEN

Wer auf knitterige Klamotten verzichten will, hat gleich mehrere Möglichkeiten: Viele schwören darauf, Kleidung zu rollen statt zu falten. Knitterfalten entstehen vor allem, wenn Stücke im Koffer verrutschen und aneinanderreiben. Stopfen Sie daher Lücken smart aus, sodass der Kofferinhalt fest sitzt. Empfindliches wie Hemden, Blusen oder Kleider am besten in sogenannten Packing-Cubes verstauen. Alternativ

stabilisiert dünne Pappe im Kleidungsstück vor dem Falten. Ein weiterer Tipp: Seidenpapier zwischen die Teile legen.

ZUSATZTIPP: VOR ORT FIX NACHGLÄTTEN

Da die Klamotten natürlich nicht immer komplett faltenfrei bleiben, lohnt es sich, ein Bügelspray einzupacken und die Kleidung am Urlaubsort kurz damit zu behandeln. Etwas kostspieliger, dafür sehr effektiv, sind sogenannte Reise-Steamer. Diese arbeiten mit Dampf und machen knitterige Klamotten sofort wieder faltenfrei.

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 Zahnfleischentzündung. 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

WEISSER RING

Wir helfen Kriminalitätsoffern.

Damit Opfer nicht hilflos bleiben.

Helfen auch Sie!

Jetzt spenden:
www.weisser-ring.de

Simone Thomalla

Zentrum

für

Zahngesundheit

Zahnarzt
(m/w/d) in
**Vollzeit/
Teilzeit**
gesucht.

Dr. Tom Jordan • Dr. Jochen Lüpkes

Zertifizierte Implantologie
Parodontologie
und CMD Behandlung

Damit Sie gut lachen haben.
Mit gesunden, schönen Zähnen.

Düsternhoop 14 a · 24576 BadBramstedt

☎ 0 41 92 26 64 · www.zentrum-bb.de



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



Foto: Adobe Stock

ANZEIGE

NEUE WEGE Reformer-Pilates auf Rezept

Moderne Physiotherapie kann mehr: Jessica Schäm setzt in ihrer **Praxis für Physiotherapie & Pilates** auf eine innovative Kombination aus Krankengymnastik am Gerät (KGG) und medizinischem Pilates am Reformer. Das besondere Trainingsgerät ermöglicht kontrollierte, gelenkschonende Bewegungen und aktiviert gezielt die tiefliegende Muskulatur – genau dort, wo herkömmliches Training oft nicht mehr weiterkommt. Ob nach Operationen, Unfällen oder bei Rücken- und Gelenk-

beschwerden: Die individuell abgestimmte Therapie unterstützt nachhaltig dabei, Bewegungsmuster zu verbessern und Schmerzen zu reduzieren. Präventiv ist Reformer-Pilates als effektives Haltungs- und Achsentraing einzusetzen. Besonders praktisch: Die Behandlung kann im Rahmen der KGG mit ärztlicher Verordnung erfolgen – ein Angebot, das in der Region einzigartig ist. Neugierig geworden? Infos & Anmeldung unter Tel.: 04321 / 934 14 60 oder www.physiopilates-schaem.de.



**Pilates-
Anfängerkurs**
ab Do, 20. August,
10 + 17 Uhr, je 10 Termine
Alle Präventionskurse werden
bis zu 80 % durch die GKK bezuschusst.

**Geräte- und
Reformer-Pilates**
mit KGG-REZEPT
individuelle Kleingruppe

Babymassage
Sa, 22. August, 9.30 Uhr
Miniworkshop

Rückbildungkurs
Vom Babybauch bis die
Hose wieder passt.
ab Di, 12.01.2027



**Praxis für Physiotherapie & Pilates
Jessica Schäm**

Infos und Anmeldung: Noldestraße 5 · 24539 Neumünster
Tel. 0 43 21 / 934 14 60 · Mobil 01 78 / 168 30 81
www.physiopilates-schaem.de



ZAHNSCHMERZEN AM WOCHENENDE?

NEUE LANDESWEITE RUFNUMMER

*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



**LANDESWEITE
NUMMER**

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

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.zahnarztlicher-notdienst-sh.de die aktuellen Notdienstpraxen interaktiv auch auf einer Karte finden.

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.

Wenn das Licht Gestalt annimmt

Die modernen Außenleuchten von Maison du Monde erfüllen im Garten- und Terrassenbereich sowohl funktionale als auch gestalterische Aufgaben. Tagsüber fügen sie sich als plastische Elemente in die Umgebung ein, während sie abends für die gewünschte Illumination sorgen.



LINGUA – Mehrfarbige Pilz-Außenlampe, Polyethylen

Im Fokus des Designs stehen natürliche Materialien wie geflochtene Pflanzenfasern. Diese Strukturen brechen das Licht auf dezente Weise und erzeugen dadurch ein Spiel aus Licht und Schatten, das dem Außenraum optische Tiefe verleiht.

Kombiniert werden die organischen Texturen mit geradlinigen, zeitgenössischen Formen, um eine zeitlose Ästhetik zu erzielen.

Die Farbpalette unterstreicht diese Harmonie: Natürliche Farbtöne, inspiriert von Sand, Erde oder Pflanzen, schaffen eine beruhigende Atmosphäre, während hellere oder sonnigere Nuancen den Außenbereich subtil und charaktervoll akzentuieren.

ADRIANA – Außen-Stehlampe, Rattan



Außenlampe RINELLA, Polypropylen



MALFA – Kabellose Leselampe für den Außenbereich, Seegras

1:
LEANDRO – Kabellose, wiederaufladbare Außenlampe aus rotationsgeformtem Kunststoff, Polyethylen

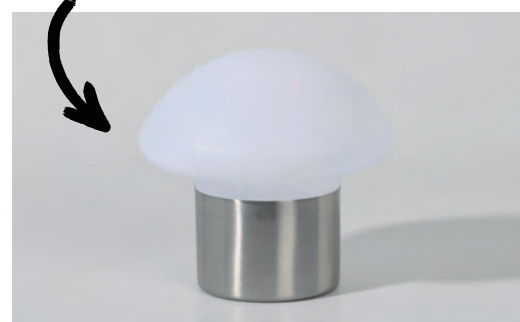
2 und 3:
NILS – Kabellose, berührungsempfindliche Außenlampe in Blau oder in Gelb, ABS-Kunststoff



TULIO – Tragbare Außenlampe in Silber- oder Goldfarben, ABS-Kunststoff



MANOLO – Tragbare Außenlampe in Rosa oder Grün, Polypropylen



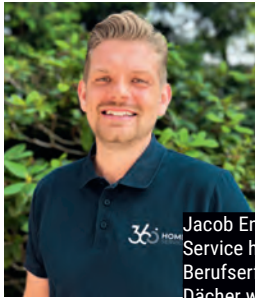
DACHREINIGUNG ZUM ERSCHWINGLICHEN PREIS

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!



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

Glücklich wohnen
in jedem Alter
sicher – solide – modern



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

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

* sofern verfügbar



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



Akkutischleuchte AUS VOLLHOLZ

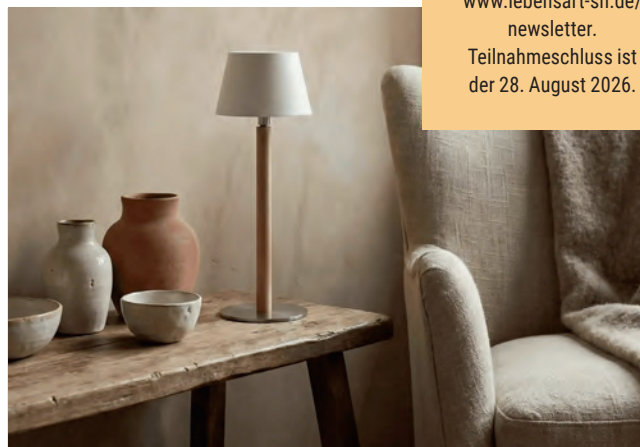
Wer kennt das nicht? Es ist Spätsommer und man möchte entspannte Abende vor dem Wohnmobil, auf dem Boot oder auf der Terrasse genießen, aber leider wird es so früh dunkel.

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 Kuhleemann 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)



DA KOMMT DIE PIZZA UNTER DIE RÄDER

Sie haben Lust auf gesellige Abende mit Freund*innen, Snacks und leckerer Pizza? Die Firma Westmark aus Lennestadt bringt den Pizzaschneider „Fuentez“ jetzt auch in weiteren sportlichen Farben auf den Tisch: Neben der klassischen Variante in Rot ist der Küchenhelfer nun auch in Gelb und Grün erhältlich. Der Pizzaschneider überzeugt mit einem antihafbeschichteten Schneidrad, das mühelos durch knusprige Böden und reich belegte Pizzen gleitet. So lassen sich Pizza, Flammkuchen oder dünne Teigfladen sauber portionieren. Mit seinen Farben wird der Pizzaschneider zum Hingucker auf dem Tisch und ist zugleich eine originelle Geschenkidee für Radsport-Begeisterte. Erhältlich im Fachhandel.

ANZEIGE



DER SOMMER BEGINNT AUF DER TERRASSE

Natürliche Materialien und warme Farbtöne prägen die aktuellen Gartentrends. Ein Tipp von Henning Miede ist daher die Steinplatte Sinai Pearl. „Mit diesem Naturstein aus Ägypten entstehen Terrassen voller Charakter und mediterranem Flair“, weiß der Chef von **KeraMiede Fliesenhandel in Schwentinental**. Die 3 cm starken Natursteinplatten überzeugen durch ihre natürliche Oberfläche, ihre warme Farbgebung und elegant getrommelte Kanten. Darüber hinaus finden Sie in der Ausstellung eine große Auswahl hochwertiger Feinsteinzeug-Terrassenplatten, die modernes Design, Pflegeleichtigkeit und Langlebigkeit vereinen. „Entdecken Sie die Vielfalt für Ihren persönlichen Lieblingsplatz im Freien. Unser Team berät Sie gern persönlich, kompetent und unkompliziert.“

WISSER GmbH

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



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

Wisser GmbH
Hollerstraße 105
24782 Büdelsdorf

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

www.wisser-buedelsdorf.de

FLIESEN VIelfALT



KeraMiede
Fliesen | Naturstein | fugenlose Bäder

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



Unternehmer Jan Witt (links) mit Manfred Thiel und Marvin Friedrichsen, dem neuen Ansprechpartner für den Hallenbau der Firma Jan Witt GmbH.

MESSEINFOS

**BESUCHEN SIE DIE
JAN WITT GMBH
UND SONNE.SH
AUF DEN NÄCHSTEN
MESSEN:**

NORLA

[Landwirtschafts- und
Verbrauchermesse]
3. bis 6. September 2026
(Do. bis So.)
Messegelände Rendsburg

NORDBAU

[Norddeutschlands größte
Baufachmesse]
9. bis 13. September 2026
(Mi. bis So.)
Holstenhallen Neumünster

Jan Witt Meisterbetrieb

~ alles aus einer Hand

IHR KOMPETENTER PARTNER JETZT AUCH IM HALLENBAU

Jan Witt – der Name steht in der Region für Fachkompetenz, Zuverlässigkeit, Leidenschaft und viel Erfahrung. Was einmal als familiärer Dachdeckerbetrieb begann, hat sich mittlerweile zu einem großen Unternehmen entwickelt, das viele verschiedene Gewerke vereint.

Zum 1. August wurde das Spektrum um den Hallenbau ergänzt. Mit der Übernahme der „M. Thiel GmbH“ aus Elsdorf-Westermühlen holt Jan Witt ausgewiesene Hallenbau-Expertise ins Unternehmen und baut die Angebotspalette weiter aus.

Manfred Thiel realisiert seit über 20 Jahren landesweit Hallen in Holz oder Stahl – von Gewerbe- und Industriehallen über Reitsport- bis zu landwirtschaftlichen Gebäuden, rund 20 Projekte jährlich. Zum Leistungspaket gehörten zudem Zimmerer-, Stahl-, Dachdecker- und

Betonarbeiten. Nach mehr als zwei erfolgreichen Jahrzehnten übergibt Manfred Thiel Firma und Team an Jan Witt. Für eine geordnete Übergabe steht er dem neuen Ansprechpartner Hallenbau, Marvin Friedrichsen, übergangsweise beratend zur Seite.

MEHR KAPAZITÄT, ALLES AUS EINER HAND

Mit der Übernahme erweitert Jan Witt ab August den Aufgabenbereich: Dank der vielen eigenen Gewerke und der großen Mannschaft

können mehr Projekte parallel umgesetzt werden – von der Planung über die Bauausführung bis zur schlüsselfertigen Übergabe.

ENERGIE UND TECHNIK INTEGRIERT

Für technische Gebäudeausstattung und Wärmeversorgung unterstützt das Tochterunternehmen „sonne.sh“ von Planung bis Ausführung. So lassen sich Hallendächer z. B. mit optimal konfigurierten Photovoltaik-Anlagen ausrüsten – ein Rundum-Sorglos-Paket für den Hallenbau in Schleswig-Holstein. Weitere Informationen sind auf der Firmenhomepage unter www.dachdeckerei-janwitt.de ersichtlich.



So könnte die Grundkonstruktion Ihrer neuen Halle aussehen.



Jan Witt GmbH, Meisterbetrieb
Grüner Weg 11, Jevenstedt

Tel.: 04337 / 13 88

Mail: kontakt@dachdeckerei-janwitt.de
www.dachdeckerei-janwitt.de

sonne.sh ~ mehr als Solar

Was mit Photovoltaik begann, ist heute ein moderner Handwerksbetrieb für zukunftsorientierte Gebäudetechnik. Die sonne.sh GmbH aus Büdelsdorf entwickelt individuelle Lösungen für private, gewerbliche und landwirtschaftliche Kund*innen – mit dem Ziel, nachhaltige Energielösungen intelligent einzusetzen und Betriebskosten langfristig zu senken.

Unter dem Leitsatz „sonne.sh – mehr als Solar“ stehen Photovoltaikanlagen, Batteriespeicher, intelligente Energiemanagementsysteme und moderne Wärmepumpen im Mittelpunkt. Durch die Kombination dieser Technologien entstehen ganzheitliche Energiekonzepte, die den Eigenverbrauch erhöhen, unabhängiger von steigenden Strompreisen machen und den Weg in eine nachhaltige Zukunft ebnen.

PHOTOVOLTAIK UND WÄRMEPUMPE – DAS STARKE DUO

Immer mehr Kund*innen entscheiden sich für die Kombination aus Photovoltaik und Wärmepumpe. Der selbst erzeugte Solarstrom kann direkt zum Heizen genutzt werden – wirtschaftlich, effizient und umweltfreundlich. So lassen sich Energiekosten dauerhaft reduzieren und fossile Energieträger ersetzen.

MEHR ALS SOLAR

Zum Leistungsspektrum gehören außerdem moderne Elektrotechnik, Wallboxen für Elektrofahrzeuge sowie individuelle Lichtkonzepte für Wohnhäuser, Gewerbe und landwirtschaftliche Betriebe. Auch hochwertige Badsanierungen sind Teil des Angebots. Gemeinsam mit Knutzen Home entstehen moderne Wohlfühlbäder, bei denen Design und Technik perfekt aufeinander abgestimmt sind.



sonne.sh ist ebenfalls ein kompetenter Ansprechpartner für moderne Elektrotechnik.



Immer beliebter: die Kombination aus Photovoltaik und Wärmepumpe

REGIONAL. MODERN. ZUKUNFTSSICHER.

Mit dem neuen Standort in Büdelsdorf, einem wachsenden Team und der Ausbildung eigener Fachkräfte investiert sonne.sh konsequent in die Zukunft. Ob Photovoltaik, Wärmepumpe oder intelligente Gebäudetechnik – sonne.sh verbindet innovatives Handwerk mit moderner Technik und gestaltet die Energiewende aktiv mit.

sonne.sh GmbH
Trichterbecherweg 11,
Büdelsdorf
Tel.: 04331 / 49 27 103
Mail: info@sonne.sh
www.sonne.sh

sonne.sh
mehr als solar

**INNUNGS
BETRIEB**



Das Team von sonne.sh freut sich darauf, Sie zu Ihrem individuellen Energiekonzept zu beraten.



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, Probehängungen oder auch gemeinsam passende Platzierungen zu finden.



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.

Foto: Galerie RIECK

FÜR DIE SCHÖNSTEN STUNDEN

Maßgefertigte Terrassenüberdachungen

Ein Ort, an dem Frühstück länger dauert.
An dem ein Regenschauer nicht stört.
Und aus einer Terrasse ein Lieblingsort wird.

NELSON PARK 
Terrassenüberdachungen
— Mehr Zeit draußen —



Servicebüro in 24784 Westerrönfeld
Gorch-Fock-Weg 8

Servicebüro in 24576 Bad Bramstedt
Stormarnring 112

04331 / 438 0949
www.nelsonpark-td.de



Mit den wasserfesten Paneelen lässt sich das Bad im Handumdrehen modernisieren.



Ein System, viele Designs: In jedem Fall eine günstige und einfache Art der Badrenovierung.



Stimmen Sie Wandpaneele und Vinylboden aufeinander ab.

KLEBEN STATT STEMMEN Frisches Bad, ganz ohne Baustelle

*Ein neues Bad ohne Stemmen und Staub? Das geht. Mit modernen Wandpaneelen und Vinylböden, erhältlich bei **Knutzen Home**, die einfach über vorhandene Fliesen geklebt werden, bekommen Dusche und Bad einen frischen Look mit überschaubarem Aufwand.*



Verbrauchsmaterial, wie etwa Kleber, kommt auch direkt von Gerflor.

Im Bad machen wasserfeste Paneele den Unterschied. Ob in großem Format für ruhige Flächen oder als kleineres „Fliesen“-Format: Beides ist für den Nassbereich geeignet. Zur Wahl stehen so etwa Beton- und Fliesenoptiken; die Kanten werden entweder mit einem schwarzen Profil oder sauber mit Silikon abgedichtet. Praktisch: Die vorhandenen Fliesen können in der Regel drableiben – das spart Zeit und Schmutz. Die Montage ist so einfach, dass versierte Endverbraucher sie selbst umsetzen können; wer Unterstützung wünscht, bucht ganz einfach den Montageservice von Knutzen Home.

AUS EINEM GUSS: WAND & BODEN VON GERFLOR

Passend dazu lässt sich auch der Boden modernisieren: Vinylbeläge werden direkt auf klassische Fliesen geklebt. Der Hersteller Gerflor bietet Wand- und Bodenlösungen aus einer Hand – aufeinander abgestimmt in Farbe und Oberfläche. Auch die Verbrauchsmaterialien kommen direkt vom Hersteller: eigens entwickelter Kleber und weiteres Zubehör, damit das Ergebnis sitzt. Neben Gerflor sind bei Knutzen Home auch weitere Hersteller vertreten, um zusätzliche Farbtöne und Strukturen abzudecken.

SCHNELL MODERNISIERT FÜR LANGE FREUDE

Die Paneele von Gerflor sind die perfekte Lösung für alle, die ihr Bad auf günstigere Weise ohne großen Aufwand modernisieren möchten. Am besten live anschauen und kombinieren: Im Fachmarkt von Knutzen Home in Kiel gibt es die Materialien, Formate und Profile zum Vergleichen – inklusive fachkundiger Beratung zu Untergründen, Klebern und der passenden Montageoption, ob Do-it-yourself oder vom Profi.

**Knutzen Home Kiel, Bahnhofstraße 14,
Tel.: 0431 / 64 25 24, www.knutzen-home.de**



Minze (Foto) und auch Brunnenkresse werden am unteren Ende der Spirale gepflanzt.



Die Reihenfolge ist nicht egal. Rosmarin und Lavendel gehören in der Kräuterspirale ganz nach oben.



Wer keinen Garten hat, kann sich über die Kräuter auch auf der Fensterbank erfreuen.

KRÄUTER - HIGHLIGHTS FÜR DEN GARTEN

Wer Insekten und Schmetterlinge anlocken möchte, sollten ihnen ein reiches Nahrungsangebot bieten. Kräuter zum Beispiel. Corinna Hölzel vom Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) erklärt, worauf es ankommt.

Viele blühende Kräuter sind aus der Küche nicht wegzudenken. Sie sind lecker und gesund. Zusätzlich locken sie Wildbienen, Schmetterlinge und Schwebfliegen an und fördern die Gesundheit benachbarter Kulturpflanzen.

KRÄUTER MÖGEN ES WARM, TROCKEN UND WINDGESCHÜTZT

„Wenn Sie dieses Jahr Kräuter ernten wollen, starten Sie zeitig im Frühjahr mit der Planung. Treffen Sie erst die Auswahl der Kräuter, erstellen Sie einen Pflanzplan und beginnen dann mit dem Pflanzen. Kräuter lassen sich sowohl in großen Gärten als auch auf der Fensterbank oder auf dem Balkon anbauen“, erklärt Corinna Hölzel. Die meisten Küchenkräuter benötigen einen warmen, trockenen und windgeschützten Standort, zum Beispiel an einer sonnigen Hauswand. Im Mischkultur-Beet können sie Gemüsepflanzen unterstützen.

WER MIT WEM?

Lavendel darf gerne neben Melisse, Oregano, Rosmarin, Salbei, Thymian und Currykraut gepflanzt werden. Zitronenmelisse neben Koriander, Lavendel, Minze, Ringelblume, Salbei, Schnittlauch und Thymian, und Basilikum neben Ringelblume, Fenchel, Oregano, Petersilie, Rosmarin oder Koriander.

Auf keinen Fall sollten Petersilie neben Lavendel und Basilikum neben Dill, Zitronenmelisse, Salbei oder Thymian gepflanzt werden.

WAS DARF IN DIE KRÄUTER- SPIRALE?

Für eine reichhaltige Kräuternernte können Sie diese zusätzlich in einem Beet, Kräutergarten oder in einer Kräuterspirale pflanzen. Charakteristisch für eine Kräuterspirale ist ihr von außen nach innen spiralförmig ansteigender Bau. Durch diese Form werden auf kleinstem

Raum verschiedene Lebensraumbedingungen für viele Kräuter hergestellt. Diese Art des Kräutergartens bietet vielen Kleintieren Unterschlupf und Lebensraum. Auf der höchsten Stelle der Kräuterspirale sollten Sie Kräuter pflanzen, die Wärme, Trockenheit und einen mageren Boden lieben. Zur Basis hin, in den „tieferen Regionen“ der Spirale, eher heimische Pflanzen. Für die Kräuterspirale geeignet sind folgende Pflanzen (Reihenfolge der Bepflanzung von oben im Zentrum der Spirale nach unten): Rosmarin, Lavendel, Thymian, Oregano, Basilikum, Salbei, Bohnenkraut, Ysop, Winterbohnenkraut, Kamille, Portulak, Pimpinelle, Zitronenmelisse, Petersilie, Schnittlauch, Korb, Ringelblume, Minze und Brunnenkresse.

UNGEEIGNET

Für die Bepflanzung der Kräuterspirale ungeeignet sind alle wuchernden und schattenwerfenden Kräuter wie Liebstöckel, Beinwell oder Beifuß.

REICHE ERNTE AUF KLEINSTEM RAUM

„Auch auf dem Balkon oder auf der Fensterbank lassen sich Kräuter gut anpflanzen. Wenn Sie einen Balkon mit viel Sonne haben, achten Sie auf die richtige Kräuterwahl und torffreie Erde“, so Hölzel. „Rosmarin, Thymian, Oregano, Salbei, Basilikum und Lavendel vertragen viel Sonne und hohe Temperaturen. Pflanzen Sie die Kräuter in „atmungsaktive“ Töpfe, die Trockenheit fördern und Staunässe verhindern. Terrakotta oder Ton sind dafür bestens geeignet.“

DurchBLICK mit Komfort
Auf höchstem Niveau

Axel Strate
 Bauelemente mit System ■ ■ ■
 Inh. Andreas Ladewig

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

Wendenstrasse 4a • 24539 Neumünster
Tel: 04321 4 73 49
www.axel-strate.de

BERATUNG + VERLEGUNG

FUSSBODEN BÖHM

Einzigtiger Service rund um Ihren Boden!

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

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

SEIT 1952
 VERLÄSSLICHES FACHMANNTREFFEN

Farbe ist Leben!

A. BIELENBERG
 Malerfachbetrieb seit 1906

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

Paul Runge Bauunternehmen
 - Meisterbetrieb seit 1893 -

133 Jahre

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

Inh. Dennis Hasselmann e.K.

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

MARKISEN SOMMER AKTION 2026
 GÜLTIG AB 01.03. BIS 30.09.2026

SONNENSCHUTZ-SYSTEME Foltas
 Ihr Fachbetrieb seit 1965

/Markisen/ Rollläden/ Garagentore/ Insektenschutz

Diplom-Physikerin Eva Foltas

/Markisen/ Insektenschutz/ Rollläden/ Garagentore

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

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

BUHR
 Bau & Möbeltischlerei

Bau & Möbeltischlerei Buhr GmbH

Hansaring 156
 24534 Neumünster

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

Herzforschung rettet Leben!

Ihre Spende hilft im Kampf gegen Herzkrankheiten.

Helfen Sie mit
www.herzstiftung.de/spenden

Gut fürs Herz...
 Deutsche Herzstiftung

Für ein besseres Leben. Für Mensch und Tier.

PROVIEH
respektiere leben.

www.provieh.de

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

ANZEIGE

Künstler und Visionär

Noch bis zum 4. Oktober zeigt das **Museum Eckernförde** die Ausstellung „Wenzel Hablik – Ein Universalkünstler zwischen Wiener Moderne und Expressionismus“.

Der Maler, Grafiker und Kunsthandwerker Wenzel Hablik (1881 – 1934) hat wie kaum ein anderer deutscher Künstler im frühen 20. Jahrhundert ein vielfältiges Gesamtkunstwerk geschaffen. Er entwickelte eine expressive und farbtintensive Formsprache, die seinen Weg vom Wiener Jugendstil über den Expressionismus bis hin zur Neuen Sachlichkeit erkennen lässt. Seit 1907 lebte er in Itzehoe. Die Ausstellung beginnt mit Landschaftsgemälden, die den Einfluss von Jugendstil und Symbolismus auf den Künstler erkennen lassen. Bald zeigte sich seine Leidenschaft für Naturphänomene wie das Meer, seine Farbigkeit und urtümliche Kraft ebenso wie für den Himmel mit seinen atmosphärischen Lichtereignissen. In Gemälden und Grafikzyklen entwickelte Hablik utopische Fantasien einer aus Kristallen gestalteten



Wenzel Hablik – Föhr, Sonnenaufgang, Winter, 1909



Wenzel Hablik – Tischlampe, um 1919

Welt, die ihn als Vertreter der expressionistischen Gestaltungsavantgarde ausweisen.

Wenzel Hablik übertrug seine visionären Ideen auf das Kunsthandwerk und architektonische Konzepte. Zierobjekte aus Metall wirken durch ihre differenzierten Lichtbrechungen. Die zusammen mit seiner Frau ausgeführten Möbelbezugsstoffe und Kleidung sind geprägt durch rhythmische Formen und Farbkontraste. Dass Habliks Gestaltungen raumgreifend werden konnten, belegen die ausgestellten Möbel sowie Entwürfe für extravagante, buntfarbige Interieurs.

Geöffnet ist das Museum Eckernförde Dienstag bis Sonntag jeweils von 11 bis 17 Uhr (feiertags 14.30 bis 17 Uhr). Das Begleitprogramm und weitere Informationen finden Sie unter www.museum-eckernfoerde.de.



BESONDERER LESETIPP

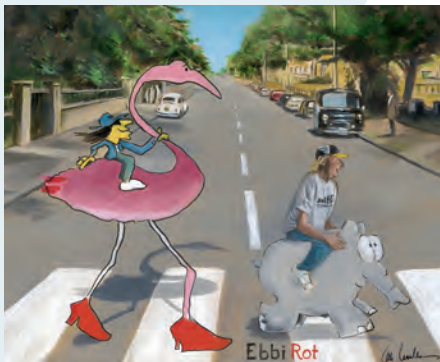
DIE VÄTERLICHE SEITE

Die Autorin Anne Berest zeigt sich ein zweites Mal mit dem Buch „Vatertage“ als Meisterin des autobiografischen Familienromans. Nachdem sie in ihrem vorhergehenden Roman „Die Postkarte“ der berührenden Geschichte der mütterlichen Linie nachgegangen ist, widmet sich Anne Berest hier nun der väterlichen Seite. Beginnend mit ihrem Urgroßvater Eugène, der eine landwirtschaftliche Genossenschaft in der Bretagne gründete, über ihren Großvater Eugène, der Lehrer und Bürgermeister von Brest wurde, bis zu ihrem Vater Pierre erforscht sie als Ich-Erzählerin wieder ihre Familiengeschichte. Mit ihrem Vater, einem Wissenschaftler, der unheilbar an Krebs erkrankt ist, kommt Anne nach dessen langer Unnahbarkeit endlich ins Gespräch und erfährt dabei sehr viel über die früheren Ereignisse. So ist „Vatertage“ ein Mehrgenerationen- und Familienroman sowie zugleich eine punktuelle französische Geschichte des 20. und beginnenden 21. Jahrhunderts.

Anne Berest: Vatertage. Piper Verlag, 448 S., 25 Euro

Fotos: © Wenzel-Hablik-Stiftung Itzehoe

Cover: zero-media.net, München, Foto: Anne Berest



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.

Fotos: © Walentowski Galerien (2) / © Art Licensing International GmbH (1)

ANZEIGE



KUNST IN BOSAU

Die historische Dunkersche Kate im kleinen Ort Bosau wird auch im August wieder zum Treffpunkt für Kunst- und Kulturinteressierte. In der liebevoll restaurierten Reetdachkate wechseln die Ausstellungen im Wochentakt und präsentieren die Vielfalt regionaler Kunst – von Malerei und Fotografie über Holz- und Metallarbeiten bis hin zu Glas- und Textilkunst. Den Auftakt macht vom 6. bis 9. August die Gemeinschaftsausstellung „Kunststücke“. Sechs Kunstschaffende zeigen ihre individuellen Arbeiten und vereinen unterschiedlichste Techniken unter einem Dach. Unter dem Titel „Kreativ und handgemacht“ präsentiert Hans Dunse vom 12. bis 16. August seine Arbeiten. Vom 20. bis 23. August zeigt die Hutzfelder Malgruppe eine Auswahl ihrer aktuellen Werke. Den Abschluss bildet vom 26. bis 30. August die Ausstellung „Objekt und Fotografie treffen auf Malerei/Aquarell“.

Im August • Dunkersche Kate, Bosau

ARTHUS
Eckernförde

SOMMER-HIGHLIGHTS

WERKE VON
UDO LINDBENBERG, OTTO WAALKES,
MICHEL FRIESS, ARMIN MUELLER-STAHN, 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

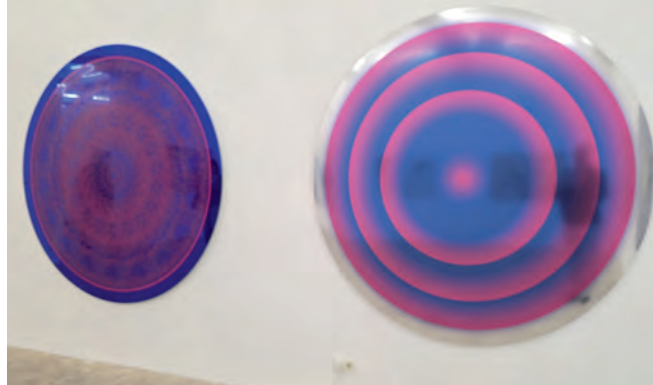
Fot. TIP Anne Weise

PREISWÜRDIG

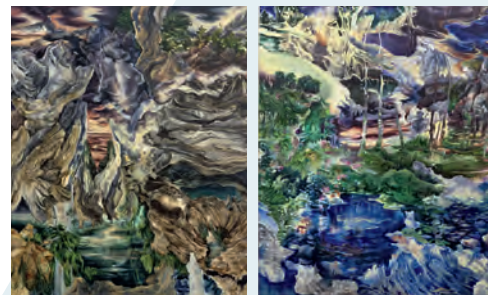
Junge Kunst aus Italien steht bis zum 30. August im Fokus der Stadtgalerie Kiel, die die Ausstellung zum italienischen Kunstpreis Premio Volker Walter Feierabend-Stiftung (vormals Premio Fondazione VAF) zeigt.

Die diesjährige Schau „XI. Premio Volker Walter Feierabend-Stiftung. Aktuelle Positionen italienischer Kunst“, die durch ihre große Bandbreite künstlerischer Positionen begeistert, präsentiert in der Landeshauptstadt Werke von 15 italienischen Künstler*innen. Zwölf von ihnen nehmen am Wettbewerb teil. Zu sehen sind in der Wettbewerbsausstellung beeindruckende aktuelle Positionen italienischer Kunst aus den Bereichen Malerei, Skulptur, Fotografie, Grafik, Installation und Neue Medien.

Der Kunstpreis wird seit 2003 von der Stiftung verliehen. Ziel ist es, „innovative Positionen aktueller italienischer Kunst zu fördern und in Deutschland durch Verleihung eines Preises, durch Ausstellungen und Publikationen zu vermitteln“. Die Stadtgalerie Kiel ist der zentrale Ausstellungsort dieser elften Ausgabe und zeigt die Wettbewerbsausstellung zum neunten Mal in ihren Räumlichkeiten. Künstler*innen bis zum 40.



Zwei Werke von „The Prism“ (Stefano Simontacchi)



Zwei Bilder von Alice Faloretti

Lebensjahr konnten sich online für den Förderpreis bewerben. Von über 100 Kandidat*innen aus ganz Italien wurden zwölf Künstler*innen für die Teilnahme an der Wettbewerbsausstellung ausgewählt, drei weitere Künstler sind außer Konkurrenz vertreten.

Unter www.kiel.de/de/kultur_freizeit/stadtgalerie finden Sie weitere Informationen.

Fotos: Heiko Buhr



© Dr. Martin Stock und Wilfried Dunkel – Inseln im Nordatlantik



© Dr. Martin Stock und Wilfried Dunkel – Inseln im Nordatlantik

Großartige Fotografien

Das Stadtmuseum Schleswig präsentiert bis zum 30. August die vom Fotoclub Schleswig e. V. konzipierte Ausstellung „Inseln im Nordatlantik“ mit Fotografien von Dr. Martin Stock und Wilfried Dunkel.

Die Inselwelt des Nordatlantiks übt auf viele Menschen eine besondere Faszination aus. Regionen wie die Äußeren Hebriden, die Färöer, Irland oder Island beeindruckten durch ihre archaischen Landschaften, steilen Küsten, dramatischen Fjorde und weiten Horizonte. Wind, Nebel und ständig wechselnde Lichtverhältnisse prägen diese einzigartigen Naturräume und verleihen ihnen ihren unverwechselbaren Charakter. In den vergangenen Jahren haben die beiden Naturfotografen Dr. Martin Stock und Wilfried Dunkel diese Inseln wiederholt bereist. Dabei entstanden eindrucksvolle Aufnahmen von Moorlandschaften, zerklüfteten Küsten, weißen Sandstränden, vulkanisch geprägten Landschaften und

spektakulären Lichtstimmungen. Die Fotografien zeigen die raue Schönheit des Nordens ebenso wie die besondere Atmosphäre dieser abgelegenen Regionen. „Uns faszinieren die Extreme dieser Landschaften – das Zusammenspiel von Licht, Wetter und Weite. Unsere Bilder sind persönliche Interpretationen dieser einzigartigen Naturräume“, beschreiben die Fotografen ihre Arbeit. Die Ausstellung umfasst hochwertige Fine-Art-Prints auf Hahnemühle-Papier, die durch ihre besondere Qualität und Detailtiefe überzeugen. Weitere Informationen gibt es unter www.fotoclub-schleswig.de sowie www.stadtmuseum-schleswig.de.



WO SEEKARTEN ZU KUNST WERDEN

Ein besonderer Ort am Meer, der Lieblingshafen oder die Küste, mit der viele Erinnerungen verbunden sind: Die maritimen Kunstwerke von **Susanne Reibe** halten solche persönlichen Geschichten auf ganz besondere Weise fest. In ihrem Atelier verwandelt die Künstlerin Seekarten in individuelle Unikate. Kombiniert mit Geisternetzen, Tauen und liebevoll gestalteten Acrylzeichnungen entstehen Werke mit einer unverwechselbaren künstlerischen Handschrift. Jedes Bild bringt ein Stück Meer in die eigenen vier Wände und eignet sich auch als persönliches Geschenk – etwa zur Hochzeit, oder als bleibende Erinnerung an einen besonderen Ort. Im Atelier steht eine Auswahl verschiedener Seekarten zur Verfügung, aus denen das passende Motiv gewählt werden kann. Darüber hinaus gibt es bereits fertige Kunstwerke zu entdecken. Vielleicht wartet darunter schon das neue Lieblingsstück für dein Zuhause. Mehr: www.sreibeart.de sowie auf Instagram und facebook unter Susanne Reibe/sReibeArt.

Foto: Susanne Reibe

UNSER LESETIPP

JUDITH MALINA UND DAS „LIVING THEATRE“

1947 gründeten die in Kiel geborene Judith Malina (1926-2015) und Julian Beck (1925-1985) in New York das „Living Theatre“, eine der bedeutendsten Experimentaltheatergruppen weltweit. Das anarchistische, in seinen Inszenierungen auf Publikumsaktivierung ausgerichtete „Living Theatre“ ist gesellschaftskritisch, pazifistisch und anti-autoritär wie das Kollektiv selbst. Anna Opel folgt in ihrem Buch „Now!“ den abwechslungsreichen Lebensspuren von Judith Malina, die untrennbar mit der vielfältigen Geschichte und Entwicklung des „Living Theatre“ verbunden sind. Ob in den USA, in Frankreich, Italien oder anderswo, Judith Malina – und Julian Beck – erregten mit ihrer Schauspielgruppe stets

großes Aufsehen. Dabei stießen sie auf viel Unverständnis und Ablehnung, hatten ständig Geldsorgen und mussten gegen mannigfaltige Widerstände kämpfen. Aber sie waren beide eben durch und durch Theatern Menschen mit einem starken Veränderungswillen.

Anna Opel: Now! Aviva Verlag, 291 S., 24 Euro



Cover: Judith Malina in „Many Lovers“ von William Carlos Williams (1959), © Estate of Judith Malina

GALERIE

sReibeArt

KUNST MIT FARBE UND WORTEN

Jedes Werk ein Unikat mit Struktur und Tiefe für Räume mit Ausstrahlung

In der Galerie sReibeArt finden Sie einzigartige Kunstwerke mit Charakter: Abstrakte Kunst mit faszinierenden Oberflächenstrukturen, gegenständliche Motive und maritime Seekarten-Kunst mit echten Geisternetzen und Tauen – auch als besonderes Geschenk geeignet! Alle Werke sind handgefertigte Unikate. Entdecken Sie Ihr Kunstwerk in der passenden Größe.

Weitere Infos unter: www.sreibeart.de

Öffnungszeiten:

Mittwoch	14.00 – 18.00
Donnerstag	14.00 – 18.00
Samstag	11.00 – 18.00

und nach Vereinbarung

Hauptstraße 4a · 24245 Großbarkau
0151-18364555 · susannereibe.art@gmail.com



RIECK

CARLSHÖHE

GALERIE

für skandinavische und nordische Kunst

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

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.

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



Fotos: Eva Schneiderreit privat; Lars Kruse

BERGHAIN-FEELING IN NEUMÜNSTER **SICKER MAN & Spökenkieker Ensemble**

Beim Kunstfleckchen erwartet das Publikum ein besonderes Konzert:
SICKER MAN alias Tobias Vethake feiert am 12. September die
Veröffentlichung seines Albums „Spökenkieker“ in der Werkhalle.



Der Berliner Songschreiber und Komponist wird die ganz eigene Mischung aus Orchestral Swing, Dubstep und Klassik sowie experimenteller Elektronik, die dieses Album prägt, live performen. Unterstützt wird er dabei von seiner Langzeit-Kollaborateurin Kiki Bohemia am Bass und an der Elektronik sowie von einem Ensemble mit Geige, Tenor- und Altsaxophon. Die zwölf Instrumentalstücke von „Spökenkieker“ entfalten sich auf der Bühne zu einem Universum aus Klängen und Strukturen, die stets zum eindringlichen Sound von SICKER MANs elektrischem Cello zurückfinden.

Die Vielseitigkeit von Tobias Vethake zeigt sich in seinen verschiedenen Auftrittsorten: Als musikalischer Leiter dirigiert er die Dreigroschenoper an der Oper des Bremer Theaters, gibt Konzerte im Berghain und auf der Fusion, arbeitet als Theatermusiker und hat auch schon in Hollywood-Studios für Filmmusik produziert. Nun besinnt er sich seiner ostwestfälischen

Wurzeln. Die in den mystischen Tiefen des Teutoburger Walds verortete Sagengestalt des Spökenkickers dient sowohl als Namensgeber als auch als Schutzpatron dieser spirituellen Reise an den Ursprung.

Der Spökenkieker ist aufgrund der Sünden seiner Vorfahren dazu verdammt, die Zukunft zu sehen und vorherzusagen. Sein Wissen um die Vergangenheit bildet das Fundament und den Zugang zu seiner Fähigkeit, das Kommende zu erkennen. In Zeiten, in denen unsere Vorstellungen von der Zukunft wie ein Widerhall der Vergangenheit erscheinen, konfrontiert der Spökenkieker das Gespenst der Realität, indem er darauf besteht, dass eine Perspektive jenseits der postmodernen Endzeit möglich ist.

SICKER MAN & das Spökenkieker Ensemble kreieren Zukunftsmusik, die das Potenzial für einen Utopismus unserer Gegenwart revitalisiert und Berlin-Vibes nach Neumünster bringt. Mehr Infos und Karten unter www.kunstfleckchen.de.

Theater Neumünster



Kunstfleckchen 2026
www.kunstfleckchen.de

**Der Vorverkauf
hat begonnen!**

**Vorverkaufsstart der neuen
Theatersaison 2026/27**

19.08.2026



Karten und Informationen im
Kulturbüro, Kleinflecken 26, Neumünster
Tel: 0 4321 | 94233 16
www.theater-neumuenster.de

EMELIE & FRIENDS

Bereits zum dritten Mal gastiert die Band Emelie & Friends im Sportheim Langwedel. Das Quartett mit Emelie Ehlert (Gesang, Gitarre, Bass), Ulli Ehlert (Keyboard), Marco Kai (Bass, E-Gitarre) und Peter Borm (Schlagzeug) präsentiert einen abwechslungsreichen Mix aus Songs der 1960er-Jahre bis heute – von den Beatles über Amy Winehouse bis zu Cyril. Unterstützung gibt es erneut von Gastsänger Rudi Schmedemann, der ebenfalls einige Titel beisteuert. Freuen dürfen sich die Besucher auf einen stimmungsvollen Abend mit Live-Musik und kühlen Getränken. Der Eintritt kostet 10 Euro (nur Abendkasse).

Anmeldung unter kultur-am-brahmsee@langwedel-sh.de oder telefonisch unter 0175 / 415 05 64.

8. August, 20 Uhr • Sportheim, Langwedel



Foto: Emelie & Friends



Foto: Drummer in the Kitchen

SCHLOSSPARK OPEN-AIR

Am 15. August verwandelt sich der Schlosspark in Probsteierhagen erneut in eine Open-Air-Bühne: Das dritte Schlosspark Open Air beginnt um 15.30 Uhr und bietet ein abwechslungsreiches Programm mit sieben Acts. Mit dabei sind KI-Akustik, Water Violet and the Bottles, Drummer in the Kitchen (Foto), die Duos „Einzig. Nicht Artig!“ sowie Tim und Ralf und die Probsteier Ukis. Musikalisch reicht das Spektrum von Indie über Rock bis Pop. Außerdem zeigt eine Line-Dance-Gruppe ihr Können. Für Speisen und Getränke ist gesorgt. Der Eintritt ist frei, stattdessen freut sich ein Hut für die Musiker*innen über freiwillige Spenden.

15. August, ab 15.30 Uhr • Schlosspark, Probsteierhagen

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

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

- **WEIHNACHTEN FEIERN** - Industriecharme trifft Festtagsstimmung: sichert euch jetzt euer Deck für die Weihnachtsfeier. Mit Blick auf die Kieler Förde und festlicher Dekoration wird jede Feier zum stilvollen Jahresausklang, vom kleinen Team-Empfang bis zur großen Business-Gala. Hochwertiges Catering rundet das Erlebnis kulinarisch ab, von Menü bis Fingerfood. So wird eure Weihnachtsfeier zu einem unvergesslichen Erlebnis für euch und eure Gäste.



Bild oben links © Viehmannphotographie

Dank modernster Soundtechnik, hochwertiger LED-Leinwand und professioneller Tagungsausstattung sowie flexibel anpassbarer Raumkonzepte bieten wir für jedes Eventformat die ideale Lösung. Die gesamte Location ist selbstverständlich barrierefrei zugänglich.

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

LIVE-PROGRAMM

15.10.2026

TASTE & BEATS

DAS GENUSSFESTIVAL

14. + 15.11.2026

**FÖRDE FRÄULEIN'S
MARRY LAND**

DAS HOCHZEITSFESTIVAL

21.11.2026

**FÖRDE FRÄULEIN'S
NACHTFLOHMARKT**

25.12.2026

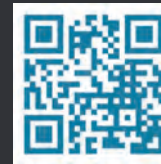
FAROUT REVIVAL

80ER & 90ER PARTY

31.12.2026

SILVESTER GALA

DINNER & PARTY



SCAN FÜR MEHR!

www.halle400.de

KONTAKT

An d. Halle 400 #1, 24143 Kiel

info@halle400.de

FOLGT UNS

Facebook und LinkedIn:

Halle 400

Tagungen & Events GmbH

Instagram:



@HALLE400_KIEL

DAS BLUESPOWER-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 (Foto) zählt seit Jahrzehnten zu den prägenden Figuren der deutschen Blues-Szene und begeistert mit virtuosem Spiel, improvisierter Leichtigkeit und trockenem Humor. Gemeinsam mit Matthias Schlechter und Martin Bohl entsteht ein druckvoller, authentischer Blues-Sound voller Energie. 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, musikalischen Zitaten und jeder Menge Charme. Tickets kosten im Vorverkauf 15 Euro zzgl. Gebühren, an der Abendkasse 22 Euro. Mehr Infos und Karten gibt's unter www.goldbekhaus.de.

22. August, 19.30 Uhr • Goldbekhaus, Hamburg



Foto: Ellen Coenders



WANDELKONZERT

Ein Friedhof als Konzertbühne: Das Wandelkonzert auf dem Parkfriedhof Eichhof lädt zu einem musikalischen Spaziergang der besonderen Art ein. Gemeinsam geht es von Station zu Station, wo unter alten Bäumen ganz unterschiedliche Klangwelten warten. Birte Gäbel entführt mit ihren Handpans in sphärische Klangräume, das Blechbläserquintett Mare Brass spielt Jazzstandards, Filmmusik und Barock, während das Duo Lily of Light mit Songs von Alphaville, Kansas, Sting und Eva Cassidy berührt. Treffpunkt ist um 18 Uhr an der Friedhofskapelle, der Eintritt ist frei.

21. August, 18 Uhr • Parkfriedhof Eichhof, Kiel

VOKTETT HANNOVER

Klanggenuss im Konzerthaus am Schloss: Das Voktett Hannover, eine der national führenden A-cappella-Formationen, gastiert in Kiel. Mit dem Programm „Nocturne“ widmet sich das Voktett Hannover den Facetten und Geheimnissen der Nacht, von der Dämmerung bis zum Morgengrauen. Das Programm spannt einen Bogen von der Renaissance bis zur Gegenwart und verbindet Werke von Thomas Tallis, Josquin Desprez und Giovanni Pierluigi da Palestrina mit Musik von Richard Strauss, Sergej Rachmaninoff und zeitgenössischen Kompositionen. Mehr Infos und Karten unter www.theater-kiel.de.

6. September, 18 Uhr • Konzerthaus am Schloss, Kiel



Fotos: Ellen Coenders, Jürgen Schindler, Nadja Wejhou

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.



ANZEIGE

NORDEN – THE NORDIC ARTS FESTIVAL **Magische Tage an der Schlei**

Zwei verlängerte Wochenenden voller Musik, Literatur, Kunst und Streetfood: 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 Kakkamaddafakka, „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.



Tanzen lernen beim Profi: Wir sind Tanzschule!

Grundkurse Erwachsene

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

Grundkurse Teens

Montag	31. August	15.30 Uhr
Dienstag	01. September	16.30 Uhr
Freitag	04. September	16.30 Uhr

Hochzeitskurse / Fit für die Party

Samstag	15. August	20.10 Uhr
Sonntag	13. September	10.00 Uhr

Discofox-Kurse

Samstag	15. August	15.30 Uhr
Samstag	29. August	20.10 Uhr

Line Dance

Samstag	15. August	10.00 Uhr
Montag	17. August	17.00 Uhr

DANCE it Yourself! – Tanz-Workout

Donnerstag	20. August	11.00 Uhr
Freitag	21. August	15.00 Uhr

West Coast Swing

ohne Vorkenntnisse

Dienstag	06. Oktober	21.00 Uhr
----------	-------------	-----------

Kostenlose und unverbindliche Schnupperstunde

für Paare:

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

für Singles:

Mittwoch, 12. August,
21.15 Uhr



tanzschule tessmann ADTV

Kirchhofallee 25 • 24103 Kiel • Tel.: 0431/67 67 67 • E-Mail: info@tanzschule-tessmann.de
www.tanzschule-tessmann.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 Ubat, 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

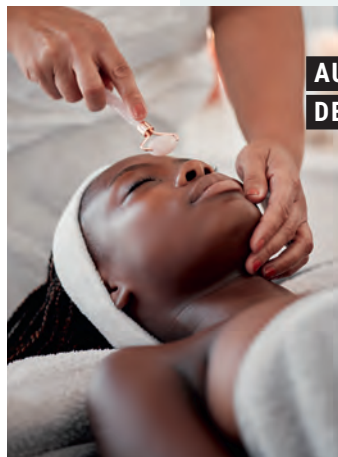


BERUF, KARRIERE & WEITERBILDUNG

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, Therme, 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.

Förde Fräulein's MARRYLAND

DAS HOCHZEITSFESTIVAL AN DER FÖRDE

14. + 15.
NOVEMBER 2026
HALLE 400 | KIEL

ZWEI TAGE.
TAUSEND IDEEN.
EIN FEST.



WERDET TEIL VON MARRYLAND!

Präsentiert euer Unternehmen, eure Produkte und Dienstleistungen direkt vor tausenden zukünftigen Brautpaaren – live auf der Messe und stark sichtbar im MARRYLAND Magazin.



DIREKTER KONTAKT
Tausende Brautpaare an zwei Tagen persönlich erreichen.



STARKE SICHTBARKEIT
Auf der Messe, im Magazin und in unseren Online-Kanälen.



INSPIRATION PUR
Werdet Teil eines Erlebnisses, das begeistert.



MEHR ERFOLG
Knüpft neue Kontakte, steigert eure Reichweite und euren Umsatz.

AUSSTELLER WERDEN!

- ✓ Präsentiert eure Marke live vor Ort
- ✓ Direkter Kontakt mit eurer Zielgruppe
- ✓ Teil des größten Hochzeitsfestivals an der Förde

SICHERT EUCH
JETZT EUREN
STAND!



ANZEIGE IM MARRYLAND MAGAZIN BUCHEN!

- ✓ Hochwertige Präsentation eurer Marke
- ✓ Als Beilage in der KIELerleben und kostenlos auf dem Festival erhältlich
- ✓ Direkt in den Händen eurer Zielgruppe

EURE MARKE
IM RICHTIGEN
UMFELD!



INTERESSE GEWECKT?

Wir beraten euch gerne zu allen Möglichkeiten, ob Messestand oder Anzeige im Hochzeitsmagazin. Meldet euch gerne bei:



Valerie Tessmann
Eventmanagement MARRYLAND



v.tessmann@falkemedia.de



Tel. 0431 200766105

GEMEINSAM MACHEN WIR EUREN AUFTRITT UNVERGESSLICH!

EIN EVENT VON

förde
fräulein

JanWitt

Meisterbetrieb

...ALLES AUS EINER HAND.



100 TOP
Dachdecker
Deutschland-Kooperation



*Ihr kompetenter Partner
nicht nur für's Dach.*

Besuchen Sie uns auf den nächsten Messen:



3. bis 6. September 2026
(Do. bis So.)



Messe Gelände Rendsburg



9. bis 13. September 2026
(Mi. bis So.)



Holsteinhallen Neumünster



Bauklempner



Dachdecker



GaLaBau



Gerüstbauer



Hallenbau



Maler



Tischler



Zimmerer

in Zusammenarbeit mit
Sonne.sh
mehr als solar