DAS MONATSMAGAZIN **IM NORDEN**

lebensart

KIEL / PROBSTEI / ECKERNFÖRDE

NOVEMBER 2026 • KOSTENLOS

Das kommt von Herzen

BESONDERE GESCHENKIDEEN ZUM FEST

Bethlehem im Kleinformat

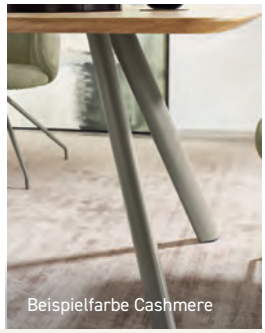
DIE KRIPPENLANDSCHAFT
IN RISUM-LINDHOLM











Wählen Sie aus vielen Farben für Ihr Metallgestell

Terra	Olivgrau	Cashmere	Toffee	Seidengrau
Macchiata	Cognac	Rosewood	Peach	Wollweiß

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.
Preise versteht sich in Euro inkl. gesetzl. MwSt. Solange der Vorrat reicht. Verwaltung: Knutzen Teppich-Hof GmbH.

EINKAUFEN MIT DER BESTPREIS GARANTIE

KNUTZEN HOME

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

KNUTZEN
Deals

Coupons im Wert von **1.560 €**

GÜLTIG BIS 15.11.2026

10 € COUPON* ab einem Einkaufswert von 50 €
50 € COUPON* ab einem Einkaufswert von 250 €
100 € COUPON* ab einem Einkaufswert von 500 €
200 € COUPON* ab einem Einkaufswert von 1.000 €
400 € COUPON* ab einem Einkaufswert von 2.000 €
800 € COUPON* ab einem Einkaufswert von 4.000 €

Lassen Sie Ihren *Wohntraum* wahr werden!

Sie haben die Möglichkeit, von unserem neuen Couponheft zu profitieren! Es erwarten Sie sechs attraktive Coupons, die direkt beim Kauf an der Kasse oder bei unserem Fachberater eingelöst werden können – für noch mehr Freude bei Ihrem Einkauf.

Weitere Informationen finden Sie online auf **knutzen-home.de**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

KNUTZEN HOME Kiel
Asmusstr. 19-21 · Tel. 0431 74 808

KNUTZEN TEPPICH-HOF Eckernförde
Rendsburger Str. 122 · Tel. 04351 76 95 60

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



Liebe Leserin, lieber Leser,

haben Sie sich schon einmal gefragt, wie das Leben zur Zeit der Geburt Jesu aussah? Wie die Menschen ihren Alltag gestalteten, womit sie arbeiteten und lebten, während in einem Stall ein Kind zur Welt kam, dessen Geschichte bis heute nachwirkt?

Monika Tratzky und Astrid Dingeldey aus Risum-Lindholm haben in den vergangenen 16 Jahren rund 170 Krippenfiguren von Hand gefertigt. Sie nähten Kleidung – von der Mütze bis zum Miniaturschuh – und bauten sogar einen Webstuhl nach, wie ihn Beduin*innen vor 2.000 Jahren nutzten.

Einen ersten Eindruck von dieser großen Liebe zum Detail erhalten Sie in unserem Titelthema „Weihnachtliche Vorfreuden und Geschenkideen“. Schauen Sie genau hin: In den Bildern verbergen sich viele kleine Besonderheiten. Wer neugierig auf das gesamte Ensemble geworden ist, kann die beiden Handwerkerinnen in ihrem Zuhause besuchen und die große Krippenlandschaft erkunden.

VORFREUDE FÜR DIE GANZE FAMILIE

Noch mehr Weihnachtsstimmung finden Sie auf unseren Veranstaltungsseiten für die ganze Familie. Bei Glühweinduft und Lichterglanz lässt es sich wunderbar klönen, bummeln und nach Geschenken stöbern.

Weitere Anregungen bietet unser Geschenke-Guide. Dort haben wir auch Adventskalender für Groß und Klein zusammengestellt.

HERBSTAUSKLANG

Genießen Sie den November mit genüsslichen Herbstmomenten. Vielleicht bei einem Rosenkohl-Dinner im Kreis Ihrer Liebsten? Auf unseren Rezeptseiten finden Sie passende Inspirationen. Und ehe man sich versieht, beginnt mit dem Advent die Weihnachtszeit. Wir wünschen Ihnen eine schöne Zeit und viele gemütliche Augenblicke.

Herzlichst, Ihr Lebensart-Team



ZUM TITEL

Auf unserem Titel präsentieren wir Ihnen das Taschen-Label **KEINE SCHWESTER** aus Quickborn. Mehr dazu und welches Accessoire Ihre Handtasche zum persönlichen Piece macht, lesen Sie auf Seite 62 und 63.

Titel: © KEINE SCHWESTER

Fotos: Adobe Stock

ALTES STAHLWERK
NEUMÜNSTER



UNSER ADVENTS- & WEIHNACHTSBUFFET

AN DEN ADVENTSSONNTAGEN
wird das festliche Lunchbuffet mit vorweihnachtlichen Genüssen vom Buffet **à 57 € pro Gast** arrangiert - inklusive Sektempfang, Säften, Kaffee- und Teespezialitäten. Ein Kinderbuffet sorgt für besonders große Augen von Groß & Klein.

WEIHNACHTS-LUNCHBUFFET AN DEN FESTTAGEN 25. & 26.12.2026
Es duftet köstlich, wenn Küchenchef Jürgen Möllmann mit seinen Küchenkünstlern das festliche Weihnachts-Lunchbuffet mit besonderen Leckereien zubereitet. Nehmen Sie Platz und genießen Sie ein friedvolles und entspanntes Weihnachtsessen. **63 € pro Gast** inklusive Kinderbuffet, Sektempfang, Säften, Kaffee- und Teespezialitäten.

Zum festlichen Christmas-Dinner erwartet Sie ab 17:45 Uhr das köstliche Buffet bei Kerzenschein und weihnachtlichen Klängen **à 50 € pro Gast** (Getränke sind nicht inbegriffen).

Kinder bis zum 11. Lebensjahr speisen im "Restaurant 1500°C" kostenfrei und die 12-17-jährigen schlemmen für die Hälfte!

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

NOVEMBER 2026

COVER I KEINE SCHWESTER GmbH
Ein kleines Accessoire mit viel Persönlichkeit..... 62

UNTERWEGS & UP-TO-DATE
Düt & Dat im November..... 6
Winterliche Vorfreuden:
Das ist los im November 2026..... 12

WEIHNACHTLICHE VORFREUDEN UND GESCHENKIDEEN
Ganz Bethlehem in einer Wohnstube..... 26
Geschenke-Guide 30



12
Winterliche Vorfreuden:
Das ist los im November



58
Key Pieces für kühle Tage

HIN & WEG
Kein Winter ohne Küste..... 40

SO SCHMECKT DER NORDEN
Raffiniertes Röschen: Rosenkohlrezepte 44

MODE & BEAUTY
Key Pieces für kühle Tage 58
Ein kleines Accessoire mit viel Persönlichkeit..... 62
Die schöne Seite des Winters..... 64

GESUND & FIT BIS INS ALTER
Warum der frühe Zahnarztbesuch zählt..... 66

TRAUER & ABSCHIED
Gibt es ein Licht, aus dem wir kommen?..... 72

HAUS, HOF & GARTEN
Die Küche als neuer Wohnraum..... 76

KUNST & KULTUR
Ausstellungen im November 84
Veranstaltungshighlights..... 90



40
Kein Winter ohne Küste

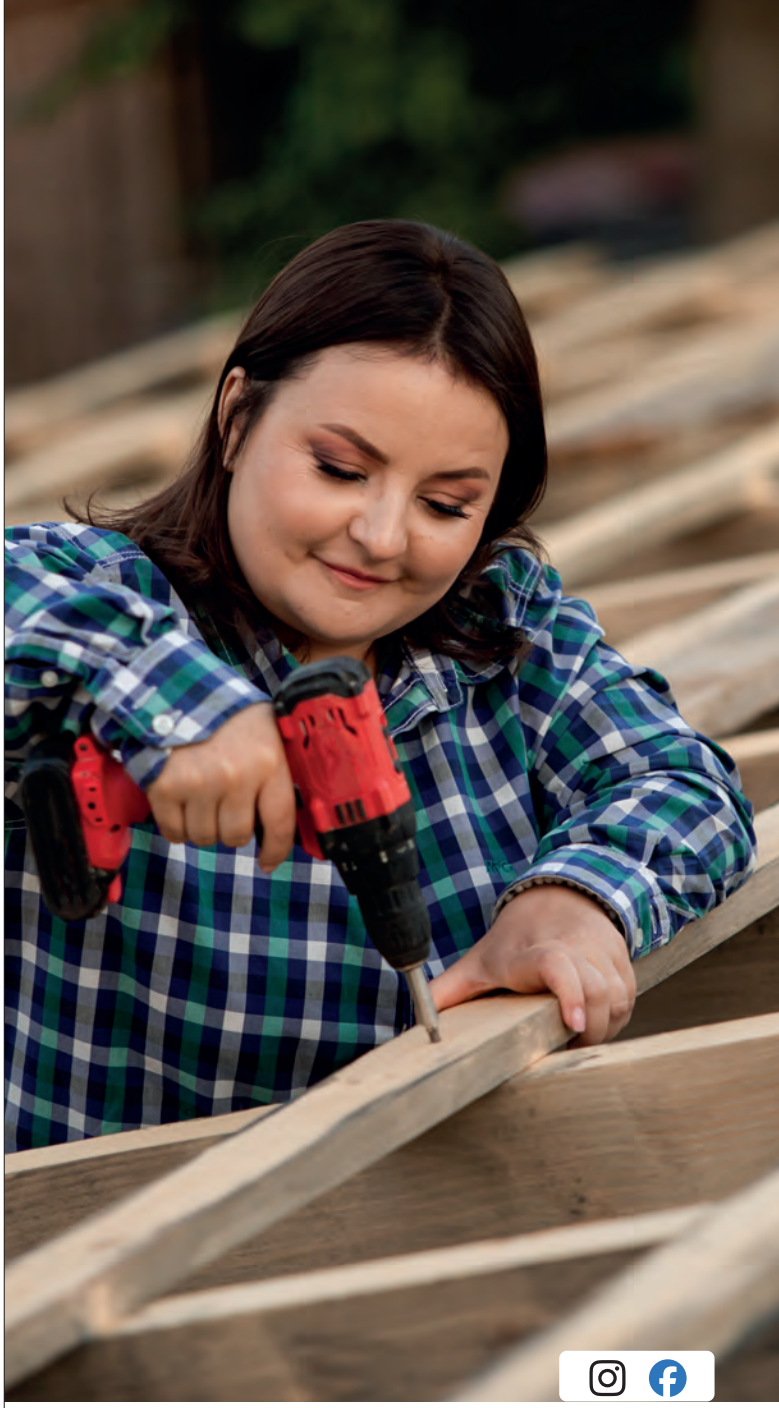
IMMER IN DER LEBENSART

Editorial 3
Impressum 98
Vorschau Dezember 98



44
Raffiniertes Röschen: Rosenkohlrezepte

Fotos: Bildnachweise im redaktionellen Beitrag



Wenn ich hier jetzt festmache, ist dann gut?

Nun gut, im ersten Lehrjahr sind haufenweise Fragen zu stellen. Die werden durch gute Antworten immer weniger. Nach 2 bis 3 Jahren sind unsere Auszubildenden prima Dachdecker*innen oder Klempner*innen. Und es gibt eine Riesenauswahl an Arbeitstellen – auch ein paar gleich bei uns. (Merke: Ihr Dach birgt viel Potenzial. Machen Sie nie Dacharbeiten ohne unser Angebot und unsere Expertise!)

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

Bente

DÜT & DAT

IM NOVEMBER 2026

Aktuelle Meldungen und spannende Neuheiten des Monats.

NEUES ZUHAUSE GESUCHT

Jones

VERSCHMUSTER SENIOR MIT HERZ



Bulldoggen-Mischling Jones möchte seinen Lebensabend in aller Ruhe genießen. Der freundliche Senior, geboren etwa 2015, lebt seit April im Tierheim Kiel und liebt die Nähe zu Menschen. Für ihn wird ein ebenerdiges Zuhause gesucht, am liebsten mit eingezäuntem Garten, in dem er gemütlich seine Runden drehen kann. Altersbedingt hat Jones einige gesundheitliche Einschränkungen. Da er beim Laufen seine Hinterbeine etwas nachschleift, schützen spezielle Schuhe seine Pfoten. Davon lässt sich der verschmuste Rüde seine Lebensfreude aber nicht nehmen. Was ihm jetzt noch fehlt? Liebevolle Menschen, ein kuscheliges Körbchen und ganz viele Streicheleinheiten. Mehr unter www.tierheim-kiel.de.

TEA FOR ONE

Lebkuchenmännchen mit Nikolausmütze, Zuckerstangen und Schneeflocken auf sattem Tannengrün – keine Frage, es weihnachtet! Handbemalte Keramik, 15,5 cm hoch, Ø 16 cm, 0,4 Liter für 2 Tassen. Entdeckt bei www.mila-design.com



Foto: www.mila-design.com

WENIGER SCROLLEN, MEHR ERLEBEN



Nora-Lee Rüscher, Dr. Barbara Kempe, Bettina Hansen, Dr. Anke Fischenbeck und Emma Hollmeier, Initiatorinnen der Handy-Challenge

Fotos: Kreis Plön

Vom 2. bis 29. November lädt der Kreis Plön Kinder und Erwachsene, Familien, Schulklassen, Kitas und Gruppen zur Handy-Challenge ein. Büchereien, Feuerwehren, Familien- und Jugendzentren, Sportvereine, Vereine des Kreisjugendrings, Kreismuseum, Kreismusikschule, Schwimmbäder und Volkshochschulen beteiligen sich mit ihren Angeboten. Wer dort aktiv wird, kann sich im Begleitheft einen Stempel oder eine Unterschrift geben lassen. Wer mindestens drei Nachweise sammelt, kann am Gewinnspiel teilnehmen. Für Einzelpersonen und Familien werden Gutscheine im Wert von 75, 50 und 25 Euro verlost. Informationen, Begleitheft und Anmeldung: www.kreis-ploen.de

HILFE FÜR FELLNASEN IN NOT

Gemeinsam etwas bewegen

Süßer geht's doch gar nicht: Diese flauschigen Wildkaninchen und Feldhasen finden in der Not ein behütetes Zuhause bei Birte Heckel-Neubert in Schellhorn. Schon seit 2009 ist sie beim Wildtierheim Preetz ehrenamtlich für die Aufzucht von Feldhasen und Wildkaninchen zuständig. Zwischen Februar und Oktober kommen zahlreiche Jungtiere zu ihr und müssen mit speziellem Milchpulver, Futter und Medikamenten versorgt werden, bis sie wieder in die freie Wildbahn entlassen werden können. Die Saison ist nun fast vorbei, aber damit es im nächsten Jahr genauso erfolgreich weitergeht, können Sie mit einer Spende helfen.
www.wildtierheimpreetz.de und Instagram @birteheckelneubert



Foto: Sebastian Grell

TIPP FÜR NOVEMBER

Dämmerungs-shopping in Nortorf

Am 6. November lädt das Dämmerungsshopping von 17 bis 21 Uhr dazu ein, Nortorf bei Fackelschein, Glühweinduft und stimmungsvoller Musik zu erleben. Ein großer Laternenumzug startet um 17 Uhr am Hagebaumarkt. Ein schöner Anlass, die charmante Kleinstadt bei einem Tagesausflug zu erkunden und den Abend mit einem besonderen Einkaufserlebnis ausklingen zu lassen.

Weitere tolle Tipps gibt es auf foerdefraeulein.de oder auf Social Media unter @foerde_fraeulein.

Förde Fräulein
TIPP DES MONATS



Fotos: Förde Fräulein

SUDOKU-LÖSUNGEN

Das Rätsel finden Sie auf Seite 11

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

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

WEIHNACHTLICHE WINTERMAGIE

Mit den Winter Magic Henkelbechern bringen Sie zauberhafte Weihnachtsstimmung in Ihr Zuhause. Liebevoll gestaltete Herbst- und Wintermotive mit edlem Echtgold-Dekor verleihen jedem Getränk oder Dessert einen festlichen Glanz. Die Henkelbecher sind aus Borosilikatglas mit Echtgold-Dekor, 0,4 l, UVP 14,90 Euro. Entdeckt bei **asa-selection.com**

Foto: Asa-Selection.com



IMPLANTAT komplett®



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


EGAL WELCHES FAHRRAD DU FÄHRST:
RADFAHREN MUSS NICHT WEHTUN!



RIDE SMART · FEEL COMFY
COMFYTTERS
BIKEFITTING.WORKS

WESTRING 256 | KIEL
WWW.COMFYTTERS.DE

ALLE INFOS:

SATTEL UNBEQUEM
KNIE- ODER RÜCKENSCHMERZEN
TAUBHEITSGEFÜHLE

Unsere Dienstleistung für Sie in Bordesholm:
GOLDANKAUF
Sofort Bargeld bei der FairPreis Gold GmbH

Machen Sie Ihr Gold zu Geld

Bordesholm
Holstenstr. 16
Montag bis Mittwoch
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

C | A | U
Christian-Albrechts-Universität zu Kiel
Geschäftsstelle Kontaktstudium



Bevin Nickel, Uni Kiel

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) 880-6767
www.kontaktstudium.uni-kiel.de





FAMILIENTIPP

ABTAUCHEN IM MEERESZENTRUM

Gerade an Regentagen bietet sich das Meereszentrum als wetterunabhängiges Ziel auf Fehmarn an und richtet sich mit seinem Angebot besonders an Familien. Die Aquarienanlage umfasst rund vier Millionen Liter tropisches Meerwasser und hat auch den Winter über für Gäste geöffnet. Zu den Becken gehören ein Ozeanaquarium mit Haien, mehrere Lagunenaquarien und ein Bereich, der eine Mangrovenlandschaft nachbildet. Zentraler Bestandteil ist der Unterwassertunnel: Rochen und andere Meeresbewohner ziehen hier über die Köpfe der Besucher*innen hinweg. Ergänzt wird der Rundgang durch eine Ausstellung, die Hintergründe zur Unterwasserwelt vermittelt. Weitere Fehmarn-Tipps finden Sie auf Instagram: @fehmarnfeeling

Fotos: Fehmarn Feeling

DEUTSCHER TOURISMUSPREIS
KIELER WOCHE NOMINIERT

Die Kieler Woche gehört zu den fünf besten Bewerbungen für den Deutschen Tourismuspreis 2026. Damit hat Kiels großes Segel- und Sommerfestival die Chance auf eine der wichtigsten Auszeichnungen der deutschen Tourismusbranche. Die Gewinner*innen werden am 19. November zum Abschluss des Deutschen Tourismustages 2026 in Leipzig ausgezeichnet. Das Onlinevoting für diese Auszeichnung läuft bis Mittwoch, 4. November unter www.deutschertourismuspreis.de



Foto: Adobe Stock

ENDLICH PLATZ SCHAFFEN



Bei Zeitanker in der Holtenauer Straße 88 können Sie Ihr Silberbesteck und versilbertes Besteck in einen kleinen Weihnachtsbonus umwandeln.

Hand aufs Herz: Liegt Ihr Silberbesteck im Keller, auf dem Dachboden oder in der Küchenschublade – unbenutzt seit Jahren, weil das Edelstahlbesteck im Alltag längst alles übernimmt? Und werden Sie es an Weihnachten wirklich polieren und aufdecken? Wenn die ehrliche Antwort „nein" lautet, ist jetzt der richtige Moment, Raum zu schaffen und das Silberbesteck zu verkaufen.

Zeitanker in der Holtenauer Straße 88 kauft Silberbesteck und versilbertes Besteck fair und unkompliziert an. Bringen Sie Ihre Teile einfach so mit, wie sie zu Hause liegen – ohne Termin, ohne Vorbereitung. Kommen Sie spontan während der Öffnungszeiten vorbei: montags bis freitags von 10 bis 14 Uhr und 16 bis 19 Uhr. Ein Termin ist nicht erforderlich.

Der Vorteil: Weniger Ballast im Zuhause, mehr Platz im Schrank – und ein Plus fürs Portemonnaie. So fühlt sich die Vorweihnachtszeit gleich entspannter an, ganz ohne Grübeln, ob das gute Silber „irgendwann" doch noch zum Einsatz kommt. Neben Silberbesteck kauft Zeitanker auch Gold- und Silberschmuck sowie Zahngold an. Einfach vorbeikommen, prüfen lassen, entscheiden – schnell, seriös und nachvollziehbar.

Zeitanker
Holtenauer Straße 88, Kiel
www.zeitanker.eu

Foto: Adobe Stock

Machen Sie einen Anfang: Jetzt Gold und Silber verkaufen!



Zeitanker kauft an:
- Goldschmuck
- Goldbanduhren
- Zahngold
- Silberschmuck
- Silberbesteck
- versilbertes Besteck
- Zinnbecher, Zinnteller

ZEITANKER
Inhaber Timo Keil

Holtenauer Straße 88, Kiel
Tel. (0431) 565178
www.zeitanker.eu

montags-freitags
10-14 Uhr
16-19 Uhr
samstags geschlossen

REGINE-HILDEBRANDT-PREIS

AKTIONSBÜNDNIS WIRD AUSGEZEICHNET

Das Aktionsbündnis „Hüttener Berge – Für Vielfalt, für Demokratie, gegen Rechtsextremismus“ erhält den Regine-Hildebrandt-Preis der SPD 2026 in der Kategorie „Kampf gegen rechts“. Damit geht die Auszeichnung erstmals nach Schleswig-Holstein. Gewürdigt wird sein Engagement, mit öffentlichen Aktionen für demokratische Werte und gesellschaftliche Vielfalt einzustehen, wie etwa mit dem „Democracy rocks!“-Festival (Foto), das 2025 und 2026 auf dem Aschberg veranstaltet wurde. Die Preisverleihung ist am 26. November in Berlin.



Foto: Sven Sindt





ANZEIGE

NEU IN KIEL

ERSTES KLASSISCHES AUKTIONSHAUS

Anfang Oktober hat mit Küstengold in der Küterstraße 1–3 in Kiel ein neues, universelles Auktionshaus für Kunst, Antiquitäten und hochwertige Sammlerstücke eröffnet – das erste seiner Art in der Stadt. Im Fokus steht nicht der Edelmetallankauf, sondern das klassische Auktionsmodell: kostenfreie Expertise, transparente Schätzung und Einlieferung auf Provisionsbasis. Regelmäßige Auktionstermine und eine digitale Bieterplattform verbinden lokale Beratung mit nationaler und internationaler Reichweite. Mehr Infos unter www.kuestengold-kiel.de.



Fotos: Küstengold

RÄTSELSPASS

SUDOKU-DUO

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

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

REGELN:

Ein Sudoku besteht aus 9 x 9 Feldern, die zusätzlich in 3 x 3 Blöcken mit 3 x 3 Feldern aufgeteilt sind. Jede Zeile, Spalte und jeder Block enthält alle Zahlen von 1 bis 9 jeweils genau einmal. In ein paar der Felder sind bereits Zahlen vorgegeben. Da jede Zahl pro Zeile, Spalte und Block nur einmal vorkommen darf, können durch vorgegebene Zahlen die Positionen für andere Zahlen dieses Wertes ausgeschlossen werden. Bei einem Sudoku darf es nur eine mögliche Lösung geben, und diese muss rein logisch gefunden werden können! **Die Lösungen finden Sie auf der Seite 7.**

Quelle: www.sudoku-aktuell.de

Der Lebensart Newsletter

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



www.lebensart-sh.de/newsletter



Winterliche VORFREUDEN

Köstlicher Glühweinduft zieht durch die Straßen, leckere Naschereien verlocken zum Genießen und eine frische Brise stimmt uns auf die kalte Jahreszeit ein. Die stimmungsvolle Zeit des Jahres beginnt – voller gemütlicher Momente im Kreise unserer Liebsten und voller Vorfreude auf das Weihnachtsfest. Lassen Sie sich verzaubern: Auf den folgenden Seiten entdecken Sie wundervolle Tipps und Orte, um die Adventszeit in vollen Zügen zu genießen!



Foto: Adobe Stock



Foto: Schwimmschule Käpten Krüger

AQUAFITNESS GOES DIGITAL

In der Schwimmschule **Käpten Krüger** stehen Badespaß und Wassersport für die ganze Familie im Mittelpunkt. Neu im Programm ist ein digitales Aquafitnessangebot nach skandinavischem Vorbild: Jeden Montag, Dienstag und Freitag lädt das private Schwimmbad in Molfsee vormittags zu den Kursen „Power", „Cardio" und „Move" ein. Angeleitet wird per Video in Kinoqualität direkt am Becken, so lässt sich jede Übung mühelos mitmachen. Ob kraftvolles Ganzkörpertraining, schweißtreibende Ausdauereinheit oder fließende Bewegungsabläufe: Die drei Formate sorgen für Power, Ausgleich und ein spürbar gutes Körpergefühl. Das gelenkschonende Training eignet sich für Einsteiger*innen ebenso wie für Fortgeschrittene. Seit September ergänzt neben dem Schwimmbad in Molfsee ein zweiter Standort in der Astrid-Lindgren-Grundschule in Klausdorf/Schwentinental das Angebot. Alle Kurse können bequem online gebucht werden unter www.kaepten-krueger.de.



Fotos: Columna Werbeflächen

ADVENTSMARKT AUF GUT EMKENDORF

Auf dem bunten **Adventsmarkt auf Gut Emkendorf** gibt es viele Gelegenheiten, um bereits die ersten Geschenke für die Liebsten zu besorgen. Der Duft von Lebkuchen, Glühwein und gebrannten Mandeln liegt in der Luft und stimmt ganz wunderbar auf das Fest der Liebe ein. Es gibt es eine Fülle von Dekorationen und eine große Vielfalt an Geschenkideen. Schauen Sie sich um, entdecken Sie brillante Lichtblicke - gezaubert mit Kerzen, entzückende Märchen-Landschaften mit Sternen, viel Tanne, Buchsbaum, Zieräpfeln und Schleifen. Es gibt eine Menge Anregungen: Gestricktes, Genähtes, individueller Schmuck, Kuschliges, Köstliches, Hochprozentiges, Dekoratives, Modisches und noch ganz viel mehr. Der Eintritt kostet 10 Euro, Kinder unter 16 Jahren zahlen keinen Eintritt. Mehr Infos unter www.land-gefluester.de.

6. bis 8. November, 10 bis 18 Uhr • Gut Emkendorf, Emkendorf





ANZEIGE

ALLE JAHRE WIEDER ...



Fotos: Stiftung Drachensee

… verwandelt sich am Samstag vor dem 1. Advent das Gelände der Stiftung Drachensee in Kiel-Hassee in einen stimmungsvollen Weihnachtsbasar. Seit Jahrzehnten ist die Veranstaltung ein beliebter Anlaufpunkt für Kielerinnen und Kieler, die in gemütlicher Atmosphäre hochwertiges Kunsthandwerk aus der Werkstatt für Menschen mit Behinderungen kaufen und sich hausgemachte Leckereien schmecken lassen wollen. Vor Ort werden neben einem großen Sortiment aus dem Kunsthandwerk, dem Gewächshaus, der Tischlerei und dem Metallbau auch handgemachte Produkte anderer Werkstätten aus Kiel und dem Umland präsentiert. Wer abseits des Markttreibens Besinnlichkeit und Entspannung sucht, findet sie im Weihnachtscafé bei hausgebackenen Kuchen und Torten. Der Eintritt ist frei.

28. November, 10 bis 17 Uhr
Stiftung Drachensee, Hamburger Chaussee 219–221, Kiel



Frau Holle lässt es auch in diesem Jahr wieder schneien.

Foto: Beiersdorf Innovation

ANZEIGE

DOPPELTER WEIHNACHTS-ZAUBER IN TRAVENTHAL

Wenn sich das Gut in vorweihnachtlichen Glanz hüllt, dürfen sich die Gäste der **Traventhaler Gestüts-Weihnacht** an zwei Wochenenden auf viele interessante Aussteller*innen und ganz eigene Traventhaler Attraktionen freuen. Ein Höhepunkt ist die lebende Krippe. Und speziell für die Kleinen hält das Gut ein reichhaltiges Programm bereit: die Kindereisenbahn, die Alpakas und die Quessants, die kleinste Schafrasse der Welt, sowie das alte, mit Lebkuchen gespickte Hexenhaus, in dem der Weihnachtsmann aus dem goldenen Buch vorliest. Die Wunderkammer ist geöffnet und im Kutschanmuseum erfreut die Besucher*innen die Sonderausstellung „Susanna im Bade“, ursprünglich von Jacopo Tintoretto (1555), in einer Neuinterpretation von Harry Beiersdorf. Der Eintritt kostet 7 Euro, mehr Infos unter www.landgestuet-traventhal.de.

31. Oktober + 1. November und 7. + 8. November, 10 bis 18 Uhr
Landgestüt Traventhal







Foto: Kunst-Café Fleckeby

WEIHNACHTSZAUBER

im Kunst-Café Fleckeby

Das **Kunst-Café in Fleckeby** ist bis zum 15. Dezember ein wahres Weihnachtsparadies. Gudrun Teuteberg-Tammling hat wieder ein ganz besonderes Sortiment an schönen Weihnachtsaccessiores, wundervollem Weihnachtsschmuck, entzückenden Geschenkartikeln und vielem mehr zusammengestellt, in dem man mit Sicherheit ganz viele herrliche Überraschungen für die Liebsten findet. Natürlich sollte man auch unbedingt die Tortenköstlichkeiten zu einem leckeren Kaffee genießen, denn die gemütlichen Räume des Kunst-Cafés Fleckeby, dekoriert mit Bildern von Marian Berkert aus Eckernförde, laden zum entspannten Verweilen ein. Geöffnet ist samstags, sonntags, montags und dienstags von 14 bis 18 Uhr.

bis 15. Dezember
Kunst-Café Fleckeby • Auf der Höhe 10, Fleckeby, Tel.: 04354 / 742



bahn.de/regio-sh

DB Regio SH | NAH.SH

Schleswig-Holstein. Der echte Norden.

ANZEIGE






Adventsausstellung in Nortorf

*Erleben Sie den floralen Adventszauber in der **Gärtnerei Schnack**.*

Auch in diesem Jahr findet wieder die große Adventsausstellung der Gärtnerei Schnack in Nortorf statt. Neben hunderten fertigen Kränzen, Gestecken und winterlich gepflanzten Arrangements finden die Besucher*innen auch die kleinen, feinen Details, die die eigenen Adventskreationen zu etwas ganz Besonderem werden lassen. Wer sich seinen Adventskranz selbst zusammenstellen will, findet in der Gärtnerei eine toll arrangierte, große Auswahl an Schnittgrün wie zum Beispiel Eukalyptus, Arizona-Zypresse, verschiedene Tannen, Moose und Zapfen, dazu passende Kerzen und Adventsschmuck. Besondere Nadelgehölze wie Kiefernstämme, Zedern, Zypressen oder die klassische Zuckerhutfichte sind ebenso im Angebot wie eine Großauswahl an verschiedenen Christrosen und natürlich Weihnachtssterne in allen Größen. Die Öffnungszeiten sind an den Samstagen (14. und 21. November) von 8.30 bis 16 Uhr, und an den Sonntagen (15. und 22. November) von 11 bis 16 Uhr. Höhepunkt des zweiten Ausstellungswochenendes ist am Freitag, den 20. November, der Lichterabend von 17 bis 21 Uhr. Hunderte Lichter tauchen die Ausstellungsflächen in sanften Glanz. Für das leibliche Wohl ist natürlich gesorgt. Übrigens: Wer an den Wochenenden keine Zeit hat, findet ab dem 13. November die ganze Ausstellungsvielfalt natürlich auch wochentags. Erleben Sie den floralen Adventszauber in der Gärtnerei Schnack, Itzehoer Str. 23, Nortorf.

Ab 13. November
Gärtnerei Schnack
Itzehoer Str. 23, Nortorf

Fotos: Gärtnerei Schnack



Schlitterparty

STADTWERKE EISFESTIVAL

Vom 18. November bis 17. Januar,
findet in Kiel das Stadtwerke Eisfestival statt.

Auf einer 600 Quadratmeter großen Eisfläche kann Schlittschuh gelaufen werden, während fünf nachhaltige Kunststoffbahnen zum Stockschießen einladen. Neu: Ab diesem Jahr gibt es eine kürzere Stockschießbahn für Kinder von 4 bis 14 Jahre mit kleineren und leichteren Stöcken. Alle Angebote finden vollständig unabhängig voneinander statt, sodass sie jeweils ganztägig buchbar sind. Vormittags öffnet das Stadtwerke Eisfestival für Schulklassen, die Eislaufen und Stockschießen zu vergünstigten Konditionen buchen können. Am Nachmittag und Abend wird es zu einer geeigneten Location für Privat- oder Firmenweihnachtsfeiern. Insgesamt zwei beheizte Eventräume stehen für eine Feier in winterlich-maritimer Atmosphäre zur Verfügung. Auch für Familien und Kinder gibt es attraktive Angebote – etwa für aktive Kindergeburtstage auf der Eisbahn und beim neuen Stockschießen für Kids und Teens. Buchungen sind möglich unter www.kiel-sailing-city.de/eisfestival

18. November bis 17. Januar • Germaniahafen, Kiel





Fotos: Jan-Michael Böckmann (1) / Kai Kokott (1)

LANGER FREITAG

06. November: Einkaufen bis 21 Uhr

„Lichterfest"

- **Aktuelle Winterkollektionen entdecken**
- **Lichterfest** – Genießen Sie unser Lichterfest und erleben Sie ein Meer aus Licht und Farben auf unserem Parkplatz!
- **Traditionelle Teeverkostung** mit dem Hamburger Teespeicher
- **Soulige Saxophonklänge** – Live-Musik von Birdy Jessel
- **Kulinarische Genüsse & Weinprobe**
- **Große Verlosung** im Gesamtwert von € 4.000,- um 21.05 Uhr.



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

Öffnungszeiten
Montag–Freitag
9.00 bis 18.30 Uhr
Samstag
8.30 bis 18.30 Uhr

Kostenlos P Komfort

NORTEX
... zieht den Norden an!

NORTEX Mode-Center GmbH & Co. KG; Foto: Nortex, Adobe Stock



WEIHNACHTSMARKT IN ECKERNFÖRDE

Ab dem 23. November ist es wieder soweit: Dick eingemummelt schlendern Groß und Klein über den Eckernförder Weihnachtsmarkt, begleitet von besinnlichen Tönen und stimmungsvollen Lichtern. Egal ob jung oder alt, der Weihnachtsmarkt bietet für jede*n Besucher*in etwas. Während die Kinder sich bei einer Fahrt auf dem historischen Holzkarussell vergnügen oder den Geschichten von Kasper Hoppe lauschen, können sich die Erwachsenen bei einem leckeren Becher Punsch aufwärmen. An gemütlichen Ständen und Marktbuden finden Besucher*innen von Seifen, leckeren Konfitüren, handgemachten Holz- und Glasarbeiten bis zu selbst genähter Kleidung und einem bunten Adventsprogramm.

23. November bis 30. Dezember • Eckernförde

WEIHNACHTSBASAR IN TIMMASPE

Seit vielen Jahren findet alljährlich im November in Timmaspe ein Hobby- und Weihnachtsbasar statt und lockt Besucher*innen und Weihnachtsfreudige in die ansässige Sporthalle. Am 8. November kann von 10 bis 16 Uhr wieder nach Herzenslust gestöbert und geshoppt werden. Der große Erfolg aus dem letzten Jahr war Motivation, für die 28. Auflage der Veranstaltung weiteren Platz zu organisieren, um noch mehr Hobbykünstler*innen eine Bühne zu bieten. Das Angebot reicht in diesem Jahr über alles A... wie Adventskranz bis Z... wie zauberhafte Geschenkideen.

8. November, 10 bis 16 Uhr • Sporthalle Timmaspe



Foto: Adobe Stock

ANZEIGE



Weihnachtszauber

IM STADTMUSEUM SCHLESWIG

Funkelnde Lichter, fröhliche Gesichter und der Duft von Punsch und Tannenzweigen: Vom 27. bis 29. November lädt das Stadtmuseum Schleswig wieder zum stimmungsvollen Weihnachtsmarkt ein.

Seit über 40 Jahren verwandeln sich die historischen Gebäude des Günderothschen Hofes am ersten Adventswochenende in einen festlich geschmückten Markt mit hochwertigem Kunsthandwerk. Auch für Kinder gibt es viel zu erleben: Beim Kinderschminken und Gestalten von Weihnachtskarten können sie selbst kreativ werden. Druckvorführungen in der historischen Druckerei und eine mitreißende Feuershow sorgen für weitere besondere Erlebnisse. Neben Kunsthandwerk gibt es auch im Museum viel zu entdecken: Alle Ausstellungen sind geöffnet und laden zum Erkunden ein. Für das leibliche Wohl sorgt das Café Friedrich mit frisch gebackenem Kuchen. Außerdem gibt es im Außenbereich Glühwein, Deftiges vom Grill und vegetarische und vegane Köstlichkeiten.

27. November, 15 bis 18 Uhr · 28. + 29. November, 11 bis 17 Uhr
Stadtmuseum Schleswig, Friedrichstraße 9-11
www.stadtmuseum-schleswig.de

Fotos: Stadtmuseum Schleswig/Holger Riidel



Foto: Adobe Stock



MARTINSMARKT
DER WALDORFSCHULE

Wenn sich die Schulgebäude in kleine Werkstätten und Marktstände verwandeln, ist Martinsmarkt an der Freien Waldorfschule Neumünster. Am 21. November können Familien von 13.30 bis 17 Uhr Kerzen ziehen, Zinn gießen, Schiffchen pusten und im Kinderkaufhaus stöbern. Kunsthandwerker*innen bereichern den Markt mit ihren handgefertigten Stücken. Sogar auf Kutschfahrten darf sich gefreut werden. Für das leibliche Wohl gibt es Kuchen, Kekse und Stockbrot, Kaffee und frisch gepressten, heißen Apfelsaft. Eröffnet wird der Markt am Roschdohler Weg 144 um 13 Uhr mit einem Sankt-Martins-Anspiel auf der Birkenwiese. Mehr Infos: www.waldorf-neumuenster.de

21. November, 13 bis 17 Uhr
Freie Waldorfschule, Neumünster

DER KLEINE MARKT BISSEE

Am 7. und 8. November ist es soweit: Zum 15. Mal öffnet der Kleine Markt Bissee die Türen und wartet auf regen Besuch.

Viele Aussteller*innen aus Kiel, Hamburg und dem Umland mit hochwertigen Produkten stellen dieses Jahr im Werkhof aus: wie immer auf Omas Vintage Möbeln. Den Kaffee gibt's aus alten Sammeltassen, alles ist liebevoll hergerichtet bis ins kleinste Detail. Bummeln Sie sich durch Diele und Stall und lassen Sie sich inspirieren von all den hübschen Dingen, die das Wohnen schöner machen: von handgemachter Keramik zu hochwertigen Papierwaren, von duftenden Kerzen bis zu dekorativen Kissen und Blumengestecken. Den hungrigen Besucher*innenn werden Kaffee und hausgemachte Kuchen angeboten. Für diejenigen, die es etwas deftiger mögen, gibt es leckere Speisen aus dem Foodtruck. Und all das schafft Grundlage für den feinen Bio Punsch oder ein Gläschen Wein. Abschluss der Veranstaltung bildet der Laternenumzug für die Kleinen, der auf dem Werkhof um 18 Uhr startet und von der Freiwilligen Feuerwehr begleitet wird.

Fotos: Hof Bissee







7. und 8. November,
11 bis 18 Uhr
Werkhof, Bissee



Gemeinsam schaffen WirWunder.

Jetzt Projekt starten oder spenden:

wirwunder.de/sh

Weil's um mehr als Geld geht.

WIRWUNDER
Das Forum für Gemeinwohl der Sparkassen in Schleswig-Holstein.



KIELER WEIHNACHTSMÄRKTE

FESTSTIMMUNG AN DER FÖRDE



Wenn Lichterketten die Straßen erhellen und der Duft von Glühwein in der Luft liegt, beginnt die Weihnachtszeit in Kiel. An vier liebevoll gestalteten Standorten laden die Kieler Weihnachtsmärkte ab dem 19. November zum Genießen, Treffen und Verweilen ein. Entdecken Sie festliche Märkte, kulinarische Genüsse und besondere Momente in der Stadt.

Foto: Kai Kokott

HOLSTENPLATZ

Auch bei Kälte oder norddeutschem Schietwetter bleibt es auf dem Holstenplatz gemütlich, denn er verwandelt sich zum Teil in einen zauberhaften Winterwald mit Stehtischen zum Verweilen und vielen beleuchteten Tannenbäumen. Dafür hängen wieder 99 leuchtende LED-Sterne in den Bäumen und die rund einen Kilometer lange LED-Girlande mit tausenden Lichtpunkten schmückt die Giebel der Weihnachtsmarktstände und sorgt für weihnachtliche Stimmung auf dem Marktplatz.

RATHAUSPLATZ

„Romantisch. Nordisch. Echt." Unter diesem Motto heißt das Kieler Weihnachtsdorf alle Besucher*innen herzlich willkommen! Die gemütlichen Hütten erwecken das Flair eines bunten Dorfplatzes der skandinavischen Nachbarländer. Schlendern Sie durch das einladende Dorf und genießen Sie die herzliche Atmosphäre. Drei Mal am Tag fliegt eine Mini-Kogge, gezogen von sechs Rentieren, über den Weihnachtsmarkt auf dem Kieler Rathausplatz.

ASMUS-BREMER-PLATZ

Mit der schon von weitem zu sehenden 12,5 Meter hohen Weihnachtspyramide als neuem strahlendem Treffpunkt lockt der Asmus-Bremer-Platz zum Verweilen bei bewährten und neuen Leckereien wie Langos, Burgunderschinken und Heißgetränken. Die wunderschöne Weihnachtspyramide ist ein beliebtes Fotomotiv und gemütlicher Treffpunkt.

BERNHARD-MINETTI-PLATZ

Nach einem ausgiebigen Einkaufsbummel entlang der Holtenauer Straße lädt der gemütliche Weihnachtsmarkt dazu ein, sich bei einem Glühwein, einer Jägerlade oder einer heißen Schokolade aufzuwärmen. Der stimmungsvoll beleuchtete Weihnachtsbaum ist ein echter Hingucker und bringt Weihnachtszauber in die Einkaufsstraße.

Mehr Infos zu den verschiedenen Märkten unter www.kieler-weihnachtsmaerkte.de

19. November bis 23. Dezember (Totensonntag geschlossen) • verschiedene Orte in Kiel





ANZEIGE

Schönes zur Adventszeit

Entspannter Bummel durch die Weihnachtsausstellung bei Paulwitz Pflanzenhof & Floristik in Neumünster.







Die Abende werden immer länger, draußen kündigt sich der Winter an und Weihnachten steht vor der Tür. Doch jetzt beginnt für viele der alljährliche Einkaufsstress. Das muss aber nicht sein, denn in dieser Zeit lädt **Paulwitz Pflanzenhof & Floristik** in Neumünster ganz herzlich zu einem entspannten Bummel durch die Advents- und Weihnachtsausstellung ein. Viele Accessoires rund um den Advent, exklusive Gestecke, Adventskränze und Sträuße, handgefertigte dänische Kerzen, Grußkarten und eine Vielzahl von Dekoartikeln warten am 21. und 22. November darauf, von den Besucher*innen entdeckt zu werden. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt. Die Ausstellung ist am Samstag von 8 bis 16 Uhr und am Sonntag von 11 bis 16 Uhr geöffnet. Mehr Informationen unter Tel.: 04321 / 315 21 oder www.pflanzhof-paulwitz.de.

21. + 22. November • Paulwitz Pflanzhof & Floristik
Norderdorfkamp 26, Neumünster

Fotos: Paulwitz Pflanzhof & Floristik

Kaufen, wo es wächst!

Erlebniseinkauf auf über 14.000 m² überdachter Fläche

Adventsmarkt

am 21. + 22. November
Sa. 8-16 Uhr, So. 11-16 Uhr

Gartencenter • Accessoires • Baumschule • Gartentipps
Gartenbau- und Gartengestaltung



Paulwitz
Pflanzenhof & Floristik

Norderdorfkamp 26
Neumünster
Tel. 0 43 21 / 3 15 21

www.pflanzenhof-paulwitz.de

Mo.-Fr. 8.00-18.00 Uhr, Sa. 8.00-16.00 Uhr, So. 9.30-12.00 Uhr

Wärmepumpen Infotag

IN KOOPERATION Kiel. Kiel Sailing.City.



Wärmepumpen-Infotag in Kiel!

EINTRITT FREI
Anmeldung auf unserer Website

Kostenlose Expert*innenberatung
mit **Anja Floetenmeyer-Woltmann & Dr. Jens Clausen,** Beratungsmarathon mit vielen lokalen Heizungsbetrieben

Alle Infos zur größten Wärmewende-Tour Deutschlands:
www.waermepumpen-infotag.de

SA 21.11.2026
13:00 – 18:00 Uhr
Kiel – Konzerthaus am Schloss



Foto: LH Kiel

ANZEIGE

ALLES RUND UM WÄRMEPUMPEN

Immer mehr Hauseigentümerinnen und Hauseigentümer entscheiden sich für den Einbau einer Wärmepumpe. „Der Umstieg auf eine klimaneutrale Heizung ist eine große Entscheidung, die man gut informiert treffen sollte. Deshalb holen wir den Wärmepumpen-Infotag nach Kiel“, unterstreicht Kiels Umweltdezernentin Alke Voß. Am 21. November von 13 bis 18 Uhr haben Besucher*innen die Möglichkeit, sich umfassend zu informieren. Orientierung bietet auch die Kieler Wärmeplanung (www.kiel.de/waermeplanung): Sie zeigt den Gebäudeeigentümer*innen in Kiel, wo Fernwärme, ein Nahwärmenetz oder eine dezentrale Eigenversorgung jeweils die kosteneffizienteste Lösung ist. Rund 46.000 Menschen leben in Gebieten, die im Kieler Wärmeplan als dezentral ausgewiesen sind – hier hat sich die Wärmepumpe bereits als wirtschaftliche Referenztechnologie etabliert.

21. November, 13 bis 18 Uhr • Konzerthaus am Schloss, Kiel

Gut Steinwehrer
WeihnachtsMarkt



Samstag, 12. Dezember ab 16 Uhr
Livemusik on Stage Chor Jevenstedt

zahlreiche Aussteller - Kutschfahrten - Ponyreiten
1. + 2. + 3. Adventswochenende
28./ 29. November, 05./ 06. + 12./ 13. Dezember
11 - 18 Uhr | Eintritt frei | Parken 5 €

Gut Steinwehr 24796 Bovenau
himbeerhof-steinwehr.de

ANZEIGE



WEIHNACHTSMARKT AUF GUT STEINWEHR

Wenn der Duft von Tannengrün und winterlichen Leckereien in der Luft liegt, lädt **Gut Steinwehr** zum nostalgischen Weihnachtsmarkt in gemütlicher Gutshofatmosphäre ein. Zahlreiche ausgewählte Aussteller*innen präsentieren Schmuck, Dekoration und besondere Geschenkideen. Ponyreiten und eine große Strohburg sorgen für leuchtende Kinderaugen, während die Kutschfahrten Groß und Klein zu einer gemütlichen Auszeit einladen. Ein stimmungsvoller Ausflug für die ganze Familie, der zum Entdecken, Verweilen und Einstimmen auf die schönste Zeit des Jahres einlädt. Weitere Infos unter www.himbeerhof-steinwehr.de

1., 2. und 3. Adventswochenende, jeweils 11 bis 18 Uhr • Erdbeer- und Himbeerhof Steinwehr

Foto: Erdbeer- und Himbeerhof Steinwehr



Digital gemanagt – jetzt neu
mit Cockpit Immobilie.

Direkt infomieren unter:
foerde-sparkasse.de/cockpit-immobilie

LBS
Bausparkasse der Sparkassen

Weil's um mehr als Geld geht.

Förde Sparkasse



Der Husumer Weihnachtsmarkt startet am 16. November um 18 Uhr mit dem „Anleuchten mit Musik".

Husums Marktplatz

Es ist die Zeit der Lichterketten, die Zeit der Weihnachtsmärkte.
Und Husums Markt ist besonders schön.

Vom 16. November bis zum 27. Dezember verwandelt sich der Husumer Marktplatz rund um den Tine-Brunnen in eine kleine Winterwunderwelt mit Tannenbäumen, Budenzauber, Kinderkarussells sowie Punsch- und Wurstständen. Geöffnet ist – bis auf den 22. November und den 25. Dezember – täglich ab 10 Uhr. Gestartet wird mit dem „Anleuchten". Es findet am Montag, 16. November, um 18 Uhr statt. Dabei übernimmt Bürgermeister Martin Kindl die ehrenvolle Aufgabe, die Lichterkette an der riesigen Weihnachtstanne zum Leuchten zu bringen – und stimmt anschließend gemeinsam mit dem Spielmannszug Rödemis und allen anwesenden Besucher*innen das „Singen für alle" an.

NIKOLAUSBESUCH UND ANDERE AKTIONEN

Auch in diesem Jahr finden wieder zahlreiche Aktionen rund um den Weihnachtsmarkt statt. Eine davon ist die Nikolaus-Aktion am 6. Dezember ab 17 Uhr. Gemeinsam mit Bürgervorsteher Robert Koch kommt der Nikolaus auf einer Drehleiter der Freiwilligen Feuerwehr vom Dach der Einhorn-Passage auf den Marktplatz herunter und verteilt Süßigkeiten an die Kinder. Seit vielen Jahren ist dies fester Bestandteil der Husumer Adventszeit – und Highlight vieler Kids. Ganz neu soll es in diesem Jahr jeden Dienstagabend Live-Musik auf dem Markt geben. Für jeden Geschmack soll etwas dabei sein, versprechen die Organisatoren.

LICHTERFAHRT DER TRECKER

Die Lichterfahrt darf nicht fehlen. Seit einigen Jahren sorgen Nordfriesische Landwirte aus dem Umland mit dieser Aktion für ein optisches Highlight, denn mit ihren weihnachtlich beleuchteten Traktoren erhellen sie am 22. Dezember die Straßen in Mildstedt, Rödemis und Husum. Zielort ist der Marktplatz. (Mehr zur Route auf den „Das ist los"-Seiten).

BUDENZAUBER, KUNSTHANDWERK UND KARUSSELLS

Ob Sie auf der Suche nach einem Geschenk sind, beim Glühwein den Klängen der Musik lauschen oder einfach nur die festlich beleuchtete Stadt genießen möchten – Husum mit seinem heimeligen Weihnachtsmarkt bietet eine Kombination aus Budenzauber, Kunsthandwerk, Kinderkarussells, Tannenbäumen und vielen Ständen, die für das leibliche Wohl sorgen. Geöffnet ist Montag bis Mittwoch von 10 bis 22 Uhr, Donnerstag bis Samstag bis 23 Uhr und am Sonntag bis 22 Uhr. Der Eintritt ist wie immer frei und die Nutzung des „HusumBus" an den Adventssamstagen sogar kostenlos.

16. November bis 27. Dezember
Husumer Marktplatz



Buden mit Kunsthandwerk umrahmen den Tine-Brunnen an der Kirche.

Foto: LTO Nordseekiste Nordfriesland | Markus Rohrbacher


Emilia,
Pendlerin
Andrea,
Zugbegleiterin
Gemeinsam kommen wir weiter
Was ist dein Wir-Moment?
dialog.nah.sh
NAH.SH
Unser Nahverkehr
Schleswig-Holstein. Der echte Norden.

Ganz Bethlehem in einer Wohnstube

Eine Krippenlandschaft, die das ganze Wohnzimmer ausfüllt? Bei Monika Tratzky (67) und Astrid Dingeldey (73) geht es ab dem ersten Advent zu wie in Bethlehem vor über 2000 Jahren.

VON MARION LASS



Monika Tratzky mit einer Figur – alles angefertigt in liebevoller Handarbeit.

Wenn Monika Tratzky und Astrid Dingeldey ihre rund 170 handgefertigten Figuren mitsamt der Aufbauten und der Dekoration vom Speicher in die Wohnstube tragen, beginnt bei den beiden Freundinnen die Adventszeit, und die ist arbeitsintensiv. „Immerhin muss bis zur Eröffnung am ersten Advent alles an seinem Platz stehen", erklärt Monika Tratzky. Sie hat wie jedes Jahr ihren Plan zur Hand, damit sie nachvollziehen kann, welche Figur in welchem Teil der Wohnstube stehen soll, denn schließlich müssen alle elektrischen Anschlüsse richtig gelegt werden. Sie sorgen am Ende dafür, dass an den Lagerfeuern und in den Häusern kleine LED-Lämpchen blinken und die Krippe beleuchtet wird.

25 QUADRATMETER BETHLEHEM

Wenn die beiden Damen nach vielen Tagen der Vorbereitung fertig sind, hat sich ihr Wohnzimmer in eine 25 Quadratmeter große Krippenlandschaft verwandelt, die die biblische Zeit von Bethlehem darstellt. Im Mittelpunkt natürlich das berühmteste Elternpaar der Welt: Maria und Josef mit dem Christuskind. Alle Figuren sind handgefertigte Unikate, selbst die Aufbauten sind von den Freundinnen per Hand gesägt und geschraubt worden. „Astrid ist recht gut an der Nähmaschine, und ich bin gut im Handwerkern", erzählt Monika Tratzky.

Fotos: Monika Tratzky und Astrid Dingeldey





So viele kleine Details spiegeln das Leben rund um das kleine Christuskind wider.

VERLIEBT IN EGLI-FIGUREN

Angefangen hat alles in der Schweiz. Dort haben die beiden Freundinnen, die sich seit 40 Jahren kennen, lange Zeit gelebt. Auf den dortigen (Weihnachts-)Märkten haben sie sich in die Egli-Figuren verguckt. Doch sie waren nicht billig. „Eine Figur kostete über 300 Schweizer Franken“, sagt Astrid Dingeldey. Zu teuer zum Kaufen für die beiden. Aber was wäre, wenn man die Figuren selbst macht? Astrid Dingeldey und Monika Tratzky packten das Projekt an. Ihre erste Kreation, Adam, entstand im Jahr 2010. Es folgten weitere fünf Figuren, alle um die 40 Zentimeter groß. Sie sollten der Anfang einer großen Sammlung sein.



Bethlehem vor 2000 Jahren. Die selbstgemachten Gebäude mit Balkonen und kleinen Lampen sorgen dafür, dass das Ambiente stimmt.



Auf 25 Quadratmetern ist im Wohnzimmer von Astrid Dingeldey und Monika Tratzky eine fantasievolle Landschaft entstanden. Jedes einzelne Stück ist handgemacht.





Ab dem ersten Advent öffnen Astrid Dingeldey und Monika Tratzky ihre Haustür in Risum-Lindholm für Besucher*innen – bis zum 6. Januar 2027.



Astrid Dingeldey in ihrer Nähstube. Hier entstehen die Figuren mitsamt ihren Kleidungsstücken und Utensilien.

Astrid ist gut an der Nähmaschine und ich bin gut im Handwerkern.

Monika Tratzky



Die Krippe mit dem Christuskind entstand aus einem Baumstamm, den Monika Tratzky ausgehöhlt hat.

VON SECHS AUF 170

Als sie ihre Krippenlandschaft einmal in Monikas Haus in Rheinland-Pfalz aufgestellt hatten, klingelten die Sternsinger an der Tür, sahen die Ausstellung und waren auf Schlag verliebt. So sprach es sich schnell herum, was es bei Astrid und Moni Tolles zu sehen gab. Für Monika Tratzky und Astrid Dingeldey war dies das erste Mal, dass sie ihr Haus für kleine und große Besucher*innen öffneten. Ganze Familien kamen, um das Leben in Bethlehem zu bestaunen und sogar an Heiligabend saßen Kinder bei den beiden Künstlerinnen im Wohnzimmer. „Viele der Besucher*innen ließen einen Obolus da, sodass wir am Ende der Weihnachtszeit einen großen Betrag spenden konnten“, erzählen die beiden.



Fotos: Monika Tratzky und Astrid Dingeldey



Es gibt so viel zu entdecken im Bethlehem vor 2000 Jahren.



Hier ist Astrid Dingeldey dabei, eine neue Figur mit Leben zu erfüllen.

EINE WOHNSTUBE VOLLER HANDARBEIT

Seit einigen Jahren wohnen die Rentnerinnen in Risum-Lindholm und öffnen 2026 im vierten Jahr ihre besondere Krippenausstellung in Süd-tondern. Jetzt im November beginnt bei ihnen der Aufbau.

Dann verwandelt sich das ausgeräumte Wohnzimmer in eine kleine Wunderwelt mit Krippe. Sie ist 30 Zentimeter groß, entstanden aus einem Baumstumpf. „Alles Handarbeit“, betont Monika Tratzky. Jede Figur ist ein Kunstwerk im Miniaturformat. Die kleinen Mützchen oder auch die Miniaturschuhe aus echtem Leder – alles per Hand genäht. Sogar der Webstuhl, an dem die Beduinin sitzt, ist handgefertigt. Lange hatten die beiden Künstlerinnen recherchiert, wie die Webstühle vor 2000 Jahren ausgesehen haben.

Die entstandene Landschaft ist vielseitig. In der einen Ecke breitet ein Teppichhändler seine Waren aus, gegenüber versammeln sich Hirten um ein mit kleinen LED-Leuchten flackerndes Lagerfeuer. Die Ausstellung ist wunderschön und erzählt vom Leben zu Zeiten Jesu – von Handwerk, Handel, Familie und Alltag.

Für kleine Besucher*innen hat Monika Tratzky Leitern aufgestellt, damit sie von oben auf die Wunderlandschaft schauen können. „Die Gäste dürfen ruhig stundenlang gucken. Wir freuen uns, wenn die Menschen anhand unserer Ausstellung auf Traumreise gehen. Dann haben wir unser Ziel erreicht“, sagt Monika Tratzky. Einer Kirche gehören die Wahl-Risum-Lindholmerinnen nicht an. „Wir akzeptieren alle Religionen. Es geht uns darum, die Geschichte der Geburt des kleinen Jesu zu erzählen – mit all den Lebensbereichen, die dazugehören.“







Ob Werkzeuge, Schuhe, Teppiche oder Kleidung – alles ist handgearbeitet und haucht den Puppen Leben ein.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN UND EIN ANLIEGEN

Die Krippenausstellung ist bis zum 6. Januar 2027 jeweils nachmittags im Laamstich 29 in Risum-Lindholm zu sehen. „Der Eintritt ist kostenlos. Aber wir freuen uns, wenn die Besucher*innen einen Obolus da lassen, damit wir das Kinderhospiz in Hamburg unterstützen können.“ Mit der Spende ermöglichen Astrid Dingeldey und Monika Tratzky den Eltern schwerkranker Kinder eine Auszeit im Hospiz.

Die Tür steht offen. Schauen Sie gerne rein!

Fotos: Monika Tratzky und Astrid Dingeldey

Geschenke GUIDE

Besondere Auswahl für die Festtage – von stilvollen Kleinigkeiten bis hin zu unvergesslichen Erlebnissen.



FREIHEIT UND MEER

Das HAVLYS Leucht-Segelboot bringt maritime Atmosphäre in Wohnräume. Seine charakteristische Silhouette wird durch warmweißes LED-Licht nachgezeichnet und erinnert an entspannte Segeltörns, Sonnenuntergänge auf dem Wasser und unbeschwerte Urlaubstage. Das Segelboot ist ein dekorativer Blickfang für maritime Räume. 79,90 Euro
www.havlys-lights.com

PURE PINE

Ob als Diffusor mit Sprühkopf oder Raumduft mit Faserstäbchen – der neue Duft Pure Pine von Badesofa verteilt sich dezent im Raum. 29,99 Euro
www.badesofa.de



Foto: BADESOFA



ALLES DABEI

Mit der Nuri Crossbodybag von Henties haben Sie alles zur Hand. Der hochwertige Korkstoff ist weich und robust. 79 Euro
www.henti.es



STILECHT AUS HOLZ

Das Tischler-Start-up SpeicherArt bietet eine Alternative zu Plastiklampen und Kabelsalat: die Akkutischleuchte Nala aus Vollholz, kabellos und dimmbar. Sie ist in verschiedenen Ausführungen erhältlich. ab 99 Euro
www.speicherart.de



WANDERN WELTWEIT

Es gibt Wanderungen, die unternimmt man, um sich einen Lebenstraum zu erfüllen. Folgen Sie bekannten National Geographic-Fotograf*innen durch alle Kontinente und Klimazonen, von der Tagestour auf den isländischen Kristínartindar bis zum mehrtägigen Sinai Trail durch Ägypten. 29,99 Euro
www.verlagshaus24.com



MANDELNASCHEREI

Fruchtig, würzig, salzig oder lieblich? Bei der Mandel-Bar von mynaschwerk aus Flensburg finden Sie ein buntes Spektrum an Aromen. Da ist für alle Naschkatzen etwas dabei. 9,50 Euro
www.mynaschwerk.de

ERFINDERINNEN-MEMO

Wer hat eigentlich den Fallschirm erfunden? Lernen Sie Käthe Paulus und 23 andere Erfinderinnen und ihre Erfindungen kennen! Auf einer Karte ist die Erfindung, auf einer anderen die Erfinderin – können Sie herausfinden, welche Erfinderin zu welcher Erfindung gehört? Pro verkauftem Memo fließen 50 Cent in den Stiftungsfonds ziviler Seenotrettung. 19 Euro
www.spielkoepfe.de





STERNEKÜCHE

Für Fans außergewöhnlicher Aromen und gehobener Küche hält die Geschenk-Box von Ankerkraut vier Gewürzmischungen aus der Feder des Berliner 2-Sterne-Kochs Tim Raue bereit. 39,95 Euro
www.ankerkraut.de



Foto: Ankerkraut

PIZZA NIGHT

Mit diesem klappbaren Pizzaschieber kommt echtes Pizzabäcker-Feeling auf. Im Handumdrehen ist die Pizza im Ofen. 32,90 Euro
www.grillfuerst.de

Disclaimer: Alle angegebenen Preise sind unverbindliche Preisempfehlungen (UVP) der Hersteller (Stand: Oktober 2026) und können im Handel abweichen.

REGIONALES IM ABO

Jetzt ist Schluss mit der hektischen Suche nach der aktuellen Ausgabe. Verschenken Sie die „Lebensart im Norden" im Abo und sichern Sie sich eine Prämie. So landet unser Magazin jeden Monat direkt im Briefkasten.
www.lebensart-sh.de/abo





KERZENGLANZ

Die Weihnachtskollektion von Søstrene Grene verbindet vertraute Magie klassischer Weihnachtsmotive mit aktuellen Interior-Trends und sorgt mit kreativen Kerzenhaltern für ausdrucksstarke und glänzende Akzente.
www.sostrenegrene.com



Fotos: Søstrene Grene

BYE-BYE, WINTERBLÄSSE

Mal ganz dezent, mal etwas intensiver: Mit den ST.TROPEZ Self Tan Luxe Tan Tonic Drops lässt sich die gewünschte Bräune individuell dosieren. Die Tropfen können einzeln aufgetragen oder mit der gewohnten Pflege kombiniert werden. Der Bräunungswirkstoff DHA sorgt für einen sonnengeküssten Look ganz ohne UV-Strahlung. 40 Euro
www.douglas.de



Bildhauerin Tietze Schmuck
Skulpturen-Kalender 2027
Bestellungen per Email:
ts@tietzekunst.de • 0171-9153515
www.tietzekunst.de

Tickets zum Fest

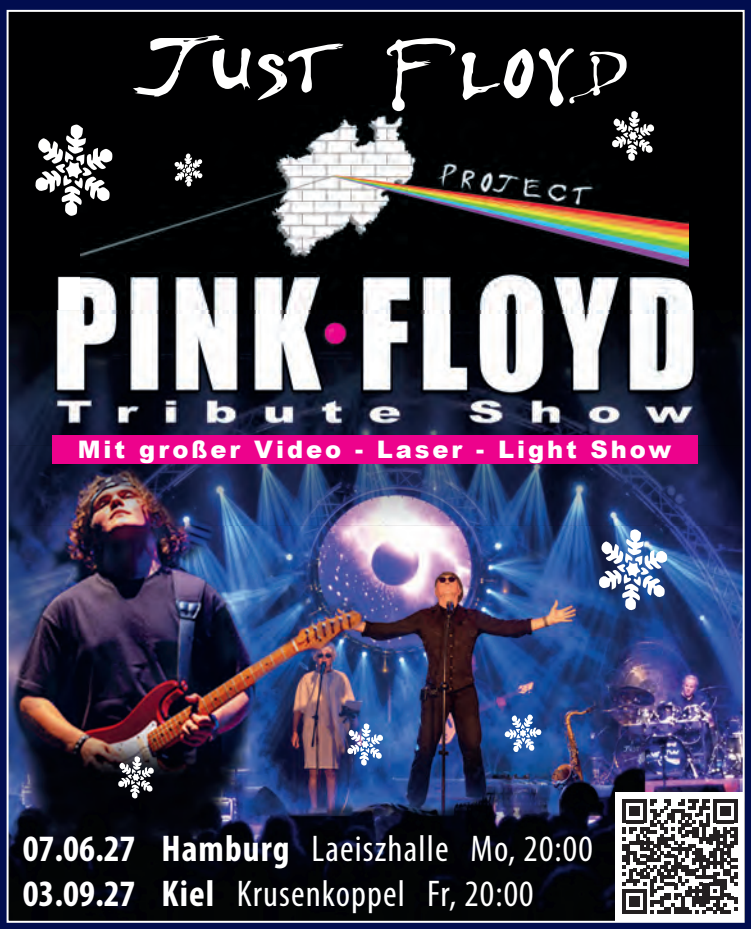
Verschenke kostbare Momente: Tickets für Konzerte, Shows und Musicals



03.01.27 **Hamburg** St. Petri Sa, 15:00 / 17:30 / 20:00
13.02.27 **Kiel** Petruskirche Sa, 15:00 / 17:30 / 20:00
14.02.27 **Lübeck** MuK So, 15:00 / 20:00
06.03.27 **Hamburg** St. Petri Sa, 15:00 / 17:30 / 20:00



03.01.27 **Hamburg** Laeiszhalle So, 14:30
20.02.27 **Lübeck** MuK Sa, 14:30
10.04.27 **Kiel** MERKUR Sa, 14:30



07.06.27 **Hamburg** Laeiszhalle Mo, 20:00
03.09.27 **Kiel** Krusenkoppel Fr, 20:00



03.01.27 **Hamburg** Laeiszhalle So, 20:30
10.04.27 **Kiel** MERKUR Sa, 20:30

JETZT Tickets bei allen bekannten VVK-Stellen und eventim



BIBLIOPHILES KLEINOD

Wie alle Bücher der mare-Klassiker-Reihe ist auch der neue Band „Sieben Jahre in Ceylon" von Leonard Woolf mit Leineneinband sowie Lesebändchen im Schuber vorzüglich ausgestattet. Es enthält die von Alexander Pechmann übersetzten fünfteiligen und mit Vorwort versehenen „Erinnerungen" (1961) sowie drei Erzählungen (1921), die auf sehr lesenswerte Weise Woolfs Dienstzeit (November 1904 bis Mai 1912) in der englischen Kolonie thematisieren.

Leonard Woolf: Sieben Jahre in Ceylon. mareverlag, 367 S., 38 Euro



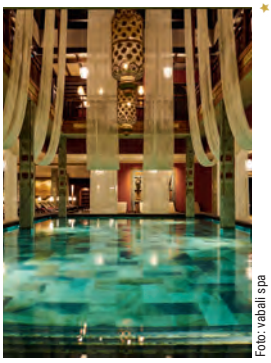


Foto: vabali spa

ANZEIGE

PARFUM WORKSHOP KIEL

Im Aloha Senses Atelier lernen die Teilnehmer*innen in professionell und liebevoll geführten Workshops, ihr eigenes Parfum zu kreieren, und nehmen es im Glasflakon mit nach Hause. Diese sinnliche Erfahrung bietet eine tolle Möglichkeit, sich selbst etwas Schönes zu gönnen oder sie als persönlichen Gutschein zu verschenken: Parfum Workshop „Der kleine Parfumeur" 155 Euro.

www.aloha-senses.com



BALI IST NÄHER, ALS MAN DENKT

Einmal abtauchen, bitte! Was oft zu kurz kommt, ist Zeit. Für uns selbst und füreinander. Und genau die lässt sich verschenken! Mit einem Gutschein für das vabali spa Hamburg geht es auf eine kleine Reise nach Bali, ganz ohne Langstreckenflug. In der Wellnessoase im Stil eines balinesischen Dorfes laden Saunen, Aufgusszeremonien, Pools und Ruheräume zum Abschalten ein. Massagen machen die Auszeit perfekt. Wer länger bleibt, genießt das Urlaubsgefühl im angeschlossenen Hotel. Für den Lieblingsmenschen, gute Freund*innen oder eine schöne gemeinsame Zeit zu zweit. Eintrittsgutscheine gibt es ab 29,50 Euro.

Vabali Spa Hamburg, In der Trift 1, Glinde
Tel.: 040 / 298 35 50 00, www.vabali.de/hamburg



ANZEIGE

GESCHENKE VON HIER

vollgut. bietet zur Weihnachtszeit süße lokal hergestellte Spezialitäten sowie in Bio-Qualität Kieler Tees, in Kiel gerösteten Kaffee und Öle aus der Region. Dazu Knabbereien, Trockenobst und Nüsse sowie Pflegeprodukte. Es sind Geschenke zum Verbrauchen statt Verstauben, die sich auch ideal für den Adventskalender eignen. Klingt voll gut? Ist es auch.

www.vollgut.info



Foto: vollgut

ANZEIGE



Foto: Sebastian Maas/Uni Kiel

WISSEN VERSCHENKEN

Verschenken Sie einen aussichtsreichen Zugang zu mehr als 400 ausgewählten Uni-Seminaren – von Germanistik, Geschichte und Kunst über Chemie und Biologie bis Informatik, Recht und Wirtschaft. Auch ohne Hochschulzugangsberechtigung studieren und diskutieren – und dies dank eines Gutscheins für ein KONTAKTSTUDIUM an der Uni Kiel. Das perfekte Weihnachtsgeschenk für interessierte Freund*innen, Großeltern, Kinder, Eltern; die Semestergebühr beträgt 75 Euro.

www.kontaktstudium.uni-kiel.de



WINE NOT

Mit dem Wine Not-Geschenkset, bestehend aus Korkenzieher, Weinausgießer und Kühlmanschette, wird Wein stilvoll serviert. 74,90 Euro

www.de.peugeot-saveurs.com/de



Goldschmiede & Galerie · Dahlmannstr. 11
Tel. 0431 - 9 18 65 · www.werkstattcafe-kiel.de



Kunstgewerbe Brandenburg

Holtenauer Straße 312 • 24106 Kiel-Wik
Tel. 04 31 / 33 49 74 oder 01 71 / 4 64 11 83

Öffnungszeiten:

Di. - Sa. 10.30 - 13.00 Uhr • Di. - Fr. 15.00 - 18.00 Uhr
Montags geschlossen

WEIHNACHTLICHE VORFREUDEN UND GESCHENKIDEEN

ANZEIGE



Silberanhänger mit eingefasstem Aquamarin, Turmalin und Zirkon an einer Sterlingsilberkette.

Silberringe mit 900er Gelbgoldapplikationen mit eingefasstem Tsavorit oder Saphiren.

Manschettenknöpfe aus Sterlingsilber

Silberarmband mit Aquamarinkugel

Fotos: Uta Jürgens

EINMALIG SCHÖN

Die Gold- und Silberschmiedin Sandra Prill fertigt in ihrem Werkstatt-Café handgemachte Unikate mit besonderem Charme. Wenn Sie ein Geschenk für eine besonders wichtige Person suchen, finden Sie in der Dahlmannstraße 11 in Kiel eine Ansprechpartnerin für Einmaliges.
www.werkstattcafe-kiel.de

ANZEIGE



Die Herrnhuter Sonderedition im Jahr 2026 ist der kleine apricotfarbene Stern, der ein herrlich, warmes Licht gibt. **22,50 Euro**



Fotos: Regine Sauerberg

Ein wahres Schwergewicht kehrt 2026 zurück: Der große Elefant von Wendt & Kühn wurde nach Jahrzehnten neu aufgelegt. Wunderbar als Ergänzung zu den drei Heiligen Königen oder auch als Solitär. **185 Euro**

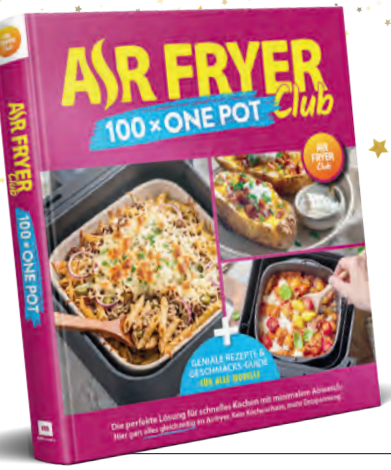
WEIHNACHTEN, WIE ES IMMER WAR

Weihnachten lebt von Traditionen. In dieser Zeit rücken die Dinge in den Vordergrund, die genau so schön bleiben dürfen, wie sie sind. Dazu gehören Handarbeiten aus Holz, wie etwa die handgedrechselten und bemalten Figuren der Manufaktur Wendt & Kühn aus dem Erzgebirge. Diese Lieblingsstücke und viele weitere Originale finden Sie bei Kunstgewerbe Brandenburg.
Kunstgewerbe Brandenburg, Holtenauer Str. 312, Kiel, Tel.: 0431 / 33 49 74

Schön für besinnliche Bastelstunden in der Weihnachtszeit: Original Herrnhuter Bausatz für ein typisches Oberlausitzer Umgebindehaus mit rotem, weißem oder gelbem Miniaturstern und Batteriehalter. Das Haus ist aus Sperrholz. Komplettset **für 65 Euro**




NDR TICKETSHOP
Gänsehautnah.
Manche Emotionen passen auf keinen Bildschirm.
Tickets für Live-Momente unter ndrticketshop.de
Bild KI-generiert und bearbeitet



ONE POT IM AIRFRYER

Nutzen Sie Ihren Airfryer bisher nur für Snacks und Pommes? Dann entgeht Ihnen das Beste! Ihr Airfryer kann viel mehr als nur knusprig – er ist der neue Profi für komplette Hauptgerichte. In diesem Buch trifft das Heißluftwunder auf das geniale One-Pot-Prinzip: 100 Rezepte, die komplett in nur einem Garkorb entstehen. 24,90 Euro
www.falkemedia-shop.de

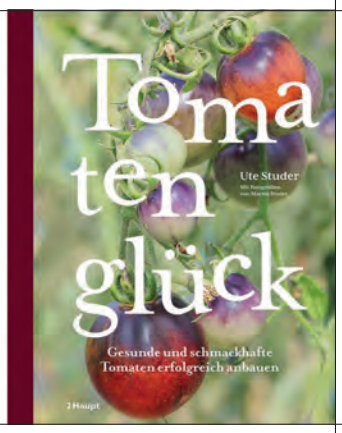


THIRD WAVE-KAFFEE

Mit der Barista Express mahlen Sie Bohnen direkt vor der Extraktion und zaubern Barista-Kaffee dank Mikro-Milchschaum. 679,90 Euro
www.sageappliances.com

TOMATENLIEBE

In diesem reich bebilderten Buch zeigt Tomatenpionierin Ute Studer wie der Anbau gesunder und robuster Tomatenpflanzen auch in Zeiten des Klimawandels gelingt. Sie verrät, worauf es bei der Sortenwahl ankommt und wie Tomaten hervorragend gedeihen.
Ute Studer: Tomatenglück
Haupt Verlag, 184 Seiten, 39,99 Euro



HELFER IM ALLTAG

Er ist kugelrund, hat große blaue Kulleraugen und rollt auf eigenen Rädern. Im Inneren arbeitet ein KI-Gehirn, das mitdenkt und an To-Dos erinnert, bei der Kommunikation hilft oder Nachrichten verschickt. 599,99 Euro
www.de.store.enabot.com



Foto: Enabot

FUNKTIONAL

Der Yukon 50+10 ist der Trekking-Klassiker von Tatonka und jetzt noch funktionaler für lange Touren. Die Deckeltasche lässt sich abnehmen und als Umhänge- oder Hüfttasche verwenden oder vorn in die Schultergurte einhängen. Die voluminöse Fronttasche eignet sich zum Verstauen von Kleidung, die griffbereit sein soll.
www.tatonka.com





Foto: BOOX

TIPPS FÜR LITERATURFANS

Das BÜCHERmagazin stellt Literatur in all ihren Facetten vor, um spannenden Stoffen Gehör zu verschaffen – kritisch, unabhängig und ohne Scheuklappen. Erhältlich im Jahres-Abo als E-Paper für 28,90 Euro und als Print inkl. Prämie für 41,90 Euro.
www.falkemedia-shop.de



IMMER DABEI

Von der Schlange an der Kasse bis zum Kaffee, der gerade zubereitet wird – der Alltag ist voller kleiner Pausen. Genau dafür hat BOOX den Picco entwickelt: ein E-Paper-Lesegerät im Spielkartenformat, das sich dank magnetischer Hülle an der Rückseite des Smartphones befestigen lässt. 109,99 Euro
euroshop.boox.com

Buon Natale!

Vorfreude aufs Fest

Lieblingsgebäck auf italienische Art

9 Festmenüs von unkompliziert bis elegant

Wertvolle Tipps rund ums Gastgeben



Erleben Sie italienischen ADVENTSZAUBER mit den besten Rezepten für ein **entspanntes Fest!**

Foto: Mix Creative/adobe.stock.com/mit KI bearbeitet (1)

Jetzt bestellen: www.soisstitalien.de/weihnachten-lg

24 Türchen voller …

Mit jedem Türchen wird die Vorfreude auf Weihnachten größer.
Welcher Adventskalender darf es für Sie sein?



… BASTEL-IDEEN

Jeden Tag basteln – ganz ohne lange Vorbereitung! Hinter jedem Türchen wartet ein Bastelprojekt mit leicht verständlichen Anleitungen. 49,99 Euro
www.topp-kreativ.de



… SCHÖNHEIT

Im flaconi Love Brands-Adventskalender erwarten Sie Beauty- und Pflegeprodukte von Marken wie Dyson, bareMinerals, NUXE, Kess Berlin und Kérastase. 129,95 Euro
www.flaconi.de



… REISVIELFALT

Mit dem Kochkalender von Reishunger entdecken Sie die unglaubliche Reisvielfalt verschiedenster Länderküchen – von den duftenden Aromen Indiens bis zu knusprigen Köstlichkeiten der koreanischen Küche. 74,99 Euro.
www.reishunger.de



… SNACKS UND SÜSSIGKEITEN

Ob schokoladige Naschereien, knusprige Snacks, Kekse, Riegel oder fruchtige Leckereien – der Adventskalender „Süßigkeiten & Snacks" von Vegan Box bringt jeden Tag Abwechslung in Ihre Vorweihnachtszeit. Es wartet eine bunte Mischung aus unterschiedlichen Geschmacksrichtungen für Fans von süßen und von herzhaften Snacks. 54,99 Euro
www.vegan-box.de



… KNABBERSPASS

Weihnachtliche Vorfreude besteht beim Koro-Adventskalender aus Snacktüten, Riegeln und Aufstrichen. Erhältlich in den Versionen Classic und Vegan. So lässt sich der Dezember magisch genießen. 55 Euro
www.korodrogerie.de



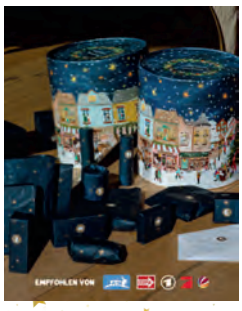
… MAGIE

Hinter jedem Türchen verbirgt sich eine Mini-Version Ihrer Lieblingscharaktere und Kreaturen sowie Zubehör aus der Harry Potter™ Welt. Mit drei exklusiven Figuren in limitierter Auflage. Ein Muss für alle Fans! 59,99 Euro
www.schleich-s.com



… FRÜCHTE

Der FruchtBar-Adventskalender enthält 18 Bio-Snacks in Originalgröße und sechs Extras wie etwa eine Tasche und Holzspielzeug. 29,95 Euro
www.fruchtbar.de



… ÜBERRASCHUNGEN

Hinter 24 Türchen warten 20 ausgewählte Produkte von Startups aus Kategorien wie Snacks, Drinks, Kosmetik und Gadgets – plus vier Spendentürchen für soziale Projekte rund um Menschen, Tiere & Co. 149 Euro
www.adventsome.de

CORNELIA POLETTO

PALAZZO

DIE DINNER-SHOW IM SPIEGELPALAST





Das perfekte Weihnachts-geschenk!

HERZKLOPFEN INKLUSIVE

13. November – 07. März: www.palazzo.org

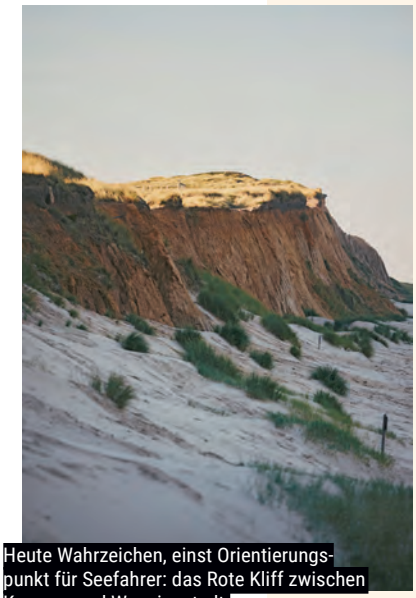
MOËT & CHANDON CHAMPAGNE
80er | 90er OLDIE ANTENNE Hamburg
PAULANER
Fürstenberg
ZWIESEL GLAS

KEIN HERBST OHNE KÜSTE

*Wir Schleswig-Holsteiner*innen können nicht ohne unsere heiß geliebte Küste. Auch im Herbst zieht es uns ans Meer – egal, wie stark der Wind an der Jacke rüttelt.*



Foto: Adobe Stock



Heute Wahrzeichen, einst Orientierungspunkt für Seefahrer: das Rote Kliff zwischen Kampen und Wenningstedt.



Das Morsum Kliff gewährt Einblicke in bis zu zehn Millionen Jahre Erdgeschichte.

KRAFTORTE AUF SYLT

Wo die Insel die Seele berührt: Zwischen Steilküsten, Dünen und Heidelandschaften liegen Orte, an denen eine ganz besondere Energie spürbar wird.

Als Kraftorte gelten Orte, die Menschen auf unterschiedliche Weise emotional berühren. Weil sie Ruhe schenken, den Blick weiten oder eine Verbindung zur Vergangenheit spürbar machen. Auch auf Sylt gibt es solche Orte. Hier treffen Millionen Jahre Erdgeschichte, Spuren früherer Kulturen und Orte der Einkehr auf eine Landschaft, die Wind und Meer bis heute formen.

ST. SEVERIN-KIRCHE: WO DIE KRÄFTE DER VERGANGENHEIT WEITERLEBEN

Auf einer Anhöhe am Ortsrand von Keitum liegt die St. Severin-Kirche, das älteste Kirchengebäude der Insel. Die erste urkundliche Erwähnung stammt aus dem Jahr 1240. Errichtet wurde sie auf der höchsten Erhebung des Sylter Geestkerns, wo bereits früher germanische Götter verehrt worden sein sollen. Der romanische Granitquaderbau war über Jahrhunderte Gotteshaus, Seezeichen und Zufluchtsort. Der Kirchturm diente zeitweise sogar als Gefängnis. Um die Kirche liegt der historische Friedhof mit Grabsteinen aus dem 17. Jahrhundert, die von Kapitänen, Walfängern und anderen Persönlichkeiten erzählen.

MORSUM KLIFF: WO DIE ERDE IHRE URALTEN GEHEIMNISSE PREISGIBT

Im äußersten Osten der Insel offenbart Sylt seine alte Seele. Zwischen Heidelandschaft und Wattenmeer erhebt sich das Morsum Kliff. Wer vor dem 1.800 Meter langen Kliff steht, blickt auf bis zu zehn Millionen Jahre alte Erdschichten. Eiszeitliche Gletscher haben sie schräg gestellt und aufeinander geschoben, sodass sich ihre unterschiedlichen Farben und Strukturen heute wie ein aufgeschlagenes Geschichtsbuch betrachten lassen. Fossilienfunde erzählen von einer längst vergangenen Welt. Auch Menschen hinterließen ihre Spuren: In der umliegenden Heidelandschaft finden sich vorgeschichtliche Grabhügel.

ROTES KLIFF: WO DIE KÜSTE IN DER ABENDSONNE LEUCHTET

Zwischen Kampen und Wenningstedt erhebt sich das bis zu 30 Meter hohe Rote Kliff. Das rund vier Kilometer lange Steilkliff verdankt seine charakteristische Färbung eisenhaltigen Bestandteilen im Lehm. Über Jahrhunderte diente es Seefahrern als Orientierungspunkt, heute zählt es zu den Wahrzeichen der Insel. Insbesondere abends, wenn die untergehende Sonne das Kliff in warme Rottöne taucht, entfaltet es seine besondere Atmosphäre. Zugleich zeigt sich hier die ungebändigte Kraft der Natur: Sturmfluten und Brandung nagen am Kliff und tragen immer wieder Material ab.

Weitere Informationen zu diesen und anderen Kraftorten auf Sylt unter www.sylt.de.

Fotos Peter Bender/Sylt Marketing

Deine Auszeit im
SLOW DOWN
BOTTSAND | HOTEL & SPA
Euer Lifestylehotel bei Kiel
Jedes Zimmer mit eigener Dampfsauna, Küche & Balkon



Nur sein. Nur fühlen. Nur SlowDown.

SlowDown Modus pur
Beheizter Pool | Saunalandschaft
Erlebnisduschen
Frühstücksbuffet | Kaffee & Kuchen
Abendessen | Sunset-Drinks

Ostsee, Marina & Naturschutzgebiet direkt vor der Tür

SlowDown Bottsand I Hotel & Spa
Ostseepromenade 30, 24235 Wendtorf
04343 185 980
info@slowdown-hotels.de



LISTER WANDERDÜNEN

EIN KRAFTORT, DER WANDERT



RAFFINIERTES Röschen

Klein, grün und ziemlich vielseitig: Rosenkohl kann weit mehr sein als die klassische Beilage. Hier zeigt das Wintergemüse, was alles in ihm steckt.



KÜRBIS-SAFRAN-RISOTTO MIT KARAMELLISIERTEM ROSENKOHL

Rezept auf der nächsten Doppelseite

Foto: Ira Leoni



WOLFSBARSCHFILET MIT KRÄUTERKRUSTE AUF PARMESAN-ROSENKOHL

Rezept auf der nächsten Doppelseite

Foto: Anna Gieseler



PASTINAKENGNOCCHI MIT ROSENKOHLGEMÜSE

Foto: Anna Giesler



KÜRBIS-SAFRAN-RISOTTO MIT KARAMELLISIERTEM ROSENKOHL

ZUBEREITUNGSZEIT: 1 STUNDE

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 3 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 800 g Muskatkürbis
- 3 EL Olivenöl
- 300 g Risottoreis
- 150 ml trockener Weißwein
- 1 l heiße Gemüsebrühe
- 0,1 g Safranfäden
- ½ Granatapfel
- 250 g Rosenkohl
- 2 EL kalte Butter
- 2–3 EL brauner Zucker
- 40 g frisch geriebener Parmesan
- Salz und Pfeffer

1. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Kürbis schälen und halbieren, dann von Kernen und Fasern befreien und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin glasig andünsten. Risottoreis und Kürbis dazugeben und kurz mitdünsten. Mit dem Weißwein ablöschen, diesen fast vollständig verkochen lassen. Nach und nach so viel heiße Brühe dazugeben, dass der Reis knapp bedeckt ist. Die Flüssigkeit immer wieder verkochen lassen, bevor weitere heiße Brühe dazugegeben wird. Den Reis in ca. 25 Minuten bissfest garen. Nach 15 Minuten Garzeit den Safran dazugeben.

2. Die Kerne des Granatapfels auslösen. Rosenkohl putzen, waschen und vierteln. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und den Rosenkohl darin unter Wenden ca. 5 Minuten dünsten. Den Zucker dazugeben und den Rosenkohl langsam karamellisieren lassen.

3. Parmesan und restliche Butter unter das Risotto rühren. Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf Teller verteilen, dann mit Rosenkohl und Granatapfelkernen garnieren und sofort servieren.

WOLFSBARSCHFILET MIT KRÄUTERKRUSTE AUF PARMESAN-ROSENKOHL

ZUBEREITUNGSZEIT: 50 MINUTEN

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 800 g Rosenkohl
- 50 g Haselnusskerne
- 40 g getrocknete Cranberrys
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 80 g frisch geriebener Parmesan
- 1 Bund gemischte Kräuter (z. B. Dill, Petersilie, Minze)
- 40 g weiche Butter
- 100 g Semmelbrösel
- 1 Knoblauchzehe
- 8 Wolfsbarschfilets (à ca. 60 g, ohne Haut)
- ½ Bio-Zitrone (abgeriebene Schale und Saft)
- 300 g Schmand
- 100 g Crème fraîche
- 1 EL Sahnemeerrettich (Glas)
- 1 EL flüssiger Honig
- Salz und Pfeffer

1. Den Rosenkohl putzen, vom Strunk befreien, waschen und die Köpfe halbieren. Die Haselnüsse grob hacken. Ein tiefes Backblech mit Backpapier belegen. Rosenkohl mit Nüssen, Cranberrys, Öl und etwas Salz auf dem Backblech vermengen und gleichmäßig verteilen. Mit dem Parmesan bestreuen. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

2. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Spitzen und Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Hälfte der gemischten Kräuter mit weicher Butter, Semmelbröseln und etwas Salz mischen. Knoblauch schälen, dazupressen und alles glatt rühren. Fischfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Zitronensaft würzen. Auf den Rosenkohl setzen, jeweils etwas Bröselmasse darauf verteilen und alles 20–22 Minuten im vorgeheizten Ofen garen. Nach Belieben am Ende kurz unter Sicht den Backofengrill zuschalten.

3. In einer Schale Schmand, Crème fraîche, Meerrettich, Honig, restliche Kräuter und Zitronenschale glatt rühren. Den Dip mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Das Backblech aus dem Ofen nehmen. Den Parmesan-Rosenkohl und die Fischfilets mit dem Dip servieren.





PASTINAKENGNOCCHI MIT ROSENKOHLGEMÜSE

ZUBEREITUNGSZEIT: 1 STUNDE

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 800 g mehligkochende Kartoffeln
- 300 g Pastinaken
- ½ Bund Basilikum
- 3 Eigelb
- 100 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 30 g Speisestärke
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 2 EL Butterschmalz
- 500 g Rosenkohl
- 150 g Pancetta, in dünnen Scheiben
- 2 EL Olivenöl
- 200 g Sahne
- Salz und Pfeffer

1. Kartoffeln und Pastinaken schälen, waschen und würfeln. Kartoffeln in kochendem Salzwasser in 15–20 Minuten weich garen, Pastinaken nach 5–8 Minuten dazugeben und mitgaren. Alles in ein Sieb abgießen und kurz ausdampfen lassen, dann durch die Kartoffelpresse in eine große Schüssel drücken und kurz abkühlen lassen. Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und in ein hohes, schmales Gefäß geben. Die Eigelbe dazugeben und alles mit dem Stabmixer pürieren.

2. Mehl, Stärke, Eigelb-Mix sowie etwas Muskat, Salz und Pfeffer zur Kartoffelmischung geben, alles zügig zu einem glatten Teig verkneten. Ggf. etwas mehr Mehl einarbeiten. Gnocchiteig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zu daumendicken Rollen formen, davon ca. 2 cm große Stücke abschneiden und diese über ein Gnocchibrett oder einen Gabelrücken rollen, damit sie ihre typische Form bekommen. Die Gnocchi in einem Topf in reichlich siedendem Salzwasser gar ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausheben und gut abtropfen lassen, anschließend in einer Pfanne in heißem Butterschmalz bei mittlerer Hitze rundherum goldbraun und knusprig anbraten.

3. Inzwischen den Rosenkohl putzen, halbieren, waschen und gut abtropfen lassen. Den Pancetta in grobe Stücke schneiden und ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne knusprig auslassen. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Öl in die Pfanne geben und den Rosenkohl darin unter Wenden anbraten. Sahne dazugießen. Alles aufkochen, etwas einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gnocchi und Rosenkohlgemüse auf Teller verteilen und mit Pancetta garniert servieren.

Fotos: Anna Gieseler, Ira Leoni



HEISSER „APEROL“-CIDRE

ZUTATEN FÜR 4 GLÄSER (À 350 ML)

- 1 Bio-Orange (Saft)
- 300 ml Apfelsaft
- 700 ml Cidre
- 1 Zimtstange
- 150 ml „Aperol“
- einige Apfel- und
- Bio-Orangenscheiben zum Garnieren

Orangensaft, Apfelsaft, Cidre und Zimtstange in einen Topf geben und bei kleiner Hitze erwärmen. Den Topf vom Herd nehmen, die Zimtstange entfernen, den „Aperol“ dazugeben und alles gut vermengen. Die Mischung auf die Gläser verteilen, nach Belieben mit Apfel- und Orangenscheiben garniert servieren.

Foto: Sandra Leibinger







Foto: Gut Bossee

WINTERZEIT IST WILDZEIT

Die kühleren Herbsttemperaturen machen jetzt wieder Appetit auf heimische Wintergerichte und Wild bringt durch die verschiedenen Wildarten sowie unterschiedliche Teilstücke Vielfalt auf die Teller. Dazu kommen die besonderen Stärken von Wildfleisch: Es ist ein reines Naturprodukt, ist besonders zart, fettarm und hat Charakter, nämlich Eigengeschmack. Ohne schlechtes Gewissen, Tierwohl ist garantiert! Gut Bossee bietet Steaks aus der Keule, Medaillons vom Rücken und als Krönung das Filet von Dam-, Reh- und Schwarzwild an. Marinieren ist eigentlich nicht nötig, aber wer es möchte, bekommt beim Einkauf noch einfache Tipps.

WILD IN VARIATIONEN

Ob klassische heimische Zubereitung mit Preiselbeeren und Rotkohl oder mal leichte, moderne Rezepte: Wildfleisch ist vielseitig und lecker! Zudem gehören die beliebte Wildbratwurst und die selbstentwickelten und perfekt auf Wild abgestimmten Saucen und Chutneys zum Angebot **im Hofladen auf Gut Bossee**. Mehr Infos gibt es unter www.bossee.de und Tel.: 04305 / 991 993.

Dein Festessen war nie so einfach!

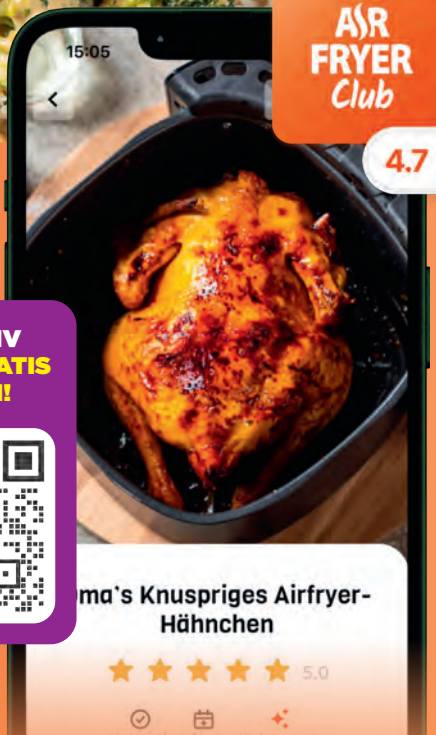
Die besten Airfryer-Rezepte an einem Ort



Foto: Anna Gieseler/mit KI bearbeitet (1)

AIR FRYER Club

4.7 ★



AIR FRYER Club

Dein Airfryer.
Dein Club. Deine App.

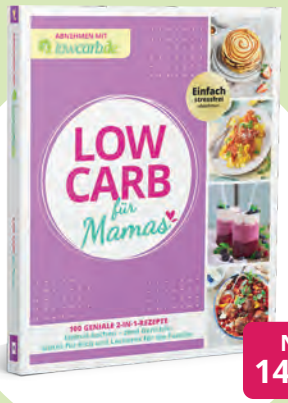
Als Club-Mitglied erwarten dich: Finde neue Lieblingsrezepte an einem Ort und freue dich auf knusprige Ergebnisse – ganz einfach aus deinem Airfryer. Vom schnellen Feierabendessen bis zum Weihnachtsmenü.

www.airfryer.club/welcome-regio

EXKLUSIV
7 TAGE GRATIS TESTEN!

STRESSFREI ABNEHMEN
– SO LEICHT WIE NIE –

EXTRA:
Gratis-Downloads auf lowcarb.de im Buch



100 Rezepte
nach der cleveren 2-in-1-Formel

NEU! 14,99 €

VIELE VORTEILE
- Geld und Zeit sparen
- Deine Nerven schonen
- Alle essen gesünder
- Du fühlst dich viel besser

ISBN: 978-3-96417-269-3

Jetzt alle Low Carb-Kochbücher bestellen unter:
www.falkemedia-shop.de/lcbuecher

amazon.de AUCH ÜBERALL IM BUCHHANDEL: bücher.de Thalia Hugendubel

VITAMIN-BOOSTER FÜRS IMMUN-SYSTEM

JAMU's IMMUN Konzentrat enthält von Natur aus Vitamin C. Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Das in Zusammenarbeit mit Apotheken entwickelt und ausgiebig getestete Konzentrat, besteht aus einer natürlichen Mischung von Kräutern, Wurzeln, Früchten und Gewürzen. Das Konzentrat wird 1:5 mit Wasser gemischt. www.jamu.de



ANZEIGE



Foto: Hof Steffen

HOFIDYLLE UND FAMILIENTRADITION

Verbundenheit zur Landwirtschaft, Liebe zu den Tieren und eine über Generationen gewachsene Familiengeschichte – dafür steht der **Hof Steffen** in Muxall. Seit fast 400 Jahren bewirtschaftet die Familie den historischen Hof mit eigener Räucherkate am Rand der Probstei. In den 1990er-Jahren übernahmen Bernd und Dörte Steffen den Betrieb und bauten Produktion, Sortiment und Direktvermarktung weiter aus. Nahezu alle Tiere kommen heute vom eigenen Hof, gefüttert mit Getreide aus eigenem Anbau und verarbeitet in der betriebseigenen Schlachterei. Mehr als 30 Mitarbeitende fertigen hier frische Fleischspezialitäten – von Schinken bis Wurst. Erhältlich sind die Produkte auf den Wochenmärkten der Region, in den Steffen-Filialen in Kiel, Heikendorf, Lütjenburg und Preetz sowie freitags direkt ab Hof.



Weihnachtliche GRÜSSE AUS DER KÜCHE



Die Feiertage leben von geselligen Abenden und gemütlichem Beisammensitzen. Diese leckeren Drinks runden jedes winterliche Fest ab.



HOT APPLE MARZIPAN

Ein Bratapfel gehört zur kühlen Jahreszeit wie ein Lebkuchen zum Zuckerhaus. Der warme, fruchtige Apfel in Kombination mit Marzipan vertreibt die Kälte aus den Gliedern. Der Hot Apple Marzipan gießt dieses Feeling ins Glas. Mit einem Schuss Vodka ist er der ideale Drink für einen kuscheligen Abend auf der Couch oder gut eingepackt am Lagerfeuer.

Zutaten

- 4 cl Vodka (z. B. 9 Mile Vodka)
- 12 cl warmer naturtrüber Apfelsaft
- 1 cl Mandelsirup
- 0,5 cl Zimtsirup

Garnitur:
Getrocknete Apfelscheibe, Zimtstange und optional einige Mandelblättchen.

Zubereitung

Den Apfelsaft vorsichtig erhitzen, jedoch nicht aufkochen. Mandelsirup und Zimtsirup in ein vorgewärmtes Glas geben und mit dem heißen Apfelsaft verrühren. Anschließend Vodka hinzugeben und nochmals kurz umrühren. Den Vodka nicht zusammen mit dem Apfelsaft aufkochen, damit Aroma und Alkohol erhalten bleiben.

CHRISTMAS PALOMA

Strandfeeling für den Winter, das schafft nur der Christmas Paloma. Der Klassiker mit Twist ergänzt die Zitrus-Noten von Grapefruit und Blutorange mit weihnachtstypischem Zimt-Aroma. Der Tequila bringt mexikanische Sonne ins Glas und wärmt von innen.

Zutaten

- 20 ml Tequila (z. B. Salitos Tequila Silver)
- 150 ml Pink Grapefruit Soda
- 10 ml Blutorangensaft
- Limettensaft
- Zimt & Salz

Zubereitung

Den Glasrand zuerst in Limettensaft tauchen und anschließend in der Zimt-Salz-Mischung drehen. Eiswürfel ins Glas geben. Tequila, Blutorangensaft und einen Spritzer Limettensaft dazugeben. Mit Pink Grapefruit Soda auffüllen und vorsichtig umrühren.





NOEL SPRIZZ

Sprizz ist ein Sommerdrink? Nicht mit dieser festlichen Variante: Der Noel Sprizz präsentiert den Trend im weihnachtlichen Gewand. Mit Prosecco und winterlichen Aromen wie Cranberry, Zimt und Orange entsteht ein prickelnder Genuss für das Festtagsessen.

Zutaten

- 100 ml Prosecco
  (z. B. Scavi & Ray Prosecco Doc Spumante)
- 50 ml Sarti
- 50 ml Cranberry Saft
- 20 ml Zimtsirup

Garnitur:
Getrocknete Orangenscheibe, Thymian, Zimtstange

Zubereitung

Das Glas mit Eiswürfeln füllen. Sarti, Cranberrysaft und Zimtsirup ins Glas geben und anschließend mit Prosecco auffüllen. Vorsichtig umrühren und mit einer getrockneten Orangenscheibe, Thymian und einer Zimtstange garnieren.

Fotos: MBG Group

CATERING & FEIERN IM WILHELMS

Ihre Weihnachtsfeier im Wilhelms

Für kleine Gruppen, besondere Anlässe und genussvolle Momente in stilvoller Atmosphäre.

Genussvoll feiern.



Auch für Geburtstage, Familienfeiern und kleine Empfänge.

Für Gruppen bis max. 20 Personen

Individuelle Angebotserstellung auf Anfrage

Ansprechpartner: Christian Zimelski

E-Mail: zimelski@kaiserwilhelmstift-kiel.de

Sie planen eine Veranstaltung?
Sprechen Sie uns gerne an.

Wilhelms

BISTRO · CAFÉ · CATERING · KIEL

ANZEIGE



EIN PLATZ ZUM GENIESSEN

*Kleine Auszeit, großer Genuss: Im **Wilhelms** in der Körnerstraße wird mit frischen Zutaten gekocht, liebevoll gebacken und in gemütlicher Runde gefeiert.*

Ob ausgiebiges Frühstück, frisch gekochter Mittagstisch oder eine gemütliche Kaffeepause: Das Wilhelms mitten in Kiel ist zu jeder Tageszeit eine gute Adresse. In dem charmanten Bistro mit Café stehen frische, saisonale Zutaten und eine Küche im Mittelpunkt, die Regionalität mit abwechslungsreichen Ideen verbindet.

Wer genussvoll in den Tag starten möchte, kann sich dienstags bis sonntags von 9 bis 11.30 Uhr auf ein vielfältiges Frühstücksangebot freuen. Neben Klassikern wie Rührei und Strammer Max gibt es beispielsweise „Wilhelm's Stulle" mit Sauerteigbrot, Tomaten-Hummus, Guacamole und Spiegelei oder griechischen Joghurt mit Honig und karamellisierten Walnüssen. Wer es lieber herzhaft und reichhaltig mag, entscheidet sich für das große Frühstück mit Wurst, Käse, Brötchen und Croissant. Besonderen Wert legt das Team auf hochwertige Produkte aus der Region. So kommen viele Zutaten von ausgewählten Betrieben aus Schleswig-Holstein, etwa der Landschlachterei Burmeister, Hof Aderhold oder der Meierei Horst.

Zur Mittagszeit wird es ebenfalls abwechslungsreich: Ab 11.30 Uhr stehen täglich wechselnde, frisch zubereitete Gerichte auf der Karte, auch vegetarische Varianten sind dabei. Los geht es bereits ab 8,90 Euro. Und wer nach dem Essen noch etwas Zeit mitbringt, kann den Besuch bei einem Stück hausgemachter Torte oder Kuchen und einer Kaffeespezialität ausklingen lassen.

Mit Blick auf die Adventszeit bietet das Wilhelms zudem den passenden Rahmen für kleine Weihnachtsfeiern. Bis zu 20 Personen können hier in gemütlicher Atmosphäre zusammenkommen und das Jahr bei gutem Essen gemeinsam ausklingen lassen. Auch individuelle Caterings für Firmenveranstaltungen, Meetings und private Feiern gehören zum Angebot.
Mehr Infos unter Tel.: 0431 / 78 02 78 99 und www.wilhelms-kiel.de.

Fotos: Wilhelms

Zum Niederknien: Konditormeisterin und Schokoladen-Sommelière Corinna Fleißer erschafft köstliche Kunst aus Schokolade.



EIN HINTERHOF VOLLER **Schokoladenglanz**

Versteckt im Hinterhof der Saarbrückenstraße 14 in Kiel entfaltet ***2fach Floristik & Patisserie*** *einen besonderen Zauber: Hier wird Schokolade nicht einfach verkauft, sondern wahrlich zelebriert.*

Konditormeisterin und Schokoladen-Sommelière Corinna Fleißer verwandelt feinste Kuvertüren, ausgewählte Kakaos und erlesene Zutaten in Tafelschokoladen, Pralinen und Schokoladenfiguren von sinnlicher Eleganz.

Ihre Tafeln erzählen von Herkunft, Handwerk und feiner Sensorik; ihre Pralinen verführen mit zartem Schmelz, aromatischen Füllungen und liebevollen Details. Dazu kommen Trinkschokoladen mit feinsten Gewürzen und ungewöhnlichen Kombinationen – mal wärmend, mal überraschend, immer von ausgesuchter Raffinesse. Besonders zur Weihnachtszeit wird das kleine Geschäft zur Adresse für stilvolle Präsente: festliche Schokoladenkreationen, edle Geschenkboxen, kunstvolle Figuren und Adventskalender, die jeden Dezembertag veredeln. Ein Ort für Menschen, die Genuss mit Sorgfalt wählen – und das Besondere nicht im Lauten, sondern im liebevoll Gemachten finden.



Geöffnet ist immer mittwochs bis freitags von 11 bis 18 Uhr sowie samstags von 10 bis 14 Uhr. Mehr Infos unter www.2fach.eu.

Fotos: 2fach Floristik & Patisserie

2fach
Floristik & Patisserie



Weihnachtlich.
Köstlich.
Verführerisch.

HANDMADE IN KIEL

PRALINEN & Kandiertes
Dragiertes & Tafelschokoladen
Süßes & BLUMIGES
Pralinenkurse & SCHOKOLADEN SOMMELIÉRE
EINZIGARTIGER GESCHMACK & Handwerk
LEIDENSCHAFT & Präsente
AUGENSCHMAUS & GAUMENFREUDEN
HOT CHOCOLATE
MARZIPANBROTE & Lebkuchen
Handwerk & KURSE
Adventskalender & Weihnachtspralinen
BONSAI & Kokedama
Blumensträuße & WERKZEUGE

2 Meister – 2 Gewerke
2fach | Floristik & Patisserie
Saarbrückenstr. 14 (Hinterhof) | 24114
Kiel Fon: +49 431 530 23 33
www.2fach.eu facebook instagramm



Regionale, frische Küche, einzigartiges Ambiente und ein atemberaubender Blick auf Natur und Ostsee!



Am 1. und 2. Weihnachtsfeiertag sowie an Silvester (bis 23 Uhr) verwöhnen wir Sie mit exklusiven Menüs. Erfahren Sie mehr über unsere Website, per E-Mail oder telefonisch. Reservieren Sie rechtzeitig einen Tisch, um das Fest hier genießen zu können!



Buchen Sie auch unser Arrangement „Winterfreuden". Es beinhaltet eine Übernachtung inkl. Frühstück im Doppelzimmer mit einem Aperitif und einem 3-Gänge-Menü für 2 Personen für 222 €. Buchen Sie jetzt per E-Mail oder telefonisch. Wir freuen uns auf Ihre Reservierung!

Huk's RESTAURANT

Wenn Sie Fragen haben oder gerne einen Tisch oder ein Zimmer reservieren möchten, kontaktieren Sie uns gerne unter Tel.: 04353 / 998000-10 oder per E-Mail an rezeption@panorama-aschberg.de.



Huk's Restaurant
Panorama Hotel Aschberg
Aschberg 3, 24358 Ascheffel
Tel.: 04353 / 998000-10
www.panorama-aschberg.de

ANZEIGE

Natur, Genuss & Entspannung









*Hoch über dem Naturpark Hüttener Berge empfängt das **Panorama Hotel Aschberg** seine Gäste mit einem beeindruckenden Weitblick. Das hauseigene **Huk's Restaurant** lädt dazu ein, die besondere Atmosphäre zu genießen und den Alltag hinter sich zu lassen.*

Auf dem 98 Meter hohen Aschberg gelegen, bietet das Panorama Hotel Aschberg einen herrlichen Blick über die umliegende Landschaft. Besonders in der kühleren Jahreszeit wird der Aufenthalt hier zur kleinen Auszeit: Wenn draußen Nebel über Felder und Wälder zieht oder die Wintersonne die Landschaft in warmes Licht taucht, lädt das Hotel dazu ein, zur Ruhe zu kommen und den Moment zu genießen.

FEIERN UND TAGEN MIT WEITBLICK

Auch im Inneren setzt sich die entspannte Atmosphäre fort: Das stilvolle Ambiente des Huk's Restaurants schafft den passenden Rahmen für genussvolle Stunden. Im Herbst und Winter verwöhnen Küchenchef Michal Huk und sein Team ihre Gäste mit kulinarischen Highlights. Auf der Speisekarte treffen saisonale Ideen auf sorgfältige Zubereitung und ansprechende Präsentation. Ob ein gemütliches Abendessen zu zweit, ein Treffen mit Freund*innen oder eine genussvolle Familienrunde – hier stehen Gastlichkeit und guter Geschmack im Mittelpunkt.

Ob Weihnachtsfeier, Hochzeit, Familienfest oder Firmenevent – das Restaurant und die Veranstaltungsräume des Hotels bieten vielfältige Möglichkeiten. Unterschiedliche Raumgrößen ermöglichen Feiern und Veranstaltungen im passenden Rahmen. Das Team unterstützt bei der Planung und Organisation, stimmt Wünsche ab und sorgt für einen gelungenen Ablauf. Wer nach der Feier bleiben möchte, kann den Aufenthalt in einem der 30 modernen Doppelzimmer gemütlich ausklingen lassen. So wird aus einem schönen Abend auf dem Aschberg eine entspannte Übernachtung mit Weitblick. Infos unter www.panorama-aschberg.de.

Fotos: Panorama Hotel Aschberg



Festliche Zeiten IM FILOU

Gar nicht mehr lang und die festliche Jahreszeit klopft an die Tür – die perfekte Gelegenheit, das Jahr stilvoll ausklingen zu lassen. Und wo ließe sich das besser genießen als im Filou am Schönberger Strand?

Die idyllische Lage direkt an der Promenade und die gemütliche Atmosphäre des Restaurants machen das **Filou** nicht nur zum perfekten Ausflugsziel an der Ostsee, sondern bieten auch den idealen Rahmen für Weihnachtsfeiern und Teamevents. Ganz nach den individuellen Wünschen gestalten Inhaberin Stephanie Franke und ihr Team eine rundum gelungene Veranstaltung. Dabei werden die Gäste nicht nur kulinarisch verwöhnt: Auf Wunsch organisiert das Filou-Team auch passende Künstler*innen.



Weihnachtlich schlemmen zu den Klängen des King of Rock'n'Roll im Restaurant Filou.

Besondere Unterhaltung verspricht auch das ein Event im Dezember: Beim Elvis Christmas Dinner am 4. Dezember um 18 Uhr stimmt Tom Miller mit den schönsten Elvis-Songs zum Vier-Gang-Menü auf die Vorweihnachtszeit ein (65 Euro pro Person). Buchungen werden unter Tel.: 04344 / 41 48 48 und www.filou-ostsee.de entgegengenommen.

ADVENTSFRÜHSTÜCK

An den Adventssonntagen lockt das Filou mit einem vorweihnachtlichen Frühstück. Jeweils von 9.30 bis 12 Uhr können Sie sich durch ein vielfältiges Buffet schmausen und entspannte Stunden genießen. Mehr Infos und alle Events finden Sie unter www.filou-ostsee.de.

Fotos: Filou

Filou
Restaurant am Meer
Herzlich willkommen am Schönberger Strand!



Jeden Adventssonntag, 9:30 bis 12:00 Uhr



Frühstücksbuffet
Herzhaft lecker und himmlisch süß: reichhaltige Auswahl, inklusive 1 Glas Secco, 1 Glas Orangensaft, Kaffee und Tee satt für – 25,50 € p. P.

Freitag, 4. Dezember – 18:00 Uhr



Elvis Christmas Dinner
Zum Vier-Gang-Menü singt Tom Miller die schönsten Elvis-Songs, die in die Vorweihnachtszeit einstimmen – 65 € p. P.

Donnerstag, 31. Dezember – 18:30 Uhr, Einlass ab 18:00 Uhr



Silvester-Party
Tanz-Musik mit DJ Florian – inklusive Fünf-Gang-Menü, ein Glas Sekt und Berliner zum Jahreswechsel, Currywurst und Gute-Laune-Garantie – 95 € p. P.

Samstag, 27. Februar – 20:00 Uhr



Kecke Lesung mit Musik
Der Schimmelreiter – frei nach Theodor Storm – op Platt und Deutsch von und mit Sandra Keck – 25 € p. P.

Promenade 18 • 24217 Schönberger Strand
Telefon 04344 - 414848 • E-Mail: kontakt@filou-ostsee.de





Rosenkohl saison

Der Kreis Dithmarschen ist Europas größtes zusammenhängendes Kohlanbaugebiet. Dort wächst auch knackiger Rosenkohl, den Sie mit unseren Rezepten ab Seite 44 raffiniert zubereiten können.

Foto: Adobe Stock



Kurzer, figurbetonter Blazermantel mit Knopfleiste, camelfarben

KEY PIECES FÜR KÜHLE TAGE

Die kältere Jahreszeit ruft nach warmen Texturen, erdigen Farben und cleverem Layering. Soft gestrickt, fein in Lederoptik oder kuschelig als Teddy-Jacke – die Key Pieces der Saison bringen uns stilvoll durch Herbst und Winter. Die Marke LASCANA etwa zeigt mit Herbst-Highlights aus der aktuellen Kollektion, wie das geht.



















Lederimitatjacke mit Teddyfell in der Farbe „dunkelbraun“

1 Weste, gefüttert mit Teddyfell, in der Farbe „creme-beige“

2 Langarmshirt mit Rollkragen in der Farbe „braun“ mit Leoprint

3 Gefütterte Steppweste in der Farbe „nougat“ von Elbsand über LASCANA

4 Fellimitatjacke aus Teddyplüsch in der Farbe „taupe“

5 Ankle-Jeans in modischem Barrel-Stil von Buffalo über LASCANA

6 Bleistiftrock aus Kunstleder in der Farbe „dunkelbraun“

7 Maxirock mit Plisseefalten in der Farbe „bordeaux“

8 Kurzjacke aus Teddyplüsch mit Stehkragen in der Farbe „taupe“

Fotos: LASCANA, Buffalo über LASCANA, Elbsand über LASCANA



Gut gekleidet durch Herbst und Winter

5 MATERIALIEN, DIE JETZT FUNKTIONIEREN

Im Herbst und Winter kommt es bei Kleidung nicht allein auf den Look an. Entscheidend ist auch, welche Fasern auf der Haut liegen, Wärme speichern und mit wechselnden Bedingungen zurechtkommen. Einige Materialien werden daher besonders getragen:

Merinowolle eignet sich besonders für Kleidungsstücke, die direkt auf der Haut liegen und im Lagenlook die Basis bilden. Das Material fühlt sich weich an, hilft dabei, die Körpertemperatur möglichst konstant zu halten, und nimmt Nässe auf, ohne sich dabei schnell unangenehm anzufühlen. Deshalb funktioniert das Material gut für dünne Oberteile, Strick und winterliche Accessoires.

Kaschmir steht für feinen Strick mit hohem Kuschelfaktor, der zugleich damit punktet, die Körperwärme zu speichern. Das leichte Naturmaterial sorgt für ein wohliges Gefühl, ohne dick aufzutragen. Pullover oder Cardigans aus dem Naturmaterial lassen sich sowohl im Alltag als auch zu festlicheren Anlässen tragen, brauchen allerdings eine schonende Behandlung.

Auch Baumwolle funktioniert im Winter, etwa als kuscheliges Baumwollflanell. Hemden, Schlafwäsche und Bettwäsche erhalten dadurch eine behagliche Note. Für Bewegung an der frischen Luft eignen sich Fleece-Stücke: Das Kunstfasermaterial trocknet schnell, wiegt wenig und lässt sich unkompliziert reinigen.

Bei frostigen Temperaturen sind Jacken mit Daunenfüllung gefragt. Die feinen Federn schaffen viele kleine Luftkammern, die die eigene Wärme am Körper halten.

Foto: Adobe Stock

ANZEIGE



Kuschelmomente

Bei **Glanz und Gloria** in Bordesholm finden Sie jetzt genau die richtigen Inspirationen für die kühlere Jahreszeit. Der zauberhafte Concept-Store von Sabrina John bietet eine vielfältige Auswahl von Fair Fashion über ganz besondere Accessoires und handgefertigte Geschenke, die Freude bereiten. Mit der neuen Kollektion rauschen auch direkt neue Flauschepieces ins Sortiment. Mit dabei: kuschelige Pullover, Strickjacken und Tücher aus feinster Merinowolle sowie eine hochwertige Herrenkollektion aus Biobaumwollcord. Dazu kommen natürlich auch skandinavische Geschenkartikel wie Papiersterne, Lichthäuser sowie kleine Mitbringsel und Glücksbringer. Viele Schätze finden Sie rund um die Uhr auch online unter lieblingsstuecke.shop.de. Weitere Infos telefonisch unter 04322 / 88 87 27.

Bordesholm: 8. November von 12 bis 17 Uhr Verkaufsoffener Sonntag



Glasschmuck von der Manufaktur Gubo

Outfit mit Pieces von Seasalt Cornwall und Heidekönigin

Strickjacken und Mützen aus Merinowolle

Socken mit Motiv aus Bambus

Kerzen und Servietten von IB Laursen

Coole Lederbags von Harbour2nd

Fotos: Glanz & Gloria

ANZEIGE



Clarissa Semprich und Christian Dietes ermöglichen gebrauchtem Schmuck, wieder geliebt zu werden.

EINE STILVOLLE ALTERNATIVE ZUM JUWELIER

SECONDHAND STATT NEU

*Zeitlos und schön – bei **much too much** wartet hochwertiger Secondhand-Schmuck darauf, von Ihnen weitergeliebt zu werden.*

Schmuck, der schon ein Leben hinter sich hat, erzählt Geschichten, ist individuell und einzigartig. Als Fachhändler für gebrauchten Schmuck bietet much too much genau das: eine Vielfalt hochwertiger Einzelstücke aus 2. Hand. Von antikem Charme über zeitlose Klassiker bis hin zu mutigem Design vergangener Jahrzehnte – hier wird jede*r sein Lieblingsstück finden. „Wir bieten Schmuckstücken aus allen Epochen eine neue Chance, wieder geliebt zu werden", erklären die Inhaber Clarissa Semprich und Christian Dietes lächelnd. Damit der Liebe nichts im Wege steht, wird der Schmuck fachgerecht geprüft und zertifiziert. Professionelle Befundberichte, Wertermittlungen und Gutachten für Schmuckstücke, Edelsteine und Diamanten sind hier selbstverständlich. „Qualität und ein ehrlicher Umgang stehen bei uns an erster Stelle." Ob im Laden oder im Online-Shop – bei much too much können Sie sich außerdem auf eine kompetente und leidenschaftliche Beratung freuen und haben die Möglichkeit, den Schmuck auf Anfrage zu besichtigen – damit Sie Ihr perfektes Schmuckstück finden, dessen Geschichte Sie weiterschreiben können. Mehr Infos unter www.much-too-much.de.



Art Déco Ring in 835er Silber mit einer Chrysopras-Platte und einem Chrysoberyll



Wellendorff Ronde/Anhänger in 750er Gelbgold mit einem Brillanten und Emaille

Fotos: much too much

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



Handtasche MIEKE mit
Herz-Schlüsseltasche
und Lederquaste.

EIN KLEINES ACCESSOIRE MIT VIEL PERSÖNLICHKEIT

*Eine gute Tasche muss nicht laut sein. Aber ein bisschen Charakter darf sie schon haben. Genau dafür gibt es bei **KEINE SCHWESTER** den Taschenschmuck. Das sind kleine Lederlieblinge, die aus der Handtasche ganz nebenbei „die Eigene“ machen.*

Nun nähert sich Weihnachten. Und wer noch nach einer kleinen, besonderen Geschenkidee sucht, für sich oder die Liebsten, wird bei KEINE SCHWESTER fündig: Taschenschmuck aus feinem italienischem Leder. Eine Lederquaste in der Lieblingsfarbe? Eine praktische Anhängerschlüsseltasche? Ein kleines Herz für die Tasche oder der Jubiläums-Anhänger? Die kleinen Lederstücke sind unkomplizierte Geschenke für Menschen, die vielleicht schon alles haben und sich über Persönliches freuen. Dabei geht es gar nicht um „noch mehr“. Sondern um etwas, das Bestehendes schöner und individueller macht. Die Lieblingstasche bekommt einen neuen Akzent, darf mit frischen Farben kombiniert werden und bleibt genau das, was sie sein soll: ein langlebiger Begleiter.

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

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



Kurze Lederquaste, genarbt, in friesenblau

Schlüssel-LOTTA in nougat





Jubiläumsanhänger in beere



Umhängetasche ANNA in dunkelbraun mit der Schlüssel-KARLA samt Goldakzenten

Fotos: KEINE SCHWESTER



WÄRMEND & MODISCH:
Lange Steppmäntel in sanften Naturtönen verbinden Wärme mit sportlicher Eleganz.



VIELSEITIG KOMBINIERBAR:
Strickjacken sind unkomplizierte Begleiter und lassen sich immer wieder neu kombinieren.

DIE SCHÖNE SEITE DES WINTERS

*Kuschelige Strickmode, wärmende Mäntel und stilvolle Kombinationen: Die aktuellen Winterkollektionen bei **NORTEX** laden zum Entdecken und Wohlfühlen ein.*

ZEITLOSE ELEGANZ:
Hochwertige Wollmäntel in unterschiedlichen Schnitten und edlen Naturfarben begleiten stilvoll durch die kalte Jahreszeit.

Der Winter hat seine ganz eigene schöne Seite: frische Luft bei einem Spaziergang am Meer, gemütliche Stunden im Warmen und Mode, in die man sich am liebsten einkuscheln möchte. Weiche Strickpullover, stilvolle Wollmäntel und wärmende Jacken machen Lust auf die kalte Jahreszeit. Dazu gesellen sich natürliche Farben, hochwertige Materialien und vielseitige Kombinationen, die Gemütlichkeit und Eleganz wunderbar miteinander verbinden.

LIEBLINGSSTÜCKE FÜR KALTE TAGE

Von eleganten Wollmänteln aus Schurwolle oder Kaschmir bis hin zu sportlichen Steppjacken und wärmenden Parkas: Die Wintermode zeigt sich besonders vielseitig. Unterschiedliche Mantellängen und Schnitte – von klassisch tailliert bis lässig weit – bieten für jeden Stil den passenden Begleiter. Marken wie Camel Active, JOOP, Gil Bret und Wellensteyn stehen für eine abwechslungsreiche Jacken- und Mantelauswahl. Farblich bestimmen sanftes Beige, warmes Camel, Schokoladenbraun und tiefes Marineblau das Bild. Kuschelige Strickpullover, Cardigans und Troyer aus weichen Wollqualitäten, etwa von MAREZ, Fynch Hatton und Grote, ergänzen die Auswahl. Zusammen mit gepflegten Stoffhosen, lässigen Jeans oder weichen Cordhosen entstehen vielseitige Winterensembles, die Wärme und Stil miteinander verbinden. Wer es etwas eleganter mag, setzt auf stilvolle Kombinationen mit Blazern oder klassischen Anzügen. Feine Stoffqualitäten, dezente Strukturen und harmonisch abgestimmte Farben wie Sand, Taupe oder Bordeaux verleihen der Mode eine zeitlose Eleganz. Ob Ton in Ton oder mit raffinierten Kontrasten – so entstehen Kombinationen mit besonderer Ausstrahlung.

MODE ENTDECKEN UND WOHLFÜHLEN

Mit rund 240 Marken auf 10.000 Quadratmetern bietet das NORTEX Mode-Center in Neumünster viel Raum für neue Inspirationen. Eine besondere Vielfalt an Größen, Längen und Passformen sowie persönliche Beratung helfen dabei, die passenden Lieblingsstücke zu finden. Und wer sich zwischendurch eine kleine Auszeit gönnen möchte, kann den Einkaufsbummel bei einer gemütlichen Pause im Bistro ausklingen lassen. Für eine besonders stimmungsvolle Atmosphäre sorgt am Freitag, 6. November, das NORTEX Lichterfest mit besonderen Aktionen und entspanntem Einkaufsvergnügen bis 21 Uhr.

NORTEX Mode-Center GmbH & Co. KG
Grüner Weg 9-11, Neumünster
Tel.: 04321 / 870 00
Mail: info@nortex.de, www.nortex.de

Mehr Infos finden Sie hier



SCHÖN EINGEPACKT:
Elegante Wollmäntel, kuschelige Schals und winterliche Accessoires ergänzen sich zu einem harmonischen Gesamtbild.

ELEGANT & UNKOMPLIZIERT:
Der marineblaue Herrenmantel überzeugt mit Tragekomfort und einer gepflegten, unaufdringlichen Optik.



SPORTIV & FUNKTIONAL:
Wetterfeste Jacken mit durchdachten Details sind vielseitige Begleiter für Alltag und Freizeit.



STILVOLL ABGESTIMMT:
Anzüge überzeugen mit edlen Stoffqualitäten, dezenten Mustern und einer eleganten Farbgebung.



Fotos: NORTEX

WARUM DER FRÜHE ZAHNARZT-BESUCH ZÄHLT



„Mund auf, ahhh!“ – Das tägliche Zähneputzen mit Kleinkindern erfordert im Familienalltag oft viel Geduld. Doch der Aufwand lohnt sich – und ist so wichtig.

In Schleswig-Holstein gibt es beim Thema Zahnvorsorge leider noch deutlich Luft nach oben. Laut BARMER-Zahnreport suchten im Jahr 2024 nur 42 Prozent der Kinder bis vier Jahre einen Zahnarzt zur Vorsorge auf.

RICHTIGES KAUEN UND SPRECHEN

Dabei sind die Milchzähne mehr als bloße Platzhalter bis zum Schulalter. Sie sind entscheidend für die gesunde Entwicklung des Kiefers, für das richtige Kauen und das Sprechenlernen. Wer hier früh den Grundstein legt, profitiert ein Leben lang. Ein weiterer großer Vorteil der regelmäßigen Praxisbesuche: Die Kleinen lernen den Zahnarztstuhl und das Team ganz entspannt kennen, lange bevor überhaupt erst ein Loch oder Schmerzen entstehen.

GUT ZU WISSEN FÜR ELTERN

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten für die Früherkennungsuntersuchungen schon ab dem sechsten Lebensmonat. Bis zum sechsten Geburtstag stehen regelmäßige Vorsorgetermine an, bei denen es auch wertvolle Tipps zur richtigen Putztechnik und Fluoridierung gibt. Ab dem sechsten Lebensjahr ist dann ein Check-up pro Kalenderhalbjahr vorgesehen.

ZWEIMAL TÄGLICH ZÄHNE PUTZEN

Neben den Kontrollen in der Praxis bleibt die tägliche Routine zu Hause das A und O: Zweimal täglich putzen mit fluoridhaltiger Zahnpasta und möglichst zuckerarme Snacks und Getränke halten Karies in Schach. Machen Sie am besten gleich den nächsten Vorsorgetermin für Ihren Nachwuchs aus!

Foto: Adobe Stock



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.

DER MENSCH IM MITTELPUNKT

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. 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®

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

Fotos: Adobe Stock

Idee zu Weihnachten



Kowsky SANITÄTSHAUS

kowsky_sanitaetshaus
facebook.com/Sanitaetshauskowsky
www.kowsky.com
Tel.: 04321 9945-0

*Nur solange der Vorrat reicht | Angebot gültig vom 01.12. bis 31.12.2026



ANZEIGE


Spürbare Effekte im Alltag oder beim Sport – kein Muskelkater oder schwere Beine.
Foto: by Kowsky

MEHR BEINFREIHEIT MIT SANIDA COMFORT

Mit SANIDA comfort bietet das Sanitätshaus Kowsky Kompressionsstrümpfe für mehr Beinfreiheit im Alltag. Kompressionsbekleidung wird in vielen Situationen eingesetzt: bei Ödemen und Dermatose ebenso wie bei chronischen Venenerkrankungen oder sogar bei Übelkeit und Schwindel in der Schwangerschaft. Aber SANIDA comfort erzielt auch im aktiven Alltag und beim Sport spürbare Effekte – Muskelkater und schwere Beine gehören mit der Kompressionsbekleidung der Vergangenheit an. Sie sind geruchshemmend und atmungsaktiv mit Clima Fresh & Clima Comfort ausgestattet. Perfect Fit sorgt für eine hohe Passgenauigkeit und einen medizinisch wirksamen Druckverlauf – und letztlich sorgt Lanolin für Pflege und Schutz für die Haut. Die Kompressionsstrümpfe wurden von Experten entwickelt und sind ausschließlich bei Kowsky erhältlich, u.a. in den Filialen Teichtor 19 in Heikendorf und im Königsweg 29 in Kiel. Mehr unter www.kowsky.com.

ANZEIGE



Foto: Zahnwerft Strande

PRÄVENTION UND ÄSTHETIK IM FOKUS

Wer Angstpatient*in ist und nur ungern zum Zahnarzt bzw. zur Zahnärztin geht, wird die **Zahnwerft von Dr. med. dent. Manuela Jansen** schätzen. „Bei uns geht es anders zu. Wir wollen weg vom typischen Zahnarzt-Image und eine Wohlfühloase für die Patient*innen schaffen. Das strahlen auch unsere Räumlichkeiten aus“, erläutert Dr. Jansen die heimelige Atmosphäre ihrer Praxis in Strande. Hier liegt der Fokus auf Prävention und Ästhetik. „Bei uns sollen sich die Patient*innen fühlen wie im Spa-Bereich“, verdeutlicht sie den Unterschied. In der Zahnwerft werden schwerpunktmäßig auch Kiefergelenkserkrankungen/CMD und Angstpatient*innen behandelt. „Wir sind ein junges, motiviertes Team – und eine Bestellpraxis mit wenig Wartezeiten. Die Termine können telefonisch, vor Ort oder online gebucht werden.“

ALTES HEILWISSEN NEU ENTDECKEN

Die Kraft der Natur
für Ihre Gesundheit

BEWÄHRTE HAUSMITTEL. NEUES WISSEN.
MEHR WOHLBEFINDEN – TAG FÜR TAG.



- **163 Pflanzen von A-Z**
- **Einfache Rezepte natürlich wirksam**
- **Starke Abwehrkräfte im Herbst und Winter**
- **Mehr Zufriedenheit für jeden Tag**

Jetzt **Neu** im Handel!

amazon

Print oder digital – jetzt bestellen unter: www.naturapotheke-magazin.de/regio

falkemedia

Mit KI und Mensch.



Ohren-Check
IST IN JEDEM ALTER WICHTIG

Unser Gehör gehört zu unseren wichtigsten Sinnesorganen, wird im Alltag jedoch häufig vernachlässigt.

Ein schleichender Hörverlust entwickelt sich meist so langsam, dass Betroffene ihn jahrelang gar nicht bemerken – das Gehirn ist in der Lage, die fehlenden Töne lange Zeit lang unbewusst auszugleichen. Ein professioneller Ohrencheck beim HNO-Arzt oder Hörakustiker schafft hier rechtzeitig Klarheit, wie es um das Hören bestellt ist. Der Check beugt nicht nur der Verschlechterung des Gehörs vor, sondern verhindert auch das „Verlernen" bestimmter Frequenzen. Zudem lassen sich festsitzende Pfropfe aus Ohrenschmalz schmerzfrei entfernen und schmerzhafte Entzündungen frühzeitig verhindern. Wer meint, dass das nur Senior*innen betrifft, liegt falsch. Ein Ohren-Check ist in jedem Alter wichtig.

TINNITUS UND OHRDRUCK ABKLÄREN

Auch Begleiterscheinungen wie Tinnitus oder Ohrdruck können gezielt abgeklärt werden. Wer sein Gehör regelmäßig überprüfen lässt, schützt sich langfristig vor sozialem Rückzug, mentaler Überlastung und kognitivem Abbau im Alter. Ab 50 Jahren gehört der Check einmal jährlich ins Vorsorgeprogramm.

Foto: Adobe Stock

ANZEIGE

Präzision erleben, Medizin verstehen

Moderne Medizintechnik eröffnet neue Möglichkeiten in der Chirurgie. Das FEK in Neumünster bietet robotische Chirurgie an und lädt zum Blick hinter die Kulissen ein. Stellen Sie Ihre Fragen an den Tagen der offenen Tür.



Foto: Friedrich-Ebert-Krankenhaus, Neumünster

Am **Friedrich-Ebert-Krankenhaus (FEK) in Neumünster** unterstützen zwei robotergestützte Systeme die medizinischen Teams bei ausgewählten Eingriffen: das Da-Vinci-System für minimalinvasive Operationen und das MAKO-System für den präzise geplanten Einsatz künstlicher Knie- und Hüftgelenke.

DIE VERANTWORTUNG LIEGT BEIM MENSCHEN

Beim Da-Vinci-System steuern Operateurinnen und Operateure die Instrumente über eine Konsole. Die dreidimensionale, vergrößerte Sicht auf das Operationsgebiet und die hohe Beweglichkeit der Instrumente ermöglichen präzises Arbeiten auch an schwer zugänglichen Stellen. Das MAKO-System unterstützt die Fachleute beim Gelenkersatz durch eine individuelle Planung und eine kontrollierte Umsetzung während der Operation. In beiden Fällen gilt: Der Roboter operiert nicht selbst. Die medizinische Verantwortung und die Steuerung liegen bei den erfahrenen Operateurinnen und Operateuren.

TAGE DER OFFENEN TÜR IM NOVEMBER

Doch wie funktioniert diese Technik eigentlich genau? Welche Möglichkeiten bietet sie, und wie fühlt es sich an, einen Operationsroboter selbst zu steuern? Antworten darauf gibt das FEK bei seinen Tagen der offenen Tür unter dem Motto „Operation Zukunft: Robotische Chirurgie zum Anfassen. Ausprobieren. Erleben. Staunen“ am 13. und 14. November 2026.

EINBLICKE IN DIE ARBEIT DES MEDIZINISCHEN TEAMS

Besucherinnen und Besucher können die Systeme aus nächster Nähe kennenlernen, die Technik selbst ausprobieren und mit den behandelnden Chef- und Fachärztinnen und Fachärzten ins Gespräch kommen. Expertinnen und Experten aus der Chirurgie, Gynäkologie, Urologie und Unfallchirurgie geben Einblicke in ihre Arbeit und erklären, welche Rolle die Robotik in ihren jeweiligen Fachgebieten spielt.

STELLEN SIE IHRE FRAGEN!

Damit öffnet das FEK einen Bereich, der Patientinnen und Patienten sonst in der Regel verborgen bleibt: den Blick auf technische Abläufe und Instrumente, die im Operationssaal zum Einsatz kommen. Ob aus medizinischem Interesse, aus Neugier auf innovative Technik oder mit Blick auf eine möglicherweise bevorstehende Operation – die Veranstaltung bietet Gelegenheit, Fragen zu stellen, Unsicherheiten abzubauen und moderne Chirurgie unmittelbar zu erleben.

DER MENSCH STEHT IMMER IM MITTELPUNKT

Denn so faszinierend die Technik ist: Im Mittelpunkt steht immer der Mensch. Die Robotik erweitert die Möglichkeiten der Medizin. Entscheidend bleibt die Erfahrung der behandelnden Teams und die individuelle Versorgung der Patientinnen und Patienten.





Kommen wir alle aus dem Licht und gehen dahin auch wieder zurück? Seit Jahrtausenden beschäftigt sich die Menschheit mit dieser Frage.

GIBT ES EIN *Licht*, AUS DEM WIR KOMMEN?

Was passiert nach dem Tod? Könnten neueste Forschungen zu Nahtoderfahrungen unser Weltbild revolutionieren? Prof. Dr. Enno Edzard Popkes ist Theologe und Mitbegründer sowie Vorsitzender der Kieler Akademie für Thanatologie, der Wissenschaft vom Tod. Er forscht u. a. zu Sterbebettvisionen, Nahtoderfahrungen, Nachtodkontakten und zum Thema Medialität.

VON MARION LASS

Der November mit seinen Feiertagen wie Totensonntag und Volkstrauertag konfrontiert uns unweigerlich auch mit unserer eigenen Endlichkeit. Spätestens beim Gang über den Friedhof keimt die Frage auf, was nach dem Tod passiert. Geht es in den Himmel, in die Hölle oder passieren in Wahrheit noch ganz andere Dinge? Redakteurin Marion Laß hat zu diesem Thema mit einem Mann gesprochen, der sich nicht nur mit der Bibel und alten Schriften, sondern ganz konkret auch mit dem Übergang vom Leben zum Tod beschäftigt: Prof. Dr. Enno Edzard Popkes. Er ist Theologe mit einer vollen Professur an der Kieler Uni und Vorsitzender der Kieler Akademie für Thanatologie – der Wissenschaft vom Tod.

WAS GESCHIEHT NACH DEM TOD?

Was geschieht, wenn unser irdisches Leben endet? Gibt es ein Bewusstsein jenseits des Körpers? Was ist mit unserer Hoffnung, dass es nach dem Tod weitergeht? Eine Antwort auf diese Fragen suchen die meisten Menschen im Glauben. Professor Popkes nähert sich diesen Mysterien auch auf wissenschaftlicher Ebene. Als Experte für Geschichte und Archäologie des frühen Christentums und seiner Umwelt verknüpft er moderne Nahtod-Forschung mit jahrtausendealten Schriften der Antike. Seine Theorien könnten das materialistisch geprägte Weltbild auf den Kopf stellen.

SPURENSUCHE IN VERGESSENEN SCHRIFTEN

Auf den ersten Blick scheint die Archäologie des frühen Christentums wenig mit den Berichten von Menschen zu tun zu haben, die im Hier und Heute klinisch tot waren, „von drüben“ zurückkehrten und von grenzenloser Liebe berichteten. Dennoch schlägt Prof. Popkes eine Brücke über zwei Jahrtausende, denn bereits vor Christus gab es philosophische Schulen, allen voran die Akademie Platons, für die das Phänomen der Nahtoderfahrung eine fundamentale Rolle spielte. Und auch im frühen Christentum selbst existierten Zeugnisse über die Reise der Seele. Viele dieser Schriften wurden jedoch im Zuge der Dogmenbildung und der Festlegung des biblischen Kanons bekämpft oder sogar verboten. Sie passten schlichtweg nicht in das Bild eines göttlichen Gerichts, das über ewigen Himmel oder ewige Hölle entscheidet. Erst durch archäologische Funde im vergangenen Jahrhundert wurden diese Texte der Menschheit wieder zugänglich gemacht. Eines davon ist das Thomas Evangelium. 1945 im Rahmen der Nag-Hammadi-Kodizes entdeckt, wurde es inzwischen aufgearbeitet. Ziel von Prof. Popkes ist es, diese wiedergefundenen Schätze behutsam in die Geschichte einzuordnen und neu zu beleuchten. „Das verlangt Offenheit“, weiß er.

DAS THOMAS EVANGELIUM

Das Thomas Evangelium ist ein zentrales Puzzleteil seiner Arbeit. Ein Werk, das seiner Meinung nach im regulären Theologiestudium viel mehr Beachtung finden sollte, denn „hierin

verbirgt sich eine verblüffende Analogie zu modernen Nahtoderfahrungen. Besonders deutlich wird dies im sogenannten Logion 50 dieses Evangeliums. Dort instruiert Jesus seine Jünger für den Fall, dass sie nach ihrer Herkunft gefragt werden. Sie sollen antworten, dass sie aus dem Licht stammen, das aus sich selbst heraus entstanden ist.“ Zusammen mit weiteren Logien ergibt sich laut Prof. Popkes ein tröstliches Gesamtbild: Die Menschen stammen demnach aus dem göttlichen Licht und kehren am Ende ihres Weges genau dorthin zurück.
Was für ein tröstlicher Gedanke.
Für den Kieler Forscher sind Nahtod-Erfahrungen lebendige Erinnerungen. „Wir erinnern uns daran, woher wir kommen und wohin wir gehen. Und ja, es geht dabei um die Vorstellung einer Präexistenz der Seele, die im Platonismus und im frühen Christentum weit verbreitet war, bevor die Kirche sie auf die Person Jesu beschränkte und für alle anderen Menschen strich“, so Prof. Popkes.

EIN NEUES WELTBILD?

Er ist sicher: Wenn diese uralten Vorstellungen vom Leben nach dem Tod der Wahrheit entsprechen, fordert dies einen Paradigmenwechsel in unserer heutigen Wissenschaft. Der Materialismus, der das menschliche Bewusstsein lediglich als elektrochemisches Nebenprodukt des Gehirns betrachtet, stößt spätestens hier an seine Grenzen. Prof. Popkes plädiert dafür, die Dogmen des reduktiven Materialismus wissenschaftlich zu hinterfragen. Das Zulassen von Dimensionen, die mit dem Tod des Körpers nicht sterben, könnte interessante Bewegungen auslösen: Erstens ein wissenschaftliches Umdenken in Bezug auf die klassische Körper-Seele-Theorie. Zweitens eine theologische Reformation, die eine scheinbar ursprüngliche, aber bislang unterdrückte Botschaft Jesu wiederbelebt. Und drittens eine Renaissance der platonischen Weltanschauung, die die Seele als etwas Göttliches sieht, das nicht dauerhaft an den Körper gebunden ist und eventuell sogar mehrfach in einen Körper inkarniert.

HOFFNUNG AUF ALLVERSÖHNUNG

„Viele Menschen, die eine Nahtoderfahrung durchlebt haben, berichten von einer bedingungslosen Liebe und Akzeptanz im Licht, die sie kaum in Worte fassen können“, sagt Prof. Popkes und erinnert an die frühchristliche Hoffnung auf eine Allversöhnung – eine Vorstellung, dass am Ende der Zeit alle Geschöpfe in der Liebe Gottes aufgehoben sein werden. Diese Lehre, prominent vertreten durch den antiken Denker Origenes, wurde in den Jahren 543/553 n. Chr. offiziell verboten. Doch der Kieler Professor stellt dazu eine entscheidende Frage: „Kann eine Religion, deren Begründer die Feindesliebe und die Vergebung predigte, ernsthaft eine andere Theorie vertreten haben als die der Allversöhnung?“ Für ihn ist diese versöhnende Liebe die tiefgehende Botschaft des christlichen Glaubens.

EIN NEUER WEG

Um die Brücke von seinen Forschungen in den Alltag zu schlagen, engagiert sich Prof. Popkes in der Kieler Akademie für Thanatologie. Diese Einrichtung würde er gerne als An-Institut der Universität Kiel etabliert sehen, um die Thanatologie fest im akademischen Raum zu verankern. Dabei geht es ihm vor allem um die Praxis: „In Kooperation mit Hospizen und medizinischen Einrichtungen wünsche ich mir fundierte Aus- und Weiterbildungen für Seelsorger, Ärzte, Pflegekräfte und Lehrer. Menschen, die Nahtoderfahrungen oder Sterbevisionen erlebt haben, brauchen qualifizierte Begleitung, um das Erlebte ohne Scham verarbeiten und in ihr Leben integrieren zu können“, sagt er. Denn oft sei die Rückkehr ins irdische Leben für die Betroffenen nach dem Erblicken und Erfühlen der bedingungslosen Liebe schwierig und schmerzhaft. „Kaum einer der Betroffenen geht gerne zurück in sein irdisches Leben, weil die Erfahrung so schön war“, hat der Wissenschaftler in vielen Gesprächen erfahren.

WARUM DAS GANZE?

Am Ende stellt sich die Frage nach dem „Warum – warum leben wir?“. Prof. Popkes ist überzeugt, das sich der Sinn des Lebens auf ein einziges, kraftvolles Wort reduzieren lässt: Liebe. Das Leben im Hier und Jetzt, in all seiner Mühe und Hingabe, könnte eine Art Schule sein, in der wir Liebe lernen und praktizieren sollen. Eine Theorie, über die nachzudenken sich lohnt, denn sie gibt Trost und Hoffnung und schafft ein völlig neues Gefühl für die Welt.

EIN NEUES BUCH

Aktuell arbeitet Prof. Dr. Enno Edzard Popkes an einem Buch zum Thema „Nahtoderfahrung, Jesus und das frühe Christentum: Auf dem Weg zum 2000-jährigen Jubiläum der Wirksamkeit Jesu“, das im Frühjahr 2027 erscheinen wird – in deutsch und in englisch.

„Für mich sind Nahtoderfahrungen im tiefsten Sinne eine Form der lebendigen Erinnerung. Wir erinnern uns daran, woher wir kommen und wohin wir gehen.“
Prof. Dr. Enno Popkes



PROF. DR. ENNO EDZARD POPKES

... absolvierte ein Studium der Evangelischen Theologie und Philosophie in Hamburg und Tübingen. Danach folgten Promotion an der Ludwig-Maximilians-Universität München (2004), Habilitation an der Friedrich-Schiller-Universität Jena (2007), Heisenbergstipendiat der Deutschen Forschungsgemeinschaft (2007-2010). Seit 2010 ist er Professor für Geschichte und Archäologie des frühen Christentums und seiner Umwelt an der Theologischen Fakultät der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel und Mitbegründer und Vorsitzender der „Kieler Akademie für Thanatologie e.V.“ (www.kiath.de). Er ist ehrenamtlich tätig in verschiedenen Gremien der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Norddeutschland (Nordkirche), u.a. Landessynode und Theologische Kammer.

Fotos: Adobe Stock / Prof. Dr. Theol. Enno Edzard Popkes

ANZEIGE

Persönlich, nah und vertrauensvoll

*Durch zahlreiche Empfehlungen ist **Novis Bestattungen** inzwischen nicht nur in Kiel, sondern auch im gesamten Kieler Umland für Sie da.*

Seit über 25 Jahren steht Michael Hofmann mit Novis Bestattungen den Menschen in Kiel als erfahrener und einfühlsamer Bestatter zur Seite. Novis ist in Kiel bereits tief verwurzelt und das engagierte Team ist immer persönlich für Sie da – ob im Beratungsbüro in der Kirchhofallee 40 oder direkt bei Ihnen zu Hause. Um den zunehmenden Anfragen und Empfehlungen aus dem Kieler Umland gerecht zu werden, wurde das Familienunternehmen um die Hofmann Bestattungen GmbH unter der Leitung von Patrick Hofmann erweitert. Während Novis Bestattungen weiterhin Ansprechpartner in Kiel bleibt, spezialisiert sich Hofmann Bestattungen auf das Kieler Umland, insbesondere auf Rendsburg, Eckernförde und Neumünster. Im Raum Neumünster führt Hofmann Bestattungen zudem die vertrauensvolle Arbeit von Andreas Kliche Bestattungen fort. Auch ohne festes Büro vor Ort ist das Team mobil für Sie da: Die Berater*innen besuchen Sie selbstverständlich kostenfrei in Ihrer vertrauten Umgebung zu Hause. Mehr Informationen gibt es unter Tel.: 0431 / 6612777 und www.bestatter-kiel.de.

Für Sie in Kiel:

NOVIS®
Novis Bestattungen

Telefon **(0431) 66 12 777**

www.novis-kiel.de

Beratung in Kiel:
Kirchhofallee 40, 24114 Kiel

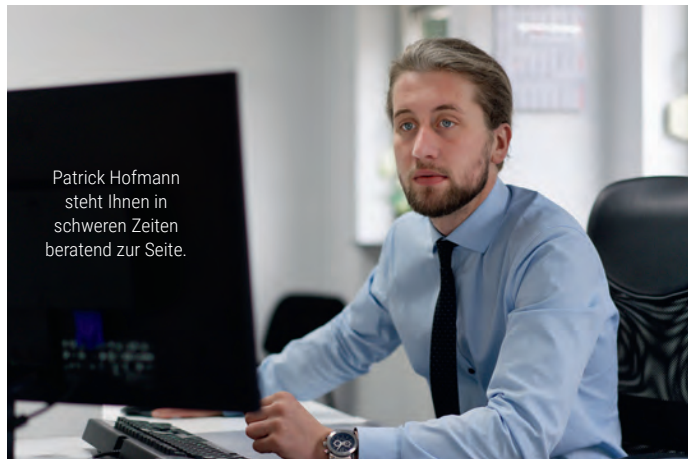
Im Kieler Umland und Neumünster:

Hofmann
Bestattungen GmbH hb

Telefon Kiel **(0431) 66 12 909**
Neumünster **(04321) 95 22 770**

www.bestatter-kiel.de

Im Umland und Neumünster
kostenlose Hausberatung



Patrick Hofmann steht Ihnen in schweren Zeiten beratend zur Seite.

Foto: Hofmann Bestattungen

BUCHTIPPS

IM HIMMEL GEBORGEN



Cover: Windpferd Verlag

Basierend auf einer wahren Begebenheit, erzählen Mirko Albert und Bernhard Jakoby mit „Im Himmel geborgen – Was meine Tochter uns aus dem Jenseits erzählt: Umgang mit Trauer in der Familie" eine berührende Geschichte von Abschied, Trauer und Hoffnung.
Von heute auf morgen stirbt die zehnjährige Nessi völlig überraschend. Ihr Vater, selbst Sterbebegleiter und schon als Kind in unmittelbarem Kontakt mit dem Tod durch seine eigene Nahtod-Erfahrung, verleiht seiner Tochter eine Stimme. Indem er ihre Perspektive einnimmt, erschafft er eine Geschichte, die ihm und seiner Familie im Trauerprozess hilft und eine Verbindung zu seiner Tochter herstellt. Über ihn lässt Nessie ihre Liebsten aus dem Himmel heraus wissen, dass sie noch da ist. Nessis Worte werden durch den Sterbeforscher Bernhard Jakoby eingeordnet.
Mit Erfahrungsberichten schafft er eine zusätzliche Tiefe. Das Buch richtet sich an alle Familien, die ein Kind verloren haben oder sich die Frage der irdischen Endlichkeit stellen. Die Einnahmen der Autoren werden gespendet.

Mirko Albert und Bernhard Jakoby, Im Himmel geborgen, Windpferd Verlag, 320 S., ca. 20 Euro,

STERBEN



Cover: Hanser Berlin

Marica Bodrožić schreibt über das Wunder der menschlichen Existenz und zeigt, wie Endlichkeit und Neubeginn eine Ethik der Zärtlichkeit freisetzen. Ein Klinikgarten, ein Liegestuhl vor dem Hospiz – und die Erkenntnis: Die Autorität des Todes ist die Autorität des Lebens. Als die Autorin eine Diagnose bekommt, die ihren baldigen Tod bedeuten könnte, betritt sie einen „Zwischenraum", jene Zone, in der die Zeit zwei Takte hat, den des Körpers und den des Bewusstseins. Aus dieser Grenzerfahrung heraus beschreibt sie, wie Sterblichkeit die Wahrnehmung schärft und Freiheit ermöglicht. Sie vollzieht die Denkbewegungen großer Philosophen und Schriftstellerinnen nach und fragt, was von uns bleibt, wenn alles Überflüssige abfällt. Ein literarisch-philosophischer Essay über Sterblichkeit als Schule des Sehens – und darüber, wie uns das Leben, das uns bleibt, wahrhaftiger werden lässt.

Marica Bodrožić, Sterben, Hanser Berlin, 160 Seiten, 22 Euro

Das Trauerlicht

In Momenten der Trauer zünden wir eine Kerze an. Es ist ein altes Ritual.



Foto: Adobe Stock

Wenn ein geliebter Mensch stirbt, gerät die Welt für die Hinterbliebenen aus den Fugen. In Momenten, für die es keine Worte gibt, um den Schmerz zu fassen, greifen Menschen seit jeher nach Handlungen, die Halt geben. Eine der am tiefsten verwurzelten Traditionen weltweit ist das Entzünden einer Kerze für die Verstorbenen. Doch warum spendet uns dieses kleine Licht in dunklen Momenten des Abschieds so viel Trost?

DAS LICHT DER WELT

Die Tradition des Trauerlichts reicht weit in vorchristliche Zeiten zurück. In der Antike und bei heidnischen Völkern entzündeten Menschen Feuer an Gräbern, um den Seelen der Verstorbenen den Weg ins Reich der Schatten zu weisen. Gleichzeitig sollte das Licht böse Mächte fernhalten. Im Christentum wandelte sich die Symbolik: Die Kerze wurde zum Zeichen für Jesus Christus als „Licht der Welt“ und zum Sinnbild für Hoffnung auf Auferstehung und ewiges Leben. Auch in vielen anderen Weltreligionen, wie dem Judentum mit der Jahrzeit-Kerze, gehört das Gedenklicht zur Abschiedskultur.

DIE LEBENDIGKEIT DER SEELE

Im Anzünden der Kerze liegt eine tiefe Symbolik. Die flackernde Flamme verkörpert die Lebendigkeit der Seele des Menschen. Für Trauernde ist dies eine aktive Tat in einer Phase der Ohnmacht. Sie erschafft einen Raum der Stille und des Innehaltens. Die Flamme setzt der Kälte des Verlusts etwas Tröstliches entgegen und sendet eine stumme, aber liebevolle Botschaft an den Verstorbenen: Du bist nicht vergessen, du bleibst für immer in unseren Herzen.



DIE KÜCHE ALS NEUER WOHNRAUM



Die Küche ist das pulsierende Herzstück des Hauses. Sie ist Treffpunkt, Arbeitsplatz, Spielwiese und Rückzugsort zugleich. Die dänische Lifestyle-Marke Kvik hat mit der Geselligen Küche® ein neues Konzept entwickelt.

Die MANO Hero Küchenserie von Kvik. Sie zeichnet sich durch griffloses Design mit integrierten Griffmulden aus.

Die Küche hat sich gewandelt: Vom reinen Arbeitsraum ist sie zum zentralen Treffpunkt des Hauses avanciert. Hier wird nicht nur gekocht, sondern gearbeitet, geredet und gelebt. Das dänische Unternehmen Kvik greift diese Entwicklung mit dem Konzept der „Geselligen Küche®“ auf.

GESTALTUNG, DIE PASST

„Es geht um eine Gestaltung, die zum Leben der Menschen passt“, erklärt Claus Johnsen, Category Management Director bei Kvik. Statt starrer Standardlösungen rücken die alltäglichen Gewohnheiten in den Vordergrund – ob morgendlicher Kaffee am Tresen, das gemeinsame Gemüseschnippeln mit Freunden, Hausaufgaben am Küchentisch oder der entspannte Feierabendwein – die moderne Küche von heute vereint unzählige Momente von Gemeinsamkeiten und des Zusammenlebens.

OFFENHEIT STATT ISOLATION

Im Zentrum des Designs stehen klare Linien und funktionale Elemente, die die Küche optisch in den Wohnbereich integrieren. Großzügige Kochinseln und integrierte Sitzgelegenheiten sorgen dafür, dass die kochende Person nicht isoliert am Herd steht, sondern Teil des Geschehens bleibt. Ein Beispiel für diese Herangehensweise ist das Modell „Align“ der Designerin Rikke Frost, das gezielt auf eine flexible Raumnutzung ausgerichtet ist.

ANPASSBAR AN JEDE LEBENSPHASE

Ein wesentlicher Aspekt des Konzepts ist die

Fotos: Kvik A/S



Die Designserie MANO wurde modernisiert. Die Updates verbinden die dänische Ästhetik des grifflosen Designs mit zeitgemäßer Funktionalität.





Anpassungsfähigkeit. Die Einrichtung soll für einen Single-Haushalt ebenso funktionieren wie für eine Familie oder ein Mehrgenerationenhaus. Durchdachter Stauraum schafft Ordnung, während fließende Übergänge die Kommunikation fördern.



Trendy: der Shell Chair light oak von Kvik aus der Serie Living-Produkte.



Beim Design Celleno von Kvik ist alles farblich aufeinander abgestimmt.



Der Lounge Sessel Horizon mit Polster von Kvik aus der Serie Living-Produkte.



Kvik Celleno in Arizona Beige ist eine neu interpretierte Shaker-Küche im dänischen Design mit neutraler Beigepalette.

Durch langlebige Materialien und ein zeitloses Design soll die Küche auch bei veränderten Lebensumständen das bleiben, was sie heute oft ist: der natürliche Mittelpunkt des Alltags.

Das Küchendesign ALIGN clay ist entstanden in Zusammenarbeit mit der dänischen Designerin Rikke Frost. Es wurde mit dem BEST OF DESIGN AWARD 2026 von SCHÖNER WOHNEN ausgezeichnet.



LEBENSFREUDE
RUND UM DEN ESSTISCH

Die Tage werden wieder kürzer, das Leben verlagert sich nach drinnen. Wo kommt man jetzt lieber zusammen als rund um den gedeckten Tisch?!

Der Esstisch – er ist Versammlungsort, Hausaufgaben-Station, Home-Office und auf jeden Fall geselliger Mittelpunkt des Hauses. Wo haben Sie Ihren Lebensmittelpunkt stehen? In der Küche, in der Wohnküche oder in einem separaten Esszimmer? Alle drei Versionen sind nach wie vor beliebt. Die Entscheidung für diesen oder jenen Esstisch hat vor allem mit den Platzverhältnissen und den Gegebenheiten in der Wohnung zu tun. Schicke Optik und modernen Lifestyle bringen aber alle Varianten mit.

KLARE LINIEN, HOHE FUNKTIONALITÄT

Die aktuellen Wohntrends verbinden klare Linien mit hoher Funktionalität. Massivholz wie Eiche bringt natürliche Wärme in offene Raumkonzepte, oft kombiniert mit filigranen Metallgestellen für einen modernen Look. Besonders gefragt sind derzeit pflegeleichte Keramikoberflächen. Sie sind kratzfest, hitzebeständig und verzeihen turbulente Familienabende, ohne an Eleganz zu verlieren.



Das moderne Esszimmer verbindet Eleganz mit Alltagstauglichkeit.

RECHTECKIG ODER AUCH OVAL

Auch die Form entscheidet über die Raumwirkung. Rechteckige Tische geben großen Wohnküchen Struktur. Runde und ovale Modelle feiern ihr Comeback: Sie lockern strenge Küchenzeilen optisch auf und fördern die Kommunikation, da hier gefühlt jeder im Zentrum sitzt. Wer flexibel bleiben möchte, setzt auf smarte Ausziehtische mit integrierten Einlegeplatten.

Steht bei Ihnen eine Neugestaltung des Essbereichs an? Lassen Sie sich im regionalen Fachhandel inspirieren und finden Sie Ihren Lebensmittelpunkt, der perfekt zu Ihrem Alltag passt.

Fotos: Adobe Stock

Skulpturaler Mittelpunkt

Bei der Gestaltung einer Küche stehen langlebige Materialien im Fokus. Ein Beispiel dafür ist die Kombination aus moderner Küchenplanung und Naturstein-Elementen, wie sie die Manufaktur Hauser Naturstein aus Rosenheim umsetzt.



Ein besonderes Detail ist die rohe Kruste an der Stirnseite des massiven Steinblocks.

Im Zentrum dieses Entwurfs steht eine Kücheninsel aus Münsinger Kernstein. Der regional in Bayern gewonnene Werkstoff zeichnet sich durch seine feine Maserung aus und harmoniert gut mit Holz und Metall. Ein besonderes Detail ist die rohe Kruste an der Stirnseite des massiven Steinblocks. Sie bildet einen bewussten Kontrast zu den glatt geschliffenen Arbeitsflächen und verleiht der Insel eine markante Wirkung.

NAHTLOS AUS EINEM GUSS

Georg Hauser und sein Team fertigen Arbeitsplatte und integrierte Spülbecken nahtlos aus einem Guss. Das Material ist robust und entwickelt im täglichen Gebrauch eine natürliche Patina, die dem Stein mit der Zeit zusätzlichen Charakter verleiht.

Die Manufaktur baut nicht die komplette Küche, sondern ergänzt die Entwürfe von Planer*innen um präzise Steinarbeiten.

„Uns ist wichtig, dass unsere Arbeiten den Charakter eines Raumes stärken und nicht dominieren“, erklärt Inhaber Georg Hauser. Wie gut sich massive Steinelemente in den Raum einfügen, zeigt die farblich abgestimmte Sitznische am Fenster. Sie verbindet den Kochbereich fließend mit dem Wohnbereich und beweist: Naturstein wirkt nicht kühl, sondern schafft eine geerdete, zeitlose Basis für den Alltag.

Eine schöne Idee!

Fotos: Hauser Naturstein



Nach 30 Jahren schließt HMC Möbel und bedankt sich für die Treue und wunderbare Begegnungen.

HMC Möbel sagt „Tschüss“

*Nach 30 Jahren voller Wohnideen, Begegnungen und persönlichen Geschichten heißt es für die **HMC Möbel Company** nun langsam Abschied nehmen.*



Kristin Heim dankt allen Kundinnen und Kunden für das langjährige Vertrauen.

„Seit nunmehr 30 Jahren dürfen wir Menschen dabei begleiten, ihr Zuhause schöner und persönlicher zu gestalten. Drei Jahrzehnte voller Begegnungen, kreativer Ideen, individueller Wohnträume und vieler schöner Gespräche liegen hinter uns. Dafür möchten wir uns von Herzen bei unseren Kundinnen und Kunden bedanken“, sagt Kristin Heim.

30 JAHRE EINRICHTUNG MIT LEIDENSCHAFT

Für die Geschäftsführerin und das Team ist die Zeit gekommen, ein neues Kapitel aufzuschlagen. Gleichzeitig geht eine Möbel-Ära zu Ende – und der gesamte Warenbestand muss weichen.

NEUBESTELLUNGEN MIT BIS ZU 15 % NACHLASS

Ab sofort heißt es deshalb: Alles muss raus! Topaktuelle Möbelkollektionen, besondere Einrichtungsstücke und wunderschöne Accessoires sind jetzt zu außergewöhnlich attraktiven Preisen erhältlich. Wichtig: Weiterhin sind immer noch Neubestellungen möglich.

„Sie erhalten bei Neubestellungen bis zu 15 Prozent Nachlass auf unsere aktuelle Kollektion“, erläutert Kristin Heim. „Wir freuen uns sehr, diese letzte gemeinsame Zeit mit Ihnen zu verbringen. Und vor allem möchten wir schon heute Danke sagen – für 30 Jahre Vertrauen, Treue und viele wunderbare Begegnungen.“



Ein Bestseller der Firma Brühl: Die TAM Récamiere gehört zu den vielen Möbelstücken, die jetzt ein neues Zuhause suchen – zu guten Preisen.

Fotos: HMC Möbel

TOTALER RÄUMUNGSVERKAUF

% % wegen Geschäftsaufgabe % %



HMC Möbel Company GmbH

Dieselstraße 3, 24223 Schwentinental, Tel.: 04307 839363

www.moebel-company.de

HMC
MÖBEL COMPANY

Brunswiker
Antik Pavillon
Kunst & Antiquitäten
Ankauf
Ganze Nachlässe, Sammlungen, Bronzen,
Gemälde, Militaria, Schmuck, Münzen, Silber
und interessante Einzelstücke
Verkauf
Über einen Besuch in unserem Ladengeschäft würden wir uns sehr freuen
Inhaber Stefan Schulz
Brunswiker Straße 50
24105 Kiel
Tel. 0431 / 65 94 91 01
Mobil: 0176 / 78 33 92 00
Di.-Fr. 11-18 Uhr und Sa. 10-14 Uhr

Für ein besseres Leben. Für Mensch und Tier.
PROVIEH
respektiere leben.
www.provieh.de

Küchencentrum
Rendsburg
HÄCKER
Kitchen.germanmade.
Besuchen Sie unsere große Küchenausstellung
HIGH QUALITY
Immer zum besten Preis. Wir erstellen Ihnen ein kostenloses Angebot.
ROT PUNKT KÜCHEN
HIGH QUALITY
Friedrichstädter Straße 26 – 24768 Rendsburg
Tel.: 04331 45063
www.kuechencentrum-rendsburg.de



CRISTEL
SETZT AUF EDELSTAHL

Mit hochwertigem Edelstahlkochgeschirr bietet der französische Hersteller CRISTEL eine nachhaltige und gesundheitlich unbedenkliche Alternative für ambitionierte Köche und Küchenprofis. Das Unternehmen verbindet industrielles Know-how mit moderner Fertigungstechnologie und steht für langlebige Qualität und Kochpräzision.

EDELSTAHL – GESUND UND LANGLEBIG

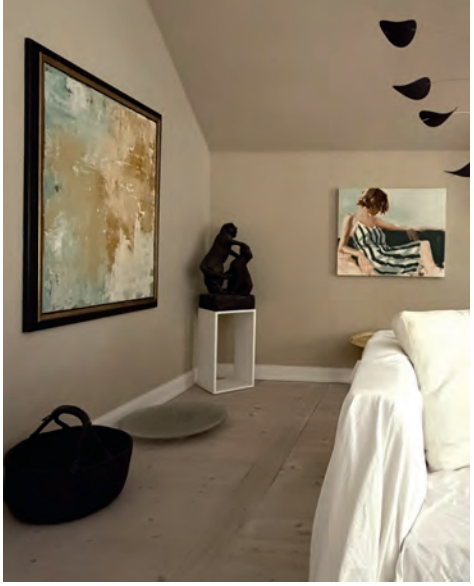
Als Kernmaterial setzt CRISTEL auf hochwertigen Edelstahl – ein Material, das besonders widerstandsfähig und geschmacksneutral ist und beim Kochen keine unerwünschten Stoffe an Lebensmittel abgibt. Im Gegensatz zu beschichteten Pfannen enthält Edelstahl keine PFAS und bleibt auch bei hohen Temperaturen dauerhaft stabil. Gleichzeitig ist das Material äußerst robust gegenüber Kratzern, Korrosion und intensiver Nutzung. Das Kochgeschirr der Marke wird mit einer Garantie von bis zu 30 Jahren angeboten. Die Serie überzeugt durch schnelle und gleichmäßige Wärmeverteilung, robuste Edelstahlgriffe mit ergonomischem Design, hohe Belastbarkeit für intensive Nutzung sowie Kompatibilität mit allen Herdarten einschließlich Induktion. Mehr unter www.cristel.com.



Fotos: CRISTEL

KUNST
VERÄNDERT RÄUME

*Wer sein Zuhause mit Kunst verschönern möchte, findet bei der **Galerie RIECK** auf der Carlshöhe in Eckernförde nicht nur eine vielfältige Auswahl an Werken, sondern wird dazu auch von einem kompetenten Team sorgfältig beraten.*



Im Zusammenspiel geben mehrere Kunstwerke Räumen eine ganz eigene Atmosphäre



Kunst verändert einen Raum auf ganz besondere Weise

Für eine neue Wirkung im eigenen Zuhause braucht es nicht immer einen kompletten Tapetenwechsel, neue Möbel oder eine umfassende Renovierung. Oft genügt bereits ein Kunstwerk, um einen vertrauten Raum optisch zu verändern und ihm einen eigenen Charakter zu verleihen. Ein Bild an einer bislang freien Wand setzt einen neuen Akzent. Farben, Motive und Formate beeinflussen dabei das Zusammenspiel von Licht, Einrichtung und Architektur.
Welches Werk an welchem Ort seine ganze Wirkung entfaltet, hängt von vielen Faktoren ab. Ein großformatiges Gemälde kann zum Mittelpunkt eines Wohnraums werden, während kleinere Bilder spannende Blickpunkte schaffen. Auch Skulpturen und Objekte verändern die Wahrnehmung eines Raumes. Die Galerie RIECK in Eckernförde unterstützt Kunstinteressierte dabei, Werke auszuwählen, die zum persönlichen Geschmack, zur Einrichtung und zur jeweiligen Raumsituation passen.
Das Spektrum der Galerie für skandinavische und nordische Kunst reicht von der klassischen Moderne bis zur zeitgenössischen Kunst. Neben Gemälden gehören auch Skulpturen, Objekte und Fotografien zum Programm - immer ausgewählt und gerne besonders.
So kann Kunst zu mehr als einer dekorativen Ergänzung werden. Ein sorgfältig ausgewähltes Werk gibt dem Zuhause Persönlichkeit, begleitet über viele Jahre und eröffnet im Alltag immer wieder neue Perspektiven. Weitere Informationen zu der Galerie und Leben mit Kunst finden Sie unter www.galerie-rieck.de.

Fotos: Galerie RIECK

DRINNEN ist auch schön

Wenn draußen Wind und Regen Regie führen, wird es drinnen Zeit für Wärme, Licht und kleine Wohlfühlmomente. Mit wenigen Handgriffen lässt sich das Zuhause gemütlich und passend für graue Novembertage machen.



Mit wenigen Kniffen lässt sich fix eine behagliche Atmosphäre schaffen.

Gerade im November, wenn die Tage kürzer werden und das Sofa plötzlich deutlich verlockender aussieht als jeder Spaziergang, sind es oft die kleinen Dinge, die aus vier Wänden einen echten Wohlfühlort machen. Warmes Licht von Tisch- oder Stehleuchten, eine weiche Decke auf dem Sofa, ein heißer Tee oder Kakao und ein Lieblingsplatz zum Lesen, Schnacken oder einfach zum Nichtstun – mehr braucht es manchmal gar nicht.

Auch mit wenigen Handgriffen lässt sich die Wohnung für die kalte Jahreszeit vorbereiten. Heizkörper sollten möglichst nicht von Möbeln oder langen Vorhängen verdeckt werden, damit die warme Luft sich besser im Raum verteilen kann. Sobald es draußen dunkel wird, können geschlossene Vorhänge oder Rollläden zusätzlich dazu beitragen, dass sich Räume gemütlicher anfühlen. Wer an Fenstern oder Türen Zugluft bemerkt, kann außerdem prüfen, ob Dichtungen noch richtig sitzen oder erneuert werden sollten.

So wird aus dem Zuhause ganz unkompliziert ein Ort, an dem sich graue Herbsttage ziemlich gut aushalten lassen. Und mal ehrlich: Ein bisschen Rückzug, Kerzenschein und Sofazeit stehen dem November doch ziemlich gut.

Foto: Adobe Stock

FLIESEN VIELFALT



KeraMiede
Fliesen | Naturstein | fugenlose Bäder
Preetzer Chaussee 59 | 24222 Schwentinental
Tel. 0431 - 97 99 003 | www.keramiede.de

SCHÄDLINGSBEKÄMPFUNGSSERVICE
LOTHAR ANSCHÜTZ GMBH
SCHÄDLINGSBEKÄMPFUNG | ENTSORGUNG | DESINFEKTION | HOLZ- UND BAUTENSCHUTZ

Unsere Leistungen umfassen im Kern:

- Schädlingsbekämpfung (Nager und Insekten)
- Desinfektion
- Entsorgungen aller Art
- Holz- und Bautenschutz
- Taubenproblematiken
- Schimmelpilzbekämpfung



Segeberger Landstr. 1d - 24145 Kiel
Tel. 0431 / 23 14 74 - lange@anschuetzteam.de
DSV



Stachlige Wintergäste

Wenn die Tage kürzer werden und der erste Frost naht, bereiten sich Igel auf ihren Winterschlaf vor. Um die kalte Jahreszeit unbeschadet zu überstehen, sind sie auf unsere Mithilfe angewiesen.

Ab November ziehen sich die kleinen Insektenfresser für mehrere Monate in den Winterschlaf zurück. Ein penibel aufgeräumter Garten ist für die Tiere dabei eher eine Sackgasse. Wer den nützlichen Gartenbewohnern helfen möchte, lässt Laub-, Reisig- und Asthaufen in ruhigen Ecken einfach liegen. Diese dienen als perfekt isolierte Verstecke, in denen unsere stacheligen Freunde die eisigen Monate sicher verschlafen können.

NATÜRLICHE NAHRUNG UND ZUFÜTTERUNG

Vor dem großen Schlummer müssen sich die Tiere jedoch ein ausreichendes Fettpolster anfressen. In der freien Natur stehen vor allem Käfer, Larven, Raupen und Asseln auf ihrem Speiseplan. Schnecken und Regenwürmer sind nur eine Notnahrung, da sie gefährliche Parasiten übertragen. Auch Äpfel rühren Igel nicht an – sie interessieren sich lediglich für die Maden im Fallobst.

Wer also im Herbst noch zufüttern möchte, greift am besten zu hochwertigem Katzen-Nassfutter. Milch ist für Igel absolut tabu, da sie den Milchzucker nicht verdauen können. Eine flache Schale mit frischem Wasser ist hier die bessere Wahl.

WANN HILFE NÖTIG IST

Sollte im Winter – vielleicht sogar bei Schnee – ein auffällig magerer oder verletzter Igel tagsüber herumlaufen, benötigt dieser professionelle Hilfe. In solchen Fällen ist der Kontakt zu einer regionalen Igelstation der richtige Schritt. Mit ein wenig Rücksicht und „wilden Ecken" im Garten wird der eigene Außenbereich ganz einfach zum sicheren Winterquartier für die niedlichen Tiere.

Fotos: Adobe Stock

Echte Werte, ehrliche Beratung

EXPERTE FÜR MÜNZEN

Haben Sie alte Münzen geerbt oder möchten Ihre Sammlung erweitern? Der Handel mit Münzen und Edelmetallen ist absolute Vertrauenssache.





In Kiel und Umgebung ist Michael Lass dafür Ihr Ansprechpartner. Seit vielen Jahren verbindet er das im Münzhandel fundierte Fachwissen mit echter Leidenschaft. Statt unpersönlichem Massenhandel bietet er individuelle Betreuung. Er nimmt sich Zeit für jedes Anliegen und bietet eine schnelle Abwicklung – regional und deutschlandweit. Dazu gehört auch der Ankauf von Briefmarken, Banknoten, Schmuck und Zahngold.

FAIRNESS UND BERATUNG

Fairness, transparente Preise und eine Beratung ohne Druck stehen dabei an erster Stelle. „Bei mir geht es nicht nur um Münzen, sondern um Menschen, Geschichten und echte Werte“, lautet sein Credo.

Seine Kund*innen profitieren von ehrlichen Einschätzungen und geprüfter Qualität. Wer den Wert seiner Schätze ermitteln lassen oder sicher verkaufen möchte, findet in ihm einen verlässlichen Partner. Vereinbaren Sie gerne einen Termin für ein persönliches Gespräch.

Michael Lass, Tel.: 04347 / 92 86,
E-Mail michael.lass@lass-muenzen.de, www.lass-muenzen.de

Fotos: Michael Lass

LUXURIÖS SAUNIEREN – INDIVIDUELL GENIESSEN

*Die private Wellnessoase verlagert sich zunehmend ins Grüne: Statt einer Sauna in Keller oder Bad entscheiden sich viele Hausbesitzer*innen für ein individuell gestaltetes Saunahaus im Garten – ergänzt durch Pool, Whirlpool oder weitere Wellness-Elemente.*



Raumwunder mit Anspruch: individuelle Saunahäuser liegen im Trend.

Während der Markt zahlreiche Saunahäuser als Bausatz anbietet, setzt die niedersächsische Manufaktur Westerhoff auf maßgeschneiderte Lösungen: Vom kompakten Saunahaus auf fünf Quadratmetern bis zur großzügigen Wellnesslandschaft auf 50 Quadratmetern wird jedes Projekt individuell geplant und aus hochwertigen Materialien in der Manufaktur gefertigt.

ANFORDERUNGEN AN MATERIAL UND BAUPHYSIK

Da Gartensaunen ganzjährig der Witterung sowie hohen Temperaturschwankungen ausgesetzt sind, ist die Konstruktion der Gebäudehülle entscheidend. „Die Verwendung hochwertiger Materialien ist ein wichtiger Aspekt. Viel entscheidender ist allerdings der Wandaufbau. Er muss bauphysikalisch präzise geplant sein“, erklärt Jonas Hohnhorst, Vertriebsleiter der Westerhoff GmbH.

Bei der Fassadengestaltung kommen unter anderem HPL-Platten oder Rombusprofile zum Einsatz. Großzügige Glasfronten werden in der Regel mit passenden Sonnenschutzsystemen wie Senkrechtmarkisen oder Lamellen kombiniert.

AUSSTATTUNG UND STEUERUNG

Die Raumaufteilung umfasst neben der Saunakabine häufig Ruheräume, Duschbäder und maßgefertigte Einbaumöbel. Bei den Hölzern werden vor allem Thermofichte und thermisch behandelte Espe verwendet. Zur Standardausstattung moderner Bauten gehören zudem schwebende Saunabänke, integrierte Beleuchtungskonzepte sowie Smart-Home-Systeme zur Steuerung von Temperatur, Licht und Belüftung. Mehr Infos unter www.saunahaus-westerhoff.de.

Foto: Westerhoff



AUSSTELLUNGEN
IM NOVEMBER 2026

ANZEIGE

EIN AUSSERGEWÖHNLICHES
Ausstellungsprojekt

Unter dem Titel „Eutin zieht blank!“ zeigt das ***Ostholstein-Museum Eutin*** *bis zum 31. Januar 2027 Kunstwerke aus hiesigem Privatbesitz, die sich der Gattung der Aktdarstellung widmen. Es ist eine Folge-Schau des enorm erfolgreichen Ausstellungsprojekts „Eutin packt aus“ aus dem Jahr 2024.*



Leonhard Boldt – Stehender männlicher Akt (Detail), um 1903



Die Ausstellung „Eutin zieht blank!“ zeigt eine große Vielfalt an Aktdarstellungen

Während Museen ihre Bestände regelmäßig der Öffentlichkeit präsentieren, schlummern in vielen Haushalten kleine und große Kunstwerke, die nur selten als Leihgaben in Ausstellungen gezeigt werden können und in der Tat die eine oder andere Überraschung bereithalten. Aus diesem Grund waren in diesem Frühjahr alle Bürger*innen aus Eutin und Umgebung, die bereit waren, dem Museum ein oder mehrere Exponate für eine Ausstellung leihweise zur Verfügung zu stellen, eingeladen, sich mit einem Foto ihrer Kunstwerke und Informationen dazu an das Museum zu wenden.
Und der öffentliche Aufruf war ein voller Erfolg: So wurden von rund 60 Privathaushalten mehr als 270 Vorschläge eingereicht, die die klassischen Bereiche Malerei, Zeichnung, Grafik, Fotografie und Skulptur umfassen. In der Folge wurde unter kunsthistorischen und kuratorischen Gesichtspunkten eine Auswahl von rund 90 Exponaten getroffen, die mit Werken von Lovis Corinth, Horst Janssen, Max Liebermann und vielen mehr das beeindruckende Niveau und die Vielseitigkeit der privaten Sammlungen aus Eutin und Umgebung im Bereich der Aktdarstellung widerspiegelt. Weitere Informationen zum Museum sowie der Ausstellkung finden Sie unter www.oh-museum.de.

Fotos: © Ostholstein-Museum Eutin



BESONDERER BUCHTIPP

VIELSEITIG

Dem schwedischen Autor Stig Dagerman blieb zwischen seiner Geburt 1923 und seinem Freitod 1954 nur eine sehr kurze Schaffenszeit, die er jedoch sehr gut genutzt hat. Und so hat er nicht nur mehrere Romane sowie Theaterstücke geschrieben, sondern auch eine ganze Reihe von hervorragenden Erzählungen veröffentlicht. 16 dieser Erzählungen, alle von Paul Berf ins Deutsche übertragen, versammelt „Unser nächtlicher Badeort“. Stilistisch wie inhaltlich sind die einzelnen Texte sehr unterschiedlich. Themenkreise sind beispielsweise offenkundig autobiografisch geprägte Kindheits- und Familiengeschichten sowie existentielle, teils kafkaesk anmutende Geschehnisse, die das Leben der Menschen grundlegend verändern. Mit messerscharfem Blick führt Dagerman Not und Elend sowie das Scheitern menschlicher Beziehungen und des Einzelnen in seinen Erzählungen überaus lesenswert und eindrucksvoll vor Augen.
Stig Dagerman: Unser nächtlicher Badeort. Guggolz Verlag, 270 S., 25 Euro

Cover: Mirko Merkel

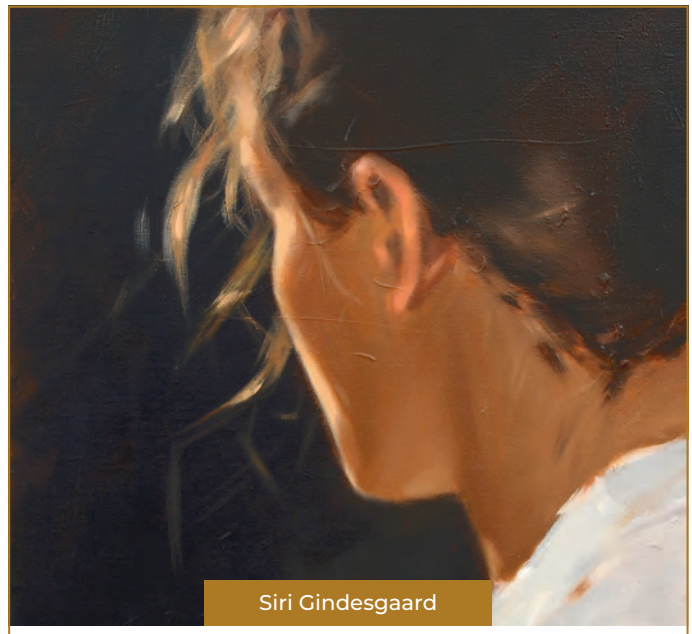


Foto: KulturWerk Galerie Behrendt

Sieben Frauen, zehn Jahre, unzählige Farben und Geschichten – die neue Ausstellung in der KulturWerk Galerie Behrendt bietet eine bunte Palette an Werken

PICASSOS SCHWESTERN

Seit nunmehr zehn Jahren treffen sich sieben Frauen regelmäßig, um gemeinsam ihrer Leidenschaft für die Kunst nachzugehen. Aus der Freude am kreativen Schaffen sind zahlreiche Bilder und Skulpturen entstanden. Unter dem Titel „Farbe bekennen“ präsentieren die Künstlerinnen nun eine schöne Auswahl ihrer Werke in der KulturWerk Galerie Behrendt in Neumünster (Esplanade 22). Zu entdecken ist eine Vielfalt an künstlerischen Ausdrucksformen von Birte Brügge, Katrin Fleitmann, Caroline Heymann, Marlis Hadamczik, Marlies Juckel, Bettina Bülck und Doris Faerber (auf dem Foto von links nach rechts). Die Ausstellungsvernissage findet am 6. November um 17 Uhr statt. Anschließend läuft die Schau bis zum 22. November. Die Öffnungszeiten sind jeweils freitags von 15 bis 18 Uhr, samstags von 13 bis 17 Uhr und sonntags von 12 bis 16 Uhr.



RIECK CARLSHÖHE
GALERIE
für skandinavische und nordische Kunst

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

ANZEIGE



Foto: Heiko Buhr

Einer der Kleingefleckten Katzenhaie im Aquarium GEOMAR

EIN GESCHMEIDIGER GESELLE

Der Kleingefleckte Katzenhai, von dem mehrere Exemplare im **Aquarium GEOMAR** leben, ist nachaktiv und meist als Einzelgänger unterwegs. Immer wieder werden aber auch größere Schulen gleichgeschlechtlicher Tiere der in Tiefen bis zu 150 Metern jagenden Kleingefleckten Katzenhai gesichtet. Er wird in der Regel 60 bis 80 cm groß, seine maximale Größe beträgt einen Meter. Zu finden ist der Kleingefleckte Katzenhai an Küsten mit felsigem Grund im Mittelmeer, in der Nordsee und den Schelfgebieten des Ostatlantik. Seine Nahrung stellen Krebstiere, Weichtiere, Stachelhäuter sowie Knochenfische dar. Weibliche Tiere verfügen über eine ganz besondere Eigenschaft: Sie können aufgenommenes Sperma über längere Zeiträume speichern und so gleich mehrmals hintereinander schwanger werden. Weitere Infos gibt es für Sie unter www.aquarium-geomar.de.





600 Jahre Eckernförde

Kunst, Kultur und Geschichte(n)

50 Jahre 1975 2025

museum eckernförde

EIN KALENDERTIPP

KUNST FÜR JEDEN TAG



Mit dem großartigen Tagesabreißkalender „Kunst 2027 – Künstler • Werke • Museen" kommen Ihnen nicht nur Tag für Tag herrliche Kunstwerke ins Haus, sondern Sie erhalten auch informative, kenntnisreiche und wissenserweiternde Texte zu den einzelnen Arbeiten. Dazu wird jeden Monat ein besonderes Museum in den Fokus gerückt und es werden von berufenen Menschen Lieblingsbilder vorgestellt sowie bei „Kunst im Detail" der Blick für Einzelheiten geschärft. Der Aufbau der einzelnen Kalenderblätter (Samstag/Sonntag auf einem Blatt) ist dabei sehr klar und übersichtlich: Auf der Vorderseite sind stets eine Abbildung und das Datum, auf der Rückseite finden sich Daten und Erläuterungen zur Vorderseitenabbildung. Dieser Kalender ist für alle, die Kunst lieben und mit dieser durch das Jahr „reisen" möchten, eine absolute Empfehlung.

Kunst 2027 – Künstler • Werke • Museen
Harenberg, 648 S., 15,4 x 16,5 cm, 24 Euro
(erhältlich im Handel und auf harenberg-kalender.de)

Titelabbildung: © akg-images/André Held

ANZEIGE

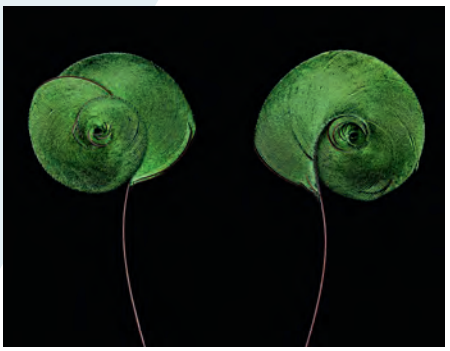
Eindrucksvolle Fotografien

*Das **Museum Eckernförde** präsentiert noch bis zum 10. Januar 2027 die Ausstellung „Heidi und Hans-Jürgen Koch. FEDERN – Poetisches Meisterstück der Evolution".*

Vogelfedern zählen zu den komplexesten und zugleich ästhetischsten Erfindungen der Evolution. Menschen unterliegen ihrer Anziehungskraft, weit über die Naturwissenschaften hinaus. Das Fotografenpaar Heidi und Hans-Jürgen Koch widmet sich mit außergewöhnlichen Fotografien den unterschiedlichsten Federtypen und Gefiedern von Vogelarten aus allen Ecken unseres Planeten. Die Fotografien zelebrieren Federn als sinnliches Erlebnis. Sie sind eine Begegnung mit dem unwiderstehlich Schönen in der Natur. Heidi und Hans-Jürgen Koch, die seit einigen Jahren bei Eckernförde leben, starteten vor über 30 Jahren ihre gemeinsame Expedition in die Welt der Fotografie. Was die studierte Sozialarbeiterin und den Verhaltensforscher umtreibt, bezeichnen sie als Lebensformfotografie. Ihre Arbeiten werden weltweit in führenden Medien publiziert. Heidi und Hans-Jürgen Koch haben mehrere Bücher veröffentlicht, ihre Ausstellungen werden international präsentiert. Für die ihnen eigene Sichtweise sowie die Spannbreite des fotografischen Schaffens wurden sie vielfach ausgezeichnet.
Weitere Informationen zum Museum, der Ausstellung sowie dessen Begleitprogramm stehen Ihnen unter www.museum-eckernfoerde zur Verfügung.



Heidi und Hans-Jürgen Koch – Steuerfeder der Stockente



Heidi und Hans-Jürgen Koch – Schwanzfedern des Königs-Paradiesvogels

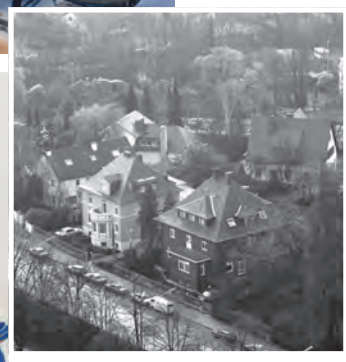


Heidi und Hans-Jürgen Koch – Bunte Federkollektion unterschiedlichster Vogelarten

Fotos: © Heidi und Hans-Jürgen Koch



Leonore Vespermann – Boot im Hafen, 1954



Ulrich Wienke – Ehemalige Landesvertretung Schleswig-Holstein in Bonn, 1979



Albert Christoph Reck – Durch die Blume gesprochen, 1967



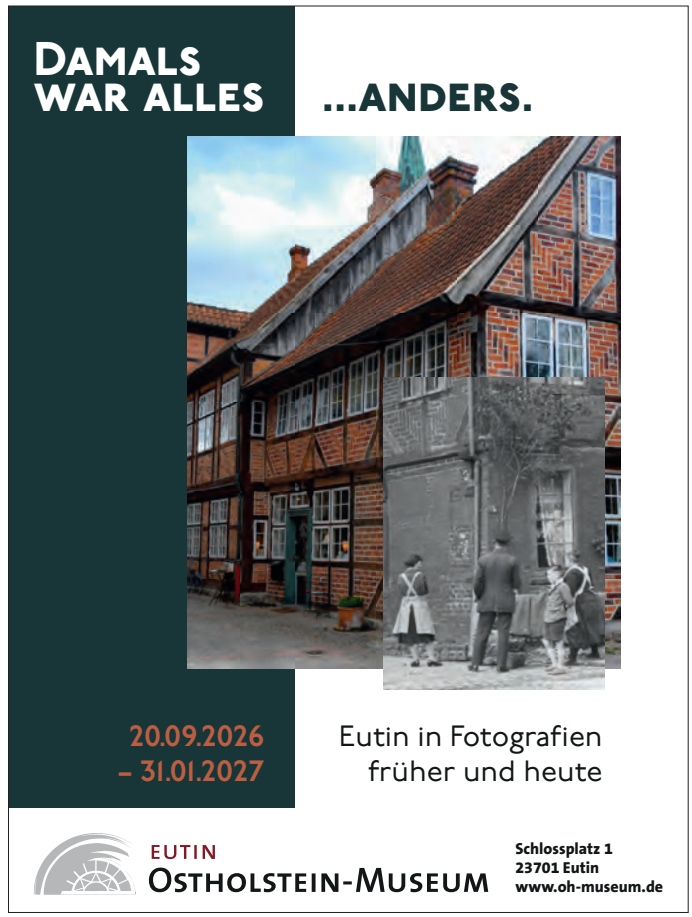
Jan Koblosa – Pietà, 1980

SCHLESWIG-HOLSTEINISCHE **KUNST**

Noch bis zum 10. Januar 2027 zeigt der ***Museumsberg Flensburg*** *die Ausstellung „Bonn – Berlin – Flensburg. Die Sammlung der Landesvertretung Schleswig-Holstein“. Die Sammlung erzählt damit nicht nur von Kunst, sondern auch von Neuanfang, Erinnerung und dem Wandel kultureller Wertvorstellungen.*

Zur Ausstattung der ehemaligen schleswig-holsteinischen Landesvertretung in Bonn gehörte auch Kunst. Seit den 1950er Jahren war die Vertretung in zwei Gründerzeitvillen untergebracht, deren Räume mit Werken schleswig-holsteinischer Künstler*innen ausgestattet wurden. Mit dem Umzug nach Berlin in den 1990er Jahren weitgehend in Vergessenheit geraten, wurde die Sammlung 2024 wiederentdeckt und wird nun erstmals auf dem Museumsberg Flensburg in einem Museum präsentiert. Die wundervolle Wiederentdeckung lädt zu mehr ein als zu einem interessanten Rückblick auf die Kunstgeschichte Schleswig-Holsteins von den 1950er bis in die 1980er Jahre, sondern stellt auch spannende Fragen: Was macht eine Sammlung aus? Welche Geschichten bewahrt sie – und welche geraten in Vergessenheit? Und was sagt die Auswahl der Werke über die Zeit aus, in der sie entstanden und erworben wurden? Sie erhalten unter www.museumsberg.de weitere Informationen zu der Ausstellung.

ANZEIGE





Fotos: © Museumsberg Flensburg (3)/Bundesarchiv, B 145 Bild-F057439-0005 / Wienke, Ulrich / CC-BY-SA 3.0 (1)



Blick in den vorderen Bereich der Ausstellungshalle des Künstlermuseums Heikendorf

INDIVIDUELLE Vorlieben

Das Künstlermuseum Heikendorf zeigt in der bis zum 22. November laufenden Ausstellung „Norddeutscher Impressionismus meets Pop-Art“ eine breite Palette an künstlerischen Richtungen.





Fast 60 Jahre liegen zwischen „Näherin“ (1923) von Dorothea Maetzel-Johannsen und „Farbenfreude“ (1982) von Kurt Haug

Es sind Werke aus zwei Sammlungen mit ganz unterschiedlichen Schwerpunkten, die in der Schau zu sehen sind, was dazu führt, dass in der Ausstellung spannende dialogische Verbindungen entstehen und interessante Aspekte in den Vordergrund treten. Während die eine Sammlung den norddeutschen Impressionismus sowie die Kunst um 1900 im Blick hat, ist die andere Sammlung auf die internationale Moderne mit Schwerpunkt Pop Art und Op Art der 1960er und 1970er Jahre ausgelegt. Zu den in Ausstellung mit Werken vertretenen Künstler*innen zählen beispielsweise Käthe Lassen, Michael Arp, Rudolf Behrend, Heinrich Blunck, Hans Peter Feddersen, Klaus Fußmann, Emil Nolde oder Karl Peter Röhl. Dazu kommen Werke internationaler Künstler wie Michael Ancher, Wilhelm Eckersberg, Carl Holsøe und Carl Locher, die wiederum von modernen Größen wie David Hockney und Andy Warhol ergänzt werden. Neben der Künstlerkolonie Heikendorf kommen somit auch Werke aus den Künstlerkolonien Skagen und Ekensund. Außer Gemälden präsentiert die Schau auch Pastelle, Aquarelle, Zeichnungen sowie Druckgrafiken. Weitere Informationen gibt es unter www.kuenstlermuseumheikendorf.eu.



Julius Fürst – Auen an der Schwertine, wohl 1919

Fotos: Heiko Buhr

Zwei Generationen

In der Ausstellung „Aus der Erde – Über die Erde“ in den Museen im Kulturzentrum in Rendsburg werden mit dem Architekten Ernst Günter Bleidorn (1928-2006) sowie dem 1973 geborenen Maler Lutz Bleidorn Arbeiten von Vater und Sohn präsentiert. Ernst Günter Bleidorn prägte über Jahrzehnte das Erscheinungsbild Rendsburgs und Umgebung, während Lutz Bleidorn sich in seinen Gemälden mit Raum, Landschaft und Erinnerung auseinandersetzt. In der Schau selbst ist ein aus Architekturzeichnungen, Bildern und persönlichen Zeugnissen entstehender vielschichtiger Dialog über die Bedeutung von Räumen zu entdecken. Unter www.museen-rendsburg.de gibt es weitere Informationen.



Lutz Bleidorn – Ein sonnendurchstrahlter Tag, 2024

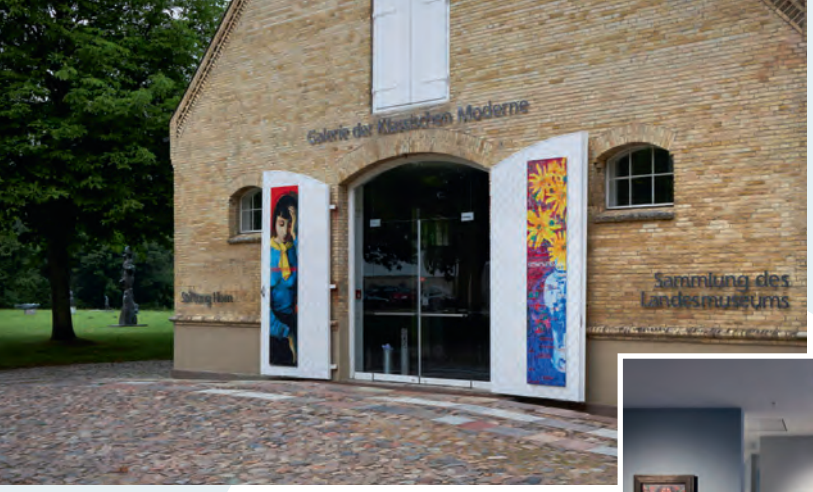


Vitrine mit Exponaten zur Wohnanlage in Westerrönfeld von Ernst Günter Bleidorn

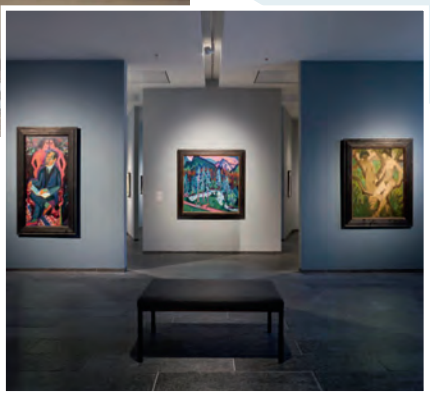


Blick in die Ausstellung mit den beiden Arbeitsplätzen von Vater und Sohn Bleidorn

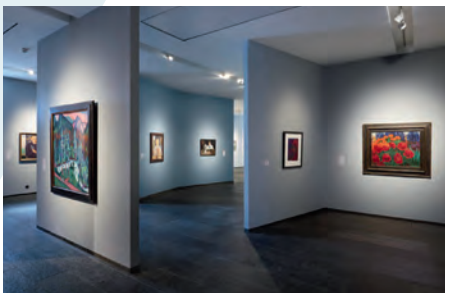
Fotos: Heiko Buhr



Immer wieder können Sie in der Galerie der Moderne neue Entdeckungen machen



In der neuen Dauerausstellung steht der Expressionismus besonders im Fokus



Nach ihrer Neugestaltung lädt die Galerie mit ihrer großzügigen Hängung zum Verweilen vor den einzelnen Werken ein

Außergewöhnliche KUNST

Die Galerie der Moderne entfaltet ein überwältigendes Panorama voller Aufbrüche und Umbrüche, tiefer Einschnitte und künstlerischer Radikalität. Die Kunst des 20. und 21. Jahrhunderts steht im Mittelpunkt der bewegenden neuen Dauerausstellung des ***Museums für Kunst- und Kulturgeschichte Schloss Gottorf*** *in den renovierten Räumen der historischen Pferdeställe.*

Auf rund 1800 Quadratmetern begegnen den Besuchenden etwa 350 Werke bedeutender Künstler*innen der Moderne und Gegenwart. Viele davon stammen aus der renommierten Sammlung Horn. Im Fokus steht der deutsche Expressionismus mit Meisterwerken der Brücke. Einzigartig machen diese Ausstellung nicht zuletzt ihre vielfältigen norddeutschen Positionen mit Werken von Künstlern wie Emil Nolde, Ernst Barlach und Christian Rohlfs. Nach einer umfassenden Sanierung des Gebäudes zeigt die Galerie der Moderne sich in farblich neuem Glanz, chronologisch geordnet und üppig ergänzt um Positionen aus den Beständen des Museums für Kunst und Kulturgeschichte.

WELTBEKANNTE KUNST-SCHAFFENDE

Die Galerie der Moderne versammelt eine ganze Reihe von außergewöhnlichen Künstler*innen. Den Auftakt machen frühe Gemälde von Alexej von Jawlensky. Es geht weiter mit Werken der expressionistischen Künstlergruppe Brücke und Arbeiten von Karl Schmidt-Rottluff, Erich Heckel, Ernst Ludwig Kirchner, Max Pechstein und Otto Mueller sowie dem nur kurz der „Brücke“ angehörigen Emil Nolde.

EIN BREITES SPEKTRUM

Weitere beeindruckende und überaus sehenswerte Werke stammen von Georg Tappert, Wenzel Hablik, César Klein, Martel Schwichtenberg, Heinrich Stegemann und Max Kahlke. Für die Zeit nach 1918 stehen stellvertretend Käthe Kollwitz und Conrad Felixmüller, für die 1960er Jahre die Mitglieder der Gruppe ZEBRA und für den Zeitraum ab den 1980er Jahre die Norddeutschen Realisten mit Klaus Fußmann, Friedel Anderson und Christopher Lempfuhl sowie international die Neuen Wilden mit Rainer Fetting. Weitere Informationen zur Galerie der Moderne stehen Ihnen unter landesmuseen.sh zur Verfügung.

Fotos: Galerie der Moderne © Jan Brockhaus

ANZEIGE





VERANSTALTUNGSTIPPS

IM NOVEMBER 2026

Foto: Pexels - Rahul Pandit (1)



DIE EHE – EINE FEINDLICHE ÜBERNAHME

Was passiert, wenn aus großer Liebe plötzlich der ganz normale Ehealltag wird? Elena Uhlig und Fritz Karl nehmen in ihrem Programm „Die Ehe – eine feindliche Übernahme“ das Zusammenleben zweier Menschen mit viel Humor und einer gehörigen Portion Selbstironie unter die Lupe. Das auch privat liierte Schauspielerpaar weiß schließlich aus eigener Erfahrung, dass die Liebe zwar wunderschön, der gemeinsame Alltag aber mitunter eine echte Herausforderung sein kann. Zwischen unterschiedlichen Vorstellungen, kleinen Machtkämpfen, großen Missverständnissen und liebenswerten Marotten lauert reichlich Konfliktpotenzial. Wer hat eigentlich das Sagen? Warum versteht der andere selbst die einfachsten Hinweise nicht? Und wie schafft man es, sich trotz aller Reibereien immer wieder zusammenzuraufen? Mehr Infos und Tickets unter www.merkur-ostseehalle.de.

5. November, 20 Uhr · MERKUR Ostseehalle, Kiel

Fotos: Michael Kammeter; Theater Kiel

MÄRCHEN IM GRAND-HOTEL

Ein luxuriöses Hotel an der französischen Riviera, eine Prinzessin auf der Suche nach ihrem Glück und jede Menge amouröse Verwicklungen: Mit „Märchen im Grand-Hotel“ bringt das Theater Kiel eine ebenso schwungvolle wie charmante Operette von Paul Abraham auf die Bühne. In der turbulenten Geschichte treffen Adel, Filmwelt und Hotelgesellschaft aufeinander. Während die einen von der großen Liebe träumen, verfolgen andere ganz eigene Pläne. Verwechslungen, Intrigen und überraschende Begegnungen sorgen dafür, dass es im Grand-Hotel alles andere als beschaulich zugeht. Musikalisch verbindet Paul Abraham den Glanz der klassischen Operette mit den mitreißenden Rhythmen der 1930er-Jahre. Jazzige Klänge, elegante Melodien und ein Hauch Hollywood verleihen dem Stück seinen besonderen Charme. Mehr Infos, Termine und Tickets unter www.theater-kiel.de.

Premiere: 21. November, 19 Uhr · Opernhaus, Kiel





JAN VAN WEYDE: IMMER WEYDER!

Zwischen Bühne, Elternabenden und Familienchaos bleibt Jan van Weyde kaum Zeit zum Durchatmen. In seinem dritten Soloprogramm „Immer Weyder…“ erzählt der Kölner Comedian vom ganz normalen Wahnsinn seines Alltags. Zwei Töchter mitten in der Pubertät, eine Ehefrau in der Prämenopause und jede Menge Fettnäpfchen halten ihn auf Trab. Zum Glück steht ihm Kumpel Heiko zur Seite – auch wenn dessen Ratschläge meist alles noch schlimmer machen. Mit viel Tempo, Selbstironie und einem Gespür für die Absurditäten des Familienlebens verwandelt van Weyde kleine Katastrophen in große Pointen. Stand-up-Comedy mit Herz und reichlich Wiedererkennungswert. Mehr Infos und Tickets unter www.metrokino-kiel.de.

9. November, 19.30 Uhr · metro-Kino im Schloßhof, Kiel

FJARILL

Mit „Strålande Juletid“ laden Fjarill zu einer musikalischen Reise durch die nordische Winterzeit ein. Das Hamburger Duo Aino Löwenmark und Hanmari Spiegel verbindet Folk, Pop, Klassik und Jazz zu einer ganz eigenen Klangwelt. Mal zart und melancholisch, mal voller Wärme und Zuversicht erzählen ihre Lieder von Licht, Frieden und der besonderen Stille der dunklen Jahreszeit. Die beiden Musikerinnen, deren Lebenswege in Hamburg zusammenfanden, verstehen es, mit ihren Stimmen und Instrumenten eine außergewöhnliche Konzertatmosphäre zu schaffen. Mehr Infos und Tickets unter www.kiel.de.

22. November, 19 Uhr · KulturForum, Kiel





NOAH DERKSEN

Mit seiner warmen Stimme und einem feinen Gespür für die kleinen Geschichten des Lebens zählt Noah Derksen zu den spannendsten Singer-Songwritern Kanadas. Der Musiker aus Winnipeg verbindet Folk, Country und Indie zu einem ebenso gefühlvollen wie unverwechselbaren Sound. Sein viertes Album „Mercy on the Skyline“, das im Mai 2026 erschien, erzählt von Neuanfängen, Abschieden, Heilung und der Suche nach innerer Stärke. Mal sanft und melancholisch, mal voller Zuversicht fängt Derksen die besonderen Momente des Alltags ein. Für seine Musik wurde er bereits mit dem Canadian Folk Music Award als aufstrebender Künstler ausgezeichnet. Mehr Infos und Tickets: www.hansa48.de

12. November, 20 Uhr · Hansa48, Kiel

PRINZESSIN AUF DER ERBSE

Der letzte Kieler Prinz ist auf der Suche nach seiner Traumprinzessin. Doch das ist gar nicht so einfach! Zahlreiche Bewerberinnen stellen sich am Königshof vor, aber keine scheint die Richtige zu sein. Als eines Tages eine junge Frau völlig durchnässt vor dem Schloss steht und behauptet, eine echte Prinzessin zu sein, ist guter Rat teuer. Wie lässt sich herausfinden, ob sie die Wahrheit sagt? Ein ungewöhnlicher Test mit einer winzigen Erbse soll das Rätsel lösen. Das Märchentheater erzählt den beliebten Klassiker mit viel Charme und Humor. Infos und Tickets: www.galli-kiel.de

15. November, 16 Uhr · Galli Theater, Kiel



Fotos: Jan van Weyde; Anne de Wolff; Noah Derksen; Galli Theater Kiel

Kulturladen Leuchtturm



KULTURWOCHEN SINTI & ROMA

KONZERT: DJANGO GALORE

Gypsy Swing Trio
Fr. 20.11.26 um 20 Uhr,
Eintritt: 10 €

Kulturwochen der andere Blick

An der Schanze 44 • 24159 Kiel-Friedrichsort
Tel.: 0431-39 68 61 • www.kulturladen-leuchtturm.info

TRISTAN BRUSCH

Tristan Brusch kehrt mit seiner „Am Anfang Tour – Die Zugabe“ auf die Bühne zurück. Nach einem nahezu ausverkauften ersten Tourabschnitt gibt der Musiker weitere Konzerte – ganz allein mit seiner Gitarre. Im Mittelpunkt stehen seine unverwechselbare Stimme und Songs, die von Sehnsucht, Verletzlichkeit und den großen Gefühlen des Lebens erzählen. Mal leise und zerbrechlich, mal voller Intensität entfalten seine Lieder eine besondere Nähe zum Publikum. Mit poetischen Texten, melancholischen Melodien und einer gehörigen Portion Dramatik schafft Brusch eine ganz eigene musikalische Welt. Statt großer Inszenierung setzt er auf das Wesentliche: Musik, Worte und den unmittelbaren Moment. Mehr Infos und Tickets unter www.diepumpe.de.

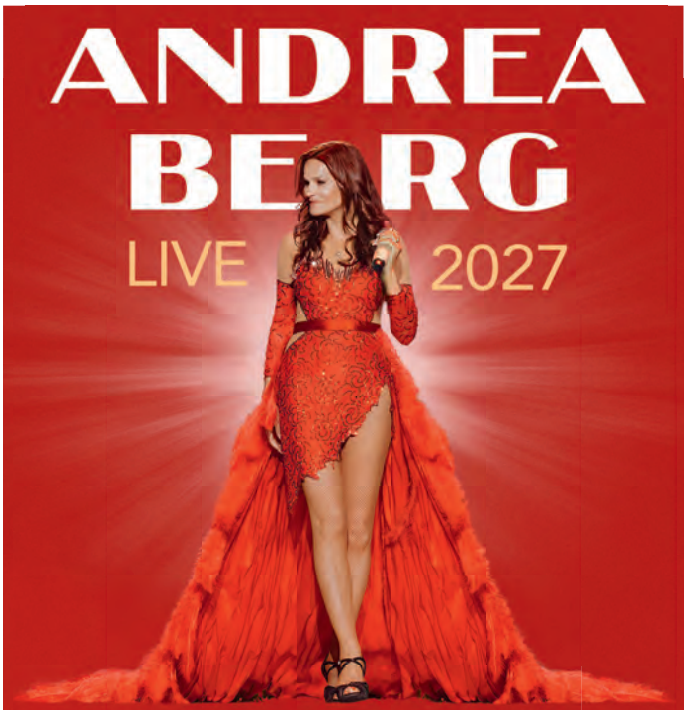


Foto: Tim Cavadini

19. November, 20 Uhr · Die Pumpe, Kiel

ANZEIGE

ANDREA BERG
LIVE 2027



31.10.27 KIEL
MERKUR OSTSEEHALLE
Radio Paloma

semmel.de WWW.ANDREA-BERG.DE Tickets: eventim

KOSMISCHE KLÄNGE



KAZUR steht für dreamy psychedelic soul – ein Universum, in dem moderne Indie Sounds auf globale Musik treffen und mit den Einflüssen des 70s-Soul zu einer ganz persönlichen Soundästhetik verschmelzen. Ihre Songs sind voller perkussiver Drums, schwebendem, federhallgetränktem Gesang, Gitarren mit warmen Wah-Wah-Effekten und einem E-Bass, der an den legendären Motown-Sound erinnert. Die Texte entführen in antike und urzeitliche Welten, erkunden Paläontologie und öffnen poetische Perspektiven auf Raum, Zeit und Kosmos. Der Eintritt kostet 14 Euro. www.kulturladen-leuchtturm.info

Foto: Niklas Stadler

13. November, 20 Uhr • Kulturladen Leuchtturm, Kiel-Friedrichsort

Der Dogfather sagt Tschüss!

Nach 30 Jahren im Einsatz für ein besseres Verständnis zwischen Mensch und Hund verabschiedet sich Martin Rütter von der Live-Bühne. Mit „SCHLUSS! AUS!“ kommt der Hundeprofi ein letztes Mal nach Kiel.

Er ist der Dogfather, der Hundeskanzler und der Mann für alle Felle: Martin Rütter setzt sich seit Jahrzehnten mit Fachwissen, Humor und einer gehörigen Portion Menschenkenntnis für ein harmonisches Miteinander von Zwei- und Vierbeinern ein. Nun ist es Zeit, Abschied zu nehmen.



Foto: Klaus Grittner

Nach mehr als 6.500 gekitteten Mensch-Hund-Beziehungen und fünf erfolgreichen Live-Tourneen geht Deutschlands bekanntester Hundetrainer ein letztes Mal auf Tournee.

Mit seinem Programm „SCHLUSS! AUS!“ blickt Rütter auf 30 Jahre voller tierischer Begegnungen, kurioser Erlebnisse und menschlicher Eigenheiten zurück. Denn wer glaubt, bei der Hundeerziehung gehe es nur um die Vierbeiner, wird schnell eines Besseren belehrt. Oft sind es schließlich Herrchen und Frauchen, die noch einiges lernen können. Mit scharfem Blick nimmt Rütter die Missverständnisse zwischen Mensch und Hund unter die Lupe und hält seinem Publikum augenzwinkernd den Spiegel vor.

Auch zum Abschied bleibt sich der Hundeprofi treu: fundiert, schonungslos ehrlich und herrlich komisch. Mit persönlichen Geschichten und pointierten Beobachtungen sorgt er noch einmal für jede Menge Aha-Momente. Denn das Beste kommt bekanntlich zum Schluss! Tickets gibt’s an allen bekannten VVK-Stellen sowie auf www.eventim.de.

28. Februar 2027, 18 Uhr · MERKUR Ostseehalle, Kiel

GEWINNSPIEL

Wir verlosen in unserem Newsletter am 11. November **3 × 2 Tickets**! Jetzt anmelden und mitmachen: www.lebensart-sh.de/newsletter

WER RETTET WILLI WINTER?

Was passiert, wenn Frühling, Sommer, Herbst und Winter gemeinsam in einer WG leben? In der Weihnachtsgeschichte „Wer rettet Willi Winter?“ von Sabine Alipour geraten die Jahreszeiten aneinander. Als eine Wetterfee auftaucht und jemand Weihnachten ohne Schnee und Kälte feiern möchte, ist das Fest plötzlich in Gefahr. Die Niederdeutsche Bühne Kiel erzählt in hochdeutscher Sprache eine turbulente Geschichte voller Humor und winterlicher Verwicklungen für alle ab vier Jahren. Mehr Infos, Termine und Tickets unter www.niederdeutschebuehne-kiel.de.

Premiere: 21. November, 14.30 Uhr · Niederdeutsche Bühne, Kiel



Foto: Imke Noack







SCHUBYS BUCHTIPP

HAPPY WEEKEND



Katja und Marcel sind bester Laune, als sie an diesem Freitag mit dem Auto aufbrechen. Eine kleine Auszeit über das verlängerte Wochenende, einfach mal ausspannen. Doch beim kurzen Halt an einer Raststätte wird ihnen das Gepäck aus dem Kofferraum gestohlen. Zum Glück hat Katja einen kleinen GPS-Tracker in den Koffer gelegt, über den sie ihn orten kann. Und tatsächlich, auf der Karte in der App sehen sie ihn als blauen Punkt, wie er sich eben der Autobahnauffahrt nähert. Ohne groß nachzudenken, folgen sie dem Wagen, in dem sie ihr Gepäck vermuten. Doch dann ist es zu spät – sie sitzen in der Falle. Denn jemand hat sie absichtlich an diesen Ort gelockt. Und ihr schlimmster Albtraum beginnt genau jetzt …

Arno Strobel, Fischer, 368 S., 18 Euro

Stellt euch vor: Ihr habt euch so auf eine perfekte Auszeit gefreut und landet im schlimmsten Albtraum. Wieder einmal ein neuer Pageturner von Arno Strobel!
******* 5 von 5 Sternen**

VERANSTALTUNGEN

SADDLE THE CATTLE

Cowboystiefel an und ab auf die musikalische Ranch! Saddle the Cattle von der schleswig-holsteinischen Ostküste feiern die großen Klassiker der Countrymusik und verpassen ihnen eine ordentliche Portion Rock ’n’ Roll und Humor. Besonders die legendären Duette von Johnny Cash und June Carter, Dolly Parton und Kenny Rogers oder Loretta Lynn und Conway Twitty haben es der Band angetan. Entstanden ist Saddle the Cattle 2022 aus einer Whiskeylaune von Sängerin Maxime Stoltenberg und Gitarrist Jan Graf. Inzwischen sorgt die Band mit viel Spielfreude, kernigen Gitarren und jeder Menge Charme für ausgelassene Konzertabende. Mehr Infos und Tickets unter www.lutterbeker.de.

5. Dezember, 20 Uhr · Lutterbeker, Lutterbek



Foto: Saddle the Cattle

ALINE DEANNA DUO

Mit ihrer warmen Stimme, eingängigen Melodien und einer Prise Augenzwinkern begeistert die kanadische Singer-Songwriterin Aline Deanna. Ihre Musik verbindet traditionellen Country und Folk mit modernem Americana. In ihren poetischen, manchmal frechen Texten erzählt sie Geschichten mitten aus dem Leben. Ihr Debütalbum „Wild Rose & Salt Water“ erschien 2025 und fand international Beachtung. Gemeinsam mit ihrer musikalischen Begleitung bringt sie gefühlvolle Songs voller Charme und Leichtigkeit auf die Bühne. Der Eintritt ist frei, Spenden sind willkommen.

27. November, 20 Uhr · Prinz Willy, Kiel



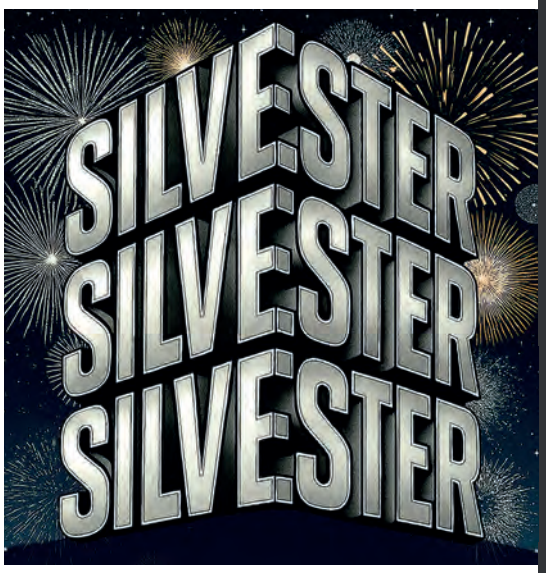
Foto: Aline Deanna

halle400

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

- BESONDERE MOMENTE FEIERN - Ob romantische Hochzeit, festliche Weihnachtsfeier oder besonderer Anlass: Mit Blick auf die Kieler Förde bieten wir den passenden Rahmen für unvergessliche Feste. Dank flexibel kombinierbarer Decks findet jede Feier die richtige Größe, vom persönlichen Kreis bis zur großen Gesellschaft. Hochwertiges Catering und ein erfahrenes Event-Team sorgen dafür, dass euer Fest zu einem besonderen Erlebnis für euch und eure Gäste wird.









EIN GESCHENK, DAS IN ERINNERUNG BLEIBT

Manchmal ist gemeinsame Zeit das schönste Geschenk. Überrascht eure Liebsten zu Weihnachten mit einem besonderen Erlebnis in der Halle 400 und verschenkt Vorfreude, gemeinsame Momente und Erinnerungen, die bleiben.
Von der FarOut Revival Party am 1. Weihnachtstag über das festliche Gala Dinner Silvester bis zur „Tanz in den Mai" ABBA Party warten besondere Veranstaltungen auf euch.

Weil gemeinsame Zeit das wertvollste Geschenk ist.

Tickets & weitere Veranstaltungen: halle400.de/live-programm

halle400

LIVE-PROGRAMM

14. + 15.11.2026
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
MEHRERE DANCEFLOORS

27. + 28.01.2027
BALTIC GOURMET FORUM

30.04.2027
TANZ IN DEN MAI
ABBA REVIVAL PARTY

SCAN FÜR MEHR!
www.halle400.de

KONTAKT

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

FOLGT UNS

@HALLE400_KIEL



LOT VEKEMANS: JUDAS

Verräter, Sünder, Inbegriff des Bösen: Seit Jahrhunderten gilt Judas als Schuldiger. Doch was, wenn er selbst zu Wort käme? Mit ihrem Monolog „Judas“ wagt die niederländische Dramatikerin Lot Vekemans einen radikalen Perspektivwechsel und hinterfragt alte Feindbilder und antisemitische Klischees. Schauspieler Ivan Dentler (Foto) verleiht Judas bei einer szenischen Lesung seine Stimme, begleitet von Tomasz Harkot an der Orgel. Im anschließenden Publikumsgespräch mit Kristin Schlegel (CAU Kiel) geht es um antisemitische Mythen und die Suche nach Sündenböcken. Mehr Infos unter www.st-nikolai-kiel.de, Tickets gibt es unter www.reservix.de.

7. November, 19 Uhr • St. Nikolai-Kirche, Kiel

LELÉKA

Ukrainische Weihnachtslieder in einem neuen Klanggewand: Mit „Rizdvo“ bringt die Berliner Band LELÉKA musikalische Traditionen aus der Ukraine auf die Bühne. Das Quartett um Sängerin Viktorija Leléka verbindet ukrainische Folklore mit modernem Jazz. Zarte Balladen treffen auf mitreißende Rhythmen, traditionelle Melodien auf überraschende Arrangements. Aus dem reichen Schatz ukrainischer Weihnachtsmusik haben die vier ihre Lieblingsstücke ausgewählt und neu interpretiert. Ein stimmungsvoller Konzertabend voller Wärme und musikalischer Vielfalt. Mehr Infos und Tickets unter www.theater-kiel.de.

29. November, 19.30 Uhr • Konzerthaus am Schloss, Kiel



MEIN FREUND HARVEY



Ein zwei Meter großer, weißer Hase sorgt in der Komödie „Mein Freund Harvey“ für reichlich Wirbel. Im Brooklyn der 1940er-Jahre stellt der liebenswerte Elwood P. Dowd seinen unsichtbaren Freund Harvey vor – und bringt damit seine Mitmenschen zur Verzweiflung. Besonders seine Schwester Veta ist entsetzt und beschließt, Elwood in eine Heilanstalt einweisen zu lassen. Doch durch eine folgenschwere Verwechslung landet sie selbst dort! Bald stellt sich die Frage, wer hier eigentlich verrückt ist und was Normalität überhaupt bedeutet. Das Theaterensemble der Musikschule Neumünster bringt die ebenso turbulente wie warmherzige Komödie mit weihnachtlicher Musik auf die Bühne. Mehr Infos und Termine gibt es unter www.musikschule-neumuenster.de.

Premiere: 28. November, 19 Uhr • Musikschule Neumünster

KINSKI IN KIEL

Ein Auftritt, der zum Skandal wurde: Als Klaus Kinski 1962 im Kieler Reichshallenkino gastierte, eskalierte der Abend derart, dass schließlich die Polizei eingreifen musste. Mehr als 60 Jahre später greift das Deich-Art-Ensemble die Ereignisse in „Kinski in Kiel“ wieder auf. Anne Clausen und Tom Keller rekonstruieren unter der Regie von Jens Raschke den legendären Abend und verbinden dabei dokumentarische Elemente mit fiktionalen Szenen. Eine ungewöhnliche Zeitreise in die Kieler Kulturgeschichte, die zugleich an den 100. Geburtstag des umstrittenen Schauspielers erinnert. Mehr Infos und Tickets unter www.theater-kiel.de.

13. November, 20 Uhr • Maritim Backbord Bar, Kiel



Fotos: Thomas Leidig; K. Kozinska; Stephanie Peters; Marija Behrendt



PARTY AUF 6 DECKS

GALA DINNER VON 18-21 UHR • 2 DANCEFLOORS
3 BARS • LED-SHOWS • GOLDEN COUNTDOWN

Tickets
& Infos:

halle400.de

IMPRESSUM

Lebensart im Norden
erscheint kostenlos am Monatsanfang in Schleswig-Holstein und Hamburg.
www.lebensart-sh.de, www.verlagskontor-sh.de

Verlagskontor Schleswig-Holstein GmbH
Haßstraße 13–15 (Zuckerspeicher), 24103 Kiel

Herausgeber:
Kassian Alexander Goukassian

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

Büroleitung:
Friederike Schmidt, friederike.schmidt@verlagskontor-sh.de
Tel.: 0431 / 200 766 503

Chefredaktion:
Mirjam Stein, redaktion@verlagskontor-sh.de, Tel.: 0431 / 200 766 509

Redaktion:
Marion Laß, Maya Schukies, Sebastian Schulten, Isabelle Sester,
Mirjam Stein, Hanna Wendler, Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnow,
Dr. Heiko Buhr (freier Mitarbeiter)

Redaktion Westküste:
Marion Laß, m.lass@falkemedia.de

Grafik:
Sandra Huege, Nicolas Rexin, Sonja Woldt,
Andrea Nommensen (freie Mitarbeiterin), Maren Urbat (freie Mitarbeiterin)

Anzeigen- und Titelgestaltung:
Nicolas Rexin, nicolas.rexin@verlagskontor-sh.de

Fotos:
Adobe Stock, Pexels, Unsplash

Illustrationen:
Adobe Stock

DORT WERBEN, WO DER NORDEN LIEST.

SPRECHEN SIE UNS AN:

Anzeigen:
info@verlagskontor-sh.de, Tel.: 0431 / 200 766 500

Mediaberatung:
Frank Barghan, Anne-Kristin Bergan, Heinke Blume,
Corinna Euker, Regine Sauerberg, Jörg Stoeckicht,
Mirja Katinka Terhaar, Renate Wietzke, Birgit Ziemann

Unsere Mediadaten finden Sie unter www.falkemedia.de/mediadaten.

Gesamtauflage:
Bis zu 130.000 Exemplare / Monat

Anzeigen- und Redaktionsschluss:
Jeweils der 15. des Vormonats

Druck: Eversfrank Gruppe | Frank Druck GmbH & Co. KG,
Industriestraße 20, 24211 Preetz-Wakendorf

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, eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden. Keine Gewähr für die Richtigkeit.

IN DER NÄCHSTEN lebensart

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER LEBENSART ERSCHEINT AM 1. DEZEMBER.

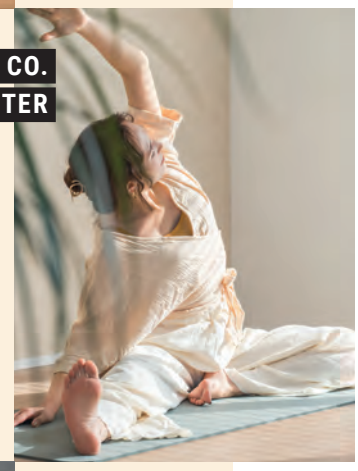


LICHTERGLANZ UND IDEEN ZUM EINPACKEN

Im Dezember steht die Weihnachtszeit im Mittelpunkt. Wir haben stimmungsvolle Weihnachtsmärkte im Norden zusammengestellt – vom kleinen Dorfplatz bis zur großen Lichtermeile. Der Geschenke-Guide bietet Ideen für verschiedene Budgets und Altersgruppen und passend dazu gibt's Rezepte für die Festtage.

YOGA, TAI CHI & CO. GESUND DURCH DEN WINTER

Sanfte Bewegungsformen können helfen, zur Ruhe zu kommen, Kraft aufzubauen und den Kopf freier zu machen. Wir schauen uns Yoga, Tai Chi und ähnliche Ansätze genauer an und geben eine erste Orientierung, wie ein Einstieg gelingen kann. Dabei geht es um einfache Routinen und um Wege, Achtsamkeit in den Alltag zu integrieren.





STRAHLEND SCHÖN LICHT & LAMPEN

Licht prägt, wie Räume wirken: Es kann Atmosphäre schaffen, Zonen betonen und den Alltag funktionaler machen. Wir beschäftigen uns mit dem Thema Lampen und zeigen, wie unterschiedliche Lichtquellen zusammenarbeiten. Zudem geben wir Anregungen, wie sich mit kleinen Anpassungen eine freundliche, warme Wirkung erzielen lässt.

GEDRUCKT MIT 100% ÖKOENERGIE STROM & GAS

100% Recycling • 100% Ökostrom

Der Inhalt der **„Lebensart im Norden"** wird auf 100% Recycling Papier der Steinbeis Papierfabrik in Glückstadt gedruckt.

Unsere Druckerei - **Frank-Druck** ist ebenfalls in Schleswig-Holstein beheimatet und produziert unter anderem zu 100% mit Ökostrom.

So schonen wir nicht nur die Umwelt und reduzieren Lieferwege, sondern erhalten auch Arbeitsplätze in der Region.

Zur CO^2-Kompensation startet **falkemedia** in 2022 ein eigenes Waldaufforstungsprogramm.

Fotos: Adobe Stock

NORTEX
... zieht den Norden an!

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



IHR BESONDERES
Einkaufserlebnis
mit unserem Service zum Wohlfühlen und attraktiven Events

GIL BRET · FUCHS SCHMITT · CINZIA ROCCA ICONS · bugatti · DIGEL · JOOP!

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

Anfahrt:
A7 Neumünster-Süd
B 205 Altonaer Str.
Zentrum Neumünster
6. Ampel links

Öffnungszeiten:
Montag–Freitag
9.00 bis 18.30 Uhr
Samstag
8.30 bis 18.30 Uhr

Bleiben Sie auf dem Laufenden!
Entdecken Sie unseren Eventkalender auf www.nortex.de und verpassen Sie keine Veranstaltungen und Aktionen mehr!

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

NORTEX Mode-Center GmbH & Co. KG; Foto: Nortex

EINMAL MIT ALLES

Der mehr-geht-nicht Kfz-Schutz.

Für alle, denen „reicht doch“ eben doch nicht genügt: **Itzehoer TOP DRIVE**
Der beste Kfz-Schutz im Norden. Mehr geht nicht … und gut!

Top Leistung.
Top Service.
TOP DRIVE.



Jetzt wechseln.

Itzehoer Versicherungen
… und gut!

KI + Itzehoer = ♥