

# Rendsburger Leben



## EIS GEHT IMMER!

Köstliche Rezepte für  
eiskalten Genuss

## PUMPTRACK ERÖFFNET

Biken bis die  
Beine brennen

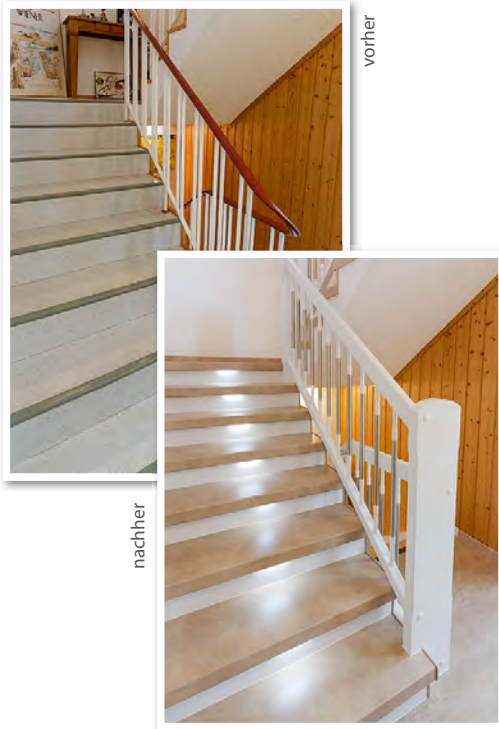


# Sommererleben

Entdeckt die schönsten Strände, Badestellen und Surfspots  
im Land und erlebt tolle Events unter freiem Himmel!



## TREPPENRENOVIERUNG WIR MACHEN IHRE TREPPE SCHÖN!



### NACH ALT KOMMT KNUTZEN

Qualität kann man schwer beschreiben, man muss sie erleben:

- Kompetente Planung & Montage
- Ansprechende Designs
- Pflegeleicht & Robust
- 20 Jahre Garantie auf Abrieb
- Made in Germany

## Gestalten Sie Ihre TRAUMTREPPE

Mit unserem Treppenrenovierungssystem bieten wir Ihnen das Rundum-Sorglos-Paket. Von der Beratung über das Aufmaß bis hin zum Einbau begleiten wir Sie auf dem Weg zu Ihrer neuen Traumtreppe. Bevor es jedoch mit unseren Profis zum Aufmaßtermin bei Ihnen vor Ort geht, müssen einige wichtige Fragen geklärt werden. Handelt es sich um eine Beton- oder Holztreppe? Ist die Treppe gerade, gewandelt oder sogar offen? Sollen nur die Treppenstufen erneuert werden oder auch das Geländer? Unsere Treppenprofis beraten Sie unverbindlich und kostenlos über die Möglichkeiten und den genauen Umfang der Treppenrenovierung.

Nie wieder schleifen, ölen oder streichen. In nur wenigen Tagen schaffen wir maßgeschneiderte Lösungen - die bleiben.

In diversen  
Dekoren  
erhältlich

Besuchen Sie unsere großen  
Treppenstudios in den Filialen.

\*Wir bieten Ihnen mit unserer günstigen 0% - Finanzierung die Möglichkeit Ihre Wunschprodukte zu einem späteren Zeitpunkt oder in mehreren kleinen Raten zu bezahlen. Eine Finanzierung ist ab einem Einkaufswert von 400€ möglich. Den Betrag können Sie innerhalb von 24 Monaten in kleinen Raten begleichen. Gerne beraten wir Sie zu unseren Finanzierungsangeboten. Vereinbaren Sie hierzu einfach einen Termin in Ihrer Filiale.

KNUTZEN TEPPICH-HOF **Büdelsdorf**  
Neue Dorfstr. 68, 24782 Büdelsdorf  
Tel. 04331 / 35 060  
buedelsdorf@knutzen-home.de

KNUTZEN TEPPICH-HOF **Eckernförde**  
Rendsburger Str. 122, 24340 Eckernförde  
Tel. 04351 / 76 95 60  
eckernfoerde@knutzen-home.de

KNUTZEN TEPPICH-HOF **Schleswig**  
Lattenkamp 3-4, 24837 Schleswig  
Tel. 04621 / 97 87 30  
schleswig@knutzen-home.de

IMMER IN IHRER NÄHE UND ONLINE UNTER: [WWW.KNUTZEN-HOME.DE](http://WWW.KNUTZEN-HOME.DE)

Verwaltung : Knutzen Teppich-Hof GmbH • Parkallee 16 • 24782 Büdelsdorf



Die RENDSBURGerleben-Crew:  
Sebastian, Mona, Claudia, Kathrin W., Kathrin M., Mirjam, Jörg, Gesa, Marleen,  
Lennart und Malin (v. li.)

## LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

lange Tage, laue Nächte – es ist Sommer im Norden! Schwimmen, surfen, skaten oder biken, Eis essen, Erdbeeren pflücken, grillen, Radtouren, zelten ... Diesen Monat steht schon so einiges rot markiert im Kalender:

Die NordArt hat noch bis zum 9. Oktober ihre Tore geöffnet und zeigt viele Neuheiten und bekannte Publikumsliebhaber (Seite 8). Eckernförde lockt mit einem kunterbunten Veranstaltungsprogramm: Beim „Vegan Summer“ (9.-10. Juli) könnt ihr tierfreie Produkte schlemmen und shoppen. Verschiedene Weine und griechische Köstlichkeiten gibt's beim Weinfest am 24. Juli im Kurpark. Ein Spaß für die ganze Familie ist das Piratenspektakel, bei dem alljährlich Horden kostümierter Hobby-Freiberuter:innen durch die Stadt ziehen und ausgelassen am Strand feiern (29.-31. Juli). Wenn ihr

Lust habt, eure kriminalistische Spürnase auf die Probe zu stellen, probiert es doch einmal mit dem Krimitrail (mehr dazu auf den Seiten 20-22). Direkt am 1. Juli geht der Pumptrack in der Rendsburger Innenstadt an den Start und wird sicher schnell zum Lieblingsspot aller Skater:innen und BMX-Biker:innen (S. 28). Vom 5. Juli bis 9. August findet wieder das Musikfilmfestival mit einer tollen Auswahl ganz unterschiedlicher Künstlerportraits und Genres im Schauburg Filmtheater statt. (Seite 72).

Noch mehr Veranstaltungstipps, Ausflugsideen, News aus der Region und leckere Rezepte für warme Tage findet ihr in dieser Ausgabe.

Genießt unseren nordischen Sommer!

*Eure Claudia Horn, Malin Schmidt  
und die RENDSBURGerleben-Crew*

# Holz in Hülle & Fülle!

## Unser Service – Ihr Vorteil!

»» Umfangreiches  
Sortiment an Lagerware



[www.gehlsen.de](http://www.gehlsen.de)

**100%  
Service.**

**HolzLand**  
**Gehlsen**  
Seit 1811

»» Beratung.      »» Ausstellung.  
»» Kompetenz seit 1811.

HolzLand Jan Fr. Gehlsen GmbH & Co. KG  
Büsumer Straße 106-114 · 24768 Rendsburg  
Tel. 04331 770060 · Fax 4049  
info@gehlsen.de · www.gehlsen.de



**12** Mehr Meer, bitte! Wir zeigen euch die schönsten Strände an Nord- und Ostsee



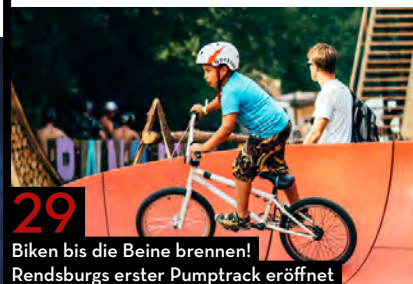
**24** Eine Bahnfahrt, die ist lustig! Unterwegs mit Kindern



**17** Lust auf ein Picknick mit Meerblick?



**64** Eisige Liebe – die besten Eis-Rezepte für den Sommer



**29** Biken bis die Beine brennen! Rendsburgs erster Pumptrack eröffnet



**70** Konzerte, Kunst und Kultur

**SOMMERERLEBEN**

Mehr Meer, bitte – die schönsten Strände **12**  
 Ab ans Wasser – Tipps zu Badestellen **14**  
 Surfen auf dem Wittensee **16**  
 Picknick mit Meerblick **17**  
 Piratenspektakel in Eckernförde **21**

**GLEIS & MEHR**

Mit Kindern in den Wildpark **24**

**STADTGESCHEHEN**

Let's pump – Rendsburgs erster Pumptrack **29**  
 Fördefräulein unterwegs in Nortorf **30**  
 Regionaltag in Kropp **34**

**AUTO & TECHNIK**

TÜV Nord informiert zur E-Batterie **42**

**WOHNEN & WOHLFÜHLEN**

Alles für ein schönes Zuhause **44**  
 Komfort aus der Natur: Kork **46**

**MODE & BEAUTY**

Fashion-News und Beauty-Trends **50**  
 Durchstarten mit frischem Look **51**

**GESUNDHEIT & WELLNESS**

Gutes für die Gesundheit **56**  
 Darmgesundheit bei Tieren **58**  
 Reiseapotheke **62**

**HUNGER & DURST**

Gelato Grandioso – die besten Eis-Rezepte **64**  
 Neuer Spot am Paradeplatz **67**  
 Sommergenüsse am Kanal **69**

**KUNST & UNTERHALTUNG**

Buchtipps **70**  
 Bühne, Kunst und Events **71**  
 NordArt 2022 **8**

**JEDEN MONAT DABEI**

Editorial **3**  
 Horoskop **68**  
 Impressum **82**

# Bauzentrum ZERSSSEN

Ein Unternehmen der Schröder-Gruppe.

## Berufs- bekleidung



Wir unterstützen das junge Handwerk!

**AKTION**  
Junges Handwerk  
gültig vom 18.07. – 10.09.2022

## Fliesen & Sanitär



## IGA Marble Style

Ein moderner Klassiker für Zuhause.  
Der Charme von Marmoroptik  
und die Vorzüge des modernen  
Feinsteinzeugs.

Hochbau

Tiefbau &  
GaLa-Bau

Bedachung

Fenster,  
Türen, Tore

Holz &  
Bodenbeläge

Fliesen &  
Sanitär

Profi-  
fachmarkt

Berufs-  
bekleidung

Beton-  
tankstelle

Friedrichstädter Straße 87-95  
24768 Rendsburg  
Tel. 04331 786-0  
info@bauzentrum-zerssen.de  
www.**Bauzentrum-ZERSSSEN**.de

**Ihr kompetenter  
Baustoffprofi vor Ort!**

# SOMMER ERLEBEN

*Die Urlaubs- und Feriensaison hat begonnen und es ist mächtig was los im Norden! Die schönsten Strände und Badestellen sind nah – wir zeigen euch, was es sonst alles noch zu erleben gibt ...*



## MUSIC FOR FRIENDS: SOMMERKONZERTE

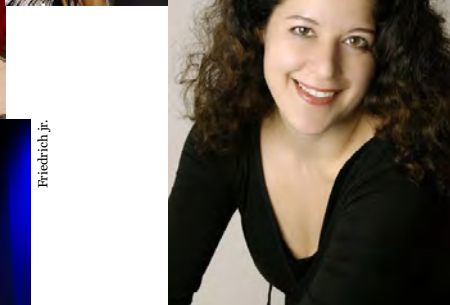
Noch im Juli starten wieder die Sommerkonzerte im ONNO Hotel by Norman. Unter dem Motto „Music for friends“ finden hier im zweiten Jahr hausgemachte Konzerte mit tollen Musiker:innen statt. Den Anfang macht die regional bekannte Maya Mo am 29. Juli. Sie begeistert ihre Zuhörer:innen mit eingängigen eigenen Liedern in mehreren Sprachen, beherrscht aber zugleich auch die Interpretationen von weltbekannten Songs, an denen man sich niemals satt hört. Sie sorgt seit Jahren für volle Hallen und gutgelaunte Menschen, die nach ihren Konzerten den weiteren Abend äußerst zufrieden verbringen.

An den vier August-Wochenenden folgen weitere Konzerte mit Friedrich jr., Jonny Möller & Spiegelgefährten, 4Way Street und abschließend Merlot. Die Hofkonzerte finden jeweils freitags im Hofgarten des ONNO Hotels statt. Los geht's jeweils um 19 Uhr, um 18.30 Uhr beginnt der Einlass. Eine Eintrittsgebühr wird nicht fällig, dafür geht am Ende der Hut herum.

**ONNO Hotel by Norman**  
Königstr. 4, Rendsburg  
Tel.: (04331) 589 10  
[www.onnohotel.com](http://www.onnohotel.com)



Jonny Möller &amp; Spiegelgefährten



Maya Mo



Friedrich jr.



Merlot

## SOMMERFERIEN: VIELFÄLTIGE ANGEBOTE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

*Auch in diesem Jahr wird es in den Sommerferien ein vielfältiges Ferienangebot für Kinder und Jugendliche in Rendsburg geben. Das Angebot ist reichhaltig und von vielen Kooperationspartner:innen gestaltet worden. So ist bei den rund 70 Angeboten für jeden Geschmack etwas dabei.*

Das Programmangebot erstreckt sich über die sechs Wochen der Sommerferien und verteilt über das ganze Stadtgebiet und darüber hinaus. Von Kreativangeboten bis hin zu vielfältigen, sportlichen Aktivitäten, dem Besuch des Erlebnishofs Kamerun und zum Lagerfeuer. Über 800 freie Plätze können online gebucht werden unter: [www.unser-ferienprogramm.de/rendsburg](http://www.unser-ferienprogramm.de/rendsburg)

Das Ferienprogramm bietet ebenfalls ein spezielles Angebot der Volkshochschule Rendsburg für geflüchtete Kinder aus der Ukraine.

### AUSKUNFT ERTEILT:

Fachdienst Bildung  
Herr Gröning  
Tel.: (04331) 206-145  
E-Mail: [matthias.groening@rendsburg.de](mailto:matthias.groening@rendsburg.de)

**RENDSBURG**



© Stadt Rendsburg

Ferienprogramm Stadt Rendsburg

# NORDART 2022

## KUNST IN SPEKTAKULÄREM RAHMEN!

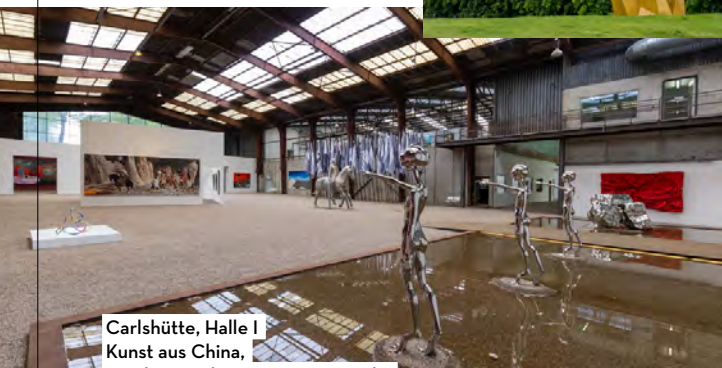
*Das Kunstwerk Carlshütte im schleswig-holsteinischen Büdelsdorf freut sich darauf, im Juni die nunmehr 23. NordArt auf dem Gelände der historischen Eisengießerei eröffnen zu können. Erneut werden Arbeiten von 200 Künstler:innen aus aller Welt in einer der größten jährlichen Ausstellungen zeitgenössischer Kunst in Europa vereint sein. Unser Redaktionsteam war kurz vor der Eröffnung zum Preview eingeladen und begeistert von der Vielfalt und Ausdruckskraft der gezeigten Werke.*



Carlshütte, Halle V  
Michal Gabriel (Tschechien)  
„Dancer 1-3“  
Clemens Tremmel (Deutschland)  
paintings on aluminium



Skulpturenpark,  
Jan Dostál (Tschechien)  
„Creature“, Stahl/H: 12 m



Carlshütte, Halle I  
Kunst aus China,  
Sonderprojekt „So Fern - So Nah“

Die NordArt 2022 hat vom **4. Juni bis zum 9. Oktober** ihre Tore geöffnet. Die imposante Kulisse von Eisengießerei, Wagenremise und weitläufigem Skulpturenpark schafft eine ganz eigene Atmosphäre, die nicht nur einen besonderen Blick auf die Kunst erlaubt, sondern auch die Kunstwerke miteinander und mit den Besucher:innen ins Gespräch bringt. Zu entdecken sind sowohl die nationalen Traditionen, Erfahrungen und Sehweisen als auch die vielen verschiedenen Wege, Zukunft zu bauen.

### LÄNDERFOKUS

Um die Einblicke zu vertiefen, widmet die NordArt jedes Jahr einem anderen Land einen eigenen Pavillon - dieses Jahr steht Polen im Fokus der vielseitigen Ausstellung. Unter dem Titel „Above Borders“ / „Ponad granicami“ haben sich für die NordArt zum ersten Mal in der Geschichte der polnischen zeitgenössischen Kunst erfolgreiche Künstler:innen zusammengetan, die nach 1945 innerhalb der polnischen Grenzen und in anderen europäischen Ländern sowie in den USA ihre Kunst geschaffen haben.

### NEUE HIGHLIGHTS AUS ASIEN

Dank der langjährigen Kontakte zur chinesischen Kunstszene werden unter dem Titel „So Fern - So Nah“ erneut bedeutende - neue und bereits bekannte - Künstler:innen aus China dabei sein. Die mongolische zeitgenössische Kunst zeigt im Rahmen der Sonderausstellung „Zwischenräume“ mit einer Auswahl von 18 Künstler:innen ein weiteres Mal, dass Tradition und Moderne zu einem ganz eigenen Stil zusammenwachsen können.

Zu den Highlights 2022 gehören sicherlich auch die neuen, großformatigen Gemälde des usbekischen Künstlers Timur D'Vatz, der 2021 den NordArt-Preis erhielt und als Teil des Sonderprojekts aus Zentralasien große Aufmerksamkeit auf sich zog. Viele weitere Publikumspreisträger:innen der NordArt zeigen ebenfalls neue Arbeiten.

### Öffnungszeiten:

Di-So 11-19 Uhr, montags geschlossen

[www.nordart.de](http://www.nordart.de)



# E-BIKE-EXPERTEN MIT HERZ UND SEELE - UND EINER EIGENEN APP

*Frisch, mutig und innovativ – diese Attribute hat sich allrid-E redlich verdient. Das neue E-Bike-Zentrum in Nortorf hat seit seiner Eröffnung Ende 2020 so einiges gestemmt: zwei Ladenöffnungen, einen Umzug, Lockdowns und Lieferengpässe. Der ungebrochene E-Bike-Boom sowie der Vormarsch des Dienstradleasings halten den sympathischen Fachhändler zusätzlich auf Trab.*

Das alles hält die E-Bike-Expert:innen jedoch nicht davon ab, mehr als nur ein Fachhändler zu sein. Denn vor allem Spaß und Kundenservice stehen bei allrid-E absolut im Vordergrund: Neben dem blanken Verkauf von E-Bikes entwickelt sich der Nortorfer Händler zum coolen Freizeitspot: Regelmäßig werden von hier geführte Radtouren organisiert – gemütliche und auch ambitionierte – ebenso Rallyes, Radreisen und Firmenausflüge. Auch Werkstatt-Workshops mit Tipps und Tricks rund um schnelle Pannenhilfe werden nach Feierabend angeboten. Seinen unbändigen Willen, Dinge anders und besser zu machen, zeigt der E-Bike-Einzelhändler mit der neuesten Entwicklung: Ab Juli geht allrid-E mit einer eigenen App an den Start. Kund:innen können im allrid-E-Club bequem ihr Bike auf dem Handy verwalten, bei jedem Besuch und Einkauf Treuepunkte sammeln und sind in Sachen News immer auf dem Laufenden.

In die zweite Runde geht dieses Jahr außerdem das große allrid-E-Sommerfest – den Termin am 27. August sollte man sich schon mal vormerken! Jede Menge Spiel, Spaß, Leckereien, Aktionen und Live-Musik locken ab Ladenöffnung um 9 Uhr auf das weitläufige Gelände im Gewerbegebiet Gnutzer Straße.

Ein Besuch bei allrid-E lohnt immer – fürs Auge, aber vor allem für die Auswahl an E-Bikes, denn die ist nach wie vor groß. Jedes Rad kann dabei probegefahren werden. Das Team allrid-E freut sich darauf, das perfekte Rad für euch zu finden, egal ob als Privatkauf, Dienstradleasing oder Null-Prozent-Finanzierung. Auf bald! Aktuelle Infos findet ihr online unter [www.allrid-e.de](http://www.allrid-e.de), bei Facebook oder Instagram oder ruft einfach an, Tel.: (043 92) 400 910.



Im Zentrum von  
Schleswig-Holstein



## Eure E-Bike-Experten in Nortorf

- Privatkauf · Dienstradleasing · Finanzierung
- E-Bike-Touren für Anfänger und Ambitionierte
- Ab Sommer → Deutschlandweite Radreisen

Gewerbegebiet Nortorf · Gnutzer Str. 20 · 0 43 92 / 40 09 10  
Filiale Hohenwestedt · Wilhelmstr. 2 · 0 43 92 / 40 09 191

📍 AllridE/Euer EBike-Zentrum in Nortorf  
📱 [allride\\_ebike\\_center](https://www.instagram.com/allride_ebike_center)  
🌐 [www.allrid-e.de](http://www.allrid-e.de)

**allrid** ➡  
Wir haben den Plan E



# RADELN UND PÖTTE KIEKEN MIT DEM FAHRRAD AM NORD-OSTSEE-KANAL ENTLANG



© Gabriele Rohde/Adobe



© A. Rochau/Adobe

**A**uf 325 Kilometern führt die NOK-Route am Nord-Ostsee-Kanal entlang, einmal quer durch das Binnenland von Schleswig-Holstein. Auf der Strecke von Brunsbüttel vorbei an Rendsburg bis nach Kiel bahnen sich auf der am meisten befahrenen Seeschiffahrtsstraße der Welt täglich über 100 Schiffe ihren Weg von der Nordsee zur Ostsee. Seite an Seite mit Luxuslinern und anderen „Hochseepötten“ durch Wiesen- und Waldlandschaften, vorbei an Seen und Flüssen. Ihren besonderen Charme erhält die Route durch imposante Schleusenanlagen, Tunnel, Brücken und Fähren. In den idyllisch gelegenen Kanal-Gemeinden gibt es stattliche Güter und Herrenhäuser zu entdecken und natürlich die ein oder andere Stärkung einzunehmen.

Insgesamt acht abwechslungsreiche Etappen von jeweils etwa 40 Kilometern sieht die Route vor. Damit bleibt den Radfahrenden genügend Zeit, die Umgebung zu erkunden, aber auch die Beschaulichkeit der Kanal-Gemeinden zu erleben. Präzise Karten, genaue Streckenübersichten, Stadtpläne sowie Hinweise auf das kulturelle und

touristische Angebot der Kanalregion liefert der Online-Radwanderführer auf [www.nok-route.de](http://www.nok-route.de). Hier findet man alles, was für die Radtour wichtig ist.

## AUSFLUG NACH GUTS-HERR:INNENART

Schmuckstücke in der Landschaft sind die historischen Herrenhäuser und Gutsanlagen, eine davon liegt unweit von Rendsburg in der Gemeinde Bovenau. Teilnehmer:innen können das Anwesen und den alten Eiderkanal, der als Vorgänger des Nord-Ostsee-Kanals eines der bedeutendsten historischen Bauwerke Schleswig-Holsteins war, mit ihrem Rad oder einer Kutsche erkunden. Weitere Infos unter [www.mittel-holstein.de](http://www.mittel-holstein.de).

## TECHNISCHE MEISTERWERKE

Nicht nur die beeindruckenden Brücken über dem Nord-Ostsee-Kanal zeugen von technischen Meisterleistungen. Imposant sind auch die Straßen- und Eisenbahnhochbrücken sowie die großen Schleusenanlagen

in Brunsbüttel und Kiel-Holtenua. Lasst euch eine Besichtigung dieser Anlagen nicht entgehen und nehmt euch Zeit für die Schifffahrtsmuseen, die Wissenswertes über Kanaltechnik, Geschichte, Betrieb und Bedeutung der internationalen Wasserstraße präsentieren. Weitere Infos unter: [www.wsd-nord.wsv.de](http://www.wsd-nord.wsv.de) und [www.nok-sh.de](http://www.nok-sh.de)

## ÜBERNACHTEN IN DER JUGENDHERBERGE

Wer eine mehrtägige Radtour plant, sucht oft nach Unterkünften für nur eine Nacht. Zahlreiche Jugendherbergen befinden sich im Norden und sind vom ADFC als fahrradfreundliche Unterkunft („Bett+Bike“) zertifiziert. Mitglieder des Deutschen Jugendherbergswerk (DJH) profitieren unter anderem von der sicheren Abstellmöglichkeit für das (E-) Bike über die unkomplizierte Übernachtung bis hin zu vollwertigen Buffets. Die DJH-Mitgliedschaft kann spontan vor Ort oder unter [www.jugendherberge.de/mitgliedschaft/](http://www.jugendherberge.de/mitgliedschaft/) abgeschlossen werden. Infos und Buchungsoptionen für Radreisende unter: [www.jugendherberge.de](http://www.jugendherberge.de)

## SO SCHMECKT DER SOMMER

Puren Genuss für die ganze Familie gibt es auf dem Erdbeer- und Himbeerhof Steinwehr, direkt am Nord-Ostsee-Kanal. Mehrere Erdbeersorten, Himbeeren, Süßkirschen, Johannisbeeren, Brombeeren und Aroniabeeren sind auf den Gutsplantagen zu finden. Die Besucher:innen können ihre Lieblingsfrüchte sogar selbst pflücken. Im Garten-Café bietet das Hofteam sein Obst in Form von selbstgebackenen Kuchen, Torten, Waffeln und Quarkspeise an. Zur Zeit stehen 250 Plätze – unter freiem Himmel sowie überdacht – zur Verfügung. Im Hofladen finden Gäste alle Früchte der Saison sowie auf dem Gut hergestellte Marmeladen und Fruchtsäfte, dazu frische Eier, Fleisch und Honig von Landwirten aus der Region.

**Gut Steinwehr, Steinwehr 20, Bovenau, Tel.: (04357) 241, [www.himbeerhof-steinwehr.de](http://www.himbeerhof-steinwehr.de)**



Foto: Erdbeer- und Himbeerhof Steinwehr

## ZAUBEREI IM APFELGARTEN

Zauberhaft wird es am 22. Juli ab 19 Uhr in der **Langwedeler Schoolkat** zugehen: Fünf Künstler des Magischen Zirkels Kiel öffnen an diesem Abend ihre Trickkisten und präsentieren ein unterhaltsames Programm aus Zauberkunst und Bauchreden, bei dem es eine Menge zu staunen und ganz bestimmt auch zu lachen geben wird! Das Publikum bringt sich eigene Klappstühle und einen Picknickkorb mit, alternativ stehen Bänke bereit und am Schoolkatstand gibt es herzhaft und süße Leckereien, auch vegetarisch und vegan, sowie Getränke. Die Gäste suchen sich im Apfelgarten hinter der Schoolkat ein gemütliches Plätzchen – die Kunstschaffenden stehen direkt vor ihrer Nase. Für schlechtes Wetter ist vorgesorgt, sodass die Zaubershow nicht ins Wasser fällt. Der Eintritt kostet 8 Euro, Kinder zahlen 4 Euro.

Karten gibt es an der Abendkasse oder im Vorverkauf im „Workingspace im Mittelpunkt“ in der Poststraße 28 in Nortorf.

**22.7., 19 Uhr, Schoolkat  
Nortorfer Str. 5, Langwedel  
[www.schoolkat-langwedel.de](http://www.schoolkat-langwedel.de)**



## Erdbeer- und Himbeerhof Steinwehr

*Bekannt für Qualität*



### Gartencafé & Hofladen

Mo – Fr 12 bis 18 Uhr; Sa + So 10 bis 18 Uhr

### Obst der Saison selbst pflücken

ab Juni Erdbeeren

ab Mitte Juli Himbeeren, Süßkirschen, Brombeeren, Johannisbeeren, Aronia

### Festsaal

für bis zu 250 Personen, teilbar

### Weihnachtsmarkt

an den ersten drei Adventswochenenden

Besuchen Sie das malerische Gut Steinwehr direkt am Nord-Ostsee-Kanal

Steinwehr 20 · 24796 Bovenau · Telefon 0 43 57 / 241  
[www.himbeerhof.de](http://www.himbeerhof.de)



## IHRE FEIER BEI UNS. L.O.K.S. EXKLUSIV. GROSSER BAHNHOF. MIT AMBIENTE.



### L.O.K.S.

EXKLUSIV

### WIR BIETEN IHNEN EIN GAUMEN-VER- WÖHNPROGRAMM.

- Feiern Sie in unseren still-vollen Räumen im L.O.K.S.
- Individuelle Menus, ab 10 Personen
- Buffet für noch mehr Auswahl, ab 25 Personen
- L.O.K.S. exklusiv für Ihr Event, ab 40 Personen
- Biergarten mit 60 Plätzen

**L.O.K.S. RESTAURANT**  
Einfelder Schanze 3  
24536 Neumünster

**JETZT RESERVIEREN**  
TEL. 04321.78 39 530  
[www.loks-restaurant.de](http://www.loks-restaurant.de)

# MEHR MEER, BITTE!

## DIE SCHÖNSTEN STRÄNDE AN NORD- UND OSTSEE

*Lange Anreisen in die Sommerferien sind out. Nach dem guten Sommerwetter im vergangenen Jahr und der corona-bedingten Reisebeschränkungen mit Flugzeug und Co. geht der Trend zu Zielen in der Heimat weiter. An die Nord- und Ostsee kommt jede:r mit dem Auto oder mit der Bahn. Und das Übersetzen zu einer Nord- oder Ostfriesischen Insel stimmt besonders auf die Ferien ein: Mit der Fährfahrt setzt die Entschleunigung ein, der Urlaub hat begonnen.*



© Jenny Sturm



### SYLT, PERLE IN DER NORDSEE

Nach Sylt allerdings bringt auch der (Auto-) Zug. Hier gibt es zahlreiche schöne Strände. Einer der schönsten ist der Lister Ellenbogen, eine 330 Meter schmale und 1.200 Meter lange Halbinsel und die nördlichste Spitze der Insel Sylt. Das riesige Vogel- und Naturschutzgebiet befindet sich in Privatbesitz. Wer mit dem Auto oder Motorrad unterwegs ist, erreicht über eine mautpflichtige Straße den Parkplatz östlich des Leuchtturms List Ost auf dem Westellenbogen. Zu Fuß oder mit dem Fahrrad lässt sich die Landschaft aber auch ganz kostenfrei erkunden. Ein Besuch lohnt sich in jedem Fall: Der naturbelassene, etwa drei Kilometer lange Sandstrand ist nie überlaufen. Bei gutem Wetter reicht der Blick bis zur dänischen Insel Rømø. Aber Achtung: Das Baden am Lister Ellenbogen ist verboten, da dort starke Tiefenströmungen auftreten.

© JMPhotografie/Adobe

### USEDOM, URSPRUNG DER BÄDERKULTUR

Deutschlands längster Sandstrand misst 42 Kilometer und gehört zur Ostseeinsel Usedom. Hier begann im 19. Jahrhundert der deutsche Badetourismus: Das erste Logierhaus, das „Weiße Schloss“, eröffnete 1820 in Heringsdorf und beherbergte zahlreiche prominente Persönlichkeiten, etwa den späteren Kaiser Wilhelm II. sowie den Schriftsteller Kurt Tucholsky. Die imposante Bäderarchitektur in Heringsdorf, Ahlbeck und Bansin zeugt noch heute von der Historie, genauso die fünf Seebrücken Usedom, darunter Deutschlands längste in Heringsdorf mit 508 Metern sowie Deutschlands älteste in Ahlbeck, im Jahr 1898 erbaut. Und noch einen Superlativ hat die Insel laut Usedomer Tourismusgesellschaft zu bieten: die mit zwölf Kilometern längste Strandpromenade Europas.



## „STADT, LAND UND WATT“

# SOMMER IN DER HUSUMER BUCHT IM DREIERPACK

Sommer in der Husumer Bucht ist ... in Cafés und Restaurants den Blick über den Hafen schweifen lassen und durch die Gassen der Husumer Altstadt bummeln, in die Fluten der Nordsee stürzen oder bei Ebbe über den Wattboden spazieren, die Weite des Horizonts genießen und die abwechslungsreiche nordfriesische Landschaft der Husumer Bucht per Rad entdecken. Stadt, Land und Watt laden euch zum Durchatmen, Auftanken und Erleben ein. In der lebendigen Hafenstadt Husum findet sich dabei alles für eine gemütliche Auszeit, denn das „Westküsten-Metropolchen“ lockt in seinem historisch gewachsenen Stadtkern mit abwechslungsreicher Gastronomie und einem breiten Shopping-Angebot – von einem weithin bekannten Modehaus über individuelle Boutiquen bis hin zum Fachgeschäft. Auch die Kultur- und Freizeitangebote machen die Stadt besonders – ob Club- oder Klassik-

Konzert, buntes Hafenfest oder Museumsbesuch. Hinter den Deichen entdeckt ihr reetgedeckte Häuser, einzigartige Natur und regionale Spezialitäten. Diese gibt es direkt vom Hofladen oder auf dem größten Wochenmarkt Nordfrieslands in Husum – plattdeutscher Klönschnack inklusive! Bringt euer Rad mit (oder leiht euch eins vor Ort) und erkundet die Region entlang einer der Themen-Radrouten. Informationen hierzu stehen unter [www.husum-tourismus.de/radfahren](http://www.husum-tourismus.de/radfahren). Wer länger bleibt, findet in der Husumer Bucht die passende Unterkunft und hat genug Zeit, bei einer geführten Wattwanderung oder per Schiff das einzigartige UNESCO Weltnaturerbe Wattenmeer und die Inseln und Halligen zu entdecken. Egal, ob Tagesausflug, Kurztrip oder Sommerurlaub: Informationen rund um den Aufenthalt in der Husumer Bucht gibt es unter [www.husum-tourismus.de](http://www.husum-tourismus.de).

© Oliver Franke

## WIND, WATT UND ST. PETER-ORDING

Zwar nur zwölf Kilometer lang, aber immerhin bis zu zwei Kilometer breit ist der Strand von St. Peter-Ording im schleswig-holsteinischen Kreis Nordfriesland. Hier kann man die Weite genießen. Es ist genug Platz für Badegäste, Spaziergänger:innen, Strandsegler:innen, Wind- oder auch Kitesurfer:innen. Zahlreiche Strandkörbe sind vorhanden, einzigartig sind aber die 13 Pfahlbauten am Strand, die als Wahrzeichen des Ortes gelten und mehr als 100 Jahre alt sind. Der erste Pfahlbau eröffnete 1911 unter dem Namen „Giftbude“, weil es dort „wat gift“ (hochdeutsch: etwas gibt). Mit derzeit fünf Pfahlbautenrestaurants hat sich der ursprüngliche Zweck bis heute erhalten.

## OSTSEEHEILBAD TIMMENDORFER STRAND

Zu den schönsten Stränden in Deutschland gehört auch der Timmendorfer Strand unweit von Lübeck. Hier lassen sich Strandkörbe wahlweise für zwei oder für drei Personen mieten. Dank des weichen, feinen Sandes und etlicher Spielgeräte an den verschiedenen Abschnitten fühlen sich am Timmendorfer Strand gerade Kinder wohl. Der gleichnamige 9.000 Einwohner zählende Ort darf sich seit 1951 Ostseeheilbad nennen. Besucher:innen finden im Zentrum und an der Promenade zahlreiche Cafés, Restaurants und Geschäfte. Auf den drei Seebrücken lässt es sich herrlich flanieren.



© Benno Hoff



© Adobe Stock

# AB INS WASSER

*An heißen Tagen braucht es eine Abkühlung. Und die gibt es im Kreis Rendsburg-Eckernförde vielerorts. Vor allem Badestellen an Seen, Flüssen, Kanälen und Auen sind beliebt. Denn natürliche Böden, am besten unter schattigen Bäumen, heizen sich im Sommer nicht so stark auf wie asphaltierte Freibäder.*

**N**icht lange suchen, sondern finden: Der Obereider-See lässt sich schnell von Rendsburg aus erreichen. Auch der Wittensee oder der Westensee sind gute Optionen für alle, die ein paar entspannte Stunden am Wasser verbringen möchten.

## BEWACHTE BADEORTE WÄHLEN

Wer Ausflüge ans Wasser mit Kindern plant, sollte dafür möglichst von der EU erfasste Gewässer wählen, da dort die Wasserqualität regelmäßig überprüft wird, und dabei überwachte Seen (zum Beispiel durch die DLRG) bevorzugen. Eine Übersicht bietet die Website [www.seen.de](http://www.seen.de), auf der bewachte

Badestellen in ganz Schleswig-Holstein aufgeführt werden.

## AUF WASSERQUALITÄT ACHTEN

Badegewässer sind freie Gewässer, in denen natürliche Risiken, wie zum Beispiel Bakterien, Zerkarien oder Blaualgen, vorhanden sind und das Badevergnügen beeinträchtigen können. Aber es gibt Überwachungsbehörden, die die Wasserqualität während der Badesaison regelmäßig prüfen und öffentlich machen. Wasser-Fans können den Status ihrer Lieblingsbadestellen am besten unter [www.schleswig-holstein.de](http://www.schleswig-holstein.de) einsehen.



# KINDERTAG

Wir freuen uns auf euch!

21. AUGUST 2022

Holstenhallen Neumünster

Alle Infos zum Programm auf [www.RSH.de/kindertag](http://www.RSH.de/kindertag).



© NikoKofrmo/Adobe

# SURFEN AUF DEM WITTENSEE

Man denkt es vielleicht nicht auf den ersten Blick, aber der zehn Quadratkilometer große, eiszeitlich entstandene Wittensee im Naturpark Hüttener Berge ist ein attraktives Surfrevier im Binnenland. Dabei eignet sich der See sowohl für Surfanfänger:innen als auch für Fortgeschrittene. Da es nur wenig Stehrevier gibt, soll es allerdings von Vorteil sein, den Wasserstart zu beherrschen. Auch gibt es einige Steine und hin und wieder alte Bootsfestmacher im Wasser, die aber meist gut zu erkennen sind und umsurt werden können. Aufpassen muss man nur um die Inseln herum und an der Spitze vor dem Grundstück des Windsurfing-Club Wittensee-Rendsburg e.V. Dort sind ausgeprägte Felsenabschnitte und Untiefen. Einstiegsstellen ins Wasser findet man am Nordufer bei der Badestelle Habyer Straße (Groß Wittensee) bei Ostwind und bei der Badestelle in Sande am Westufer (Klein Wittensee) bei Westwindlagen. Kostenlose Parkmöglichkeiten sind dort auch vorhanden.

Wer seine Surfleistungen auf dem Wittensee optimieren möchte, ist im Windsurfing-Club Wittensee-Rendsburg e.V. richtig. Hier werden erfahrenen Surfer:innen ein intensives Training sowie verschiedene Workshops geboten. Im Sommer stehen ein hochklassiges Foil- und Slalom-Training mit Fokus auf die bestmögliche Vorbereitung für den Deutschen Windsurf Cup sowie internationale Events auf dem Plan.

**Mehr dazu: [www.windsurfing-club-wittensee-rendsborg.de](http://www.windsurfing-club-wittensee-rendsborg.de)**



Sina und Finja (v. li.) aus dem Team Förde Fräulein  
beim Picknicken am Strand von Stein



## PICKNICK MIT MEERBLICK

*Man nehme ein idyllisches Plätzchen am Meer, einen mit Leckereien gefüllten Korb, die neuen fruchtigen Limos von Fürst Bismarck und liebevolle Details: Fertig ist das perfekte Förde-Fräulein-Picknick!*

Mit diesen Zutaten im Gepäck machen Sina und ich uns bei herrlichem Sommerwetter auf zu unserem Lieblingsstrand nach Stein in die Probstei. Der schönste und nachhaltigste Weg dorthin führt mit dem Fahrrad übers Wasser. Denn mit unseren Rädern gehen wir in Kiel ab der Reventloubrücke einfach an Bord der Fördefähre, die uns in knapp einer Stunde bis nach Laboe befördert. Auf dem Sonnendeck lassen wir uns den Wind um die Nasen pusten und genießen den Fördepanoramablick. Das fühlt sich an wie Urlaub!

### DIE KLEINSTE STRANDBAR DER WELT

Am Hafen von Laboe angekommen radeln wir parallel zur Promenade in Richtung Stein, wo wir das entspannte Flair, die Surfschule Tatort-Hawaii, den weißen Sand und das flache Wasser so lieben. Zwischen Dünengras und Strandkörben machen wir es uns auf unseren Decken gemütlich. Die mitgebrachten Speisen wie Käse und Wurst aus der Region, frisches Obst, Joghurt-Bowls und Zimtschnecken richten wir stilvoll auf hübschem Geschirr an – das Auge isst schließlich mit! Den Picknickkorb wandeln wir kurzerhand in die kleinste Strandbar der Welt um. Und die hält genau die richtige Erfrischung bereit: die neuen

Limos von Fürst Bismarck in den Sorten „fruchtige Orange“ und „fruchtige Zitrone & Limette“. Die mögen wir besonders gerne, weil sie im Vergleich zu anderen Limonaden einen viel höheren Fruchtgehalt haben und aufgrund des leicht reduzierten Zuckergehaltes nicht zu süß sind. Sie schmecken nicht nur nach Sommer, sondern machen dank der edlen Mehrweg-Glasflasche auch optisch echt was her! Wir genießen unsere Leckereien und die fruchtig-frischen Fürst Bismarck Limos, tänzeln barfuß durch den Sand und die Ostseewellen, flanieren über die Mole, sammeln Muscheln und jede Menge Erinnerungen. Nach vielen Stunden in unserer Lieblingslagune geht es zurück zum Fähranleger. Im Sonnenuntergang schippern wir mit vom Wind zerzausten Haaren wieder in Richtung Heimathafen. Welch' ein Glück, hier im Norden zu leben, mit all seinen schönen Ecken! Weitere Impressionen von unserem Mädeltag gibt es auf [www.fordefraeulein.de](http://www.fordefraeulein.de).

**Tipp:** Die Fördefähre legt auf dem Weg auch an den Stränden von Mönkeberg oder Möltenort an, wo du ebenfalls ein Picknick einlegen kannst. Oder du radelst von dort aus über den Fördewanderweg über Laboe bis nach Stein. Den aktuellen Fahrplan findest du unter [www.sfk-kiel.de](http://www.sfk-kiel.de).

*Text: Finja Schulze*





Sie freuen sich über das neue Themenroutennetz in Owschlag:  
Peter Vogel (stv. Amtsvorsteher Amt Hüttener Berge),  
Stephan Lübbers, Dr. Juliane Rumpf sowie Detlef Kroll

## „ENTDECKE OWSCHLAG!“ ERÖFFNUNG DES NEUEN THEMATISCHEN WANDERWEGENETZES DER GEMEINDE

*In Kooperation mit dem Naturpark Hüttener Berge e.V. hat die  
Gemeinde Owschlag Routen für Wanderer:innen und Radfahrer:innen  
entwickelt und thematisch aufbereitet.*

**D**iese Routen werden neben der gesamten Siedlungshistorie und naturkundlichen Besonderheiten nun über Informationstafeln anschaulich präsentiert. Die 25 Infopunkte sind zu Fuß oder mit dem Rad über landschaftlich attraktive Routen zu erreichen. Eine entsprechende Freizeitkarte erhält man in den umliegenden Tourist-Informationen. „Wir wollen mit unserem Projekt „Entdecke Owschlag“ die vielen Besonderheiten unseres Ortes präsentieren und damit Erlebnisse schaffen – für unsere Gemeindeglieder, aber auch für Naherholungssuchende und Touristen“. So Bürgermeister Stephan Lübbers bei der offiziellen Eröffnungsveranstaltung am 15. Juni im Dorfgemeinschaftshaus von Owschlag. Die Kreispräsidentin Dr. Juliane Rumpf äußerte sich anerkennend: „Der Gemeinde Owschlag gilt für ihre Projektaktivitäten ein ganz besonderer Respekt. Sie haben die Bürger:innen an erster Stelle gestellt und mit Ihnen zusammen dieses beispielhafte Projekt entwickelt, mit dem auch die Verbundenheit der Menschen gestärkt wird“. Vorausgegangen waren zwei öffentliche Workshops zur Weiterentwicklung der Gemeinde Owschlag im Jahre 2020, aus denen

„Entdecke Owschlag!“ als Leuchtturmprojekt hervorgegangen ist.

Auch der Naturparkvorsitzende Detlef Kroll freute sich über das gelungene Kooperationsprojekt, das hohe Engagement von vielen Mitgliedern der Gemeinde Owschlag und die 75%ige Förderung von BINGO-Lotto zur Realisierung des Projekts. Der Amtsdirektor Andreas Betz ergänzt: „Das Projekt passt sehr gut in unser neu überarbeitetes Tourismuskonzept. Schön ist auch, dass alle Routen über die Naturpark-App abrufbar sind“.

Bei der vertiefenden Projektpräsentation durch Andreas Oeding (Planungsbüro Oeding) wurde deutlich, dass nicht nur neue attraktive Freizeittrouten geschaffen worden sind, sondern auch die Siedlungsentwicklung von der Vor- und Frühgeschichte, über das Mittelalter, bis hin zur Neuzeit fundiert aufbereitet und unterhaltsam präsentiert wird. „Diese neuartige Präsentationsform der Gemeindeentwicklung ist landesweit einzigartig und nimmt damit auf kommunaler Ebene eine innovative Modellfunktion ein“, so das Resümee von Oeding.

[www.naturpark-huettenerberge.de](http://www.naturpark-huettenerberge.de)



## ALLES HANDGEMACHT

Vom 15. bis 17. Juli treffen sich über 50 ausgesuchte Aussteller:innen zu einem besonderen Kunstevent im Ostseebad Laboe. Die Ausstellenden des Handgemacht-Marktes fertigen ihre Werke zum großen Teil professionell in der eigenen Werkstatt bzw. dem eigenen Atelier und freuen sich darauf, diese auf einem der schönsten Marktorte, die es im Norden gibt, zu präsentieren. Fischkneipen, alte Holzschiffe und moderne Jachten sowie der Rosengarten und die Nähe zum Strand machen diesen Ort zu etwas ganz Besonderem. Schmuck- und Textildesign, Papier- und Buchbindearbeiten sowie Glas- und Schmiedearbeiten locken Kunstinteressierte an die Fördestadt.

**15.-17.7., 10-20 Uhr, Ostseebad Laboe, [www.handgemacht-maerkte.com](http://www.handgemacht-maerkte.com)**

## SOMMERMARKT IN HAITHABU

Auch in diesem Jahr findet wieder der große Sommermarkt des Wikinger Museum Haithabu statt. Vom 14. bis zum 17. Juli treffen sich über zweihundert Teilnehmende aus Deutschland und den angrenzenden Ländern – Händler:innen, Handwerker:innen und auch der/die ein oder andere Krieger:in – bei den Wikinger Häusern Haithabu. Die Gäste können beim Glasperlenmachen, Schmieden, Töpfern und Holzhandwerken über die Schulter schauen und ein umfangreiches Sortiment an wikingerzeitlichen Waren entdecken oder bei Workshops wikingerzeitliches Handwerk selbst ausprobieren. Auch für Kinder gibt es auf dem Markt und rund um die Wikinger Häuser viel zu entdecken und zu erleben. Ein vielseitiges gastronomisches Angebot lädt zum Verweilen ein.

**14.-17.7., 9-17 Uhr, Wikinger Museum Haithabu, [www.haithabu.de](http://www.haithabu.de)**



**Nordmarkhalle Rendsburg  
Sommerflohmmarkt  
auf dem Willy-Brandt-Platz  
24. Juli, 21. August & 2. Oktober 2022**

**Babybedarfs- und Kleiderbörse  
auf dem Willy-Brandt-Platz  
14. August 2022**



Stadt Rendsburg - Die Bürgermeisterin  
Fachdienst II/4  
Willy-Brandt-Platz 1 - 24768 Rendsburg

[www.rendsbuurg.de](http://www.rendsbuurg.de)  
E-Mail: nordmarkhalle@rendsbuurg.de

IN GEDENKEN AN PETER-HEINRICH TRIESEN

**ENZO**

**FESTIVAL**

**12.-13. AUG**

**WAGERSROTT** ZW. KIEL UND FLENSBURG

**ALL-IN-TICKET 45 € (VVK)**

TICKETS FÜR 2022 BEHALTEN IHRE GÜLTIGKEIT!

AFFENMESSERKAMPF | CAROT | CHOKE THE PALM TREE  
DANUBE'S BANKS | ERIK COHEN | FRIEDEMANN  
GUACAYO | HOTEL KEMPAUSKI  
JOHN WINSTON BERTA TRIO  
JOHNNY REGGAE RUB FOUNDATION  
KOCHKRAFT DURCH KMA | LIEDFETT  
LOVE MACHINE | MAD SIN | SILENT ATTIC  
SKAZKA ORCHESTRA | SONS AND PREACHERS  
STELLA VIE | TEQUILA AND THE SUNRISE GANG  
THE BACKYARD BAND | THE HYPNOTUNEZ (UA)  
WEDGE | ZELLEN  
AFTERSHOW: DJ BERT // STEREOTYP NIELS

ENZO-FESTIVAL.DE

GEREVE Allianz abor Tischlerei JOHANNSTAL REISS DIERCK SPARKASSE QUIN LUM UNIVERSITÄT ANGELN ALLESTÄTTERBAU WERKSTÄTTE FÜR KUNST UND DESIGN WIP unterstützt von



## WEINFEST MIT GRIECHISCHEM FLAIR

In der Taverne Rhodos direkt am Eckernförder Hafen erleben Menschen zu jeder Jahreszeit die Warmherzigkeit der griechischen Mentalität und die Geschmacksvielfalt der mediterranen Küche. Immer mit dabei: ein schönes Gläschen Wein. Die Leidenschaft für edle Tropfen und gute Gesellschaft macht das Restaurant nun erneut zum Thema des Weinfestes im Eckernförder Kurpark. Am 24. Juli von 16 bis 22 Uhr können Gäste verschiedene Weinsorten probieren und Live-Musik genießen. Außerdem gibt's frisches Bier vom Fass, Gyros vom Spieß und andere griechische Spezialitäten. Der Eintritt ist kostenlos.

**Weinfest im Kurpark am 24. Juli, 16-22 Uhr**

## VEGAN SUMMER IN ECKERNFÖRDE

Wer gern mal fleischfreien Döner oder Käse ohne Milch probieren möchte, der kann sich auf dem „Vegan Summer“ durch die ganze Vielfalt der veganen Köstlichkeiten schlemmen. In den Ostseebädern Eckernförde und Travemünde findet jeweils an zwei Tagen das vegane Sommerfest statt. Vor der traumhaften Kulisse der Eckernförder Bucht und an der prächtigen Promenade in Travemünde erwarten rund 50 Aussteller:innen Ortsansässige und Sommertourist:innen.

Neben Süßem und Herzhaftem bieten sie 100 Prozent pflanzliche Kosmetik sowie tierfreie Kleidung und Accessoires an. Livemusik, Workshops und Kochshows sind ebenfalls Teil des abwechslungsreichen Programms. Also, packt die Picknickdecke oder das Strandtuch ein und habt eine gute Zeit beim Vegan Summer!

**Vegan Summer vom 9. bis 10. Juli in Eckernförde (und vom 20. bis 21. August in Travemünde), [www.vegansummer.de](http://www.vegansummer.de)**

© Vegan Summer



Beim Vegan Summer gibt es viele rein pflanzliche Produkte zu entdecken



Geht auch ohne tierische Inhaltsstoffe: ein leckerer Burger



Über die gute Stimmung freuen sich große und kleine Gäste



Das Piratenspektakel im Ostseebad Eckernförde ist einer der Veranstaltungshöhepunkte des Jahres



Neben einem bunten Markttreiben wird es auch ein ausgelassenes Musikprogramm geben

# PIRATENSPEKTAKEL IN ECKERNFÖRDE VOM 29. BIS 31. JULI

*Am letzten Juli-Wochenende heißt es wieder „Schiffe unter Piratenflagge“ in der Eckernförder Bucht. Die Seeräuber überfallen zunächst den Strand, bevor sie weiterziehen, um das Rathaus und die Führung der Stadt einzunehmen. Dies ist der Startschuss für drei Tage Piratenparty.*

## VIELSEITIGES UNTERHALTUNGSPROGRAMM

Wie immer bietet das Piratenspektakel seinen Besucher:innen ein vielseitiges Unterhaltungsprogramm: Neben dem Strandüberfall, wilden Gefechten und Schiffsausfahrten können kleine Seeräuber im Piratendorf Kornersfjord am Eckernförder Strand entdecken, wie die räuberischen Halunken leben. Rund um den Hafen lädt eine Vielzahl gastronomischer Stände alle Gäste zu kulinarischen

Leckereien ein. Und am Abend sorgen tolle Musiker:innen und Livebands für tanzbare Beats und Partylaune. Gute Stimmung garantiert!

## FAMILIENFEST FÜR JUNG UND ALT

Am Sonntagabend werden die Piraten dann mit einem riesigen Feuerwerk über dem Wasser verabschiedet. Das Piratenspektakel ist ein Familienfest für jedes Alter. Es gibt so viel zu sehen und zu entdecken.



Am Binnenhafen geht der Krimi-Trail los

### Folgende Hilfsmittel benötigt ihr für eure Ermittlungsarbeitern

- ein möglichst voll geladenes Handy mit Internetverbindung, zudem müsst ihr unterwegs SMS schreiben, um weitere Hinweise zu erhalten.
- einen Stift für Notizen und ggf. eine Schreibunterlage sowie Kopfhörer
- gute Spürnasen und Freude daran, Eckernförde zu entdecken!

© powellics/Adobe

## UNTERWEGS AUF DEM KRIMI-TRAIL ECKERNFÖRDE

*Im Binnenhafen von Eckernförde ist eine mysteriöse Flaschenpost aufgetaucht. Darin befindet sich ein Erpresserbrief, der sich gegen die Firma Behn, einen bekannten Eckernförder Spirituosenhersteller, richtet. Handelt es sich um einen schlechten Scherz oder steckt doch mehr dahinter?*

**B**ei täuschend echten Ermittlungsarbeiten auf dem Krimi-Trail versucht ihr dem mysteriösen Erpresserbrief auf die Spur zu kommen. Aber Achtung, ihr habt nur 2,5 h Zeit! Um den Krimi-Trail zu spielen, ladet euch nach der Bestellung die „Krimi-

akte Der große Feigling“ der Krimi-Tour Eckernförde als PDF herunter. Darin findet ihr neben der Fallbeschreibung erste Informationen zu den tatverdächtigen Personen, eine Übersicht über die Beweismittel sowie einen Situationsplan mit den verschiedenen Ermittlungsorten.

Ihr könnt die Ermittlungsarbeiten jederzeit und ohne Terminbuchung starten und ermittelt in eurer eigenen Gruppe. Die Krimi-Trails Einsatzzentrale steht euch von Montag bis Sonntag zwischen 9 und 17 Uhr zur Seite, solltet ihr eine Rückfrage haben oder mit euren Ermittlungen ins Stocken geraten. Ihr legt selbst fest, in welcher Reihenfolge ihr die Ermittlungsorte besucht. Von Ort zu Ort wird sich die Beweislage verdichten, da weitere Hinweise hinzukommen. Die Person, die ein Motiv und kein wasserdichtes Alibi hat, ist der Täter oder die Täterin und kann schließlich mittels Haftbefehl-Code überführt werden.

Ihr könnt den Krimi-Trail Eckernförde auch vor Ort in der Tourist-Info Eckernförde kaufen und direkt mit den Ermittlungen starten. [www.ostseebad-eckernfoerde.de](http://www.ostseebad-eckernfoerde.de)

## MUSIKKULTUR IN ANGELN

Am 12. und 13. August findet in Wagersrott – zwischen Kiel und Flensburg – das „Enzo-Festival“ mit über zwanzig Bands statt. Bekannt geworden ist das urige Musikfestival durch seine vielfältige und hochwertige Musikauswahl und die idyllische Lage inmitten der Landschaft Angeln. Inzwischen zählt es zu den festen Größen in der norddeutschen Musik-Szene. In diesem Jahr sind unter anderem Affenmesserkampf (Punk), Guacáyo (Reggae/Indie/HipHop) und Sons and Preachers (Rock/Blues/Soul) mit von der Partie. Karten gibt es im Vorverkauf für 45 Euro unter [www.stok-shop24.de](http://www.stok-shop24.de), in der Buchhandlung Schröder in Süderbrarup oder Schleswig, Insound Kiel oder im Kaffeehaus Flensburg.

**12.+13. August • Wagersrott**



© Frank Peter



# GROSSE FREIHEIT

## WAS IHR FÜR EUREN CAMPING-URLAUB BRAUCHT

**S**ommerferien am Meer, Urlaub in den Alpen oder Wochenend-Trips in Deutschlands Metropolen – im Camper ist die große Freiheit Wirklichkeit, egal wohin die Reise geht. Aber was braucht man alles und was sollte man auf keinen Fall vergessen? Wir haben euch eine Checkliste für die Ferien im Wohnmobil zusammen gestellt. Weitere Tipps für den Urlaub bietet der ADAC: [www.adacreisen.de](http://www.adacreisen.de)

### CHECKLISTE ZUM EINPACKEN:

- Reisepass/Personalausweis
- ausreichend Bargeld, auch Münzen
- EC-/Kreditkarten
- Ladekabel für Smartphones usw. und Verlängerungskabel
- Navigationsgerät und/oder Landkarte
- Kleine Reiseapotheke: Pflaster, Wundcremes, evtl. Medikamente gegen Magen-Darm-Beschwerden, Sonnencreme und Insektenschutzsprays
- Krankenversicherungskarte
- Streichhölzer, Feuerzeug, Kerzen
- Taschenmesser
- Wasserkarbid: Empfohlen sind 10 l-Kanister, da diese je nach Verbrauch die Wasserversorgung über einige Tage garantieren.
- Gaskartuschen: Im Wohnmobil benötigt man 10 kg-Gasflaschen, um Heißwasser zu haben und den Gaskocher zu betreiben.
- Badelatschen zum Duschen auf dem Campingplatz

### AUSSERDEM WICHTIG:

- Ist der Camper fahrtüchtig? Ein Werkstatt-Check ist vor Reiseantritt empfohlen.
- Wer passt auf Hund und Katze auf? Oder dürfen die Haustiere mit?
- Wer gießt zu Hause die Pflanzen?
- Wer leert den Briefkasten?
- Sind alle Fenster im Haus oder der Wohnung geschlossen?
- Sind alle Geräte im Haus ausgeschaltet?
- Ist genügend Proviant an Bord?



# EINE BAHNFAHRT, DIE IST LUSTIG!

*Wozu in die Ferne schweifen, wenn der Wildpark nur einen Katzensprung entfernt ist? Schon die kurze Bahnfahrt mit DB Regio macht den Ausflug zu einem echten Abenteuer für die Kids. KIELerleben-Redakteurin Kathrin hat mit ihrer Tochter Helena und deren Freundin Jette einen schulfreien Vormittag in Schwentimental verbracht.*



Am Hauptbahnhof kommt  
Reisefieber auf. Heute starten  
wir mit einer kurzen Tour



## ES GIBT KEIN SCHLECHTES WETTER ...

Während der Himmel sich in seinen schönsten Grautönen zeigt, packen wir die bunten Schirme ein und schlüpfen in die wetterfesten Jacken – so ein bisschen Regen kann unsere Vorfreude auf den Ausflug nicht trüben. Die Lehrer haben einen Fortbildungstag und deshalb heißt es heute: Schwentimental statt Schule. Dahin geht es nicht wie gewohnt mit dem Auto, sondern mit der Bahn – ein Highlight für die Kinder, auf das sie sich schon seit Tagen freuen.

## REISEFIEBER

Das Treiben am Kieler Hauptbahnhof, die vielen Züge und Lautsprecherdurchsagen – die beiden Mädchen sind beeindruckt und werden vom Reisefieber gepackt. „Wo ist unser Zug, wann geht es endlich los?“, fragen sie aufgeregt. Die Züge der DB Regio von Kiel nach Raisdorf fahren zweimal die Stunde – immer um fünf und um 43 nach. Noch fünfzehn Minuten, bis unser einfährt, Zeit genug, dass wir am Fahrkartenautomaten entspannt unsere Tickets kaufen können. In diesem Fall wählen wir jeweils ein Einzelticket, es gibt aber auch Kleingruppentickets für bis zu fünf Personen. Alle Infos zu aktuellen Tickets und den Verbindungen bekommt ihr bequem in der App DB Navigator oder am DB-Automaten.



Wohin kann man mit der Bahn noch so fahren?



Gleich gehts los: Helena und Jette freuen sich auf die kleine Spritztour

Jacken aus, Spiel raus – die Kinder fühlen sich wohl und machen es sich gemütlich



„Da sind Pferde!“ Helena ist begeistert von dem Blick aus dem Fenster

## ENDLICH GEHT ES LOS!

Der Zug rollt ein. Wir suchen uns einen Viererplatz mit kleinem Tischchen, denn die Mädels haben viel vor: picknicken und spielen. Dafür sind zehn Minuten Fahrtzeit natürlich etwas knapp, aber es reicht für eine schnelle Würfelpartie und picknicken kann man ja später im Tierpark immer noch ausgiebig. „Da sind Pferde!“, ruft Helena plötzlich aufgeregt und schon ist der Blick aus dem Fenster spannender als das Spiel. Wenn das nicht die perfekte Einstimmung auf das ist, was gleich kommen mag ...



Für eine schnelle Würfelpartie ist genug Zeit auf der Fahrt

Hier entlang! Jetzt ist es nicht mehr weit bis zum Wildpark

## VORBEI AM FREIBAD ...

Ehe wir es uns versehen, sind wir auch schon da. Das ging schnell, aber die Rückfahrt steht ja später auch noch an. Der Wildpark ist vom Raisdorfer Bahnhof fußläufig gut zu erreichen. Einmal über die Straßenüberführung, vorbei an der Schule und schon sehen wir das Hinweisschild. Das dauert keine zehn Minuten und ist auch für Kinder gut zu bewältigen – selbst, wenn sie gleich noch ein paar Schritte vor sich haben. Bevor wir den Park erreichen, kommen wir am Freibad vorbei. Trotz des Wetters sind hier ein paar mutige Schwimmerinnen und Schwimmer im Wasser und auch wenn die Rutschen und Sprungtürme sehr verlockend aussehen, beschließen wir einstimmig wiederzukommen, wenn das norddeutsche Thermometer ein paar Grad mehr anzeigt.



Steht auf unserer Schönwetter-Liste: das Freibad



„Hihi, das kitzelt!“ Die meisten der Tiere darf man füttern



„Mama – das ist mein Lieblingspony! Können wir das mitnehmen?“



Bei diesem Anblick kriegt man den kleinen Regenschauer nicht mal mit

## VERLIEBTE MÄDCHEN

„Da vorne sind die Ponys!“, rufen die Mädchen und stürmen los. Schlange stehen, um in den Park zu kommen, muss man hier nicht, denn der Eintritt ist frei. Nur ein bisschen Kleingeld sollte man in der Tasche haben, um für einen Euro im Automaten Tierfutter zu kaufen. Und das machen wir natürlich auch. Helena und Jette füttern die Mini-Shetland Ponys, Ziegen und Lamas, streicheln die wolligen Schafe und knien verliebt vor dem Käfig mit den flauschigen Kaninchen. Wir machen ein kleines Picknick und statten auch dem großen Spielplatz einen Besuch ab, doch die Mädchen wollen am liebsten nur eins: mit den Mini-Ponys kuscheln.

Nachdem sich jede ihren Liebling ausgeguckt, ausgiebig gefüttert und gestreichelt hat, ist es irgendwann Zeit für die Rückfahrt. Mit matschigen Stiefeln, rosigen Wangen und jeder Menge schönen Erinnerungen im Gepäck sitzen wir im Zug in Richtung Kiel und sind uns einig: Das war ein toller Tag!

Infos zu den Öffnungszeiten und mehr findet ihr unter [www.wildpark-schwentinal.de](http://www.wildpark-schwentinal.de)

## MIT DB REGIO SH VON KIEL NACH RAISDORF

**Verbindung:**  
RE 83 oder RB 84 Richtung  
Lübeck bis Raisdorf



Alle Verbindungen und Ticket findet ihr auf [www.bahn.de](http://www.bahn.de) oder in der App DB Navigator. Bitte beachtet die Maskenpflicht im Nahverkehr in Schleswig-Holstein.

# CONVENTGARTEN

Gegründet 1874



Hotel · Restaurant

Brunch –  
jeden ersten  
Sonntag im  
Monat

## DIREKT AM NORD-OSTSEE-KANAL

### Planen Sie jetzt Ihre Tagungen & Feste

Unsere insgesamt neun  
Veranstaltungsräume bieten Ihnen für alle  
Anlässe den passenden Rahmen.  
Von der Tagung, über Ihre Geburtstagsfeier  
bis hin zur Hochzeit.  
Ihre Gäste werden nicht nur das Ambiente,  
sondern auch die direkte  
Übernachtungsmöglichkeit schätzen.

Köche  
(m/w/d)  
gesucht

### Eine köstliche Auszeit im Restaurant Achterdeck

Durch die bodentiefen Fenster  
genießen Sie von Ihrem Tisch aus  
den herrlichen Blick auf den Nord-  
Ostsee-Kanal.

Nachmittags servieren wir Ihnen  
täglich hausgemachte Torten  
und Kuchen.

ConventGarten Betriebs GmbH & Co. KG Hotel & Restaurant

Hindenburgstraße 38-42 · D-24768 Rendsburg · Telefon 04331 5905-0 · info@ConventGarten.de

www.ConventGarten.de · www.facebook.de/ConventGarten



# STADTGESCHEHEN

*Die Innenstadt lockt im Juli mit sommerlichen Angeboten für Spiel, Spaß und Genuss. Was es sonst noch Neues gibt, erfahrt ihr auf den kommenden Seiten ...*



© Dan Petermann

## LET'S PUMP - ERÖFFNUNG DES ERSTEN RENDSBURGER PUMPTRACKS

*Am Freitag, den 1. Juli 2022, um 16 Uhr, eröffnet Bürgermeisterin Janet Sönnichsen den ersten „Pumptrack Rendsburg“ auf dem Paradeplatz (bei Regen wird die Eröffnung in das bereit gestellte Zirkuszelt auf dem Platz verlegt).*

**E**in Pumptrack ist eine ca. 1 Meter breite Skatebahn, die es Bikern - und auch sonst (fast) allem was Rollen hat - ermöglicht, nur durch das Hochdrücken des Körpers aus der Tiefe Geschwindigkeit aufzubauen. Das neue Angebot richtet sich an Kinder, Jugendliche und alle sportbegeisterten Menschen, egal ob Anfänger:innen oder Fortgeschrittene – jede/r findet durch das niedrige Einstiegslevel den eigenen Flow.

### VIelfältige Nutzungsangebote

Der 64 Meter lange Pumptrack ist vom 1. Juli bis 31. August täglich in der Zeit von 10 Uhr bis 22 Uhr kostenfrei zugänglich und wird tagsüber während der Ferien zeitweise von den ehrenamtlich tätigen „Bahndit:innen“ betreut, die ihre BMX-Bahn-Erfahrungen gern einbringen und auf Wunsch beratend mit Tipps zur Seite stehen. Selbstverständlich besteht bei Nutzung des Pumptracks eine Helmpflicht.

Während der Veranstaltungszeit wird der Pumptrack teilweise durch kostenfreie Spiel- und Mitmach-Angebote der Rendsburger Jugendorganisationen ergänzt. Nach den Sommerferien können sich Schulklassen und Kita-Gruppen von montags bis freitags in den Vormittagsstunden feste Nutzungszeiten reservieren. Um vorherige Anmeldung unter den unten angegebenen Kontaktdaten wird gebeten.

### ERÖFFNUNGSFEIER MIT TECHNIK UND MUSIK

Der Eröffnungstag wird durch ein vielfältiges Mitmach-Angebot hiesiger Organisationen bereichert. Die Volkshochschule Rendsburg lässt die Besucher:innen in die Welt der Drohnen und innovativen Technik-Gadgets eintauchen. Sicherheit hautnah erfahren kann man mit den Aktionen der Verkehrswacht. Dazu locken leckere Snacks wie Crêpes und Eis direkt an dem Pumptrack, sowie der benachbarte „Sommergarten“ mit kühlen Getränken und herzhaften Speisen. Musikalisch untermalt wird die Veranstaltung ab 19 Uhr mit einem von der Kulturschlachtereie organisiertem Konzert der argentinischen Singer-Songwriterin Alumminé Guerrero.

„Dank vieler Kooperationspartner:innen, die begeistert das Projekt mitgetragen und erarbeitet haben und natürlich dank der finanziellen Unterstützung durch das Innenstadtförderprogramm wurde dieses sportlich-attraktive Angebot für junge Menschen erst möglich“ freut sich Anke Samson, Geschäftsführerin des Veranstalters Rendsburg Tourismus und Marketing GmbH.

**Weitere Informationen unter Tel.: (04331) 663 45 10 oder E-Mail: [info@rd-tm.de](mailto:info@rd-tm.de)**



Wir hatten einen großartigen Tag in Nortorf. Was ist mit euch, werdet ihr diese geheime Perle auch bald besuchen?

# 6 TIPPS FÜR EINEN TAGESAUSFLUG NACH NORTORF

*Zugegeben, Nortorf haben vermutlich die wenigsten auf dem Schirm, wenn es um das ideale Ausflugsziel geht. Mona und Finja aus dem Team Förde Fräulein haben sich dennoch in die kleine Stadt verliebt – denn es erwartete sie viel Action, wunderbare Adressen zum Bummeln und Schlemmen und tolle Begegnungen mit unglaublich herzlichen Menschen.*



Die Container unter der Decke sorgen für eine richtig coole Atmosphäre

Schnappt euch einen Drink an der Bar und macht es euch im Lounge-Bereich gemütlich

## 1. AUF DIE E-BIKES, FERTIG, LOS!

Wir starten mit Vollgas in den Tag – beim E-Bike Store **allrid-E**. Im Showroom der hip eingerichteten Halle findet ihr alles, was das E-Bike-Herz begehrt: vom kultigen Hollandrad über das multifunktionale Trekkingrad bis hin zum sportlichen Mountainbike. Doch nicht nur das vielfältige Angebot, sondern auch das gut gelaunte Team stimmt uns happy. Ihr wollt Nortorf so wie wir auf zwei Rädern erkunden? Dann schnappt euch eines der 20 E-Bikes aus der hauseigenen Leihflotte. Helm auf, Turbo-Modus an und losgedüst! **allrid-E GmbH, Gnutzer Straße 20, Nortorf, Tel.: (04392) 40 09 10, www.allrid-e.de, Facebook: @allridebikeZentrum, Instagram: @allride\_ebike\_center**

## 2. VON BLUMEN, BLÜTEN UND BUNTEN BLICKFÄNGERN

Unseren ersten Stopp legen wir bei der **Gärtnerei Schnack** ein. Das Ehepaar Bettina und Achim Schnack schafft mit diesem blühenden Paradies einen Ort des Stöberns und der Inspiration: Alle Beete, Pflanztürme, Fässer, Holzkästen und Pflanztische werden liebevoll von den Gärtner:innen und Florist:innen gestaltet und gekonnt angeordnet. So könnt ihr euch einfach anschauen, welche Pflanzen und Farben eine tolle Kombi auf eurem Balkon oder in eurem Garten abgeben würden.

**Gärtnerei Schnack, Itzehoer Straße 23, Nortorf, Tel.: (04392) 91 73 20, www.gaertnerei-schnack.de**

Schon beim Betreten des riesigen Blumenparadieses hüpfen unsere Deko-Hezen



Blumige Inspiration – an jeder Ecke lauern tolle Pflanzmöglichkeiten

Fotos: Finja Thiede, Markus Quandt



Fehlkauf adé - wer sich nicht entscheiden kann, darf die Kleidung auch zu Hause anprobieren



Inhaber Marvin bietet auch Tastings an eurem Wunschort an

### 3. INDIVIDUELLES SHOPPING FÜR SIE & IHN

Ein Abstecher ins kleine Shopping-Paradies **Schönheit im Mittelpunkt** darf nicht fehlen. Inhaberin Birgit sucht Mode, Schmuck, Kosmetik und Krimskrams mit ganz viel Liebe und nach Individualität aus, sodass ihr hier ausgefallene, einzigartige Marken und Outfits findet. Die passenden Schuhe gibts im Store ein paar Meter weiter. Neben Schuhen lächeln uns hier in den Regalen auch leckere Feinkost-Delikatessen an: vom edlen Trüffelöl über leckere Dips und Gewürze bis hin zu Barbecue-Gin.

**Schönheit im Mittelpunkt, Am Markt 2, Nortorf, Tel.: (04392) 22 62, [www.schoenheit-im-mittelpunkt.de](http://www.schoenheit-im-mittelpunkt.de) / [delikat.stilvollgeniessen](http://delikat.stilvollgeniessen.de), Kieler Straße 1a**

Ganz ohne Schickimicki: kein Polo hemd, keine Platzreife, keine Vorerfahrung nötig



Wer nach dem Golfen erschöpft ist, kann im angrenzenden Landhotel Möllhagen essen, schlafen, Wellness machen

### 5. DAS RUNDE MUSS INS RUNDE

So richtig sportlich wirds beim **SwinGolf und FußballGolf Möllhagen**, das als Familienbetrieb von Familie Neelsen geführt wird. Beim FußballGolf schießen wir den Ball mit möglichst wenigen Schüssen, vorbei an herausfordernden Hindernissen, von Loch zu Loch. Wenn euch der Umgang mit dem Fußball nicht ganz so geheuer ist, dann ist vielleicht eher SwinGolf das Richtige! Nach einer kurzen Einweisung von Diana Neelsen zur richtigen Haltung klappt es richtig gut und macht riesigen Spaß!

**SwinGolf & FußballGolf Möllhagen, Möllhagen 5, Schülup, Tel.: (04392) 917 60, [www.moellhagen.net](http://www.moellhagen.net)**

### 4. ZWISCHEN STREUSELKUCHEN UND SAHNETORTE

Was darf auf einem Ausflug auf keinen Fall fehlen? Richtig, eine süße Stärkung. Auf zu Sonja's Kuchenstübchen! Das entzückende Café strahlt dank seines Shabby Chic Stils echte Wohnzimmer-Vibes aus. Gebacken wird hier mit Leidenschaft: Inhaberin Sonja schwingt schon morgens um 3 Uhr den Schneebesen und zaubert pro Tag etwa zwanzig leckere Kuchen und Torten. Statt süß lieber herzhaft? Jeden Sonntag wartet ein Frühstücksbuffet mit Obstsalat, Eiern, Speck und frischen Brötchen.

**Sonjas Kuchenstübchen, Am Markt 3, Nortorf, Tel.: (04392) 914 27 55, [www.sonjas-kuchenstuebchen.de](http://www.sonjas-kuchenstuebchen.de)**

Mona genießt ihren saftigen Kuchen auf der idyllisch-grünen Außenterrasse



Nur zu empfehlen: leckerer Mohn- und Heidelbeer-Marzipan-Kuchen

### 6. AMORE GEHT DURCH DEN MAGEN

Nach all diesen Stationen kehren wir im **Restaurant Venezia** ein. Schon als wir hereinkommen, steigt uns der leckere Pizzaduft in die Nase. Beim Blick auf die Karte können wir uns vor lauter italienischen Originalen kaum entscheiden: verlockende Antipasti, hausgemachte Pizza oder doch lieber frisch zubereitete Pasta? Ganz egal, worauf die Entscheidung fällt – alle Speisen sind nach alten italienischen Familienrezepten zubereitet, erzählt uns Laura, Tochter des Inhabers Dino Dall'Anese.

**Eiscafé & Restaurant Venezia, Am Markt 5, Nortorf, Tel.: (04392) 33 33, [www.venezia-nortorf.de](http://www.venezia-nortorf.de)**

Die typisch italienischen Zutaten stammen aus der Heimat Italien



Direkt nebenan im Eiscafé Venezia lauert der perfekte, hausgemachte Nachtisch



# GLÄSERNE ORGEL FÜR ST. MARIEN RENDSBURG

AMBITIONIERTES PROJEKT DER KIRCHENGEMEINDE ERHÄLT  
ZUSCHUSS VON DER EU

*Für den geplanten Neubau einer einsehbaren und möglicherweise begehbaren Orgel in der Kirche St. Marien erhält die Kirchengemeinde Rendsburg einen EU-Zuschuss in Höhe von 757.142 Euro. Die kalkulierten Gesamtkosten liegen bei 1,8 Millionen Euro. Auf die EU-weite Ausschreibung hin sind bereits fünf Bewerbungen für den Bau der Orgel eingegangen.*



Kirchenmusiker Volker Linhardt (vorne) und Pastor Rainer Karstens freuen sich über den EU-Zuschuss für das Projekt „Gläserne Orgel“

„Die Nachricht kam etwas überraschend“, erzählt der Vorsitzende des Kirchengemeinderates, Pastor Rainer Karstens. „Aber wir freuen uns sehr, dass unser Antrag auf Förderung des Projektes mit dem Arbeitstitel ‚Gläserne Orgel in St. Marien‘ positiv beschieden wurde“. Die Förderung durch die EU ist der Grundstein für den Aufbau der geplanten Erlebnisausstellung zur Geschichte des Orgelbaus und der Orgelmusik, deren Kernstück die noch zu bauende einsehbare Orgel sein soll. „Wir betrachten es als unsere Verantwortung, die seit 1420 belegte Tradition der Orgelmusik an St. Marien zu erhalten und zu pflegen“, so Karstens. Die Orgel als unentbehrlicher Bestandteil kirchlichen Lebens sei eine immaterielle kulturelle Tradition, die man lebendig halten und für die man Menschen begeistern müsse. Er ist überzeugt, dass dieses Anliegen mit einem solch innovativen Projekt unterstützt werden könne.

## NEUBAU STATT REPARATUR

In der Kirche steht eine Orgel, die 1972 erbaut wurde und mit ihren 50 Jahren eher in den Kinderschuhen steckt. Zum Vergleich: Die älteste beispielbare Orgel Deutschlands (Rysumer Kirche in Niedersachsen) wurde zwischen 1440 und 1457 erbaut und ist damit mindestens zehnmal so alt wie die Orgel in St. Marien. In den 70er Jahren wurde beim Orgelbau aber auf preiswertere Materialien zurückgegriffen, deren Haltbarkeit überschätzt wurde. Die notwendigen Reparaturen und Instandhaltungsmaßnahmen würden ebenfalls Kosten verursachen, ohne dabei zu gewährleisten, dass nicht bald weitere Maßnahmen nötig werden. „Der Neubau ist die deutlich bessere Lösung“, versichert Kirchenmusiker Volker Linhardt.

## SPENDEN ERWÜNSCHT

Zur Finanzierung der übrigen Projektkosten will die Kirchengemeinde unter anderem um Spenden bitten. „Wir hoffen darauf, dass es wie in anderen Städten auch in Rendsburg gelingt, Vereine, Firmen und Privatpersonen für das Projekt zu begeistern“, so Karstens. Nach Vorliegen aller Genehmigungen solle eine Spendenaktion unter dem Motto „Rendsburg zieht alle Register“ ins Leben gerufen werden. Für den Bauantrag müssen nun erstmalig Beschlüsse von verschiedenen kirchlichen Gremien genehmigt werden.





## ÖFFENTLICHE FÜHRUNGEN IN DER MARIENKIRCHE

Die Gruppe „Offene Kirche“ bietet in diesem Sommer wieder öffentliche Führungen durch die 735 Jahre alte Marienkirche in Rendsburg an. Im Juli und August haben Interessierte immer sonnabends jeweils um 11.00 Uhr die Möglichkeit, an geführten Kirchenerkundungen mit verschiedenen Themenstellungen teilzunehmen. Im Anschluss, steigen die Turmführer der Gruppe gegen 12.00 Uhr mit allen, die Rendsburg von oben sehen möchten, auf den Turm. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, Jede/r kann einfach spontan dazukommen, am besten mit einer Jacke für die kühle Kirche und festen Schuhen für den Turm. Weitere Informationen unter: [www.st-marien-rendsburg.de](http://www.st-marien-rendsburg.de)

### DIE TERMINE IM JULI:

- 02.07.22** Astrid Bantje: Rund um die Taufe, Turmführung: Hans-Otto Kühl
- 09.07.22** Dr. Helmut Neubauer: Kirchenraum, Turmführung: Hans-Otto Kühl
- 16.07.22** Peter Flegel: Bemerkenswertes aus der Kirchengeschichte, Turmführung: Joachim Bergami
- 23.07.22** Silke Lohmeyer: Glaubensspuren in der Marienkirche, Turmführung: Hans-Otto Kühl
- 30.07.22** Ulrike Taege: Rendsburger Familien im 17. Jahrhundert Turmführung: Hans-Otto Kühl



ABFALL | WERTSTOFF | RESSOURCE

[www.awr.de](http://www.awr.de)

## AWR-Flohmarkt

Termine 2022 jeweils von 9-13 Uhr:

25.09. // 13.11.



Ehemalige Deponie in Alt Duvenstedt, Bornbarg / Fuchsberg 6

Mein Dach kann mehr



Klimaschutz Agentur

# Energie sparen, Klima schützen, glücklich sein!

Das Solardachkataster  
im Kreis Rendsburg-Eckernförde



Code scannen oder mehr erfahren unter:  
[www.mein-dach-kann-mehr.de/rd-eck](http://www.mein-dach-kann-mehr.de/rd-eck)



Beim Regionaltag in Kropp wartet ein buntes Bühnenprogramm mit Musiker:innen und Kunstschaffenden aus ganz Schleswig-Holstein auf die Besucher:innen

## REGIONALTAG IN KROPP

Musik, Genuss und Projekte aus ganz Schleswig-Holstein erwarten Besuchende auf dem Regionaltag in Kropp am 24. Juli von 10 bis 17 Uhr. Bereits zum 13. Mal laden die AktivRegionen Eider-Treene-Sorge und Südliches Nordfriesland auf dem Geestland-Eventgelände in Kropp ein. In diesem Jahr können Gäste am Aktionstag alles rund ums Rad bestaunen und ausprobieren, Kinder können einen Fahrradführerschein machen und die Gebietsgemeinschaft Grünes Binnenland bietet Kartenmaterial für Radtouren in der Umgebung an. Die AktivRegionen stellen ihre Arbeit vor und zeigen aktuelle Projekte. Regionale Produzierende, eine bunte Vereinswelt sowie unterschiedliche (Kunst-) Handwerker:innen präsentieren ihre Arbeit vor Ort. Zahlreiche weitere (Mitmach-) Angebote sorgen für Unterhaltung. Heike Götz, bekannt aus der Landpartie, wird die Moderation übernehmen. **Mehr Infos erhaltet ihr unter: [www.aktivregion-ets.de](http://www.aktivregion-ets.de)**

## SOLARDACHKATASTER RENDSBURG-ECKERNFÖRDE IST ONLINE

Informationen zur Nutzung von Sonnenenergie auf Hausdächern stellt die **Klimaschutzagentur des Kreises Rendsburg-Eckernförde** ab sofort kostenfrei zur Verfügung. Mit dem Solardachkataster auf der Seite [www.mein-dach-kannmehr.de](http://www.mein-dach-kannmehr.de) erhalten Eigentümer:innen von Gebäuden unabhängig und unkompliziert Auskunft darüber, ob sich die Installation einer Photovoltaik-Anlage lohnt.

„Ich freue mich, dass wir mit

dem neuen Solardachkataster für Eigentümer:innen von Gebäuden in unserem Kreisgebiet ein sowohl seriöses als auch nachhaltiges Informationsangebot geschaffen haben“, so die Kreispräsidentin Dr. Juliane Rumpf. Die Klimaschutzagentur im Kreis Rendsburg-Eckernförde gGmbH ist als gemeinnützige Gesellschaft die zentrale Ansprechpartnerin für Klimaschutzanliegen der Kommunen und des Kreises ([www.ksa-rdeck.de](http://www.ksa-rdeck.de)).



Sie freuen sich über das neue Solardachkataster: Reimer Tank (Aufsichtsratsvorsitzender der Klimaschutzagentur), Dr. Juliane Rumpf (Kreispräsidentin) sowie Thorsten Liliental (Geschäftsführer der Klimaschutzagentur) (v.l.n.r.)



## MENSCHEN UNTERSTÜTZEN - UMWELT SCHÜTZEN

### *AWR-Flohmarkt: Der Klassiker ist zurück*

Am 24. April 2022 fand das erste Mal seit der Corona-bedingten Pause der AWR-Flohmarkt mit einem gelungenen Neustart auf der ehemaligen Deponie in Alt Duvenstedt statt. Bei strahlendem Sonnenschein konnten Schnäppchenjäger:innen in dem gut sortierten Warenangebot stöbern und Schätzchen finden.

Ressourcen schonen und dabei Gutes für die Region tun – dieser Grundgedanke steckt hinter den AWR-Flohmärkten. Denn die Flohmarktartikel

stammen von den AWR-Recyclinghöfen, werden sorgfältig aufbereitet und sortiert und die Erlöse aus dem Verkauf fließen anschließend in voller Höhe den gemeinnützigen Organisationen zu, die den jeweiligen Flohmarkt mit Unterstützung des AWR-Teams durchführen und einen Teil der Organisation sowie den Verkauf vor Ort übernehmen. Ein perfekter Kreislauf also!

Alle Infos zu den AWR-Flohmärkten auf [www.awr.de](http://www.awr.de).



Fairness und jede Menge Spielfreude auf dem Platz



Ein buntes Rahmenprogramm sorgte für Spaß auch am Spielfeldrand

## SEIT 100 JAHREN DFB-MITGLIED: JUBILÄUMS-TURNIER DES F.T. EINTRACHT RENDSBURG

*Die Freie Turnerschaft aus Rendsburg feierte am 18. Juni 2022 mit Livemusik, DJ und einem Kleinfeldturnier ihr 100-jähriges DFB Jubiläum. Der Verein selbst wurde bereits 1907 gegründet. Zum großen Jubiläum schenkte der DFB einen 500 Euro Gutschein.*

### DAS TURNIER

Insgesamt nahmen 20 Herren-Mannschaften aus ganz Schleswig-Holstein und Hamburg an dem Turnier teil. Über 200 Fußballer spielten um den „100 Jahre DFB - F.T. Eintracht Meister-Pokal“. Es wurden zunächst vier Gruppen à fünf Mannschaften ausgespielt. Am Ende der Gruppenphase schied der jeweils Letztplatzierte aus. Alle anderen Mannschaften gingen dann ins Achtelfinale. Zudem hatten sich die Eintrachtler etwas ganz Spezielles ausgedacht: Bei einem Unentschieden in der K.O.-Phase ging es direkt ins XXL-Dartwand-Schießen. Die Mannschaft mit der höheren Punktzahl ging in die nächste Runde. Im Viertelfinalspiel kam die Mannschaft

SP Barrio 96 Hamburg kurioserweise erst mit dem letzten Schuss und der einzigen Möglichkeit über die Triple 20 eine Runde weiter. Grenzenloser Jubel war auf dem Nobiskrug-Sportplatz in Rendsburg zu hören. Am Ende konnte sich die Freizeitmannschaft „FC Shingal“ gegen den RTSV II durchsetzen und feierte jubelnd den großen Siegpokal. Für alle Mannschaften gab es Urkunden und für 16 Mannschaften sogar Pokale.

### EIN TOLLER TAG FÜR SPIELER UND PUBLIKUM

Das Resümee des Turniertages fiel positiv aus. „Alle Mannschaften haben sich bei uns für den tollen Tag und die

Organisation dahinter bedankt. Es waren durchweg faire und fröhliche Spiele mit dem nötigen Ehrgeiz und Spaß an der Sache. Auch das Rahmenprogramm mit Liveband, DJ, dem Musikkorps Rendsburg, Hüpfburg, XXL-Dart, Grill und Bier-Pils mit Sitzmöglichkeiten war sehr vielseitig und wurde bestens angenommen. Sicherlich hat das tolle Wetter mit Sonne satt ebenfalls dazu beigetragen, dass es ein toller Turniertag wurde. Viele Tage und Wochen der Vorbereitung haben sich gelohnt. Ein großes Danke auch an alle ehrenamtlich mitwirkenden Vereins- und Vorstandsmitglieder. So ein Turnier kann man nicht alleine auf die Füße stellen“, so Timo Klink, Organisator und zweiter Vorsitzender.



### Mitspieler gesucht

Für die neue Saison und weitere Planungen werden neue Mitspieler gesucht. Alle interessierten Spieler sind herzlichst dazu eingeladen, ganz unverbindlich an einem der Trainingstage vorbei zu schauen. Vorab können auch Rückfragen zu den Trainingszeiten per Mail beantwortet werden: [fteintracht@web.de](mailto:fteintracht@web.de)



Arbeiten im Weinberg:  
Triebe einstecken



Arbeiten im Weinberg:  
alte Stöcke entfernen

Willy Benz

## HILFSEINSATZ IM AHR TAL FOCKBEKER EHEPAAR PACKTE IM URLAUB BEHERZT MIT AN

*Aufgrund des Kriegs in der Ukraine ist die Hochwasser-Katastrophe im Ahrtal medial verblasst. Die verheerenden Auswirkungen sind jedoch noch heute deutlich sichtbar und der Bedarf an Unterstützung durch helfende Hände nach wie vor enorm groß.*



Mit Liebe von Hand etikettiert

Friedliche Ahr zwischen  
zerstörter Brücke und  
schweren Maschinen



Wasserlinie OG,  
Haus in Dernau



Heidi und Willy Benz nutzten ihren Urlaub und fuhren zum Helfen ins Ahrtal. Anlaufstelle war ein Helfer-Camp in Grafschaft. Hier wurde der Kontakt zur Winzerei Frederick „Freddy“ Stark in Heimersheim vermittelt. Es hieß, die Winzerei benötige Hilfe in den Weinbergen. Auf dem Hof von Freddy bekamen die freiwilligen Helfer einen Schock. Die untere Etage des Wohnhauses war nach wie vor nicht bewohnbar und es standen stapelweise Gitterboxen voller durch die Flut unbrauchbarer Weinflaschen herum. Freddy, Familienvater von drei Kindern, erzählte, dass die komplette Weinproduktion aus 2020 durch die Flut vernichtet wurde. Damit war auch die Erstabfüllung der Jahresflasche zur Geburt der Letztgeborenen unwiederbringlich verloren – einfach Herz zerreißend, wie Heidi Benz betont.

Wie mühsam die Produktion von Wein ist, sollte Familie Benz in den nächsten Tagen lernen. Vor allem die Steilheit der Weinberge flößte den beiden Helfern aus dem Norden besonderen Respekt ein. Ihre Aufgaben bestanden darin, Frostriebes zu schneiden, Triebe einzustecken und alte Stöcke zu entfernen. Sie füllten Wein ab und etikettierten Flaschen von Hand. Eine zeitraubende Angelegenheit, verursacht durch ein fehlendes Ersatzteil, das erst in Monaten geliefert werden kann. Heidi und Willy Benz hatten nicht nur die Arbeit unterschätzt, sondern – wie sie während ihres Besuchs feststellen durften – vor allem auch die hervorragende Qualität des Ahrweines.

Auf Wanderungen entlang der Ahr wurde für sie das Ausmaß der Zerstörung an Häusern, Brücken und der Natur greifbar. Die Menschen, denen sie unterwegs begegneten, erzählten ihnen nicht nur ihre traurigen Geschichten, sie waren auch voller Hoffnung. Das Ahrtal, eine Schönheit mit Narben – Heidi und Willy Benz kehrten dankbar und demütig nach Hause zurück. Wer nun – dem guten Beispiel der Beiden folgend – ebenfalls gerne beim Wiederaufbau im Ahrtal unterstützen möchte, findet Hilfesuche unter:

[www.helfer-shuttle.de](http://www.helfer-shuttle.de)

# Sommerangebot

## DAS NEUE E-PAPER-ABO

Ideal für den Sommerurlaub: Die NaturApotheke als E-Paper lesen, wann und wo Sie wollen!



### PRAKTISCH

Wann immer Sie Zeit zum Lesen haben – die digitale Ausgabe ist dabei!

### GUT FÜR DIE UMWELT

Ressourcen schonen bei Papierverbrauch und Transport

### GÜNSTIG

Sie sparen über 30% im Vergleich zum Print-Abo

Bestell-Nr: NA22DIGI



Feierliche Cowork17-Eröffnung mit Bürgermeisterin Sönnichsen (2. v.l.), Dennis Krabbenhöft (Materialhof-IT), Cowork17 Managerin Mira Osthorst und Björn Ott



## GEMEINSAM ARBEITEN, INSPIRIEREN UND VERNETZEN

### *Rendsburgs erster Coworking-Space eröffnet in der Herrenstraße 17*

Früher wurde hier gestemmt, gepusht, getanzt und auf alle möglichen Arten und Weisen die Muskeln trainiert, doch die Zeiten sind vorbei. In den Räumen des ehemaligen California Fitness in der Herrenstraße 17 hat am 31. Mai 2022 unter der Regie der Werkstatt Materialhof mit „Cowork17“ Rendsburgs erster Coworking-Space eröffnet. Mit Cowork17 soll der erste inklusive Coworking Ort im Norden entstehen.

### **MODERN AUSGESTATTETE HISTORISCHE RÄUME IN ZENTRALER LAGE**

Mitten im Rendsburger Zentrum, in unmittelbarer Nähe zum Bahnhof und ZOB - mit Car- und Bike-Sharing Angeboten - bietet das schöne, historische Gebäude optimale Arbeitsbedingungen in entspannter Atmosphäre. Technisch modern ausgestattet, laden die Räumlichkeiten mit Workshop-Raum, Teambüro und Open Space-Arbeitsplätzen zu kreativem Austausch und Vernetzung ein. Mehrere Lounge-Ecken samt dazugehöriger Kaffee-, Tee- und Wasserflats schaffen einen gemütlichen Rahmen für anregende Gespräche. Eine Sitzecke im grünen Innenhof macht bei schönem Wet-

ter sogar das Arbeiten im Freien möglich.

Vom IT-Support über Copy-Service bis hin zum leckeren Mittagstisch im café tagespost hält der Materialhof mit seinen vielen Gewerken überdies zahlreiche Dienstleistungen bereit, die im Background das Arbeiten angenehmer und leichter machen. Also rundherum tolle Rahmenbedingungen!

### **INKLUSIVE INSPIRATION**

„Das Besondere an Cowork17 ist jedoch unsere Community“, erklärt Björn Ott, Einrichtungsleiter der Werkstätten Materialhof, die sich seit über 30 Jahren der Förderung und Unterstützung von Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen widmen. Das Miteinander steht hier im Fokus und diesen Spirit merkt man auch im neuen Coworking-Space. „Mit Cowork17 wollen wir einen Raum schaffen, wo Menschen sich gegenseitig inspirieren, Ideen schmieden und voneinander profitieren können.“

Ein Platz im Cowork17 kann tageweise, aber auch monatlich gebucht werden. Buchungen sind seit Juni unter [info@cowork17](mailto:info@cowork17) möglich. Unterstützt und beraten wird das Cowork17 von der Genossenschaft CoWorkLand, dem bundesweit größten Netzwerk von ländlichen Coworking-Angeboten.



Das Sanitätshaus Kowsky bietet Praktikums- und Ausbildungsplätze an

## JETZT AUSBILDUNGSPLATZ SICHERN

Das Sanitätshaus Kowsky gehört zu den größten und erfahrensten Sanitätshäusern in Norddeutschland und bildet in sechs zukunftssicheren Berufen aus. Gemeinsam ist allen Berufen die Nähe zum Menschen und das zukunftssichere Thema Gesundheit. Ob im Büro, in der Werkstatt oder im Sanitätsfachgeschäft – die Bandbreite ist groß. Das Kowsky-Team begleitet seine Azubis tatkräftig während der gesamten Ausbildungszeit. Vom sozialen über den handwerklichen bis hin zum kaufmännischen Bereich, die Ausbildung im Sanitätshaus Kowsky ist fundiert und öffnet den Weg in eine erfolgsversprechende Zukunft. Bewerbungen an: Harry Pisall, E-Mail: [harry.pisall@kowsky.com](mailto:harry.pisall@kowsky.com)

### Ausgebildet wird in den folgenden Berufen (m/w/d):

Orthopädienschuhmacher:in /  
Orthopädienschuhtechniker:in  
Kaufmann/Kauffrau im Einzelhandel oder -verkäufer:in  
Orthopädietechnik-Mechaniker:in  
Kaufmann/Kauffrau für Büromanagement  
Fachinformatiker:in für Systemintegration  
Fachlagerist:in

**Sanitätshaus Kowsky GmbH,**  
Havelstraße 6, Neumünster, Tel. (04321) 99 450,  
[www.kowsky.com](http://www.kowsky.com)

### Wir sind eine junge und moderne Zahnarzt-Praxis und suchen eine ZFA inVZ/TZ mit Prophylaxe-Erfahrung und eine Auszubildende zur ZFA zur Erweiterung unseres Teams.

Wenn Sie gern lachen, ein freundliches Wesen sind und Freude bzw. Interesse an einem medizinischen Beruf haben, dann werden Sie sich bei uns bestimmt wohlfühlen!

Auch Quer- oder Wiedereinsteiger sind uns herzlich willkommen!

Machen Sie sich doch ein Bild von unserer Praxis unter  
[www.zahngesundheit-buedelsdorf.de](http://www.zahngesundheit-buedelsdorf.de)

Bitte schicken Sie uns Ihre aussagekräftige Bewerbung per Email oder per Post an

### Zahngesundheit Büdelsdorf

Dr. Eva-Rebecca Caliebe • Parkallee 9 • 24782 Büdelsdorf  
[www.zahngesundheit-buedelsdorf.de](http://www.zahngesundheit-buedelsdorf.de)

Weitere Informationen unter Tel.: (04331) 380 38.  
**Wir freuen uns auf Sie!**

Stellenangebot in 24106 Kiel, ab sofort

### Ich suche nach Assistenzkräften m/w/d

Zu vergeben sind Assistenzstellen an vollständig geimpfte.

Mein Name ist **Annika** und ich wohne in Kiel. Durch individuelle Assistenz ist es mir trotz meiner körperlichen Behinderung, die ich durch einen Unfall erlitten habe, möglich ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Daher bin ich immer wieder auf der **Suche nach neuen Mitarbeiter\*innen zur Verstärkung meines Assistenzteams.**

Ich (humorvolle E-Rollstuhlfahrerin, Baujahr 1973) benötige ihre Unterstützung. Neben meiner eigenen Berufstätigkeit als Bürokauffrau, spiele ich gerne E-Ball. E-Ball ist eine Art Hockey für Menschen in einem Elektrorollstuhl. Des Weiteren setze ich mich beratend im Beirat für Menschen mit Behinderung der Landeshauptstadt Kiel ein. Selbstverständlich Bummel ich aber auch gerne, unternehme Tagestouren mit Bus, Bahn oder Auto, Puzzle oder treffe mich mit Freunden, Singe bei Kiel singt, relaxe u.v.m.. Kurzum ich bin jemand, die all das macht, was andere auch machen, wenn sie denn dazu Lust haben.

#### Voraussetzungen

- wertschätzende, einfühlsame und motivierende Grundhaltung
- Führerschein Klasse B und Fahrpraxis
- gute Deutschkenntnisse in Wort & Schrift
- keine spezielle Ausbildung nötig
- Vollständiger Corona-Impfschutz

#### Das erwartet Dich

- individuelle Einarbeitung
- langfristige Perspektive
- direkte Anstellung über das Arbeitgebermodell
- Arbeitsort Kiel

#### Aufgaben

- Unterstützung im Alltag
- Pflegerische Tätigkeiten
- Freizeitgestaltung
- Tierversorgung (Katze)

#### Neugierig geworden?

Dann freue ich mich auf Ihre Nachricht an [bewerber.kielwik@gmail.com](mailto:bewerber.kielwik@gmail.com) oder über Whatsapp bzw. Signal **0151 -20218222**



Im Netzwerk Nachbarschaft hilft eine Hand der anderen

© Netzwerk Nachbarschaft

## TAUSCHE RASENMÄHEN GEGEN PC-SCHULUNG

*Das Netzwerk Nachbarschaft berät Projekte von Nachbargemeinschaften, die sich aktiv und nachhaltig für das generationengerechte, multikulturelle und familienfreundliche Miteinander im Wohnumfeld einsetzen.*

Das 2004 von Erdtrud Mühlens als bundesweites Aktionsbündnis gegründete Netzwerk setzt sich für den Ausbau von Zeittausch-Systemen ein: Anderen helfen, dafür Zeitpunkte sammeln und diese bei Bedarf gegen Hilfe einlösen – das funktioniert in Nachbarschaften besonders gut. „Hier kann jede:r besondere Fähigkeiten einbringen und sich Unterstützung holen bei Dingen, die einem nicht so liegen“, erklärt Gabriele Hoppach, Gründerin des Marburger Tauschings. Wenn Nachbarin A eine Stunde für Nachbar B die Hecke schneidet, kann sie dafür bei Nachbar C eine Stunde PC-Unterricht bekommen. Das Modell der Zeitbanken oder Zeittauschbörsen macht diese Hilfsnetzwerke zuverlässig.

### KLEIN ANFANGEN, LANGSAM WACHSEN

Interessierte können einfach im kleinen Rahmen starten. „Theoretisch reicht erstmal eine Exceltabelle“, sagt Monika Lang, Gründerin des Aachener Nachbarschaftsringes „Öcher Frönnde e.V.“. Ihren Erfahrungsschatz gibt sie gerne weiter. „Satzung und Abrechnungsmodelle auf unserer Website darf man gerne abkupfern“, bietet sie an.

Weitere Informationen unter:

[www.netzwerk-nachbarschaft.net](http://www.netzwerk-nachbarschaft.net)

[www.zeitbankplus.de](http://www.zeitbankplus.de)

[www.marburger-tauschring.de](http://www.marburger-tauschring.de)

[www.spes.de](http://www.spes.de)

Checkliste „Tauschbörsen“

[www.oecher-froennde.de](http://www.oecher-froennde.de)

# Ahoi

steffen henssler

## NEUERÖFFNUNG IN KIEL

Kiel – mach Dich bereit, bald kommt auch Ihr in den Ahoi-Genuss!

Außer der großartigen Location direkt an der Kiellinie mit Blick auf die Förde und verdammt gutem Essen, benötigen wir aber vor allem eins: Eine super Crew, die das AHOI Kiel zu einem Aha-Erlebnis macht. Und genau da kommst DU ins Spiel!

Wir suchen

## ✘ NEUE CREW-MITGLIEDER FÜR DAS AHOI KIEL

in Vollzeit, Teilzeit und auf 450€-Basis (m/w/d)

- ✘ KÖCHE
- ✘ KÜCHENHILFEN
- ✘ SPÜLER
- ✘ SERVICE- UND BARKRÄFTE
- ✘ SCHICHTLEITUNG (SERVICE)
- ✘ BARLEITUNG
- ✘ STELLV. RESTAURANTLEITUNG
- ✘ RESTAURANTLEITUNG



Ahoi  
steffen henssler

Bock? Dann bewirb dich per Mail direkt an [kiel@ahoisteffenhenssler.de](mailto:kiel@ahoisteffenhenssler.de) oder per Post an: Ahoi Steffen Henssler, Kiellinie 70, 24105 Kiel



# AUTO & TECHNIK

*Mobilität im Sommer - hier kommen die besten Tipps und Serviceangebote ...*



Getty Images/iStock/Antonio Santos



## 9x in Schleswig-Holstein und Hamburg: Die **Emil Frey** Küstengarage.

- immer in Ihrer Nähe
- das größte und sofort verfügbare Neu- und Gebrauchtwagen Angebot im Norden
- der Elektromobilitätsexperte vor Ort
- Ihre Vertragswerkstatt zwischen den Meeren



Küstengarage

**Emil Frey Küstengarage GmbH**

Schleswiger Chaussee 26 | 24768 Rendsburg  
[www.kuestengarage.de](http://www.kuestengarage.de) | 04331 701-0



SEAT CUPRA ŠKODA Nutzfahrzeuge

**ad AUTO DIENST** **PANNEK**  
DIE MARKEN-  
WERKSTATT

- REPARATUREN
- LACK

**URLAUBS-CHECK**

DIENST  
KAROSSERIE-ARBEITEN

**Werkstatt  
des Vertrauens  
2022**

ausgewählt vom Autofahrer

Unser Motto: Alles aus einer Hand

**Auto  
Pannek**

Kollunder Straße 13-15 · 24768 Rendsburg  
Telefon (04331) 2 22 23 · (04331) 2 83 70  
Telefax (04331) 5 58 12 · info@auto-pannek.de  
www.auto-pannek.de

Unsere Öffnungszeiten  
Mo. bis Do. sind wir von 7.00 bis 18.00 Uhr, Fr. bis  
16.30 Uhr und Sa. von 9 bis 13 Uhr für Sie da!

**GRUSS  
DER HEIMAT,  
VON UNS  
GERETTET.**



Leuchtturm Roter Sand – das weltweit erste Bauwerk auf offener See. Mehr über die Geschichte dieses Denkmals: [dieganzegeschichte.de](http://dieganzegeschichte.de)

Eines von vielen tausend geförderten Denkmalen.

**Wir erhalten  
Einzigartiges.  
Mit Ihrer Hilfe!**

Spendenkonto  
IBAN: DE71 500 400 500 400 500 400  
BIC: COBA DE FF XXX, Commerzbank AG  
[www.denkmalschutz.de](http://www.denkmalschutz.de)



**DEUTSCHE STIFTUNG  
DENKMALSCHUTZ**

Wir bauen auf Kultur.



Um die Batterie zu schonen, sollten häufige Schnellladevorgänge vermieden werden.



In modernen Elektroautos sind Lithium-Ionen-Batterien verbaut, die im Schnitt auf eine Lebensdauer von acht bis zehn Jahren kommen.

©: TÜV NORD / AdobeStock

## LANG LEBE DIE ELEKTROAUTO-BATTERIE

*Je häufiger die Batterie in Elektrofahrzeugen beansprucht wird, desto mehr verliert sie an Leistungsfähigkeit. André Tajdel, Leiter der TÜV NORD-Station Rendsburg, gibt Tipps, wie man die Lebensdauer erhöhen kann.*

In modernen Elektroautos sind sogenannte Lithium-Ionen-Batterien verbaut. Im Schnitt kommen diese auf eine Lebensdauer von acht bis zehn Jahren mit einer Mindestanzahl von 1.000 Ladezyklen. Mittels einfacher Methoden lässt sich die Lebensdauer der Batterie jedoch steigern.

### EIGENTLICH GANZ EINFACH

Ein Faktor für ein längeres Akkuleben, den Jede/r ganz einfach beeinflussen kann: der eigene Fahrstil. „Natürlich möchte man ab und zu mit seinem Elektroauto schnell unterwegs sein. Dennoch empfiehlt sich auf lange Sicht eine bedachte Fahrweise, um den Kraftspeicher zu schonen“, weiß André Tajdel. Auch der Wärmegrad spielt eine große Rolle, um die Stromquelle so lange wie möglich zu erhalten. Die ideale Temperaturspanne für E-Transportmittel und ihre Batterie liegt zwischen 15 und 25 Grad Celsius. Tipp: Eine Garage bietet die optimale Temperatur, um E-Autos zu parken. An heißen Tagen kühl und schattig, ist sie in kalten Zeiten ein warmer und trockener Unterstand.

### DIE BATTERIE RICHTIG LADEN

Hier spielt der sogenannte Ladehub eine wichtige Rolle. Er beschreibt die Differenz zwischen dem Zustand vor und nach der Ladung. Je niedriger also der Akkustand der Elektroauto-Batterie bei der Ladung ist, desto schneller verliert der Speicher an Leistung. Tajdel rät: „Am besten lädt man immer rechtzeitig auf, wenn noch möglichst viel Energie vorhanden ist. Der Ladezustand sollte idealerweise zwischen 10 und 80 Prozent liegen. Bei längeren Pausen, beispielsweise im Urlaub, kann das Fahrzeug mit halbvollem Elektrotank geparkt werden.“ Wichtig: Statt häufiger Schnellladevorgänge sollte der Wagen ausreichend Zeit bekommen, Energie zu tanken. Mit einer Wallbox zu Hause geht dies ganz einfach über Nacht. Wenn man das Elektroauto direkt vor der nächsten Fahrt auflädt, wird sogar Strom gespart. Auch eine regelmäßige Wartung in der Fachwerkstatt wirkt sich positiv auf die Lebensdauer der E-Batterie aus. Mehr Informationen rund um das Thema Elektrobatterie und weitere Tipps gibt es hier: [www.tuev-nord.de](http://www.tuev-nord.de)

## KOLLEKTIVES AUFATMEN BEI DEN HÄNDLERN

**Ab Mai 2023 darf der Handel Fahrzeuge seiner Kund:innen selbst zulassen. So lautet der Beschluss der jüngsten Verkehrsministerkonferenz.**

**A**ufgrund der Erfahrungen während der ersten Coronawelle gehört die Forcierung der digitalen Zulassung zu den wesentlichen Verbesserungswünschen der Autohäuser. Sie erlebten in dieser Zeit bürokratische Eigenheiten, die Zulassungen zu einer Lotterie werden ließen. So waren einige Zulassungsstellen telefonisch nicht erreichbar, während andere offensichtlich nicht in Kontakt treten wollten.

### WAS LANGE WÄHRT...

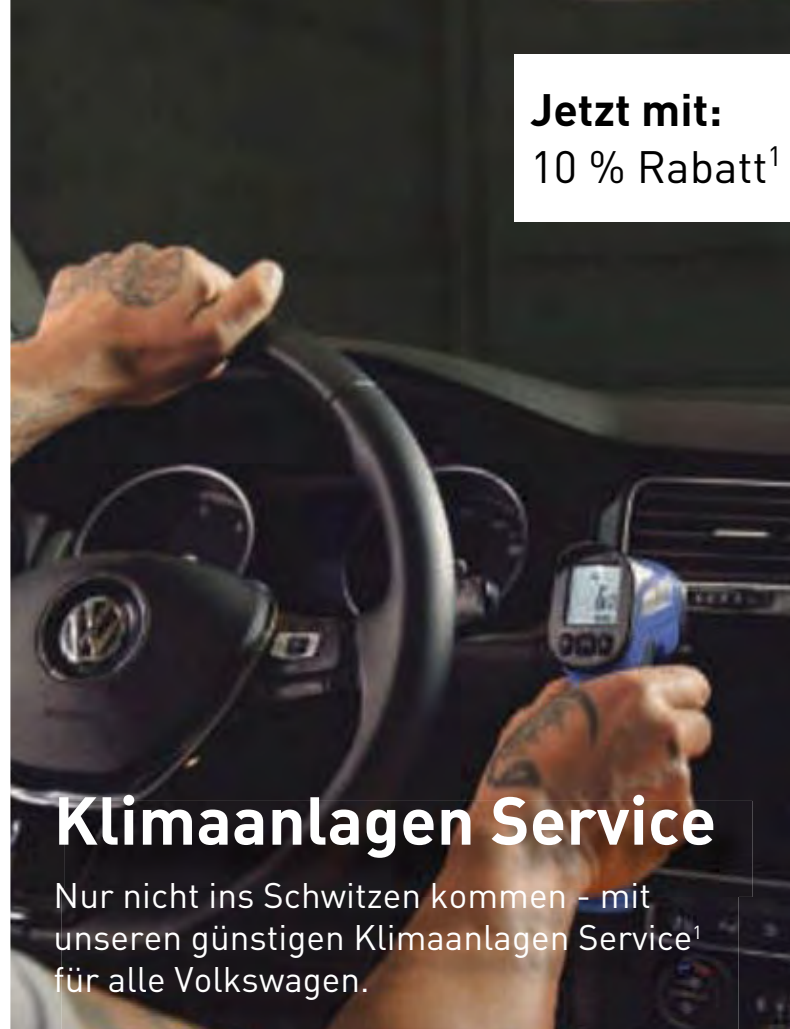
Seit Corona besteht über die Forcierung der Digitalisierung ein allgemeiner Konsens. Tatsächlich ist die digitalisierte Zulassung jedoch bereits seit 2013 ein Projekt des Bundesverkehrsministeriums. Internetbasierte Fahrzeugzulassung „i-Kfz“ lautete der Name eines Stufenplans, der ab Januar 2015 zunächst die Abmeldung von Pkw durch Privatleute vorsah, dann ab Herbst 2017 die Wiederzulassung. Zwei Jahre später folgte die Neuzulassung und Umschreibung von Autos. Doch warum dauerte die Öffnung digitaler Zulassungsmöglichkeiten für Gewerbetreibende so lange?

### KLÄRUNG WICHTIGER FRAGESTELLUNGEN

Größere Unternehmen sollen ab dem nächsten Jahr ihre Zulassungen über eine noch einzurichtende Großkundenschnittstelle laufen lassen, während dies für kleinere Betriebe über die Portale der jeweiligen Zulassungsstellen erfolgen wird. Sollte das alles Realität werden, bedeutet es die Erfüllung des OZG (Onlinezugangsgesetz), das Bund, Länder und Kommunen verpflichtet, wesentliche Bereiche der Verwaltungsleistungen auch digital bereit zu stellen.

Ausdrücklich begrüßt werden die bahnbrechenden Veränderungen von Jan-Nikolas Sontag, Geschäftsführer des Landesverbands des Kfz-Gewerbes: „Das ist eine wirklich gute Nachricht. Für die von uns vertretenen Händler:innen geht ein langer gehegter Wunsch in Erfüllung und ein auch von uns als Verband gegenüber den Entscheidungsträger:innen auf kommunaler und Landes-Ebene immer wieder thematisierter Missstand findet ein Ende. Damit werden die Kfz-Händler:innen unabhängig von der Situation in ihrer zuständigen Zulassungsstelle. Wie wir aus den von uns gemachten Befragungen wissen, gab es in einer ganzen Reihe von Zulassungsstellen erhebliche Schwierigkeiten, sodass Autohäuser teilweise sogar wochenlang auf eine Zulassung warten mussten. Das wird ab kommenden Mai hoffentlich der Vergangenheit angehören.“

**Jetzt mit:  
10 % Rabatt<sup>1</sup>**



## Klimaanlagen Service

Nur nicht ins Schwitzen kommen - mit unseren günstigen Klimaanlage Service<sup>1</sup> für alle Volkswagen.

**Für bestes Klima in Ihrem Volkswagen. Wir prüfen Ihre Klimaanlage auf Bedienungsfunktion und Ausströmtemperatur und führen eine Sichtkontrolle der Komponenten wie Kompressor, Kondensator und Trockner durch. Und Sie? Bewahren immer einen kühlen Kopf.**

<sup>1</sup> Überprüfen der Klimaanlage, ohne Zusatzarbeiten, zzgl. Material. Nur bei vorheriger Terminabsprache. Angebot gültig bis einschließlich 31.08.2022. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.



Ihr Volkswagen Service Partner

**Autohaus Thomsen GmbH**

Werkstrasse 2 · 24848 Kropp

Tel. 04624 8045 0 · [www.thomsen-kropp.de](http://www.thomsen-kropp.de)



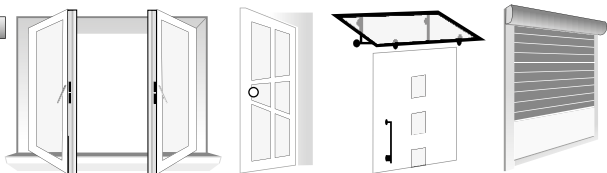
LÜTTMER



Autorisierter Servicepartner

# WISSER GmbH

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



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

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

# WOHNEN & WOHLFÜHLEN

*Im Sommer laden lauschige Plätze im Garten, auf der schön dekorierten Terrasse oder dem Balkon zum entspannten Verweilen oder geselligen Beisammensein ein. So lässt sich auch ein Urlaub im eigenen liebevoll eingerichteten Zuhause genießen.*



Foto: © freeanimalpix

**Wir finden:** Schweine müssen laufen, wühlen und suhlen!



**Sie auch?** Helfen Sie uns dabei, das Leben der „Nutz“tiere zu verbessern!

Ihre Organisation für „Nutz“tierschutz aus Kiel: **www.provieh.de**



© Via

## INDIVIDUELLE GESTALTUNG MIT ZEMENTMOSAIK PLATTEN

Weit vor der modernen Fliesenindustrie prägten Zementfliesen die Architektur. Heute tun sie dies wieder. Die Platten von VIA haben einen historischen Ursprung, sind aber zugleich auf der Höhe der Zeit. Durch die teilmanuelle Produktion ist jede Zementfliese einzigartig. Sie variieren geringfügig in ihrer Materialstärke, was bei korrekter Verlegung jedoch ausgeglichen wird, und in der Farbigkeit. Die Farbnuancen der einzelnen Zementfliesen lassen ein wunderbar changierendes Gesamtbild entstehen, eines der Hauptcharakteristika von Zementmosaikplatten. Weil Zementfliesen fugenlos verlegt werden, können Übergänge von Boden und Wand fließend gestaltet werden. Dadurch heben sich Raumgrenzen optisch auf: Es entstehen große Bildflächen, die sich mit dem Raum vereinen. Einen guten Eindruck liefert die Ausstellung von **RABE Fliesen & Marmor** in der Deliusstraße 11.

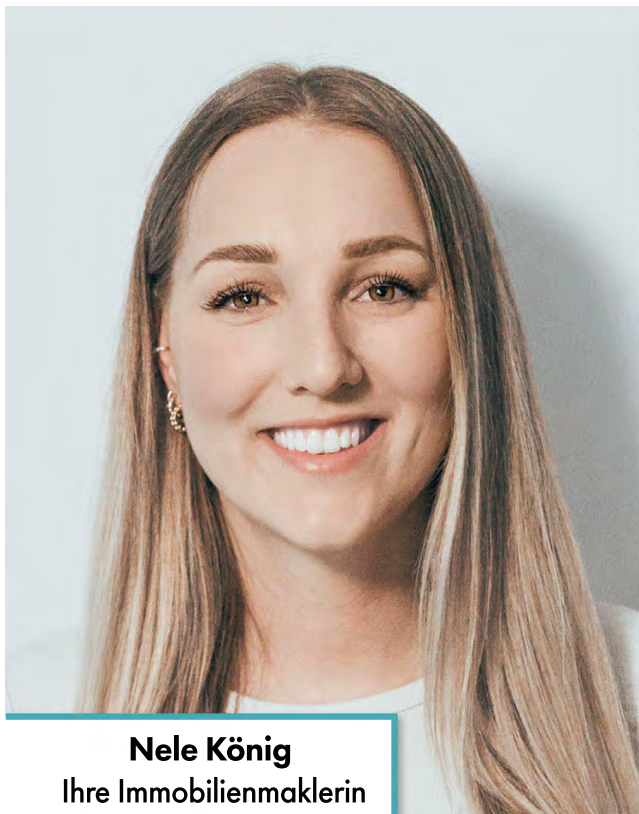


## STRAHLENDER BLICKFANG

Die wunderschönen Glaskrüge im Tautropfen-Design sind der extravagante Blickfang auf jedem Tisch. Ob Wasser, Wein oder eine erfrischende Sommerlimonade – mit dem mundgeblasenem Krug mit seiner ausgefallenen genoppten Struktur servieren Gastgeber:innen die Getränke besonders stilvoll. Auch Blumensträuße lassen sich in der Glaskaraffe hübsch arrangieren.

Tipp für die Gartenparty: Vor allem im Freien bei Sonnenschein glitzern die Krüge herrlich, da sich das Licht an den unzähligen Noppen auf einzigartige Weise bricht.

[www.ferrum-living.de](http://www.ferrum-living.de)



**Nele König**  
Ihre Immobilienmaklerin



NORDIC IMMOBILIEN

# Ich bewerte kostenlos Ihre Immobilie!

Jetzt Termin vereinbaren!

01763 27 07 442  
[nordicimmobilien.de](http://nordicimmobilien.de)

mehr Infos zu **NORDICIMMOBILIEN:**





Wohnraumberater Oliver Srugis stellt das Studio im Teppichhof Knutzen vor

# KOMFORT AUS DER NATUR

*„Natur bewahren heißt das Leben schützen.“ So lautet ein Slogan der Zulieferer des Teppichhofs Knutzen. Dieser bezieht sich auf den qualitativ hochwertigen Korkboden, der Einzug gehalten hat im Bündelsdorfer Traditionsbaus.*



„Es gibt nur Vorteile“, so lautet das kurze wie schnelle Fazit von Wohnraumberater Oliver Srugis, der von Kork als zurzeit nachgefragtestem Bodenbelag berichtet. Welche Vorteile er meint, wird schnell deutlich! Bei der Korkernte, die alle neun Jahre durchgeführt wird, wird kein Baum gefällt oder beschädigt. Sie ist die weltweit am höchsten bezahlte Arbeit in der Landwirtschaft.

Der Kork, der im Teppichhof verkauft wird, stammt zu großen Teilen aus Portugal. Und er überzeugt mit seinen Eigenschaften. So bietet er höchsten Komfort auch beim Barfußgehen, was möglich ist, da die natürliche Wärmeisolierung für eine optimale Bodentemperatur zu jeder Jahreszeit sorgt. Beste stoßdämpfende Eigenschaften sowie ein reduzierter Trittschall um 53 Prozent lassen aufhorchen. Dazu sieht Kork gut aus, es gibt ihn darüber hinaus auch in Holzfußbodenoptik.

Und vor allem binden Korkeichenwälder fünfmal mehr CO<sub>2</sub> aus der Atmosphäre und tragen so zur Reduktion der Erderwärmung bei. Alle Korkabfälle und Überschüsse werden zudem gesammelt, granuliert und in den Produktionsprozess zurückgeführt. Damit wird der CO<sub>2</sub>-Fußabdruck minimiert. Wer neugierig geworden ist und eine fachgerechte Beratung möchte, meldet sich im Teppichhof Knutzen vor Ort, unter Tel.: (04331) 35 06 23 oder schaut bereits vorab unter [www.knutzen-home.de](http://www.knutzen-home.de).



## WOHNZIMMER UNTER FREIEM HIMMEL

„Der Entschluss, unsere Terrasse überdachen zu lassen, war eine der besten Ideen der letzten Jahre. Vom Frühjahr bis in den Herbst verbringen wir hier unzählige Stunden“, freut sich Frau Steinmetz. „Mit viel Erfahrung und Expert:innenwissen hat die Firma Nelson Park Terrassendächer die Planung, Gestaltung und den Bau unserer Überdachung ausgeführt. Jetzt ist es egal, ob es regnet oder windig ist: Wir sind auf der Terrasse und genießen unseren Garten.“

Das moderne, schlichte Design des Terrassendachs mit Ganzglasschiebeelementen und die großen Glaselemente sorgen für einen unverbauten Blick in den Garten. Je nach Wetterlage können die Glaselemente für eine optimale Belüftung und Temperatur auf- und zugeschoben werden. Zudem könnte sich die Überdachung problemlos schrittweise zu einem Kaltwintergarten erweitern lassen – eine interessante und preisgünstige Alternative zum Warmwintergarten. Anders als dieser ist der Kaltwintergarten weder beheizt noch isoliert. Vor allem in südlichen Lagen kann aber die natürliche Sonneneinstrahlung optimal genutzt werden. So ist der Wintergarten ein idealer Aufenthaltsort für Pflanzen, die den Winter im Norden nicht überleben würden. Eine Markise bietet bei zu großer Sonneneinstrahlung ausreichend Schatten. Die in die Profile eingebauten LED-Lichtleisten beleuchten die Terrasse in den Abendstunden mit einem angenehmen und in der Helligkeit abstufbaren Licht. Ein besonderer Vorteil einer Überdachung ist, dass die Terrasse immer fertig ist: Polsterauflagen, Tischdecken, Kerzen und andere Dekorationen können einfach bleiben, wo sie sind. Selbst im Winter muss nichts weggeräumt und verstaut werden, sodass die Terrasse jederzeit wohnlich und hübsch aussieht. Die Glaskonstruktion sorgt dafür, dass die sich an die Terrasse anschließenden Räume nicht verdunkelt werden. Mehr Informationen findet man unter: [www.nelsonpark-terrassendaecher.de](http://www.nelsonpark-terrassendaecher.de).

## Ihr neuer Lieblingsplatz im grünen Wohnzimmer!



**12 %  
Sommerrabatt**

**Wir bauen individuelle und maßgefertigte Terrassendächer und Kaltwintergärten, die genau zu Ihrem Haus, Ihrer Terrasse und Ihrem Garten passen.**



## Nelson Park Terrassendächer

Servicebüros:

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

24226 Heikendorf, Binzer Weg 1, 04 31 / 9 90 18 25

[www.nelsonpark-td.de](http://www.nelsonpark-td.de)

# KAUF ODER VERKAUF EINER IMMOBILIE IST VERTRAUENSsache

*Wenn man eine Immobilie zu verkaufen hat, steht man immer wieder vor der Frage: Verkaufe ich selbst oder wende ich mich an eine:n Immobilienmakler:in?*

**B**ei **Nordic Immobilien** seid ihr auf jeden Fall in kompetenten Händen. Jung, dynamisch und innovativ – dafür steht Nele König mit ihrem Unternehmen.

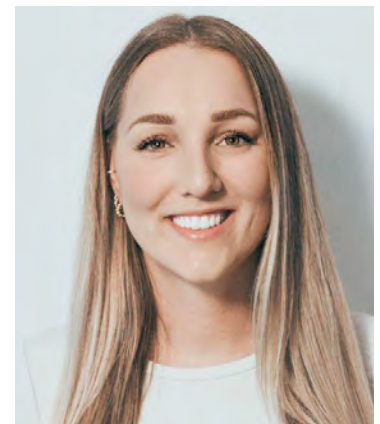
Sie hat sich schon früh für Immobilien interessiert und nach ihrer kaufmännischen Ausbildung nun den Start in die Selbstständigkeit gewagt. „Der Umgang mit Menschen und das entgegengebrachte Vertrauen gestalten den Alltag als etwas ganz Besonderes“, so Nele König. Daher steht für sie eine kompetente und transparente Beratung an oberster Stelle. Durch eure Beauftragung leistet ihr einen Vorschuss an Vertrauen, dem sie gerecht werden möchte. Sie bietet euch deshalb jederzeit Transparenz und Sicherheit bei der Abwicklung eures Auftrages.

## INNOVATIVE STRATEGIEN

Eine sorgfältige Prüfung und das Bewerten eurer Immobilie gehört ebenso zum Angebot von Nele König wie eine individuelle Beratung und Hilfestellung in jederlei Hinsicht. Bei der Vermarktung greift sie auf den Einsatz moderner, innovativer Mittel zurück: Der gezielte Einsatz von Social Media, Drohnenaufnahmen, 3D-Rundgängen und weiteren Maßnahmen fördert die Vermarktung – eure Immobilie wird im bestmöglichen Licht dargestellt, das Interesse einer breiteren Käuferschicht geweckt. So lassen sich tolle Ergebnisse erzielen, die Nordic Immobilien vom Rest des Marktes unterscheiden.

Das Ziel von Nele König ist es, mit euch gemeinsam das Bestmögliche zu erreichen und euch am Ende des Tages glücklich und zufrieden zu sehen! Termine könnt ihr vereinbaren unter:

**Tel.: (0176) 327 074 42**



# OKAL

Ausgezeichnete Häuser

Besuchen  
Sie unser neues  
Musterhaus in  
Eutin!



Lübecker Landstraße 26a · 23701 Eutin  
Öffnungszeiten: Mittwoch bis Sonntag 11.00 bis 18.00 Uhr

### Ihre persönlichen Ansprechpartner:

**Julia Chélard**

+491621025022  
julia.chelard@okal.de

**Guido Steltzer**

+4915117849468  
guido.steltzer@okal.de

## Szenguleit

Heizung · Sanitär · Elektro

# KURSÄNDERUNG



Wir planen Ihr neues Traumbad...

Telefon (0 43 31) 8 79 52 · [www.szenguleit.com](http://www.szenguleit.com)



© Artem Brak/Adobe



## GAR NICHT TROCKEN

Sie sind höchst dekorativ, langlebig und somit nachhaltig: Trockenblumen. Ob vereinzelt in schmalen Vasen oder gleich als ganzer Strauß – getrocknete Blüten, Blumen und Gräser sind alles andere als langweilig und alt im Aussehen, sondern aktuell vor allem eines: in Mode. Sie betonen eine natürliche Atmosphäre in den eigenen vier Wänden. Ihre Farbgebung ist schlicht und zurückhaltend. Somit fügen sich die trockenen floralen Vertreter perfekt in jedes Interieur ein, denn sich drängen sich nicht auf und setzen dabei trotzdem wunderbare Akzente in jedem Zuhause.

Passende Vasen sind schnell gefunden. Wer es jedoch kreativer mag, drapiert die Blumen in andere nutzbare Gefäße. Wie wäre es etwa mit einer leeren schönen Weinflasche oder einem Krug aus Keramik? Lasst eurer Kreativität freien Lauf!

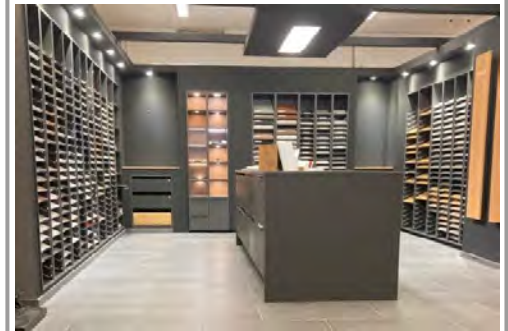
## TRENDIGE FARBKOMBINATIONEN

Die Küche ist mehr als nur ein Raum zum Essen. In ihr kommen wir mit Familie und Freunden zusammen, erleben gesellige Abende, lachen, reden und schlemmen. Umso wichtiger ist es, dass man sich in der Küche rundum wohlfühlt. Die Geschmäcker in Sachen Stil sind so unterschiedlich wie das Angebot groß ist. Eine tolle Auswahl an Küchen bietet das Küchenzentrum Rendsburg. Die vielseitige Ausstellung bietet eine Vielfalt, die jede:n zum Schwärmen bringt. Mehr als 15 Musterküchen und zwei Kreativ-Beratungszentren mit einer Auswahl von über 200 Musterfronten und Arbeitsplatten lassen keine Wünsche offen. Ob modern, urban, Family, Luxury, Nordic oder Country – die breite Auswahl hält für jeden Geschmack und Einrichtungsstil die passende Ausstattung bereit. Ein echter Hingucker ist diese Küche aus dem Hause Rotpunkt Küchen. Die moderne Kombination aus den Trendfarben Fenix Green und Sherwood Black zaubert eine stimmige Wohlkulisse. Die Fenix-Front sorgt für interessante Farbspiele und -akzente. Je nach Geschmack können die Fronten auch in Rot oder Blau gestaltet werden. Neben den optischen Highlights bietet die Küche außerdem reichlich Stauraum für Geschirr, Deko und sämtliche Kochutensilien. Weitere Informationen unter Tel.: (04331) 450 63 oder [www.rotpunktkuechen.de](http://www.rotpunktkuechen.de).



## MEINE NEUE KÜCHE

Besuchen Sie unsere neue Ausstellung.



Unser Cerativ- Beratungszentrum mit über 500 Fronten



Qualitätsküchen 



**Küchenzentrum**  
Rendsburg

Friedrichstädter Str. 26 – 24768 Rendsburg  
Telefon : ( 04331 ) 45063  
[kuechencentrum-rendsburg.de](http://kuechencentrum-rendsburg.de)

# MODE & BEAUTY

*Cool gestylt und mit frischem Glow die warmen Sommertage genießen - hier findet ihr hilfreiche Tipps und kompetente Unterstützung ...*





## MIT EINEM FRISCHEN LOOK GANZ NEU DURCHSTARTEN?

*Hier ist eure Chance: Britta & Mario Müller freuen sich auf neue Bewerber:innen, die Lust auf eine gelungene Typveränderung haben.*

Es gal ob kurz oder lang, glatt oder lockig, ob mit dezenten Highlights oder eher farbintensiven Nuancen, klassisch-elegant oder lieber schön frech – die erfahrenen Hairstylist:innen haben für jeden Kopf etwas Passendes im vielseitigen Repertoire. Von der Typberatung über die Idee für den neuen Style bis hin zu dessen professioneller Umsetzung liebt das Team von Britta & Mario Müller jede Etappe des großen Umstylings. Sei dabei und bewirb dich jetzt – damit auch du dich einmal ganz neu entdecken kannst! Du bist jung und willst deinen eigenen Style erst noch finden? Mach' mit und du erfährst, was geht (Farbe ist erst ab 17 Jahren möglich).

### SO NIMMST DU TEIL:

Sende uns eine E-Mail mit einem Foto von dir (max. 2 MB) und nenne uns dein Alter und den Grund, warum du gerne umgestylt werden möchtest:  
[redaktion@rendsburgerleben.de](mailto:redaktion@rendsburgerleben.de)

**Britta & Mario Müller, Altstädter Markt 2, Rendsburg, Tel.: (04331) 12 37 13, [www.bm-rd.de](http://www.bm-rd.de)**



**TEX**fit**TEXTIL-PFLEGEPROFI****2 Hosen € 8,99****1 Hemd € 1,60**waschen + bügeln,  
keine Seide

**Schiffbrückenplatz 11**  
**24768 Rendsburg**  
**Tel. 04331-708 2530**

**Durchgehend geöffnet**  
 von 8.00 - 18.00 Uhr  
 Sa. 9.00 - 13.00 Uhr

## IM TREND: NATÜRLICHE DEOCREME

Die neue Deocreme parfümfrei von Klar Seifen schützt zuverlässig vor unangenehmen Gerüchen und pflegt gleichzeitig die empfindliche Haut unter den Achseln. Sheabutter, Mandel- und Kokosöl sorgen dafür, dass sich die Deocreme leicht auftragen lässt. Durch den Verzicht auf Konservierungsstoffe, Palmöl sowie Silikone ist die Deocreme auch für besonders empfindliche Haut geeignet. Sie enthält keinen Alkohol und kann direkt nach der Rasur verwendet werden.

### ALUMINIUM- UND PARFÜM-FREI

Auf Aluminiumsalze verzichtet Klar Seifen bei der neuen Deocreme bewusst. Stattdessen mindern natürliche Inhaltsstoffe wie Natron und Zink die Schweißproduktion. Die Anwendung ist denkbar einfach: Eine erbsengroße Menge Deocreme unter die frisch gewaschenen Achseln geben und verreiben. So schützt die Deocreme den ganzen

Tag. Im kompakten und auslaufsicheren Tiegel ist sie auch ideal für unterwegs geeignet. Als Alternative bietet Klar Seifen zudem die Deocreme Lemongrass mit zittrisch-frischem Duft an. Alle Produkte von Klar Seifen sind erhältlich über den Onlineshop sowie bei ausgewählten Händlern.  
**www.klarseifen.de**

**Klar Seifen Deocreme, 30 ml, kosten 9,50 €**



■ **Kleine, große, schnelle, langsame, junge, ältere... wir kümmern uns um alle Füße.**

Orthopädische Maßschuhe  
 Bequeme Schuhmode  
 Schuhveränderungen  
 Einlagen nach Maß  
 Schuhreparaturen aller Art

**Möller**

ORTHOPÄDIE | SCHUHTECHNIK | Inh. H. Höffer

■ Hollesenstr. 31 | 24768 Rendsburg |  
 Fon 04331-7 51 77 | Fax 04331-78 90 90

■ Plessenstraße 13 | Ärzteshaus am ZOB |  
 24837 Schleswig | Fon 04621 - 85 59 44

■ [www.moeller-rendsbuerg.de](http://www.moeller-rendsbuerg.de)



## SOMMER, SONNE, FRISCHE KLEIDUNG

Wir feiern den Juli mit sommerleichten Outfits! Dass diese die ganze Saison über gut aussehen, garantiert der Textilprofi TEXfit. Hier werden moderne energie- und wassersparende Arbeitsschritte im Einklang mit der Umwelt eingesetzt. Für fast jeden Fleck gibt es eine ökologische Lösung. Empfindliche Textilwaren werden mit einer besonderen Reinigungsmaschine mit Aufsprühverfahren gereinigt, die eine grobe Mechanik verhindert. Die Desinfektion der Textilien erfolgt durch das Waschmittel, die chemische Reinigung oder die Wärmebehandlung der Trocknung. Die erfahrenen Mitarbeiter:innen sorgen für einen erstklassigen Kundenservice. Oberhemden werden für 1,60 Euro frisch gewaschen und gebügelt. Zwei Hosen erhält man für 8,99 Euro wie neu zurück. Auf Wunsch können Aufträge innerhalb weniger Stunden ausgeführt werden. Weitere Infos unter Tel.: (04331) 708 25 30. Öffnungszeiten: Mo-Fr 8-18 + Sa 9-13 Uhr.



## SCHÖNHEIT IST KEINE FRAGE DES ALTERS

**DAS LOFT Medical Beauty Spa** bietet ein breites Spektrum an effektiven Beauty Treatments, um dem Alter ein Schnippchen zu schlagen:

- Hyaluron
- Botox / Polypeptide
- Radiessen
- Fadenlifting / Vampirlifting
- Fettweg-Spritze
- Hydrafacial

[www.dasloftkosmetik.de](http://www.dasloftkosmetik.de)  
Tel.: (043 31) 663 96 25

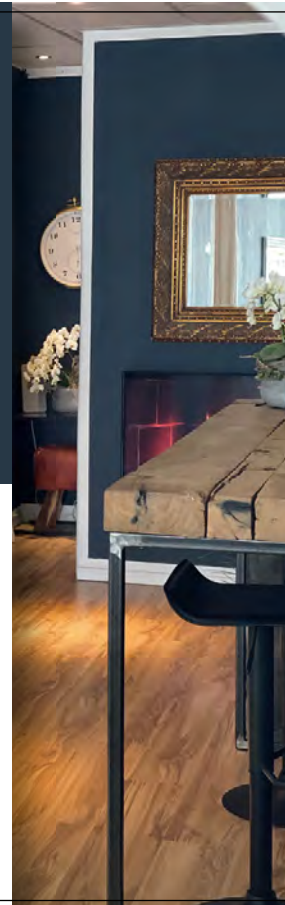
## DAS LOFT BY MAREIKE WITZ

- ANTI - AGING  
SPEZIALISIERT
- MEDIZINISCHE  
KOSMETIK
- LASHES



## DAS LOFT MEDICAL BEAUTY SPA

Schleuskuhle 23  
24768 Rendsburg  
Tel.: 0 43 31 – 663 96 25  
[www.dasloftkosmetik.de](http://www.dasloftkosmetik.de)



Das VENYA Collagen Spray eignet sich perfekt als Beauty-Booster für zwischendurch – ob daheim oder unterwegs.

## HEALTHY AGING

Die Pflegelinie VENYA startet mit einem Beauty-Booster in den Sommer, der müde Haut sofort erfrischt: Das neue VENYA Collagen Spray wirkt aufpolsternd, durchfeuchtend, glättend und beruhigend. Native Kollagenmoleküle entfalten direkt nach dem Aufsprühen ihre wohltuende Wirkung, indem sie die Feuchtigkeitsdepots der Haut wieder auffüllen und gleichzeitig ihr Feuchtigkeitsbindevermögen verbessern. Denn genau danach sehnt sich die Haut spätestens ab 30, insbesondere wenn sie in stressigen Zeiten zunehmend spannt oder gereizt reagiert. Innerhalb weniger Minuten wird sie intensiv durchfeuchtet, beruhigt sich und kann nachhaltig regenerieren. Fältchen und Linien werden geglättet, die Hautbarriere und die Elastizität gestärkt. So strahlt selbst sensible Haut wieder neue Frische aus. **Exklusiv im VENYA-Onlineshop erhältlich unter:**  
[www.venya.de](http://www.venya.de)

## HILFE, WO SIE GEBRAUCHT WIRD



An den Grenzen der Ukraine, auf den alten und neuen Fluchtrouten, aber auch in den indirekt vom Krieg betroffenen Ländern.

[WWW.MEDICO.DE/SPENDEN](http://WWW.MEDICO.DE/SPENDEN)

SPENDENKONTO: DE69 4306 0967 1018 8350 02

medico international

Foto: Roland Geisheimer/attentione/Agentur Focus



**WIDDER**  
21.03. - 20.04.

Setzt euch beruflich ruhig etwas mehr für eure Sache ein. Eure Sterne sorgen für gute Gelegenheiten, doch die Initiative muss von euch kommen. Falls ihr keine positiven Entwicklungen seht, wird es Zeit, die eigene Einstellung zu untersuchen, die dies verhindert.



**STIER**  
21.04. - 20.05.

Ihr stoßt in diesem Monat auf die unterschiedlichsten Entwicklungen und Möglichkeiten. Ob ihr euch von diesen eher verwirren lasst oder aus dem Vollen schöpft, hängt natürlich nur von euch ab. Eure nette Art wird übrigens nicht immer so aufgenommen, wie ihr gerne möchtet.



**ZWILLINGE**  
21.05. - 21.06.

Der Weg zum Erfolg kann auch mal mühsam sein. Ihr haben doch wohl nichts anderes erwartet, oder? Leistung allein ist aber nicht alles. Eine etwas gründlichere Organisation könnte euch sicher nicht schaden. Falls ihr kritisiert werdet, wartet mit euren Argumenten lieber erst etwas ab.



**LÖWE**  
23.07. - 23.08.

Angelegenheiten, die euch allein betreffen, laufen weitgehend zu eurer Zufriedenheit. Ihr habt inzwischen ja auch einiges für euch geklärt. Jetzt könnt ihr bereits die ersten Ergebnisse eurer Bemühungen ernten. In der Liebe dürft ihr aber gern etwas mehr aus euch herausgehen. Eure Gefühle haben im Zweifel nicht recht.



**JUNGFRAU**  
24.08. - 23.09.

Jetzt zeigt sich, ob ihr eure mittelfristigen Pläne gründlich genug durchdacht und abgesprochen habt. Auch wenn eure Zeit knapp bemessen ist, solltet ihr euch die Kritikpunkte anderer zumindest anhören. Falls ihr die Dinge zu sehr 'aus dem Kopf heraus' betrachtet, solltet ihr mehr auf eure Intuition hören.



**WAAGE**  
24.09. - 23.10.

Befasst euch bei langfristigen Planungen mit den Grundlagen. Nutzt dabei die Gelegenheit, euch von beengenden Umständen zu trennen. Was euch in der letzten Zeit in euren Freundschaften selbstverständlich erschien, muss jetzt ausgesprochen und geklärt werden.



**SKORPION**  
24.10. - 22.11.

Einige Angelegenheiten, die euch in der ersten Monatshälfte noch Sorgen bereiten, klären sich in der zweiten wie von selbst. Pflichterfüllung ist nicht alles. Auch die Zusammenarbeit könnte belebt werden. Der ganze Monat ist günstig für Kurztrips, Besuche, Gespräche und Verhandlungen.



**SCHÜTZE**  
23.11. - 21.12.

Die grundlegenden Fragen, die ihr euch jetzt stellt, werden euch noch eine Weile beschäftigen. Indem ihr akzeptiert, dass die Dinge nicht immer einen gradlinigen Verlauf nehmen, werdet ihr das Beste aus dieser Zeit machen. Mit übertriebenen Kompromissen seid ihr nicht glücklich.



**STEINBOCK**  
22.12. - 20.01.

Ihr dürft zwischendurch auch einmal innehalten und eure Zeit genießen. Ihr könnt unmöglich alle Forderungen sofort erfüllen, denen ihr jetzt begegnet. Schaltet also lieber einen Gang zurück. Ein etwas gemäßigteres Tempo wird sich besonders in der zweiten Monatshälfte nicht vermeiden lassen.



**WASSERMANN**  
21.01. - 19.02.

Einige eurer Vorstellungen sind es durchaus wert, verwirklicht zu werden. Ihr solltet euch mit ganz neuen Projekten aber noch etwas zurückhalten. Von Zweifeln und kleinen Rückschritten braucht ihr euch dennoch nicht entmutigen zu lassen. Kaum findet ihr euch damit ab, dass die Dinge nicht immer so laufen, wendet sich das Blatt.



**FISCHE**  
20.02. - 20.03.

Kleine Missverständnisse unter guten Freund:innen oder am Arbeitsplatz solltet ihr jetzt umgehend klären, auch wenn euch diese zunächst unwichtig erscheinen. Stoßt ihr andere mit überstürzten Äußerungen vor den Kopf, wird eine Einigung erst in der zweiten Monatshälfte zu finden sein.

**STERNZEICHEN  
DES MONATS**



**KREBS**  
22.06. - 22.07.

An Ideen mangelt es euch nicht, und inzwischen seid ihr auch bereit zu handeln. Aufgeladen mit neuer Energie könnt ihr jetzt beginnen, eure Pläne in die Tat umzusetzen. Gerade berufliche Auseinandersetzungen braucht ihr nicht zu scheuen. Bei eurer Position habt ihr nichts zu befürchten und könnt den Dingen gelassen entgegensehen. Ihr gehört zu jenen Menschen, die einen Extraspeicher für Erinnerungen mitbringen und nutzt ihn als Navigationssystem fürs Jetzt.

**UNSER ASTROLOGE**

Der Kieler Astrologe Martin A. Banger erstellt jeden Monat das aktuelle RENDSBURGERLEBENHOROSKOP. Möchtet ihr es noch genauer wissen? Fordert euer persönliches Horoskop unter [www.12zeichen.de](http://www.12zeichen.de) an.



Martin A. Banger

# Jetzt abnehmen

## MIT LOW CARB

Schlank ohne Verzicht und mit vollem Genuss: In jeder Ausgabe 80 leckere Rezepte. Jetzt auch im **E-Paper Probe-Abo** zum Sommerpreis!

**JETZT FÜR  
NUR 1 EURO  
TESTEN**

Foto: Adobe Stock / VICUSCHKA



*Low Carb für alle:*  
80 Rezepte und jede Menge Einsteigertipps

*Praktisch:*

Sie haben Ihre liebsten Low-Carb-Rezepte immer dabei.

*Gut für die Umwelt:*

Sie reduzieren den Papierverbrauch!

Bestell-NR: LC22EPA

fm



[www.lowcarb.de/ePaperprobe](http://www.lowcarb.de/ePaperprobe)

# GESUNDHEIT & WELLNESS

*An den längsten Tagen des Jahres verbringen wir viel Zeit in der Natur. Hilfreiche Tipps, wie ihr und eure Liebsten dabei gesund bleiben, bekommt ihr hier...*







Nur gute Kenntnisse über einheimische Gartenpflanzen schützen vor möglichen Vergiftungen

Vor dem Kauf von Pflanzen sollten sich Hobbygärtner:innen darüber informieren, ob diese Gesundheitsgefahren bergen



Fotos: AOK/hfr

## VERGIFTUNGSGEFAHR IM EIGENEN GARTEN

*Einige heimische Gartenpflanzen sind giftig und können lebensgefährlich sein – vor allem für Kinder und Haustiere.*

Wer den Ausbau seines Gartens plant, sollte also zunächst überlegen, ob dieser auch von Kindern oder Haustieren genutzt wird. Giftpflanzen können schnell zur Gefahr werden, auch wenn diese oftmals schwer zu konkretisieren ist. Der Wirkstoffgehalt kann innerhalb der gleichen Art, von einer Pflanze zur nächsten, stark schwanken. Es kann also sein, dass eine Pflanze im eigenen Garten weitaus giftiger ist als im Nachbargarten. Auch reagiert jeder Mensch anders auf das Gift - die Pflanzen sind nicht für jede:n gleich giftig. Grundsätzlich ist das Risiko einer Vergiftung bei Kindern und Tieren größer als bei Erwachsenen, da sie die Gefahr nicht erahnen können und von den schönen Blüten oder saftigen Früchten der Pflanzen angelockt werden.

### DIE GEFÄHRLICHSTEN GIFTPFLANZEN IM GARTEN:

Eibe, Blauregen, Oleander, Thuja, Buchsbaum, Eisenhut, Engelstropfpete, Narzisse, Herbstzeitlose und Tollkirsche. Natürlich gibt es darüber hinaus noch eine große Anzahl weiterer Giftpflanzen, die in

vielen Gärten zu finden sind. Deshalb ist es ratsam, sich bei Ungewissheit im Gartenfachmarkt zu informieren, bevor eine neue Pflanzenart im heimischen Garten angepflanzt wird. Gleiches gilt beim Kauf von Zimmerpflanzen.

Im Falle einer Vergiftung gilt: Ruhe bewahren, Pflanzenteile aus dem Mund entfernen, Pflanzenteile zur Bestimmung aufheben, kein Erbrechen auslösen und sofort den Notruf 112 wählen. Auch die Expert:innen des Giftinformationszentrums-Nord helfen rund um die Uhr kostenfrei unter der Rufnummer (0551) 19240 weiter.

Tierbesitzer:innen sollten ebenfalls achtsam sein. Haustiere knabbern gerne mal im Garten an Pflanzen und Sträuchern und können sich ebenfalls vergiften. In diesem Fall ist rasches Handeln gefragt. Der sofortige Besuch beim Tierarzt kann möglicherweise das Leben des Haustieres retten. Eine Giftnotrufzentrale für Tiervergiftungen gibt es in Deutschland, im Gegensatz zu Großbritannien und den USA, noch nicht.

**Weitere Informationen unter:**  
[www.giz-nord.de](http://www.giz-nord.de) oder: [www.daab.de](http://www.daab.de)



**Dr. med. dent. Sandra Härtel**



**CEREC**  
Maßgeschneiderter  
Zahnersatz  
an nur einem Tag



**IMPLANTATE**  
Perfekte Zähne  
auch bei komplizier-  
ten Fällen



**HYPNOSE**  
Einfach eine ent-  
spannte Behandlung



**KINDERZÄHNE**  
Spaß beim Zahnarzt  
ist die beste Prophy-  
laxe

**Dr. Sandra Härtel**  
Praxis für moderne Zahnmedizin  
Dorfstraße 26 · 24790 Schacht-Audorf

**Öffnungszeiten**  
Mo-Do 8:00-18:00, Fr 8:00-12:00  
Oder nach Vereinbarung

Telefon: 04331-92542  
E-Mail: [info@zahn-am-nok.de](mailto:info@zahn-am-nok.de)

# DARMGESUNDHEIT - TRAUM ODER WIRKLICHKEIT?

**„Nein, kein Durchfall - also, der Darm ist in Ordnung“. Wie oft höre ich das im Gespräch mit den Tierbesitzer:innen. Auf Nachfrage wird dann mitunter von übel riechenden „Winden“ berichtet. Nicht selten schleicht sich der verursachende Vierbeiner aus dem Raum und das menschliche Gegenüber gerät unter Verdacht...**



Behandlung für  
einen echten Genießer



Müde nach  
der Behandlung

**D**urchfall oder eine Auffälligkeit im „Output“ sind nicht unbedingt die einzigen Hinweise auf eine Problematik im Verdauungstrakt unseres Hundes. Folgende Symptome können ebenfalls darauf hindeuten: Vermehrt gluckernde, rumpelnde Bauchgeräusche. Nach Veilchen riecht unser Vierbeiner auch nicht aus dem Maul - wüssten wir es nicht besser, könnten wir meinen, er hätte gerade etwas Fauliges ausgegraben und gefressen. Die Haut war auch schon mal besser, immer juckt oder leckt der Hund an verschiedenen Körperteilen, kratzt sich permanent, obwohl wir keinen Flohbesuch haben.

## MIKROKOSMOS DARM

Der Darm ist allergologisches und inflammatorisches Hochrisikogebiet, Trainingscenter für das Immunsystem. Er „verdaut“ das Essen, ist Wohnsitz und Arbeitsplatz für etliche lebenswichtige Mikroorganismen und zugleich das „Bauchgehirn“, da er das größte Nervensystem nach dem Gehirn besitzt. Sicher treffen unsere Tiere Entscheidungen nicht wie wir „aus dem Bauch“ heraus (...wirklich?), doch können durch Erkrankungen im Verdauungstrakt psychische Auffälligkeiten entstehen. So kann beispielsweise ein Vitamin-B-Mangel Auslöser für ein überempfindliches psychisches Nervenkostüm sein.

Die Mikrobiomforschung zeigt Erkenntnisse im humanen Bereich, die wir in die Veterinärmedizin übertragen können: Viele allergische Erkrankungen oder Autoimmunerkrankungen bei Hunden und Katzen haben ihren Ursprung in einer entzündlich veränderten Darmschleimhaut. Es nützt nichts, das Symptom alleine zu behandeln - der Verdauungstrakt sollte grundsätzlich miteinbezogen werden. Dazu gehört eine vernünftige Diagnose.

Nicht hilft, dem Hund oder der Katze ein wenig Joghurt mit „was auch immer für Bakterien“ zu füttern. Vielmehr sollte über Kotproben und Blutentnahme geklärt werden, wo das Problem liegt. Lautet die Diagnose beispielsweise Leaky-Gut-Syndrom, ist die Darmschleimhaut durchlässig geworden, sodass ungesunde Stoffe im Körper verbleiben, die bei gesunder Funktion ausgeschieden werden. Das können wir mit dem Effekt einer halb offen stehenden Haustür vergleichen, durch die unerwünschte Gäste wie Fliegen oder Mücken ins Haus gelangen...

Gewissenhafte Diagnostik ist eine wesentliche Voraussetzung für eine gezielte Behandlung

Stuhlparameter	Aussage
Kotflora	Mikrobielle Darmbarriere?
Zonulin*	Schleimhautbarriere?
Canine Pankreas-Elastase (Hund)	Immunologische Darmbarriere?
(Gallensäuren)*	Gallensäureverlustsyndrom?

\* Aktuell noch keine belastbaren Referenzbereiche für Hund und Katze.

## AUF DIE RICHTIGE MISCHUNG KOMMT ES AN

Die Zusammensetzung der Darmflora ist ebenfalls ein wichtiger Indikator. Ist sie ungenügend zusammengesetzt, sollte abgeklärt werden, ob die Bauchspeicheldrüse und der Magen gut mitarbeiten. Das Mikrobiom (die im Darm lebenden Darmbakterien) braucht ein gewisses „Mischungsverhältnis“, um gute Arbeit abzuliefern und sich dabei auch wohl zu fühlen. Für diese Bakterien ist „gutes Futter“ - nämlich gewisse Ballaststoffe - essenziell. Das Ganze ist vergleichbar mit einem Garten, der gehegt und gepflegt werden muss. Stimmt der PH Wert im Magen nicht, wird im Dünndarm nach einiger Zeit auch ein ungesundes Klima herrschen und die dort lebenden Bakterien können nur unzureichend ihrer Tätigkeit nachgehen...so gerät das Verdauungssystem immer mehr in die Schiefelage.

Da einige Medikamente wie Antibiose oder Wurmkur das Milieu im Darm verändern, ist es ratsam, hier nach Abschluss der Behandlung die Darmflora wieder aufzubauen. Das Immunsystem und der Darm werden es uns danken.



Tanja Hillermann ist seit 22 Jahren Tierheilpraktikerin in eigener Praxis. Ihr Spektrum umfasst sämtliche Aspekte der TCVM - der traditionell chinesischen Medizin im Veterinärbereich. Dazu gehört neben der bekannten Akupunktur die Ernährung (Diätetik, Ernährungsberatung) nach TCM sowie westlichen Gesichtspunkten, die Kräuterheilkunde (Chin. Arzneimitteltherapie - hier verordnet sie nur westliche Pflanzen) sowie verschiedene Massagetechniken (wie Shiatsu, Tuina). Zudem ist sie osteopathisch für Kleintiere tätig und greift - gerade bei allergischen Erkrankungen - auf die Bioresonanztherapie zurück. Da ihre Wurzeln in der Schulmedizin liegen, arbeitet sie sehr gerne vernetzt - oft auch bei schweren Erkrankungen zur Schulmedizin flankierend. Ihrer Erfahrung nach schließen sich beide Therapieformen nicht zwangsläufig aus.

Infos unter: [www.tierheilpraktikerin-kiel.de](http://www.tierheilpraktikerin-kiel.de)

# CHIROPRAKTIK NORD

Praxis für vitalistische amerikanische Chiropraktik



Fehlstellungen in der Wirbelsäule können die Funktion Ihres Nervensystems beeinträchtigen und so zu einer Einschränkung der Selbstregulationskräfte Ihres Körper führen. Dies kann die Ursache für viele Erkrankungen sein, z.B. Kopfschmerzen, Tinnitus, Schulterschmerzen, Schwindel, Migräne, Rückenschmerzen u.v.m.

Wir suchen nach der Ursache und behandeln diese, damit Sie langfristig gesund werden können!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch – rufen Sie an und ...

## LEBEN SIE LOS.

Ihr Team der Chiropraktik Nord  
Lars Löptien  
HEILPRAKTIKER

Kieler Chaussee 57 · 24214 Gettorf  
Telefon: 04346 369751

[info@chiropraktik-nord.de](mailto:info@chiropraktik-nord.de)  
[www.chiropraktik-nord.de](http://www.chiropraktik-nord.de)

# NEUE FLÄCHEN FÜR BLÜHENDE WIESEN GESUCHT

Das Verbundprojekt „Blütenbunt-Insektenreich“ ruft alle Schleswig-Holsteiner:innen auf zu helfen und Flächen bereit zu stellen, die kostenlos von der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein und dem Deutschen Verband für Landschaftspflege (DVL) in blühende Insekten-Paradiese verwandelt werden. Denn immer häufiger müssen Wildbienen, Honigbienen, Schmetterlinge, Schwebfliegen und Hummeln vergeblich nach blütenbunten Wiesen suchen. Sie fehlen überall: in der Stadt und auf dem Land. Selbst bislang häufige Wildpflanzenarten werden immer seltener. Für das Projekt „Blütenbunt-Insektenreich“ werden deshalb jetzt Wiesen, Säume, kommunale Grünflächen, Friedhöfe, Freiflächen auf Firmengeländen in ländlichen Gemeinden Schleswig-Holsteins und den Städten Flensburg, Eckernförde, Kiel, Neumünster, Ahrensburg, Itzehoe, Preetz, Lübeck und Husum gesucht. Sie sollen in artenreiche und insektenfreundliche Wiesen verwandelt werden. Voraussetzung: Die Flächen müssen mindestens 1.000 Quadratmeter groß sein oder in enger räumlicher Verbindung auf eine Gesamtgröße von über 1.000 Quadratmeter kommen. Dabei ist es ganz egal, ob sie privat, gewerblich oder öffentlich sind.

Die Vielfaltschützer:innen der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein stemmen sich seit 2020 mit dem im Bundesprogramm Biologische Vielfalt geförderten Verbundprojekt „Blütenbunt-Insektenreich“ mit aller Kraft gegen das dramatische Insektensterben. Stolze 68.000 Quadratmeter haben die Insektenretter:innen um Projektleiterin Antje Walter in den teilnehmenden Partnerstädten bereits mit Ansaaten aufgewertet.

Ihr habt keine großen Flächen und wollt trotzdem etwas für Insekten tun? Mäht seltener und nur abschnittsweise euren Rasen, dann stellen sich blühende Wildpflanzen wie Ferkelkraut, Braunelle und Habichtskraut meist von selbst ein und bieten Insekten Nahrung. Außerdem können schon wenige sonnige Quadratmeter Sand mit wenig Bewuchs vielen boden-nistenden Wildbienen ein Zuhause bieten. Infos unter: [www.insektenreich-sh.de](http://www.insektenreich-sh.de)

In ganz Schleswig-Holstein werden freie Naturflächen für das Projekt „Blütenbunt-Insektenreich“ gesucht

## AUGEN AUF BEIM SONNENBRILLEN-KAUF

Wer beim Kauf einer Sonnenbrille allein auf einen modischen Look achtet, ist schlecht beraten. „Denn die langwelligeren UV-A- und kurzwelligeren UV-B-Strahlen, die Infrarotstrahlen und das sichtbare Licht der Sonne können nicht nur unsere Haut, sondern auch unsere Augen schädigen“, warnt Augenarzt Dr. Tarek Shamia von der KKH Kaufmännische Krankenkasse. Das kann zu einer entzündeten Horn- oder Bindehaut und einem Sonnenbrand am Augenlid führen. Die Folge können Rötungen, Schmerzen, Lichtempfindlichkeit, unscharfes Sehen und ein Fremdkörpergefühl im Auge sein. Auch können Sonnenstrahlen Schäden an Linse und Netzhaut verursachen. Dies begünstigt die Entwicklung des grauen Stars und der Makuladegeneration. Das Türkische: „Bleibende Schäden an der Linse sowie der Netzhaut durch Sonnenstrahlen verursachen keine Schmerzen. Sie summieren sich im Laufe des Lebens und machen sich erst nach Jahren bemerkbar“, erklärt Shamia. Daher sollte jede:r seine Augen an sonnigen Tagen durch eine Sonnenbrille schützen. Das gilt auch für Kinder, deren Augen besonders gefährdet sind.



## Dann mal los!

Nur im Juli  
**24,90 €**

UVP 29,90 €

**GERIPPTRE REISESTRÜMPFE.**

Einfach. Unbeschwert.  
Unterwegs.



Ihr  
Geschenk  
dazu

Vorbeugend  
gegen  
Thrombose.



ERHÄLTlich IN ALLEN FILIALEN

Besuchen Sie uns auch auf  
www.kowsky.com • •

**Kowsky**

**SANITÄTSHAUS**  
Havelstr. 6 • 24539 Neumünster

## Astrologe Banger



### Die Persönlichkeit Ihres Kindes

Ihr Kind bringt mehr Eigenschaften in das Leben mit, als durch Erziehung erworben werden.

Astrologie beschreibt die Seele des neugeborenen Menschen: Temperament, einzigartige Stärken, besondere Talente und individuelle Schwächen sind von Anfang an aus dem Horoskop ersichtlich.

Ihr von mir erstelltes Kinder-Horoskop ist in kindgerechter Sprache verfasst. Es hilft Ihnen, Ihr Kind zu verstehen und angemessen mit seinen vielfältigen Entwicklungs-Möglichkeiten umzugehen.

Ca. 25 Seiten, mit Horoskop-Grafik, gebunden, ansprechende Gestaltung, Rückfragemöglichkeit, EUR 59,-.

Martin A. Banger [www.12Zeichen.de](http://www.12Zeichen.de)  
Tel / Fax: 04334 181000 eMail: [banger@12Zeichen.de](mailto:banger@12Zeichen.de)



## AB IN DEN URLAUB

### ... ABER NUR MIT DER RICHTIGEN REISEAPOTHEKE

**Wenn man eines im Urlaub nicht haben möchte, dann sind es Krankheit und Unwohlsein. Deshalb gehört ins Gepäck auch unbedingt die gute alte Reiseapotheke, die einen im Fall der Fülle vor dem Ärgsten bewahrt. Doch was gehört hinein?**

Der Inhalt der Reiseapotheke hängt vom Urlaubsziel und der Reisedauer ab: Ein All-Inclusive-Strandurlaub erfordert eine andere Zusammenstellung als ein Wanderurlaub im Gebirge oder ein Adventure-Trip durch die Wüste. Auch das jeweilige Alter sowie Vorerkrankungen lassen es sinnvoll erscheinen, die Reiseapotheke der individuellen Situation anzupassen. Vor dem Urlaub sollte man rechtzeitig das Verfallsdatum vorhandener Medikamente prüfen. Bei Reisen in warme Länder sollten auch die Lagerungshinweise beachtet werden – ein geschmolzenes Zäpfchen hilft im Notfall keinem. Immer mit von der Partie sind allgemeine Schmerzmittel gegen Kopf-, Zahn- und Gliederschmerzen, die auch gegen Fieber und Entzündungen helfen, Desinfektionsmittel und ein Fieberthermometer. Auch vorgeschchnittene Pflaster, Wundschnellverband und Mullbinden (elastisch und nicht elastisch), sterile Kompressen sowie eine kleine Verbandsschere und Pinzette gehören zur Grundausstattung. Bei Flugreisen und Klimaanlage in Bus oder Hotel sollten ein Mittel gegen Schnupfen und schleimlösende Medikamente mit dabei sein.

Bei Reisen in ferne Länder mit ungewohntem Essen ist es ratsam, Mittel gegen Verdauungsbeschwerden, Übelkeit und Erbrechen sowie klassische Durchfallmittel einzupacken. Bei Halsschmerzen, Hustenreiz und Schluckbeschwerden können Medikamente mit desinfizierender Wirkung Linderung verschaffen. Ohne ein kühlendes Gel gegen Insektenstiche und Sonnenbrand sollte sich niemand auf den Weg machen und ein wirklich gutes Sonnenschutzmittel ist für fast alle Reisegebiete dringend angezeigt. (medicalpress.de)



## VERSTÄRKUNG GESUCHT

Die junge und moderne **Zahnarzt-Praxis Dr. Caliebe** sucht eine/n ZFA in VZ/TZ mit Prophylaxe-Erfahrung und eine/n Auszubildende/n zur ZFA zur Erweiterung des Teams. Ein freundliches Wesen sowie Freude und Interesse an einem medizinischen Beruf dürfen gerne mitgebracht werden. Auch ein Lächeln ist in der Praxis sehr gerne gesehen. Quer- oder Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen! Um die Praxis im Voraus schon kennenzulernen, kann die Internetseite unter [www.zahngesundheit-buedelsdorf.de](http://www.zahngesundheit-buedelsdorf.de) besucht werden. Die aussagekräftige Bewerbung darf per Email an [praxis@zahngesundheit-buedelsdorf.de](mailto:praxis@zahngesundheit-buedelsdorf.de) oder per Post an Zahngesundheit Buedelsdorf, Parkallee 9, 24782 Buedelsdorf geschickt werden. Das Team freut sich auf die Bewerbung. **Weitere Informationen unter Tel.: (04331) 380 38.**

## DIAGNOSTIK BEI UNERFÜLTEM KINDERWUNSCH

Um eine individuelle und erfolgreiche Kinderwunschtherapie beginnen zu können, ist es wichtig, vorab eine gründliche und zielgerichtete Diagnostik durchzuführen. Abhängig von der Vorgeschichte und den bereits vorhandenen Befunden bespricht das Team vom **fertilitycenter Schleswig-Holstein** mit seinen Patient:innen das diagnostische Vorgehen für einen schnellen Weg zum Schwangerwerden. Die Grundpfeiler der Diagnostik sind:

- Zyklusdiagnostik mit Ultraschalluntersuchungen und Hormonanalysen zu verschiedenen wichtigen Zeitpunkten im Zyklus
- Samenanalyse (Spermogramm): Nach den Kriterien der Weltgesundheitsorganisation werden die Anzahl, die



Dr. Antonia Wenners und Dr. Nevin Inan (v. l.) vom fertilitycenter Schleswig-Holstein

Beweglichkeit und das Aussehen der Spermien beurteilt

- Diagnostik der Gebärmutter und des Bauchraums mit Prüfung auf Durchgängigkeit der Eileiter

Ein Termin für ein unverbindliches Erstgespräch mit einer Kinderwunschspezialistin aus dem fertilitycenter Schleswig-Holstein kann unter Tel.: (0431) 974 13 33 oder [info@fertilitycenter.de](mailto:info@fertilitycenter.de) angefragt werden. Weitere Infos unter [www.fertilitycenter.de](http://www.fertilitycenter.de)

# PATEN SCHENKEN KINDERN EINE UNBESCHWERTE ZEIT



Bianca Hansen (links) und Franziska Petersdorff begleiten das Projekt PATENZEIT

**PATENZEIT** unterstützt mit Ehrenamtlichen psychisch belastete Eltern und ihre Kinder und ist ein präventives Angebot für Kinder im Alter von 4-18 Jahren im Kreis Rendsburg-Eckernförde.

In den Patenschaften werden den Kindern und Jugendlichen gemeinsame Ausflüge, Spielenachmittage, Kinobesuche, Bewegung in der Natur oder Spielplatzbesuche und vieles mehr angeboten. Diese verlässliche Zeit ermöglicht es den Eltern, Entlastung zu erfahren und sich in Ruhe um sich selbst zu kümmern. Für die Kinder und Jugendlichen bietet die intensive persönliche Betreuung die Möglichkeit, neue Erfahrungen zu sammeln und eine Stärkung ihrer persönlichen Entwicklung zu erfahren. Das Angebot ist für die Familien kostenlos.

Die Ehrenamtlichen kommen aus den unterschiedlichsten Lebensbezügen. Es sind Menschen im Alter von 30-70 Jahren, Paare, Alleinerziehende, Singles und Familien. Die gemeinsamen Erlebnisse während der Patenzeit bereichern beide Seiten.

Franziska Petersdorff und Bianca Hansen begleiten als langjährige Mitarbeiterinnen des Kinder- und Jugendhilfe Verbundes Rendsburg das Projekt und stehen während der gesamten Patenschaft, sowohl für die freiwillig engagierten Pat:innen, als auch für die betroffenen Familien als Ansprechpartnerinnen zur Verfügung.



## Möchtest du Pat:in werden?

- Du bist verlässlich und wertschätzend?
- Du hast Freude an einem einfühlsamen Umgang mit Kindern und Jugendlichen?
- Du hast Spaß an der Gestaltung einer gemeinsamen Zeit?
- Du bist offen für andere Lebenszusammenhänge?
- Ihr wünscht euch als Familie eine Patenschaft für euer Kind?

Hier bekommt ihr weitere Informationen:  
montags bis mittwochs von 9- 17 Uhr  
Franziska Petersdorff, Tel.: (0172) 105 18 02,  
E-Mail: f.petersdorff@kjhv-rendsbuerg.de  
Bianca Hansen, Tel.: (0172) 104 35 09,  
E-Mail: b.hansen@kjhv-rendsbuerg.de

Solltet ihr selbst keine Zeit finden, aber dennoch das Projekt unterstützen wollen, könnt ihr mit einer Spende helfen.

## Spendenkonto:

Kinder- und Jugendhilfe Verbund KJSH Stiftung  
Verwendungszweck: Patenzeit  
IBAN DE 60 2145 0000 0105 0883 97  
BIC NOLAD21RDB

PATENZEIT ist ein Projekt vom Kinder- und Jugendhilfe Verbund Rendsburg.

[www.kjhv-rendsbuerg.de](http://www.kjhv-rendsbuerg.de)

Gefördert wird dieses Projekt durch AKTION MENSCH.

# GELATO



## Grandioso!

*Ob am Stiel, aus dem Mixer oder als Sandwich, diese sechs Eiskreationen dürfen in diesem Sommer nicht fehlen. Lasst euch verführen!*



## ESPRESSOKUCHEN-SANDWICHES MIT NUSSEIS UND KAREMELL

**Zubereitungszeit** 2 Stunden zzgl. 2 Stunden Ruhezeit und 8 Stunden Kühlzeit

**Zutaten** für 12 Stück

- 120 g Haselnusskerne
- 500 ml Milch
- 400 g Sahne
- 130 g Zucker
- 6 Eier zzgl. 5 Eigelb
- 2 EL Haselnussirup
- 375 g Zartbitterschokolade
- 250 g Butter
- 375 g Muscovadozucker
- 60 ml Espresso, abgekühlt
- 250 g Mehl
- 5 EL Kakaopulver
- 1/2 TL Natron
- 1/2 TL Backpulver
- 150 g weiche Sahne-Karamell-Bonbons
- Prise Salz zzgl. 1 Prise Meersalz

**1** Für das Eis die Haselnusskerne in eine Schüssel geben, mit kaltem Wasser bedecken und ca. 2 Stunden einweichen lassen. Anschließend abgießen und mit der Milch in einem leistungsstarken Standmixer fein pürieren. Nussmilch durch ein Passiertuch abgießen und in einem Topf auffangen. 250 g Sahne und 100 g Zucker dazugeben und alles unter Rühren aufkochen lassen. Die Nussmilch beiseitestellen und etwas abkühlen lassen.

**2** Übrigen Zucker, Eigelbe und Sirup in einer Schüssel über einem heißen Wasserbad schaumig schlagen. Die lauwarme Nussmilch dazugeben und alles cremig aufschlagen. Die Eismasse in einen gefriergeeigneten Behälter umfüllen und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Anschließend mindestens 4 Stunden im Tiefkühlschrank gefrieren lassen.

**3** Inzwischen den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Schokolade grob hacken und in einer Schüssel mit der Butter über einem heißen Wasserbad schmelzen. Den Muscovadozucker mit den Eiern in einer Schüssel verrühren. Die Schokolade dazugeben und alles cremig rühren. Espresso, Mehl, Kakaopulver, Natron, Backpulver und Salz untermischen. Teig auf dem Blech verstreichen und im vorgeheizten Ofen ca. 30 Minuten backen. Anschließend den Espresso-kuchen aus dem Ofen nehmen und vollständig auskühlen lassen.

**4** In der Zwischenzeit für den Karamell die Bonbons grob hacken und mit der restlichen Sahne und dem Meersalz in einem Topf schmelzen. Die Mischung auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Eis aus dem Tiefkühlschrank nehmen, etwas antauen lassen, aus dem Behälter stürzen und in einer Schüssel cremig rühren. Den abgekühlten Karamell darübergießen und mit einer Gabel strudelartig unterziehen.

**5** Den Espresso-kuchen mittig halbieren, sodass zwei gleich große Rechtecke entstehen. Das Nuss-Karamell-Eis beliebig dick auf eine Kuchenhälfte verstreichen. Eventuell übriges Eis und Karamell anderweitig verwenden. Zweite Kuchenhälfte als Deckel auflegen und das Eissandwich mindestens 4 Stunden im Tiefkühlschrank gefrieren lassen. Das Sandwich aus dem Tiefkühlschrank nehmen, die Kanten gerade abschneiden und das Sandwich in 12 Stücke teilen. Sandwiches sofort servieren oder einfrieren.

## MANGO-SAHNE-EIS

**Zubereitungszeit**

10 Minuten zzgl. 6 Stunden Kühlzeit

**Zutaten** für 4 Personen

- 600 g Mangofruchtfleisch
- 250 g Sahne
- 150 ml Milch
- 50 g flüssiger Honig

Mangofruchtfleisch würfeln und mit den restlichen Zutaten in einem Standmixer fein pürieren. Eismasse in einen gefriergeeigneten Behälter geben und im Tiefkühlschrank 6 Stunden gefrieren lassen, dabei alle 60 Minuten mit einer Gabel umrühren. Kugeln aus dem Mangoeis formen und servieren.



*Ratzfatz  
fertig!*

## HIMBEER-BLITZEIS MIT MASCARPONE

**Zubereitungszeit** 5 Minuten

**Zutaten** für 4 Personen

- 350 g TK-Himbeeren
- 60 g Puderzucker
- 100 g Mascarpone

Die gefrorenen Himbeeren mit Puderzucker und Mascarpone in einem leistungsstarken Standmixer fein pürieren. Das Eis sofort servieren.

**Tipp:** Anstelle von Mascarpone könnt ihr auch Joghurt verwenden und den Puderzucker durch Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup ersetzen.

# GELATO



Rezept-Ideen aus der aktuellen So isst Italien.  
Für 6,50 Euro im Zeitschriften-  
handel oder über [falkemedia-shop.de](http://falkemedia-shop.de).

# BLAUBEER- SEMIFREDDO

**Zubereitungszeit** 60 Minuten zzgl.  
mindestens 6 Stunden Kühlzeit

**Zutaten** für 8 Personen

- 300 g Blaubeeren
- 30 g Rohrohrzucker
- 2 EL Biolimettensaft
- 300 g Sahne
- 100 g Puderzucker
- 4 Eigelb
- 1 Vanilleschote (ausgelöstes Mark)
- 200 g Frischkäse
- 8 Haferkekse

**1** Eine Kastenform (Länge 20 cm) mit Frischhaltefolie überlappend auskleiden. Die Blaubeeren verlesen, waschen und trocken tupfen. 200 g der Beeren mit Rohrohrzucker und Limettensaft in einem Topf aufkochen und 8–10 Minuten sanft köcheln lassen. Anschließend die Fruchtsoße auskühlen lassen.

**2** In der Zwischenzeit die Sahne steif schlagen und kalt stellen. Puderzucker, Eigelbe sowie Vanillemark in eine Schüssel geben und über einem heißen Wasserbad aufschlagen, bis die Masse hell und cremig ist. Die Schüssel dann in ein Eiswasserbad setzen und die Masse kalt schlagen. Die geschlagene Sahne und den glatt gerührten Frischkäse abwechselnd unter die Eigelbcreme heben.

**3** Haferkekse grob zerbröckeln, etwa  $\frac{1}{4}$  davon zum Garnieren beiseitestellen. Brösel und ca. 50 g Blaubeeren unter die Creme heben. Abgekühlte Blaubeerssoße auf der Creme verteilen und vorsichtig mit einem Löffel unterheben, um die Masse zu marmorieren. Die Eismasse in die Form füllen und glatt streichen. Mit Frischhaltefolie abdecken und mindestens 6 Stunden oder über Nacht im Tiefkühlschrank gefrieren lassen.

**4** Das Blaubeersemifreddo aus der Form auf eine Servierplatte stürzen und die Frischhaltefolie entfernen. Mit den restlichen Blaubeeren und Keksbröseln garnieren und sofort servieren.

*Molto bene!*



Der Sommergarten ist auf dem Paradeplatz in zentraler Lage aufgebaut und wird aller Voraussicht nach bis Mitte September geöffnet sein



Die Gilde hat den Sommergarten auch schon aufgesucht

## AM PARADEPLATZ: DER SOMMERGARTEN

*Ein Gemeinschaftsprojekt aus dem ONNO Hotel und dem noch im Umbau befindlichen Restaurant DREI in der Hauptwache verzückt die Rendsburger:innen seit Mitte Juni. Der Sommergarten macht seinem Namen alle Ehre und sorgt bei schönem Wetter für eine neue Möglichkeit, sich zu entspannen.*

Bei bestem Wetter eröffnete der Sommergarten am Paradeplatz. Und so wird es auch noch bis voraussichtlich Mitte September sein: Ist das Wetter laut Vorhersage gut, wird zwischen 15 und 22 Uhr geöffnet, ist Regen oder Sturm angesagt, bleibt der Sommergarten geschlossen und man kann dafür den Hofgarten im ONNO Hotel in der Königstraße genießen. Das neue Angebot wurde seit der Eröffnung Mitte Juni schon in den ersten Tagen „super angenommen“, wie Betreiber Claas Mäder betont. Der umtriebige Hotelier hat im Umfeld ein großes Verlangen nach neuen Gastronomie-Angeboten all jener gespürt, die in den letzten zwei Jahren aus bekannten Gründen eben nicht regelmäßig weggehen konnten. Im Sommergarten wird neben alkoholfreien Getränken Aperol Spritz, Gin Tonic, Wein und Bier angeboten. Am Nachmittag gibt es leckeren Käsekuchen und natürlich eine heiße Tasse Kaffee. Für eine ausgiebige Rast während des Spaziergangs oder des Radfahrens sind Tische und Stühle aufgebaut worden – so fühlt sich jeder Gast wohl. Das Äußere wurde optisch hübsch mit einem Kunstrasenteppich und großen Pflanzenkübeln abgegrenzt. Reservierungen sind nicht möglich, doch bisher ist das Konzept aufgegangen, allen etwas anzubieten, wo man nach seinem Feierabend oder am Wochenende entspannte Stunden erleben und Freund:innen treffen kann. Mehr gibt es regelmäßig auf den Social-Media-Kanälen des ONNO Hotel und des Restaurants DREI in der Hauptwache zu sehen.

**ONNO Hotel by Norman**  
Königstr. 4, Rendsburg  
Tel.: (04331) 589 10  
[www.onnohotel.com](http://www.onnohotel.com)



# MUXALLER CIDER

*Traditionell in Großbritannien, Irland oder Frankreich beheimatet, wird Cider neuerdings auch in Norddeutschland produziert.*

Wie eine romantische Story klingt, ist genauso passiert. Eines Tages saß der gelernte Winemaker und gebürtige Neuseeländer Steve O'Connor unter seinem alten Boskop-Baum in Muxall und überlegte, was er als nächstes tun sollte. Plötzlich fiel ein Apfel herunter – und mit ihm kam der Geistesblitz: norddeutschen Cider produzieren.

## VON DER IDEE ZUM ERSTEN EIGENEN CIDER

Gemeinsam mit seiner Partnerin Claudia Horn wurde die Idee weiterentwickelt und mit der Apfelernte im Herbst 2019 begann die Umsetzung mit kleinen Mengen aus dem eigenen Garten und bei Bekannten und Freund:innen gesammelten Äpfeln. Von Anfang an war klar, dass heimische und gerne auch alte Sorten verarbeitet werden sollten. Die regionalen Sorten wie Boskop oder Holsteiner Cox bringen eine schöne Frucht und Säure mit. Zur Verfeinerung werden außerdem echte englische Cider Apfelsorten wie Dabinett und Brown's verwendet, die durch ihre in den Schalen enthaltenen Gerbstoffe für mehr Körper sorgen und das Geschmacksbild mit Fruchtsüße, Bitterstoffen und Schärfe vervollkommen.

## REGIONAL, ABER IM INTERNATIONALEN STIL

Herausgekommen sind der herb-frische „Probsteier Jung“, ein trockener Cider im englischen Stil, sowie die kernig-fruchtige „Probs-

teier Deern“ im Stil klassischer französischer Cidres, die etwas mehr Restsüße mitbringt. Dass diese beiden Muxaller es mit den besten Ciders der Welt aufnehmen können, zeigen die tollen Ergebnisse bei der im April in London veranstalteten „International Cider Challenge 2022“, wo die „Deern“ mit einer Silbermedaille und der „Jung“ mit einer Bronzemedaille ausgezeichnet wurden. Weitere Sorten wie eine streng limitierte Flaschengärung im Champagner-Stil sowie der „Franzmann“ – eine Kooperation mit einer bretonischen Cidrie – stecken bereits in den Kinderschuhen.

## NACHHALTIGE PRODUKTION UND VERMARKTUNG

Neben der Regionalität spielen weitere Nachhaltigkeitsaspekte eine wichtige Rolle: Alle verwendeten Äpfel und Säfte stammen aus naturbelassenen Gärten und Plantagen, die komplett ohne Einsatz von Chemie auskommen. Die Vermarktung der Flaschen ist in ein Pfandsystem eingegliedert, an die regionalen Kund:innen wird selbst ausgeliefert, was kurze Wege und Lieferzeiten gewährleistet und die Ressourcen schont.

Muxaller Cider erhält ihr unter anderem in fünf Kieler Familia Märkten und vielen Rewe Filialen in Kiel und Umgebung. Oder ihr bestellt direkt beim Erzeuger. **Mehr Infos unter: [www.muxallercider.de](http://www.muxallercider.de)**



Wow, was für eine Aussicht! Auf der Terrasse des Restaurant Achterdeck können Gäste den Blick auf den Kanal genießen



## SOMMERGENÜSSE AM KANAL

*Im ConventGarten direkt am Nord-Ostsee-Kanal gibt es im Juli eine Fülle an saisonalen Köstlichkeiten aus der eigenen Region zu entdecken. Diese genießen Gäste in den gemütlichen und modernen Räumlichkeiten oder bei gutem Wetter auf der sonnigen Terrasse.*



Von Fisch und Fleisch über vegetarische und vegane Speisen bis hin zu schleswig-holsteinischen Spezialitäten ist für jeden Geschmack etwas dabei. Zum Einstieg können eine feine Suppe oder ein frischer Salat gewählt werden, im Hauptgang stehen dann zahlreiche herzhafte Sommergerichte zur Auswahl. Wie wäre es mit Pannfisch nach Art des Hauses mit Pommery-Senfsauce, Marktgemüse und Bratkartoffeln oder Rumpsteak von der Holsteiner Färse mit Zwiebel-Champignongemüse, Pommes und Kräuterbutter? Oder darf es lieber eine der saisonalen Gemüse-Variationen sein?

Wer es süß mag, darf sich nachmittags auf hausgemachte Kuchen und Torten sowie köstliche Eisbecher freuen – und dabei natürlich den tollen Blick auf den Nord-Ostsee-Kanal genießen. Reservierungen nimmt das Team vom Restaurant Achterdeck im ConventGarten gern unter Tel.: (04331) 590 50 entgegen. **Weitere Infos unter [www.conventgarten.de](http://www.conventgarten.de).**

# BUCHTIPPS FÜRS SOFA



KURT GEISLER (HG.)

## KIELS SCHÖNE KRIMINELLEN SEITEN

Immer wieder staunen die Zuschauer:innen, wie wenig es von der Fördestadt im Kieler Fernseh-Tatort zu sehen gibt. Das ist in dem Buch „Mörderische Kieler Förde“ mal ganz anders, denn in den 27 Kurzgeschichten spielt die Landeshauptstadt stets eine Hauptrolle. Unter den von dem bekannten Regionalkrimiautor Kurt Geisler als Herausgeber ausgewählten Autor:innen sind neben ihm selbst unter anderem Sina Beerwald, Jörg Rönnau, Henning Schöttke sowie Nadine Sorgenfrei. Zum Anlesen seien die erste Geschichte „Mein Kiez (Intro)“, in der Björn Högsdal durchs Südhofviertel führt, sowie „Die Förde“ von Cornelia Leymann, eine Reise vom Leuchtturm bis zur Hörn, empfohlen. Aber natürlich sollten unbedingt alle Geschichten verschlungen werden, denn sie sind durchweg besondere erzählerische Leckerbissen.

**Kurt Geisler (Hg.): Mörderische Kieler Förde.**  
Gmeiner Verlag, 13 Euro



MEGAN MIRANDA

## MORD IM SCHLAF?

Schlafwandeln fand ich schon immer faszinierend und zugleich beängstigend. Wenn der Körper die Kontrolle übernimmt und Dinge tut, an die man sich nach dem Aufwachen nicht mehr erinnert. Und genau darum geht es in „Bad Dreams – Deine Träume lügen nicht“ von Bestsellerautorin Megan Miranda. Aber nicht nur das. Es ist ebenso ein Buch über echte Freundschaften und Freund:innen, die nur vorgeben, welche zu sein, um Teil einer Geschichte zu werden: Arden Maynor ist sechs Jahre alt, als sie schlafwandelnd das Haus verlässt und in einer Sturmnacht verschwindet. Entgegen aller Wahrscheinlichkeiten wird sie Tage später gefunden, in einem unterirdischen Abwasserschacht – und am Leben. Die Rettung grenzt an ein Wunder, die Öffentlichkeit ist wie besessen von dem Mädchen.

Viele Jahre später lebt Arden unter dem Namen Olivia Hunderte Meilen entfernt. Doch nun, wo der zwanzigste Jahrestag ihrer Rettung näher rückt, fühlt sie sich wieder beobachtet. Eines Nachts wacht sie plötzlich außerhalb ihres Bettes auf und zu ihren Füßen liegt die Leiche eines Mannes, den sie aus ihrem früheren Leben kennt.

Lange geht man davon aus, Olivia den Mord beim Schlafwandeln beging. Doch als der Sohn des Opfers erscheint, wendet sich das Blatt ...  
**Megan Miranda: Bad Dreams,**  
Penguin, 15 Euro

AMANDA LEE KOE

## EUROPÄISCHE GESCHICHTE AUS ASIATISCHER SICHT

Dieses Buch strahlt förmlich. Ein großartiger Roman über drei unterschiedliche Frauen, die die Kunstwelt nachhaltig beeinflusst haben. Ein literarisches Leuchtfeuer, in dem die realen Charaktere Marlene Dietrich, Anna May Wong und Leni Riefenstahl zu Romanfiguren werden.

Das zeiten- und weltunspannende Werk beginnt mit einem Foto. Es ist das Jahr 1928 und in Berlin wird ein Presseball gefeiert. Alle drei Frauen sind aus unterschiedlichen Gründen dort. Marlene Dietrich ist eine aufstrebende Schauspieler:in und hofft auf eine große Karriere. Leni Riefenstahl, die später als Regisseurin berühmt und berüchtigt wird, sehnt sich auch als Schauspieler:in nach Hollywood. Anna May Wong ist bereits eine erfolgreiche Schauspieler:in mit Hollywood-Erfahrung. In einer Tanzpause lichtet der Fotograf Alfred Eisenstaedt die drei beieinander stehenden Frauen ab. Wie Strahlen breiten sich nun die Lebenswege durch Jahrzehnte aus und strei-

TIPP  
DER BUCHHANDLUNG  
ALMUT SCHMIDT

Advertorial



Hauke Harder

fen dabei die Höhen und Tiefen. Die Handlung wandert durch die wechselnden politischen Strömungen des 20. Jahrhunderts. Neben der Strahlkraft der Stars gibt es auch die Tiefenschärfe, die Schattenwelt mit ihren Konturen. Die Frage nach Mitschuld taucht zumindest bei Leni Riefenstahl auf, die sich mit ihren Propagandafilmen dem Nationalsozialismus anbietet.

Das Buch beleuchtet Geschichte und die asiatische Sicht auf europäische Geschichte macht das Werk besonders. Das Buch wird lange strahlen, wie jene Stars, die auch zuweilen fragwürdig waren. Es sind aber Strahlen, die bis in unsere Gegenwart reichen.

**Amanda Lee Koe: Die letzten Strahlen eines Sterns,**  
CulturBooks, 28 Euro,  
[www.buchhandlung-friedrichsort.de](http://www.buchhandlung-friedrichsort.de),  
[www.leseschatz.com](http://www.leseschatz.com)





## WERNER BERGES: POP ART

*Die Museen im Kulturzentrum in Rendsburg zeigen noch bis zum 11. September mit WERNER BERGES den Pionier der deutschen POP ART.*

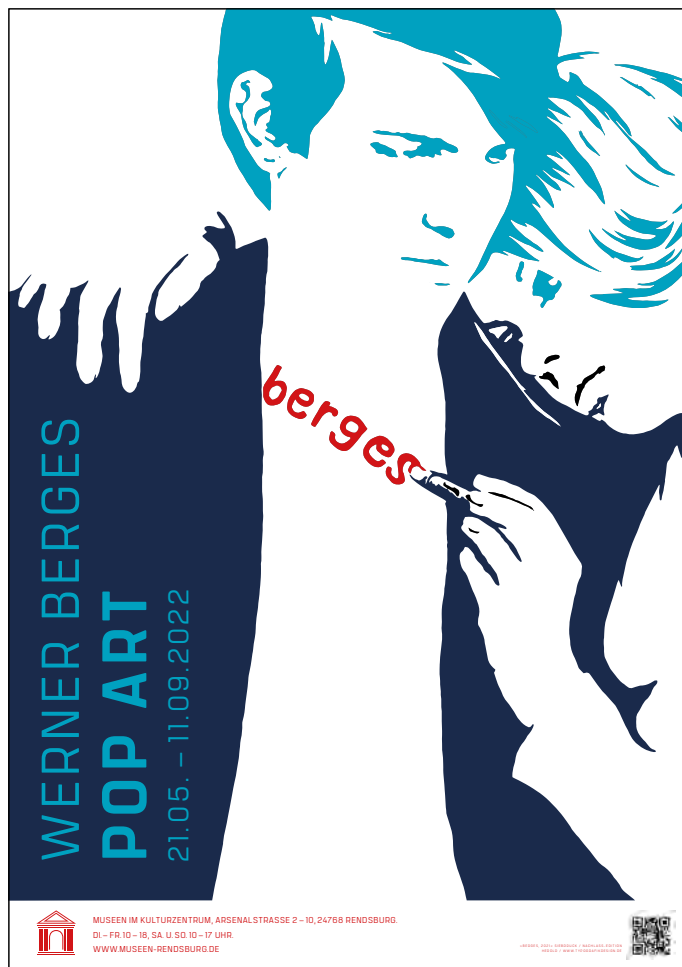
**B**erges wurde 1941 geboren und starb 2017 in Schallstadt bei Freiburg. Ausgebildet an der Hochschule für bildende Künste in Berlin, fand er ab 1967 sein Hauptthema: Berges präsentierte den aus der Werbung bekannten Typus der Frau, aber er entfernte die Werbefigur aus ihrem Kontext und präsentierte sie dem Betrachter in einem völlig neuen Licht. Er reduzierte die weiblichen Körper auf einfache Formen und kombinierte sie mit verschiedenen Mustern wie Kreisen, flachen Farbstreifen oder ersetzte die Körperlínie durch lose Konturpunkte. Erotische Körper, verführerische Blicke und strahlende Gesichter setzte er mit kräftigen Farben, Rasterpunkten, Streifen und Collagen um. Er emanzipierte mit seiner Kunst die Werbe-Mannequins, indem er sie von ihrer künstlich auferlegten Erotik befreite und sie dem Betrachtenden gleichrangig gegenüber stellte.

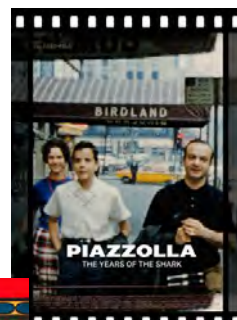
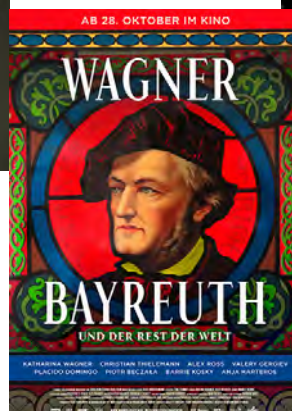
Werner Berges gilt als einer der Hauptvertreter der deutschen POP ART, aber er selbst stand dieser Einordnung eher kritisch gegenüber. Im Gegensatz zu den amerikanischen Pop-Art-Künstlern wie Andy Warhol oder Roy Lichtenstein verfremdete Berges seine Motive. Das Anonyme spielte im Werk Berges' eine bedeutende Rolle. Bis auf wenige Ausnahmen handelte es sich bei Berges' Frauen auch nicht um berühmte Persönlichkeiten.

Die Ausstellung in Rendsburg präsentiert einen Querschnitt über sein grafisches Werk zur POP ART. Weitere Informationen unter: [www.museen-rendsburg.de](http://www.museen-rendsburg.de)

### ÖFFNUNGSZEITEN

dienstags - freitags 10:00 - 18:00 Uhr  
samstags - sonntags 10:00 - 17:00 Uhr





## DAS MUSIKFILMFEST IST ZURÜCK

*Diesen Sommer holt das nunmehr 9. Musikfilmfest wieder musikalische Leckerbissen verschiedenster Stilrichtungen auf die Leinwand des Schauburg Filmtheaters*

Vom 5. Juli bis zum 9. August bieten das Schauburg Filmtheater und der Verein Kommunales Kino Rendsburg mit Unterstützung durch den Musikverein Rendsburg cineastischen Hochgenuss für Augen und Ohren. Das abwechslungsreiche Programm mit einer hochkarätigen Auswahl an Musikfilm-Juwelen verspricht heiße Rhythmen, bewegende Momente und faszinierende Einblicke in das Leben und Wirken der Künstler:innen, ihre kreativen Prozesse und musikalischen Ausdrucksformen.

### DAS PROGRAMM

Dienstag, 5. Juli - 17 und 19 Uhr

#### **ASTOR PIAZZOLLA - THE YEARS OF THE SHARK**

Argentinien/Frankreich 2018 - Regie: Daniel Rosenfeld - 90 Minuten

Am Abend musikalischer Tango-Auftakt im Kinosaal:  
Duo TanGoza (Gerhard Breier und Anja Jakobsen)

Dienstag, 12. Juli - 17 und 19 Uhr

#### **WAGNER, BAYREUTH UND DER REST DER WELT**

Deutschland 2021 - Regie: Axel Brüggemann - 98 Minuten

Dienstag, 19. Juli - 17 und 19 Uhr

#### **CICERO - ZWEI LEBEN, EINE BÜHNE**

Deutschland 2020 - Regie: Tina Freitag - 112 Minuten

Dienstag, 26. Juli - 17 und 19 Uhr

#### **DAS ARVO PÄRT GEFÜHL**

Niederlande 2020 - Regie: Paul Hegeman - 75 Minuten

Dienstag, 2. August - 17 und 19 Uhr

#### **SHIVER - DIE KUNST DER TAIKO-TROMMEL**

Japan 2020 - Regie: Toshiaki Toyoda - 89 Minuten

Musikalischer Auftakt ab 19:15 Uhr vor dem Kino:  
Trommelgruppe JEKOLLO, Djembestudio Kiel

Dienstag, 9. August - 17 und 19 Uhr

#### **BILLIE - LEGENDE DES JAZZ**

Großbritannien 2019 - Regie: James Erskine - 96 Minuten

**Eintritt: 7 Euro, ermäßigt 6 Euro**

**ASTOR PIAZZOLLA und SHIVER je 8 Euro / 7 Euro**

Schauburg Filmtheater und Kommunales Kino Rendsburg e.V.  
Schleifmühlenstraße 8, 24768 Rendsburg, Tel.: (04331) 237 77  
[www.koki-rendsborg.de](http://www.koki-rendsborg.de) oder [www.schauburg-filmtheater.de](http://www.schauburg-filmtheater.de)





Mundharmonika, Slide-Gitarren und rauher Gesang – das sind Ohrenfeindt

© Andrea Da Silva Nolasco

## FEIERN, TANZEN UND SINGEN AM WELTKULTURERBE

*Beim Dannewerk Open Air wird den Besucher:innen ordentlich eingeheizt. Denn das Festivalkomitee hat sich zum gemeinsamen Schwofen ein paar echte Musikgrößen eingeladen. Mit dabei Eric Fisher & Friends, Ohrenfeindt, Motorjesus, Praxis Dr. Mosh und Riding a Dead Horse.*

Eric Fish dürfte vielen als Frontmann von Subway to Sally bekannt sein. Mit seiner Band Eric Fisher & Friends veröffentlichte der Sänger mit der unverwechselbaren Stimme im August 2020, inmitten der Pandemie, das neue Album „Gezeiten“ – ein Album voller Mut und Hoffnung, untermalt von mehrstimmigem Gesang, filigran gespielten Saiteninstrumente und mitreißender Grooves. Ein absolutes Hör- und Seherlebnis – auch auf der Live-Bühne des Dannewerks.

Mit Hamburger „Vollgasrock“ heizen Ohrenfeindt die Bühne ein. Dann heißt es für die Zuhörenden: Ärmel hoch und ab ins Getümmel, denn es wird laut und E-Gitarren-lastig. Hier gibt's ordentlich was auf die Ohren!

Motorjesus, die Band die ihren Heavy Metal Rock'n'Roll selbst „High Octane“ nennt, teilte sich die Bühne bereits mit den Rock-Übergöttern Motörhead und sind auf vielen Festivals der Republik gern gesehene Gäste.

Als weiterer Support konnte Riding a Dead Horse gewonnen werden. Mit dem stampfend rollenden Rhythmus von Johnny Cash, gepaart mit scharfen Rockabilly-Licks, verzaubern die Musiker die Gäste und läuten damit einen schönen Tag am Weltkulturerbe Dannewerk ein.

Zusätzlich zum Musikprogramm gibt es ein breit gefächertes Familienprogramm, damit auch die Jüngsten nicht zu kurz kommen. Denn Kinder bis 12 Jahren haben in Begleitung eines Erziehungsberechtigten freien Eintritt.

**23. Juli, ab 13 Uhr, Lindenweg, 24867 Dannewerk**

**Tickets für 35,00 € (Jugendliche 8,00 €):**

[www.dannewerk-openair.de](http://www.dannewerk-openair.de)

Am 22. Juli 2022 um 19:00 Uhr

Die Schoolkat Langwedel präsentiert:

## ZAUBEREI IM APFELGARTEN



### MIT ZAUBERKÜNSTLERN DES MAGISCHEN ZIRKELS KIEL.

Bringen Sie Ihren Picknickkorb mit oder genießen Sie unsere herzhaften und süßen Leckereien.  
(Wenn möglich, einen Klappstuhl mitbringen)

Abendkasse: Erwachsene 8,00 Euro, Kinder 4,00 Euro  
Vorverkauf: Workingspace im Mittelpunkt, Poststraße 28, Nortorf

Schoolkat Langwedel, Nortorfer Straße 5, 24631 Langwedel

3 TAGE  
ROCK

**BATTLE BEAST • MONO INC. • JINJER**  
**EMIL BULLS • DIE HAPPY • APRIL ART**  
**SLADE • BURNING WITCHES • LUCIFER STAR MACHINE**  
**MR. IRISH BASTARD • ROSY VISTA • NIDBILD • MINDCOLLISION**  
**AMY MONTGOMERY • FIN THE CHAUF • THE CHUCK NORRIS EXPERIMENT**  
**JEDERMANNTHERAPIE • COCKRODACH • BLIND MAN'S GUN • SIGN X**  
**EXTRAMENSCH • THE TORCH • PERSONA • NOWAR • REZET**

**14.-16.07.22 BORNHÖVED**

**www.BLIZZARRRD-ROCK.DE**



Open air und unter Dach finden im Juli und August zahlreiche Konzerte statt



Omer Meir Wellber ist der diesjährige Porträtkünstler des Schleswig-Holstein Musik Festival

# SCHLESWIG-HOLSTEIN MUSIK FESTIVAL

*Das 37. Schleswig-Holstein Musik Festival stellt vom 2. Juli bis zum 28. August den Komponisten Johannes Brahms und den Dirigenten Omer Meir Wellber ins Zentrum seines Programms. Im Juli stehen folgende Highlights auf dem Programm:*

**D**er israelische Dirigent Omer Meir Wellber ist der diesjährige Porträtkünstler des Schleswig-Holstein Musik Festivals. Der 40-Jährige ist einer der talentiertesten Dirigenten seiner Generation. Aktuell ist er unter anderem Chefdirigent des BBC Philharmonic, mit dem er am 23. Juli in der Musik- und Kongresshalle in Lübeck Beethovens Klavierkonzert Nr. 3, Bernsteins Sinfonie Nr. 1 „Jeremiah“ und Wagners Vorspiel und „Liebestod“ aus „Tristan und Isolde“ zum Besten gibt. Am 29. Juli, 19.30 Uhr bringt Wellber im Deutschen Haus in Flensburg gemeinsam mit Veronika Eberle (Violine) und Steven Isserlis (Violoncello) Brahms Doppelkonzert für Violine

und Violoncello zum Klingen. Außerdem hat er einen musikhistorischen Meilenstein aus seiner Heimat im Gepäck: die Sinfonie Nr. 1 von Paul Ben-Haim.

## WERFTSOMMER

Am Wochenende vom 15. bis 17. Juli wird das Industriegelände der Lübecker Kulturwerft Gollan zu einer großen Open-Air-Bühne für Künstler:innen und Bands verschiedener Musikrichtungen. Den Auftakt liefert die stimmungswaltige Newcomerin Zoe Wees am 15. Juli um 20 Uhr. Am 16. Juli präsentiert der Kölner Reggae-Star Gentleman sein erstes deutschsprachiges Album und die

Jazzrausch Bigband feiert die Uraufführung ihres Programms „Brahms' Breakdown“. Die Brassband Moop Mama beweist am 17. Juli, dass Hip-Hop auch „unplugged“ funktionieren kann und die Singer-Songwriterin Anna Wydra singt unverblümt und unterhaltsam über die Absurditäten des Lebens. Zwischen den Konzerten kann sich das Publikum von innovativen und nachhaltigen Projekten inspirieren lassen und kulinarische Highlights aus der Region genießen.

**2. Juli bis 28. August •  
Schleswig-Holstein Musik Festival  
[www.shmf.de](http://www.shmf.de)**



Alte Spiele erfreuen in den Ferien die Kinder im Freilichtmuseum Molfsee bei der mehrfach angebotenen Veranstaltung „Komm, lass uns spielen!“

## HERRLICHE ERLEBNISSE IN DEN FERIEEN

*Die Landesmuseen Schleswig-Holstein laden alle Kinder vom 4. Juli bis zum 12. August mit einem umfangreichen Ferienprogramm zum Entdecken, Mitmachen und Zuhören ein. Wir stellen ein paar besonders schöne Angebote auf der Museumsinsel Schloss Gottorf in Schleswig, dem Wikinger Museum Haithabu in Busdorf bei Schleswig sowie dem Freilichtmuseum Molfsee vor.*

„Der Gottorfer Riesenglobus“, „Von Drachen und Monstern“ sowie „Geheimnisvolle Moorleichen“ führen im Rahmen des Ferienprogramms besondere Exponate der Sammlungen auf der Museumsinsel Schloss Gottorf vor. Das Leben in früheren Zeiten kann hier bei „Auf ein Tänzchen“, „Leben auf der Burg“, „Pudern statt Waschen?“, „Barockes Lustwandeln“, „Gottorfs next Baockmodel“ oder „Ein Tag am barocken Hof“ erkundet werden. Und alle Kinder, die Geschichten lieben, dürfen sich auf „Märchenhaft!“ und die Erzählerin Susanne Schoppmeier freuen.

Im Wikinger Museum Haithabu können die kleinen Teilnehmer:innen beispielsweise „Geheimnisvollen Runen“ auf die Spur kommen, „Göttergeschichten“ lauschen, „Mit Pfeil und Bogen“ umzugehen üben oder „Filzen – eine alte Handwerks-technik“ sowie „Kostbarkeiten aus Bernstein“ kennenlernen.

Wo Kinder früher ihren Platz hatten, das wird im Freilichtmuseum Molfsee bei „Komm, wir spielen!“ gezeigt und praktisch auch gleich erprobt. Zu den Tieren geht es hier, wenn es heißt „Schwein, Schaf und Huhn“. Selbst tätig werden dürfen die Kinder im Freilichtmuseum Molfsee zum Beispiel auch bei „Von Schafen, Wolle und Filz“, „Weben mit allerlei Fundstücken“ oder in der „Fadenwerkstatt“.

Weitere Angebote, Termine und Informationen sind auf der Webseite unter [www.landesmuseen.sh/de/programm](http://www.landesmuseen.sh/de/programm) zu finden. Anmeldungen sind ebenfalls online, telefonisch (04621/81 31 22) oder per Mail an [service@landesmuseen.sh](mailto:service@landesmuseen.sh) möglich.

**Schloss Gottorf**  
Schlossinsel 1, Schleswig  
[www.landesmuseen.sh](http://www.landesmuseen.sh)

# Sommermarkt in Haithabu

14.7. - 17.7.

9 bis 17 Uhr



[landesmuseen.sh/wmh](http://landesmuseen.sh/wmh)



**Wikinger Museum  
Haithabu**

Landesmuseen SH

**Welterbe  
Haithabu-Danewerk**

**Sparkasse**

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

**PROVINZIAL**  
Die Versicherung der Sparkassen



Im Rahmen des Ferienprogrammangebots „Barockes Lustwandeln“ wird vornehm herrschaftlich gekleidet durch den barocken Garten von Schloss Gottorf spaziert



Alexandre Bytchokov



Daniel Schmahl

Kinder und Jugendchor Frankfurt/Oder



© Jens Schönherr

## SOMMERKONZERTE ST. MARIEN

Auch in diesem Jahr bietet die Kirchengemeinde Rendsburg in ihrer historischen Stadtkirche im Sommer wieder die beliebte Konzertreihe der Sommerkonzerte; immer am Mittwoch um 18.10 Uhr und bei freiem Eintritt. Einen bunten Strauß an Musik bieten allein schon die ersten Konzerte im Juli:

Chormusik vom feinsten, romantische Trompetenklänge zum Träumen, Barockmusik und expressionistische Akkordeonklänge erfüllen das gotische Gotteshaus. Und bei sommerlichen Temperaturen in einem angenehm gekühlten Klima! Im August wird die Konzertreihe fortgesetzt.

Das erste Sommerkonzert heißt „Eine musikalische Weltreise mit dem Akkordeon“ und wird musiziert von Alexandre Bytchokov am Akkordeon. Es folgt am 13. Juli der Kinder- und Jugendchor Frankfurt/Oder. Das dritte Konzert „Midsommardröm“ präsentieren Daniel Schmahl (Trompete) und Matthias Zelter (Orgel) am 20. Juli.

Den Abschluss macht „Eine kurze Geschichte des Barock“, gespielt von dem Duo „La Vigna“.

**6.-27. Juli, 18.10 Uhr • St. Marien Rendsburg**



## SCHLEIROMANTIK PUR

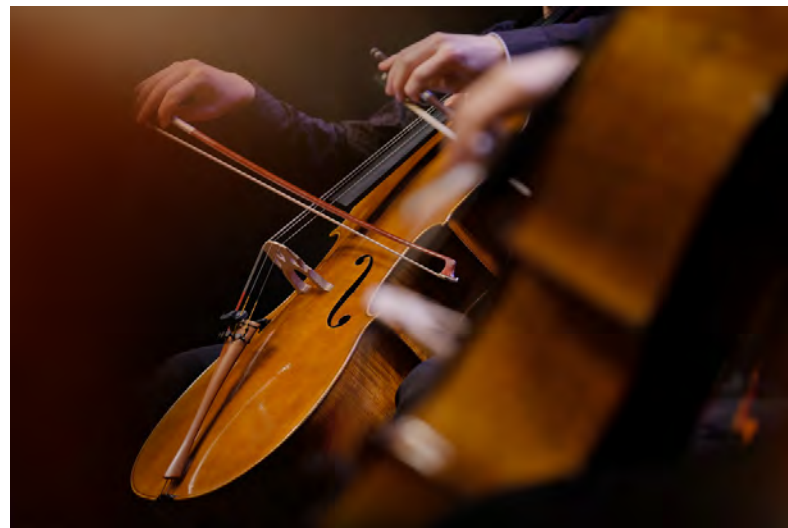
Bei dieser Wanderung mit der Natur- und Landschaftsführerin Christine Goldhamer lernen die Teilnehmenden den romantischsten Uferabschnitt des 40 km langen Ostseefjords Schlei kennen. Ursprüngliche Natur mit ganz besonderen Pflanzen, steile Ufer, lichter Buchenhochwald, kleine Bäche und wunderschöne Ausblicke – all das bietet diese entspannende Rundwanderung. Es wird um eine Anmeldung bei Christine Goldhamer unter Tel.: (04354) 996 93 22 oder über [www.goldhamer.de](http://www.goldhamer.de) gebeten. Die Teilnahme kostet 18 Euro pro Person, Treffpunkt ist am Parkplatz Büstorf.

**2. Juli, 14 Uhr • Büstorf**

## COLLEGIUM MUSICUM

Zum Abschluss des Sommersemesters 2022 lädt das Collegium musicum unter der Leitung des neuen Universitätsmusikdirektors Daniel Kirchmann zum Orchesterkonzert ein. Am Freitag, den 8. Juli, um 19.30 Uhr in der Petruskirche in Kiel und am Sonntag, den 10. Juli, um 18 Uhr im Audimax der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel präsentiert das Ensemble gemeinsam mit der Cellistin Amalie Thing Helseth Musik aus drei Epochen. Es erklingen Werke von Bernstein, Dvorák und Beethoven. Kostenlose Einlasskarten zu den Sinfoniekonzerten können bei Ruth König Klassik, im Büchershop in der Mensa I und in der Buchhandlung Hugendubel in der Holtenauer Straße sowie an der Abendkasse erworben werden.

**8. Juli • Petruskirche • 10. Juli • Audimax, CAU**





## JOLDELUNDER OPEN-AIR

Am 9. Juli soll das bereits zwei Mal verschobene 5. Joldelunder Open-Air nun endlich stattfinden. Das Gute vorweg: Alle teilnehmenden Künstler:innen für den ursprünglich geplanten Termin 2020 haben ihr Kommen auch für den neuen Termin 2022 zugesagt. Eröffnet wird der Konzertabend von der jungen Band Ramrod, des Weiteren tritt die Tribute-Band AC/DYNAMITE auf. Headliner des Abends ist Creedence Clearwater Revived feat. Johnnie Guitar Williamson. Im Anschluss an das Live-Programm soll es bis etwa vier Uhr morgens wieder die Party geben, die vom Verein Fete Joldelund e.V. veranstaltet wird. Karten gibt es im Vorverkauf für 28 Euro zzgl. Gebühren.

**9. Juli, 19.30 Uhr • Am Kohstieg 1, Joldelund**

© Pressfoto von Creedence Clearwater Revived

## COUNTRY AM PLÖNER SEE

Nach corona-bedingter Pause finden in diesem Sommer wieder die Mondscheinkonzerte am Bootshafen statt. Das Konzert ist kostenfrei, die Besucher:innen werden gebeten, sich kleine Sitzkissen oder Klappstühle selbst mitzubringen. Bei schlechtem Wetter findet das Konzert leider nicht statt.

Mit Gabby und Santa an den Mikrofonen ist die Breitenstein-Country-Band nach eigenem Bekunden perfekt aufgestellt und ihre Stimmen sind über jeden Zweifel erhaben. Unterstützung bekommen sie von Svend, Ben, Mick und JFK mit ihren treibenden Beats, groovenden Gitarren und flächendeckenden Keyboards.

**14. Juli • Bootshafen Plön**



## Konzerte in Kiel



**4.8.**

**Martin Grubinger**

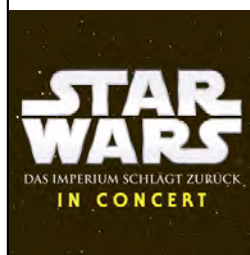
»Die ultimative Percussion Show«  
Martin Grubinger, Percussion  
The Percussive Planet Ensemble



**6.8.**

**Tom Jones**

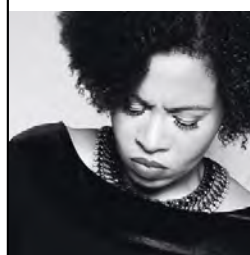
Tom Jones & Band



**13.8.**

**Star Wars in Concert**

»Das Imperium schlägt zurück«  
Schleswig-Holstein Festival  
Orchestra • Ludwig Wicki, Dirigent



**27.8.**

**Porgy & Bess**

Stars der New Yorker Metropolitan  
Opera • NDR Vokalensemble  
NDR Elbphilharmonie Orchester  
Alan Gilbert, Dirigent

Infos und Karten: 0431 - 23 70 70 [www.shmf.de](http://www.shmf.de)





Die Happy



Battle Beast



Jinjer

© Tementy Pronov

## BLIZZARRRD IN BORNHÖVED

24 Rock- und Metal-Bands aus sieben Ländern werden beim Blizzarrrd drei Tage lang auf zwei Bühnen spielen. Zu den Hauptacts in Bornhöved gehört zum Beispiel die finnische Heavy Metal-Band „Battle Beast“ um Sängerin Noora Louhimo. Aus der Ukraine stammt die Gruppe „Jinjer“. Auf Chart-Erfolge kann auch die Rockband „Die Happy“ stolz sein, aus der Schweiz kommen die Rockerinnen von „Burning Witches“ und mit „Fin the ChaeF“ ist auch eine Kieler Band im Line-up vertreten. Und ganz frisch im Programm: Mono Inc. Tagestickets sind ab 25 Euro, Drei-Tages-Tickets für 69,90 Euro und Camptickets für 25 Euro bei Eventim oder direkt beim Festivalveranstalter erhältlich.

**14.-16. Juli • Bornhöved**  
[www.blizzarrrd-rock.de](http://www.blizzarrrd-rock.de)



## MAGISCHE MUSIK AUF DEM LAND

Das lalafestival hat seinen ganz eigenen Charakter: Auf den idyllischen Wiesen und in den Waldoasen rund um den Hof Ovendorf bei Negenharrie können die Gäste entspannen und feiern. Alles ist möglich, Energien werden freigesetzt, fantastische Momente geschaffen. Handgemachte Musik, laute Kunst und leise Töne, funkelnde Lichter, mitreißende Performances, bunte Schminke, magische Dancefloors mit Techno, House und elektronischer Musik, swingende Gitarren und jazzige Rhythmen, anregende Workshops, leckeres Essen und noch viel mehr bereichern das Kunst- und Kulturfestival. Tickets sind ab 80 Euro unter [www.lalafestival.org](http://www.lalafestival.org) erhältlich.

**14.-17. Juli • Hof Ovendorf, Negenharrie**



© Sarah Schöning

## STARKE STIMME

Ihre tiefe Stimme ist ihr Markenzeichen. Am 17. Juni 2022 veröffentlichte die Singer/Songwriterin Sarah Weiß ihr Debütalbum „12 Months of Flying“. Es sind aufrichtige und teilweise nachdenkliche Texte, die viel Interpretation zwischen den Zeilen zulassen. Themen wie Liebe, Abschied, Konflikte und die Verarbeitung von lebensverändernden Momenten ziehen sich durch die Songs der Flensburgerin, verpackt in Sounds aus Indiefolk und Indiepop. Um ihre Lieder sicht- und hörbar zu machen, teilte die 37-Jährige jedem Song einen eigens gemalten Aquarellvogel zu. Sie ist glücklich, endlich der Welt ihr neues Album zu zeigen.

**16. Juli, 20 Uhr • Prinz Willy, Kiel**  
**Eintritt: 2 Euro, ein Hut geht rum**

DAS NEUE MAGAZIN – JETZT ERHÄLTlich!

# SYLT Fräulein



**170 Seiten**  
mit den schönsten  
Inselgeschichten und  
Fotografien



**5 Rubriken:**  
Inselliebe, Inselheimat,  
Inselerlebnisse, Inselgenuss,  
Inselkultur



**Extra:**  
Liebevoll gestalteter,  
interaktiver Urlaubsplaner  
mit Gastro-Guide

**NICHTS  
VERPASSEN!**

Melde dich jetzt bei meinem  
Newsletter an und erhalte  
sofort alle Neuigkeiten!

[www.syltfräulein.de/  
newsletter](http://www.syltfräulein.de/newsletter)



Jetzt erhältlich unter: [www.falkemedia-shop.de](http://www.falkemedia-shop.de) und auf

[amazon.de](https://www.amazon.de)



## DER KLEINE PRINZ

Pünktlich zum 30-jährigen Jubiläum ist „Der Kleine Prinz“ wieder zurück am alten Spielort, im großen Innenhof des Kieler Rathauses. Seit 1993 spielt das Theater Die Komödianten dort in jedem Sommer das wunderbare Märchen „Der kleine Prinz“ von Antoine de Saint-Exupéry. Es ist die Reise des kleinen Prinzen durch das Universum, immer auf der Suche nach einem Freund.

Infos und Tickets sind erhältlich unter [www.die-komodianten.de](http://www.die-komodianten.de) und der Tel: (0431) 55 34 01 für 25 Euro das Ticket, ermäßigt 9 Euro.

**ab 22. Juli, 20 Uhr • Innenhof Kieler Rathaus**



© Harald Hoffmann

## FRAU JAHNKE HAT EINGELADEN ...

... und zwar Lieblingskolleginnen aller Genres, Altersgruppen und Haarfarben. Sie wollen nicht mehr darüber reden, dass es nur so wenige gute Frauen in der Szene gibt. Sie sind präsent und sie sind viele. Sie machen ihren Job – in Kabarett, Comedy, Liedgut, Slapstick und Poetry. Sie sind witzig, politisch, böse, moralisch oder absurd! Und live ist das alles noch viel spannender bei „Frau Jahnke hat eingeladen“. Im Lutterbeker sind Rebecca Carrington, Miss Allie und Patrizia Moresco mit von der Partie.

**23. Juli, 20 Uhr, 24. Juli, 19 Uhr • Lutterbeker**



Side-by-Side Duo



Jonny Möller & Groove Gefährten



Madelein Lang

## KLAPPSTUHL OPEN AIR

Die Gemeinde Nübel und Jonny Möller, Kulturpreisträger der Stadt Schleswig, laden zum 3. Klappstuhl Open Air ein. Am Samstag, den 16. Juli, laden Jonny Möller & Gala Spielgefährten zu einem Open-Air Klappstuhl-Tanzabend unter dem Sternenzelt mit Picknick und Lagerfeuer ein. Einlass ist ab 19 Uhr, die Live-Musik beginnt um 20 Uhr. Am Sonntag, den 17. Juli, treten verschiedene Musiker:innen des Soul, Latin, Jazz, Funks auf, wie das Side-by-Side Duo, das Madeleine Lang Trio oder Jonny Möller & Groove Spielgefährten. Einlass ist um 18 Uhr, die Konzerte starten um 19 Uhr. Eine verbindliche Kartenreservierung ist über die Website [www.Jonny-moeller.com](http://www.Jonny-moeller.com) möglich.

**16.+17. Juli • Nübel Grillplatz**





## WALDWILDNIS UND VERTRÄUMTES MOOR

Bei dieser Wanderung mit der Natur- und Landschaftsführerin Christine Goldhamer erlebt man hautnah, wie aus einem früheren Nutzwald ein „Urwald von morgen“ entsteht. Im Naturwald Stodthagen und dem benachbarten Naturschutzgebiet des Kaltenhofer Moores entwickelt sich nicht nur eine beeindruckende Wald-, Moor-, und Sumpflandschaft, sondern auch seltene Tiere wie etwa Schwarzspecht und Kranich erobern sich diesen einzigartigen Lebensraum zurück. Auf den unmittelbar angrenzenden „Wilden Weiden“, auf denen ganzjährig Galloways und Exmoorponys grasen, ist es der Stiftung Naturschutz gelungen, auch für die Rotbauchunke wieder ein neues Refugium zu schaffen.

Die Kosten belaufen sich auf 25 Euro pro Person inklusive Picknickbeutel. Der Treffpunkt ist beim Wanderparkplatz Stodthagener Weg, Felm. Eine Anmeldung bei Christine Goldhamer unter Tel.: (04354) 996 93 22 oder über [www.goldhamer.de](http://www.goldhamer.de) ist zwingend notwendig.

**23. Juli, 11 Uhr • Felm**

## MUSIKALISCHES ANGELN



Poetische Songs aus tiefen Gewässern mit der Sängerin Claudia Giese, dem Pianisten Thomas Krizsan und dem Cellisten Arturo Figueroa. Sinnlich, schillernd und menschlich sind die Texte und Kompositionen. Besondere Elemente in der Musik von Miss Hope goes fishing sind die Mischung von akustischen Instrumenten mit elektronischen Klangverschmelzungen von Stimme und Synthesizer, Wechsel zwischen Gesang und Sprache, bildhaften Geräuscheinblendungen, virtuosen Improvisationen und starken Rhythmen. Claudia Gieses Stimme changiert zwischen Chanson- und Jazzklang – auf Deutsch, Französisch, Spanisch und Englisch. Perkussiv-afrobrasilianisch geprägt, bringt sie Rhythmus ins Spiel.

**30. Juli, 20 Uhr • Lutterbeker**



Spende und werde ein Teil von uns.  
[seenotretter.de](http://seenotretter.de)



Einsatzberichte, Fotos, Videos und Geschichten von der rauen See erleben:

    [#teamseenotretter](https://www.instagram.com/teamseenotretter)



Spendenfinanziert

**DIE NÄCHSTE**

**RendsburgerLeben**

erscheint am  
**29.07.**

Anzeigenschluss  
**15.07.**

**IMPRESSUM**

**RENDSBURGERLeben ist eine Publikation aus dem Hause falkemedia.**

**falkemedia Regional GmbH**

Geschäftsführer: Jörg Stoeckicht (V. i. S. d. P.)  
An der Halle 400 #1, 24143 Kiel  
Fon (0431) 200 766-66, Fax (0431) 200 766-50  
HRA 8781 KI Amtsgericht Kiel

**Herausgeber:**

Kassian Alexander Goukassian

**Redaktion:**

Tel.: (04331) 439 67 25, Fax: (04331) 439 67 27  
E-Mail: [redaktion@rendsburgerleben.de](mailto:redaktion@rendsburgerleben.de)

**Chef vom Dienst:**

Claudia Horn, Malin Schmidt  
Ramona Dabringer, Eva Griephan, Sina Hoyer,  
Christina Kreyenberg, Sebastian Schulten,  
Finja Schulze, Mirjam Stein

**Anzeigenkoordination & Mediaberatung:**

Jörg Stoeckicht, Tel.: (0431) 200 766-61  
E-Mail: [j.stoeckicht@falkemedia.de](mailto:j.stoeckicht@falkemedia.de)  
Frank Barghan, Tel.: (0172) 315 10 40  
E-Mail: [f.barghan@falkemedia.de](mailto:f.barghan@falkemedia.de)  
Gesa Butenschön, Tel.: (0431) 200 766-64,  
E-Mail: [g.butenschoen@falkemedia.de](mailto:g.butenschoen@falkemedia.de)  
Lennart Lizarzaburu, Tel.: (0431) 200 766-813  
E-Mail: [l.lizarzaburu@falkemedia.de](mailto:l.lizarzaburu@falkemedia.de)

**Layout & Bildbearbeitung:**

Angelika Schwarz, Marleen Osbahr  
Titelfoto: Getty Images/E+/marcduf

Vertrieb: Die RENDSBURGERLeben erhält  
ihr an über 550 Vertriebspunkten in  
und um Rendsburg.

**Abopreis:** 25 Euro, Studenten 20 Euro  
(es wird ein gültiger  
Studentenausweis vorausgesetzt).  
Aboservice: Tel.: (0431) 200 766-00

Für unverlangt eingesandte Bilder und  
Manuskripte keine Haftung.  
Eine Veröffentlichungsgarantie kann  
nicht gegeben werden.

**WIR SIND SCHLESWIG-HOLSTEIN!**

**Förde Fräulein - Der Blog**

[www.foerdefraeulein.de](http://www.foerdefraeulein.de)

**Sylt Fräulein - Der Blog**

[www.syltfräulein.de](http://www.syltfräulein.de)

**KIELerleben**

[www.kielerleben.de](http://www.kielerleben.de)

**Lebensart im Norden**

[www.lebensart-sh.de](http://www.lebensart-sh.de)

**RendsburgerLeben**

[WWW.FALKEMEDIA.DE](http://WWW.FALKEMEDIA.DE)

**Bei falkemedia erscheinen  
die Publikationen:**

DigitalPHOTO ([www.digitalphoto.de](http://www.digitalphoto.de))  
So is(s)t Italien ([www.so-isst-italien.de](http://www.so-isst-italien.de))  
BÜCHER ([www.buecher-magazin.de](http://www.buecher-magazin.de))  
LandGenuss ([www.landgenuss-magazin.de](http://www.landgenuss-magazin.de))  
mein ZauberTopf ([www.zaubertopf.de](http://www.zaubertopf.de))  
Mac Life ([www.maclife.de](http://www.maclife.de))  
BEAT ([www.beat.de](http://www.beat.de))  
[www.falkemedia.de](http://www.falkemedia.de)

© 2022 by falkemedia.  
Alle Rechte vorbehalten.



© Konstanze Habermann

Danube's



Erik Cohen

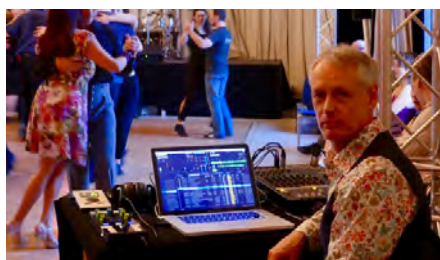
© Frank Peter

**MUSIKKULTUR IN ANGELN**

Am 12. und 13. August findet in Wagersrott – zwischen Kiel und Flensburg – das „Enzo-Festival“ mit über zwanzig Bands auf zwei Bühnen statt. Bekannt geworden ist das urige Musikfestival durch seine vielfältige und hochwertige Musikauswahl und die idyllische Lage inmitten der Landschaft Angeln. Inzwischen zählt es zu den festen Größen in der norddeutschen Musik-Szene. In diesem Jahr sind unter anderem Affenmesserkampf (Punk), Gua-

cáyo (Reggae/Indie/HipHop), Sons and Preachers (Rock/Blues/Soul) und The Backyard Band (Rock'n'Roll) mit von der Partie. Karten gibt es im Vorverkauf für 45 Euro unter [www.stok-shop24.de](http://www.stok-shop24.de), in der Buchhandlung Schröder in Süderbrarup oder Schleswig, Insound Kiel oder im Kaffeehaus Flensburg.

**12.+13. August • Pommerholm, Wagersrott**  
[www.enzo-festival.de](http://www.enzo-festival.de)



**TANGO TANZEN AM FLUSS**

Musik, Temperament und pure Leidenschaft: All das ist der besonders gefühlvolle

Tango Argentino. Der Paartanz ist nicht nur schön anzuschauen, sondern auch noch gut für die Gesundheit! Dank der UNESCO ist der Tango seit 2009 Weltkulturerbe. Dabei geht es aber nicht um das sture Auswendiglernen von Schritten, sondern vielmehr um die Nähe zur/zum Tanzpartner:in. Die DJ's präsentieren ihre liebevoll und sorgsam zusammengestellte Auswahl von traditionellen Tangos, Valses und Milongas aus der „Época de Oro“ in Tandas mit Cortinas. Aktuell ist eine Anmeldung nicht mehr erforderlich.

**13. August, 20 Uhr • Bootshaus des Rendsburger Rudervereins, Wickenhagenweg 11, Rendsburg**



GAMEVENTION  
2022

AUF 85.000M<sup>2</sup>  
INDOOR & OUTDOOR

01.07.-03.07.2022  
HOLSTENHALLEN NEUMÜNSTER

# GAMEVENTION 2022

GAMING / ESPORTS / CULTURE / MUSIC

GAMING	SCHANDMAUL
ESPORTS	DARTAGNAN
CULTURE	FAUN
COSPLAY	VOGELFREY
<b>25x LIVEMUSIC</b>	JAN HEGENBERG
HUNNENLAGER	I-FIRE
FEUERSHOW	EXECUTE
MITTELALTER	MYTHEMIA
SHOWCARS	5TH AVENUE
LIVESTREAM	BATTERIES OF ROCK
VR/AR	HEAVYSAURUS
UVM.	HARPYIEN
	MISTER MISERY
	SÖREN VOGELSANG
	GUN CALLED BRITNEY
	THE SULTAN
	VELVET VIPER
	MARCUS GENARD
	RIPE & RUIN

**WACKEN  
METAL  
BATTLE 2022**

DEVIDE  
DRYTHEN  
THWART  
SKALDENMET  
POTROCK

**GAMEVENTION.DE/TICKETS**

ENTER THE MULTIVERSE



Kiel, leben  
Rendsburger, leben



KN Kieler Nachrichten sh:z

Schleswig-Holstein  
Der echte Norden

# ECO ⚡ KART KIEL

Indoor Kart & Events

powered by **STADTWERKE KIEL**



## DEIN SOMMER SPEZIAL

**GP20 Rennen für nur 19,00 Euro - anstatt 28,00 Euro -**

GRAND PRIX 20 bestehend aus 5 Minuten warm fahren und Qualifikation sowie 15 Minuten Rennen.

(ggf. zuzüglich Rennlizenz für 3,00 Euro und Sturmhaube für 2,00 Euro)

Die Buchung kannst Du **online** vornehmen  
oder Du kontaktierst uns **per Mail**  
oder unter **0431 - 65959800**



**Das Angebot gilt im gesamten Juli und August!**  
**Dienstags bis freitags in der Zeit von 15:00 bis 18:00 Uhr.**  
**In den Sommerferien (SH) von 12:00 bis 18:00 Uhr.**

**ECO ⚡ KART KIEL**  
Indoor Kart & Events  
powered by STADTWERKE KIEL  
[www.ecokart-kiel.de](http://www.ecokart-kiel.de)

Der Preis gilt nur für online Buchungen und Buchungen,  
die im Vorfeld online bezahlt werden.