

Kielerleben

ENDLICH FRÜHLING

Gärtnern, radeln und genießen:
Kiels Freiluftsaison ist eröffnet!

RUND UM DEN EXER

Die schönsten Läden und
ein Bummel über den Markt



Häschen hüpf

Beste Brunch-Rezepte und kreative Ei-Catcher für die
perfekte Ostertafel + Ausflüge mit der ganzen Familie

Wer jetzt den Anschluss verpasst, wird den Anschluss verpassen.

Kostenlosen Glasfaser-Hausanschluss sichern und mindestens 2.000 € sparen.

Entdecke unsere neuen **fibretarife!**

tng.de/kiel

0431/530 50 400



Die KIELerleben-Crew:

oben v. li.: Mona, Sebastian, Mirjam und Kathrin

unten v. li.: Lennart, Marleen, Jörg, Gesa und Markus



LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

„Wacht auf, wacht auf, ihr Kinderlein, es wird nun wohl bald Frühling sein. Da reckt und streckt die kleine Schar und fährt sich durch das wirre Haar.“ Wie die Wurzelkinder sind auch wir Nordlichter aus dem Winterschlaf erwacht und haben schon Mitte März die ersten warmen Sonnenstrahlen gierig in uns aufgesogen. Wir haben den dicken Daunenmantel gegen die luftigere Übergangsjacke getauscht, die Fahrräder frühlingstfit gemacht und am Eröffnungstag der Eisdielen stundenlang in der Schlange ausgeharrt, um die ersten kalten Kreationen der Saison zu verputzen.

Saisoneroöffnung ist auch in den Locations, die uns in den kommenden Monaten mit Drinks, Snacks und bestem Blick versorgen: Zantopps Sommerhaus, die Seebar oder das Strandhotel in Strande sind nur einige der Orte am Wasser, an denen wir nun besonders gerne verweilen. Die Füße im Sand, ein Getränk in der Hand und den Sonnenuntergang aus nächster Nähe: was kann es Schöneres geben? (Ab Seite 88)

Wenn wir gerade mal nicht draußen unterwegs sind – denn ab und zu arbeiten wir ja auch – dann stecken wir seit Kurzem in unseren neuen Büroräumen direkt am Exer. Aus diesem Grund haben wir das lebendige Viertel mal etwas genauer unter die Lupe genommen und möchten euch ab Seite 46 unsere neue Nachbarschaft vorstellen. Wusstet ihr, dass der „Exerzierplatz“, wie der gesamte Stadtteil ja eigentlich vollständig heißt, von 1744 bis 1846 von dänischen und deutschen Garnisonstruppen zum Exerzieren genutzt wurde? Seit 1904 findet hier der Wochenmarkt statt und lockt auch heute noch jeden Mittwoch und Samstag mit regionalen Produkten und unverwechselbarem Flair. Auch wir verbringen nun wöchentlich unsere Mittagspausen hier und möchten euch einige der Stände besonders ans Herz legen. Welche das sind, lest ihr ab Seite 54.

Ruft dann mal irgendwann der Feierabend und der Weg an die Waterkant erscheint in dem Moment zu weit, können wir von nun an den Sonnenuntergang auch vom Parkhausdeck über unserem Büro genießen – mit Panoramablick über Kiel-City.

Wir wünschen euch einen tollen Start in die Freiluftsaison!

*Eure Kathrin Wesselmann
und die KIELerleben-Crew*



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 Körpers 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
www.chiropraktik-nord.de



6
Frühlingserwachen
im Norden



12
Wir haben Räder
getestet und
Routen erkundet



18
Ei-Catcher zu Ostern:
Tipps, Ideen und DIYs



46
Exerzierplatz: mitten in Kiel,
mitten im Leben



94
Unsere besten Brunch-
Rezepte für Ostern



24
Team Förde Fräulein
unterwegs in Preetz

ENDLICH FRÜHLING!

- Liebingsplätze & Ausflugsideen **6**
- Rauf aufs Rad: Alles rund um den Drahtesel **12**
- Häschen hüpf: Es ist Osterzeit! **18**
- Frühlingsausflug nach Preetz **24**

STADTGESCHEHEN

- „Kann das Meer oder kann das weg?“ **30**
- Rasant: Der Förde Fräulein E-Cup **32**
- Start der Flohmarktsaison **37**
- Sonderseiten: Rund um den Exer **46**
- Ein Bummel über den Wochenmarkt **54**

ARBEIT & AUSBILDUNG

- Jobangebote, Bewerbungstipps und mehr **58**

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

- Schöne Dinge für euer Zuhause **64**

MODE & BEAUTY

- Im Trend: All nude **79**
- Das trägt Kiel mit Sina **80**

GESUNDHEIT & WELLNESS

- Ganzheitliche Gesundheit **82**

HUNGER & DURST

- Endlich draußen genießen **88**
- Leckeres zum Oster-Brunch **94**

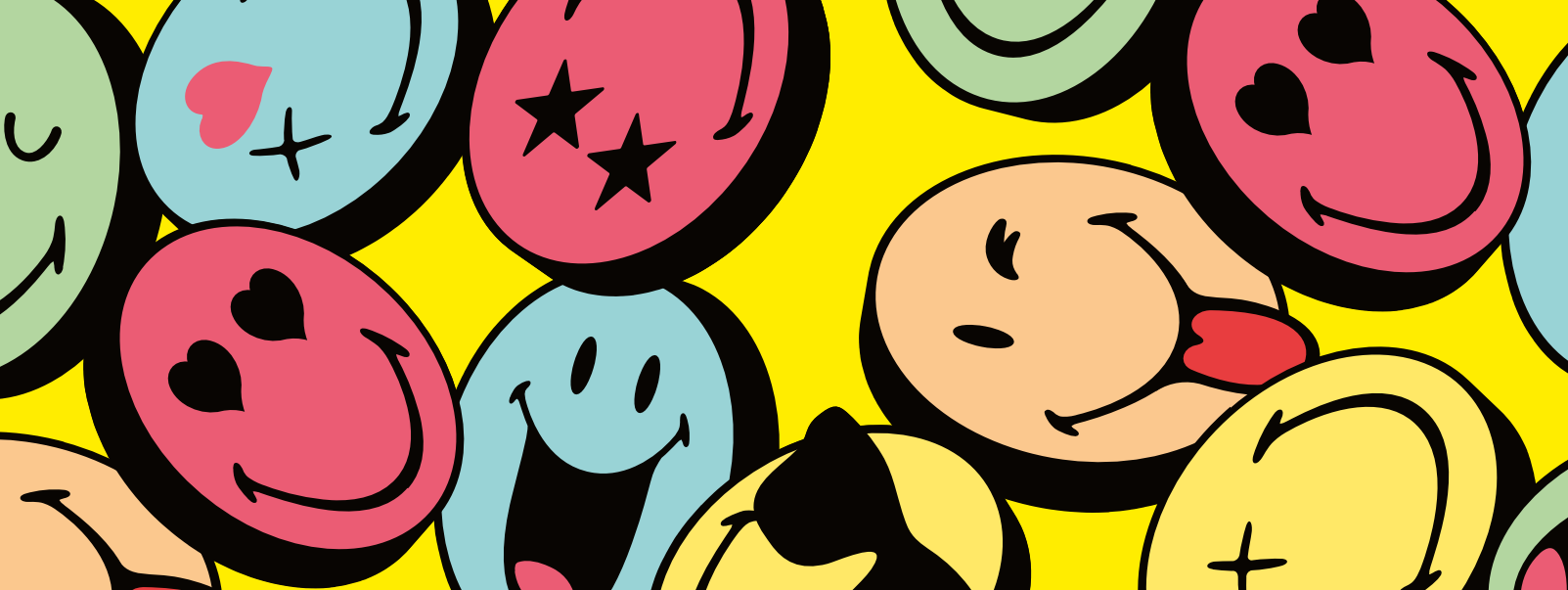
KULTUR & UNTERHALTUNG

- Ausstellungen in und um Kiel **98**
- Buchtipps für entspannte Stunden **99**
- Theater, Konzerte & mehr **100**

JEDEN MONAT DABEI

- Editorial **3**
- Horoskop **113**
- Vorschau/Impressum **114**

Bildnachweise in der jeweiligen Strecke



TAKE THE TIME TO SMILE

**Wir schenken Ihnen ein Lächeln –
vom 28.4. – 7.5. Freuen Sie sich
drauf und lächeln Sie mit!**





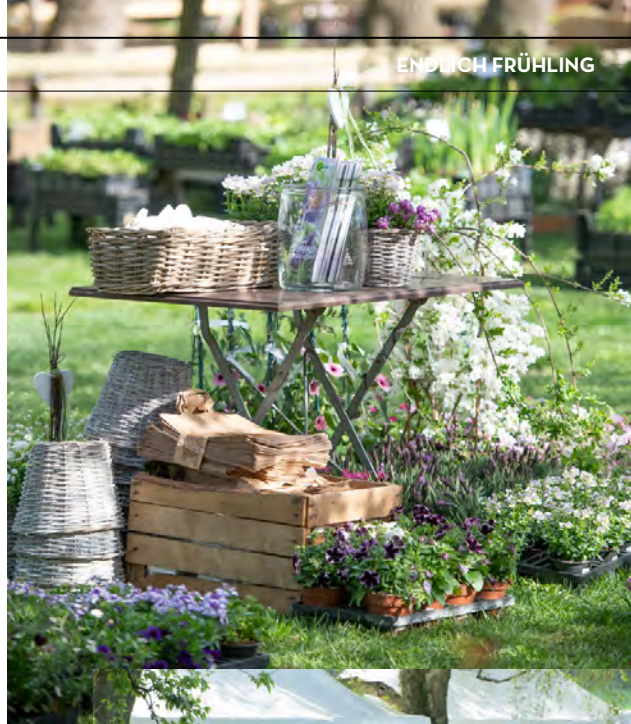
ENDLICH

Frühling

*Wacht auf, wacht auf, ihr Kinderlein,
es wird nun wohl bald Frühling sein!
Die Freiluftsaison hat begonnen und
wir freuen uns auf schöne Stunden ...*

ES IST WIEDER

Gartenzauber!



Vom 6. bis zum 8. Mai öffnet Norddeutschlands schönstes Gartenevent auf Hof Bissenbrook bei Großenaspe/Neumünster wieder seine Tore und lädt Gartenfreund:innen, Hobbygärtner:innen und Dekofans zum Stöbern und Genießen ein.

Ausgewählte Aussteller:innen präsentieren bei der zauberhaften Landpartie im Herzen von Schleswig-Holstein ihr abwechslungsreiches Angebot aus den Erlebniswelten Garten, Wohnen, Deko und Genuss. Gerade wer auf der Suche nach besonderen Pflanzen ist, kommt hier voll auf seine Kosten - denn der GARTENZAUBER ist immer ein wahres Einkaufsparadies für Blüten- und Dekofans!

FÜR FARBENFROHE FEIERN

In diesem Jahr gibt sich der **GARTENZAUBER** besonders feierlich! Schon beim Gang über die herrliche Lindenallee warten blumige Dekorationsideen rund um das Thema Familienfeste und Feiern darauf entdeckt zu werden und euch Inspirationen für die schönsten Tage des Jahres zu liefern. Auch bei den floristischen Demonstrationen dreht sich dieses Jahr alles um die neuesten Dekorationsideen für festliche Tische und Blumendeko-Trends für eure Feier... lasst euch verzaubern!

VIEL ZU ENTDECKEN

Der **GARTENZAUBER** ist wie immer eine ländliche Erlebnistour und bedeutet Gartenspaß für die ganze Familie. Kinder kommen beim Strohburgklettern und Bastelspaß auf ihre Kosten - für alle anderen lassen Musikan:innen, die auf dem Festivalgelände umherwandernden Gaukler:innen und kulinarische Leckereien die charmante Entdeckungsreise auf dem Land komplett werden. Also nichts wie los, seid dabei, wenn sich der Frühling beim **GARTENZAUBER** von seiner schönsten Seite zeigt. Stattet euch für ein perfektes Gartenjahr aus und genießt einen inspirierenden Tag auf dem Land. Der Eintritt kostet 10 Euro, für Kinder bis 16 Jahre ist der Eintritt frei. Kostenfreie Parkplätze vor Ort, Hunde sind auf dem Ausstellungsgelände nicht erlaubt. Weitere Infos unter www.gartenzauber.com.

Fotos: Gartenzauber



GARTEN zauber

6.-8.
Mai

Hof Bissenbrook
Großenaspe/Neumünster
www.gartenzauber.com



JETZT MITMACHEN: KIELER NACHHALTIGKEITSPREIS

Das Motto des diesjährigen Kieler Nachhaltigkeitspreises lautet: „Lebensräume für heimische Tiere und Pflanzen in Kiel schaffen – Kieler:innen sorgen für Biodiversität“. Einsendeschluss ist der 26. August.



Wenn im Sommer die Fenster aufgelassen werden, kommt keine mehr – keine Mücke, keine Biene, selbst Fliegen sind selten geworden. Was auf den ersten Blick angenehm scheint, ist auf den zweiten alarmierend: Insekten werden bei uns immer seltener, obwohl sie die meisten Arten im Ökosystem stellen. Sie bestäuben die Pflanzen, die die Menschen essen, oder stellen eine wichtige Nahrungsquelle für Fledermäuse und Vögel dar. Und das Insektensterben ist nur die Spitze des Eisbergs der allgegenwärtigen Biodiversitätskrise. Deshalb gibt das Preisgericht für den Kieler Nachhaltigkeitspreis 2022 das Motto aus: „Lebensräume für heimische Tiere und Pflanzen in Kiel schaffen – Kieler:innen sorgen für Biodiversität“. Der Preis ist mit 5.000 Euro dotiert. Einsendeschluss ist der 26. August. Mehr dazu unter www.kiel.de/nachhaltigkeitspreis. Städte sind bereits heute oftmals viel artenreicher als das Umland – erst recht, wenn im Umland

intensive konventionelle Landwirtschaft betrieben wird. Sie bieten viele ökologische Nischen, die unterschiedlichste Tier- und Pflanzenarten nutzen: Parks, Grünflächen, Stadtwälder, Wasserläufe, Brachen, Straßenränder und viele andere Biotope. Obendrein dürfen in Kiel auf städtischen Flächen bereits seit vielen Jahren keine Unkrautbekämpfungsmittel eingesetzt werden. Stadträtin Doris Grondke: „Stadt und Artenvielfalt sind eine noch immer wenig bekannte Erfolgskombination mit großem Potenzial. Deshalb suchen wir Projekte von Einzelpersonen, Betrieben, Wohnungsfirmen und Umweltverbänden, die das unter Beweis stellen und in der Stadt zum Artenschutz beitragen. Wir freuen uns auf viele spannende Bewerbungen!“

**Die Bewerbungen könnt ihr senden an:
Landeshauptstadt Kiel, Umweltschutzamt,
Nicoline Henkel, Holstenstraße 104, Kiel,
oder an nicoline.henkel@kiel.de**

Foto: Getty Images/Er/proxyiminder

Life is better at the beach!



Das finden wir auch! Daher bringen wir Sie vom 15. April bis 9. Oktober 2022 mit den Kieler Strandlinien ans Meer!



© Kiel-Marketing – Jan Michael Bockmann



SAISONSTART IM HOCHSEILGARTEN

HOCH HINAUS ZUR Ostereiersuche

Nach seiner Winterpause erklärt der Hochseilgarten Altenhof ab Samstag, den 2. April, endlich wieder die Klettersaison für eröffnet und lockt mit einer tollen Osteraktion.

OSTEREIER ZWISCHEN DEN BÄUMEN

Kids aufgepasst: Der Osterhase stattet dem Hochseilgarten Altenhof einen Besuch ab und versteckt von Karfreitag bis Ostermontag Süßigkeiten zwischen den Bäumen. Ihr dürft euch also auf ein süßes Klettererlebnis samt vieler kleiner Schokoeier im frühlingshaften Buchenwald freuen. Eintrittskarten zum Selberklettern oder aber zum Verschenken gibts online oder an ausgewählten Vorverkaufsstellen (siehe unter www.hochseilgarten-eckernfoerde.de/preise-oeffnungszeiten).

DER KLETTERPARK

Auch außerhalb der Ostertage erwartet euch in den 15 abwechslungsreichen Parcours mit unter-

schiedlichen Schwierigkeitsstufen und Höhen bis zu 25 Metern jede Menge Kletterspaß und Nervenkitzel. Ganz egal, ob ihr blutige Kletteranfänger:innen oder auf dem Level waghalsiger Zirkusartist:innen seid – hier kommt jede:r auf seine Kosten. Einplanen solltet ihr für das Erklettern der Anlage etwa zwei bis drei Stunden.

GRUPPENEVENT GEFÄLLIG?

Besonders viel Spaß macht das Klettern in großen Gruppen, etwa als Teamevent oder Schulausflug. Gemeinsam mit der FördeAkademie bietet der Hochseilgarten das ganze Jahr tolle Programme für Firmen, Vereine, Schulen und Co. an. Wie wäre es zum Beispiel mit einem spannenden Outdoor Escape Game oder dem legendären Vollmondklettern?

VERLOSUNG
4 x Kinder-Eintrittskarten auf Facebook unter @KIErleben zu gewinnen!



Schon gewusst? Der Osterhase kann auch auf Bäume klettern!

Hochseilgarten Altenhof Am Bahnhof 14, Altenhof bei Eckernförde
info@hochseilgarten-eckernfoerde.de
Instagram: @hochseilgarten_eckernfoerde

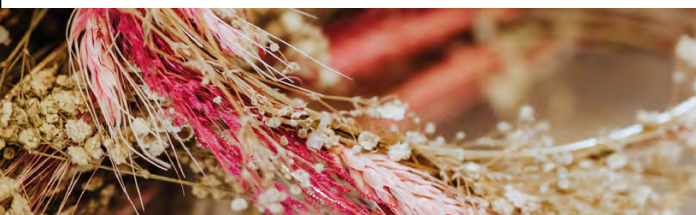
Foto: Oliver Franke

· WOHNACCESSOIRES · MODE · TASCHEN · SCHALS · SCHÖNE GESCHENKE ·



Alles was das Wohnen schöner macht!

Frühlings-ERWACHEN



Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 10.00-18.00 Uhr
Sa. 10.00-18.00 Uhr

Kolberger Str. 15 · Nortorf (24589)
Tel. 04392 / 40 80 99





BUCHUNGSSTART DES Segelcamps

Jetzt Plätze sichern: Mitte Mai geht die Segelcamp-Saison in die nächste Runde! Bereits seit 20 Jahren findet jedes Jahr das Camp 24/7 der Landeshauptstadt Kiel an der Kiellinie statt. Online könnt ihr nun Kurs-Wünsche äußern und das Programm einsehen.

Das Projekt, vertreten durch die Stadtwerke Kiel AG, Kiel-Marketing sowie 90 weitere unterstützende Partner:innen, bringt Groß und Klein aufs Wasser. Das Segelcamp bietet ein Angebot für alle: Familien, Kinder, Firmen – aber vor allem die Kids und Jugendlichen können profitieren: Bei dem vielfältigen Kursangebot lernen sie nicht nur zu segeln, sondern bekommen Umweltverständnis vermittelt und stärken ihre Teamfähigkeit. Kurs-Wünsche für Gruppen und Schulklassen außerhalb der Sommerferien können auf der Website www.camp24-7.de ab sofort geäußert werden. Auch Kombi-Angebote mit Segelkursen in Verbindung mit sportlichen Tätigkeiten wie Volleyball sind möglich. Auf dem Wasser werden außerdem wichtige Themen wie Meeres- und Klimaschutz weit über die Theorie hinaus behandelt. So erkunden Teilnehmer:innen des Kombi-Angebots „Forschen und Entdecken“ die Meeresbewohner direkt am Ort des Geschehens. Individuell können drei bis fünf Tageskurse für Projektgruppen von Schulen nach Wunsch zusammengestellt werden. Für Einzelbucher:innen



innerhalb der Sommerferien folgt der Buchungsstart Ende März. Die Kurse finden je nach Alter und Erfahrung auf Optimisten, O'pen BIC Booten, c55-Jollen oder Skippi Yachten statt.

Weitere Informationen gibt es unter:

Tel.: (0431) 240 00 70 und unter www.camp24-7.de.

Foto: K. Steigmeier



Lieblingsplätze AN DER OSTSEE

Altbekannte Sehenswürdigkeiten und einige weniger bekannte Örtchen an der Ostküste Schleswig-Holsteins präsentieren Karen Lark und Heike Meckelmann in ihrem neuen Reiseführer „Lieblingsplätze Ostsee Schleswig-Holstein“. In der Lieblingsplätze-Reihe des Gmeiner Verlags stellen Autor:innen die schönsten Orte in ihrer Heimat vor, mit denen sie selbst viele Erinnerungen verbinden und die sich auch neugierige Entdecker:innen nicht entgehen lassen sollten. Von Flensburg bis nach Lübeck und vor allem auf Fehmarn, wo Autorin Heike Meckelmann lebt, sind viele persönliche Tipps zusammengekommen.

**Karen Lark/
Heike Meckelmann:
Lieblingsplätze
Ostsee Schleswig-
Holstein, Gmeiner
Verlag, 17 Euro**



RAN AN DEN ROST!

Die NordGrill dürfte norddeutschen Barbecuefans mittlerweile ein Begriff sein. In diesem Jahr findet die Messe rund um den Rost erstmalig im Rahmen der Messe OUTDOOR jagd & natur am Samstag, den 9. April von 9.30 bis 18 Uhr auf dem Gelände der Holstenhallen in Neumünster statt. Das Highlight der NordGrill sind die schleswig-holsteinischen Grillmeisterschaften – offiziell von der German Barbecue Association lizenziert. Angemeldete Teams grillen in fünf Gängen um den begehrten Landesmeistertitel. Besucher:innen können das Treiben beobachten, sich nebenbei von der Bühnenshow unterhalten lassen und sich an den umliegenden Ständen über Grillprodukte informieren. Zahlreiche Aussteller:innen bieten das passende Zubehör für das Grillen zu Hause: von hochwertigen Grills und Outdoor-Küchen, von Saucen und Gewürzen über Kochbücher und weiteres Zubehör. Mehr unter www.nordgrill.sh.

Foto: Getty Images/MilosStankovic/E+



OSTERN AUF DER OSTSEE

Die Sonne lacht, das Meer glitzert, die Osterferien stehen vor der Tür. Wie wäre es mit einer lustigen Bootstour für die ganze Familie? Ob luxuriöses oder sportliches Motorboot, **Laboe Yachtcharter** hat für jeden Fahrgeschmack das Passende dabei. Ab sofort könnt ihr wieder im Laboer Hafen anheuern und zu neuen Abenteuer auf der Ostsee aufbrechen. Das Team von Laboe Yachtcharter freut sich auf euren Besuch und wünscht allen Seehasen und Landratten ein frohes Osterfest!
Mehr unter www.laboe-yachtcharter.de

Foto: Laboe Yachtcharter

FRÜHLINGSFRISCHE FESTTAGSKLEIDUNG

Konfirmation, Kommunion, Ostern ... nun stehen viele Anlässe an, zu denen man sich gerne festlich kleidet. Damit eure Garderobe vor und nach den Feierlichkeiten glänzt, könnt ihr sie vertrauensvoll an die Profis der **Textilpflege Heikendorf**



Foto: falkmedia

Heikendorf geben. Beate Tietjens und ihr Team reinigen und bügeln eure Sachen von Hand und zu fairen Preisen. Ihr findet sie in der Dorfstraße 17. Mehr unter <https://textilpflege-heikendorf.business.site>.

TEXTILPFLEGE HEIKENDORF

ÖFFNUNGSZEITEN:
 Täglich: 8.30 - 13.00 Uhr
 15.00 - 18.00 Uhr
 Mittwoch: 8.30 - 13.00 Uhr
 Samstag: 10.00 - 13.00 Uhr

Hol- und Bringservice

BEATE TIETJENS
 Dorfstraße 17
 24226 Heikendorf
 Tel: 0431 - 24 23 30
textilpflege.heikendorf@web.de
textilpflege-heikendorf.business.site

LANDGeflüster



Die Sonnenstrahlen und die Wärme locken uns nach draußen. Der Balkon will aufgeräumt und dekoriert werden, Garten und Gewächshaus warten auf neue Pflänzchen und Besucher:innen, die eine schöne Zeit bei ihnen verbringen. Mit schicken Pflanzideen blühen Balkon, Garten und Gewächshaus jetzt auf und werden zum Lieblingsplatz für Familie und Freund:innen. Ob Sonne oder Schatten – beim österlichen LandGeflüster auf Gut Emkendorf gibt es vom 16. bis zum 18. April jeweils von 10 bis 18 Uhr für jede Lage traumhafte Kombinationen und manche lassen sich sogar verspeisen. Denn genauso leicht wie Balkonblumen sind Salat, Tomaten, Gurken, Rucola und Gewürze zu ziehen. Wer Ausschau nach etwas Neuem hält, seien es Gewächshäuser, Gartenmöbel, Pflanzen oder Dekorationen, wird beim LandGeflüster mit Sicherheit fündig. Dazu eine Prise Frühling und der Tag ist perfekt. Der Eintritt kostet 7 Euro für Erwachsene, Kinder bis 16 Jahre frei. Mehr Infos unter www.land-geflüster.de.



Fotos: Columna

LABOE YACHT CHARTER

Wir senden dir sonnige & entspannte Ostergrüße!

f i

Laboe Yachtcharter
meerleben

Marina Baltic Bay
Börn 17, Steg F
24235 Laboe

Tel. 0162 695 06 43
www.laboe-yachtcharter.de
Info@laboe-yachtcharter.de

Noch mehr Action? Schau hier vorbei:

JETSKI LABOE

E-BIKE STORE KÜSTENRAD KIEL

WE WANT TO RIDE OUR (E-)BICYCLES ...

Unsere Kolleginnen Jill und Gesa haben sich auf die E-Bikes vom Küstenrad geschwungen – und verstehen nun einmal mehr, warum E-Bikes so gefeiert werden. Welche Modelle sie überzeugt haben, lest ihr hier.

ECHTES HOLLANDFLAIR

Morgens halb zehn im E-Bike Store vom Küstenrad Kiel: Nach einer kurzen Einweisung durfte ich zunächst das schicke Holland E-Bike testen, was optisch ein echter Hingucker und zugleich ultimativ praktisch ist. Denn die Körbe an Lenker und Gepäckträger können mittels Klick-System integriert werden. Das Modell Swing 3 von Riese & Müller kann mit den verschiedenen Motor-Unterstützungsstufen, wie beispielsweise Eco, Tour oder Turbo sowie der Nabenschaltung mit acht Gängen an verschiedene Umstände angepasst werden – immerhin sind wir hier in Kiel und Windstärke 7 ist für uns an der Tagesordnung!

Der Klassiker Charger 3 von Riese & Müller punktet mit Optik und Fahrspaß, ab 4.899 Euro



Schnell überzeugt: Gesa fand sichtlich Spaß am Charger 3



Schön, schöner, „Swing“: In drei tollen Farben, ab 3.599 Euro von Riese & Müller

EINE NEUE LIEBE?

Auch meine Kollegin Gesa hat sich richtig schnell in die E-Bikes verliebt. Sie fährt ihre erste Probestrecke zunächst auf einem Klassiker, dem Charger 3 von Riese & Müller. Dieses Rad ist super bequem, auch dank der phänomenalen Federung. Der Motor unterstützt Gesa sanft und auch das Umschalten in verschiedene Gänge oder Programme während der Fahrt ist unkompliziert. Der Akku hat eine tolle Reichweite, was dafür sorgt, dass man auch weitere Strecken gut fahren kann. Perfekt für einen Sommer-Ausflug zum Strand. Und jetzt mal ehrlich: So langsam verstehen wir den E-Bike Hype. Vergnügtes Radeln durch die City oder auch mal schnell den Berg hochdüsen, ohne das die Oberschenkel brennen – mit E-Bikes ist das alles herrlich einfach.

WENNS ETWAS MEHR SEIN DARF ...

Zurück bei Küstenrad steigen wir auf unser zweites Testrad um. Ich entscheide mich für das Lastenrad Load 75 vario. Es ist ebenfalls von Riese & Müller und da ich bisher noch nie ein Lastenrad gefahren bin, kämpfe ich zu Beginn ganz schön mit dem Wendekreis. Meine Bedenken zur Lenkung sind jedoch überflüssig, denn nach dem Starten erlebe ich eine positive Über-

Das Load 75 von Riese & Müller ist nach ein bisschen Übung super einfach zu fahren ...



raschung – das Lastenrad fährt sich wie ein normales Fahrrad. Und praktisch ist es dabei auch! Die Aufsätze lassen sich einfach austauschen, so ist in der Sitzfunktion mit Regenschutz Platz für zwei Kinder oder einen Großeinkauf. Der Sattel ist verstellbar, sodass in nach vorn gebeugter oder aufrechter Haltung gefahren werden kann. Durch den höhenverstellbaren Lenker wird die Lenkung trotz „Last“ vereinfacht.

SPORTY SPICE

Gesa ist inzwischen total im E-Bike-Fieber: „Einfach richtig cool. Das ist quasi wie auf'm Roller, nur, dass es ein umweltfreundliches Fahrrad ist!“, sagt sie und freut sich dabei über das zweite Modell, das sie testet, das Modell Arthur von Schindelbauer. Dieses Rad überzeugt ebenfalls, wenn es auch etwas anders ist. Denn dieser Hingucker ist richtig sportlich und gleichzeitig echt schick. Gesa ist von dem tollen Design begeistert und plötzlich ganz baff, als sie feststellt, wie leicht dieses Modell ist –sie kann es locker tragen und den Motor sieht man auch kaum. E-Bike undercover sozusagen. Übrigens: Arthur gibt es auch als Antonia für Frauen.



... und ist praktisch und bequem zugleich. In zwei Farben, ab 6.899 Euro

NEUGIERIG GEWORDEN?

Seid ihr nun auch neugierig? Ich bin jedenfalls wirklich überzeugt. Wenn ihr Lust habt, könnt ihr im Küstenrad Kiel ebenfalls E-Bikes testen und mit Hilfe des kompetenten Teams euer E-Bike ganz nach euren Wünschen konfigurieren lassen. Bucht dafür euren persönlichen Beratungstermin unter www.kuestenrad-kiel.de. Die Riese & Müller Räder werden übrigens ganz nachhaltig auf Nachfrage in Deutschland produziert, die Lieferzeit beträgt aktuell einige Wochen. Außerdem gibt es im Küstenrad viele weitere E-Bikes von verschiedenen Marken, teilweise auch sofort verfügbar.

von Jill Benck

E-Bike Store Küstenrad Kiel
Bahnhofstraße 37, Kiel
Tel.: (0431) 58 09 11 40
www.kuestenrad-kiel.de



Stylisch! Dieses Modell von Schindelbauer ist super leicht und kaum als E-Bike zu erkennen

IMMER RÜCKENWIND FÜR SCHLESWIG-HOLSTEIN

Deine E-Bike Experten in:
 → Nemünster, Eckernförde,
 Brunsbüttel und 2x in Kiel

Jetzt
 Termin buchen:
www.kuestenrad.de

KÜSTENRAD
 E-BIKE STORES



Neuer Job?
 Wir suchen Verstärkung!
kuestenrad.de/jobs

FRÜHJAHRSCHECK FÜRS E-Bike

Ein Fahrrad ist nur so gut wie sein Pflegezustand. Die Reinigung der elektrifizierten Räder ähnelt in vielen Punkten denen eines Rades ohne E. Jedoch gibt es einige Besonderheiten zu beachten.



PUTZEN UND PFLEGEN

E-Bikes brauchen vor der ersten Saisonfahrt eine gewisse Pflege. Bei der Reinigung gilt jedoch: Finger weg von Hochdruckgeräten und Kontaktspray – die können den elektronischen Teilen schaden und die Korrosion fördern. Greift stattdessen bei grobem Dreck zu lauwarmen Wasser und bei hartnäckigem Schmutz zu speziellen E-Bike-Reinigern.

AKKU RICHTIG HANDHABEN

Falls der Akku keine Reaktion mehr zeigt, folgt der Gang zum Fachhandel. Keinesfalls solltet ihr den Akku in der heimischen Werkstatt öffnen, da es sich um Gefahrgut handelt. Im Schadensfall muss er mit einem baugleichen Modell ausgetauscht werden. Um Schädigungen zu minimieren, sollte der

Ladevorgang bei Zimmertemperatur erfolgen. Dazu – wenn möglich – den Akku vom Rad trennen und mitnehmen. Außerdem den Akku nie komplett leerfahren.

KLEINE REIFENKUNDE

Wer das Rad aus dem Winterschlaf weckt, sollte die Reifen nach Rissen oder sonstigen Beschädigungen überprüfen. Neben Profiltiefe ist auch der richtige Reifendruck entscheidend. Dieser sollte aufgrund des Zusatzgewichts durch Motor und Batterie höher sein als bei einem Fahrrad. Mittlerweile bietet der Markt ein breites Sortiment an speziellen E-Bike-Reifen, die robuster und breiter sind und dadurch mehr Komfort und Kontrolle geben.

(pressediens-fahrrad.de)

Foto: Getty Images/Maya Jane / iStock / Getty Images Plus

GUTE FAHRT, IHR KLEINEN!

Sichert euch jetzt euer Wunschrad zu Ostern: Bei **Fahrrad Rosacker** in Büdelsdorf sind die superleichten Kinderfahrräder der österreichische Firma woom wieder eingetroffen. Wenn es um die Bedürfnisse von Kindern geht, ist diese Firma konsequent: 85 Prozent ihrer Fahrradteile sind individuell entwickelt und exklusiv für woom produziert. So sind die Räder für die kindliche Anatomie und die Bedürfnisse maßgeschneidert, denn wenn sich Kinder auf einem Rad wohlfühlen, so fahren sie auch mit mehr Begeisterung. Der beste Beweis dafür ist, dass die Kleinsten auf diesen leichten Fahrrädern um bis zu 30 Prozent schneller selbst das Fahren lernen. woom sorgt für eine gute Fahrt durch optimales Handling und beste Ergonomie vom Laufrad bis zum Jugendrad. Eine große Auswahl an praktischem Zubehör rundet das Angebot ab. Mehr Infos zu den leichtesten Kinderrädern der Welt bekommt ihr bei Fahrrad Rosacker. Die Kleinen können vor Ort dieses Rad testen und werden begeistert sein. Mehr Infos unter www.fahrrad-rosacker.de.



Foto: PR



Hollerstraße 27
24782 Büdelsdorf
Tel. 04331-31210
Fax 04331-38579

Fahrrad-Rosacker@t-online.de
www.fahrrad-rosacker.de

woom™
Die leichtesten Serien-
Kinderräder der Welt.



ENDLICH FRÜHLING



BESTE ENTSCHEIDUNG: LASTENRAD

Steigende Spritpreise, Stau auf dem Weg zur Arbeit und dann auch noch die lästige Parkplatzsuche ... immer mehr Familien steigen auf ein Lastenrad als tägliches Transportmittel um. Das erleichtert nicht nur den Alltag, sondern schont natürlich auch die Umwelt. „Wir haben uns vor vier Jahren für ein Lastenfahrrad von Babboe entschieden – das war definitiv einer der besten Käufe unseres Lebens“, sagt Redakteurin Kathrin Wesselmann, die mit diesem Fahrrad nicht nur ihre Kinder und deren Freundinnen und Freunde von A nach B bringt, sondern auch den Wochenendeinkauf auf diese Weise erledigt. Je nach Modell passen bis zu vier Kinder in eines der Babboe-Räder, dank des E-Motors sind Schleswig-Holsteins Berge auch bei voller Besetzung easy zu wuppen. Bei **TRANKVILE** in der Rathausstraße erhaltet ihr verschiedene, zu euch und eurer Lebenssituation passende Lastenrad-Modelle. Schaut doch mal vorbei und lasst euch beraten – das Team freut sich auf euch! Mehr Infos unter www.trankvile.de.

Foto: TRANKVILE



LEAS' DAS MAL!

So gut wie jeder Radtyp kann heutzutage geleast werden, wenn der Arbeitgeber eine entsprechende Möglichkeit im Angebot hat und das Rad einen bestimmten Mindestwert hat. Möglich machen dies die steuerlichen Vorteile der Ein-Prozent-Regel, die vom Dienstwagen bekannt sind und seit 2012 auch auf Dienstfahrräder angewendet werden können. Seit 1. Januar 2020 beträgt der zu versteuernde Satz sogar nur noch 0,25 Prozent. Doch damit nicht genug: Auch ausgewähltes Zubehör und Anbauteile können geleast werden. Wichtig dafür ist eine einheitliche Rechnung über das gesamte Rad sowie das Zubehör. Gepäckträger, Schlösser und Akkulichter bis 150 Euro stellen eine typische funktionale Komponente dar und sind leasingfähig, Fahrradkörbe und -rucksäcke hingegen nicht. (pd-f/tg)

Foto: Getty Images/sergeyryzhov/Shutterstock/ Getty Images Plus

ALLES AUS EINER HAND VOM ERFAHRENEN ZAHNARZT

Anti-schnarchschiene



erfolgreich • schlaffreundlich • zuverlässig
die Expertenlösung gegen Schnarchen und Schlaf-Apnoe

Schönberger Str. 143
24148 Kiel – Wellingdorf
Tel. 0431 – 72 37 52
www.dr-thomas-moritz.de

ZAHNARZT
MASTER OF ORAL MEDICINE IN IMPLANTOLOGY
DR. THOMAS MORITZ
NILS VON BERG angestellter Zahnarzt

SPARSAM,
UMWELTFREUNDLICH
UND SCHNELL
UNTERWEGS MIT
IHREM NEUEN
LASTENRAD!



TRANKVILE
electric vehicles

Rathausstraße 8
24103 Kiel

Tel.: 01579-23 56 034
kiel@trankvile.com
www.trankvile.com

TRANKVILE

WE LIKE E-BIKE

Darum kommen die motorbetriebenen Räder so gut an:

1. MEGATREND ÖKOLOGIE

E-Bikes sind als klimafreundliche Verkehrslösung akzeptiert: Anstelle des Autos nutzt man für Kurzstrecken das E-Bike. Dank Motorunterstützung kommen selbst Berufspendler:innen nach längeren Strecken nicht mehr verschwitzt im Büro an. Wer Rad fährt, gilt als dynamisch und progressiv, nicht zuletzt wegen der guten Umweltbilanz. Und durch die seit 2012 geltende gesetzliche Möglichkeit, die Räder als Dienstfahrrad über die Firma zu leasen und so bei der Anschaffung Geld zu sparen, ist die Nachfrage zusätzlich gestiegen.

2. IMAGEWANDEL ZUM PRESTIGE OBJEKT

„E-Bikes sind doch nur etwas für alte Leute“ – unter diesem Vorurteil hatten E-Bikes lange zu leiden. Doch mittlerweile gelten sie als Prestigeobjekt und auch junge Erwachsene steigen gerne auf. Ein wichtiger Faktor dabei: sportliche Modelle, die auf eine dynamischere Zielgruppe abgestimmt sind. Hinzu kommt eine erhebliche Gruppendynamik: Kauft jemand aus dem Freundeskreis ein E-Bike, ziehen die anderen bald nach.

3. ANGEBOTSVIELFALT

Gab es vor ein paar Jahren nur vereinzelte Modelle in den Shops zu sehen, machen sie mittlerweile bei vielen Händler:innen rund 50 Prozent der Ausstellungsfläche aus – es gibt sogar reine E-Bike-Shops. Zudem werden nicht nur teure Modelle präsentiert, sondern auch Räder für den Massenmarkt produziert. Die technischen Entwicklungen sind so weit ausgereift, dass auch günstigere Modelle im Einsteigerbereich um die 2.000 Euro sich gut verkaufen lassen. Hinzu kommt ein abgestimmtes Angebot im Zubehörmarkt.

4. TECHNISCHER FORTSCHRITT

Lange Zeit hielt sich das Vorurteil gegenüber E-Bikes, dass die Reichweite des Akkus eingeschränkt sei und somit keine langen Touren ermöglicht werden. Dabei wurde

ignoriert: Ein E-Bike lässt sich ohne Akku-Unterstützung immer noch gut fahren und bei den meisten Touren wird die maximale Akku-Leistung gar nicht benötigt. Neue Akku-Größen mit bis zu 750 Wattstunden ermöglichen je nach Fahrweise Streckenlängen bis über 100 Kilometer. Auch Lösungen mit Doppel-Akkus gibt es.

5. GROSSARTIGES ERLEBNIS

Über allem steht die Freude am Fahren: Der große Vorteil des E-Bikes ist, dass die Räder auch in der Freizeit genutzt werden können. Für viele ist gerade der Urlaub oder die Wochenendtour der Einstieg in die Elektromobilität. Hier hat man Zeit, etwas Neues auszuprobieren und nutzt die Räder auch einmal für Touren, die man sonst nicht gemacht hätte, zum Beispiel in den Bergen. Schnell ist klar: Das möchte man dann auch zu Hause und im Alltag erleben.

(pd-f/tg)

E-Bikes sind nur etwas für alte Leute? Von wegen!



Je nach Fahrweise ermöglichen einige Akkus Streckenlängen von über 100 Kilometern



FRÜHLINGSFIT IN DIE NEUE SAISON

E-BIKE-EXPERTEN MIT STIL, HERZ UND SEELE

Das E-Bike-Zentrum **allrid-E** aus Nortorf ist ein Fahrradhändler, aber sicherlich kein konventioneller. Im August 2021 hat die junge Firma in einer modernen Industriehalle im Nortorfer Gewerbegebiet auf zwei Ebenen neu eröffnet. Hier ist nicht nur viel Platz für jede Menge E-Bikes und ausgiebige Probefahrten in der Natur, sondern auch in Sachen Innendesign wird hier einiges fürs Auge geboten: Schiffscontainer ragen aus der Fassade und hängen als Büroräume von der Decke, die Inneneinrichtung besticht durch eine Mischung aus Do-it-yourself, Vintage und Moderne, es läuft gute Musik und Kunden können sich an der Bar oder Packedis-Theke selbst bedienen. Man merkt direkt: Hier gibts kein 0815.

Das Jahr 2021 hatte es in sich für die E-Bike-Expert:innen: der neue Standort, der ungebrochene E-Bike-Boom sowie Lieferengpässe im gesamten Bikesortiment haben den sympathischen Fachhändler gut auf Trab gehalten – aber auch auf viele tolle Ideen gebracht, die 2022 wiederholt werden sollen: Sommerfest, Weihnachtsmarkt, Verlosung, Radtouren und -reisen, Werkstattworkshops und vieles mehr wurde auf die Beine gestellt. Denn was spricht dagegen, beim Fahrradverkaufen nicht auch direkt die Freizeit der Kund:innen zu versüßen? „Bei uns geht es tatsächlich um mehr, als nur E-Bikes zu verkaufen“, betont Geschäftsführer Peer Schöninger. „Wir möchten, dass Alle Spaß haben bei uns, in 2022 umso mehr“. Aktuell bietet allrid-E eine Leihbike-Aktion: Bis Mitte April kann man kostenlos für drei Tage ein E-Bike leihen und herausfinden, ob das etwas für einen ist, den hohen Spritpreisen zum Trotz.

Die Radsaison steht in den Startlöchern, ein heißer Tipp hier vom E-Bike-Profi: Wer noch aus dem vollen Bikeangebot schöpfen will oder sein Rad rechtzeitig frühlingst machen will, sollte nicht mehr lange mit einem Händlerbesuch warten, denn die Terminkalender füllen sich! In Sachen Auswahl kann allrid-E beruhigen: Für 2022 sind über 2.000 E-Bikes bestellt. Die ungebrochen starke Nachfrage, ob via Privatkauf, Finanzierung oder Dienstverleih, kann allrid-E problemlos bedienen!

Das Team allrid-E freut sich auf euren Besuch und ist Montag bis Freitag von 10 bis 19 Uhr und Samstag von 9 bis 16 Uhr für euch da. Aktuelle Infos findet ihr unter www.allrid-e.de, bei Instagram @allride_ebike_center oder Facebook @allrideEbikeZentrum.



Im Zentrum von
Schleswig-Holstein



Eure E-Bike-Experten in Nortorf

- Privatkauf · Dienstverleih · 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

🌐 www.allrid-e.de

allrid ➡
Wir haben den Plan E

KUNTERBUNTE

Osterzeit

*Legt das Häuschen Eier ins Nest,
dann feiern wir das Osterfest!*



Fotos: mediapix/Getty Images

OSTERN RUND UM DIE WELT



*Das Herzchen der Kinder hüpf
vor Freude wie der fleißige
Osterhase, wenn er die Eier
versteckt. Aber wie feiert man
das Fest eigentlich in anderen
Ländern der Welt?*

Australien: Beuteltier statt Osterhase

In Australien macht ein Beuteltier dem Hasen den Platz streitig. Nach seiner Einwanderung aus Europa entwickelte sich der Hase in Down Under zu einer Plage und bedrohte einheimische Tierarten, sodass dort der Osterhase kurzerhand durch ein anderes Tier ersetzt wurde. Zum australischen Ostern ist nun das sogenannte Easter Bilby in jeglicher Form zu finden und profitiert sogar davon: Mit einem Teil des über verkaufte Easter Bilbies eingenommenen Geldes werden Tierschutzprojekte zur Rettung der kleinen Beuteltiere unterstützt.

Bulgarien: Eier werfen

In Bulgarien werden die Eier auch bunt gefärbt, die Tradition hat dort jedoch strengere Regeln: Am Gründonnerstag wird mit roten Eiern begonnen. Mit einem der roten Eier streicht die älteste Frau des Haushalts den Kindern über das Gesicht, was ihnen Gesundheit bringen soll. So sanft geht es dann jedoch nicht weiter: Nach der Messe am Ostersonntag werden Kirchenwände und Familienmitglieder mit bunten Eiern beworfen. Wessen

Ei bei dieser Schlacht unbeschadet bleibt, soll im folgenden Jahr das erfolgreichste Familienmitglied sein.

Norwegen: Höchstspannung

In Norwegen zieht man nicht los auf Eiersuche, sondern auf Tätersuche. Päskekrimmen ist eine Tradition, bei der das ganze Land in den Osterferien Kriminalgeschichten und Thriller liest, hört oder ansieht. Verlage, Radio- und Fernsehsender veröffentlichen zu der Zeit extra Krimis – sogar auf Milchpackungen werden kleine Detektivgeschichten abgedruckt.

Schweden: Die Hexe geht um

In Schweden treibt die Osterhexe Päskekäring ihr Unwesen. An Gründonnerstag fliegt sie auf ihren Hexenberg Blåkulla. Um ihr nachzueifern, verkleiden sich an diesem Tag Kinder mit bunten Kopftüchern und Besenstielen. Mit leeren Kannen in der Hand gehen sie von Tür zu Tür und fragen nach Süßigkeiten. Im Gegenzug verschenken sie selbstgebastelte Osterbriefe.

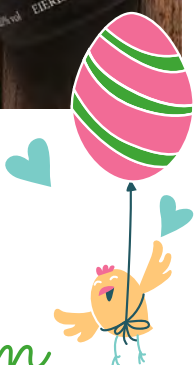




Advertorial

Foto: Spitzmund

FRIEDE, FREUDE, Klötenkörn



Ostern ohne Eierlikör ist wie Weihnachten ohne Tannenbaum. Einfach doof. Das weiß auch der regional ansässige Produzent **Spitzmund** und läutet daher die Hochsaison des Eierlikörchens wieder ein. Das Kieler Unternehmen hat für alle, die einen verführerischen Genuss suchen, den liebevoll genannten Klötenkörn kreiert. Schmeckt wie selbstgemacht, aber enthält weder Milch noch Sahne und ist damit frei von Laktose, Gluten, Farbstoffen und Milcheiweiß. Der cremige Geschmack entsteht dadurch, dass Spitzmund deutlich mehr Eigelb verwendet, als vorgeschrieben. Und die Eier selbst? Die stammen von glücklichen Hühnern aus KAT-zertifizierten Betrieben. Also alles Friede, Freude, Klötenkörn! Übrigens: Wer mit Wissen beim Anstoßen glänzen will, der kann nebenbei erwähnen, dass der Klötenkörn von Spitzmund nicht nur zum Drinkstarter 2019 gekürt wurde, sondern auch mehrfach die Goldmedaille bei nationalen wie auch internationalen Spirituosen-Wettbewerben ergattern konnte. Spitzmund Eierlikör Klötenkörn ist somit jede Sünde wert und überall dort erhältlich, wo auf Qualität und Genuss gesetzt wird.

**Spitzmund - flüssiger Genuss, Waisenhofstraße 11, Kiel,
Tel.: (0431) 160 89 433, www.spitzmund.com**

Tipp



Ei, ei, ei, das wär' doch was!
Ein Gläschen Klötenkörn zum Osterbrunch
ist das i-Tüpfelchen für eure Gäste -
wetten? Die passenden Rezepte hierfür
findet ihr ab Seite 94!

ABGERECHNET WIRD AM STRAND!

Anbieter: FITNESSLAND GmbH, Wilhelmstraße 99, 99100 Braunschweig / FITNESSLAND GmbH Hannover, Kellerstraße 63, 38114 Braunschweig / FITNESSLAND GmbH Zentralf, Kellerstraße 63, 38119 Braunschweig / Infos: Angebot beschränkt auf die einmaligen Investitionen, welche beim Abschluss einer Mitgliedschaft fällig werden. Das Sparmaßhalten beginnt ab 15€



50% SPAREN*

FITNESSLAND STARTE JETZT!

Echte Ei- CATCHER

*Mit diesen bunten
Gesellen wird jede Ostertafel
zum Hingucker!*



TREND: TONANGEBEND: PASTELL

Pastelltöne sind fast jedes Jahr wieder modern. Kein Wunder, passen sie sich doch fast jedem Einrichtungsstil an und können dennoch immer individuell eingesetzt werden. Auch an Ostern sind sanfte Farben tonangebend. So wie bei den musikalisch inspirierten Eiern von Raumzutat oder den rosa Häschen von Depot.



Wohin mit all den Eierkartons?

Wenn die Eier ausgeblasen sind und die Tischdeko vollbracht ist, hat man oftmals den einen oder anderen Karton über. Dieser eignet sich hervorragend dafür, Setzlinge zu ziehen. Vor allem Tomaten, Paprika oder Gurken lassen sich in den einzeln abgeteilten Fächern bestens pflanzen.

Fotos: PR

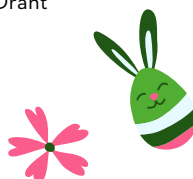


Diesen Osterkranz könnt ihr ganz individuell gestalten

DIY: OSTERKRANZ AUS EIERN

IHR BRAUCHT

- 1 Drahtbügel
- Flachzange und Schere
- Seitenschneider
- 1 Rolle Jute
- Sekundenkleber
- 8-10 ausgeblasene Eier
- 1 dicke Nadel (z. B. spitze Stricknadel)
- Federn, Zweige, Blumen oder andere Dekoration
- dünner Draht
- Pinsel



SO GEHTS

1. Mit der Zange biegt ihr den alten Drahtbügel zu einem runden Kreis auseinander. Unterhalb des Hakens könnt ihr den Draht durchschneiden und zur Seite biegen. Dann klebt ihr das Ende des Jutegarns mit Sekundenkleber an eine Stelle des Bügels und wickelt es nach und nach eng herum. Das Ende wieder verkleben. Wenn ihr mögt, könnt ihr nun dünne Zweige um das Gestell binden.
2. Die Eier vorsichtig abwischen und trocknen lassen, danach die Ausblaslöcher mit der dicken Nadel vorsichtig vergrößern.
3. Die Eier bemalt ihr nun mit Farbe. Nachdem sie trocken sind, vorsichtig mit Draht an die Zweige binden.
4. Am Ende könnt ihr weitere Dekoelemente wie Federn, Blumen oder anderes an den Zweigen befestigen.

Viel Spaß beim Basteln!

Foto: GMVoza/Er/Getty Images

OSTERDEKO AUS HANDARBEIT

Nicht nur die Osterdekoration, die in den ECHT.GUT-Werkstätten der Kieler Stadtmission gefertigt wird, ist etwas ganz Besonderes. Auch der Ort, an dem die stilvollen Karten, Kerzen und Leuchter in Handarbeit entstehen, ist einzigartig.



Direkt unter ECHT.GUT., dem größten Secondhand-Kaufhaus Kiels, befinden sich die hauseigenen Holz-, Metall- und Nähwerkstätten, in denen Klient:innen der Stadtmission die hochwertigen Produkte fertigen. Die handwerkliche Arbeit hilft ihnen, ihre eigenen Stärken wiederzuentdecken und neues Selbstvertrauen zu entwickeln. Die kunstvollen Upcycling-Arbeiten sowie die eigene Produktlinie sind eine wertvolle Ergänzung zum Gebrauchswaren-Sortiment des Kaufhauses. Das aktuelle Lieblingsstück der Kund:innen ist der neue Kerzenhalter aus der Metallwerkstatt. Ob in einem matten Schwarz oder einem rostigen Rot – das Design ist zeitlos und lässt sich saisonal immer wieder neu kombinieren. In der Weihnachtszeit dient er als geschmackvoller Adventskranz, im Frühjahr als Osterdeko mit Stil.

AUFGABEN, DIE FREUDE MACHEN

„Wenn wir neue Produkte entwerfen, ist es für uns besonders wichtig, dass diese von unseren Klient:innen gut hergestellt werden können. Es kommen Menschen mit diversen persönlichen Herausforderungen und natürlich auch unterschiedlichen handwerklichen oder künstlerischen Fähigkeiten zu uns“, erklärt Leif Boysen, Teamleiter der Werkstatt. „Die Fertigung der Kerzenhalter besteht aus vielen Arbeitsschritten unterschiedlicher Schwierigkeit – von Schweißen und Einpressen über Ablängen bis hin zum Lackieren. So finden alle Beteiligten im Herstellungsprozess eine passende Aufgabe, die ihnen Freude macht!“

Der ECHT.GUT-Kerzenhalter ist im Kaufhaus in der Hasseer Straße 49 und im Kosmos Store in der Holstenstraße 76 für 35 Euro erhältlich. Weitere Einblicke in die Arbeit von ECHT.GUT. gibt es unter www.echtgut-kiel.de.

Von Kim Hase



LANDGESTÜT TRAVENTHAL

GROSSER OSTERMARKT

2. + 3. April

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

HISTORISCHER HENGSTSAAL

HOF ANSGARIUS
Ein Ort Für Lebenskraft.

Aktuelles Programm:
www.hofansgarius.de

z. B. Osterbrunch,
Waldprogramm

Am Wallberg 2 - Tel. 04324 1070
24616 Willenscharen - Brokstedt

LANDGESTÜT TRAVENTHAL

X Osteria

Antik & Trödelmarkt

Italiens Schlemmereien

Live-Musik

17. + 18. April (Ostern)

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

HISTORISCHER HENGSTSAAL

Land Geflüster Ostern

Gut Emkendorf

Gutshof 3 • 24802 Emkendorf



16. - 18. April

Schöne Pflanzen in Gärtner-Qualität
Erlesenes, Schönes und Seltenes
für Haus und Garten
Herrenhausführungen

10 - 18 Uhr



Welche Aussteller dabei sind, erfahren
Sie hier: www.land-gefluester.de

Eintritt: 7 € (Kinder bis 16 J.) frei - Parken: frei

ENDLICH FRÜHLING

HÄSCHEN
HÜPF



OSTERANGEBOT:

KIELER KIEZ UND KÖSTLICHKEITEN

Entdeckt neue Ecken in eurer Lieblingsstadt! Frisch gestärkt mit einem reichhaltigen Frühstück im Welcome Café geht es los zu einem circa zweistündigen Spaziergang durch die City. Eine tolle Gelegenheit für Kurzzeit-Kieler:innen den Mix aus moderner Architektur und historischen Gebäuden und die schönsten Spots am Wasser zu entdecken. Für Langzeit-Kieler:innen hält die Tour noch einige spannende Anekdoten und bestimmt die eine oder andere Überraschung bereit. Macht euren Liebsten eine kleine Freude mit einem Ostertag der etwas anderen Art!



Termine:

Samstag, 16. April,
Sonntag, 17. April und
Montag, 18. April um 10 Uhr.

Treffpunkt: Welcome Café /
Start Stadtspaziergang circa 11.30 Uhr.
Weitere Infos und Buchungen
unter www.kiel-sailing-city.de.

**GERMAN
DOCTORS**
HILFE, DIE BLEIBT

WIR SIND DA, WO ANDERE WEGWOLLEN.

Die German Doctors helfen auch in der Ukraine
und versorgen Menschen auf der Flucht.

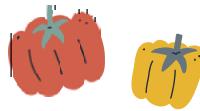
**DEINE
SPENDE
HILFT.**

german-doctors.de



Willkommen IN DER SCHUSTERSTADT PREETZ

Egal ob im Sommer, Frühling oder Herbst, in Preetz gibt es viel zu entdecken. Wir verraten euch, wie ein perfekter Tag in Preetz aussehen kann und was ihr noch alles unternehmen könnt.



1. Frühstück auf dem Wochenmarkt

Am besten startet ihr gut gestärkt mit einem heißen Kaffee und einem leckeren Brötchen vom Wochenmarkt. Immer mittwochs und samstags findet ihr den Markt bis 13 Uhr auf dem Marktplatz. Regionalität wird dabei großgeschrieben und so verbringen viele Preetzer:innen und Gäste hier ihren Vormittag.

2. Spazieren in der Schusterstadt

Danach könnt ihr Preetz und seine wunderschöne Umgebung erkunden. Am besten startet ihr mit einem ausgiebigen Naturspaziergang rund um den Kirchsee. Rund um Preetz gibt es außerdem viele weitere Wege, die sich prima zu Fuß erkunden lassen. Übrigens finden in den Sommermonaten in der Stadtkirche Marktmusiken und Kirchenführungen statt (samstags 11.30 Uhr).

3. Auszeit beim Bummeln & im Café

Der Nachmittag bietet sich dann für eine kleine Verschnaufpause im Café Grün oder den Preetzer Caféstuben an und für einen Bummel durch die Preetzer Altstadt. Auf den folgenden Seiten stellen wir euch einige der schönsten Adressen in Preetz vor.

DAS GEHT SONST IN PREETZ

Zahlreiche Wander-, Reit- und Spazierwege an Seen oder an der Schwentine entlang, findet ihr in den Wanderkarten der Touristeninformation.

Lohnenswert ist außerdem ein Besuch des Klosters. Entweder lasst ihr euch bei einer Führung das Klosterleben zeigen oder ihr erkundet den Klosterpark auf eigene Faust.

Wer mehr über Preetz erfahren möchte, sollte das Heimatmuseum in der Mühlenstraße besuchen, das im Dach auch eine Ausstellung über das beliebte Preetzer Papiertheater führt (Sa, So 15-17 Uhr).

Handwerk wird in Preetz nach wie vor gelebt. Sei es die Holzschuhmacherei der Familie Hamann in der Wakendorfer Straße 17 oder die junge Weberin Marie Kopiske, die Besucher:innen die Welt des Webens näherbringt (Kirchenstraße 54).

Nach einem alten Geheimrezept stellt Destillateurmeister Stefan Bierbaum aus natürlichen Zutaten den Zaubertrank her. Erhältlich ist er in vielen Geschäften oder der Touristeninformation.

Campen mitten in der Natur ist in Preetz kein Problem. Sowohl der Campingplatz am Kanucenter, als auch am Lanker See bietet ruhige Naturmomente und tolle Plätze zum Übernachten. Schöne Badestellen gleich inklusive.

Für weitere ausführliche Informationen besucht ihr am besten die Touristeninfo in der Mühlenstraße 9. Vor Ort erfahrt ihr von den sympathischen Damen alles, was ihr über Preetz wissen wollt. Anrufen könnt ihr unter Tel.: (04342) 728 04 20 oder ihr schickt eine Mail an info@schusterstadt-preetz.de.





Gleis & Meer

Bahntour
durch den Norden



EIN FRÜHLINGSAUSFLUG IN DIE SCHUSTERSTADT PREETZ

Das Team Förde Fräulein hat das Frühlingserwachen für einen Mädelsstrip zusammen mit DB Regio Schleswig-Holstein genutzt. Die vier erzählen, wie sie sich während eines Watercolor-Workshops in Preetz ein paar Seebären geangelt haben und verraten euch, was es sonst noch Schönes in der Schusterstadt zu entdecken gibt.



Mona, Sina, Finja und Finja T. (v. l.) sind mächtig stolz auf ihre Aquarell-Kunstwerke

MIT DER BAHN RICHTUNG FRÜHLING

Die Tage werden wieder länger, die Temperaturen steigen und die Natur erwacht zu neuem Leben – das schreit doch nach einem farbenfrohen Frühlingsausflug unter Mädeln! Dieses Mal ohne lange Anreise, damit wir so viel wie möglich vom sonnigen Tag haben. Gesagt, getan: Für 23,20 Euro kaufen wir uns eine Kleingruppenkarte für Bus und Bahn und fahren mit dem RE 83 vom Kieler Hauptbahnhof in knapp 15 Minuten ins schöne Preetz. Hier steht uns heute wortwörtlich Malerisches bevor. Eure passende Reiseverbindung findet ihr auf www.bahn.de oder in der App DB Navigator.

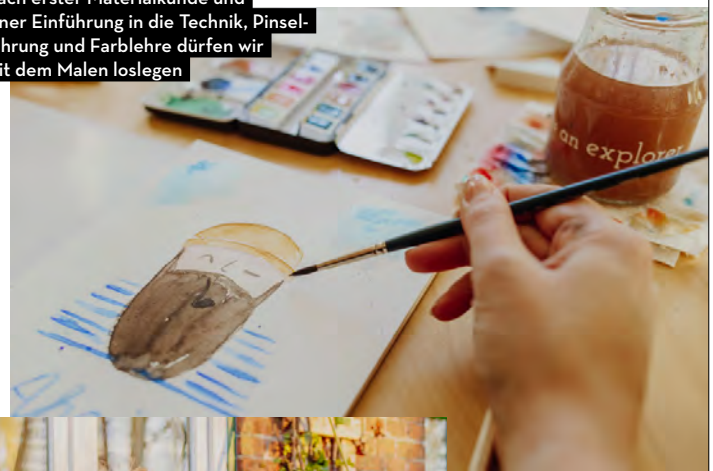
Bereit für einen aufregenden Frühlingsausflug? Von Kiel gehts in nur 15 Minuten nach Preetz



DIE BUNTE WELT DER WASSERFARBEN

In Preetz angekommen, verschlägt es uns in die idyllisch gelegene Alte Musikschule. Hier treffen wir die liebe Lisza Clausen, um bei ihrem Watercolor-Workshop in die faszinierende Welt der Aquarellmalerei einzutauchen. Und das ausgewählte Motiv gefällt uns: ein waschechter Seemann. Lisza leitet uns genau an und rät, uns von Perfektion zu lösen und Farben ineinander verlaufen und weiße Stellen frei zu lassen. Ehe wir uns versehen, halten wir alle stolz unsere unperfekten – und doch mehr als perfekten – Kunstwerke in den Händen. Auf www.lieschens-atelier.de könnt ihr euch euren Watercolor-Workshop buchen.

Nach erster Materialkunde und einer Einführung in die Technik, Pinsel-führung und Farblehre dürfen wir mit dem Malen loslegen



Neben offenen Kursen gibt Lisza auch geschlossene Workshops für JGAs, Babypartys und Geburtstage – ob in einer gemieteten Location oder bei euch zu Hause

ZU FUSS ODER PER RAD?

Nach diesem kreativen Erlebnis endet unser Ausflug noch lange nicht – dafür gibt es in Preetz viel zu viel zu entdecken! Da in der kleinen Stadt alles sehr nah beieinander liegt, klappt eine Erkundungstour prima zu Fuß. Perfekt also, um die Landschaft an der Schwentine zwischen Post-, Kirchen- und Lanker See sowie den Ort selbst bei einem Spaziergang zu erkunden. Wer es etwas bequemer mag, macht es uns gleich und leiht sich am Bahnhof oder Marktplatz ein Rad der SprottenFlotte. Die ersten 30 Minuten radelt ihr sogar kostenlos!

ENTLANG DES SCHUSTERGANGS

Wenn ihr das erste Mal in Preetz seid, dann folgt am besten dem sogenannten Schuster-gang, dessen Richtung von Fliesen aus Bronze aufgezeigt wird. Der Weg führt vorbei an vielen Sehenswürdigkeiten und beginnt bei der imposanten Stadtkirche. Eine weitere Station ist das Adelige Kloster, welches im 13. Jahrhundert von einem Grafen gegründet wurde. Die dreischiffige gotische Klosterkirche und der Klosterhof gehören zu den schönsten Kunst- und Kulturdenkmälern des Nordens. Sofort spüren wir die Nostalgie in der Luft!



Die gesamte Umgebung des Kirchsees lässt sich auf kurzen oder langen Fahrrad- und Wanderrouten erkunden. Für die warme Jahreszeit empfehlen wir eine Kanoutour

DAS IST PREETZ

Auf dem Feldmannsplatz entdecken wir die Skulptur eines Schusterjungen und auf dem Marktplatz die eines Schusters. Nicht zu vergessen der riesige Holzpantoffel, der gegenüber des Marktplatzes auf einer kleinen Grünfläche thront. Was es damit auf sich hat? Das Schuhmacherhandwerk erlebte hier in der Mitte des 19. Jahrhunderts seine Blütezeit. Deshalb wird Preetz heute als Schusterstadt bezeichnet und das traditionelle Handwerk spielt noch immer eine große Rolle. In der Preetzer Schumacherwerkstatt von Familie Hamann gehen wir diesem auf den Grund – und auf Zeitreise in vergangene Tage. Die Tradition wird in der Stadt übrigens mit dem alljährlichen Schusterfest am 28. Mai lebendig gehalten.



Der Preetzer Holzschuhmacher ist einer der letzten seiner Art in Norddeutschland



Beim Schaufensterbummeln entdecken wir alles, was das Herz begehrt: von Mode über Kinderspielzeug bis hin zu Feinkostprodukten



Der Name ist Programm: das Café Grün steht neben leckerem Kaffee auch für Nachhaltigkeit, Individualität und Regionalität



Die vom Barockstil geprägte Stadtkirche wurde bereits im 12. Jahrhundert errichtet

Direkt am Preetzer Markt gibt es im Blumenparadies Thone wunderschöne Tulpen zu kaufen. Holt euch den Frühling ins Wohnzimmer!



STÖBERN & SCHLEMMEN

In der Kirchenstraße und in der Lange Brückstraße stoßen wir auf viele kleine Läden, die zum Bummeln einladen. Zudem findet jeden Mittwoch und Samstag ein Wochenmarkt statt, auf dem lauter regionale Leckereien locken. Apropos Leckereien: Zu einem Ausflug gehört für uns auch immer die eine oder andere Gaumenfreude – und die erwartet uns direkt am Marktplatz im Café Grün. In gemütlichem Ambiente gibts hier hausgemachte Kuchen, leckere Snacks und viele Kaffeespezialitäten. Perfekt für eine leckere Stärkung.

ENTSPANNTE ZUGFAHRT NACH HAUSE

Mit vollen Bäuchen, jeder Menge neuer Eindrücke und natürlich auch unseren eingerahmten Seemannern im Gepäck steigen wir nach einem vielseitigen Tag in Preetz ganz entspannt in den Regional-Express nach Hause. Erschöpft, aber glücklich versinken wir in unseren Sitzen und erreichen in Windeseile Kiel – bis das nächste Gleis&Meer-Abenteuer ruft!

MIT DB REGIO SH VON KIEL NACH PREETZ

Züge: RB 84 und RE 83

Takt: 2x pro Stunde

Fahrtzeit: je Verbindung 15/
20 Minuten

Kosten: Kleingruppenkarte
(Bus / Bahn) à 23,20 Euro für bis zu
5 Personen

Eure Verbindung und euer Ticket
findet ihr in der App DB Navigator
oder auf www.bahn.de.



**Alle Verbindungen und Tickets
findet ihr auf www.bahn.de oder
in der App DB Navigator. Bitte
beachtet die Maskenpflicht im
Nahverkehr in Schleswig-Holstein.**

FrühlingsERWACHEN IN HAITHABU

Nach den langen dunklen Wintermonaten kehrt im Frühjahr wieder rege Betriebsamkeit in Haithabu ein. Die Bewohner:innen, die das ganze Jahr über in der Siedlung am Noor leben, bereiten sich auf den kommenden Sommer vor, wenn Haithabu wieder zum Mittelpunkt des Handels zwischen Nord- und Ostsee wird. Reetdächer werden repariert und Bohlenwege erneuert und die Menschen der umliegenden Höfe und Siedlungen bringen Baumaterial, Nahrungsmittel und Handelswaren. Mit dem Ende der Frühjahrsstürme und dem Schmelzen von Eis und Schnee kommen auch die Händler:innen aus Nah und Fern wieder in Haithabu zusammen; vor Ort hergestellte Gegenstände des täglichen Gebrauchs werden ebenso verhandelt wie exotische Luxusgüter aus dem fernen Osten. Aber das Marktgeschehen in Haithabu dient nicht nur dem Warenaustausch – nach dem langen Winter trifft man wieder Freund:innen und Bekannte, Neuigkeiten werden verkündet, Pläne für den Sommer geschmiedet und so mancher junge Mann geht in seinen besten Kleidern auf Brautschau.

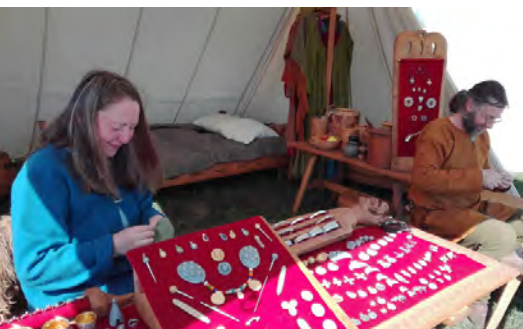
FRÜHJAHRSMARKT IN HAITHABU

Vom 15. bis zum 18. April wird über die Ostertage wieder der Frühjahrsmarkt bei den Wikinger Häusern stattfinden. Als erste große Veranstaltung eröffnet der Markt traditionell die Saison. „Nachdem der Frühjahrsmarkt im letzten Jahr wegen Corona verschoben werden musste, freue ich mich sehr darüber, dass wir jetzt wieder an Ostern in die Saison starten können“, sagt Museumsleiter Dr. Matthias Toplak. Mehr als hundert Händler:innen, Handwerker:innen und Marktteilnehmer:innen aus Deutschland und den an-



grenzenden Ländern werden ihre Waren präsentieren, sich bei ihrem Handwerk über die Schulter schauen lassen und den Besucherinnen und Besuchern einen lebendigen Einblick in das geschäftige Treiben in Haithabu von vor 1.000 Jahren geben. Von kunstvoll geschmiedeten Messern bis hin zu originalgetreuen Tongefäßen, von wertvollen Schmuckrepliken bis zu Kleidung und Schuhen nach wikingergezeitlichen Vorlagen – an den Ständen erwartet euch ein vielfältiges Angebot. Hausgemachte Grillwaren in höchster Qualität sorgen für das leibliche Wohl. In der Zeit von 9 bis 17.30 Uhr werden Busse zwischen dem Parkplatz am Wikinger Museum Haithabu und einem großen P+R-Parkplatz an der B77 beim Fliegerhorst Schleswig/Jagel fahren. Erstmals wird es auch einen bewachten Fahrradparkplatz geben. „Mit der Ernennung von Haithabu und Danewerk zum Welterbe im Jahr 2019 hat die Etablierung neuer denkmalchonender Nutzungskonzepte des Geländes in und um den Halbkreiswall eine noch größere Bedeutung für uns bekommen. Daher wollen wir – auch vor dem Hintergrund von Klimawandel und Landschaftsschutz – in Zukunft mit Shuttleservice und Fahrradparkplatz unseren Besucherinnen und Besuchern nachhaltigere Alternativen für die Anfahrt zu unseren Veranstaltungen anbieten“, so Museumsleiter Toplak.

Aktuelle Informationen zu den geltenden Corona-Bestimmungen und der Parkplatzsituation sowie dem Shuttleservice sind auf der Website des Museums unter www.haithabu.de abrufbar.



Fotos: Stiftung Landesmuseen

Gärtner- markt

23./24. April
9-18 Uhr
im Freilichtmuseum
Molfsee

**Freilichtmuseum
Molfsee**

Landesmuseen SH

24113 Molfsee
Hamburger Landstraße 97
T +49 (0) 431 65966-22
www.landesmuseen.sh

 **Sparkasse**

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

STADTGESCHEHEN

Ende April, Anfang Mai tunkt die duftende gelbe Rapsblüte unsere Landschaft in die Gute-Laune-Farbe. Was diese Monat noch alles geschieht, erfahrt ihr hier.

DER #IGERSKIEL-MOMENT DES MONATS

PRÄSENTIERT VON #IGERSKIEL

Instagrammer: Ulf Dahl

Instagram: @ulfdahl51

Gerät: Nikon D7200 + Objektiv Sigma 150-600

Der Moment: „Das Bild entstand 2019 zwischen Laboe und Neustein als Illustration für einen Artikel der Kieler Nachrichten zum Thema Rapsblüte. Ich habe eine Ausbildung als Fotojournalist und Bildredakteur absolviert, fotografiere seit 1990 hauptberuflich, zuerst für das „Flensburger Tageblatt und die angeschlossenen Zeitungen des „sh:z“, danach für die „Freie Presse Chemnitz“ und seit 2014 als Leiter der Fotoredaktion/Archiv bei den Kieler Nachrichten. Ich tue seit meinem achten. Lebensjahr was ich am meisten liebe – fotografieren. Meine Sicht anderen Menschen zugänglich machen, dokumentieren und durch überraschende Perspektiven/Blickwinkel die Begeisterung/Aufmerksamkeit bei den Betrachterinnen und Betrachtern wecken.“



Geht mit Extremsegler
Boris Herrmann auf „Sturmfahrt“!



Am 27. April nimmt euch Anna von Boetticher
mit auf Entdeckertour unter Wasser



Advertorial

GROSSE MEERLIEBE IM KINOSSEL

Mit dem 6. CINEMARE Internationales Meeresfilmfestival Kiel kommen vom 26. April bis 1. Mai die Ozeane auf die Leinwände der Landeshauptstadt.

„Endlich sind wir zurück in den Kinos!“, freut sich Festivalleiter Dr. Till Dietsche nach dem coronabedingten Aus im Jahr 2020 sowie der rein digitalen Veranstaltung in 2021. Surfende Frauen ohne Angst vor Monsterwellen, emotionale Bilder von bedrohten Ökosystemen, ein cooler Meeres-Kurzfilmabend im Club sowie eine bunt-fröhliche OCEAN PARADE zum Abschluss des Festivals: Sechs Tage lang zeigt CINEMARE, wie vielfältig und kreativ die Liebe zum Meer und vor allem dessen Schutz sein kann. 50 sehenswerte internationale Filme bringen thematisch Umweltschutz, Sport, Kultur und Wissenschaft zusammen. Vom Deutschen Meeresfilm- über den Meeresschutz- bis zum Kurzfilmpreis, insgesamt vergeben die hochkarätigen CINEMARE Jurys Auszeichnungen in sechs Kategorien.

Am 28. April steht der Festivalsamstag im Kino der Pumpe im Zeichen von Klima- und Meeresschutz. Bildgewaltig geht es um die globalen Auswirkungen der Massentierhaltung. Es darf mitgefiebert werden mit dem Aufstieg der globalen Jugend-Klimabewegung, und man bekommt emotionale Einblicke in die bedrohten Lebensräume der Meerestiere. Die Surfkultur in Verbindung mit Fragen nach Menschenrechten, Krieg und Frieden steht am Donnerstag, den 28. April in der Hansa48 im Mittelpunkt. Das Kino des Kommunikationszentrums ist in diesem Jahr ebenso wie das GEOMAR und das KulturForum erstmals als CINEMARE Spielstätte dabei.

DIE GRÖSSTEN WELLEN DER WELT

Am Freitag, den 29. April reitet das Publikum im Studio Filmtheater am Dreiecksplatz auf der perfekten Welle: Gemeinsam mit dem BREST SURF FILM FESTIVAL präsentiert CINEMARE den SURF FILM FRIDAY. In sechs Vorstellungen inklusive einer Podiumsdiskussion teilen Surfer, vor allem aber Surferinnen ihre Freude am Sport. Sie stellen sich den größten Wellen der Welt ebenso wie dem gesellschaftlichen Gegenwind, brechen mit Konventionen und überwinden ihre Angst. Teil des Programms ist auch die International Ocean Film Tour Vol. 8.

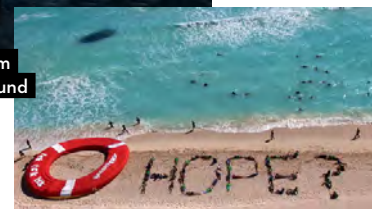
Nicht nur für Segelfans ein Muss ist die atemberaubende Dokumentation „Sturmfahrt“ über den Extremsegler Boris Herrmann auf der Vendée Globe, der härtesten Regatta der Welt. Der Film ist sowohl am Freitag, den 29. April im Segelkino auf der Kieler Förde am

Küstenkraftwerk als auch am Samstag, den 30. April auf der Kinoleinwand im metro Kino im Schlosshof zu sehen. An zwei Tagen wird es multimedial: Am Mittwoch, den 27. April nimmt Deutschlands erfolgreichste Apnoetaucherin Anna von Boetticher die Besucher:innen mit ihrem Programm „Waterwoman“ auf ihre faszinierenden Entdeckertouren unter Wasser mit. Zwei Tage später, am 29. April, erzählt York Hovest über sein Projekt „Helden der Meere“. Der preisgekrönte National Geographic Fotograf und Buchautor hat sich rund um den Globus auf die Suche nach Lösungen gemacht, mit denen wir unsere Meere retten können. **Mehr Infos** gibt es in der Online-Version des CINEMARE Programms: <https://issuu.com> (in der Suchfunktion CINEMARE 2022 eingeben). Das Programm liegt gedruckt an allen Spielstätten und vielen weiteren Stellen in Kiel kostenlos aus.

Die perfekte Welle reitet ihr
beim SURF FILM FRIDAY



Der 28. April steht im
Zeichen von Klima- und
Meeresschutz



TICKETS

...gibt es an den jeweiligen Spielstätten. Ein Festivalpass für alle Filmvorführungen ist im Welcome Center Kieler Förde erhältlich. Karten für die Multivisionsshows bekommt man ebenfalls im Welcome Center sowie am Ticketcenter im CITTI Markt Kiel. Anmeldung zum kostenlosen Segelkino online auf www.kiel-sailing-city.de.

OCEANBASIS

PIONIERUNTERNEHMEN DER GEMEINWOHL-ÖKONOMIE (GWÖ)

Forschen und Wirtschaften für Mensch und Meer – das Kieler Unternehmen oceanBASIS gehört nun zu den Pionierunternehmen der GWÖ. Auch bekannt als maritime Naturkosmetik Oceanwell, sorgt das Team mithilfe seiner Meeresbiolog:innen und kultivierten Bio-Meeresalgen für echten Meerwert.

Die Gemeinwohl-Ökonomie, kurz GWÖ, ist eine alternative nachhaltige Wirtschaftsordnung bei der nicht der Profit, sondern das Miteinander sowie die Steigerung des Gemeinwohls ganz oben stehen. Laut Geschäftsführer der oceanBASIS GmbH Christian Koch haben die Grundprinzipien der GWÖ – Ökologie und Ökonomie in Einklang zu bringen – eine erfreulich hohe Übereinstimmung mit den eigenen



Das Team von oceanBASIS freut sich, Teil der GWÖ zu sein

Unternehmenswerten. Die Aufstellung einer GWÖ-Bilanz macht das Wirtschaften messbar, vergleichbar und transparent. So wurden über mehrere Monate alle Berührungsgruppen des Unternehmens nach den Werten Menschenwürde, Solidarität, Gerechtigkeit, Nachhaltigkeit sowie Transparenz und Mitentscheidung geprüft und in einem Gemeinwohl-Bericht zusammengefasst. „Das war mehr als eine Bilanzierung: oceanBASIS hat sofort die Umsetzung der identifizierten Verbesserungspotentiale angepackt!“ so Lisa Buddemeier, GWÖ-Beraterin. OceanBASIS sieht die GWÖ-Bilanz als steten Prozess und als einen von vielen Bausteinen, die in Kiel zu nachhaltigem Wirtschaften beitragen. Als konkrete Maßnahmen erwähnt das Team unter anderem firmenfinanzierte E-Fahrzeuge für Mitarbeiter:innen, Naturstrom im Büro, biologisch gefarmte Algen, welche für die Hautpflegeprodukte verwendet werden, sowie die eigene Initiative „Protect the Ocean“. Mit ihrer Naturkosmetik Marke Oceanwell, die als einzige auf ausschließlich marinen Wirkstoffen basiert, haben sich die Forscher:innen außerdem für strikte Nachhaltigkeits- und Qualitätskriterien verpflichtet. Mehr unter www.oceanblog.de.

Foto: oceanBASIS GmbH

KANN DAS MEER ODER KANN DAS WEG?

Ein Sommertag am Strand. Ihr schnappt euch eure Badesachen und wollt einfach nur ins kühle Wasser springen ... doch dann der Dämpfer, als sich plötzlich braun-grüne Algenblätter und langes Seegras um eure Knöchel schlängeln. Sie sind kalt, glitschig und so richtig gut riechen tun sie irgendwie auch nicht. Ihr ärgert euch: Muss das hier herumliegen? Kann das nicht weg? Das Kieler Projekt „rematter“ möchte zeigen, dass die angespülten Meerestpflanzen mehr können als nur lästig zu sein. Erlebt eine spannende Reise des Treibseils vom Meeresboden der Ostsee an den Kieler Strand bis in unser Zuhause! Vom 3. bis 9. Mai präsentieren die Kieler:innen unter dem Titel „Kann das Meer oder kann das weg?“ neben den wichtigen ökologischen Funktionen von Seegras und Algen besonders deren vielfältige Nutzungsmöglichkeiten. Dazu haben sie mehrere Projekte, Künstler:innen und Unternehmen aus Schleswig-Holstein eingeladen, ihre kreativen Ideen und Zukunfts-

visionen für die Meerestpflanzen vorzustellen: Vom maritimen Kohlenstoffspeicher über Kissenfüllungen und Kosmetik bis hin zu neuen Werkstoffen. Wer sich außerdem gerne selbst die Hände schmutzig macht, kann dies in der Treibsel-Bastecke tun und ein eigenes Andenken mit nach Hause nehmen – besonders die Kleinsten sind herzlich dazu eingeladen.

Schaut im Pop-Up Pavillon in der Kieler Innenstadt vorbei und lasst euch inspirieren: 3. bis 9. Mai, jeweils 11 bis 19 Uhr.

rematter ist ein Projekt aus Kiel, das an der Entwicklung nachhaltiger und biologisch abbaubarer Werkstoffe aus Seegras arbeitet. Das Projekt wurde Anfang 2021 von sieben Studierenden des Masterstudiengangs „Sustainability, Society and the Environment“ gegründet und im yooweedoo Ideenwettbewerb 2021 sowie durch die Landeshauptstadt Kiel gefördert.

Das Team von „rematter“ will zeigen, dass Seegras mehr kann als uns am Strand zu umschlingeln

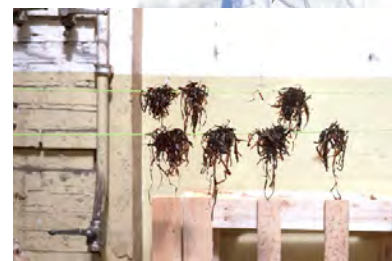


Foto: Shahaf Grossman, Christina Lin

AUF DEM WEG ZUR WM

DEUTSCHLANDS HANDBALLER SPIELEN IN KIEL

In der Wunderino Arena trifft die DHB-Auswahl am Mittwoch, 13. April, um 18.15 Uhr im WM-Play-off-Hinspiel auf die Färöer.

Hoher Besuch in der Wunderino Arena – und das zu einem wegweisenden Spiel: Die deutsche Handball-Nationalmannschaft gastiert am Mittwoch, 13. April, in Kiel und erwartet die Färöer. Dabei geht's nicht um einen freundschaftlichen Wettstreit, sondern die Qualifikation für die Weltmeisterschaft 2023. Nur der Gesamtsieger aus Hin- und Rückspiel (letzteres ist bereits für den Samstag, 16. April, bei den Nordländern terminiert) darf im kommenden Januar an der WM teilnehmen, deren Gastgeber Polen und Schweden sein werden.

EGGNER NICHT ZU UNTERSCHÄTZEN

Einerseits ist Deutschland bei der Länderspiel-Premiere gegen die Färöer klar favorisiert, andererseits mahnt Bundestrainer Alfred Gislason seit Wochen, sich die Stärken des Gegners zu vergegenwärtigen. Fast alle Akteure sind in Profiligen aktiv, der hochbegabte erst 19-jährige Mittelmann Elias Ellefsen á Skipagotu beispielsweise beim schwedischen Top-Klub IK Sävehof. Mit vollem Fokus auf die eigenen Stärken möchte DHB-Auswahl die Aufgabe gegen die



Als Bundestrainer kehrt Alfred Gislason nach Kiel zurück

Färöer lösen und sich zugleich als Team weiterentwickeln. Nach der unter dem Schatten zahlreicher Corona-Ausfälle stehenden Europameisterschaft im vergangenen Januar kehrte die deutsche Nationalmannschaft Mitte März in den Alltag zurück, spielte gegen Ungarn in Gummersbach 31:31 und tags darauf 30:29 dank eines Buzzer Beaters von Kapitän Johannes Golla.

TICKETINFOS

Das kommende Spiel in Kiel wird auch abseits des sportlichen Programms besonders: Zum ersten Mal seit 2019 (28:13 gegen Argentinien im letzten Test vor der Heim-WM) ist die DHB-Auswahl wieder im hohen Norden zu Besuch. Alfred Gislason kehrt als Bundestrainer in der Wunderino Arena in die Kabine zurück, die er von 2008 bis 2019 mit dem THW Kiel belegt hat. Zudem wird Patrick Wiencek verabschiedet, der seinen Rücktritt aus der Nationalmannschaft im März bekanntgab. Weitere Informationen erhaltet ihr auf der Website der Wunderino Arena unter www.wunderino-arena.de.

Elf Jahre lang coachte Alfred Gislason die Mannschaft des THW Kiel





MACH' MIT BEIM FÖRDE-FRÄULEIN-CUP

Bei Eco Kart Kiel in Wellsee findet ab sofort jeden Monat ein Cup für die Fräuleins aus der Region statt. Zusammen mit ihrem Team hat Förde Fräulein Finja den ökologisch nachhaltigen Fahrspaß getestet.

Wir sind voller Vorfreude auf unser Rennen. Wir, das sind: Sina Hoyer, Nele Witt, Kristina Kröger, Finja Schulze, Lara Klemm und Jill Benck (v. li.)



Das Team rund um Götz Jopp macht euer Fahrerlebnis unvergesslich



„Finja, hast du Lust, ein Gokart im Förde-Fräulein-Stil zu entwerfen?“ Als Götz Jopp, Inhaber von Eco Kart Kiel, mit dieser Idee auf mich zukommt, bin ich zunächst skeptisch. Also statte ich der Eco Kartbahn in Wellsee erstmal einen Besuch ab. Das Besondere an der innovativen Indoor Kartbahn powered by den Stadtwerken Kiel wird mir dann auf Anhieb klar: kein Lärm, kein Gestank. Denn jedes Gokart fährt hier voll elektrisch mit grünem Strom und somit im Gegensatz zu klassischen Verbrennungsmotoren ohne laute Motorengeräusche und Abgase. Während ein paar Proberunden überzeugt mich schließlich auch das Fahrgefühl. Das macht echt Spaß! Und plötzlich bin ich ganz angefixt von dem Vorschlag eines eigenen Karts. Weitere Überlegungen überschlagen sich und schwupps ... steht die Idee eines Förde-Fräulein-Cups im Raum, mit dem Ziel, noch mehr Frauen dafür zu begeistern.

Auf der innovativen Indoor Kartbahn gibt es weder laute Motorengeräusche noch unangenehmen Abgasgeruch



Finja durfte tatsächlich ein GoKart im Förde-Fräulein-Design gestalten



AUF DIE PLÄTZE, FERTIG, LOS!

Gesagt, getan: Ein paar Wochen später mache ich mich mit meinen Kolleginnen von falkemedia auf zu einem Probe-Rennen. In der Zwischenzeit habe ich an dem Design meines schmucken Förde-Fräulein-Flitzers in knalligem Blau getüftelt, der nun seinen Platz in der Flotte gefunden hat. Doch bevor wir unser Rennen fahren, gibt es zunächst eine ausführliche Einweisung. Wir werden mit Helmen ausgestattet und das herzliche Team erklärt uns die Fahrzeuge sowie die Regeln eines Matches. Es handelt sich hierbei nämlich nicht um einen Kontaktsport, bei dem man sich gegenseitig schadet und wohnmöglich verletzt. Jede:r fährt für sich und versucht die bestmögliche Zeit zu erreichen. Dabei hilft zum Beispiel auch der „Boost-Button“ am Lenkrad, mit dem man wie in der Formel 1 während eines Überholmanövers eine Extraportion Power freisetzt.



Vor Ort werdet ihr mit Schutzhelmen und Nackenprotektoren ausgestattet



Nach einem Qualifying stehen unsere Startpositionen fest



In einem 10-minütigen Qualifying machen wir uns zunächst mit den Gokarts vertraut und sichern uns unsere Startpositionen. Dann folgt das 20-minütige Rennen. Auf einem Bildschirm können wir dabei unsere Rundenzeiten genau mitverfolgen. Mit jeder Runde werden wir besser, mutiger, ehrgeiziger. Und so schaffe ich es zumindest auf den zweiten Platz. Siegerin des Cups ist die KIELerleben-Auszubildende Kristina Kröger, den dritten Platz sichert sich Art-Direktorin Lara Klemm. Das Strahlen in unseren Gesichtern verrät, dass wir alle nicht zum letzten Mal in den kleinen Flitzern saßen. Und vielleicht habt ja auch ihr Lust bekommen, mal ein paar Runden zu drehen? Übrigens: Bei Eco Kart Kiel könnt ihr auch individuelle Events wie Kindergeburtstage, JGA's oder Firmenfeiern veranstalten.

Weitere Infos unter www.ecokart-kiel.de.

Eine gebührende Siegerehrung darf am Ende natürlich nicht fehlen



AUF EINEN BLICK

Termine: 30. April, 14. Mai, 28. Mai, 11. Juni, 25. Juni, 09. Juli, 23. Juli, 06. August, 20. August, 03. September

Wie melde ich mich an?

Per E-Mail an anfragen@ecokart-kiel.de oder telefonisch unter (0431) 65 95 98 00

Was kostet das?

30 Euro p.P.
(Inkl. Rennlizenz, Leihelm und Sturmhaube sowie Getränke und Snacks)

Wer kann teilnehmen?

Bis zu 10 Fräuleins ab 18 Jahren können ein Rennen fahren. Auf die Tagessiegerin wartet sogar ein Preis

Zeitplan:

Das Rennen startet jeweils um 11 Uhr, Ankunft der Fahrerinnen von 10 bis 10.30 Uhr

Finale: Die 10 Fahrerinnen mit der besten Rundenzeit kämpfen am 10. September in einem finalen Rennen um den Sieg (kostenlos)

Hauptpreis:

- Ein Gutschein für ein Rennen für bis zu 10 Fahrer:innen (Wert 390 Euro)
- Kart-Helm plus Kart-Handschuhe
- Förde-Fräulein-Überraschungspaket
- Ein E-Auto für ein Wochenende gesponsert von Stadtwerke Kiel



VIEL GLÜCK!

Weitere Eindrücke vom Förde Fräulein findet ihr unter www.foerdefraeulein.de

Bereits im Oktober 2017 veranstalteten die Stadtwerke Kiel einen Mobilitätstag für Mitarbeiter:innen und deren Familien auf dem Betriebsgelände



ELEKTROMOBILITÄT erleben

Am 24. April gleicht der Betriebshof der Stadtwerke Kiel einem Schaufenster für die E-Mobilität. Zahlreiche Aussteller:innen präsentieren zwischen 11 und 18 Uhr ihre neuesten E-Autos sowie einen großen Zweirad-Bereich mit E-Bikes, Bambus- und Lastenfahrrädern. Darüber hinaus bietet der kostenlose Aktionstag ein umfangreiches Familienprogramm und nachhaltige Mobilität zum Anfassen, Ausprobieren und Erleben.

Gemeinsam mit den Besucherinnen und Besuchern, Aussteller:innen und Partner:innen aus der Region machen die Stadtwerke Kiel am Aktionstag die Landeshauptstadt zur E-Mobilitätshauptstadt. So nimmt die E-Mobilität sowohl auf zwei als auch auf vier Rädern weiter Fahrt auf. Ziel ist, mit der Förderung der Elektromobilität die CO₂-Emissionen auch auf den Straßen zu reduzieren. Hierzu gehört ebenso, den Strom unabhängig und klimaneutral zu erzeugen. Daher bietet der Energieversorger neben den Highlights zur E-Mobilität am Aktionstag umfangreiche Informationen zum Solarstrom vom privaten Dach an. Mit einer Photovoltaikanlage, einem Batteriespeicher und einer Wallbox, der eigenen Ladestation für zu Hause, ist noch mehr Autarkie möglich. Die Stadtwerke Kiel stellen hierzu ihr Komplettangebot aus einer Hand vor.

BUNTES FÜR DIE GANZE FAMILIE

Ein Gewinnspiel, Kinderkino, eine Hüpfburg, Kulinarisches aus der Region, Live-Musik, Interviews und eine Podiumsdiskussion, die Jan Bastick vom NDR moderiert, runden die Veranstaltung ab. Interessierte erreichen das Betriebsgelände der Stadtwerke Kiel am Uhlenkrog 32 mit dem Rad, Bus, Bahn oder Auto. Radfahrende erhalten am überwachten Fahrradparkplatz einen Verzehrgutschein im Wert von zwei Euro. Zum Aktionstag bietet der Energieversorger auch eine Station der Sprottenflotte, dem Bikesharing-System in der Kiel-Region. Neben den Auto-Stellplätzen auf dem Stadtwerke-Gelände stehen auch die Parkplätze des CITTI-Parks zur Verfügung. Von dort ist der Aktionstag fußläufig erreichbar. Alle Informationen zum Aktionstag findet ihr unter www.stromfahrer.sh.

Frühlingsputz



*gültig bis zum 30.04.2022 gegen Vorlage dieser Anzeige, solange der Vorrat reicht

Sie sparen, wir spenden¹

2 x waschen: T2 Lackpflege

Glanzschaum, Nano-Glanzwachs + Premiumversiegelung
TÜV-zertifizierte textile Wäsche, Felgen-, Aktiv-Vor- und Hochdruckreinigung,
Luft- und Tuchrocknung + SB-Staubsaugen

+ 1 Paar Cockpit-Reinigungshandschuhe
+ Hand-Desinfektion 50 ml komplett für nur

¹ Mit jedem Auftrag zu unserem Angebot spenden wir
1 Euro des Aktionspreises an die Aktion Deutschland Hilft
für die Ukraine. Helfen Sie mit!



Aktionspreis*

20,-

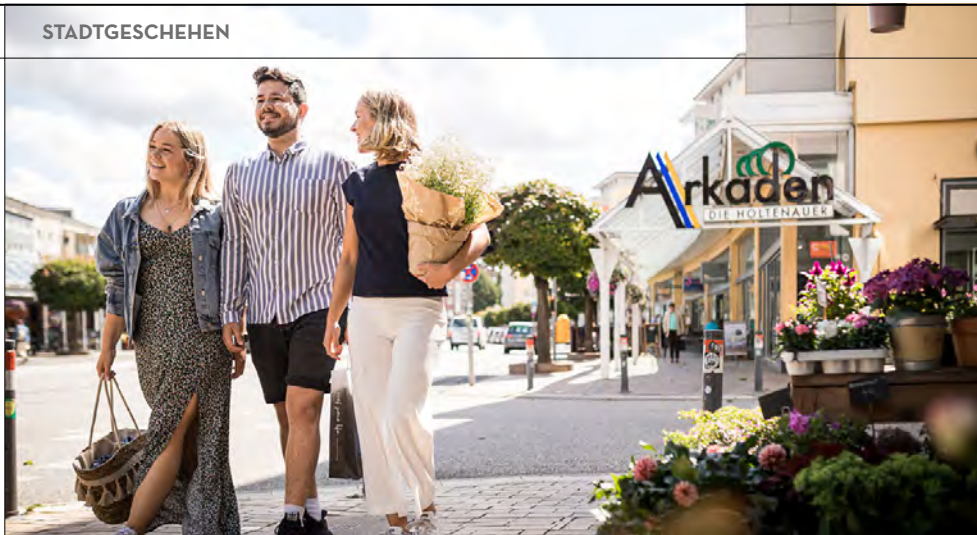
Die Sauberkrieger®



WILLER

Wäsche

4 x für Klei: Autowaschcenter Bernd Harms GmbH & Co. KG · Gutenbergstraße 80-86 · Eckernförder Straße 290, bft-Willer
Winterbeker Weg 44, REWE Center · Daimlerstraße 1, Gewerbegebiet Wittland · 0431 54 00 8-30 · www.sauberkrieger.de



ENDLICH WIEDER SPÄTSCHICHT

Am 1. Freitag im April ist es endlich wieder soweit: Die Geschäfte der Holtenauer Straße öffnen ihre Türen zur beliebten „Spätschicht“. Bis 22 Uhr lädt Kiels schöne Einkaufsstraße in entspannter Atmosphäre zum Schlemmen, Shoppen und Bummeln ein. Mehr Informationen bekommt ihr unter www.die-holtenauer.de.

Foto: Kai Kokott

IDEENWETTBEWERB FÜR SCHÜLER UND SCHÜLERINNEN

Von der Stadt am Meer zur Meeresschutzstadt Kiel

Der Ocean Summit lädt Kieler Kinder- und Jugendgruppen ein, mit ihren Ideen und Wünschen Kiels Entwicklung von einer Stadt am Meer zu einer Meeresschutz-Stadt mitzugestalten. Bereits im Jahr 2021 ging der Ocean Summit der Frage nach, wie die Stadt Kiel den Begriff einer „Meeresschutzstadt“ wahrhaftig und langfristig leben kann. Dessen klarer Ausgestaltung und Definition soll sich auch in diesem Jahr kreativ und konstruktiv genähert werden.

DER WETTBEWERB

Als erste Aktion soll ein Ideenwettbewerb stattfinden – Kieler Schulklassen der ersten bis achten Klasse sowie Kinder- und Jugendgruppen werden eingeladen, ihre Ideen und Wünsche in Form von Texten, Collagen, Comics, Plakaten, Bildern, Filmen Baste-

leien oder Skulpturen bis zum 29. April einzureichen. Dabei sollen Kiels Kinder mit ihren Ideen die Fragen „Wie sieht für euch eine Meeresschutzstadt Kiel aus? Was soll zukünftig besser gemacht werden? Welche Veränderungen ruft ihr auf?“ beantworten. Als Inspiration finden die Kids auf der Webseite Anregungen zur Ideenfindung: www.ocean-summit.de

PREISE MIT MEERWERT

Das „Fenster zum Meer“ ist wortwörtlich ein Fenster – ein Schaufenster der Kieler Buchhandlung Zapata. Das Ocean Summit Team hat dieses dekoriert und mit Kinder- und Jugendbüchern zum Thema Meeresschutz und Klima bestückt. Den gesamten literarischen Inhalt sowie eine WAS IST WAS Lesung mit den Forschungstauchern Florian



Huber und Uli Kunz wird eine der teilnehmenden Gruppen gewinnen! Des Weiteren werden Workshops, Spiele und Bildungsmaterialien als Gewinne zur Verfügung gestellt.

EIN FENSTER ZUM MEER

„Fenster zum Meer“ steht neben dem Wettbewerb auch symbolisch dafür, dass der Ocean Summit den Kindern Zugänge zur spannenden Welt des Meeresschutzes eröffnen möchte, denn Meeresschutz ist Klimaschutz!

Foto: Ocean Summit/Fierzhauf

Herzlich Willkommen
bei inlingua Kiel

Die neuen
Sprachkurse
starten jetzt!

JETZT FÜR
SPRACHKURSE
ANMELDEN!

Alle Kurse
mit Einstufung,
muttersprachlichen
Trainern und Fokus
auf das Sprechen

Flexibles Lernen:

- Abendkurse
- Intensivkurse
- Schülerkurse
- Studentenkurse

inlingua[®]

Sprachen sind inlingua.

Alter Markt 7, Kiel
Tel. 0431-98 13 80

www.inlingua-kiel.de

RAUS AUS DEM KELLER

Mitte April stehen die Osterfeiertage an. Die freien Tage sind mal wieder eine gute Gelegenheit, um beispielsweise den Keller zu entrümpeln. Über die Jahre sammeln sich dort oftmals viele Dinge an, die man gar nicht mehr benötigt. Ist beim Aufräumen altes Silberbesteck aufgetaucht, kann dies bei **Zeitanker** in der Holtenauer Straße 88 zu Geld gemacht werden. Dafür muss das

Besteck nicht extra geputzt werden und fehlende Zinken sind kein Problem. Zinn, Goldschmuck und Zahngold, auch mit Zähnen dran, kauft Inhaber Timo Keil ebenso an. Geöffnet ist das Geschäft montags bis freitags 10 bis 14 Uhr und 16 bis 19 Uhr. Für den Ankauf muss der Personalausweis mitgebracht werden, ein Termin ist nicht erforderlich.

„MITWIRK-O-MAT“

Der „Mitwirk-O-Mat“ für Kiel ist online. Das neue Tool, mit dem an einem Engagement interessierte Kieler:innen Orientierung über lokale Möglichkeiten erhalten und passende Ideen finden können, findet ihr unter www.nette-kieler.de/mitwirk-o-mat, der Website des nettekieler Ehrenamtsbüros. Nach dem Prinzip des bekannten „Wahl-O-Maten“ bringt er Freiwillige auf der einen und Vereine, Initiativen und Organisationen auf der anderen Seite zusammen. Dazu beantworten die Nutzer:innen eine Reihe kurzer Fragen zu ihren persönlichen Interessen und Stärken. Aus den Antworten berechnet der „Mitwirk-O-Mat“ diejenigen Kieler Engagement-Angebote mit der höchsten Übereinstimmung und schlägt sie dem Nutzer oder der Nutzerin vor. Die Idee kommt von zwei Studenten, die mit ihrem Tool einen Beitrag zur Stärkung der Zivilgesellschaft und für einen sozial-ökologischen Wandel leisten wollen. Dafür wurden sie im Rahmen des Digitaltags 2021 mit dem mit 10.000 Euro dotierten bundesweiten „Preis für digitales Miteinander“ ausgezeichnet.



ES GIBT WIEDER GROSSE FLOHMÄRKTE

Nach zwei Jahren Corona-Pause darf wieder auf den großen städtischen Flohmärkten gefeilscht werden. Inzwischen haben sich in Kieler Wohnungen und Kellern sicherlich viele alte oder selbstgefertigte Flohmarktschätze angesammelt, auf die die Schnäppchenjäger:innen so lange gewartet haben. Die Saison startet am Sonntag, den 3. April, auf dem Rathausplatz und in der angrenzenden Innenstadt, am 24. April geht es an der Hörn weiter. Bis

Anfang Oktober veranstaltet das Kieler Ordnungsamt an zwölf Sonntagen große Flohmärkte in der Innenstadt oder an der Hörn sowie kleinere Spezialmärkte für Kindersachen auf dem Holstenplatz (15. Mai und 21. August). Alle Flohmärkte werden gemäß den jeweils aktuellen Corona-Regelungen stattfinden. Pandemiebedingt könnten auch Absagen erforderlich werden. Weitere Infos und Termine findet ihr unter www.kiel.de/flohmkt.

ZEITANKER
Holtenauer 88
zeitanker.eu
📍 [kieleruhrenladen](https://www.instagram.com/kieleruhrenladen)



*Timo Keil -
Ihr Edelmetall-
Experte*

**ANKAUF VON
SILBERBESTECK UND
VERSILBERTEM BESTECK**

Mo. bis Fr. 10-14 Uhr & 16-19 Uhr

Mit der Spende der Stiftung Klimaschutz-Nord werden Moorvernässungen und Aufforstungsprojekte unterstützt



v. li.: Carsten Zarp, geschäftsführendes Vorstandsmitglied der Stiftergemeinschaft der Förde Sparkasse, Walter Hemmerling, geschäftsführendes Vorstandsmitglied der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein, Kathrin und Thorsten Rabeler vom Aufforstungsprojekt „Feltenwiese“ sowie Jens Wrangel, Vorstand des Naturpark Westensee Obere Eider e. V.

ZEICHEN FÜR REGIONALEN KLIMASCHUTZ

Die neu gegründete Stiftung Klimaschutz-Nord unterstützt regionale Projekte bei der Umsetzung ihrer Ziele für den Umweltschutz.

Die Stiftung Klimaschutz-Nord wurde Anfang des Jahres auf Initiative der Stiftergemeinschaft Förde Sparkasse gegründet.

Am 11. Februar konnten bereits die ersten Spendengelder in Höhe von 12.000 Euro übergeben werden. Die Förderung soll in den biologischen Klimaschutz fließen und insbesondere regional für Moorvernässungen sowie die Neuanlage von Grün- und Waldflächen verwendet werden. Zielsetzung ist hier die Speicherung von CO₂ auf Naturflächen mit der Schaffung von Lebensraum für Tiere und Pflanzen. Außerdem sollen Bildung und Aufklärung zum Klimaschutz durch die Stiftung verbessert werden.

„Um ihr Wirken für den Klimaschutz deutlich zu erhöhen und dieses mit einer eindringlichen Note zu versehen, hat die Stiftergemeinschaft der Förde Sparkasse einen Teil ihres eigenen Stiftungsvermögens nunmehr ausschließlich dem Klimaschutz gewidmet“, so der geschäftsführende Vorstand der Förde Sparkasse Carsten Zarp bei der Spendenübergabe. Die Stiftung Klimaschutz-Nord wurde mit einem Anfangsvermögen von 500.000 Euro ausgestattet, um sofort und ohne Kompromisse handeln zu können. Mit jeweils 4.000 Euro wurden die Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein, das Aufforstungsprojekt Feltenwiese in Melsdorf sowie der Naturpark Westensee Obere Eider e. V. gefördert. Die Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein betreut viele Projekte im Bundesland, eines davon ist die

Moorvernässung. Mit Hilfe der Spendengelder soll an mehreren Standorten die Speicherfunktion der Moore reaktiviert werden. Weitere Informationen unter www.stiftungsland.de. Das Aufforstungsprojekt Feltenwiese umschreibt eine Naturschutzinitiative der örtlichen Jägerschaft und dehnt eine landwirtschaftliche Fläche aus, welche dieses Jahr um 0,4 Hektar Feldgehölz ergänzt werden soll. Mehr zum Projekt Feltenwiese unter www.aktion-weihnachtswald.de. Klimaschutz-Bildung und Anreize zu Veränderungspotentialen für ein besseres Klima — hierfür setzt sich der Naturpark Westensee Obere Eider e. V. vor allem regional ein. Aktuelles online unter www.nwoe.de. Initiatoren gehen davon aus, dass in Zukunft weitere spannende Projekte und Partner:innen hinzukommen.

MITMACH-STIFTUNG

Bürger:innen, Unternehmen und Institutionen sollen durch das lokale Klimaschutz-Netzwerk gemeinsam für besseres Klima handeln können. Die Förderungen kommen so schnell und direkt dem regionalen Klimaschutz zugute. Interessierte können weitere Informationen zur Stiftung und Beteiligung unter www.klimaschutz-nord.de einholen oder per E-Mail an moin@klimaschutz-nord.de Kontakt zur Stiftung aufnehmen.



SCHNUPPERN, STÖBERN, SCHENKEN

Schon beim Betreten des **Heikendorfer Teekontors** steigt einem der herrliche Duft der verschiedenen Teesorten in die Nase – selbst mit FFP2-Maske. Neben qualitativ hochwertigem Tee aus aller Welt findet ihr hier alles, was ihr für das perfekte Drumherum braucht: Kandis, Filter, Geschirr, Dosen, Becher, Kannen und vieles mehr. Solltet ihr auf der Suche nach einem Geschenk, Souvenir oder einer Grußkarte sein, werdet ihr hier ebenfalls fündig – auch Schreibwaren gehören zum Sortiment des gut sortierten Eckladens im Möltenorter Weg. Mehr unter www.teekontor-heikendorf.de.

Foto: Getty Images/marekuzasz/Stock / Getty Images Plus

FUNDSACHEN-VERSTEIGERUNG

Über 100 Fahrräder, eine Nähmaschine, ein Aufsitzrasenmäher, verschiedene Gutscheine, eine Shisha (mit Tabak), ein Apple Pencil und sogar ein aufblasbares Kajak suchen am Sonnabend, 9. April, eine:n neue:n Besitzer:in. Dann kommen diese und viele weitere Fundstücke bei der Fundsachenversteigerung des Kieler Stadtamtes im Innenhof des Rathauses Hopfenstraße, Hopfenstraße 30, unter den Hammer. Schnäppchenjäger:innen können die Artikel ab 8.30 Uhr begutachten, die Auktion beginnt um 9.30 Uhr. Jede Menge Überraschungspakete sind ebenfalls wieder zu haben. Es empfiehlt sich, ausreichend Bargeld mitzubringen, da keine anderen Zahlungsmittel akzeptiert werden können.



Foto: rh2010/Adobe Stock

Teekontor Heikendorf

Tee und mehr...



**REGELMÄSSIGES
REINSCHAUEN LOHNT SICH –
wir bieten Abwechslung
durch Spezials und
saisonale Teesorten**



TEEKONTOR HEIKENDORF
Möltenorter Weg 55 (Ecke Dorfstraße) + 24226 Heikendorf
Tel.: 0431 241224 + Fax 0431 2608444

Für Vielfalt, Gerechtigkeit & Klimaschutz

☒ Wählen wir Grün!

Wir haben den Willen, die Ideen und die Erfahrung, um Schleswig-Holstein zu gestalten: klimaneutral und digital, ökologisch, sozial gerecht, inklusiv und vielfältig zeigen wir, was unser Land kann. Jetzt und zusammen, mit Monika Heinold & Aminata Touré als Spitzenduo im Land und unseren Direktkandidierenden in und für Kiel.



Kiel-Ost

**Nelly
Waldeck**



Kiel-West

**Anna
Langsch**



Kiel-Nord

**Lasse
Petersdotter**



Am 08. Mai ist Landtagswahl

STRASSENAKTION FÜR TIERRECHTE

Unter dem Motto „wen streicheln – wen essen“ lädt die Kieler Aktionsgruppe der Albert-Schweitzer-Stiftung am 2. April von 12 bis 14 Uhr zu einer „silent line“ mit Aktionspodest. Die Aktion findet in der Holstenstraße beim Holstenfleet statt. Interessierte sind herzlich willkommen, sich mit in den stillen Protest gegen Massentierhaltung, gegen die willkürliche Unterscheidung zwischen Heim- und Nutztieren sowie für einen respektvollen Umgang mit allen Lebewesen einzureihen. Am Aktionspodest gibt es die Gelegenheit zu Gesprächen und Informationen zu einer Lebensweise ohne Tierleid.



Foto: HildaWeges/Stock/Getty Images Plus

MS FRIEDRICHSORT EIN MEILENSTEIN FÜR DIE KIELER FÖRDESCHIFFFAHRT

Mit der „MS Friedrichsort“ ist seit dem 28. März bereits die zweite Plug-in-Hybridfähre für die Schlepp- und Fährgesellschaft Kiel (SFK) auf der Kieler Förde unterwegs.

„Für die SFK ist es heute das erste von drei neuen Schiffen, die wir in diesem Jahr in unserer Schiffsflotte begrüßen“, sagte SFK-Geschäftsführer Andreas Schulz, der sich über die Einhaltung der vertraglich zugesicherten Bauzeit trotz der Coronakrise freute. Die Zusammenarbeit mit der Holland Shipyard Werft habe wunderbar geklappt und so konnte der Termin eingehalten werden. Dank der MS Friedrichsort wird ein weiteres Schiff mit moderner und zukunftsweisender Technik im Öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV) auf der Förde Fährlinie F1 unterwegs sein. Durch die Plug-in-Hybridtechnik und dem neuen Kraftstoff Gas-to-Liquid sowie der zusätzlichen Abgasreinigungsanlage trägt die SFK dem Klimaschutzgedanken Rechnung.



Kiel fördert Photovoltaik- und Solarthermieanlagen

UNTER STROM

Kiel will klimaneutral werden und damit mehr Menschen mitmachen können, hat die Landeshauptstadt ein neues Förderungsprogramm für Photovoltaik- und Solarthermieanlagen beschlossen. Insgesamt 300.000 Euro stehen für Kieler Bürger:innen, Unternehmen, Wohnungseigentümergeinschaften und Institutionen zur Verfügung. Ab dem 1. April können die Förderungen beantragt werden. Damit Kiel klimaneutral wird, strebt die Landeshauptstadt eine klimaneutrale und effiziente Energieversorgung des Stadtgebietes aus 100 Prozent erneuerbaren Energien an. Weitere Informationen zu den Förderungsbedingungen sind zu finden unter: www.kiel.de >> Umwelt & Verkehr >> Klimaschutz >> Energieversorgung >> Förderung Photovoltaik- und Solarthermieanlagen.

Foto: amatolij_gleb/Adobe Stock



Mit der üblichen Flaschentaufe wurde die neue Fähre bereits am 23. März von Taufpatin Astrid Leßmann an der Reventloubücke eingeweiht

Die Bürgermeisterin der Landeshauptstadt Kiel, Renate Treutel betonte: „Die Landeshauptstadt Kiel freut sich, dass der Kieler Hafen durch das neue Fördeschiff noch umweltfreundlicher wird. Die Mobilität, die gerade in diesen Zeiten so wichtig ist, wird durch die Fähre vorangebracht.“ 300 Fahrgäste und 40 Fahrräder wird die MS Friedrichsort künftig an Bord der knapp 34 Meter langen Fähre nehmen und über die Förde bringen können. Im Mai und Juni 2022 wird es ein drittes Plug-in-Hybridschiff geben. Bis Ende Juni wird außerdem eine vollelektrische Fähre ihren Betrieb aufnehmen. So spielt die Elektromobilität im ÖPNV in der Landeshauptstadt auch auf dem Wasser eine immer wichtigere Rolle.

Foto: KIELerleben



HomeNet Country Manager Christian Breidenbach-Kaack mit Kiels OB Dr. Ulf Kämpfer zum Start von HomeNet in Kiel

HOMENET BRINGT GLASFASERNETZ NACH KIEL

Die letzten beiden Jahre brachten das Internet in Haushalten an und über die Belastungsgrenze: Viele haben im Homeoffice gearbeitet, Videotelefonie ersetzte Schulunterricht und persönliche Treffen. Ein schneller und stabiler Internetanschluss wurde zur Lebensader. Dazu stieg die Nutzung von Online-Shopping, TV-Streaming in UHD und Gaming – insgesamt zu viel Belastung für alte Kupferleitungen.

Glasfaser-Internet bis ins Haus wird den Bandbreiten-Anforderungen von heute und in die Zukunft gerecht. Einfachen und günstigen Zugang mit 100% Glasfaser bringt jetzt **HomeNet** nach Kiel und in jedes Haus seiner Kund:innen. Der Tarif HomeNet Internet Unlimited liefert schnelle 1.000 Mbit/s im Up- und Download. Damit gehören Sorgen über genug Bandbreite der Vergangenheit an.

Schon seit 20 Jahren versorgt die Dachmarke GlobalConnect Geschäftskunden in Hamburg mit Glasfaser und IT-Lösungen. Mit HomeNet kommt Erfahrung aus Norwegen von 190.000 Kund:innen nach Kiel und Umgebung: Aktuell ist HomeNet in Schilksee, Schönkirchen / Amt Schrevenborn, Pries, Friedrichsort und Holtenau erhältlich, weitere Gebiete werden folgen. In Schilksee wird der Ausbau im zweiten Quartal starten.

GLASFASER VON HOMENET: GÜNSTIG, NACHHALTIG UND WERTSTEIGERND

Ganz nebenbei bringt ein Glasfaseranschluss eine Wertsteigerung der Immobilie von fünf bis acht Prozent. Glasfaser verbraucht laut dem Bundesverband Breitbandkommunikation im Vergleich zu Kupfer rund 17-fach weniger elektrischen Strom. Kund:innen, die sich früh entscheiden, sparen die Anschlussgebühr und nutzen HomeNet Internet Unlimited für gerade einmal 9,99 Euro im Monat. Erst nach sechs Monaten sind es monatlich 39,99 Euro. Interessiert? Ihr könnt unter <http://homenet.de> mit einem Verfügbarkeitscheck prüfen, ob euer Haushalt im Ausbaubereich liegt und direkt bestellen.

Home_Net

100 % Glasfaser kommt nach Kiel und Schönkirchen!

Neu:
1.000 Mbit/s
im Up- und Download ab

9,99 €

monatlich^(1, 2) –
und spare über 1.000 €
Anschlusskosten

Hol dir mit HomeNet jetzt das schnellste und stabilste Internet ins Haus.

 homenet.de/moin

(1) In den ersten sechs Monaten. Ab dem siebten Monat 39,99 €, bei einer Laufzeit von 12 Monaten. Vorbehaltlich der Realisierung des Teilnehmeranschlusses. Hierfür ist eine Mindestanzahl von Kundenzusagen innerhalb eines Erschließungsgebiets sowie die Zustimmung des Grundstückseigentümers erforderlich. Das Erschließungsgebiet sowie Informationen über die Laufzeit können über homenet.de eingesehen werden. Angebot der GlobalConnect GmbH, Wendenstraße 377, 20537 Hamburg. Den Kunden steht ein gesetzliches Widerrufsrecht zu.
(2) Reglar fallen 999 € Anschlusskosten Glasfaser und 69,99 € Vertragsgebühr an. Mehr Details unter: homenet.de.



IMPULS FÜR EINE NEUE ZEIT

Alle Automarken stehen bei der Entwicklung ihrer Modellpalette im Zeichen der Nachhaltigkeit. Wie das Versprechen umweltbewusster Mobilität hervorragend in einem sportlichen Design eingelöst werden kann, das zeigt der vollelektrische CUPRA Born.

Was zuerst beim CUPRA Born auffällt, ist sein ansprechendes Aussehen. Seine charakterstärker Frontpartie beispielsweise prägen die neu gestaltete Voll-LED-Scheinwerfer in Dreiecksform. Die große Präsenz des Modells unterstreichen auch die konkave Rundung der Haifischnase sowie die lichtbrechende dreidimensionale Form der Motorhaube. Selbstbewusst zeigt sich hier das Markenemblem, während der Markenname die Frontschürze oberhalb abschließt. Insgesamt wirkt der CUPRA Born von vorn betrachtet auffällig schlank und doch äußerst imposant.

In der Seitenansicht begeistert das Modell durch seine fließende Linienführung und sein aerodynamisches Raddesign. Am Heck wiederum zieht die durchgehende „Coast-to-Coast“-Beleuchtung mit ihrer modernen Optik den Blick sogleich auf sich. Auch findet sich dort das Markenemblem und dazu ist der Modellname gut sichtbar integriert.

INNEN HOCHKLASSIG

Was beim Einsteigen in den CUPRA Born sofort bemerkbar ist, ist die vorzügliche Qualität der verwendeten Materialien sowie ihre perfekte Verarbeitung. Die fahrzeugführende Person wird vom Markenemblem auf dem Lenkrad begrüßt und darf sich darüber freuen, dass alles ganz auf sie zugeschnitten ist. Die Mitfahrenden wiederum kommen in den Genuss des emotionalen, durch die ausdrucksstarke Linienführung und großen Komfort überzeugenden Innenraumdesigns. Dass selbst längere Reisen von allen Insassen ganz entspannt überstanden werden, dafür sorgen insbesondere die bequemen Sportschalensitze. Der Blickfang im Innenraum ist der 12-Zoll-Touchscreen, auf dem alle wichtigen Informationen bestens zu sehen sind und über den leicht auf viele Funktionen zugegriffen werden kann. Hinter dem Lenkrad rückt ein kleineres Kombiins-



Die Voll-LED-Lichter in Dreiecksform sind beim CUPRA Born ein echter Blickfang.



trument der fahrzeugführenden Person zusätzlich die wichtigsten Information in den Fokus. Eine dritte Anzeige, nämlich das Augmented Reality Head-up-Display, projiziert Informationen über Fahrerassistenzsysteme, Navigationssystem oder Geschwindigkeit auf die Windschutzscheibe. So können alle Daten von der fahrzeugführenden Person ausgezeichnet im Auge behalten werden, ohne dass die Straße aus der Sicht gerät. Eine Vielzahl von Assistenz- und Sicherheitssystemen sowie die umfangreiche Konnektivität und das ebenso vielseitige Infotainmentangebot des CUPRA Born machen jede Fahrt mit dem Wagen zusätzlich zu einem außergewöhnlichen Erlebnis.

VIER VOLLELEKTRISCHE ANTRIEBE

Der CUPRA Born ist mit einem wassergekühlten Lithium-Ionen-Akku ausgestattet. Die drei verfügbaren Batterien bieten wahlweise eine Nettokapazität von 45, 58 oder 77 Kilowattstunden mit bis zu 540 Kilometern Reichweite (nach WLTP). Es gibt ihn dazu in vier Antriebsausführungen, die bei 110 Kilowatt (150 PS) beginnen und über 150 Kilowatt (204 PS) zu den beiden e-Boost-Versionen mit 170 Kilowatt (231 PS) reichen. Wer da einmal an einer Ampel mit dem CUPRA Born angefahren ist und längst volle Fahrt aufgenommen hat, während in anderen Fahrzeugen noch der Gang eingelegt wird, vergisst das nie wieder. Das Streckenfahrverhalten des sportlichen Modells ist dazu – bei aller Spritzigkeit – angenehm ruhig und sicher.

LADEN UNKOMPLIZIERT

Natürlich wollen alle wissen, wie das vollelektrische Fahrzeug aufgeladen werden kann. Der CUPRA Born ist hier sehr anpassungsfähig und kann sowohl an eine AC-Ladestation (bis zu 11 Kilowatt) als auch an eine DC-Ladestation (bis zu 170 Kilowatt) angeschlossen werden. Ob unterwegs oder zu Hause, das Aufladen der Batterie ist immer schnell und einfach möglich. Und auch die Ladezeiten des CUPRA Born machen ihn zu einem alltagstauglichen Modell. Bereits nach nur sieben Minuten Ladezeit erzielt er an einer 170-kW-Schnellladestation eine zusätzliche Reichweite von 100 Kilometern. Damit können in der Regel alle täglichen Fahrstrecken locker bewältigt werden. Doch selbst bei einem Ladezustand von lediglich fünf Prozent kann die Kapazität der Batterie mit nur 35 Minuten Ladezeit wieder auf 80 Prozent erhöht werden – auf längeren Strecken genau die richtige Zeitspanne für eine entspannte Kaffeepause. Wer den CUPRA Born einmal zur Probe fahren möchte, darf gern einen Termin beim Autohaus Ost vereinbaren. Die Ansprechpartner sind Herr Burak Yildiz (Tel. 0431/7208371, Burak.yildiz@seatkiel.de) sowie Herr Marcin Graban (Tel. 0431/7208372, Marcin.graban@seatkiel.de).

Autohaus Ost GmbH
Klausdorfer Weg 173, Kiel
Tel. 0431 / 720830, www.cuprakiel.de



Wer hinter dem Lenker des CUPRA Born Platz nimmt, darf sich auf ein großartiges vollelektrisches Fahrerlebnis freuen.

Der CUPRA Born ist ein Modell, das einfach nur Freude bereitet und mit seiner Nachhaltigkeit punktet.



TNG-GLASFASERAUSBAU RUND UM DIE KIELER FÖRDE

Der Internetanschluss für die Zukunft: Glasfaser bis ins Zuhause.

Der Ausbau des Glasfasernetzes der TNG Stadtnetz GmbH (TNG) rund um die Kieler Förde ist in vollem Gange. Seit März sind die Bautrupps in der Gemeinde Kronshagen vor Ort und bauen dort das Glasfasernetz aus. Anfang April werden in Kronshagen und im Stadtteil Russee die Hauptverteiler aufgestellt. Nach derzeitiger Planung werden die nächsten Baumaßnahmen durch TNG parallel ab Mai in Friedrichsort, Pries und Holtenau und ab Juli in Schwentimental und Altenholz folgen. Die Bürger:innen haben noch bis zum 31. Mai die Chance, sich ihre Anbindung über einen kostenlosen Glasfaseranschluss inklusive 20 Meter Tiefbau zu sichern. Voraussichtlich im Herbst wird auch der Ausbau im Amt Schrevenborn starten. Die Anwohner:innen aus Schönkirchen, Mönkeberg und Heikendorf können sich noch bis zum 30. Juni die Anbindung für einen kostenlosen Glasfaseranschluss sichern.

INDIVIDUELLE TARIFE

Zusätzlich hat TNG neue Glasfaser-Produkte eingeführt. Die vier fibre-Tarife sind auf die individuellen Bedürfnisse und steigenden Anforderungen des modernen digitalen Lebens zugeschnitten. Nach der Buchung eines Wunschartifes stehen Nutzer:innen künftig stabile Bandbreiten mit 1 Gbit/s im Down- und

Upload zur Verfügung. Damit gehören Probleme im Homeoffice oder im Homeschooling der Vergangenheit an und auch der Wert der eigenen Immobilie wird gesteigert.

VON DER PLANUNG BIS ZUM ANSCHLUSS

Der Glasfaseranschluss erfordert eine von Grund auf neu zu errichtende Infrastruktur, weil die Daten hierbei nicht mehr wie bei den derzeit verbauten Kupferkabeln elektrisch übertragen werden, sondern nahezu verlustfrei mittels Lichtwellen. Nach der Sammlung der eingereichten Verträge, der Vorbereitung und Planung beginnt TNG mit den Tiefbaumaßnahmen, die zeitintensivste Tätigkeit in einem Glasfaserprojekt. Zum Start des Tiefbaus in einer Straße erfolgt zuerst die Hausbegehung, bei der gesammelte Informationen in einem Begehungsprotokoll festgehalten werden, auf dessen Grundlage später die Hausanschlusszuleitung gebaut wird. In der Tiefbauphase wird außerdem ein durchgängiges Leerrohrnetz gebaut.




Um eine Anbindung an das weltweite Netz herzustellen, platziert TNG einen Hauptverteiler, auch PoP (englisch: Point-of-Presence) genannt, von dem aus sich die Glasfaserkabel entlang des Straßennetzes bis in die einzelnen Haushalte verzweigen. Danach kann die Montage durchgeführt werden, bei der die Glasfaserkabel mit Luftdruck in die Leerrohre eingeblasen werden. Jetzt erreicht die Glasfaser das Haus und der Hausanschluss kann mit dem Ortsnetz verbunden werden.

Weitere Informationen zu TNG als starkem regionalen Partner im Glasfaserausbau können unter tng.de/kiel nachgelesen werden. Bei Fragen steht außerdem das Glasfaserinformationszentrum unter Tel.: (0431) 53 05 04 00 (Mo-Fr 8-19 Uhr) zur Verfügung.



Ihr Angebot zum Aufblühen!

KN/SZ als ePaper + Smartphone oder Tablet.

- ★ Ihre KN/SZ als ePaper für 24 Monate
- ★ Smartphone oder Tablet nach Wahl
- ★ Gutschein in Höhe von 100 € für das  Gartencenter oder den  hagebaumarkt
- ★ 3 Monate  gratis lesen

**100 €
Gutschein
sichern!**



Sichern Sie sich Ihr ePaper-Paket:

KN Media Store

Fleethörn 1-7
24103 Kiel

Öffnungszeiten

Mo. - Fr. 10 - 17 Uhr
Sa. 10 - 14 Uhr



📍 kn-mediastore.de/fruehling

SZ Media Store

Hamburger Straße 26
23795 Bad Segeberg

Öffnungszeiten

Mo. - Fr. 10 - 16 Uhr
Sa. geschlossen



📍 sz-mediastore.de/fruehling

WILLKOMMEN AM EXERZIERPLATZ

Der Exerzierplatz, 1744 angelegt im Herzen Kiels, erfüllte im Laufe der Geschichte gleich mehrere Zwecke: zunächst vom Militär genutzt, seit 1904 Ort des Kieler Wochenmarkts, mittlerweile Parkplatz für zahlreiche Kieler Autofahrer:innen und seit Kurzem auch Standort unseres neuen Büros! Wen oder was es hier sonst noch zu entdecken gibt, erfahrt ihr auf den nächsten Seiten.



MIT PILATES ZU EINEM NEUEM KÖRPERGEFÜHL

Hand aufs Herz: Viele von uns haben durch langes Sitzen, Stress oder zu wenig Sport mit Rückenschmerzen oder so manch fieser Verspannung zu kämpfen, oder? Wir verraten, mit wessen Angebot das ein Ende haben kann!

PILATES IM HERZEN KIELS

Schon fast 16 Jahre führt Melanie Krantz das Pilates Studio Kiel – seit Ende 2020 am Exer – und öffnet sowohl bewegungsfreudigen Anfänger:innen als auch echten Profis die Türen zu ihren hellen und freundlichen Trainingsräumen. Auf 160 Quadratmetern lässt sich hier in stressfreier Atmosphäre und mithilfe professioneller Unterstützung in die sportliche Welt des Pilates eintauchen.

FÜR MEHR WOHLBEFINDEN

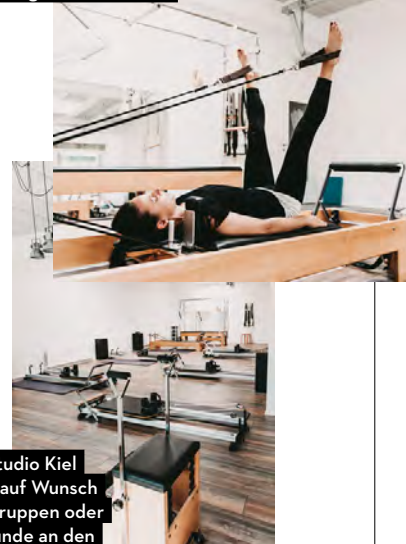
Die Wirkung von Pilates ist mehr als vielversprechend: Es stärkt die Körpermitte, verbessert die Haltung, reduziert Stress und Angespanntheit, und sorgt für mehr Kraft und Beweglichkeit. Auch lindert das Training körperliche Beschwerden, was zu einem neuen Körpergefühl und nachhaltigem Wohlbefinden führt.

KURSE UND ANGEBOTE

Das Angebot im Pilates Studio Kiel ist vielfältig. Mittwochs um 18 Uhr steht zum Beispiel ein Pilateskurs für Männer auf dem Programm. Unabhängig von Geschlecht, Alter und Erfahrung kann auch jederzeit ein individuelles Probetraining vereinbart werden. Zudem haben wir noch einen Termin parat, den ihr euch unbedingt dick im Kalender anstreichen solltet: Am Freitag, den 13. Mai startet um 17:30 Uhr ein fünfwöchiger Schnupperkurs zum Sonderpreis von 85 Euro! Probiert doch mal aus und überzeugt euch von der Wirkung des Pilates.

Das Pilates Studio Kiel
Exerzierplatz 9, Kiel
Tel.: (0431) 38 54 95 31
melanie.krantz@daspilatesstudiokiel.de
www.daspilatesstudiokiel.de

Das Training an den Geräten kann sowohl fließend sanft als auch dynamisch sportlich gestaltet werden



Im Pilates Studio Kiel trainiert ihr auf Wunsch in kleinen Gruppen oder als Einzelstunde an den klassischen Pilates-Geräten

Fotos: Das Pilates Studio Kiel

Das Team von vico berät persönlich und mit viel Expertise



PERSONLICH & REGIONAL – DER FACHHANDEL FÜR FOTOGRAFIE

VICO ist ein inhabergeführtes Fotofachhandelsgeschäft im Herzen Kiels, direkt am Exerzierplatz gelegen, das als kompetenter Partner rund um die Fotografie auftritt. Neben der großen Technikabteilung mit Fotozubehör, umfangreichem Bilderrahmensortiment und Fotobuch-Service bietet VICO einen hochwertigen Bilderdienst aus dem eigenen Fotolabor sowie Fotoshootings im Fotostudio oder on location an. Seit fast 35 Jahren steht das Team persönlich, kompetent und mit langjähriger Erfahrung zur Verfügung, um passende und individuelle Lösungen für die Kund:innen zu finden. Aus dem Dschungel an Kameras die Richtige zu finden, verschiedene Möglichkeiten zu zeigen, aus dem Lieblingsfoto eine Dekoidee (zum Beispiel als hochwertiges Poster) zu machen, in Fotokursen die vielen Einstellungen der Digitalkameras verständlich näher zu bringen oder Kund:innen ins rechte Licht zu setzen – das und vieles mehr sind die Stärken des Teams von VICO!

POSTER FÜR DEIN WOHNZIMMER

im April
50%
 auf Posterdrucke
 aus unserem
 Fotolabor

- » inkl. Beratung und Bildoptimierung
- » inkl. Dateigrößencheck
- » Lieferzeit 2-5 Tage

**ALLE INFOS
 UNTER
 0431-98262 24**

AKTION IM APRIL

50% Nachlass auf Posterdrucke ab 40x50cm

Gültig für alle Standardgrößen ab 40x50cm bis 100x150cm aus unserem hauseigenen Labor bei Abgabe im April. Von Datei oder Negativ auf glänzendem oder semimatttem Papier. Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar.



Das Angebot im yoga essence studio, kurz yes, ist bunt: von offenen Klassen über Einzelunterricht bis hin zu Workshops

DIE ESSENZ DES YOGAS

Für Yoga ist der Exerzierplatz eine der besten Adressen der Stadt. Mit gut 20 Jahren Unterrichtserfahrung und viel gestalterischer Energie haben Kristin und Michael Dahlhaus hier im letzten Jahr einen bemerkenswerten Ort geschaffen: das **yoga essence studio**. In der urbanen Oase erwarten euch qualitativ hochwertiger Yogaunterricht, kraftvolle Flows in präziser Ausrichtung und Momente hoher Intensität, die in die Stille führen. Zudem werdet ihr während der Kurse genau dort abgeholt, wo ihr gerade steht.

Foto: yoga essence studio

SKINCARE MIT PERSÖNLICHER NOTE

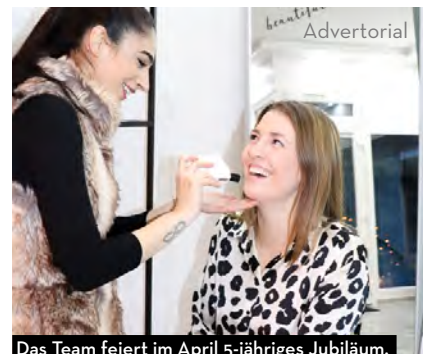
Bei WunschWimper gibts nicht nur den perfekten Augenaufschlag, sondern auch strahlende Haut – dank ganz individuellem Angebot.

Schluss mit der falschen Pflege

Standet ihr schon mal in der Drogerie vor dem Regal mit den Hautcremes und hattet keinen blassen Schimmer, was genau ihr eigentlich braucht? Dann haben wir was für euch! Bei WunschWimper gibts pflegende Naturkosmetik-Produkte von Skinmade. Die Besonderheit: Dank einer Hautanalyse direkt im Studio von Helena Derheim erfahrt ihr, welche Pflege eure Haut benötigt und mit welchen personalisierten Cremes, Seren und Cleansern ihr eure Beautyroutine optimiert.

So funktioniert

Mit einem speziellen Gerät werden bestimmte Biomarker in eurer Haut gemessen – die wichtigsten: Feuchtigkeits- und Lipidgehalt. Eine künstliche Intelligenz vergleicht die Ergebnisse mit wissenschaftlich ermittelten Idealwerten und bestimmt den aktuellen Zustand und die Be-

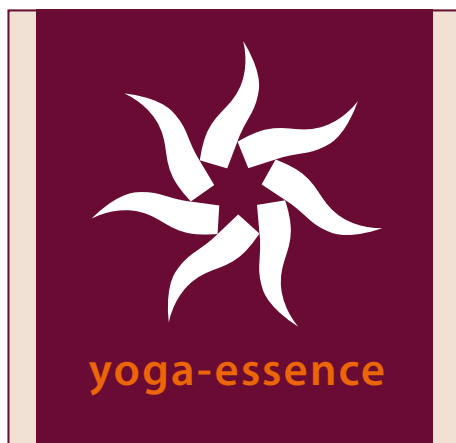


Das Team feiert im April 5-jähriges Jubiläum, haltet also Ausschau nach tollen Angeboten!

dürfnisse eurer Haut. So werden Inhaltsstoffe und Intensität der personalisierten Hautpflegeprodukte auf euch abgestimmt und frisch in Stuttgart produziert.

WunschWimper
Rathausstraße 22, Kiel
Tel.: (0177) 319 05 23
www.wunschwimper.de

Foto: Helena Derheim

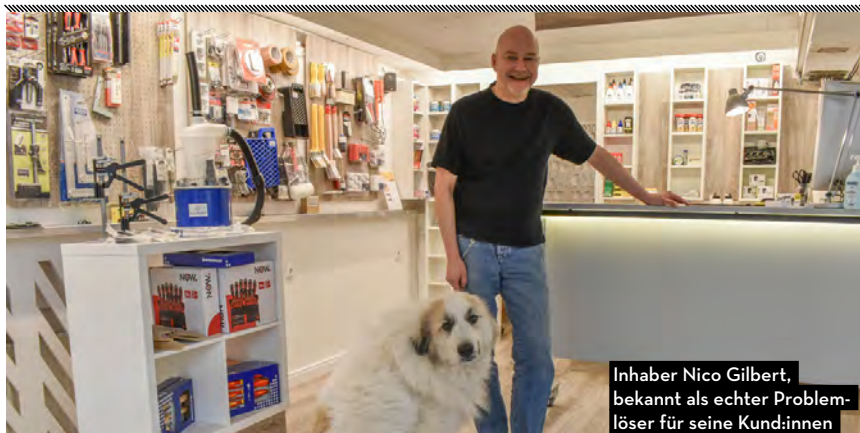


Crashkurs Neu-Einsteiger

4 Termine
Dienstag, 19.30 – 21.00 Uhr
19.04. – 10.05.2022,
Kosten 50 €

yoga-essence-studio
Exerzierplatz 9 | 24103 Kiel

yoga-essence.com



Inhaber Nico Gilbert, bekannt als echter Problemlöser für seine Kund:innen

EIN LADEN, VIER NUTZEN!

In seinem modernen Shop mit Werkstatt vereint der über 30 Jahre erfahrene Werbetechniker und Gebrauchsgrafiker Nico Gilbert seine Fähigkeiten und bietet den Kieler:innen gleich vierfach einen echten Mehrwert! Unter **DLM Werbetechnik** produziert er für Werbeagenturen, Industrie, Gewerbe und Handwerk Schilder, Folienschriften, XXL-Prints, Leuchtreklame, CNC-Gefrästes und mehr. Zudem rief

er den Quartiersversorger „Kleiner Baumarkt“ ins Leben, in dem er Eisenwaren, Werkzeuge, Lacke und Co. verkauft und dank eigener Holz-, Metall- und Kunststoffwerkstatt selbst Dinge fertigt oder repariert. Auch gibt es hier elektrische Klein- und Nutzfahrzeuge, die Elektrofrösche, zu kaufen. Und als wären das nicht schon Angebote genug, ist die Location auch noch DHL Paketshop. Ein echter Superladen!

Foto: Fritja Thiede



Arthrose-, Chiro- und Elektrotherapie, Akupunktur, Osteopathie und vieles mehr - die Liste aller Leistungen der Orthopäden Tim Schäfer und Jürgen Knepel (v. li.) ist lang

„WIR SIND HIER MITTENDRIN!“

Die Praxis für Orthopädie und Sportmedizin Knepel und Schäfer ist genau die richtige Anlaufstelle für all diejenigen mit Gelenk-, Knochen- und Muskelbeschwerden. Am Exerzierplatz 32 werden diverse orthopädische Behandlungsmethoden angeboten, am zweiten Standort im Innenhof des Exerzierplatz 20a steht sogar ein offener MRT bereit. Tim Schäfer freut sich über die Lage der Praxen: „Ich bin froh über die tolle Nachbarschaft und das kulinarische Angebot. Man kriegt hier alles, was man braucht.“ Auch sein Kollege Jürgen Knepel schätzt sich glücklich über seinen Arbeitsort: „Wir sind hier mittendrin und lieben die Stimmung rund um den Exer.“ Nicht nur die beiden Orthopäden, sondern auch ihre Patient:innen beleben die Umgebung, denn sie verbinden ihre Termine häufig mit Erledigungen, Markt- oder Cafésbesuchen.

Foto: Fajja Thiede

Advertorial

KINDERRADIOLOGIE AM EXER

In der Kinderradiologie am Offenen MRT Kiel stehen Kinder und Jugendliche, die eine radiologische Bildgebung benötigen, im Mittelpunkt. Frau Dr. Cornelia Schröder ist seit mehr als 25 Jahren in der Radiologie mit Schwerpunkt Kinderradiologie tätig und freut sich, Kindern und ängstlichen Patient:innen eine kernspintomographische Untersuchung am offenen MRT zu bieten. Wichtig sind der Kinderradiologin – abgesehen von hochwertiger Technik – Geduld und Zuwendung: „Wir nehmen uns genügend Zeit für kleine und große Patienten – dann gelingen auch bei kleinen Kindern ohne Narkose gut auswertbare Bilder.“ Eine Vergabe von zeitnahen Terminen – für Berufstätige auch abends – und eine Befundbesprechung sind selbstverständlich.

Kinder- und Jugendradiologie am Offenen MRT Kiel, Exerzierplatz 20a (Innenhof), Kiel, Tel.: (0431) 99 69 94 32



Das offene MRT ist perfekt zum unterstützenden Händchenhalten

Foto: Kinderradiologie am Offenen MRT Kiel



Praxis für Orthopädie

Dr. med. Jürgen Knepel
Dr. med. Tim Schäfer

Exerzierplatz 32
24103 Kiel

0431 . 9 17 16

OFFENER
MRT Kiel

Exerzierplatz 20a
Innenhof
24103 Kiel

0431 . 99 69 94 30

Täglich 14 - 18 Uhr, Sa. 10 - 13 Uhr
Kleiner-BAUMARKT Holz · Metall · Kunststoff
Zuschnitt und Werkstatt

Alles, was Du in der City nicht mehr kaufen kannst **PAKETSHOP**

Eisenwaren · Werkzeuge · Kleb- und Dichtstoffe · Pinsel, Rolle & Farbe · Elektromaterial
...und viel, viel mehr

ELEKTROFROSCH-Kiel.de
Elektrische Klein- und Nutzfahrzeuge

Verkauf, Service, Wartung & Ersatzteile
Zubehör aus eigener Fertigung
Umbau & Sonderanfertigung
Beschriftung / Beschilderung
Täglich 14 - 18 Uhr, Sa. 10 - 13 Uhr

DLM! seit 1998

Werbetechnik & Gebrauchsgrafik
Schilder & Lichtwerbeanlagen
3D Buchstaben / CNC-Frästechnik
XXL-Digitaldruck, Sticker, Banner
Folienbeschriftung / Sichtschutz
Messe- und Ladenausstattung

Täglich 10 - 18 Uhr, Sa. 10 - 13 Uhr
www.dlm-werbetechnik.de
Terminabsprache erbeten!

Schnelle Frage - Schnelle Antwort
Info-Telefon 0431 / 67 93 117

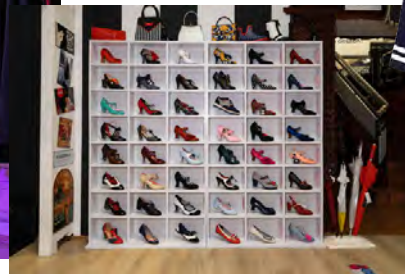
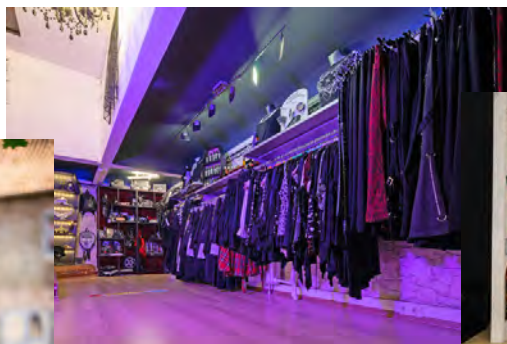
Waisenhofstraße 11 / im Hofgebäude · 24103 Kiel



OBSCENE STORE

MODE IST GESELLSCHAFT

Aus einem Termin, den unsere Redakteurin Ramona im Obscene Store abhielt, wurde unverhofft eine gemeinschaftliche Stilberatung – mit ganz viel Herz und ein wenig Obszönität ...



Der Obscene Store am Kleinen Kuhberg ist genau die richtige Adresse für alle, die nach Individualität suchen. Verschiedene Stile und unterschiedliche Epochen vereinen sich zu einem wahren Mode-Kleinod. Vom Rockabilly-Stil und Pin-up-Look über Gothic-Garderobe, punkige Accessoires und Vintagemode für Damen, Herren und sogar Kinder, gibt es hier alles, nur keine Langeweile. Dabei sind viele der Kleider absolut alltagstauglich und – angelehnt an ihren Ursprung – vielseitig kombinierbar. So könnt ihr mit einem süßen Petticoat unter dem Kleid auf einer Hochzeitsparty für Aufsehen sorgen und mit einem Jäckchen darüber und ohne Petticoat am nächsten Morgen ganz brav bei Oma auf der Couch sitzen. Genial, oder?

SCHÖN OBSZÖN

Das Motto „Sei schön – obszön“ findet sich in jedem Detail und zeigt, wie eigen, besonders und vor allem anders „obszön“ sein kann. Modeberaterin Ani erklärt, dass damit vor allem einzelne Momente im zeitlichen Kontext gemeint sind. Flapper Girls in den 1920er Jahren beispielsweise tanzten gerne Charleston. Und das ganz einfach ohne BH. In den 1950er Jahren zeigten die Damen dann plötzlich ihren Petticoat beim Tanzen. Oh, was war das obszön zur damaligen Zeit! „Das Ziel war es, ein Zeichen zu setzen und sich aus dem gesellschaftlichen Korsett zu befreien“, erzählt Ani. Mode ist eben immer auch Gesellschaft – und umgekehrt.

THE MAGIC MOMENT

Während ich mich im Obergeschoss mit spannender Subkultur-Mode vertraut mache, betritt eine Kundin den Laden. Eine junge Kielerin ist Gast auf einer Hochzeit und sucht ein Kleid. Mitarbeiterin Mia sucht gemeinsam mit ihr verschiedene Kleider aus, achtet auf Farben und Formen – und dann geschieht in der Umkleekabine plötzlich Großartiges. Dank Kleid und passendem Petticoat erlebt die junge Frau eine Verwandlung, die auch wir als Zuschauerinnen sofort fühlen. Strahlend und glücklich reißt sie den Vorhang auf, präsentiert sich selbstbewusst und stolz ob ihrer weiblichen Rundungen. Ich bin baff, die Kundin ebenfalls: sie sieht unglaublich aus in dem bunt gemusterten Kleid. „The magic moment“, ruft Ani noch und schon geht sie los, die persönliche Stilberatung. Es kommen Taschen, Schuhe und Accessoires hinzu. Wir kommentieren, wir lachen – und am Ende hat die Kundin ihr persönliches Traumkleid gefunden und wir waren irgendwie alle mit dabei.

Mit viel Herzlichkeit und genau so viel Wissen in Sachen Mode und Passformen wird hier jede:r in seiner oder ihrer Einzigartigkeit wahrgenommen und beraten. Was für ein wunderschönes (Einkaufs-)erlebnis!

Obscene Store
Kleiner Kuhberg 18-20, Kiel
Tel.: (0431) 530 37 77
www.obscene-store.de





Advertorial

VOM COPYSHOP ZUR KLEINEN DRUCKEREI

Seit Mitte der 90er ist Print seine Welt – Felix Kreißler, Inhaber von Druckart, führt kommenden Monat schon zehn Jahre den Betrieb mit seiner umfangreichen Expertise. Von Textil- bis zu Auftragsproduktionen, die Full-Service Druckerei am Exer ist die richtige Anlaufstelle. „Seit unserem Umzug hat sich einiges getan“, so der Inhaber. In den hellen Räumlichkeiten ist das Team in seinem neuen Heimathafen angekommen. Besonders den Zuwachs an Laufkundschaft schätzt Felix sehr. Kopien, Drucke, Archivierungen, Abi-Bücher oder Jahrgangshoodies sind nur ein kleiner Auszug des Produktportfolios. Im modernen SB-Service kann im Kleinformat gedruckt und gescannt werden. Großformatig können bis zu 450 Baupläne pro Tag gedruckt werden sowie Plakate, Leinwände und Fotodrucke. Wer seine Bachelorarbeit binden lassen möchte, kann auch das hier tun – Buchbindung und Weiterverarbeitung sind ein weiterer Bereich. Digitalisierung & Archivierung mit

smarten Algorithmen – hier haben sie sich eine Marktlücke geschaffen. Ihr Tintenstrahldrucker bietet im Textil-Bereich viele Möglichkeiten und einen schnellen Workflow. Die Auftragsproduktion erfolgt im hochmodernen Drucksaal in bester Qualität. Individualität und Schnelligkeit, das macht Druckart besonders. Durch automatisierte Produktionsprozesse ist das Unternehmen schneller als eine Online Druckerei, auch print on demand ist möglich. Die umfassende Beratung vor Ort gehört für Felix zum „Full Service“, der seine Druckerei ausmacht. Weitere Infos findet ihr auf der Website www.druckart.chayns.net oder ihr schaut bei Felix und seinem netten Team vorbei!

Druckart
Exerzierplatz 22-24
Tel.: (0431) 530 14 14
info@druckart-kiel.de
Mo-Fr 9 bis 18 Uhr,
Sa 9 bis 14 Uhr, So geschlossen

Felix Kreißler und seine Kollegin bei der Arbeit – jeder Druck wird erst begutachtet



Fotos: Jill Brack

RÄUMLICHER NEUANFANG FÜR KIELERLEBEN

Nach aufregenden Jahren in der Ringstraße haben wir unser altes Büro geräumt und sind zu neuen Abenteuern in unseren neuen Redaktionsräumen unterhalb des Parkhauses auf dem Gelände der Wunderino-Arena aufgebrochen. Das gesamte Team ist immer noch ganz begeistert von diesem Upgrade: moderner, heller, größer, schöner! Von nun an entstehen unsere Ideen und Texte auf insgesamt 150 Quadratmetern. Im lichtdurchfluteten Großraumbüro können wir als Team arbeiten und unsere Fragen auch mal quer durchs Büro rufen, anstatt sie – wie im Homeoffice – in den Chat zu tippen. Die zwei kleineren Glasbüros sind perfekt, um sich mal ein wenig zurückzuziehen und ganz ungestört zu arbeiten. Unser Meetingraum erlaubt gemeinsame kreative Brainstorming-Runden mit Blick auf den Exerzierplatz. Nicht zu vergessen: Die gemütliche Küche, in der wir in der Mittagspause zusammen kochen, essen und vor allem ausgiebig schnacken und lachen können. Ein kleines Highlight: Ganz oben vom Parkdeck können wir einen tollen Blick über Kiels Dächer genießen!

MITTENDRIN IM STADTGESCHEHEN

Was wir besonders an unserem neuen Arbeitsstandort schätzen, ist die Nachbarschaft. Wie cool ist es bitte, den Wochenmarkt direkt vor der Nase zu haben? Ziemlich cool, wenn ihr uns fragt! So können wir einmal in der Woche unsere Mittagspause auf den Exerzierplatz verlegen und entspannt von Stand zu Stand schlendern, dort unseren Kaffeedurst stillen und ein paar regionale Leckereien snacken. Und auch sonst überzeugt die super zentrale Lage – wo sollten wir Kiel besser erleben können als mittendrin? Wir lieben es hier und freuen uns, wenn ihr uns mal besuchen kommt. Ganz egal, ob zum kleinen Plausch zwischendurch oder einfach nur, um euch eine Ausgabe eures Lieblingsmagazins zu schnappen.

Bis bald! Eure KIELerleben-Crew



Moderner, heller, schöner, größer! Die KIELerleben-Crew liebt das neue Büro – von innen und außen!



Fotos: Finja Thiede

Relaxen nach Wahl!
der HJØRT in vielen Ausführungen:



- 3 Größen
- Fußstütze elektrisch oder mechanisch ausklappbar
- Alternativ mit Hocker
- Tellerfuß oder Drehkreuz
- In Stoff oder Leder
- Korpus bezogen oder Holz
- Beizton nach Wahl

in Stoff 889,-
in Leder 1020,-

www.moebel-brocke.de
einrichtungshaus

Brocke
exerzierplatz
kiel-city.

P direkt hinter dem Haus

EXERZIERPLATZ
SPEZIAL



Den Sessel FINESS gibt es in Leder schon ab 1069 Euro, den Hocker für 289 Euro

ENTSPANNEN MIT FINESS

Für skandinavische Designer steht stets der Mensch mit seinen sehr individuellen, verschiedenen Ansprüchen an erster Stelle. So gibt es den Relax-Sessel FINESS in über 20 verschiedenen Hölzern, bzw. Holzfarben, Ledern oder Bezugsstoffen! Auch der Korpus ist statt in Holz in Leder oder Stoff erhältlich. Beim „Stern“-Fuß gibt es die Wahl zwischen schwarz, weiß oder in Edelstahl. Falls es lieber ein Ringfuß statt Sternfuß sein soll, ist auch das möglich, denn FINESS kommt nicht weit um die halbe Welt gereist, sondern von unseren skandinavischen Nachbarn. Bei jeder Bestellung ist eine individuelle Abstimmung möglich. Ob als Sessel oder als Hocker – oder mit ausklapbarem Fußteil bietet FINESS umfassenden Komfort. Ihr Rücken wir es Ihnen danken. Unbedingt mal anschauen und probesitzen bei Möbel-Brocke am Exerzierplatz 32. www.moebel-brocke.de.

Fotos: Einrichtungshaus Brocke

AUKTIONS- & PFANDHAUS
UNKOMPLIZIERT BARGELD

FLEXIBLE FINANZEN DURCH PFANDKREDITE

Überbrückung finanzieller Engpässe ohne Verschuldung!
Diskret! Ohne Schufa-Auskunft oder Gehaltsnachweise

**GOLD | SILBER | SCHMUCK | UHREN | MÜNZEN
NOTEBOOKS | SMARTPHONES | FERNSEHER
SPIELEKONSOLEN | KAMERAS**

Exerzierplatz 8 | 24103 Kiel | Tel.: 0431 - 982 658 64
www.auktionsundpfandhaus.de



ZU WERTVOLL FÜR DIE SCHUBLADE

Viel zu häufig verstauben alte Schätze wie Schmuck, Tafelsilber oder Besteck in unseren Schubladen. Dabei lassen sich die ausgedienten Schmuckstücke dank ihres verarbeiteten Edelmetalls in bares Geld ummünzen. **Aurum Express** bietet seine Edelmetall-Dienstleistungen allen an, die ihre Bestände aus dem privaten Haushalt oder Betrieben aus Handwerk, Handel und Gewerbe auflösen wollen. Nach eingehender Prüfung mit modernster Röntgentechnik kann der Betrag innerhalb von einer Stunde bar ausgezahlt oder überwiesen werden. Wer wiederum auf der Suche nach Luxusuhren und Schmuck ist, könnte im Onlineshop von Aurum Express fündig werden. Schaut mal rein unter www.watchbroker24.eu.

Foto: Daisy-Daisy/iStock/Getty Images Plus

• KIEL damals •

DER EXERZIERPLATZ IM WANDEL DER ZEIT

Kiel hat eine bewegte Geschichte. Wir blicken zurück und zeigen, was sich im Vergleich zu früher verändert hat – und was immer noch so aussieht wie damals.



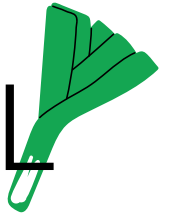
Es war an einem typisch grauen Novembertag, als der Pressefotograf Friedrich Magnussen 1957 das aufgeregte Treiben auf dem Exerzierplatz in Kiel festhielt. Wer oder was wohl die Möwen dazu veranlasst hat, sich aus der Luft hinabzustürzen? Wir können es nur vermuten, doch da sowohl heute als auch damals der Exerzierplatz DER Marktplatz Kiels war, handelt es sich mit großer Wahrscheinlichkeit um übrig gebliebene Lebensmittel. Der Exerzierplatz, auch liebevoll und kurz „Exer“ genannt, wurde von 1744 bis 1846 von dänischen und deutschen Garnisonstruppen zum Exerzieren genutzt. Seit 1904 befindet sich hier der Wochenmarkt, der zuvor in der Altstadt abgehalten wurde.

Das aktuelle Foto ist im sonnigen März 2022 entstanden. Der Exer ist heute noch immer Marktplatz für die am Mittwoch und Samstag stattfindenden Wochenmärkte. Doch er ist noch mehr: Parkplatz, Eventbereich, beliebter Treffpunkt für Demonstrationen und mittlerweile auch unser neues Zuhause, sind wir doch kürzlich mit dem Büro der KIELerleben hierhergezogen. Die alten Holzkarren jedoch sind verschwunden und modernen Marktständen gewichen, an denen frisches Obst, Gemüse, aber auch der beste Kaffee der Stadt verkauft wird. Und das emsige Treiben bringt sogar die Norddeutschen dazu, sich hier am Markttag mehr als ein knappes „Moin“ zuzurufen. Nur die Möwen, die haben sich nicht verändert. Die sind gierig und diebisch wie eh und je.



WOCHENMARKT AUF DEM EXER

FRISCH UND REGIONAL



Wenn der Wochenmarkt seine Stände öffnet, zieht es zahlreiche Kieler:innen auf den Exerzierplatz. Ob zum gemütlichen Marktfrühstück, zur Klatsch-und-Tratsch-Runde mit den Liebsten oder zum Erledigen des Wocheneinkaufs – hier stoßt ihr auf gelassene Stimmung, findet allerlei frische Lebensmittel und die schönsten Pflanzen aus der Kieler Region. Wir stellen euch einige der rund 100 Händler:innen und ihr Angebot vor!

Immer
mittwochs und
samstags von
8 bis 13 Uhr



BIO-HOFSCHLACHTEREI MUHS LANGE TRADITION AUF DEM EXER



„Mach' lieber weniger und mach' es dafür gut!“ – das ist das Motto der Familie Muhs, die mit ihrer Hofschlachterei bereits seit 100 Jahren frische Fleischspezialitäten auf dem Exerzierplatz anbietet. Schon im Jahr 1923 fuhr der Urgroßvater von Jana Lena und Elisa mit Pferd und Wagen zum Wochenmarkt auf den Exer, um Schinken und Mettwurst aus eigener Schlachtung zu verkaufen. Langsam aber stetig wuchs der Betrieb heran und wird heute in vierter Generation weitergeführt. Seit 1992 arbeitet der Familienbetrieb ausschließlich nach Bio-Richtlinien: Von der Landwirtschaft mit Ackerbau und Tierhaltung bis zur Hofschlachterei mit Produktion und Verkauf. 15 Mitarbeiter:innen tragen die Philosophie des Traditionsunternehmens weiter, welches für hochwertige tierische Produkte aus der eigenen Haltung auf dem Hof sowie weiteren Bio-Partnerbetrieben aus der direkten Umgebung steht. Auf einen Zukauf von Fleisch oder Wurst verzichtet die **Hofschlachterei Muhs** gänzlich.

Bis zu 70 Prozent findet über die Direktvermarktung auf den Wochenmärkten statt. Hier bietet die Familie allerlei Probsteier Spezialitäten an, allen voran die Bauernmettwurst sowie gelegentlich neue Kreationen vom Rind, Schwein oder Lamm. Darüber hinaus ist das

Foto: Finja Thiede



Jana Lena und Elisa Muhs (v. l.) freuen sich über euren Besuch

Gesamtkonzept des Hofes auf einen ganzheitlichen Umgang mit der Natur ausgerichtet: Familie Muhs führt so eine Bio-Landwirtschaft und eine Bio-Hofschlachterei nach diesem Grundsatz sowie einen Bauernhofkindergarten, in dem 18 Kinder jeden Tag mit allen Sinnen erleben, was Landwirtschaft und Lebensmittelherstellung bedeuten. **Bio-Hofschlachterei Muhs, Im Dorfe 4, Krummbek, Tel.: (04344) 12 78, www.biohof-muhs.de**

Biohof Muhs in Krummbek

100% Biofleisch aus eigener Schlachtung vom Rind, Schwein und Lamm.

Vom zarten Steak bis zum saftigen Braten.

Vom Wiener Würstchen bis zum milden Katenschinken.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Auf dem Hof:

Dienstag: 09:00-13:00

Freitag: 14:30-18:00

Exerzierplatz Kiel:

Mittwoch 07:00-13:00

Samstag 07:00-13:00

Schönberger Wochenmarkt:

Donnerstag: 08:00-13:00

Plöner Wochenmarkt:

Freitag 08:00-13:00

www.biohof-muhs.de

**Lust, unser Team zu unterstützen?
Bewerben Sie sich jetzt:**

info@biohof-muhs.de





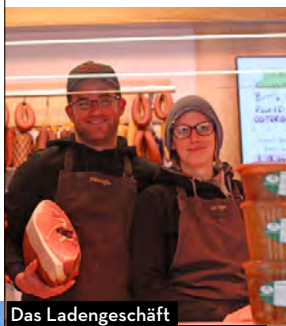
Schon seit 1928 wirft das traditionsreiche Familienunternehmen sein Netz nach köstlichen Spezialitäten aus dem Wasser

Foto: Lillie Sell

DELIKATESSEN AUS DEM MEER

Genauso familiär wie auf dem Kieler Wochenmarkt geht es bei Keste Meeresdelikatessen zu. Das Familienunternehmen wird nun schon in vierter Generation geführt und lockt an seinem Stand auf dem Exerzierplatz mit frischer Ware: täglich gelieferter Fisch aus Hamburg und Dänemark, selbst geräucherter Lachs und von Hand hergestellte Salate und Marinaden aus der hauseigenen Delikatessenmanufaktur. Dabei wird gänzlich auf Geschmacksverstärker und Konservierungsstoffe verzichtet. Und nicht nur Fischliebhaber:innen kommen hier auf ihre Kosten, denn neben den Leckereien aus dem Meer gibt es auch hausgemachte Remoulade und Aioli sowie Kartoffelsalat – aus rein frischen Zutaten aus der Region.

Keste Meeresdelikatessen, Kornstieg 20, Neumünster, Tel.: (04321) 60 25 57, www.keste.de



Das Ladengeschäft der Steffens findet ihr auch in der Holtenauer Straße

FEINHEIMISCH REGIONAL

An jedem Samstag- und Mittwochmorgen heißt es auch für Familie Steffens: „Morgenstund hat Gold im Mund“. Dann steht auch der Verkaufsstand der Fleischerei Steffens auf dem Wochenmarkt des Exerzierplatzes bereit, um euch aus der eigenen Tierhaltung und Schlachtereier alles anzubieten, was das Fleisch-Herz begehrt. Übrigens bietet Hof Steffens die frischen Fleischwaren neben dem Stand auf dem Wochenmarkt in weiteren Ladengeschäften in Heikendorf, Lütjenburg, Preetz und in Kiel an. In der Holtenauer-Straße 134 in Kiel freut sich das Team der Steffens über euren Besuch. Fleisch und Wurst, wie der beliebte hausgemachte Schinken sind nicht die einzigen Spezialitäten, die den Ladentresen verlassen: Hier versorgt euch der Koch mit feinsten Gerichten aus der Region.

Steffens Fleischerei Kiel, Holtenauer Straße 132, Tel.: (0431) 88 85 73 80, www.steffen-muxall.de

Foto: KIELerleben

WURST VON BESTER QUALITÄT

Am Stand des 1984 gegründeten Familienunternehmens Bordesholmer Wurstspezialitäten bekommt ihr alle Aufschnitte, die Herz und Magen begehren – Wurst, Schinken, Räucherware, Luftgetrocknetes, aber auch selbstgemachte Salate nach altem Familienrezept. Das Fleisch bezieht das Unternehmen teils international aus Italien und Frankreich, teils aus Bordsesholm und Umland. Für Inhaber Stefan Wegener steht fest, was seine Liebe zum Markt ausmacht: „Das Publikum. Der Mix aller gesellschaftlichen Schichten und Altersklassen, die Möglichkeit, Menschen zu beraten und ihnen auch mal ein Rezept zur Ware zu erzählen.“ Wer also neben leckerer Wurst auch auf nach herzlicher Beratung und Zubereitungstipps sucht, ist hier genau richtig!

Bordesholmer Wurstspezialitäten

Tel.: (04321) 93 96 80

Kein rohes, dafür aber verdeltes Fleisch bekommt ihr am Stand der Bordesholmer Wurstspezialitäten



Wer hier einkauft, bekommt zum frischen Fisch noch eine Runde Schnacken und richtig gute Laune gratis dazu

Foto: Finja Thiede

FANGFRISCHER FISCH & KLÖNSCHNACK

Wer fangfrischen Fisch sucht, wird bei Matjes Lange auf den Wochenmärkten in Kiel und Umgebung fündig! Die Fische stammen möglichst von hiesigen Kuttern sowie aus Dänemark und Norwegen. Neben der Frische wird bei Matjes Lange großer Wert auf Handarbeit gelegt. So werden die meisten Fische per Hand filetiert, der Matjes selbst eingelegt, die Salate in der eigenen Manufaktur produziert und die Räucherware täglich eigenhändig geräuchert. Das Sortiment kann sich also sehen – und schmecken – lassen! Fischhändler Jörg Lange liebt das Marktleben: „Ich kann mit den Leuten schnacken, bekomme hier gesundes Essen in frischester Qualität und bin ständig an der frischen Luft!“

Matjes Lange, Hobelring 3-5, Heikendorf, Tel.: (0431) 729 78 00, www.matjes-lange.de





Ida Walter und Kerstin Richter (v. li.) genießen die Marktatmosphäre - vor allem samstags, wenn es besonders viele Kieler:innen auf den Exer zieht

Foto: Finja Thiede

REGIONAL & SAISONAL

Das Familienunternehmen botanica ist stets auf dem Wochenmarkt vertreten und sorgt mit seiner Blumenpracht für strahlend bunte Farben. Bei dem tollen Sortiment, liebevoller Beratung und einem gemütlichen Schnack lässt die gute Laune nicht lang auf sich warten, versprochen! Der Großteil der angebotenen Pflanzen stammt aus eigener Produktion aus den über 2.000 Quadratmeter großen Gewächshäusern in Groß Nordsee. So ist der Einkauf am Stand von botanica nicht nur regional, sondern passt auch immer zur Saison. Aktuell sind die Frühjahrsblüher dran: Mit Hornveilchen, Stiefmütterchen, Bellis, Ranunkeln, Vergissmeinnicht, Primeln und natürlich Schnitttulpen holt ihr euch den Frühling ganz einfach nach Hause.

botanica, Alte Dorfstraße 8, Groß Nordsee
Tel.: (04340) 98 26, www.botanica.sh

4 TIPPS FÜR DEN WOCHENMARKT

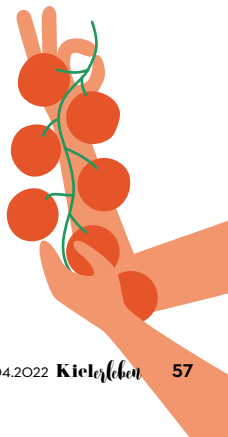
1. Der frühe Vogel fängt den Wurm ... oder besser das saftigste Obst und den frischesten Kaffee - ohne lange Warteschlangen. Früh aufstehen lohnt sich also, ganz besonders in den kommenden Frühlingsmonaten, wenn die ersten Sonnenstrahlen euch wach küssen.

2. „Ähm, was brauche ich nochmal?“ Damit ihr euch beim Einkaufen nicht den Kopf zerbricht, was denn gerade im Kühlschrank fehlt, gilt auch auf dem Markt: Einkaufsliste nicht vergessen. Natürlich darf in eurer Tasche aber auch die eine oder andere Leckerei landen, die euch spontan ins Auge springt.

3. Verpackungsmüll? Nein danke! Nachhaltigkeit geht auf dem Wochenmarkt ganz leicht. Bringt einfach eure eigenen Taschen

und Tupperdosen mit und vermeidet so unnötiges Plastik.

4. „Entschuldigen Sie ...?“ An den Ständen steht immer jemand parat, um euch Fragen zu beantworten. Was hat Saison? Wie bereite ich etwas zu? Gibts hier Bio? Was schmeckt wozu? Die Händler:innen wissen alles über ihre Waren und freuen sich, dieses Wissen mit euch zu teilen. Also: einfach drauf los fragen!



CAVALLUNA
PASSION FOR HORSES

EUROPAS BELIEBTESTE PFERDESHOW IST ZURÜCK!

LEGENDE DER WÜSTE

07. - 08.05.2022 Kiel
Wunderino Arena

www.cavalluna.com

RTL Bildzeitung Pferd & Co. Pferd Tiere EQUUS EQUUS stippolyt

IMMER FRISCH & REGIONAL

SCHLESWIG-HOLSTEINS HAUPTSTADTMAGAZIN

Kielerleben

APRIL 2022 GRATIS

ENDLICH FRÜHLING
Gärtnern, radeln und genießen
Kiel Frühlingszeit ist anstrengend!
RUND UM DEN EXER
Die schönsten Läden und ein Bummel über den Markt

Häschen hüpf!

Beste Brunch-Rezepte und kreative Ei-Catcher für die perfekte Ostertafel • Ausflug

GRATIS erhältlich an allen Auslagestellen in der Stadt und in unserem neuen Büro am **Exerzierplatz 3**

mm



Ozan Atalay, Qiaoyi Dai, Liqing Zhang, Gustavo Maury, Xiaoxue Wang (v. l.) haben herausgefunden, bei welchem Arbeitsschritt des Kochens die meiste Energie verloren geht



ERSTER PLATZ FÜR KIELER INDUSTRIEDESIGN-STUDIERENDE SIEMENS DESIGN AWARD

Wegen ihres nachhaltigen Küchenkonzepts „Zero Emission – Circular Steam“ sind diese fünf Industriedesign-Studierende der Muthesius Kunsthochschule mit dem ersten Preis des Siemens Design Awards ausgezeichnet worden.

Ihre Idee könnte das Kochen in Zukunft revolutionieren: Dampf und Hitze beim Kochen sparen und die einmal verwendete Energie nutzen, um weitere Gerichte zubereiten. Was nach einer innovativen und nachhaltigen Alltagsprozedur klingt, ist auch genau so gemeint. „Der Siemens Award bestätigt uns in unserem Bestreben, Produkte des täglichen Gebrauchs nicht nur hinsichtlich ihres Designs zu optimieren, sondern auch großen Wert auf Aspekte wie Nachhaltigkeit und Energieeffizienz zu legen“, sagt Ozan Atalay im Namen seines Teams. Der Masterstudent des Industriedesigns hat gemeinsam mit seinen Kommiliton:innen das Konzept Zero Emission – Circular Steam entwickelt. Und das kam auch bei der Jury an.

KOCHEN NEU GEDACHT

Sonja Schiefer, Jurymitglied und Head of Design bei Siemens Hausgeräte, erklärte bei der Preisverleihung: „Als Jury mochten wir besonders die Art, wie Zero Emission ganz neu mit dem Dampf umgeht. Es ist ein sehr innovativer Weg, die generierte Energie wiederzuverwenden und den Kochvorgang im Kreislauf zu denken“, sagte sie. Dass die beiden wichtigen Aspekte Klima und Gesundheit dabei vereint würden, habe die Jury überzeugt. Auch Dr. Arne Zerbst, Präsident der Muthesius Kunsthochschule, sagt: „Der Siemens Design Award betont: Es ist richtig, mit Design neu über die Welt und über unser Verhältnis zur Welt nachzudenken. Für die Muthesius Kunsthochschule ist diese Auszeichnung erneut ein wunderbares Signal, dass die Designwelt nach Kiel schaut. Wir freuen uns sehr mit unseren erfolgreichen Studierenden.“

ENTWICKLUNGSGEIST AUF HOHEM NIVEAU

Seit Beginn des Wintersemesters haben sich 40 Master-Studierende im Interface Design und im Medical Design an der Muthesius Kunsthochschule auf Einladung von Siemens in Teamarbeit mit

ihren Wettbewerbsbeiträgen befasst. Ihr Ziel: ein zukunftsweisendes und zugleich ressourcenschonendes Designkonzept für die Welt von morgen zu entwickeln, das im Kontext von Küche und Haushaltsgeräten steht. Betreut haben die Professoren Frank Jacob und Detlef Rhein die insgesamt acht Konzepte. „Der große Erfolg von Zero Emission begeistert uns sehr. Dass wir den ersten Platz belegen, freut uns umso mehr, seit wir bei der Preisverleihung gesehen haben, welch hohes Niveau auch all die anderen Projekte haben“, sagt Detlef Rhein.

15.000 Euro haben Ozan und sein Team für ihr Konzept gewonnen. So hoch ist die Auszeichnung des Siemens Design Awards dotiert. Dies Geld könnte in die Entwicklung eines Prototyps fließen, der in naher Zukunft vielleicht in Serie produziert und die Umwelt bei unserem täglichen Tun schont.

KIELER KUNSTHOCHSCHULE GLEICH ZWEIMAL VERTRETEN

Die Muthesius Kunsthochschule war mit gleich zwei Projekten unter den zehn Finalist:innen des Wettbewerbs vertreten: „Carbon capture – from fresh to fresh“ heißt das andere Kieler Konzept, das die Industriedesign-Studierenden John Hayden, Feidi Hu, Kalina Kondeva, Erik Mantz-Hansen und Paul Ullrich entwickelt haben. Die Idee: Ein mit CO₂-angereichertes Aufbewahrungssystem lässt Obst und Gemüse länger frisch bleiben.

ÜBER DEN SIEMENS DESIGN AWARD

Der Siemens Design Award ist 2016 mit dem Ziel ins Leben gerufen worden, Nachwuchstalente und deren Produktinnovationen sowie vielversprechende Geschäftsmodelle auszuwählen und zu fördern. Weitere Informationen zum Siemens Home Appliances Design Award unter www.siemens-home.bsh-group.com/designaward.

DER WEG ZUM MEISTER

Die Meisterprüfung ist Voraussetzung für die Selbstständigkeit in 53 zulassungspflichtigen Handwerken. Aber auch in den zulassungsfreien Handwerken eröffnet eine Meisterqualifikation den besten Weg in die Selbstständigkeit und viele Möglichkeiten für den Aufstieg zur Führungskraft im Handwerk und in anderen Wirtschaftsbereichen. Die Vorbereitung auf die Meisterprüfung gibt euch das nötige Rüstzeug einen Handwerksbetrieb zu führen und Lehrlinge auszubilden. Der Meisterbrief ist ein Beleg für besondere Qualifikation

und legt das betriebswirtschaftliche Fundament für eine Existenzgründung. Wie ihr zum Meister werdet?

Direkt nach eurer Gesellenprüfung könnt ihr mit der Meisterprüfung beginnen, wenn ihr den Gesellenbrief in dem Handwerk in den Händen haltet, in welchem ihr auch die Meisterprüfung ablegen möchtet. Die Meisterausbildung umfasst vier Teile, die unabhängig voneinander absolviert werden können und an die sich jeweils eine Prüfung anschließt:

- Teil I: Fachpraxis
- Teil II: Fachtheorie
- Teil III: Wirtschaftliche und rechtliche Grundlagen
- Teil IV: Berufs- und Arbeitspädagogik

Nach erfolgreichem Abschluss aller vier Teile ist die Meisterprüfung bestanden. Weitere Informationen erhaltet ihr auf der Homepage der Kreishandwerkerschaft Mittelholstein unter www.handwerk-mittelholstein.de.

Foto: milanirjetic/iStock/Getty Images Plus



OPEN SHIP AN DER LERNWERFT

Die Lernwerft Kiel lädt für Freitag, den 29. April, alle interessierten Kinder und Familien zum traditionellen „Open Ship“ ein. Die Lernwerft ist eine Schule in privater Trägerschaft und die erste in Kiel, die auf dem Prinzip des Club of Rome aufbaut. Die individuelle Bildung der eigenen Person, immer angebunden an ein Bewusstsein für Natur und Umwelt, steht im Zentrum der pädagogischen Arbeit an der Lernwerft („Think global, act local“). Am 29. April öffnet die Lernwerft ihre Türen und lädt euch herzlich ein, die Schule in Friedrichsort kennenzulernen. Es wird Informationsmöglichkeiten zum Bildungsangebot geben und ihr habt bei verschiedenen kleinen Aktionen die Gelegenheit, mit Lehrkräften und Schüler:innen ins Gespräch zu kommen. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt. Stattfinden wird das „Open Ship“ am Standort der Kleinen Lernwerft, An der Schanze 32, in Kiel-Friedrichsort in der Zeit von 14 bis 17 Uhr. Die dann geltenden Hygienevorschriften sind selbstverständlich einzuhalten. Das Team der Lernwerft freut sich auf viele interessierte Besucher:innen! Weitere Hinweise findet ihr auf www.lernwerft.de.

Fotos: Lernwerft



DIE LERNWERFT
NIMMT NOCH
ANMELDUNGEN
FÜR DIE 5. KLASSE
ENTGEGEN!



Meistervorbereitungslehrgang Teil III und IV im Handwerk

Die Kreishandwerkerschaft Mittelholstein führt wieder einen Vorbereitungslehrgang auf die Prüfung der Teile III und IV der Meisterprüfung im Handwerk durch. Dieser berufsbegleitende Lehrgang richtet sich an Gesellinnen und Gesellen aller Handwerke und beinhaltet die intensive Vorbereitung auf die Prüfung der wirtschaftlichen und rechtlichen Kenntnisse (Teil III), sowie des berufs- und arbeitspädagogischen Fachwissens (Teil IV) der Meisterprüfung (Berechtigung zur Ausbildung).

• Teil III: Kaufmännischer Teil (Wirtschaftslehre, Buchführung etc.)

22.08.2022 – 11.05.2023

• Teil IV: Arbeits- und Berufspädagogik Ausbildereignungsprüfung

04.09.2023 – 21.12.2023

* Teilnahme auch nur an Teil III oder IV möglich – Förderung d. Aufstiegs-Bafög.

Der Unterricht findet i.d.R. jeweils am Montag und Donnerstag in der Zeit von 18.00 - 21.15 Uhr statt. Beide Lehrgangsteile dauern insgesamt ca. 14 Monate. In den Ferienzeiten findet kein Unterricht statt.

Die erfolgreich abgelegte Meisterprüfung (Teile I – IV) berechtigt zur selbstständigen Ausübung eines Handwerks sowie zur Ausbildung von Lehrlingen und stellt nach wie vor den einzigen, bundesweit anerkannten Qualifikationsnachweis im Handwerk dar.

Informationen und Anmeldeunterlagen:

Kreishandwerkerschaft Mittelholstein,
Wasbeker Str. 351, 24537 Neumünster
Tel. 0 43 21 / 60 88 10,
Fax 0 43 21 / 60 88 33

Weitere Informationen finden Sie auch unter: www.handwerk-mittelholstein.de



WENN DER Funke SOFORT ÜBERSPRINGT

Vier Jahre lang lässt sich Lars Wolf in der Schmiede von Kurt Lange in Bredeneek zum Metallbauer mit dem Schwerpunkt Gestaltung ausbilden. Wir durften ihm einen Tag lang über die Schulter schauen.

Lars Wolf ist von der abwechslungsreichen Ausbildung zum Metallbauer begeistert



Eine hübsche Eingangspforte oder ein detailreich verziertes Gartentor werten so manches Grundstück auf. Was viele jedoch nicht wissen: Hier wurde mit ruhiger Hand, kreativem Gespür und dem gewissen Sinn für das Ästhetische ein echter Hingucker des Alltags gefertigt. Dafür ist die Fertigkeit des Metallschmiedens verantwortlich.

ARBEIT JENSEITS DES SCHREIBTISCHES

Nach einer kurzen Recherche über den Beruf zum Metallbauer und einem zweiwöchigen Praktikum in der kleinen Schmiede von Kurt Lange in Bredeneek fiel Lars Wolf die Entscheidung leicht: Sein Ziel, einen Ausbildungsberuf in einem Betrieb zu finden, der ihn kreativ werden lässt und bei dem er nicht den ganzen Tag am Schreibtisch verbringen muss, war erfüllt. Buchstäblich ist der Funke während dieser Zeit auf den 22-Jährigen übergesprungen. „Was mir besonders gefällt, ist die Vielseitigkeit an diesem Beruf“, sagt der Auszubildende im zweiten Lehrjahr über seine Berufung.

NICHT NUR SCHWEISSEN, HÄMMERN, FLEXEN

Die Auszubildenden in diesem Beruf lernen nicht nur das typische Schweißen, Bohren, Hämmern und Flexen der Branche, sondern dürfen sich darüber hinaus selbstgestalterisch und kreativ ausleben. Neben Metall kommen zum Beispiel auch andere Materialien wie Holz zum Einsatz. Besonders gefällt Lars das Basteln an einem Projekt, bei dem etwas mehr Gehirnschmalz nötig ist: Schöne Verzierungen am Metall oder ein goldener Knauf sind die eine Sache – dass es auch darum geht den Schließmechanismus als kompliziertestes Teil eines Tores gekonnt zu verbergen, wissen allerdings nur die Wenigsten. Diesen selbst zu entwerfen



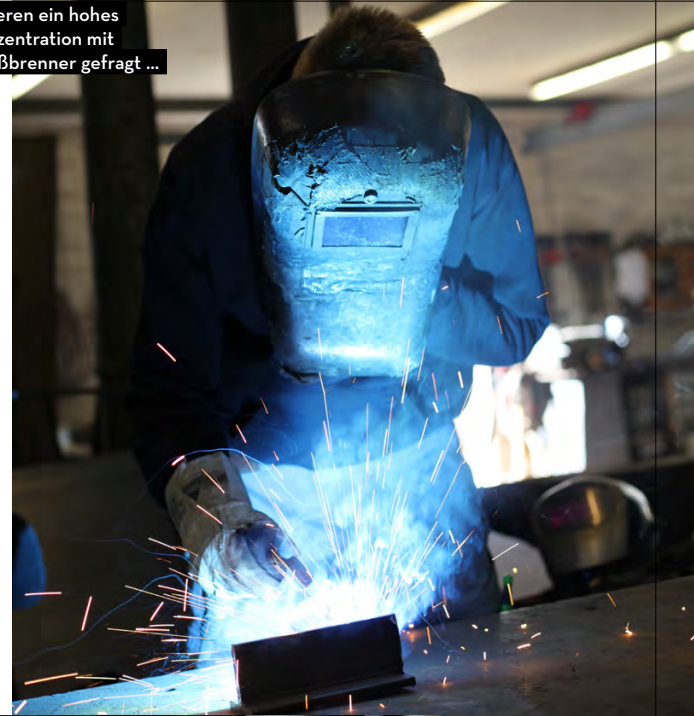
Die Arbeit am offenen Feuer ist für den Metallschmied in spe selbstverständlich



Während die Arbeit an manchen Tagen einen hohen Kraftaufwand fordert ...

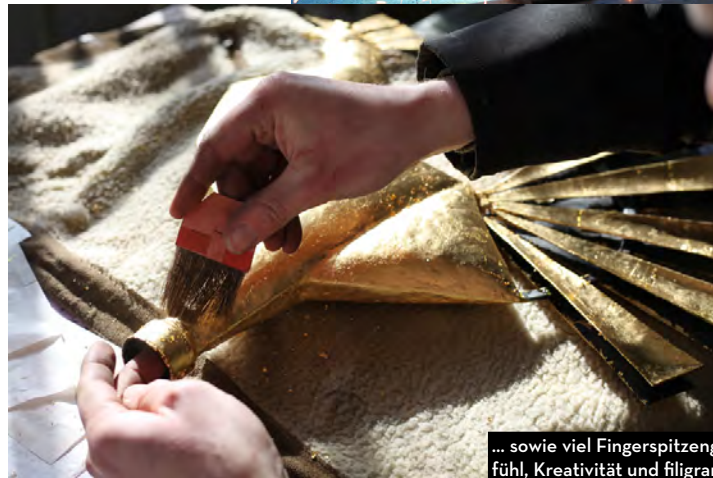
... ist an anderen ein hohes Maß an Konzentration mit dem Schweißbrenner gefragt ...

„Gerade für die Lehrlinge, die nicht den ganzen Tag in der Schmiede stehen, ist die Schule eine wichtige Ergänzung zum Berufsalltag“



und anzufertigen, gehört selbstverständlich zu Lars' Ausbildung dazu.

Neben ihm arbeiten noch zwei weitere Lehrlinge, ein Geselle und ein Meister in dem 1985 gegründeten Betrieb. In der Schmiede fertigen sie größtenteils Auftragsarbeiten an, wie Türen, Fenster, Schaukästen oder Gartentore und -zäune. Die Palette an Meisterstücken ist breit gefächert und jedes Stück oft einzigartig und besonders.



... sowie viel Fingerspitzengefühl, Kreativität und filigrane Handarbeit

VERANTWORTUNG VON BEGINN AN

Für Lars Wolf gibt es keine alltäglichen Aufgaben im engeren Sinne. Da an jedem Tag und in jeder Woche neue Projekte anstehen, müssen sich die Lehrlinge täglich neu auf die Arbeit einstellen und sich mit dem Stück vertraut machen, an dem sie zur Zeit arbeiten. Dabei sind alle Azubis untereinander gleichgestellt, eine Hierarchie gibt es nicht. „Es ist nicht so, dass der Lehrling im ersten Lehrjahr nur putzen darf oder ähnliches; das wird je nach Kapazität aufgeteilt.“

WO GESCHWEISST WIRD ...

... fliegen Funken – gerade mit einer Flex. Bei der Arbeit mit dieser bleiben kleinere Verletzungen nicht aus, „aber das ist Berufsrisiko“, sagt Lars Wolf. Die Arbeit ist im Sommer nicht nur durch das Feuer schweißtreibend, auch die passende Arbeitskleidung treibt die Schweißperlen auf die Stirn der

Metallbauer:innen. Die ist nötig, um die sprühenden Funken der Flex vor der Kleidung zu schützen. Für Lars allerdings ein hinnehmbarer Nachteil seines Berufes, der ihm den Spaß an der Arbeit nicht nimmt.

DIE BERUFSSCHULE

Wie so viele Ausbildungsberufe hat auch jener des Metallbauers einen Theorieteil. Dieser wird Lars Wolf in Schulblöcken und Lehrgängen vermittelt. Fächer wie Mathe, Technisches Zeichnen und Technik (Fachkunde) tragen zu einem Verständnis der Lehrlinge für die chemische Zusammensetzungen von Materialien und Werkstoffen oder den richtigen Umgang mit Maschinen bei. Und nur zu Info: Wer eine abgeschlossene Hochschulreife hat, oder bereits eine

abgeschlossene Ausbildung besitzt, kann die Ausbildung auch um ein Jahr verkürzen! Das kann bei vier Ausbildungsjahren ein weiterer Vorteil sein.

Nach der Ausbildung bieten sich Lars Wolf viele Möglichkeiten: Ob er sich weiterbildet, seinen Meister macht und als Metallbauer, Schlosser, Schweißer oder Bildhauer selbstständig wird, nochmal studiert oder doch komplett in eine andere Richtung geht – Lars steht die Welt der handwerklichen Berufe offen. Sein Traum geht momentan jedoch in eine andere Richtung: „Ich habe noch keine konkreten Pläne für die Zeit nach der Ausbildung, aber ein Studium oder eine Weiterbildung zum Meister sind für mich denkbar.“

Von Kristina Kröger

Mediaberater:in/Sales-Mitarbeiter:in

Verkaufstalent gesucht



Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n **Mediaberater:in/Sales-Mitarbeiter:in** für unsere Regionalmedien KIELerleben, RENDSBURGERleben, KIELnachhaltig, FIETE und Lebensart im Norden sowie Online für unseren Förde-Fräulein-Blog, die facebook- und Instagram-Accounts. Arbeite remote, im Homeoffice und in unseren Büroräumen in der Kieler Innenstadt. Bewerbungsschluss ist der 30. April 2022.

Deine Qualifikationen:

- Vertriebsstärke und Kommunikationsgeschick
- Leidenschaft für Schleswig-Holstein
- Selbstständige, strukturierte Arbeitsweise
- Teamgeist und Kommunikationsstärke
- Gepflegtes und sympathisches Auftreten
- Hohes Maß an Serviceorientierung

Deine Aufgaben

- Akquisition von Neukunden
- Ausbau des bestehenden Kundenstamms
- Persönliche Beratung und Betreuung
- Entwicklung von maßgeschneiderten Marketingkonzepten und Online-Kampagnen in Print und Online
- Implementieren neuer Produkte/Werbeformen
- Marktbeobachtung und Konkurrenzanalysen
- Zusammenarbeit mit der Redaktion und Grafik

Findest du dich in der Beschreibung wieder?

Dann bewirb dich noch heute bei uns:
bewerbung@falkemedia.de

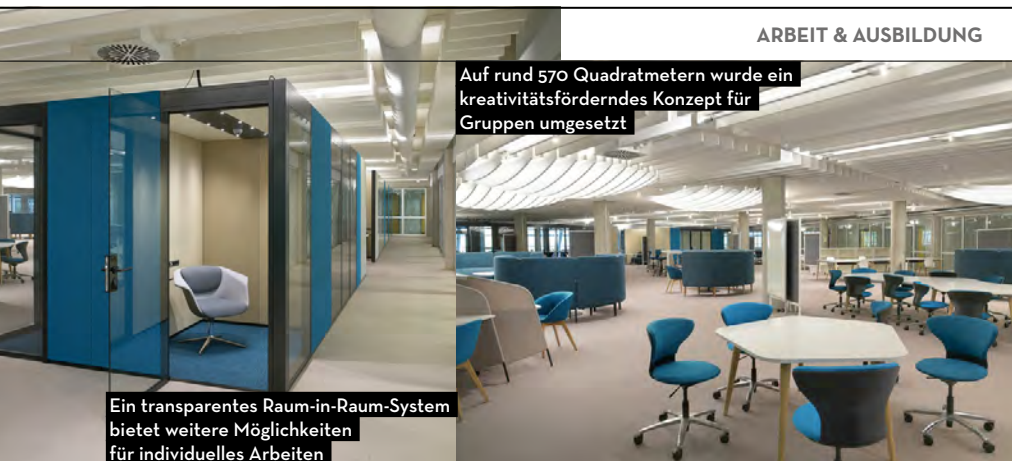
Du hast Fragen?

Friederike Ewers
Tel. (0431) 200 766 00



Informiere dich gern über weitere Job- und Ausbildungsangebote bei falkemedia unter www.falkemedia.de/karriere





Auf rund 570 Quadratmetern wurde ein kreativitätsförderndes Konzept für Gruppen umgesetzt

Ein transparentes Raum-in-Raum-System bietet weitere Möglichkeiten für individuelles Arbeiten

UNIBIBLIOTHEK KIEL NEUE LERN- UND KREATIVFLÄCHEN

Die Uni Kiel schafft weitere moderne Arbeitsplätze für Studierende – wir haben uns die neuen Kreativflächen mal angesehen.

Offen, interdisziplinär, vernetzt – unter diesem Leitgedanken wurde das dritte Segment der Universitätsbibliothek der CAU gemeinsam mit der Gebäudemanagement Schleswig-Holstein AöR (GMSH) in den vergangenen acht Monaten umgestaltet und modernisiert. Ab 4. April soll auf den 1.955 Quadratmetern wieder gelernt, geforscht und auch digital gelehrt werden – mit mehr Möglichkeiten für Austausch, Kreativität und multimediales Arbeiten.

Die Umgestaltung des Bibliotheksbereichs reiht sich ein in die umfangreiche Modernisierung und Weiterentwicklung des Kieler Universitätscampus, betont CAU-Vizepräsident Professor Markus Hundt: „Unsere Studierenden wünschen sich schon lange mehr Raum für das Lernen, Arbeiten und Miteinander auf dem Campus. Aber auch für die veränderten Ansprüche in der Lehre brauchen wir flexibel nutzbare Flächen. Hier in dem traditionell zentralen Lernort an der Universität schaffen wir jetzt diese Lern- und Arbeitswelten!“

Neu: Forschungsleseraum, Raum-in-Raum-System, Gruppenarbeitsräume sowie Einzelarbeitskabinen



Als zentraler Lernort auf dem Campus bietet der umgebaute Bereich im Erdgeschoss der Zentralbibliothek ein großes, zusammenhängendes Areal mit über 300 Plätzen für Gruppen- und Einzelarbeit sowie Präsentationen. Damit es ein ruhiger Lernbereich bleibt, wurde eine besondere Deckenkonstruktion eingerichtet. „In einer Bauzeit von nur acht Monaten ist es dem interdisziplinären Team der GMSH gelungen, neue Arbeits- und Lernwelten mit 1.500 Quadratmeter Teppich, 900 Quadratmeter Baffeldecken, 235 neuen Leuchten und zahlreichen Besprechungsboxen zu errichten“, so Stephan Rein, Fachbereichsleiter vom Team Hochschulen der GMSH.

Bibliotheksdirektorin Dr. Kerstin Helmkamp freut es besonders, dass der neu gestaltete Bereich pünktlich zum Vorlesungsbeginn geöffnet werden kann: „Offenheit und Vielfalt prägen die neuen Räume, hinsichtlich ihrer Arbeitsumgebungen, der Einrichtung ebenso hinsichtlich ihrer Nutzungsmöglichkeiten. Das Herzstück des Segments bildet das digitale Lernlabor: ein moderner Raum, der technische Ressourcen und Software bereitstellt und zur Stärkung der digitalen Transformation in der Lehre beiträgt. Als physischer Lernort unterstützt es forschungsorientierte Lehr-Lernformate. Studierende erhalten die Ressourcen um Forschung verstehen, üben und selbst durchführen zu können.“

Noch mehr Infos und weitere Bilder unter www.uni-kiel.de.



Baufinanzierung

Welche Laufzeit hat ein Dromedarlehen?

Wir beantworten auch ungewöhnliche Fragen rund um Ihre Baufinanzierung.

Persönliche Budgetberatung:
Jetzt Termin vereinbaren!



Ihre Finanzierungsberater vor Ort



Holger Paasch
Dipl.-Betriebswirt (FH)



Oliver Arp

Holstenstraße 14-16
24103 Kiel

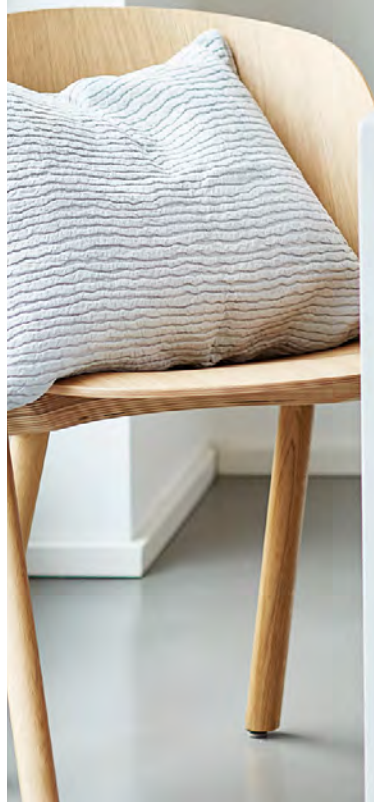
T 0431 / 640 828 20
Kiel-baufi@drklein.de
www.drklein.de

DR. KLEIN

Die Partner für Ihre Finanzen.

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

*Auf der Suche nach frühlingshaften
Accessoires und den besten Wohnideen sind
wir in Kiel und Umgebung auch in diesem
Monat wieder fündig geworden.*



OPTISCHE HIGHLIGHTS SETZEN

Mit seinen Zaunanlagen, Toren und Geländern verschönert das Team von DRAHT WERNER nicht nur Grundstücke, sondern verleiht ihnen zusätzlichen Schutz.




Fotos: Draht Werner

Seit über 70 Jahren steht das Traditionsunternehmen aus Kiel-Wellsee für hochwertige Außenanlagen, die privaten wie gewerblichen Grundstücken einen ansprechenden Charakter verleihen. In der hauseigenen Schlosserei planen und fertigen die Mitarbeiter Zäune aller Art nach euren individuellen Wünschen an, bevor sie die Montage fachgerecht vor Ort durchführen. Dabei haben sie stets einen Blick für aktuelle Trends: Gabionen sind beispielsweise pflegeleichte Metallgitter, die mit den verschiedensten Materialien wie Steinen oder Glasbrocken befüllt werden und so nicht nur ein optisches Highlight setzen, sondern einen zusätzlichen Schutz gegen ungewollte Gäste bieten. Und auch in punkto Automatisierung sind die Spezialisten von **DRAHT WERNER** auf dem neuesten Stand. Mit ihren elektrischen Lösungen für Glasschiebe- und Brandschutztüren bieten sie auch Schranken- und Torsysteme an. Darüber hinaus erhaltet ihr eine umfassende Beratung zu Doppelstabmatten, Schmuck- und Sichtschutzzäunen. Neben der Montage werden selbstverständlich auch alle Service- und Wartungsarbeiten von der Firma **DRAHT WERNER** durchgeführt, damit eure Zaunkonstruktion auf dem neuesten Stand bleibt. Weitere Infos gibt es unter www.draht-werner.de.

Noch alle
ZÄUNE?
im Garten!

BESUCHEN SIE UNSERE AUSSTELLUNG

 Draht Werner Zaun GmbH
Braunstrasse 5
24145 Kiel



zaun  planet

Stahl - das
bessere Holz

- Schmuckzaun
- Sichtschutzzaun
- Lärmschutzzaun
- Doppelstabzaun



LIEBLINGSPLATZ TERRASSE

Die Temperaturen steigen und die Vorfreude auf den Sommer wächst. Mit einer Terrassenüberdachung können die ersten Terrassentage schon viel früher stattfinden.

„Seit wir unser Terrassendach haben, ist der Raum für Erholung unsere Terrasse. Vom Frühjahr bis in den Herbst verbringen wir hier unzählige Stunden“, freut sich Frau Paul. „Jetzt spielt es keine Rolle mehr, ob es regnet oder windig ist: Wir sind auf der Terrasse und genießen unseren Garten.“

Die Firma **Nelson Park Terrassendächer** hat mit viel Erfahrung und Expertenwissen ein Terrassendach mit Ganzglas-Schiebeelementen gebaut. Das moderne, schlichte Design und die großen Glaselemente sorgen für einen unverbauten Blick in den Garten und für ausreichende Helligkeit im angrenzenden Raum. Je nach Wetterlage können die Glaselemente auf- und zugeschoben werden. Das sorgt für eine optimale Belüftung und Temperatur. Problemlos könnte sich die Überdachung zu einem Kaltwintergarten erweitern lassen, der eine interessante und preisgünstige Alternative zum Warmwintergarten ist. Anders als dieser ist er weder beheizt noch isoliert. Vor allem bei südlich gelegenen Kaltwintergärten kann die natürliche Sonneneinstrahlung optimal genutzt werden, um Pflanzen gut über den Winter zu bringen. Eine Markise bietet ausreichend Schatten bei großer Sonneneinstrahlung. Eingebaute LED-Lichtleisten sorgen für angenehmes Licht. Weitere Infos unter Tel.: (0431) 990 18 25 oder unter www.nelsonpark-td.de

Osterfrühstück auf der Terrasse? Kein Problem! Überdachen Sie Ihre Terrasse und das Wetter ist Ihnen egal!

Alles aus einer Hand:
Beratung - Planung - Produktion - Montage



**12 %
Frühjahrs-
Rabatt**



Nelson Park Terrassendächer

Servicebüro Heikendorf

24226 Heikendorf, Binzer Weg 1, 04 31 / 9 90 18 25, nelsonpark-td.de

Advertorial

VIELE, VIELE BUNTE *Oster-* ÜBERRASCHUNGEN!

IM KAUFHAUS DER KUNST

*Im Kaufhaus der Kunst kommt Osterstimmung auf:
Egal ob zu den Feiertagen oder einfach, um
den Frühling willkommen zu heißen:
Die schönste Deko dazu findet ihr hier.*

**KAUFHAUS
DER KUNST**

Hafenstr. 27,
Heikendorf
Mobil: (0176) 54
92 85 44



WALFANG IN HEIKENDORF

Die witzige Butterdose, die in Form eines Wals daherkommt, macht jedes Frühstück zu etwas ganz Besonderem und ist ein toller Hingucker auf jedem Tisch. Entdeckt haben wir sie für 32 Euro im Kaufhaus der Kunst in Heikendorf.

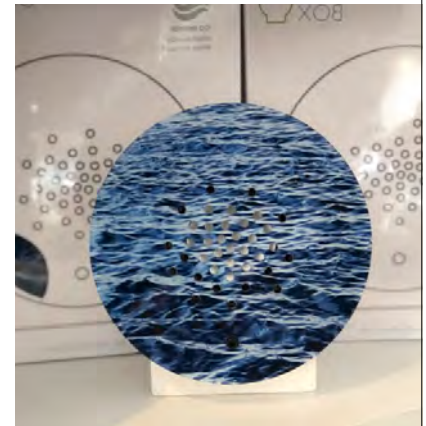
FAMILIE HASE SUCHT NEUES ZUHAUSE

Diese niedlichen Hasen aus Keramik warten auf ihr neues Zuhause: Entweder gemeinsam oder einzeln freuen sie sich, wenn sie bei euch einziehen dürfen, nicht nur an Ostern. Ab 13 Euro, im Kaufhaus der Kunst.



MEHR MEER

Mit der Ocean-Box für 49 Euro holt ihr euch das Meer in jedes Zuhause. Entspannend lauscht man dann den Wellen und den kichernden Möwen. Das Gefühl, dass ihr euch direkt am Strand befindet, stellt sich da ganz von selbst ein.



SO EINE ERDBEERE!

Mit diesem spannenden Ei seid ihr das Highlight beim nächsten Osterbrunch. Denn was zunächst wie ein ganz normales Frühstücksei aussieht, entpuppt sich in Wahrheit als ein Saatei. Im Ei befinden sich Erde und Samen für Erdbeere und es kann zur passenden Jahreszeit als Ganzes in die Natur gepflanzt werden. Gesehen für 9,90 Euro.



IMMOBILIEN- TRAUM: LEUCHT- TURM MIT BOOT

Da träumt man doch gleich vom eigenen Leuchtturm mit Bootsanleger. Diese hübsche und detailverliebte Dekoration ist ein Muss für alle Meerfans. Gefertigt aus altem Holz in Handarbeit für 19,90 Euro.



EIN PARTNER FÜR EURE IMMOBILIE

Ob Miethausverwaltung, die Betreuung von Wohnungseigentümer-Gemeinschaften, ein ganzheitliches Property-Management oder der Verkauf eurer Immobilien: mit der GWU HV GmbH als Partner bekommt ihr all das – und noch mehr – regional und aus einer Hand.

Die GWU-Gruppe ist ein im Norden verankertes genossenschaftliches Wohnungsunternehmen mit Sitz in Eckernförde. Dabei blickt das Unternehmen auf über 100 Jahre Erfahrung zurück. Erfahrung, von der nicht nur die Mieter:innen profitieren, sondern auch Immobilieneigentümer:innen. Letzteren steht die **GWU HV GmbH** als Teil der Gruppe zuverlässig zur Seite. Ihr sucht Verwalter:innen für eure Mietobjekte? Oder jemanden, der sich um Sondereigentum, das Property-Management oder um Wohnungseigentümer-Gemeinschaften kümmert?

Bei der GWU HV bekommt ihr all das aus einer Hand.

Freut euch zum Beispiel über:

- Vornahme und Überwachung des monatlichen Mieteinzuges
- Veranlassung der Zahlungen zur Bewirtschaftung der Objekte
- Zusammenstellung und Abrechnung der Betriebskosten
- regelmäßige Kontrollen vor Ort
- Entwicklung von Objektstrategien
- Planung, Durchführung und Kontrolle von Instandhaltungs- und Modernisierungsmaßnahmen
- Individuelle Leistungspakete

Technisches Know-how und kaufmännisches Fachwissen werden dabei so kombiniert, dass sowohl die Zufriedenheit eurer Mieter:innen als auch die Wertsicherung eures Eigentums langfristig gesichert sind.



DIGITALISIERUNG ALS FAKTOR

Das GWU setzt auf den digitalen Fortschritt und bei der Bewirtschaftung aller Bestände auf modernste EDV, digitale Prozesse und mobile Lösungen. Zum Beispiel erfolgt die Wohnungsabnahme via Tablet. Gleichzeitig wird großer Wert auf persönliche Erreichbarkeit gelegt – jedes Wohnobjekt hat feste Ansprechpartner:innen. Man sieht: Hier werden die verschiedenen Interessen von Eigentümer:innen und Mieter:innen bedacht.

**GWU HV GmbH, Lorenz-von-Stein-Ring 7-9, Eckernförde
Tel.: (04351) 757 50, www.gwu-hv.de**

Foto: Genossenschaftliches Wohnungsunternehmen Eckernförde



EIN PARTNER, ALLE LEISTUNGEN.

GWU HV: Ihre Immobilienverwaltung in Norddeutschland

www.gwu-hv.de

FISCHER'S LAGERHAUS EXOTISCHE WOHNTRÄUME AUF 1.800 QUADRATMETERN

fischer's LAGERHAUS lockt jeden Monat aufs Neue mit einzigartigen Waren für echte Weltenbummler:innen. Im April erwarten euch die Lieferungen aus zwei spannenden Ländern: Indien und die Türkei.

INDIEN TRIFFT TÜRKEI

Den 9. und den 23. April sollten sich alle Liebhaber:innen von besonderen Wohnaccessoires schonmal fett im Kalender anstreichen. Denn dann treffen die Lieferungen aus der Türkei (9. April) und aus Indien (23. April) ein. Einmal durch die Türe getreten findet ihr wunderschöne Accessoires aus kunsthandwerklichen Werkstätten der Keramikstadt Iznik, Möbel aus altem Kas-

tanienholz oder Keramikarbeiten aus Nord-anatolien, die traditionell vor dem bösen Blick schützen. Auch die beliebten bunten Kissenhüllen aus alten Kelims warten dann auf euch. Bei den Waren aus Indien verzaubern die massiven Möbel mit feinsten Ornamenten, romantisch-orientalische Lampen und Windlichter oder auch hochwertige indische Teppiche. Was für eine Farbenpracht!



Vormerken:

9. April | Türkei und 23. April | Indien

ENDLICH WIEDER VERKAUFS- OFFENER SONNTAG

Am 3. April ist es soweit und der erste verkaufsoffene Sonntag in diesem Jahr steht an. Unter dem Motto „Frühlingserwachen“ könnt ihr zwischen 12 und 17 Uhr nach Herzenslust bummeln, shoppen und genießen. Natürlich hat auch fischer's LAGERHAUS für interessierte Kund:innen geöffnet – und bietet damit eine günstige Gelegenheit für alle, die es sonst eher nicht schaffen, einen Abstecher in den Ostseepark zu machen. Wir freuen uns schon sehr darauf und werden sicherlich vorbeischauen. Ihr auch? Dann kommt vorbei und staunt bei fischer's LAGERHAUS über all die feinen und wunderschönen Dinge.

fischer's
LAGERHAUS
HANDGEFERTIGTE WAREN & AUSGEFALLENE WOHNKULTUR

Unsere Ankündigungen im April:

Türkei ab 09. April 2022
Indien ab 23. April 2022



fischer's LAGERHAUS
Mergenthalerstraße 22
24223 Schwentental

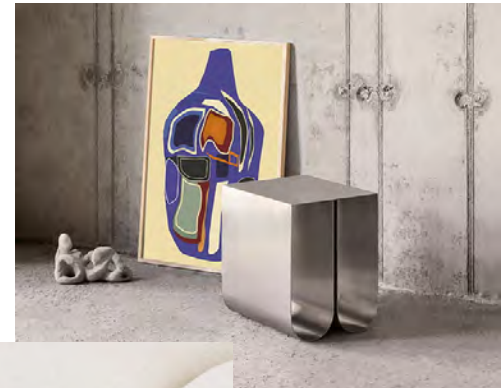
ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo. bis Sa.: 10.00 – 19.00 Uhr
www.fischers-lagerhaus.de

CHINA • INDONESIEN • THAILAND • INDIEN
MAROKKO • VIETNAM • NEPAL • TÜRKEI • MEXIKO

SKANDINAVISCHES MÖBEL ZEITLOS UND KULTIG

Skandinavische Möbel beeindruckt nicht nur durch ihre unglaublich anspruchsvolle Ästhetik. Sie verbinden die Begriffe Funktionalität, Schlichtheit und Schönheit miteinander. In der kargen Landschaft des Nordens bildet das Zuhause seit jeher den Ort der Wärme, in dem Einfachheit und die Benutzung der unmittelbar vorhandenen Baustoffe die grundsätzlichen Elemente sind. Das Integrieren von Accessoires als i-Tüpfelchen eurer Wohnideen zeichnet euren individuellen Geschmack aus. Schüsseln, Spiegel, Bilderrahmen und Kissen geben eurer Einrichtung das gewisse Etwas. Eure skandinavische Wahl wird noch mehr mit ausgefalleneren Elementen, wie einem Schafsfell, einem Garderobenständer-Tablet oder einer rosa Tapete unterstrichen.

Fun Fact: Wusstet ihr, dass eigentlich nur Dänemark, Schweden und Norwegen im wahrsten Sinne des Wortes zu Skandinavien gehören? Finnland und Island sowie die Färöer werden aus historischen und kulturellen Gründen oft einbezogen. Skandinavische Möbel kommen daher hauptsächlich aus Skandinavien. Weitere Infos und Inspirationen findet ihr unter www.normann-copenhagen.com.



Normann Copenhagen - Krenit Schale für 71,99 Euro



DÄNISCHES DESIGN

Wir sind zuletzt auf die Wohnkollektion der Marke „Normann Copenhagen“ gestoßen. Jan Andersen und Poul Madsen verstehen sich dabei nicht nur als Hersteller innovativer Design-Produkte, sondern vielmehr als Lebenseinstellung und Sichtweise. Bei Normann Copenhagen will man konventionelle Designregeln durchbrechen und Bekanntes herausfordern. Dies ist ein Hauptgrund für die häufige Verwendung bekannter Materialien in neuartigen Zusammenhängen, wie zum Beispiel Silikon für eine Vase oder Gummi für eine Spülschüssel.

BINKO & HOFMANN
IMMOBILIEN

Zu manchen Orten fühlen wir uns einfach hingezogen.
Menschen zu helfen, diesen Ort zu finden,
ist unsere Leidenschaft.

www.binkohofmann.de | 04351 - 46 90 771

WISSER GmbH

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

Wir erstellen Ihnen gerne ein kostenloses Angebot!

Wisser GmbH
Hollerstraße 105
24782 Büdelsdorf
www.wisser-buedelsdorf.de

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



DAS GANZE JAHR FrühjahrsSTIMMUNG

Der Frühling steht in den Startlöchern, um sich in den schönsten Farben zu präsentieren und dabei auch die angenehme Wärme mitzubringen, die wir alle so vermisst haben – und für die es nun auch wirklich Zeit wird.

Bis zu dieser Zeit hat die Firma Fahrenkrug viele von euch dank der wärmenden Kamin- und Kachelöfen durch den kalten Winter gebracht und freut sich nun ebenfalls über die ersten Sonnenstrahlen. Wusstet ihr, dass diese Strahlungswärme nachweislich die gesündeste Wärme überhaupt ist? Ein Grund mehr, sich Gedanken darüber zu machen. **Fahrenkrug** möchte mit euch gemeinsam den Frühlingseinzug feiern und daher gibt es nun den gesamten April über 10 Prozent Rabatt auf alle Olsberg Kaminöfen. Doch damit nicht genug, denn auch auf die Öfen der Firma Königshütte erhaltet ihr 10 Prozent Rabatt. Königshütte stammt ebenfalls aus dem Hause Olsberg – etwas weniger Luxus, dafür aber gleichwohl eine hervorragende Qualität und etwas preiswerter. Somit ist für alle Ofenliebhaber:innen das passende Modell zu finden. Doch wer sich für den Winter die wohlige Wärme wünscht, sollte jetzt zuschlagen und das Angebot im April nutzen, bevor aufgrund der aktuellen Situation mit steigenden Preisen und langen Lieferzeiten zu rechnen ist. Übrigens: Durch das patentierte Wirbelkammersystem sind die Kaminöfen von Olsberg mit modernster Holzbrandtechnik ausgestattet und damit ihrer Zeit weit voraus. Alle Infos und Öffnungszeiten findet ihr unter www.fahrenkrug-kamine.de oder ihr ruft an unter Tel.: (0431) 20 15 15.

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



Rindenmulch
Bodenhilfsstoff, Körnung 10 – 30 mm, zur ganzjährigen Anwendung, aus naturreiner Nadelholzrinde

4,99
60 Liter
Liter = 0,08

Grünbelag-Entferner
Konzentrat, bis 1:10 verdünnbar, schützt nachhaltig vor Neubefall, einsetzbar auf allen Stein-, Holz-, Kunststoff- und Textil-Oberflächen, verschiedene Größen

39,99
z. B. 5 Liter
Liter = 8,00

Feuerschale
Sicilia, aus unbehandeltem, massiven Stahl, geschweißte Ausführung, 3 Standbeine, 2 Handgriffe, in verschiedenen Größen

Angebote solange Vorrat reicht. Angebotspreise sind Abholpreise und gelten nur innerhalb Deutschlands. Alle Preise in €. Für Druck- und Bildfehler keine Haftung. *Unser bisheriger Preis.



59,99
z. B. Ø 60 cm, ab



Bauzentrum TEPKER

Marie-Curie-Straße 16 - 18
24783 Osterrönfeld
www.bauzentrum-tepker.de

ideen & Machen – Gemeinsam für deinen Traum

AUS EINS MACH ZWEI

Mehr Struktur, mehr Flexibilität, mehr Diskretion: Raumteiler gliedern Räume in einzelne Zonen, ohne den Wohnraum zu verkleinern. Zu finden sind sie zum Beispiel bei der Realisierung von begehbaren Kleiderschränken. Hier kommen neben einem Schranksystem Schiebetüren nach Maß zum Einsatz. Auch bei der Bürogestaltung bringen Raumteiler mehr Struktur und schaffen beispielsweise nach Bedarf Besprechungsräume. In der Ausstellung der **RAUMKREATIV** Tischlerei MB am Wilhelmplatz könnt ihr vielfältige Farbmuster, Schränke und Schiebetüren ausprobieren. Jedes Produkt wird auf Maß hergestellt. Natürlich kann die Tischlerei auch Zimmertüren und Fenster montieren oder Möbel auf Maß fertigen. Das Team mit den beiden Tischlermeistern Volker Bluhm und Christian Maas kann auf 20 Jahre Erfahrung in allen Bereichen der Bau- und Möbeltischlerei zurückblicken.



Foto: raumphis



REDUZIERT AUF DAS WESENTLICHE

Viele Designklassiker folgen dem Motto „Weniger ist mehr“ – auch bei der Linienentwässerung Schlüter-KERDI-LINE-VARIO. Denn diese folgt nur einer Aufgabe: Sie leitet das Wasser dahin, wo es hingehört und verzichtet dabei auf schmückendes Beiwerk und Ornamentik. Die Ablaufprofile sind auf der Baustelle individuell kürzbar und lassen sich so exakt an die bauseitigen Bedingungen anpassen. Es stehen acht hochwertige Struktur-

beschichtungen in fein nuancierten Abstufungen sowie der Klassiker – Edelstahl gebürstet V4A – zur Auswahl. Mit einem Team von 45 Fliesenlegern sorgt die Firma **RABE** in der Deliusstraße 11 in Kiel für die fachgerechte Verlegung mit Qualität, Sauberkeit, Zuverlässigkeit und viel Erfahrung. Dabei realisiert das Unternehmen auch kurzfristig vielseitige Projekte. Ein Beratungstermin kann unter Tel.: (0431) 66 38 00 vereinbart werden.

Foto: Rabe Fliesen & Marmor

EINTÖNIG IST ANGESAGT

Beim angesagten All-over-Look für das Zuhause gibt allein eine Farbe den Ton an. Nicht nur die Wände, auch Bilderrahmen, Leisten, Beistelltische oder Dekoartikel werden einheitlich gestaltet. Der Raum wirkt dadurch elegant und behaglich, alles verschmilzt optisch zu einer Einheit. Bei den Designfarben von Schöner Wohnen-Farbe zum Beispiel stehen dafür 30 attraktive Töne zur Wahl, zusätzlich gibt es eine einfach zu verarbeitende Grundierung. Sie ist empfehlenswert, damit es auf unterschiedlichen Materialien nicht zu störenden Farb- oder Glanzunterschieden kommt. Meist reicht bereits ein Arbeitsgang mit der Grundierung, diese anschließend gut trocknen lassen und danach die Wunschfarbe auftragen. Dazu stehen etwa bei den Designfarben 30 Töne aus sechs Farbfamilien zur Wahl. Mit einer konzentrierten Pigmentformel und ihrer hohen Deckkraft sorgen sie für einheitliche Ergebnisse mit Farbtiefe. Auf Metall, Holz oder Kunststoff sollte zunächst grundiert werden, anschließend kann die persönliche Lieblingsfarbe folgen.

Weniger ist häufig mehr, dieses Motto setzt ein angesagter Einrichtungstrend in die Tat um



Foto: Zlink/Stock/Getty Images Plus



RAUMKREATIV
Einrichtungen nach Maß.

Einbauschränke ...

... finden Sie bei uns!

DIE BAUZINSEN STEIGEN – WAS JETZT?

Es ist Bewegung in den Zinsen – das spüren vor allem diejenigen, die sich aktuell mit dem Thema Baufinanzierung befassen. Gleichzeitig steigen die Immobilienpreise weiter. Platzt jetzt der Traum vom Eigenheim? Und was bedeutet das für Anschlussfinanzierer? Die Spezialisten für Baufinanzierung von Dr. Klein in Kiel geben Tipps.

Dass sich die Zinsen nach der langen Niedrigzinsphase wieder nach oben bewegen würden, war abzusehen. Das derzeitige Tempo hat allerdings viele überrascht. Das Plus im Zinssatz macht die monatliche Rate teurer, daher gilt mehr denn je: Die Baufinanzierung muss gut geplant werden. Wie die optimale Baufinanzierung aussieht, ist immer individuell und in der Regel spielen noch weitere Aspekte neben dem günstigsten Zinssatz eine Rolle. „Tilgungshöhe und Sollzinsbindung sind Schrauben, an denen man drehen kann, um die Monatsrate stemmen zu können. Grundsätzlich gilt aber: Die Finanzierung muss solide aufgestellt sein – eine gute Beratung ist dafür das

Immobilienkauf, Anschlussdarlehen, Modernisierung: Holger Paasch, Sandra Trennt und Oliver Arp (v. l.) sind die Ansprechpartner bei Immobilienfinanzierer Dr. Klein



A und O. Und ein umfassender Vergleich sichert die besten Konditionen. Als Finanzierungsvermittler mit einem Netzwerk aus über 600 Bankpartnern können wir vergleichen, welche Bank das beste Angebot für das individuelle Vorhaben hat“, erklären Holger Paasch und Oliver Arp von Dr. Klein in Kiel.

Günstiger werden die Baufinanzierungskonditionen wohl erst einmal nicht mehr. Sandra Trennt rät daher: „Wer die Möglichkeit hat, umzuschulden, sollte das jetzt machen. Im historischen Vergleich sind die Zinsen aktuell immer noch sehr niedrig.“ Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel. (0431) 64 08 28 20 sowie www.drklein.de.

RISIKEN BEIM WOHNUNGSKAUF VERMEIDEN

Wer den Aufwand für den Bau eines Eigenheims scheut, erhofft sich vom Kauf einer Eigentumswohnung oft den einfacheren Weg zum Immobilienbesitz. Ausschauen, kaufen, einziehen – ganz so unkompliziert ist der Erwerb dann aber doch nicht. Auch ein Wohnungskauf stellt schließlich ein wirtschaftliches Risiko dar. Wenn die Entscheidung für ein Objekt gefallen ist, stehen der Abschluss des Kaufvertrags und seine Beurkundung durch einen Notar an. Der Entwurf des Vertragsdokuments muss zwei Wochen vor Vertragsabschluss vorliegen. So bleibt

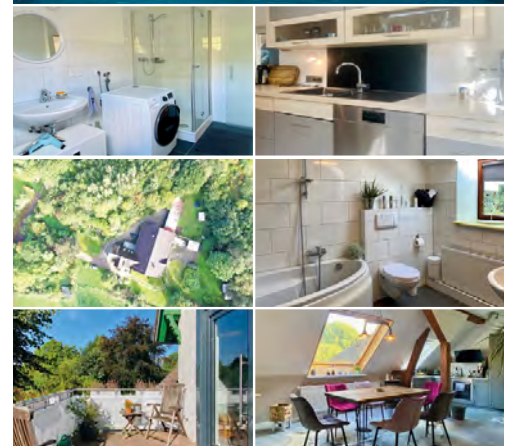
genügend Zeit für eine Vertragsprüfung, idealerweise durch eine:n unabhängige:n Vertrauensanwalt oder -anwältin. Besonders sorgfältig gilt es die Konditionen für die Fälligkeit des Kaufpreises zu prüfen. Empfehlenswert ist, vertraglich festzulegen, wann die Zahlung fällig wird. Auch muss der oder die Verkäufer:in den Nachweis erbringen, dass er oder sie als Eigentümer:in im Grundbuch eingetragen ist. Auch in neu gebauten Eigentumswohnungen haben Besitzer:innen das Recht auf ein mängelfreies Werk. Laut einer BSB-Studie zu Mängeln in Mehrfamilienhäusern ist das nicht immer selbstverständlich. Ähnlich wie beim Bau eines Eigenheims empfiehlt es sich daher, auch beim Wohnungserwerb im Neubau unabhängige Berater:innen mit einer baubegleitenden Qualitätskontrolle zu beauftragen.

Foto: Drazen Zigic/Stock/Getty Images Plus



DORIS HELDT
Wrangelstraße 27
24105 Kiel

Mobil 0177.33 30 310
Büro 0431.88 80 802
Mail doris@heldt.immo



Geldanlage/Wohnprojekt: 5 (Ferien-)Wohnungen eigener Zugang ca. 645m²Wohnfläche//laufendinstandgehalten//kein Keller ca. 1 ha Grundstück // top DachG ca. 250 m² nicht ausgebaut BJ 1900 + 46//Garagen, Carport, Stellplätze // Privatstraße



Preis auf Anfrage
Provision 1,19% inkl. MwSt.

Energieträger Öl, Energiebedarfsausweis: 181,15 kWh/m²*a
Energieklasse F, Warmwasser enthalten, Heizungen BJ 1995 + 2002

#lieblingsmaklerin
#drohnenpilotin
#immobilienheldt

IMMOBILIE VORAB IN 360° SEHEN

www.HELDT.immo

Eva Sandra Pluta und Martin Boris Becker,
Haus & Grund-Mitglieder seit 2000

Unsere Immobilie?

Dafür haben
wir jemanden!



Haus & Grund berät und unterstützt Immobilieneigentümer und solche, die es werden wollen. Für einen Jahresbeitrag ab 60,- Euro. Mehr Infos bei Haus & Grund Kiel unter 0431 6636-123 oder www.haus-und-grund-kiel.de

Recht & Steuern | Vermieten & Verwalten | Bauen & Renovieren | Technik & Energie



Rechtsanwalt
Sönke Bergemann,
Geschäftsführer
Haus & Grund in Kiel

ZUR ENTLASTUNG ALLER VERBRAUCHER:INNEN

KLIMAGELD MUSS UMGESETZT WERDEN

Die Bundesregierung ist aufgefordert, noch in diesem Jahr ein Pro-Kopf-Klimageld auf den Weg zu bringen. Angesichts des steigenden Gaspreises ist eine Rückzahlung der staatlichen Einnahmen aus der CO₂-Bepreisung dringend geboten. Die Abschaffung der EEG-Umlage und der einmalige Heizkostenzuschuss für Geringverdiener:innen sind nicht ausreichend. Sozial- und klimapolitisch war es ein grober Fehler der alten Bundesregierung, den CO₂-Preis auf Gas, Heizöl und Kraftstoffe einzuführen, ohne die Einnahmen daraus den Bürger:innen umgehend zurückzugeben. Die Ampel-Koalition hat jetzt die Chance und die Verpflichtung, diesen Geburtsfehler zu korrigieren. Die Vorschläge dafür liegen auf dem Tisch. Auch die Einnahmen aus dem EU-weiten Zertifikatehandel sind an die Bürger:innen zurückzugeben.

Wer die Stimme der privaten Eigentümer:innen stärken möchte, sollte jetzt Mitglied beim Eigentümerverein Haus & Grund werden. Die rund 11.000 Mitglieder geben Haus & Grund ein starkes Mandat und mit jedem Mitglied wächst die Meinungsmacht. Mitglied werden ist ganz einfach: entweder direkt auf der Geschäftsstelle im Sophienblatt 3 oder online unter www.haus-und-grund-kiel.de.

Haus & Grund Kiel
Haus-, Wohnungs- und
Grundeigentümerverein
von Kiel und Umgebung e. V.
Sophienblatt 3, Kiel
Tel.: (0431) 663 61 23
www.haus-und-grund-kiel.de

12478



Giftfrei Gärtnern tut gut...

...Ihnen und der Natur.



*Informieren Sie
sich hier und nutzen
Sie Ihre Chance!*

→ Weitere Infos unter www.NABU.de/giftfrei

NABU/A. Wolff



ENTSPANNUNG IM HANDUMDREHEN

Wer sucht nicht nach der ultimativen Entspannung? Für alle, die bisher noch nicht fündig geworden sind, haben wir jetzt etwas: Bei HMC findet ihr den ultimativen Relaxesessel – und sofort lieferbar ist er auch, lange Wartezeiten entfallen somit. Erhältlich ist er in zwei verschiedenen Sitz- und Rückenhöhen, wobei die Rückenlehne stufenlos verstellbar ist. Die nussbaumfarbene Sitzschale passt hervorragend zu dem schwarzen Rinderleder und dem Alu-Drehfuß. Ein Highlight fürs Gefühl und fürs Auge! Alternativ könnt ihr den Sessel auch komplett in schwarz erstehen. Und das Beste? Es gibt ihn jetzt zum Aktionspreis von 1.499 Euro plus Hocker (statt 1.976 Euro). Schaut bei **HMC Möbel Company** vorbei denn es gilt: Nur solange der Vorrat reicht.



Das matte Schwarz bildet einen starken Kontrast zur hellen Hauswand und unterstreicht die moderne Architektur

DER TON MACHT DIE MARKISE

Mit Farben unterschiedliche Stimmungen kreieren – das liegt auch in den eigenen vier Wänden voll im Trend. So wirken blaue Wände beruhigend, Grün verleiht dem Lieblingsraum einen frischen Touch und ein warmer Orangeton setzt kreative Energien frei. Was für drinnen gilt, funktioniert auch draußen wunderbar: Auf Terrasse, Balkon & Co. sorgen Gartenmöbel, Blumenkübel und passende Dekoartikel für fröhlich-bunte Farbtupfer. Auch Designmarkisen von markilux sind optische Highlights. Denn es stehen nicht nur mehr als 250 Tuchdessins in thematisch abgestimmten Farbwelten zur Verfügung, sondern auch viele Gestellfarben. Die **Firma Güth** in der Hamburger Landstraße 101 in Molfsee ist der richtige Ansprechpartner, wenn es um Markisen in den unterschiedlichsten Farbtönen geht. Weitere Informationen unter Tel.: (0431) 65 06 00 und unter www.gueth-molfsee.de.

Foto: markilux

brühl

eine Marke spricht für sich...

**sofort
lieferbar!**



Schlafsofa "Quint"

verwandelt sich mit einem Handgriff zum Doppelbett.
Liegefläche 155 x 200cm in Stoff **ab € 1.524,-**
verschiedene Farben am Lager - sofort lieferbar!

Große Auswahl an Schlafsofas aller Art

"Ostseepark Schwentinental"

Dieselstraße 3

24223 Schwentinental

Tel.: 04307 839363

www.moebel-company.de

HMC
MÖBEL COMPANY

DAS kaufe ich für MICH !

**Ausbildungs-
platz frei:**

Kaufmann/Kauffrau
im Einzelhandel zu
sofort oder später.



exklusive Schlafsysteme und Bettwaren von:

dasBett
KOMPLETT

das Bett komplett Pachur GmbH & Co KG
Wall 42, 24103 Kiel, Tel: 0431 94043
www.dasbettkomplett.de



markilux Designmarkisen.
Made in Germany.
Die Beste unter der Sonne.
Für den schönsten Schatten der Welt.



Hamburger Landstr. 101
24113 Molfsee
Telefon (04 31) 65 19 42
Telefon (04 31) 65 06 00
info@gueth-molfsee.de
www.gueth-molfsee.de

Rollladen · Jalousien · Markisen
Sonnen- und Wetterschutztechnik OHG im „Kutschenhaus“ Molfsee



ABI STRANDTUCH DAS ABI IN TROCKENEN TÜCHERN?

Wenn der ganze Prüfungsstress endlich vorbei ist, habt ihr euch eine kleine Auszeit verdient! Egal, ob es euch ans Meer zieht oder an den Swimmingpool – mit dem ABI Strandtuch 2022 könnt ihr besonders flauschig entspannen. Das bunte Badetuch aus 100 Prozent Baumwolle ist für 24,95 Euro bei **das Bett komplett** am Wall 42 in den Farben Grau, Koralle oder Dunkelblau erhältlich. Eine schöne Geschenkidee für alle ausgelaugten Abiturent:innen. Makellos verarbeitet und in unvergleichlicher Qualität eignet es sich so natürlich nicht nur am Strand oder Pool, sondern auch als Saunatuch. Weitere Infos unter www.dasbettkomplett.de.

Foto: Das Bett komplett

ENERGIE, WASSER UND WASCHMITTEL SPAREN

90 Prozent aller Haushalte in Deutschland besitzen eine Waschmaschine. Und ob in Singlehaushalten, bei Paaren oder Familien: Das Hausgerät muss fleißig seine Arbeit verrichten. Bei den Singles sind es vielleicht die verschwitzten Sportklamotten, bei Kindern die Sachen, die sie draußen beim Spielen getragen haben. Doch bei jedem Waschvorgang wird Strom und Wasser verbraucht, auch Waschmittel und Weichspüler belasten die Umwelt. Das Potenzial, durch Verhaltensänderungen beim Waschen Ressourcen einzusparen, ist entsprechend groß. Eine Waschmaschine möglichst voll zu beladen, ist ein erster wichtiger Tipp. Waschmittel sparsam einzusetzen, ein anderer. Bei besonders effizienten Waschmaschinen werden alle Arten von Flecken sogar schon ab 20 Grad entfernt, auf 40 oder 60 Grad muss man das Gerät dann nur in Ausnahmefällen einstellen.

Neben Verhaltensänderungen kann man vor allem mit nachhaltigen Waschmaschinentechnologien die Umwelt schonen



Foto: Chinnapong/iStock/Getty Images Plus

FAHRENKRUG
KACHELÖFEN UND KAMINE

- Heizkamine
- Kachelöfen
- Speicheröfen
- Stilkamine
- Ersatzteile
- Zubehör
- Wartung
- Reparaturen
- Fliesenarbeiten

Eichenbergskamp 14-16
24149 Kiel
Telefon 0431/20 15 15

Kirchenstraße 11
24211 Preetz
Telefon 04342/78 78 65

Große Frühlings- Rabatt- Aktion

10% auf alle Öfen von
Olsberg und Königshütte.

Kommen Sie uns besuchen.

Aktionszeitraum
vom 01.-30. April 2022

www.fahrenkrug-kamine.de

NOCH SCHÖNER WOHNEN MIT MÖBEL JANZ

Seit Januar finden Kund:innen bei Möbel Janz in Schönkirchen die Schlafzimmer-Kollektion des beliebten Magazins „Schöner Wohnen“. Nun geht es weiter mit Sofas und Esszimmermöbeln – zum Verlieben schön!

Erst dieses Jahr nahm **Möbel Janz** exklusiv die „Schöner Wohnen“ Kollektion mit ins Sortiment und nun folgt nach den spannenden Ideen fürs Schlafzimmer auch der Blick ins Wohnzimmer. Denn Sofas als Ort des Wohlfühlens sind ein Mittelpunkt in jeder Wohnung und jedem Haus. Hier verbringen wir viel Zeit, entspannen, lesen, fiebern mit unseren Serienheld:innen mit oder trinken gemütlich Kaffee. Dank der Sofas von Schöner Wohnen wird das alles jetzt noch besser. Egal, welcher Look, welche Größe oder welche Form, ihr werdet auf jeden Fall fündig. Dabei hat Möbel Janz nicht nur zeitlose Klassiker mit ins Sortiment genommen, sondern auch farbenprächtige Hingucker für Trendbewusste.

Wer zum genussvollen Dinner dann vom Sofa an den Esstisch umziehen möchte, kann sich auch hier sicher sein, dass Möbel Janz alles Passende bereit hält. Die Esstische und Stühle aus der Schöner Wohnen Kollektion bieten rustikale Holzplatten gepaart mit coolen Metallelementen und das alles genau so, wie ihr es braucht. Also lasst euch bei Möbel Janz in der Schönberger Landstraße 59 inspirieren und bewundert schon bald euer neues Sofa, Schlafzimmer oder Esszimmer in den eigenen vier Wänden. Vorab könnt ihr unter www.moebel-janz.de schon mal virtuell vorbeischaun.

Foto: Schöner Wohnen

Bunt, bunt, bunt sind alle meine Möbel:
Sofas und mehr aus der Schöner Wohnen
Kollektion jetzt bei Möbel Janz



**SCHÖNER
WOHNEN**

KOLLEKTION

ESSTISCH EASY

Eiche rustico hell geölt. Bodenplatte Metall anthrazit matt. Maße: ca. 190x100x75cm.
Optional: Auszug gegen Mehrpreis erhältlich.

1.946 €*

BANK STAY

Vierfuß-Metallgestell anthrazit matt.
Breite ca. 200 cm. Stoff: Dublin fango.

1.464 €*

POLSTERSESSEL COSY

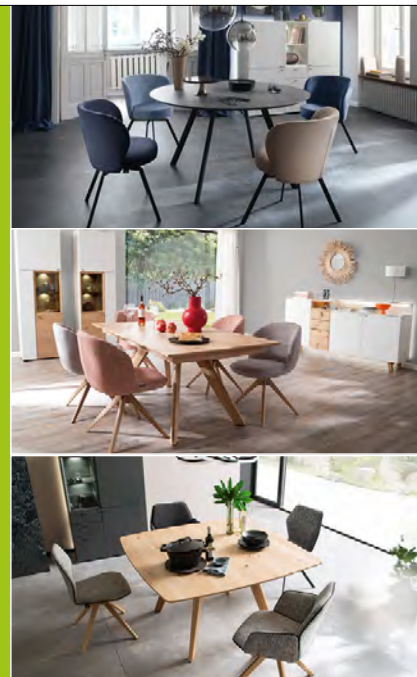
Bezug: Stoff Rom rot. Untergestell: Krake Metall anthrazit matt

416 €*

**5 JAHRE
GARANTIE**

**SCHÖNER
WOHNEN
KOLLEKTION**

GEMÄSS QUALITÄTSPASS



inter living **MÖBEL
JANZ**

Für ein neues Lebensgefühl

Folgen Sie uns:

www.moebel-janz.de

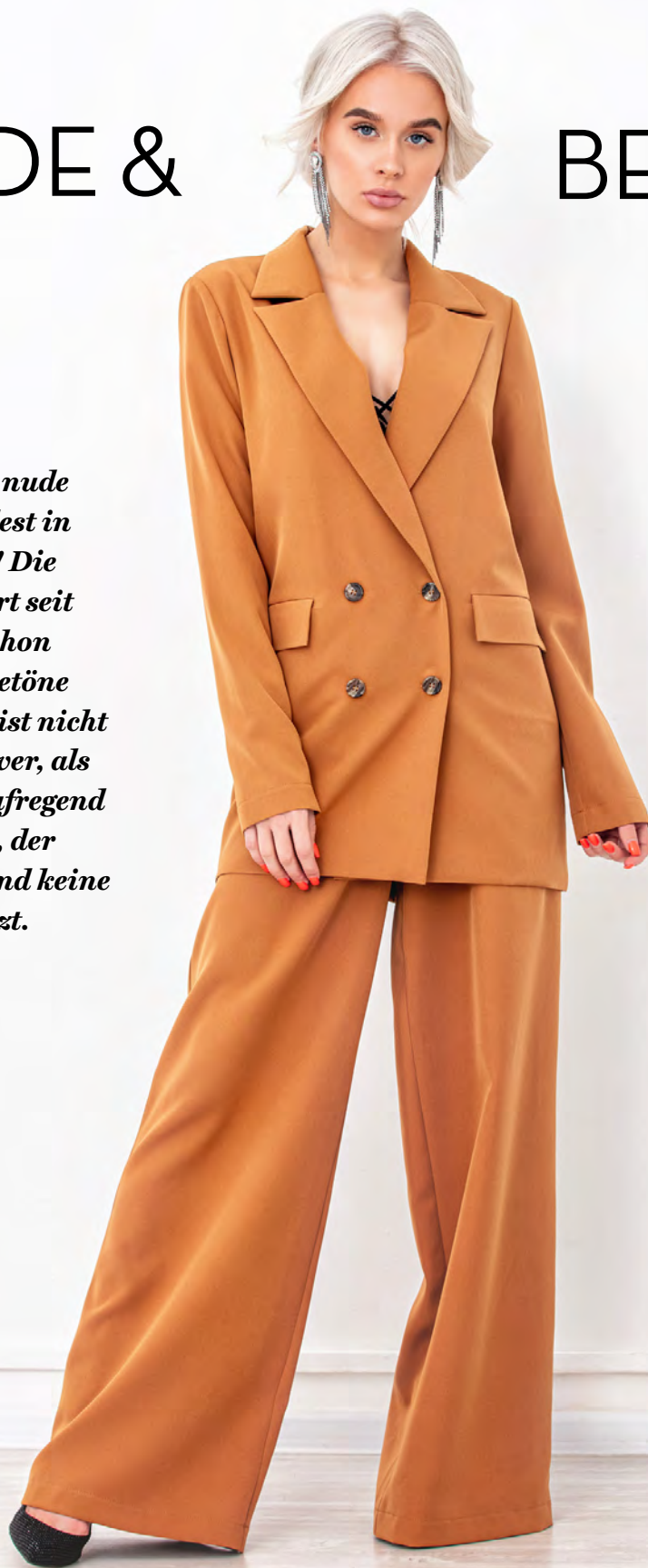
* Alle Preise in Euro inkl. MwSt. Unverbindliche Preisempfehlung. Ohne Kissen, Decken und Deko. Technische Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

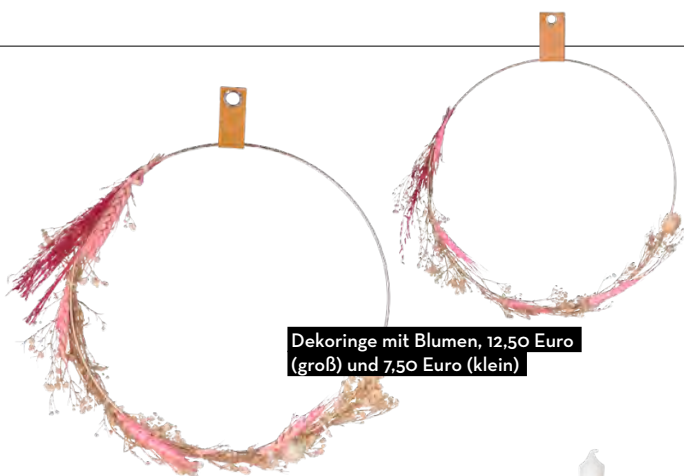
Möbel Janz GmbH, Schönberger Landstr. 59-61, 24232 Schönkirchen

MODE &

BEAUTY

*Wir mögen es nude
- also zumindest in
Sachen Farbe! Die
Modewelt feiert seit
einiger Zeit schon
Erd- und Nudetöne
und ein Ende ist nicht
in Sicht. All-over, als
Detail oder aufregend
als Statement, der
Kreativität sind keine
Grenzen gesetzt.*





Dekoringe mit Blumen, 12,50 Euro (groß) und 7,50 Euro (klein)

GUTE LAUNE

Die richtige Deko in den eigenen vier Wänden oder im Garten sorgt stets für gute Laune. Insbesondere helle Farben und freundliche Blumenmuster heben die Stimmung. Bei **Siak Apart** gibt es eine große Auswahl fröhlich bunter Deko, passend zur Saison. Auch neue Styles und Accessoires fürs Outfit sind in dem Geschäft in Hülle und Fülle vertreten. Ein Besuch in der Kolberger Straße 15 in Nortorf lohnt sich nicht nur zum entspannten Shoppen, sondern auch, um Geschenke für die Liebsten zu finden. Weitere Inspirationen und Infos unter www.siak-apart.de.



Flower in a bottle für gemütliche Stunden, 12,20 Euro (ohne Kerze 11,30 Euro)



Kleine Vespa für große Träumereien, 25,50 Euro



Kissen mit Blumenornament, 21,95 Euro (ohne Füllung)



Foto: puhhha / Stock/Getty Images

SO NATÜRLICH WIE MÖGLICH!

Es ist so weit – die Sonne zeigt sich, es blühen leuchtend die Narzissen, die Tage werden länger und die Stimmung hellt sich spürbar auf. Das kann nur eins bedeuten: Frühling! Wir haben hier die passenden Mode- und Beauty-trends für euch.

SO NUDE!

Nicht nur Natur und Pflanzen zeigen sich in neuen Farben, auch im Bereich der Mode sorgt der Frühling für einen ordentlichen Umschwung. Ab jetzt heißt es, den Fokus mehr auf Natürlichkeit zu legen. Der Nude-Trend hilft dabei, unsere natürliche Schönheit zu unterstreichen und legt Wert darauf, uns genau so zum Ausdruck zu bringen, wie wir sind. Von hellen Beige- und Rosetönen bis zu creme-, champagner- und pfirsichfarbenen Tönen schafft es der Nude-Look elegant und gleichzeitig dezent zu wirken.

NATÜRLICHKEIT FÜR HAUT & KLEIDERSCHRANK

Beim Make-up geht es darum, das Gesicht so ungeschminkt wie möglich aussehen zu lassen, aber trotzdem einen und frischen und natürlichen Glow auszustrahlen. Helle Lidschattentöne kombiniert mit einem zarten Rouge zaubern zum Beispiel einen aufgeweckten, strahlenden Look, welcher perfekt zur Jahreszeit passt. Auch bei der Kleidungswahl beweist der Nude-Look, dass es nicht immer schrille und auffallende Farben sein müssen, um auf sich aufmerksam zu machen. Der Vorteil an Nude-Tönen: sie lassen sich perfekt kombinieren! Wer also in seinem Schrank schon ein paar zarte Basics hat, ist im Vorteil, denn schrille Töne werden so softer und ergeben einen feinen Look. Neben Make-up, Nagellack und Klamotten bekommen auch Möbel den Nude-Look. Klare und dezente Farben erzeugen ein besonderes Ambiente und lassen jeden Raum in hellem Licht erstrahlen.

Das trägt Kiel

AUF SYLT



Unsere Kollegin Sina ist ein echter Sonnenschein. Stets gut gelaunt und mit kreativen Ideen im Kopf verzaubert sie auch immer wieder mit ihren gelungenen Outfit-Kombinationen. Vor allem helle Töne haben es ihr angetan. „Beige- und cremefarbene Nuancen sind herrlich luftig-leicht und passen dabei so schön zum Sommer“, findet sie. Da sie neben ihrem Einsatz für das Förde Fräulein auch Teil des Teams Sylt Fräuleins ist, trifft man sie gerade zur schönen Jahreszeit gerne dort am Strand an, wo auch dieses perfekt abgestimmte Bild entstanden ist. Wir würden sagen: It's a match!

Sina, 26 Jahre

GRÜNE OSTERN BEI OCEANWELL

Seid ihr noch auf der Suche nach einem schönen und nachhaltigen Ostergeschenk? Dann schaut bei Oceanwell vorbei: Hier wartet ein grünes Osternest mit Kieler Naturkosmetik auf euch.

Das Osternest enthält das Meeres-Gel (50ml), die Feuchtigkeitscreme (50ml) und das Tonicum (100ml), die Osterdeko ist nicht im Lieferumfang enthalten

BESONDERER SERVICE

Bei Bestellung im Shop könnt ihr persönliche Grüße auf einer Grußkarte hinterlegen.



Hier wird einfach an alles gedacht: Nicht nur die Inhalte sind nachhaltig, auch die Verpackung kann sich sehen lassen. Denn die Geschenkbox ist aus Graspapier gefertigt und mit Seegras ausgelegt. Ihr könnt sie das ganze Jahr über kaufen und mit euren eigenen Produkten füllen, beim Osternest gibt es sie gratis dazu. Für genau dieses Nest hat sich das Team von **Oceanwell** die drei Lieblingsprodukte der Kund:innen geschnappt und bringt euch oder den glücklichen Beschenkten damit das Beste an Pflegestoffen ins eigene Zuhause. Alle drei Produkte sind für jeden Hauttyp geeignet und enthalten hochkonzentrierten Algenextrakt sowie mineralstoffreiches Meerwasser. Das Gel und die Creme spenden Feuchtigkeit und regenerieren die Haut, das Tonicum aktiviert und erfrischt eure Haut. Kieler Kund:innen können sich das Osternest und mehr direkt im Store am Tiessenkai abholen, alternativ könnt ihr euch die Produkte nachhaltig per Fahrradkurier schicken lassen. Für diese umweltschonende Lösung wählt ihr bei der Versandoption einfach „Fahrradkurier“ aus, stellt sicher, dass ihr zu einem festen Termin zu Hause seid oder einen alternativen Abgabeort angebt. Und schon kommt eure Bestellung schnell und grün zu euch nach Hause! Wer mehr erfahren und die tollen Produkte kennenlernen möchte, schaut am besten hier vorbei: www.ocean-cosmetics.de.

„LIEBEN SIE FEINES HAAR?“



In einem Interview eines Friseur-Fachmagazins wurde ich gefragt, was ich an meinem Beruf liebe. Tausend Gedanken schwirrten mir durch den Kopf. Ich merkte, dass es vieles gibt, das ich an meinem Beruf liebe. „Das Ausleben meiner Ideen, das gemeinsame Erlebnis mit meinen Kunden, die Teamarbeit, das Aufspüren neuer Trends in den Mode-Metropolen und die Abwechslung aus Handwerk, Kunst und Kreativität.“ Es folgte die Frage, was denn nun meine Lieblingstätigkeit sei. Nun kramte ich in mir und überlegte: Ist es das Zusammenspiel aus Haarstyling und Make-up, das Wissen um die perfekte Haarfarbe? Oder doch das Erstellen einer aufwendigen Hochsteckfrisur (bei der ich mich so richtig austoben kann) für den Gala-

Auftritt einer Kundin? „Feines Haar“, war meine Antwort.

Die Redakteurin war etwas irritiert und fragte nach: „Lieben Sie feines Haar?“ Ich erklärte, dass ich es liebe, feines Haar perfekt zu schneiden. Sicherlich lernt jeder Friseur, Haare zu schneiden, aber für feines Haar benötigt man viel Sensibilität und andere Techniken als bei dickerem Haar. Kundinnen mit feinen Haaren sind oft unzufrieden und sehnen sich nach Volumen, Glanz und Flexibilität ihrer Frisur.

Umso glücklicher sind genau diese Kundinnen, wenn sie verstanden werden und mit ihrem Haar wieder zurechtkommen. Speziell für feines Haar gibt es zudem einen echten „Booster“ in meiner Pflegeserie, der es auch zu Hause ermöglicht, Volumen ohne Rundbürste zu erzeugen.

Ich selbst bin bekennender Rundbürsten-Föhn muffel und liebe den schnellen Push-up-Effekt. Mein persönlicher Tipp: feines Haar nie zu heiß föhnen und nicht mit zu viel Power, Trockengeschwindigkeit. Es ist sehr fragil und steht gerade in der warmen Jahreszeit oft „elektrisch“ in alle Himmelsrichtungen ab – aber auch dagegen gibt es Tricks. Frauen mit feinen Haaren sind einfach die dankbarsten Kundinnen. Ich kann also behaupten, dass ich es liebe, feines Haar zu schneiden.

*Herzlichst,
Ihr Björn Donner*

bd björn donner
Bismarckallee 2, Kiel
Tel.: (0431) 26 09 79 77
www.bjoern-donner.de

auxilium



Abnehmen dank Erfahrung

Nach jahrzehntelanger Erfahrung als stark übergewichtiger Mensch zeigt Heike Lewin, Inhaberin der Praxis Auxilium, wie man es schaffen kann erfolgreich abzunehmen und das Gewicht zu halten.

Am 3. Mai findet ein **kostenloser Informationsabend** über das Auxilium-Pondus-Konzept ab 19.30 Uhr statt.

Am Sonnabend 7. Mai findet in der Zeit von 10-18 Uhr ein **Tagesseminar** statt, Preis 99,-€.

Anmeldungen, Informationen und weitere Termine über die Webseite www.praxis-auxilium.de

GRUSS DER HEIMAT, VON UNS GERETTET.



Leuchtturm Roter Sand – das weltweit erste Bauwerk auf offener See. Mehr über die Geschichte dieses Denkmals: 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



DEUTSCHE STIFTUNG
DENKMALSCHUTZ

Wir bauen auf Kultur.

GESUNDHEIT & WELLNESS

*Sich einfach wieder richtig gut fühlen!
Dazu gehören neben Tipps für die Gesundheit natürlich auch die richtigen Adressen fürs Wohlbefinden.*



Foto: Igor Alexander/E+/Getty Images

ÖLZIEHEN: ERGÄNZUNG FÜR DIE MUNDHYGIENE

Ölziehen stammt aus der ayurvedischen Gesundheitslehre. Laut der traditionellen indischen Heilkunst soll das Öl Giftstoffe und Bakterien im Mund binden und somit zur Entgiftung beitragen. Auch das Lymph- und Immunsystem soll durch die Bewegung des Öls angeregt werden. Zähne und Zahnfleisch werden durch das Ölziehen gestärkt, das auch Entzündungen vorbeugen und zu weißeren Zähnen verhelfen soll.



Vor dem Ölziehen sollte die Zunge gereinigt werden. Dafür verwendet man einen Zungenschaber oder einfach einen Esslöffel, der aber nicht scharfkantig sein darf. Der Schaber wird so weit hinten angesetzt, wie es angenehm ist. Dann sanft über den Zungenrücken bis nach vorne ziehen und den Schaber unter fließendem Wasser abspülen. Den Vorgang mehrmals wiederholen, bis keine Rückstände mehr am Schaber haften.

Für das Ölziehen eignen sich Sesam-, Kokos- oder Sonnenblumenöl, am besten in Bioqualität. Ein Esslöffel des Öls wird nun im Mund für 10 bis 20 Minuten hin und her gespült und durch die Zahnzwischenräume gezogen. Das Öl sollte aber nicht gegurgelt oder gar geschluckt werden, denn dann gelangen die gebundenen Giftstoffe und Bakterien in den Körper. Nach der Anwendung das Öl nicht in den Abfluss spucken, da dies zu Fettablagerungen im Abfluss führen kann. Stattdessen die Ölreste in ein Papiertaschentuch oder ein Stück Toilettenpapier spucken und im Restmüll entsorgen. Anschließend den Mund mit warmem Wasser ausspülen und die Zähne wie gewohnt putzen.

VORSICHT:

Bei Amalgamfüllungen sollte auf das Ölziehen verzichtet werden, weil dadurch Quecksilber aus den Füllungen gelöst werden kann. Im Zweifelsfall unbedingt mit dem oder der Zahnärzt:in Rücksprache halten. Die wissenschaftliche Studienlage zum Ölziehen ist leider noch sehr dünn, in der ayurvedischen Gesundheitslehre hat es aber seit Jahrtausenden seinen festen Platz. Schädliche Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Ölziehen kann eine Ergänzung zur Mundhygiene sein, sollte aber natürlich in keinem Fall das tägliche Zähneputzen ersetzen.

Schönberger Landstraße 144a | 24232 Schönkirchen

CHIROWERK

PRIVATPRAXIS FÜR AMERIKANISCHE
CHIROPRAKTIK

Termine

MO, MI u. FR: 09:00 – 14:00 Uhr
DI u. DO: 13:00 – 19:00 Uhr
sowie nach Vereinbarung



CHIROWERK f @

EINFACH ONLINE
TERMIN BUCHEN!

T: 04348 - 690 99 70 WWW.CHIROWERK.DE



fertilitycenter
schleswig-holstein

Ihr Kinderwunschzentrum im Norden.

Wir
behandeln auch
Single-Frauen &
lesbische
Paare.



Kinderwunschmedizin

Eine Spur persönlicher...

Bei uns erwarten Sie:

- ausführliche, einfühlsame & ehrliche Gespräche auf Augenhöhe
- eine umfassende & strukturierte Diagnostik
- eine moderne Kinderwunschtherapie auf höchstem Niveau

fertilitycenterkiel

im Gesundheitszentrum Kiel-Mitte | Prüner Gang 15
24103 Kiel | Tel. 0431 9741333 | info@fertilitycenter.de



SocialMedia: facebook & instagram

www.fertilitycenter.de

**Wollen Sie
mehr tun ?**



© dindoferschoen
Foto: Miss Ty / Shutterstock

Hochtontherapie:

Zur Behandlung und Milderung von Schmerzen und Missempfindungen bei Diabetes.

Kosten: 21,19 € pro Anwendung.



Sprechen Sie uns an:

Neurologische Praxis im Medizinischen Zentrum Altenholz
PD Dr. med. habil. Roland Wenzelburger und Ina van Loh
Dänischenhagener Str. 12 b · Altenholz · Tel.: 0431 - 322 125

www.gleichstromstimulation.de

TIERGESTÜTZTES THERAPIEZENTRUM



Carolin Möller
+ Team

PRAXIS AM SCHLOSS
Burgstraße 2
24103 Kiel
Tel.: 0431 98 65 43 00

info@ttz-kiel.de
www.ttz-kiel.de

Wir bieten

- Osteopathie
(auch für Kinder & Säuglinge)
- Physiotherapie
- Logopädie
- Ergotherapie
- Schmerzcoaching

www.ttz-kiel.de

PHYSIOMOBIL OHNE Grenzen



Laut des Statistischen Bundesamtes leben in Deutschland aktuell rund 61.000 Personen ohne Krankenversicherung – trotz Versicherungspflicht. Häufig handelt es sich hierbei um Geflüchtete, Obdachlose oder Menschen, die an der Armutsgrenze leben. Um ihnen Krankengymnastik zugänglich zu machen, arbeitet die Physiotherapeutin Fina Steen gemeinsam mit ihren Teamkollegen Daniel Seeger und Thomas Stadtmüller an „PhysioMobil ohne Grenzen“, einem sozialen Projekt, das in naher Zukunft in Kiel und Hamburg realisiert werden soll. Ihr Ziel ist es, die Ungleichheiten im Gesundheitssystem auszubessern und die Versorgungslücke zu schließen. Hierzu soll ein Bus zu einer mobilen Physio-Praxis umgebaut werden, in dem die Physiotherapeutin ihre Klient:innen „for free“ behandeln und dorthin fahren kann, wo sie gebraucht wird. Der Projektplan steht bereits, nun geht es darum, zur weiteren Finanzierung Spenden zu akquirieren, die für Strom, Behandlungsmaterialien, den Unterhalt des Mobils und die Versicherung benötigt werden. Unter www.spendenseite.de/physiobus-ohne-grenzen/-34017 könnt ihr für das „PhysioMobil ohne Grenzen“ spenden. Einige Kooperationspartner:innen gibt es schon, die mit Materialien, Desinfektionsmitteln und ähnlichem unterstützen. Um die Patient:innen behandeln zu können, möchten Fina und ihr Team mit „Ärzte der Welt“, der „Praxis ohne Grenzen“ in Hamburg, einer Asylbewerberunterkunft und weiteren Organisationen zusammenarbeiten, um den Menschen in Kiel und Hamburg mit ihrer Tätigkeit helfen zu können. Mehr zu dem Projekt erfährt ihr unter www.physiofina.de/physiomobil.

RISIKOFAKTOR BLUTHOCHDRUCK MESSEN IST DIE BESTE VORSORGE

Habt ihr schon mal euren Blutdruck gemessen? Manche Leute sind sehr überrascht, wenn bei ihnen ein zu hoher festgestellt wird. Im Gegensatz zu niedrigem Blutdruck fühlen sich die Patient:innen oft sehr wohl, denn ein hoher Blutdruck macht munter und bereitet meist keine Beschwerden. Gewisse Schwankungen sind normal und abhängig von Tageszeit und Aktivität.

Aber ein regelmäßiger Blutdruck von über 140/90 mmHg gilt als zu hoch und ist die Hauptursache für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die zu Schlaganfällen oder Herzinfarkten führen können. Bei einem Verdacht auf erhöhte Werte sollte der Blutdruck regelmäßig kontrolliert werden. Senkende Medikamente sind dann oft sinnvoll. Bewegung, gesunde Ernährung, Vermeidung von Salz, Alkohol, Nikotin und Stress gehören mit der Blutdruckmessung zu den Vorsorgemaßnahmen. Für zu Hause gibt es Messgeräte, die leicht zu bedienen sind. Die passenden Produkte gibt es im Sanitätshaus Kowsky. Alle Infos unter www.kowsky-kiel.com



Kristina Mai und ihr Team sind in der Geschäftsstelle Kowsky-Kiel für ihre Kund:innen vor Ort

KINDEROSTEOPATHIE IN DER PRAXIS AM SCHLOSS

Wünscht ihr für euer Neugeborenes einen zusätzlichen Gesundheitscheck, eine Unterstützung beim Start ins Leben oder eine Steigerung des Wohlbefindens? Hat eure Hebamme oder Kinderärztin eine osteopathische Behandlung empfohlen? Neugeborene, Säuglinge und Kleinkinder unterscheiden sich deutlich von einem Erwachsenen. Die Geschehnisse vor, während und unmittelbar nach der Geburt, die enorme Dynamik in der Entwicklung der verschiedenen Gewebe und Organe, die physiologischen Prozesse sowie die sensorische und emotionale Entwicklung in den ersten Lebensjahren erfordern besondere diagnostische und therapeutische Vorgehensweisen, Aufmerksamkeit und Schulung der Osteopath:innen.

Der Osteopath Maximilian Hake hat sich speziell in diesem Bereich weitergebildet und im Anschluss an sein Studium eine zusätzliche Ausbildung zum Kinderosteopathen absolviert. Ihr trefft in der **Praxis am Schloss** auf geballte therapeutische Kompetenz in einer ganz neuen, gemütlichen und an die Bedürfnisse der Kinder angepassten Praxis. Mehr unter www.logokiel.de.



Foto: Praxis am Schloss

Was macht Ihr Blutdruck?

Blutdruckmeßgerät BM 28 HSD

- Ruheindikator für genaue Messergebnisse
- Mit Manschette für Oberarmumfänge von 22-42 cm
- Manschettensitzkontrolle: für korrekte Positionierung am Oberarm

Nur im
April

UVP 44,99 €

34,99 €



ERHÄLTlich IN ALLEN FILIALEN

Besuchen Sie uns auch auf
www.kowsky.com • [f](#) • [@](#)



Projensdorferstr. 97 • 24106 Kiel
Telefon: 0431-5444210



Wir kommen zu Ihnen

- umfassende Beratung
- häusliche Krankenpflege
- Behandlungspflege
- hauswirtschaftliche Versorgung
- Kinderbetreuung
- 24 Stunden Erreichbarkeit

Sie kommen zu uns

- Betreutes Wohnen
- Urlaubspflege
- Service Wohnen
- Kindergarten
- Seniorenwohngruppe

Beselerallee 40 • 24105 Kiel
Tel. 04 31 - 88 68 414 • Fax 04 31 - 88 68 415
info@hdu-kiel.de • www.hdu-kiel.de

ERNEUT: KOSTENÜBERNAHME REZEPTPFLICHTIGER VERHÜTUNG

Auch 2022 können Menschen mit geringen finanziellen Mitteln einen Antrag auf Kostenübernahme verschreibungspflichtiger Verhütung stellen.

„Wir begrüßen es sehr, dass der Rat der Stadt Kiel aufgrund des großen Bedarfs den Verhütungsmittelfond auf 55.000 Euro aufgestockt hat“, sagt Dominik Hohnsbehn, Leiter von pro familia Kiel. „Bereits jetzt sind 10.000 Euro aufgebraucht.“ Das Angebot gilt für bedürftige Kieler:innen ab 22 Jahren (davor bezahlt die Krankenkasse). Sie können sich in der pro familia-Beratungsstelle in der Bergstraße 5 informieren und eine Kostenübernahme für alle ärztlich verordneten Verhütungsmittel oder für eine Vasektomie beziehungsweise Sterilisation beantragen. Aufgrund der Pandemie werden die Anträge aktuell telefonisch unter Tel. : (0431) 8 62 30 gestellt.



Ziel des Verhütungsmittelfonds ist, allen Kieler:innen, das Recht auf einen ungehinderten Zugang zu möglichst sicheren, verträglichen und erschwinglichen Verhütungsmethoden zu ermöglichen. Denn seit Einführung des Gesundheitsmodernisierungsgesetzes und der damit verbundenen Abschaffung der sogenannten „Hilfe zur Familienplanung“ im Jahr 2004 können sich viele Menschen mit geringem Einkommen Verhütung nicht mehr leisten. Das Angebot der Kostenübernahme von Verhütung ist eine freiwillige Leistung der Stadt Kiel, ohne Rechtsanspruch, zeitlich, finanziell und regional begrenzt. Weitere Infos zur Kostenübernahme auf www.profamilia.de/kiel.

Foto: Alexndr/Stock/Getty Images Plus

MRS.SPORTY

Dein
Wohlfühl
BODY

Werde die beste Version
deiner selbst.



TRAINIERE JETZT
1 MONAT ZUM
HALBEN PREIS*

Starte jetzt mit unseren flexiblen Angeboten und sichere dir ein **kostenloses, unverbindliches Probetraining.**

* Trainiere im ersten Monat für nur 27 Euro. Das Angebot gilt für die ersten 50 Neumitglieder bei Abschluss einer Mitgliedschaft. Zzgl. einmaliger Kosten für die Aktivierung der Mitgliedschaft (25 Euro) und das Startpaket (129 Euro). Je nach gewählter Mitgliedschaft fallen im Anschluss monatliche Kosten ab 53,99 Euro an. Nicht mit anderen Angeboten kombinierbar. Alle Preise inkl. der aktuell gültigen MwSt.
Fahrenholz & Fahrenholz GbR, Walkerdamm 17, 24103 Kiel.
Fahrenholz & Fahrenholz GbR, Prinz-Heinrich-Str.20, 24106 Kiel.
Inhaber*in: Mrs.Sporty Kiel-Kronshagen: Manuela Meuel, Kieler Straße 86, 24119 Kronshagen

Mrs.Sporty Kiel-Vorstadt
Walkerdamm 17 / Eingang Schülperbaum, Tel.: 0431 - 53 55 226

Mrs.Sporty Kiel-Wik
Prinz-Heinrich-Str. 20 / Famila, Tel.: 0431 - 54 44 99 30

Mrs.Sporty Kronshagen
Kieler Straße 86, 24119 Kronshagen, Tel.: 0431 - 53 49 415

Advertorial



OSTERSTIMMUNG BEI ALLOHEIM

Ostern steht vor der Tür und selbstverständlich zieht die fröhlich-frühlingshafte Stimmung auch im Günter-Lütgens-Haus der Alloheim Senioren-Residenzen ein!

Wer denkt, in einer Pflegeeinrichtung wird es an Feiertagen langweilig, irrt sich gewaltig. Schon zu Silvester ließen die Bewohner:innen gemeinsam mit den Pflegekräften die Korken knallen und nun sorgt das Team des Günter-Lütgens-Haus auch zu Ostern für die richtige Feiertagsstimmung.

EIERSUCH-AKTION FÜR JUNG UND ALT

Der Osterhase ist dieses Jahr etwas früher dran als sonst und hat der Pflegeeinrichtung einen Besuch abgestattet. Na gut, eigentlich war es Residenzleitung Katinka Clausen, die den Bewohner:innen eine kleine österliche Freude machen wollte und kurzerhand ein paar leckere Schoko-Ostereier versteckte. Mit dieser tollen Aktion ließ sie nicht nur die Herzen der Senior:innen höherschlagen, sondern auch die der ganz Kleinen – dank der hauseigenen Kita „Tagesnest“ für die Kinder der Mitarbeitenden kommen im Günter-Lütgens-Haus nämlich gleich drei Generationen zusammen.

KUNTERBUNTES OSTERPROGRAMM

Auch Betreuungsleitung Eliška Wormeck gibt sich größte Mühe, den Bewohner:innen eine schöne Osterzeit zu beschern und plant für sie ein durchweg buntes Programm. So treffen sich alle, die Lust haben, zum Ostereier färben. Jede:r darf der eigenen Kreativität freien Lauf lassen und die Eier nach eigener Vorliebe bemalen. Zu Ostern dienen die bemalten Eier dann zusammen mit Schokohasen, Ostergras und frischen Blumen als Tischdeko. Für das leibliche Wohl sorgen Kaffee und Karottenkuchen sowie ein ganz besonderes Getränk: Kikeriki – Eierlikör mit Orangenlimonade. Für all diejenigen, die es lieber klassisch mögen, gibt es nur Eierlikör, dafür aber im leckeren Waffel-Schokobecher! Zudem dürfen sich die Bewohner:innen über gemeinsames Singen und Lesen, Live-Gitarrenmusik und ein spannendes Osterquiz inklusive schöner Gewinne freuen.

VON LANGEWEILE KEINE SPUR

Auch außerhalb der Ostertage locken im Günter-Lütgens-Haus jede Menge unterhaltsame Angebote. Beim gemeinsamen Kochen werden Leckereien gezaubert, beim Tanztee wird geschwoft, was das Zeug hält und bei den Gymnastikangeboten des Hauses halten sich die Bewohner:innen fit.



Günter-Lütgens-Haus
Charles-Roß-Ring 89-91, Kiel
Tel.: (0431) 33 97 90
kiel-guenter-luetgens-haus@alloheim.de
www.alloheim.de/
pflege-kiel-guenter-luetgens



HUNGER & DURST

Endlich tummeln wir uns wieder auf den Terrassen der Cafés und Restaurants in Kiel und Umgebung. Herrlich, wie viel mehr eine Pizza dann plötzlich nach dolce vita schmeckt und ein Frühstück Urlaubsfeeling auslöst. Passende Locations zeigen wir euch auf den folgenden Seiten.

Alle italienischen
Köstlichkeiten
auch online:
www.feinkost-casa-tripaldi.de



ITALIEN GENIESSSEN – ZU HAUSE ODER MIT MEERBLICK

Was tun, wenn die ersten Frühlingssonnenstrahlen unsere Nasen kitzeln? Ganz klar: Wir genießen eine große Portion dolce vita im Casa Tripaldi in Laboe.

Das beliebte italienische Restaurant Casa Tripaldi hat nicht nur die wunderschöne Terrasse mit Meerblick, auf der ihr die ersten warmen Momente genießen könnt – direkt am Hafen von Laboe verwöhnt das Team euch auch noch mit original italienischer Küche, von Antipasti über fangfrischen Fisch und exzellentem Fleisch, bis hin zu leckerer Pasta und knuspriger Steinofenpizza. Dazu gibts einen atemberaubenden Blick aufs Wasser, viel Gastfreundschaft und eine große Portion Herzlichkeit.

Unser Tipp: Seit einiger Zeit hält das **Casa Tripaldi** zusätzlich ein echtes Leckerchen für euch bereit. Im hauseigenen Feinkostladen bietet das Team erlesene Weine, feine und würzige Käsespezialitäten, gut abgehängenen Parmaschinken und vieles mehr. Ein wunderbarer Ort, um sich von den einzigartigen, original italienischen Spezialitäten überzeugen zu lassen, denn sehr gerne könnt ihr natürlich die eine oder andere Kostprobe erhalten. Der Feinkostladen, der direkt neben dem Restaurant eröffnete, verspricht außerdem nur die beste Qualität ausgesuchter Produkte. Mehr unter www.casa-tripaldi.de.

Fotos: Casa Tripaldi



**RISTORANTE • PIZZERIA
FEINKOSTLADEN**

RESTAURANT –
direkt am Yachthafen Laboe, Kieler Förde

FEINKOSTLADEN –
mit einzigartigen, original italienischen
Spezialitäten, gleich neben unserem Restaurant

Fördewanderweg 2 • 24235 Laboe
Telefon 04343 43 42 0
E-Mail: info@casa-tripaldi.de

Ganzjährig geöffnet!



GESUCHT:
zuverlässiges
Service-
personal

DEFTIGES ERFOLGSREZEPT AM HOLSTENFLEET

Seit etwas mehr als einem halben Jahr ist Kiels Innenstadt am Holstenfleet um das kulinarische Angebot von Jan&Hein&Klaas&Pit reicher. Modern, schick, stylisch und gemütlich ist es am neuen Kieler Hot Spot. Hier bietet Jan Hinkelmann im größten Craft-Bier-Restaurant der Landeshauptstadt deftige Speisen und Snacks an, geröstetes Küstenbrot mit verschiedenen vegetarischen Dips, Holsteiner Käse- und Wurst-Spezialitäten. Für den etwas größeren Hunger könnt ihr zwischen der kulinarischen Vielfalt aus Hot Dogs, Pulled Beef im Brot oder Nudelgerichten in Trüffel-Rahmsauce wählen. Ein breites Veggie-Angebot rundet die Karte

bei Jan&Hein&Klaas&Pit natürlich ab. Der Durst der Gäste kann an Kiels größter Zapfanlage gestillt werden. Aus bis zu 30 Zapfhähnen könnt ihr die unterschiedlichsten Biersorten nach moderner Braukunst verkosten. Hinzu kommen diverse Flaschen-Craft-Biersorten aus aller Welt. Schaut also mal am neuen Holstenfleet vorbei und genießt die Sonnenstunden bei Jan&Hein&Klaas&Pit.

Jan&Hein&Klaas&Pit
Holstenbrücke 1, Kiel
Tel.: (0431) 12 83 70 06
janheinklaaspit.de

SAISONSTART BEI DEN ZANTOPPS

Endlich sind die Strandbistros der Familie Zantopp wieder am Start! Ob im Heikendorfer Sommerhaus, im Mönkeberger Fährhaus oder beim Freischwimmer an der Kiellinie – hier könnt ihr die Seele baumeln lassen und Urlaubsfeeling pur erleben. Kommt vorbei und probiert einen cremigen Cappuccino, hausgemachten Kuchen und natürlich das handgemachte Eis, mit vielen neuen Sorten wie Aprikose, Heidelbeer-Feige und Sylter Sahne – mmhm, himmlisch! Selbstverständlich gibt es auch wieder den legendären, knusprigen Flammkuchen und die beliebte Sommer-Bowl in den beiden Strandbistros auf dem Ostufer. Mit den Füßen im Sand könnt ihr das gemütlich-stylische Ambiente genießen, direkt am Strand oder mitten in der City an der Kiellinie.

Sommerhaus, Uferweg 2, Strandpromenade, Heikendorf
Fährhaus, Strandweg 8, beim Fähranleger, Mönkeberg
Freischwimmer, Kiellinie 11, Nähe Seehundbecken, Kiel



Fotos: Zantopps

SEEBAR: URLAUBSFEEELING AN DER KIELER FÖRDE

Sehnsucht nach Urlaubsfeeling? Dann ist die **Seebar**, Kiels einziges Restaurant auf dem Wasser, die Top-Adresse. Die Seebar ist der perfekte Platz, um in entspannter Atmosphäre einen Cocktail zu schlürfen oder in den stylischen Lounge-Bereichen einen uneingeschränkten Blick auf die Ostsee zu genießen. Mit dem angeschlossenen See-



Verstärkung
gesucht für
Service und
Küche

bad Düsternbrook ist die Seebar im Sommer zudem der ideale Ort für ausgelassenes Badervergnügen mitten in der City. Kulinarisch verwöhnt sie mit raffinierten Salaten und Bowls, herzhaften Bio-Steaks, leckeren Burgern aus regionalem Bio-Rindfleisch sowie mit feinen veganen Varianten. Außerdem begeistert die Küchen-Crew mit

richtig guten Fischgerichten und kreativen Currys. Am Wochenende, und in den Sommerferien sogar täglich, wird fantastisches Frühstück serviert – ein Muss für alle, die ausgiebiges Breakfast lieben. Schaut vorbei, die Adresse lautet Kiellinie 130, die aktuellen Öffnungszeiten findet ihr auf Instagram @seebarkiel oder unter www.seebar-kiel.de.



Wird bald aus dem Dornröschenschlaf erwachen: das Hotel und Restaurant Kieler Yacht-Club

FRISCHER WIND IM HOTEL KIELER YACHT-CLUB

Wiedereröffnung unter neuer Leitung: Ab sofort wird der KYC in „aller Munde“ sein.

Das schöne Clubhaus des Kieler Yacht-Clubs (KYC) an der Kiellinie stand zwei Jahre leer, nun zieht frischer Wind ein: Die Hotel- und Veranstaltungsräume des Traditionshauses öffnen ab sofort ihre Türen. Und auch die Gastronomie erfährt einen Neustart. Planmäßig soll hier im Juni die Eröffnung des Restaurants „Ahoi Steffen Henssler“ gefeiert werden. Der Eigentümer Ulf Wachholtz hat sich hierfür Lasse Lange ins Boot geholt. Dieser ist gemeinsam mit dem Kieler Gastronom Henning Puls und zwei weiteren Partnern Franchisenehmer der Gruppe „Ahoi Steffen Henssler“. Aber nicht nur das: Familie Lange, die Inhaber des **Strandhotels in Strande**, werden auch die Veranstaltungsräume und den Hotelbetrieb des Kieler Yacht-Clubs führen. Das Beste von Kiel wird dadurch vereint: Stadt und Strand. Ihr wollt euch am Strand das „Ja-Wort“ geben, aber im Kieler Yacht-Club eure Hochzeit feiern? Kein Problem: mit einem Shuttle wird die Gesellschaft vom Strand zum Kieler Yacht-Club gebracht. Per Auto oder per Schiff? Der Kreativität der Zusammenarbeit sind hierbei keine Grenzen gesetzt.

Familie Lange und ihr Team freuen sich auf die neue Herausforderung. Schon jetzt wird fleißig Personal für alle Bereiche gesucht. Bewerbungen und Anfragen können gerne an veranstaltung@hotel-kyc.de gesendet werden.

Hotel Kieler Yacht-Club, Kiellinie 70, Kiel



Das Strandhotel in Strande und der KYC liegen nun in einer Hand

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 stillvollen 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



Wir finden: Kuh und Kalb gehören zusammen!



Sie auch? Helfen Sie uns dabei, das Leben der „Nutz“tiere zu verbessern! Ihre Organisation für „Nutz“tierschutz:
www.provieh.de

FESTIVAL FÜR FEINSCHMECKER DIESE RESTAURANTS NEHMEN AN TOUR DE GOURMET JEUNESSE TEIL

Mit der ‚Tour de Gourmet Jeunesse‘ (TdGJ) führt das Schleswig-Holstein Gourmet Festival am 2. April wieder junge Menschen zwischen 18 und 35 Jahren an die gehobene Restaurantlandschaft im nördlichsten Bundesland heran.

Die letzten zwei Jahre waren aufgrund der Pandemie schwierig: Ausgehen, Spaß haben, sich mit anderen Menschen austauschen und dabei neue Locations kennenlernen – alles kam zu kurz. Es gibt immensen Nachholbedarf!

Jede Saison gibt es eine neue Route: Erstmals dabei sind Bergers Hotel und Landgasthof in Enge-Sande und das Boutique Hotel Wassersleben in Flensburg-Harrislee. Zwei Hotels, die von engagierten Inhabern geführt werden und sich durch Lage und Ausrichtung USPs gesetzt haben. Viele Stammgäste warten schon auf interessantes Essen und passende Getränke, aber auch neue Gesichter sind immer dabei – eine inspirierende Mischung! Am Samstag, 2. April 2022, um 12 Uhr laden Susanne und Uwe Berger in ihren historischen Landgasthof nach Nordfriesland ein. Nach dem Motto „Wild und Wunderbar“ begrüßt der Patron seine Gäste mit Lanson Champagner und LYKKE Bier zum aromaintensiven Amuse-Bouche und den ersten zwei Menü-Gängen. Dabei dürften seine wildwachsenden Kräuter eine Rolle spielen. Das traditionsreiche Haus von 1892 liegt nur rund 28 km von der Grenze zu Dänemark entfernt und wurde ehemals von der Familie Berger in einen Landgasthof mit sechs individuellen Landhaus-Zimmern verwandelt.

Im Neubau gleich nebenan wurden die acht Zimmer naturnah designt und folgen Mottos wie Golf- oder Lesezimmer mit spezieller Einrichtung. Auf dem Parkplatz stehen nicht selten Motorräder und Wohnwagen, denn das sind auch wichtige Zielgruppen der Bergers. Kulinarisch setzt der gelernte Koch Uwe Berger auf Regionalität und ist Mitglied bei Feinheimisch. www.gourmetfestival.de.

Auch das Boutique
Hotel Wassersleben ist
Teil der TdGJ



Susanne und Uwe
Berger laden euch nach
Nordfriesland ein



STARKOCH THOMAS MARTIN IM KIELER KAUFMANN

Thomas Martin ist beim Schleswig-Holstein Gourmet Festival (SHGF) echter Routinier, der es dennoch versteht, immer wieder für neue kulinarische Überraschungen zu sorgen. Der gebürtige Mannheimer, der normalerweise im Restaurant „Jacobs“ vom „Hotel Louis C. Jacob“ in Hamburg am Herd steht, gibt auch in der 35. Saison sein heißersehntes Gastspiel. Pandemiebedingt musste der ursprüngliche Termin im „Romantik Hotel Kieler Kaufmann“ im Januar abgesagt werden. Umso schöner, dass ein Ersatzdatum am Sonntag und Montag, den 10. und 11. April, gefunden werden konnte. Lokalmatador Arne Linke und sein Team freuen sich sehr über den Gastkoch und die Zusammenarbeit auf höchstem Niveau. Die Gäste dürfen auf das Zusammentreffen der beiden erstklassigen Küchenchefs gespannt sein: Arne Linke hält im Restaurant „Ahlmanns“

einen Michelin-Stern, Thomas Martin zählt schon seit Jahrzehnten zu den besten Köchen Hamburgs. Seine Auszeichnungen sprechen für ihn: 18 Gault Millau Punkte, 8 Gusto Pfannen und 3,5 Punkte im Der Feinschmecker sowie von 2011 bis 2020 zwei Michelin Sterne bis zur Konzept-Änderung des Restaurants Jacobs. Sein Küchenstil passt gut zu der Linie, die Arne Linke in Kiel verfolgt: auf das Wesentliche konzentriert, weltoffen, saisonal und kreativ. Der Preis für das SHGF-5-Gänge-Menü inklusive begleitender Getränke beträgt 175 EUR. Weitere Infos und Anmeldungen unter Tel.: (0431) 881 10.



AB MITTE
APRIL GRATIS
BESTELLEN

unter info@kielerleben.de
oder www.kielerleben.de



KIELS TOP-ADRESSEN

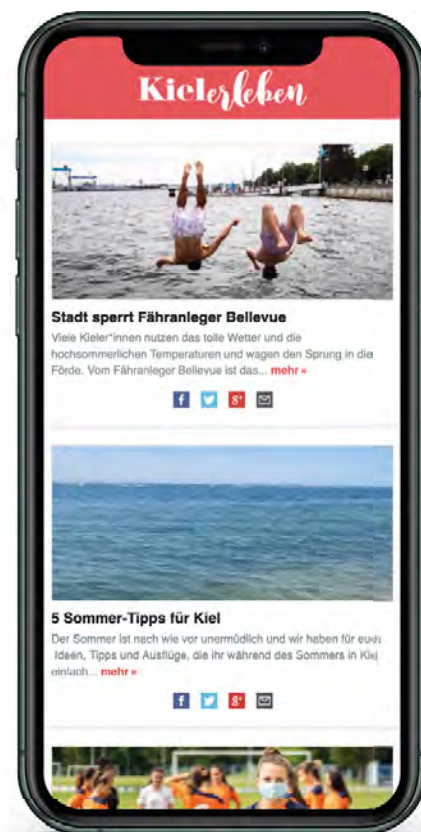
DIE NEUE E-BOOK REIHE VON **Kielerleben**

Wo hat man den schönsten Ausblick aufs Meer? Wo gibts den cremigsten Cappuccino in der Fördestadt? Wer macht das leckerste Eis in Kiel und Umgebung? Das und mehr erfahrt ihr in unserem ersten E-Book „**Die 30 Top-Adressen: Draußen genießen**“ aus der Reihe Kiels Top-Adressen! Neugierig? Dann fordert die erste Ausgabe ab Mitte April kostenfrei an:
per Mail an info@kielerleben.de oder auf kielerleben.de!



Fotos: Getty Images/Spiderplay, numbeos; Förde Fräulein

IMMER TOP INFORMIERT



Brandheiße Kiel-News –
in unserem wöchentlichen
Newsletter bequem per E-Mail
in euer Postfach geliefert

- ✓ Euch erwarten die neuesten Artikel zum **Stadtgeschehen**
- ✓ Ihr seid up to date und verpasst keine **Veranstaltung**
- ✓ Ladet die neueste Ausgabe schon **vor dem Druck** herunter

Noch nicht genug? Weitere Kiel-News findet ihr unter www.kielerleben.de, auf unseren Social-Media-Kanälen und auf dem Blog des Förde Fräuleins!

Meldet euch an und verpasst nichts,
was in eurer Lieblingsstadt passiert!

kielerleben.de/newsletter



EINLADUNG ZUM OSTERBRUNCH

*Kunterbunt und farbenfroh geht es nicht nur in den Osternestern zu,
sondern auch auf dem Tisch! Diese Leckerbissen punkten sowohl
geschmacklich als auch optisch ...*



RHABARBERKOMPOTT MIT JOGHURT-MASCARPONE-CREME

Zubereitungszeit: 45 Min.
1 Std. **Ruhezeit**

Zutaten für 4 Personen

- 600 g Rhabarber
- 200 g Zucker
- 50 g Mandelkerne
- 50 g Haselnusskerne
- 150 g Haferflocken
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Zimtpulver
- 70 g flüssiger Honig
- 4 EL Rapsöl
- 250 g Joghurt
- 250 g Mascarpone

Zubereitung

1. Den Rhabarber waschen, putzen und ggf. entfädeln, dann in Stücke schneiden. Mit 120 g Zucker in einem Topf vermengen und 60 Minuten Saft ziehen lassen.

2. Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Mandeln und Nüsse grob hacken und in einer Schüssel mit Haferflocken, Salz, Zimt, Honig und Öl gut vermengen. Die Mischung auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im vorgeheizten Ofen 8–10 Minuten rösten, zwischendurch vermengen. Dann aus dem Backofen nehmen und auskühlen lassen.

3. Den durchgezogenen Rhabarbermix unter Rühren zum Kochen bringen und 6–8 Minuten köcheln lassen. Das Kompott dann vom Herd nehmen und vollständig auskühlen lassen.

4. Joghurt, Mascarpone und übrigen Zucker in einer Schüssel verrühren. Das Rhabarberkompott auf 4 Dessertgläser verteilen und mit der Joghurtcreme bedecken. Alles mit der gerösteten Flockenmischung bestreuen und das Dessert sofort servieren.

Tipp: Die Creme durchfrieren lassen und als Eis zum Kompott servieren.



SPINAT-SPAGHETTINESTER MIT TOMATENSALAT

Zubereitungszeit: 40 Min.

Zutaten für 4 Personen

- 400 g Spaghetti
- 400 g Babyspinat
- 150 g Mini-Mozzarellakugeln
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 2 Eier
- 150 g Sahne
- 400 g Tomaten
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 roter Peperoncino
- 4 Stiele Basilikum gehackt
- Biolimette (Saft)
- 1 Prise Zucker
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung

1. Die Spaghetti nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Inzwischen den Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern. Den Mozzarella gut abtropfen lassen und halbieren. Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

2. Spaghetti abgießen und abtropfen lassen, mit 2 EL Öl und dem Spinat zurück in den Topf geben. Eier und Sahne mit Salz und Pfeffer verquirlen. Ebenfalls in den Topf geben und alles vermengen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Die Spaghetti-Spinat-Mischung mit einer Gabel zu kleinen Nestern aufrollen, diese mit etwas Abstand auf das Blech setzen. Mit Mozzarella belegen und im vorgeheizten Ofen in 12–15 Minuten goldbraun backen.

3. Tomaten waschen, entkernen und würfeln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Den Peperoncino waschen, ebenfalls in feine Ringe schneiden. Tomaten, Frühlingszwiebeln, Peperoncino und Basilikum vermischen. Übriges Öl, Limettensaft, Zucker, etwas Salz und Pfeffer verquirlen und über die Tomatenmischung geben. Die Spaghetti-Nester aus dem Ofen nehmen und mit der Tomatensalsa servieren.

Tipp: Heiß schmecken die Spaghettinester besonders gut, sie machen sich aber auch lauwarm toll auf einem Büfett.

KAROTTENFLADEN MIT BURRATA UND PISTAZIENÖL

Zubereitungszeit: 2 Std.

Zutaten für 4 Personen

- 1 kl. Bund bunte Karotten mit Grün
- 500 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 1 Pck. Backpulver
- 250 g Quark
- 2 Eier
- 75 ml Milch
- ca. 160 ml natives Olivenöl extra
- 400 g Schmand
- 70 g gesalzene und geröstete Pistazienkerne
- 4 Stiele Petersilie
- 200 g Burrata
- 1 TL Chiliflocken
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung

1. Karotten putzen und schälen, dabei etwas Grün stehen lassen. Waschen und in kochendem Salzwasser 4–5 Minuten blanchieren. Abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen.

2. Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Mehl, Backpulver und 1 TL Salz in einer Schüssel mischen. Quark, Eier, Milch und 8 EL Öl dazugeben und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem glatten Teig verkneten. Diesen auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und in 4 gleich große Portionen teilen. Die Teigportionen zu ovalen Fladen ausrollen, dann jeweils 2 Fladen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen.

3. Schmand glatt rühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Teigfladen damit bestreichen. Die Karotten trocken tupfen und auf den Schmand legen. Alles mit 2–3 EL Öl beträufeln, die Fladen dann blechweise im vorgeheizten Ofen in 20–25 Minuten goldbraun backen.

4. Die Pistazien fein hacken. Petersilie waschen und trocken tupfen. Blättchen fein hacken. Pistazien und Petersilie mit übrigem Öl verrühren. Burrata abtropfen lassen und in Stücke teilen. Die Karottenfladen mit Burrata belegen, mit dem Pistazienöl beträufeln und mit einigen Chiliflocken garniert servieren.



FOCACCIA MIT BUNTEM ANTIPASTI-GEMÜSE

Zubereitungszeit: 2 Std.

Zutaten für 4 Personen

- 300 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- Würfel Hefe
- TL Zucker
- ca. 200 ml Olivenöl
- 1 Aubergine
- 1 Zucchini
- 1 rote Paprikaschote
- 1 gelbe Paprikaschote
- 250 g braune Champignons
- 4 Knoblauchzehen
- 6 Zweige Rosmarin
- 6 Stiele Thymian
- 6 EL Balsamicoessig
- etwas grobes Meersalz
- etwas Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Mehl mit 1 TL Salz in eine Schüssel geben. Hefe und Zucker in 150 ml lauwarmem Wasser auflösen, diesen Mix mit 2 EL Öl zum Mehl gießen. Alles kräftig zu einem glatten Teig verkneten. Diesen mit einem Küchentuch abdecken und ca. 45 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.

2. In der Zwischenzeit Aubergine und Zucchini putzen und waschen, beides in Scheiben schneiden. Paprikaschoten waschen, entkernen und in Streifen schneiden. Die Champignons putzen. Knoblauch schälen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. 2 Rosmarinzwige beiseitelegen, den Rest grob zerpflücken. Das Gemüse portionsweise in einer Grillpfanne in jeweils 2 EL Öl scharf anbraten. Zum Schluss Knoblauch und Kräuter kurz mitbraten. Das gesamte gebratene Gemüse in einer Schüs-

sel mit 6 EL Öl, Salz Pfeffer und Balsamicoessig vermengen, alles bis zum Servieren durchziehen lassen.

3. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche kurz durchkneten und 2–3 cm dick rechteckig ausrollen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und abgedeckt weitere 15 Minuten ruhen lassen. Inzwischen den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

4. Mit den Fingern kleine Mulden in den Teig drücken, diesen mit dem übrigen Öl bestreichen. Die Nadeln vom restlichen Rosmarin sowie etwas grobes Meersalz daraufstreuen. Die Focaccia im vorgeheizten Ofen in 25–30 Minuten goldbraun backen, dann aus dem Ofen nehmen, mit dem Antipasti-Gemüse belegen und sofort servieren.



FRÜHLINGS-GEMÜSEQUICHE

Zubereitungszeit: 2 Std.

Zutaten für 1 Quiche (Ø 26 CM)

- 250 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 130 g kalte Butter in Stückchen zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 4 Eier
- 300 g junge Karotten mit Grün
- je 300 g grüner Spargel und Brokkoli
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Schalotten
- 150 g Spinat
- 2 EL Olivenöl
- einige getrocknete Hülsenfrüchte zum Blindbacken
- 200 g Sahne
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 40 g frisch geriebener Parmesan
- 40 g geriebener Mozzarella
- etwas Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Mehl und 1 TL Salz in einer Schüssel vermischen. Kalte Butter sowie 1 Ei dazugeben, alles rasch zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und 45 Minuten kalt stellen. Inzwischen die Karotten vollständig und den Spargel im unteren Drittel schälen. Den Spargel von den holzigen Enden befreien. Bei den Karotten etwas zartes Grün stehen lassen. Karotten und Spargel waschen. Brokkoli in Röschen teilen und ebenfalls waschen. Alles in kochendem Salzwasser 2–3 Minuten blanchieren, dann abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen.

2. Knoblauch und Schalotten schälen, beides fein würfeln. Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern. Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch und Schalotten darin andünsten. Den Spinat nach und nach dazugeben und kurz zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und vom Herd nehmen.

3. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Boden einer Springform (Ø 26 cm) mit Backpapier belegen, die Ränder fetten. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche rund und etwas größer als die Form ausrollen. Die Form an Boden und Rand damit auskleiden. Einen Bogen Backpapier auf den Boden geben und mit getrockneten Hülsenfrüchten beschweren. Den Teig im Ofen 15 Minuten blindbacken. Inzwischen die übrigen Eier in einer Schüssel mit Sahne sowie etwas Muskat, Salz und Pfeffer verquirlen. Die Käsesorten vermischen und die Hälfte davon unter die Eiersahne rühren.

4. Den vorgebackenen Quicheboden aus dem Ofen nehmen, Backpapier samt Hülsenfrüchten entfernen und das Gemüse auf dem Quicheboden verteilen. Alles mit der Eiersahne begießen, mit dem restlichen Käse bestreuen und die Quiche in 35–40 Minuten goldbraun backen. Ggf. mit Alufolie abdecken. Kurz ruhen lassen und servieren.



Diese und viele weitere leckere (Oster)rezepte findet ihr in der aktuellen Ausgabe der LandGenuss. Erhältlich im Zeitschriftenhandel oder unter www.falkemedia-shop.de.





Die Sammlerin
Ingrid Roosen-Trinks



Kleine Werkauswahl
der Sammlung von
Ingrid Roosen-Trinks

AUSSTELLUNGEN IM APRIL

Kunst ist der Blick über den Tellerrand hinaus. Sie richtet den Blick auf Details oder auch das große Ganze.

RAUS AUS KIEL

NEUER KULTURELLER TREFFPUNKT IM NORDEN

Über die Jahre hat Ingrid Roosen-Trinks eine vielfältige Sammlung mit Werken internationaler und deutscher junger Maler:innen, Fotokünstler:innen, Bildhauer- und Multimediakünstler:innen zusammengetragen. Ihre Sammlung umfasst raumfüllende Installationen, Collagen, Fotografien und Gemälde. Das Figürliche und das Verspielte, aber auch das Metamorphische spielen dabei eine zentrale Rolle. Nun zieht die großartige Sammlung mit über 500 zeitgenössischen Kunstwerken in den Norden

Schleswig-Holsteins nach Angeln. Ab dem 24. April lädt die Sammlerin erstmalig gemeinsam mit Kunst für Angeln e. V. zu der rund 100 Arbeiten umfassenden Ausstellung „PORTRAITS – MASKEN – VERHÜLLUNGEN“ auf den Wittkielhof in Wittkiel ein. Das gesamte Areal des Hofes wird zur Präsentationsfläche umgewandelt, nicht nur eine der Scheunen, sondern auch Räume des Herrenhauses und der umliegende Park werden bespielt.
ab 24. April • Wittkielhof

Fotos: Martin Peierdamm



Birgitta Seyfried

ANSCHARPARK IM FOKUS

Zum 10-jährigen Jubiläum des Atelierhauses und des Kunstvereins Haus 8 werden vom 1. April bis zum 1. Mai sieben fotografische Positionen zum Ansharpark gezeigt. Obwohl alle Aufnahmen vor Ort gemacht wurden, werden sieben ganz unterschiedliche Auffassungen von Dokumentarfotografie gezeigt, die in der Ausstellung in einen spannenden Dialog gebracht werden. Die zum Teil sehr umfangreichen fotografischen Arbeiten werden neben der Präsentation als Wandbild, im Buchformat, im Leporello oder auf Bildschirmen gezeigt. Birgitta Seyfried ist eine direkte Nachbarin mit Blick auf das Gelände. Seit 2006 hielt sie fest, wie die Natur sich das Gelände zurückeroberte.
bis 1. Mai • Atelierhaus Ansharpark



Künstlerische Vielfalt

23. KUNSTMEILE KIEL

Jetzt anmelden: Die KUNSTMEILE KIEL setzt vom 1. bis 30. September wieder auf hohe Beliebtheit im witterungsunabhängigen Ausstellungsort CITTI-PARK Kiel. Neben der gemeinsamen Ausstellungsfläche im Erdgeschoss des Shopping-Centers vom 1. bis 18. September können Künstler:innen den gesamten September über in den teilnehmenden Geschäften ausstellen und ihre Arbeiten im Obergeschoss präsentieren. Es warten außerdem tägliche Mitmach-Malaktionen auf euch und ihr könnt den Künstler:innen über die Schulter schauen. Alle Infos und das Teilnahmeformular für Künstler:innen gibt es unter www.kunstmeile-kiel.de oder bei Doris Heldt, atelier@echte-helden-kiel.de.
1.-30. September • CITTI-PARK Kiel



Paolo Baratella - Morte di Superman, 1968-1969

IX. PREMIO FONDAZIONE VAF

Der 2003 zur Förderung junger italienischer Künstler:innen ins Leben gerufene Kunstpreis wird alle zwei Jahre von der VAF-Stiftung vergeben. Die Stadtgalerie Kiel ist der zentrale Ausstellungsort dieser neunten Ausgabe, für die das Stiftungskuratorium neun Künstler:innen auf dem Weg zum internationalen Renommee sowie ein anonymes Künstler:innenkollektiv für die Teilnahme ausgewählt hat. Neu an der neunten Ausgabe des Preises ist, dass die jungen Künstler:innen erstmals gemeinsam mit einem etablierten Künstler ausstellen, diesjährig mit dem berühmten italienischen Maler Paolo Baratello (geb. 1935), der mit Werken aus der Sammlung der VAF-Stiftung vertreten ist.
bis 22. Mai • Stadtgalerie Kiel

BUCHTIPPS FÜRS SOFA



MARIA GRUND

MORD HINTER EINER MASKE

Sieben Masken, sieben Todsünden, ein Mörder – ohne Reue. Der schwedische Thriller von Maria Grund verspricht Spannung pur und die beginnt, sobald die Ermittlerinnen Sanna und Eir über eine Fuchsmaske die ersten zwei Morde in Verbindung bringen. Ein junges Mädchen trägt bei ihrem Selbstmord eine Fuchsmaske. Dieselbe Maske finden die beiden Kolleginnen im Haus des zweiten Opfers. Auf dem Gemälde hat die Künstlerin ein Mädchen mit einer Fuchsmaske vor dem Gesicht gezeichnet. Neben ihr stehen sechs weitere Kinder mit anderen tierischen Masken im Gesicht ... Sanna und Eir begeben sich auf die Spur eines eiskalten Killers, der weitere Morde geplant hat. Mit einer typisch skandinavischen und etwas tristen Atmosphäre setzt die Autorin die Morde gekonnt in Szene. **Maria Grund: Fuchsmädchen, Penguin Verlag, 15 Euro**

TOBIAS SOMMER

IM LEBEN EINES ANDEREN

Ein Spannungsroman, der doch so ganz anders ist. Wer Tobias Sommer aus Bad Segeberg kennt, weiß, dass in seinen Harmonien meist tiefe Abgründe lauern. „Das gekaufte Leben“ stellt die Frage, ob man einen Neuanfang, ein gänzlich neues Leben erwerben kann. Clemens Freitag ist an einem Punkt im Leben angekommen, wo er hadert und keinen Ausweg mehr sieht. Da findet er eine ominöse Anzeige im Internet, dass jemand sein Leben verkaufen möchte. Clemens Freitag zögert nicht lang und schaut fortan erwartungsvoll auf seinen Neuanfang.

Der Verkäufer hinterlässt nicht nur sein Leben, sondern auch ein luxuriöses Haus in dem kleinen Dorf Zaun. Das Haus wirkt unbelebt, als Clemens Freitag dort einzieht. Auch die Kleidung ist noch dort. Diese passt Clemens und somit schlüpft er in ein neues Leben. Doch ist es ja kein wirklich Neues, denn es wurde bereits vorbelebt. Auch den Job und die Freunde kann Clemens übernehmen.



TIPP
DER BUCHHANDLUNG
ALMUT SCHMIDT



Hauke Harder

Advertorial

Doch ist das perfekte neue Leben eventuell gar nicht so gut, wie es anfänglich wirkte? Was birgt es für Geheimnisse und welche Geister schlafen nicht? Eine anonyme Warnung ist auf den Gartenschuppen gesprüht worden. Ein Finger wurde aus dem See gefischt und nächtlich bekommt Clemens Besuch von einem Hund, der warnend oder bedrohlich bellt. Ein Roman, der dramaturgisch gekonnt die Spannung aufbaut. Das Düstere, das erst langsam aus der glatten Oberfläche emporsteigt, wird immer spürbarer und die Risse in der gekauften Idylle platzen immer mehr auf. Die Handlung liest sich krimihafte, bedient sich aber nie wirklich solcher stereotypen Muster und vertieft viel mehr ohne große Anstrengung diverse Fragen beim Lesenden.

Tobias Sommer: Das gekaufte Leben, dtv, 22 Euro, www.buchhandlung-friedrichsort.de, www.leseschatz.com



ALICE HASTERS

WAS WEISSE MENSCHEN NICHT ÜBER RASSISMUS HÖREN WOLLEN ABER WISSEN SOLLTEN

Auch wenn wir es nicht wahrhaben wollen, so sind wir doch alle irgendwie rassistisch – und wenn es nur im Stillen in unserem Kopf geschieht und wir uns dabei ertappen, wie wir unbewusst in Kategorien denken. Genau diese tiefe Verwurzelung von Rassismus in unserer Gesellschaft zeigt Alice Hasters in ihrem Buch. Sie erklärt dabei aber auch, wieso es eben so schwierig, fast unmöglich ist, sich davon freizusprechen und wieso es daher auch so wichtig ist, sich immer und immer wieder mit dem Thema zu beschäftigen und sich zuerst an die eigene Nase zu fassen. Ihr werdet euch bei dem einen oder anderen Kapitel ganz sicher wiedererkennen und euch hoffentlich die Augen öffnen lassen. Denn wie etwas bei BiPOC ankommt, auch wenn es „nicht so gemeint ist“, können nur die Betroffenen selbst sagen.

Alice Hasters: Was weiße Menschen nicht über Rassismus hören wollen aber wissen sollten, hanserblau, 17 Euro



WIR VERLOSEN
3 x 1 Exemplar
über unseren Newsletter
am 6. April. Registrieren
könnt ihr euch unter
[www.kielerleben.de/
newsletter](http://www.kielerleben.de/newsletter).

GLÜCKSMOMENTE

Das Glück hat so viele Gesichter! Autorin Katja Josteit fasst in ihrem Buch „Unsere Glücksmomente – Geschichten aus Kiel“ die schönsten Geschichten unserer Stadt zusammen.

PORZELLAN- JUGEND

Schon wieder wacht Flora aus diesem Traum auf, den sie bereits vor ein paar Jahren hatte. Die Realität sieht immer noch anders aus: Hektik, innere Unruhe und dieses Gefühl, als trans Frau niemals einen Platz in dieser Welt finden zu können, sind nach wie vor vorherrschend. Doch dieses Mal ist etwas anders. Statt sich ihrem Schicksal zu beugen, begibt sich Flora ohne Plan auf die A7 nach Norden, um irgendwo ihr Glück zu suchen. Schon kurz nach Hamburg überkommt sie allerdings das Pech. Später folgen Chaos, ein wenig Hoffnung, ein bisschen Glück und Zweifel, ob dieser Tag nicht auch hätte anders aussehen können. Mit Porzellanjugend veröffentlichte Laura Sophie Totterdell ihren Debütroman.

29. April · Hansa48



Unser
Tipp!

MEHR ÜBERS MEER LESEN

Am 22. April ab 19 Uhr lesen zwei Wissenschaftsautor:innen im Zoologischen Museum Kiel. Mit „Die Tiefsee“ taucht Dagmar Röhrlich ab in die Geschichte der Tiefseeforschung – und damit in Tausende Meter tiefe Dunkelheit und Kälte hin zu seltsamen Kreaturen, finsternen Horrormäulern und geflügelten Kraken. Till Hein wiederum mag es bunt und heißt uns in der schillernden Welt der Seepferdchen willkommen.

Am 29. April ab 16 Uhr findet im GEOMAR Westufer ein ganz besonderer Tiefsee-Nachmittag statt. Bei einer Lesung aus dem fantastischen Kinderbuch „Die Tiefseetaucherin“ geht das Publikum mit Juli und ihrem U-Boot Ulf auf eine Reise zum tiefsten Punkt der Meere. Infos zur Anmeldung und zum Programm unter www.ocean-summit.de

22. + 29. April · Ocean Summit



Die beiden Wissenschaftsautor:innen
Dagmar Röhrlich und Till Hein verpacken in
ihren Bücher geballtes Meereswissen und
faszinierende Fakten

Foto: Foto: Fotostudio Balsereit/Mathias Bohrer/
Grafiken: mare



Foto: Rothbeck Hörspiele

DIE EISERNE VILLA

Das Telefon klingelt. Ein Mann hebt den Hörer ab, hört ein Wort, es fällt ein Schuss, der Mann stirbt. Mord? Selbstmord? Nur eines der Rätsel, die Walther Jefferson und Isaak Weinstein allein lösen müssen, denn Julius Steinberg sitzt im Knast, verurteilt zu einer lebenslangen Freiheitsstrafe. Dramatische und mysteriöse Ereignisse in der eisernen Villa und die Begegnung mit einem alten Bekannten prägen den neuesten Fall der Drei Herren. Das Geheimnis der eisernen Villa muss gelüftet werden.

9. April · Kulturforum



Foto: Oliver Spang

8NIGHT DES THEATERS

Jeweils an einem Donnerstag im Monat lädt das Theater Kiel zur 8Night ins Opern- oder Schauspielhaus ein. Dabei könnt ihr eine Vorstellung mit besonderem Rahmenprogramm besuchen. Aktiv und kreativ wird es bei den theaterpädagogischen Workshops, inhaltlich bereiten euch die Stückeinführungen der Dramaturg:innen direkt vor Beginn vor, und nach der Vorstellung wollen sie mit euch in lockerer Atmosphäre bei Getränken und Musik ins Gespräch kommen.

7. April · Schauspielhaus



WURSTSTREIT

Zu Ostern geht es um die Wurst! Oder doch nicht? Im Theater am Wilhelmplatz geht es um die „Extrawurst“, denn ein neuer Grill für den Tennisclub soll angeschafft werden. Der gut gemeinte Vorschlag, einen weiteren Grill für das einzige muslimische Vereinsmitglied anzuschaffen, löst eine immense Diskussion aus und stellt den Club vor eine Zerreißprobe. Schnell ist allen klar, es geht um mehr als nur einen Grill! Noch bis zum 1. Mai wird das Schauspiel von Dietmar Jacobs und Moritz Netenjakob, nddt. von Meike Meiners, gezeigt. Tickets und Spielplan sind unter www.nbkiel.de zu finden. Tickets sind außerdem an allen bekannten VVK-Stellen erhältlich oder unter Tel.: (0431) 90 19 01.

im April • Niederdeutsche Bühne Kiel



LIEBE, EIFERSUCHT UND INTRIGEN

Eine der großen Premieren des Theater Kiel ist die zweite große Ballettproduktion der Saison „Othello 2.0“ von Amilcar Moret Gonzalez im Opernhaus – William Shakespeares Tragödie um Liebe, Eifersucht und Intrigen. In seiner Choreographie bringt Gonzalez mit dem Ballett Kiel nun seine eigene Adaption des Stoffes auf die Bühne und zeigt, dass die darin innewohnenden Momente wie etwa Rassismus heute so aktuell sind wie vor 400 Jahren. Die Premiere ist Samstag, den 2. April um 19.30 Uhr.
ab 2. April • Opernhaus



GEFÄHRLICHES VERSTECKSPIEL

Sally Perel ist Jude und wird im zweiten Weltkrieg von deutschen Soldaten festgenommen. Er gibt sich als verschleppter Volksdeutscher aus – und man glaubt ihm. Von diesem Moment an arbeitet er als Dolmetscher für die Wehrmacht und wird auf eine NS-Eliteschule der Hitlerjugend geschickt. Für Sally entspinnt sich ein gefährliches Versteckspiel aus Angst vor dem Holocaust. Klingt interessant? Die Premiere von „Hitlerjunge Salomon“ ist 30. April um 19 Uhr.
ab 30. April • Theater im Werftpark Kiel



Spende und werde ein Teil von uns.
seenotretter.de



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

[f](#) [t](#) [i](#) [v](#) [#teamseenotretter](#)





HOSEN UND ÄRZTE AUF EINER BÜHNE

Die toten Ärzte schaffen seit 20 Jahren eine grellbunte, explosive Interpretation der Die toten Hosen und der Die Ärzte. Pyroshow und Konfettiregen flankieren das vibrierende Hitspektakel, wenn es heißt: „Bonney und Clyde machen an Tagen wie diesen mit Claudia und Paule ein Fass auf“. Für Die toten Ärzte das Operationsfeld mit Ohrwurm-Garantie. Tickets für die spektakulärste Tribute Show von Die toten Hosen und Die Ärzte gibt es für 24,90 Euro unter www.eventim.de und an den bekanntesten Vorverkaufsstellen.

21. Mai • Carls Eckernförde

„FREDRICH RASTET AUS“

Je erfolgreicher das KATAPULT-Magazin wurde, desto energischer musste sich KATAPULT-Chef Benjamin Fredrich gegen Raubkopierende und dreiste Konkurrent:innen durchsetzen – meist mit Erfolg. Wenn es heute heißt „Fredrich rastet aus“, machen sich die einen ne Tüte Popcorn auf, andere ziehen sich warm an. Benjamin Fredrich hält sich in seinen Streitschriften nicht zurück, er prangert Rassismus und Ausbeutung scharf an. Und das ist jetzt alles in einem Band nachlesbar: der Plagiatsskandal mit Hoffmann und Campe, die Rassismusedebatte mit dem Nordkurier, die Kämpfe mit der Süddeutschen, Cornelsen und Übermedien. Was viele bisher nicht erfahren haben, ist, welche Folgen Fredrichs Veröffentlichungen haben. Das holt er in seinem neuen Buch nach, das direkt auf seinen Debütroman „Die Redaktion“ folgt, der die Gründung eines Printmagazins mit 20.000 Euro Schulden in der vorpommerschen Provinzhauptstadt Greifswald beschreibt. Ein Büchertisch vom Zapata Buchladen wird ebenfalls vor Ort für euch bereitstehen. Dort findet ihr einiges an weiterem Katapult Material.

7. April • Hansa48



Foto: Pressefoto



Foto: Studentenwerk SH/Sabrina Böhm

Welche Rolle spielt Coppelius (Mitte) in der Liebe zwischen Nathanael (links) und Olimpia?

DER SANDMANN – DOCH KEINE KINDERGESCHICHTE?

Vom 22. bis 30. April 2022 zeigt die studentische Theatergruppe „Molly Hatchets“ jeweils um 20 Uhr das Stück „Der Sandmann“ nach E.T.A. Hoffmann.

E.T.A. Hoffmanns Erzählung von 1816 ist heute aktueller denn je: Sie geht der Frage nach, wo die Grenze zwischen Mensch und Maschine liegt. Wie viel Emotionen kann eine künstliche Lebensform zeigen und was ist vielleicht nur eine Projektion unserer eigenen Bedürfnisse? Das Publikum erwartet ein düsteres, abgedrehtes Stück der Schwarzen Romantik, inszeniert im Steampunk-Stil. Zum Inhalt: Nathanael wurde als Kind Zeuge der alchemistischen Experimente seines Vaters und des Advokaten Coppelius. Ein Trauma, das ihn plötzlich wieder einholt, als er dem Wetterglashändler Coppola begegnet. Er sieht in ihm den grausamen Coppelius, das Monster, den Sandmann. Nathanael stürzt in eine düstere Welt aus dramatischen Albträumen, rasender Wut und skurrilem Wahnsinn. Doch dann fällt dem innerlich zerrissenen Studenten die wunderschöne Olimpia auf, die durch das Fenster im gegenüberliegenden Haus zu ihm herüberguckt. Er verfällt ihrem Zauber und bemerkt dabei nicht, wie sich in ihr die Zahnräder drehen. Informationen zu den aktuellen Corona-Beschränkungen findet ihr unter www.studentenwerk.sh.

• **22.-30. April**

• **Großer Saal der Mensa I, Studentenwerk Schleswig-Holstein in Kiel**

DIE GRÖSSTEN MUSICAL-HITS ALLER ZEITEN

THIS IS THE GREATEST SHOW

LIVE 2022!



DIE AKTUELLEN HIGHLIGHTS AUS DEN GROSSEN MUSICAL- UND FILM-ERFOLGEN
MAMMA MIA! **GREATEST SHOWMAN** A STAR IS BORN
DIE EISKÖNIGIN DIRTY DANCING KU'DAMM 56 ...uvm.

18.05.2022 KIEL
WUNDERINO ARENA



Tickets unter: www.eventim.de



WAHNSTINN!

Die neue Show

MIT DEN HITS VON
WOLFGANG
PETRY



#BEHALT
DEINTICKET
NACHHOL-
TERMINE

24.05.2022 KIEL
WUNDERINO ARENA



RSH präsentiert:

TATORT BÜRO



01.06.2022 KIEL
WUNDERINO ARENA

Alle Folgen.
Alle Termine.

BAUMANN UND CLAUSEN

BOSSE

SUNNYSIDE LIVE '22



03.09. KIEL
WUNDERINO ARENA

EINLASS: 18:30 UHR • BEGINN: 20:00 UHR
* TICKETS UNTER EVENTIM.DE, WUNDERINO-ARENA.DE & AUFDFIEFNETOUR.DE



NDR2

DAS NEUE ALBUM »SUNNYSIDE« AB JETZT IN DEN REGALEN



Karten an allen angeschlossenen Vorverkaufsstellen und unter 0431 - 98 210 226 (Mo.+Mi.+Fr. 10-14 Uhr)
www.wunderino-arena.de



ONCE UPON A TIME IN DÜSTERNBROOK

Kiel, August 1972. Lola Flöhr – alleinerziehende Mutter und selbstständige „Geister Schnüfflerin“ empfängt ihre seltenen Klient:innen in ihrem „Büro“ der urigen Kneipe „Oma Plüsch“ Ecke Sternstraße/Jungfernstieg, um bei ihren Problemen mit den Mächten der Finsternis zu helfen. Zwei Tage vor der Eröffnung der Olympischen Segelwettkämpfe in Kiel erhält Lola einen neuen Auftrag, der sich schon bald als höchst brisant und besonders teuflisch herausstellt. Ein blutiger Rachefluch droht und der Wettlauf mit der Zeit beginnt.

Aus Anlass des 50-jährigen Jubiläums der Olympischen Segelwettkämpfe produziert die Kieler Theatergruppe DeichArt ein Live-Hörspiel der besonderen Art: Nostalgie trifft auf Bahnhofskino Trash. Dabei heraus kommt eine ebenso liebevolle wie ironische Huldigung an die Landeshauptstadt. Bewährter Spielort ist das Hotel Maritim Bellevue, das 2022 ebenfalls seinen 50. Geburtstag feiert. Telefonischer Kartenvorverkauf möglich unter Tel.: (0431) 90 19 01 oder online unter www.theater-kiel.de sowie an der Abendkasse im Theater Kiel.

Termine: 02.04., 16.04., 23.04., 30.04., 20 Uhr • Maritim Backbord Bar Kiel, Bismarckallee 2, Kiel



Fotos: Marija Behrendt;
KIELerleben Redaktion

DIE HALBE STUNDE

DIE HALBE STUNDE wurde mit dem ersten Konzert am 22. September 1999 der Öffentlichkeit vorgestellt. Das Konzept beruht auf einer Idee von Kirchenmusikdirektor Professor Rainer-Michael Munz, basierend auf der Tradition der Ratsmusiken in anderen Städten. Dort wurde an einem festen Tag der Woche nach den anstrengenden Ratssitzungen ein für alle Bürger:innen zugängliches Konzert in der dem Rathaus nahe gelegenen Marktkirche zur Erbauung und Entspannung der Ratsherren gegeben. Viele berühmte Organist:innen wie etwa Sweelinck in Amsterdam oder Buxtehude in Lübeck waren deshalb städtische Angestellte oder Beamte.

„Alles auf Anfang – das Prélude“ startet am 6. April mit Werken von unter anderem Anika Hutschreuther an der Gitarre. Am 13. April geht es weiter mit „Orgelmusik zur Passion“ mit Werken von Buxtehude und J.S. Bach. Am 20. April folgt die „Frühlingsserenade“ mit Werken von Poulenc, Rheinberger und Jane Sítzwohl am Cello. „Dreams, Love, Tango“ gibt's am 27. April als letztes Konzert der Halben Stunde – Melodien zum Träumen mit dem Duo „Sing Your Soul“ mit unter anderem Ulrich Lehna.

Termine

06.04., 13.04., 20.04., 27.04., 24.04., 25.04. • St. Nikolai-Kirche Kiel



WO IN PARIS DIE SONNE AUFGEHT

Jacques Audiards stilbewusster Liebesfilm startet am 7. April bundesweit in den Kinos. Der poetische Film über die Suche nach Liebe in einer Zeit der Vereinzelung hat auch in Kiel Kinostart! Getrieben von unstillbarem Lebensdurst und einer vagen Idee von der Liebe kreuzen sich die Wege von drei jungen Frauen und einem Mann im 13. Arrondissement von Paris. Dem französischen Regie Star Jacques Audiard gelingt ein moderner Klassiker, der einer ganzen Generation aus der Seele spricht. Er inszeniert die moderne Großstadtliebe als so grazile wie ungewisse Choreographie des Zufalls. Modernes Kino der Gefühle und eine meisterhaft komponierte Großstadtsinfonie der Liebe in schwarz-weiß.

In 106 Minuten kann ab 16 Jahren nach Frankreich in das Liebesdrama abgetaucht werden. Die aktuellen Corona-Bedingungen gibt es auf der Website www.studio-filmtheater.de. Reservierungen bis zu 30 Minuten vor Vorstellungsbeginn sind telefonisch möglich.

7. April • Studio Filmtheater

HILFE, WO SIE GEBRAUCHT WIRD



An den Grenzen der Ukraine,
auf den alten und neuen Flucht-
routen, aber auch in anderen
vom Krieg betroffenen Ländern.



medico international

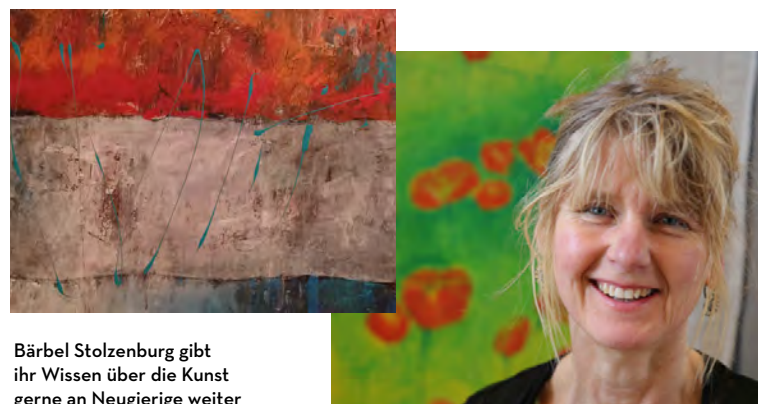
WWW.MEDICO.DE/SPENDEN

SPENDENKONTO: DE69 4306 0967 1018 8350 02

KUNST ERLERNEN

Die Sozialpädagogin und Kunsttherapeutin Bärbel Stolzenburg bietet Kreativkurse in Kiel Projensdorf/Wik und Mitte an. In einer entspannten und kreativen Atmosphäre können Erwachsene experimentelle Kunst beziehungsweise Ausdrucksformen mit verschiedenen Materialien und Techniken kennenlernen. Kinder ab sechs Jahren können sich beim Zeichnen ausprobieren: drucken, auf Leinwand malen, Pappmachéobjekte bauen und vieles mehr. Neben diesen Angeboten bietet Bärbel Stolzenburg kreative Kindergeburtstagsfeiern an. Weitere Informationen und alle Termine sind unter www.baerbel-stolzenburg-kunstwerkstatt.jimdosite.com einsehbar.

Foto: Bärbel Stolzenburg



Bärbel Stolzenburg gibt ihr Wissen über die Kunst gerne an Neugierige weiter

 Veranstaltungen GmbH	
Sa, 21.05.22 19.30 Uhr CARLS, Eckernförde DIE TOTEN ÄRZTE Die ultimative Hosen- & Ärzte Cover-Band	
Mo, 04.04.22 Stadthalle, Rostock Dr. Eckart von Hirschhausen Endlich!	Fr, 14.10.22 CARLS, Eckernförde Caveman Du sammeln, ich jagen!
Mo, 11.04.22 MAX, Kiel Mighty Oaks Mexico Live 2022	Mi, 19.10.22 MAX, Kiel New Model Army 40th Anniversary Tour
So, 24.04.22 MAX, Kiel Queen Machine Europas beste Queen Tribute-Band	Fr, 28.10.22 MAX, Kiel Sweetie Glitter & The Sweethearts Liebe, Frieden, Rock'n'Roll
Di, 03.05.22 MAX, Kiel Culcha Candela Hope Tour 2022	Do, 10.11.22 Die Pumpe, Kiel 102 Boyz Tonis Trainingslager
So, 15.05.22 Deutsches Haus, Flensburg Versengold Nacht der Balladen	Fr, 18.11.22 CARLS, Eckernförde Johann Scheerer Lesung, Gespräch & Musik
Do, 26.05.22 max, Flensburg Manhattan Skyline A Tribute to A-HA	Do, 24.11.22 max, Flensburg True Collins Phil Collins & Genesis Tribute-Band
So, 09.10.22 Die Pumpe, Kiel Michael Schulte Highs & Lows Tour 21/22	Sa, 03.12.22 CARLS, Eckernförde Bernd Begemann "Der König des urbanen Pop" Taz
TICKETS www.eventim.de 01806-570070  <small>(0,20 €/Anruf inkl. MwSt aus den Festnetzen, max. 0,60 €/Anruf inkl. MwSt aus den Mobilfunknetzen)</small>	



**WIR SIND DA,
WO ANDERE
WEGWOLLEN.**

Die German Doctors helfen auch in der Ukraine und versorgen Menschen auf der Flucht.

 **GERMAN DOCTORS**
HILFE, DIE BLEIBT

 **DEINE SPENDE HILFT.**

german-doctors.de 



Auf der Mein Schiff 3 wirds im Sommer wieder laut

WO'S NIEMANDEN STÖRT

Endlich ist es wieder soweit, Europas härteste Kreuzfahrt legt wieder ab! Vom 2. bis 7. Juni findet die Full Metal Cruise IX auf der Mein Schiff 3 statt. Auf der Route von Bremerhaven über Invergordon und Newcastle nach Bremerhaven wird es wieder hart, laut & legendär! Dafür sorgt wie gewohnt das musikalische Programm. Folgende Bands werden die Mein Schiff 3 zum Beben bringen: Apocalyptica, Overkill, Kärbholz, Satan, Diamond Head, Eric Fish & Friends, Skyklad, Mundstuhl, Burning Witches, Mr. Irish Bastard, Motörizer, Insanity Alert. Mehr Infos und die Tickets gibt es unter www.full-metal-cruise.com.

2.-7. Juni • Full Metal Cruise

Foto: Omnicore/iStock/Getty Images Plus



Foto: Andreas Hornoff

3. Mai: Turbostaat



Foto: Simon Hegeberg

24. April: MINE

KONZERTE IN DER PUMPE

Die Bands „Joe Cocker Illusion“ und „Justoto“ veranstalten am 2. April ab 20 Uhr in Zusammenarbeit mit der Pumpe e. V. ein Benefizkonzert „Rock for Peace“ zugunsten der Ukraine. Die beiden Bands haben in kürzester Zeit ein Spendenkonzert auf die Beine gestellt, um gemeinsam mit Rockfans viele Spenden für „Aktion Deutschland Hilft“ zu sammeln. Alle Mitwirkenden des Abends arbeiten unentgeltlich, der Eintritt ist frei – Spenden sind erbeten.

Dunkle Streicher, bedrohliche Trommeln. So geht es los – das Album „Hinüber“ von MINE. Aktuell tourt sie durch Deutschland und ist am 24. April um 20 Uhr in

der Pumpe zu Gast. Ihre Musik hat in der deutschen Pop-Landschaft einen Sonderstatus. Man hört ihren Songs an, dass sie gerne mit dem angenehmen Teil des deutschen Hip-Hops arbeitet, gleichzeitig hat sie eine Affinität zu Popsongs, die mit einfachen Worten mehr sagen wollen und eine ganz eigene Sprache sprechen. Am 3. Mai bringt Turbostaat das siebte Studioalbum endlich nach Kiel: Uthlande. Das ist ein alter Begriff für die Inseln, Halligen und Marschen vor dem nordfriesischen Festland. Mit diesem Namen macht die Punkrockband ihrer Heimat alle Ehre.

April und Mai • Die Pumpe

AUFGEHENDER STERN AM JAZZ-HIMMEL

Sängerin Lisa Bassenge betrat Anfang der 2000er Jahre kometengleich die Jazzszene und machte aber unmissverständlich klar, dass ihr der Jazz Begriff zu eng ist. So platzierte sich die Berliner Künstlerin als poppige Songinterpretin, Knef Adeptin und Club Ikone. Ihr neues Bühnenprogramm „Mothers“ widmet Lisa Bassenge den Müttern der Populärmusik. Komponistinnen wie Joni Mitchell, Carole King, Suzanne Vega und PJ Harvey finden nebst Billie Eilish Einzug ins Programm. In ihren Song-Interpretationen vertraut die Sängerin auf ihre wandelbare und ungemein gefühlvolle Stimme. Erstklassiger Singer-Songwriter Jazz mit Tiefgang und Poesie.

Unterstützt wird sie von dem schwedischen Pianisten Jacob Karlzon und dem dänischen Bassisten Andreas Lang. Karten erhalten ihr für 20 Euro im Vorverkauf und 22 Euro an der Abendkasse am Infotresen Stadtgalerie Kiel und im Welcome Center der Landeshauptstadt am Stresemannplatz. Reservierungen sind ausgeschlossen.

8. April • Kulturforum



Foto: Pressefoto



MINE

24.04.22

- 01.04.22 THE DETECTORS
- 02.04.22 ROCK FOR PEACE: JOE COCKER ILLUSION + JUSTTOTO
- 02.04.22 THE OTHER
- 03.04.22 JASON BARTSCH
- 08.04.22 BURNING AMP
- 10.04.22 BUKAHARA - Ausverkauft -
- 17.04.22 SHAHAK SHAPIRA
- 21.04.22 RISE AGAINST THE SPÜLMACHINE
- 22.04.22 PASCOW - Ausverkauft -
- 24.04.22 MINE
- 29.04.22 FALK
- 30.04.22 METALL
- 03.05.22 TURBOSTAAT
- 06.05.22 JOHANNA AMELIE
- 07.05.22 LORDS OF SALEM + IVORY TOWER
- 07.05.22 THERAPY?
- 13.05.22 PUDELDAME
- 13.05.22 ZUGEZOGEN MASKULIN
- 15.05.22 JAIMI FAULKNER
- 16.05.22 HINNERK KÖHN
- 25.05.22 KADAVAR
- 09.06.22 SHE PAST AWAY
- 17.06.22 PÖBEL MC
- 14.07.22 STEEL FOX
- 15.07.22 ROSE TATTOO
- 22.07.22 METOPIA
- 13.08.22 HGich.T
- 21.08.22 LGOONY
- 14.09.22 ISOLATION BERLIN
- 15.09.22 MONTREAL

Karten an allen bekannten Vorverkaufsstellen erhältlich oder bei uns in Der Pumpe. Mo. - Fr. 10:00 - 16:00 Uhr im Bookingbüro.

www.diepumpe.de

Die Pumpe e.V. - Haßstrasse 22 - 24103 Kiel

EXTRA- WURST

SCHAUSPIEL VON
DIETMAR JACOBS UND
MORITZ NETENJAKOB,
NDDT. VON
MEIKE MEINERS

25. MÄRZ BIS 01. MAI 2022



THEATER AM WILHELMPLATZ
WILHELMPLATZ 2, 24116 KIEL
WWW.NBKIEL.DE

NIEDERDEUTSCHE BÜHNE KIEL
Günn Di wat - günn Di Platt!



WERBEN SIE DIREKT AN DER UNIVERSITÄT UND DER FACHHOCH- SCHULE KIEL.



Gerne beraten wir Sie.

0431 888 5147
kiel@feinripp.net
hochschulmarketing.feinripp.net

KULTUR & UNTERHALTUNG



Stephan Orth wird im Studio Filmtheater
multimedial von seiner Reise berichten

**WIR
VERLOSEN**
3 x 1 „Couchsurfing in
Saudi-Arabien“ &
„Es ist immer so schön
mit dir“ unter
[www.kielerleben.de/
gewinnspiele](http://www.kielerleben.de/gewinnspiele)



Heinz Strunk
kehrt zurück ins
Schauspielhaus

STEPHAN ORTH UND HEINZ STRUNK LESEN

Heinz Strunk liest im Schauspielhaus aus seinem aktuellen Bestseller. Es geht um eine katastrophale Liebe: Er war mal Musiker. Jetzt ist er Mitte vierzig und im Großen und Ganzen nicht unzufrieden. Seine Freundin hat ein geregeltes Einkommen und das Ein-Mann-Tonstudio wirft auch ein bisschen was ab. Die Träume von der künstlerischen Karriere sind längst begraben. Sie schmerzen nicht mehr. Da lernt er Vanessa kennen, Schauspielerin, jung, strahlend schön. Stephan Orth ist Couchsurfer. Er reist in verschiedene Länder und übernachtet bei fremden Menschen kostenlos auf deren Couch. Auf diese Weise war er bereits im Iran, in Russland und China unterwegs. Von seinen Erfahrungen erzählt er in diversen Reisebüchern. Mit „Couchsurfing in Saudi-Arabien“ zeigt er nun den Wüstenstaat von einer ganz persönlichen Seite.

Heinz Strunk • 10. April • Schauspielhaus
Stephan Orth • 21. April • Studio Filmtheater

Fotos: Stefan Orth, Dennis Dierksen

THIS IS THE GREATEST SHOW!

Die größten Musical Hits aller Zeiten gibts am 18. Mai ab 20 Uhr live in der Wunderino Arena! THIS IS THE GREATEST SHOW zelebriert die unvergesslichsten Songs aus den schönsten Musikfilmen aller Zeiten. Präsentiert werden neben sämtlichen Hits aus dem Filmwelterfolg „The Greatest Showman“ auch einige der Song-Highlights aus dem Film-Hit „Bohemian Rhapsody“ rund um Freddy Mercury, dem Kunstfilm „A Star is Born“ mit Bradley Cooper und Lady Gaga, dem Klassiker „Mamma Mia“ und „Die Eiskönigin: Das Musical“. Neben all den bekannten Hits werden auch Songs aus dem brandneuen Musicalhighlight „KU'DAMM 56“ performt. Die Show lässt natürlich auch die Klassiker des Genres nicht aus wie „Burlesque“, „Dirty Dancing“, „Footloose“, „Moulin Rouge: Das Musical“ oder „Das Phantom der Oper“. Was bei „Der besten Show“ mit den größten Musical-Hits natürlich nicht fehlen darf: ein extra für die Show zusammengestelltes Gesangsensemble der Stars des Abends, wie unter



**WIR
VERLOSEN**
3 x 2 Karten für das Konzert in
unserem Newsletter am 6. April!
Für den Newsletter könnt
ihr euch registrieren unter
[www.kielerleben.de/
newsletter](http://www.kielerleben.de/newsletter).

anderem drei von Deutschlands und Österreichs ganz großen Musical-Performer:innen mit spektakulärem Feuerwerk. Aber das war noch nicht alles! Eine hervorragende Live Band ist auch mit einem mitreißenden Song dabei. Das Konzept der Show liegt bei Musicalprofi Andreas Luketa und Semmel Concerts in besten Händen. Tickets gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie online unter www.eventim.de und www.semmel.de.

18. Mai, Wunderino Arena
Europaplatz 1, Kiel

Foto: Markus Werner

Die schwedische Band The Bland begeistert mit experimentierfreudiger Musik



FRISCHE NORDISCHE BRISE

Mit ihrem Projekt „La Hata Vitoye“ schlagen The Bland aus Schweden ein neues spannendes Kapitel auf. Sie kreieren einen Sound, der in seiner Verspieltheit und Neuartigkeit überrascht. In der fiktiven Welt von „La Hata Vitoye“ trifft ihr bewährter Indie-Pop auf Latin-Vibes und strotzt vor tanzbarer Energie. „Mit „La Hata Vitoye“ wollen wir den Versuch unternehmen, das Leben wieder anders zu betrachten. Wir wollen zusammenrücken und ein positives Lebensgefühl teilen.“ The Bland erfinden mit „La Hata Vitoye“ eine Geschichte, die im 13. Jahrhundert beginnt. Sie kreieren Figuren und schreiben Geschichten über sie. Alles beginnt in einer kleinen Bar an der Küste - ein Ort, an dem reisende Entertainer nach langen Touren Zuflucht suchen. Tärer wird den Abend eröffnen.

21. April • Hansa48

Foto: Pressefoto

HAPPY RELEASE!

Ari Gold X Theo bringen ihr zweites Album raus. Nach zwei Jahren Arbeit schafft das junge Hip-Hop Duo aus Kiel einen Sound zwischen Oldschool-Kopfnicken und modernen Vibes. Dabei treffen die Texte exakt die Themen der Zeit. Der Titel „Liebe für Alles“ gibt die Grundstimmung für das gesamte Projekt vor. Liebe, Frieden und Freiheit sind die Grundwerte. Dies wird musikalisch untermalt. In den vergangenen Monaten rauchten daher an einige Tagen die Köpfe und alle digitale Mischpulte, sodass das Duo nun frische Musik präsentiert. Liebe für Alles kommt bald. Haltet euch den Tag frei fürs Konzert. So ein Release lässt sich am besten Live feiern. Nach zwei Jahren Pandemie und Bühnenabstinenz haben die beiden genug Kraft und Energie gesammelt, um alles auseinanderzunehmen.

16. April • Schaubude



Foto: Instagram/ari_gold_mc

Hayley Reardon wagte den mutigen Schritt ins Künstlerinnendasein und singt von ihren Erfahrungen seitdem sie ihre Heimat verlassen hat

GEFÜHLVOLLE WELTEN

Hayley Reardon ist eine von der Kritik gefeierte Folk-Pop-Künstlerin und Geschichtenerzählerin im wahrsten Sinne des Wortes. Ihre Lieder dienen als Postkarten einer Künstlerin, die mutig genug ist, weniger befahrene Wege zu gehen. Die Sängerin traf die Entscheidung, ein mutiges Leben zu beginnen, als sie Nashville verließ, um mit ihrer Musik um die Welt zu touren. Zusätzlich zu ihrem Aufenthalt für ein sechsmonatiges Künstlerresidenzprogramm in Dachau, hat sie die letzten fünf Jahre damit verbracht, ihre Songs und ihre Gitarre um die ganze Welt zu tragen und dabei Erfahrungen, Inspirationen und gefühlvolle Verbindungen auf ihrem Weg zu sammeln. Und das ist in ihrer Musik auch zu hören. Die Künstlerin kanalisiert ihre farbenfrohen Geschichten meisterhaft durch Musik und fängt selbst die subtilsten Nuancen der menschlichen Erfahrung mit einer beeindruckenden Klarheit ein. Die Künstlerin entdeckte während der Aufnahme der EP ein neues Stück Heimat in Spanien: „Es war erstaunlich, um die Welt zu reisen und mit Menschen zu arbeiten, die im Wesentlichen Fremde aus einer völlig anderen Kultur waren“, sagt sie, „und sich so tief und mühelos verstanden zu fühlen von ihnen.“ In The Good Light wird im April 2022 erscheinen.

17. April • Prinz Willy

Foto: Pressefoto

ASTRONOMIE FÜR ALLE
1. April bis 9. Oktober 2022

TUCH+TECHNIK
TEXTILMUSEUM
NEUMÜNSTER

Museum Tuch + Technik
Kleinflecken 1
24534 Neumünster
www.tuch-und-technik.de

Öffnungszeiten
Mo - Fr 9 bis 17 Uhr
Sa + So 10 bis 17 Uhr

Foto: Marco Ludwig

INTERVIEW MIT KAPELLE RAUSCH

AUTHENTISCH IST TRUMPF

Seit einem halben Jahr produzieren die fünf Jungs von Kapelle Rausch in ihrer aktuellen Besetzung Musik, die jenseits von Mainstream und glatten Poprhythmen liegt. Wir haben mit Sänger Niklas über zukünftige Pläne und ihre erste EP „Immerhin“ gesprochen, die sie im Mai veröffentlichen werden.

KIELerleben: Niklas, wer ist Kapelle Rausch?

Niklas: Das sind Jakob (Gesang), Lucas (Mundharmonika), Manuel (Bass), Felix (Schlagzeug) und ich (Gesang). In dieser Besetzung sind wir seit sechs Monaten aktiv, schreiben Songs und stehen nun kurz vor der Veröffentlichung einer EP (Extended Play) mit fünf Songs. Sie wird „Immerhin“ heißen und überall dort zu hören sein, wo es kostenlose Musik zum Runterladen gibt.

Und wovon handeln eure Songs?

Es dreht sich viel um das Leben in der Stadt, durchgemachte Nächte – Themen, die uns eben beschäftigen. Dabei haben unsere Texte stets einen lyrischen Anspruch, sind auch mal selbstironisch und metaphorisch. Vielleicht beschreibt es eine Zeile aus dem Song „Neonlichter“ ganz gut: „Und anstatt ein Haus zu bauen, baust du deine Leber ab.“

Das klingt schon sehr nach Rausch. Ist der Name bei euch also Programm?

Das läge zwar nahe, hat aber tatsächlich gar nichts damit zu tun (lacht). „Rausch“ setzt sich in diesem Fall aus den meinem Nachnamen (Rauno) und Niklas' (Schmidt) zusammen.

Wie ist die Entstehungsgeschichte der EP?

Da wir teilweise an verschiedenen Orten und Städten wohnen – wie Lucas zum Beispiel in Dortmund – läuft es bei uns mit dem Proben und Aufnahmen nicht wie bei vielen anderen Bands. Wir proben meistens in mehrtägigen Blöcken von Donnerstag bis Sonntag, um uns auf Konzerte vorzubereiten. Und so sind auch die Aufnahmen zur EP und Single „Neonlichter“ (VÖ: 29. April) entstanden. In den Wochen und Monaten zuvor gehörte schon die nötige Disziplin dazu, allein zu Hause mit einem Demo so zu üben, sodass in der kostbaren Studiozeit eben alles sitzt.

Und was ist dabei stilistisch rausgekommen?

Wir haben uns in den vergangenen Monaten als Blues-Rock-Band weiterentwickelt. Da ist ein wenig Indie dabei, Rock, Blues. Bei uns



Fühlen sich in der Kultkneipe Palenke so richtig zu Hause und nahmen hier das letzte Musikvideo auf: Kapelle Rausch

kommen auf jeden Fall verschiedene Musikstile zusammen. Das führt dazu, dass es in manchen Songs bluesige Soli gespielt werden, in anderen ein funkiger Drumrhythmus vorherrscht und es darf auch mal ein leicht pathetischer Gesang sein – die Hauptsache ist, dass am Ende Kapelle Rausch herauskommt. Ich glaube unser Sound ist authentisch. Alles klingt so, wie wir es aufgenommen haben. Nichts ist hinzugemischt. Die Songs klingen auf der Platte so, wie wir sie eben auch live spielen.

Neben dir als Sänger nimmt auch noch Jakob das Mikro in die Hand. Läuft das Songwriting wie bei Lennon und McCartney?

Wir sind als Musiker in der Band alle gleichberechtigt. Es gibt keine Hierarchie oder so etwas. Jeder bringt seine Ideen ein und darf Songs schreiben. In der Regel läuft es jedoch so, dass einer von uns beiden einen Text schreibt und schon eine Art Grundgerüst für einen Melodie im Kopf hat. Diese entwickeln wir dann als Band weiter zu einem Song.

Ihr habt bereits ein Musikvideo in der Kneipe Palenke gedreht. Wieso dort?

Die Palenke ist eine Art ausgelagertes Wohnzimmer von uns allen. Wir verbringen dort viel Zeit und verstehen uns sehr gut mit Burkhardt, dem Betreiber der Kneipe. Als wir die Idee entwickelten, ein Musikvideo aufnehmen zu wollen, bot uns Burkhardt die Palenke an. Sie passt vor allem deswegen so gut zu uns, weil sie so ist wie sie ist. Hier ist alles genau an dem Ort, wo es sein sollte.

Und an welchem Ort kann man euch in den kommenden Wochen sehen und hören?

Unser EP-Release-Konzert werden wir am 28. Mai in der Hansa48 spielen. Darüber hinaus stehen weitere Konzerte am Bootshafensommer zwischen Juni und August sowie das NORDEN Festival bei Schleswig an. Außerdem versuchen wir so viele Auftritte wie möglich zu spielen, die zu uns passen, um Kapelle Rausch bekannter zu machen. Wir hoffen, dass wir mit unserer Musik möglichst viele Menschen begeistern können.

Das Interview führte Sebastian Schulten



Foto: Lutterbeker

GAR NICHT SO PLATT

Musikkabarett auf Platt- und Hochdeutsch bringen zwei Cousinen aus Ostfriesland aufs Parkett: Annie Heger und Insina Lüschen beweisen, dass man auf Platt wirklich alles sagen und über alles sprechen kann. Auf YouTube gibt es bereits Schmink- und Ukulelentutorials, sie erklären, wie man IKEA-Kommoden aufbaut, wie man nur mit der Zunge einen Knoten in eine Spaghetti macht und was der Unterschied zwischen einem Streik und einer Demonstration ist. Am 30. April um 20 Uhr feiern Die Deichgranaten Premiere im Lutterbeker. Mehr Infos unter www.lutterbeker.de.

30. April • Lutterbeker

WENN DAS PIK-ASS STICHT

Man muss schon eine gewisse Reife besitzen, um dem Anspruch einer Motörhead-Tribute-Band gerecht zu werden, denn das Original war so authentisch und einzigartig, wie man es nur sein kann. Motörizer aus Kiel haben eindeutig das Potenzial dazu, denn die drei Musiker Martin Simon (Bass, Gesang), Peter Blackhead (Gitarre) und Plug Larsson (Schlagzeug) erfüllen alle die verlangten Anforderungen, natürlich mit Original-Equipment und -Outfits. Seit 2012 zelebrieren Motörizer schon ihre „Motörhead Tribute Show“, um ihrem größten Einfluss der letzten 35 Jahre die entsprechende Anerkennung zu zollen und das Erbe von Ian Fraser ‚Lemmy‘ Kilmister weiter in die Welt zu tragen. Anfänglich konnte man die Band hauptsächlich in und um ihre Heimatstadt Kiel sehen, u. a. auf der Kieler Woche und beim Werner Rennen 2019. Inzwischen sind Motörizer in ganz Deutschland live aktiv und spielen sich in die Herzen der Fans. Das gelingt ihnen vor allem deshalb, weil sie in jede Show das legendäre Set des UK-Nr.1-Albums „No Sleep ‘Til Hammersmith“ aus dem Jahr 1981 einbauen. Nach dem Tod des Motörhead-Chefs im Dezember 2015 wird mit jedem Motörizer-Konzert das Leben von Lemmy und seiner Musik gefeiert, um das Andenken und das große Erbe mit Nachdruck zu erhalten, getreu den legendären Abschlussworten eines jeden Motörhead-Gigs: „Don’t forget us“.

22. April • Rächerei



Ihr Live-Set besteht aus fast allen Klassikern von Motörhead, die Ende 2019 für die Aufnahme in die ‚Rock‘N‘Roll Hall Of Fame‘ nominiert wurden

Foto: www.motörizer.de/Frank Dudek



Kneipe, Küche, Kunst, Musik, Theater, Studio, Appartements, Laden, Fotografie



fr 14.20°° Peter Kaempfe+Jens Fischer mus.Lesung
 sa 2.4.20°° GlasBlasSing "Flaschenmusik"
 Fr 8.4.20°° Florian Hacke Kabarett
 sa 9.4.20°° Child in Time Deep Purple Cover
 15.4.20°° Lutterbeker, der Film
 sa 16.4.20°° Schroeter/Breitfelder blues'n'boogie
 fr 22.4.+ sa 23.4.20°° TimFischer + Cora Frost
 fr 29.4. 20°° das Geld liegt auf der Fensterbank, Marie
 sa 30.4 20°° Deichgranaten Premiere
 fr 6.5. 20°° Tante Salzmännchen Improtheater
 fr 13.5.20°° Kneipenquiz
 sa 14.5.20°° Jus Toto Africa, Rosanna, Hold the Line...
 sa 21.5.20°° Matthias Jung Abenteuer Pubertät
 so 22.5. 20°° KutimangoesDK Afro-Beat & Jazz

gefördert von 

24235 Lutterbek Tel. 04343 9442
www.lutterbeker.de 

★ ●

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, EUR 59,-.

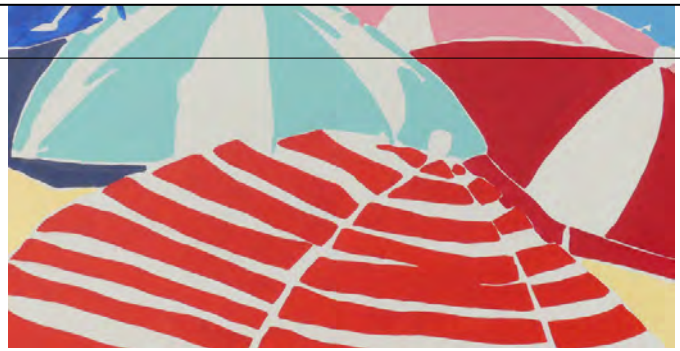
Martin A. Banger www.12Zeichen.de
 04334 181000
banger@12Zeichen.de



„GEMEINSAME MÖGLICHKEITEN“ IM POP-UP PAVILLON

Die von Mutter Gundula Boehnke-Naujoks und Tochter Luka Naujoks kreierte Ausstellung „Gemeinsame Möglichkeiten“ bringt großformatige Malerei und schwarz-weiß Fotografie zusammen. Die Besucher:innen sind eine Woche lang – vom 6. bis zum 13. April – von 11 bis 18 Uhr dazu eingeladen, in einen Moment der Entschleunigung und nonverbalen Kommunikation einzutauchen. In persönlichen Gesprächen können die Künstlerinnen sowie ihre Werke näher kennengelernt werden. Auch das von Luka Naujoks und ihren Freund:innen herausgebrachte Jugendmagazin TIERINDIR liegt zum Schmökern bereit. Ort: Pop-up Pavillon, Alter Markt 17
Mehr unter: www.kieler-innenstadt.de

Foto: PR



IT'S SUMMERTIME, BABY!

Unter dem Titel „It's Summertime, Baby!“ stellt der Maler Sebastian Richter vom 13. April bis zum 6. Mai zahlreiche Strand-, Bade- und Meeresimpressionen in der Förde Sparkasse am Lorentzendamms aus. Die meisten dieser Acrylarbeiten sind in Spanien, Griechenland, Dänemark, an der Ostseeküste und in Frankreich entstanden. In den lichtdurchfluteten Räumlichkeiten zeigt Richter 18 zum Teil großformatige Werke – Impressionen, die bei aller stilistischer Reduktion stets auf Gegenständliches referieren. Geboren in Neumünster, verlässt der heute 68-jährige nach dem Abitur seine Heimatstadt und studiert Pädagogik an der Pädagogischen Hochschule Kiel und Grafikdesign an der Muthesiusschule. Als Student gründet er mit Freunden ein Pantomimentheater, nimmt an internationalen Tanztheaterprojekten teil, arbeitet für die Sesamstraße (NDR), für das Frauenmagazin MONA LISA (ZDF) und ist als Fotomodell tätig. Eine Kunstgattung betreibt Richter jedoch seit seiner Jugend: das Zeichnen und Malen. Inzwischen entscheidet sich Richter für den Lehrerberuf, gründet eine Familie und verfolgt weiterhin die bildende Kunst. Mehr unter www.sebastian-richter-online.de

Foto: Sebastian Richter

ERSTAUNLICH & BUNT: FREQUENZ_FESTIVAL

Im Mai wird es endlich wieder richtig laut – und bunt! Das Frequenz_Festival lädt zu einem Abenteuer für alle Sinne ein.



Ein Fokus des Festivals liegt auch in diesem Jahr auf audio-visueller Kunst aus unseren nördlichen Nachbarländern: Kajsa Magrasson (Schweden) versprüht in ihrem Zelt im Foyer des Kulturforums ganzheitlich heilende Vibrationen – ganz ohne ärztliche Verschreibung. Auch das außergewöhnliche DEFUN Ensemble (Finnland) und S.L.Á.T.U.R. (Island) gewähren Einblicke in die unterschiedlichen Facetten musikalischer Performancekunst aus dem skandinavischen Raum. Song Circus (Norwegen) singen in einer einzigartigen Wasserinstallation und Frauke Aulbert (Hamburg) verführt uns mit ihrer besonderen Gesangskunst. Eröffnet wird das Festival vom gefeierten NADAR Ensemble (Belgien) und zum Abschluss wird Pierre Jodlowskis (Frankreich - Polen) Mad Max gezeigt – ganz ohne Mel Gibson, aber trotzdem voller Action.

Rund um das Festival finden allerlei Projekte mit jungen Musiker:innen aus Kiel statt, deren Ergebnisse euch dann präsentiert werden. Hierzu gehören auch Stücke, die im Verlauf eines Workshops des Ensembles S.L.Á.T.U.R. mit jungen Nachwuchsmusiker:innen aus Kiel entstanden sind und am zweiten Festivaltag aufgeführt werden. Aber auch erfahrener Nachwuchs aus der elektronischen Klangschmiede der Hochschule für Musik Carl Maria von Weber ist zu Besuch. Achim Kirsch, Meike Schlemmer und Hyunju Oh gestalten zudem gemeinsam mit weiteren Künstler:innen und Sound-Artist:innen spannende Projekte in unserer Stadt und verleihen dabei euch vertrauten Orten eine neue Aura.

5.-10. Mai • Kulturforum Kiel, Galerie Simone Menne, Ansharcampus, Seeburg & Pumpe



STEINBOCK

22.12. - 20.01.

Sie haben Energie, wissen aber nicht immer, wie ihr diese am besten einsetzen könnt. Zögert in berufliche Vorhaben nicht zu lange. Zur Zeit ist es wichtiger, dass die Dinge überhaupt in Gang geraten. Mit übertriebenen Kompromissen seid weder ihr noch euer Partner wirklich glücklich.



JUNGFRAU

24.08. - 23.09.

Entschlossen seid ihr schon seit einer Weile. Jetzt findet ihr die nötige Klarheit, auch andere von euren Vorstellungen zu überzeugen. Beschränkt ihr euch auf einige wenige Vorhaben, könnt ihr dort viel erreichen. Praktische Angelegenheiten verlaufen leichter als partnerschaftliche.



WAAGE

24.09. - 23.10.

So gut standen eure Liebessterne lange nicht. Damit sich die Zuneigung nicht immer nur im Kopf abspielt, solltet ihr eure Gefühle offener zeigen. Auch eure beruflichen Pläne drängen danach, in die Tat umgesetzt zu werden. Es besteht nur die Gefahr, dass ihr zu viel auf einmal wollt.



STIER

21.04. - 20.05.

Die günstigen Entwicklungen, auf die ihr gerade stoßt, werden nicht von selbst weiterlaufen. Ergreift ihr die Initiative, stehen euch hervorragende Möglichkeiten offen. Besonders die zweite Monatshälfte eignet sich, lang geplante Vorhaben in die Tat umzusetzen. Reagiert jedoch nicht über.



ZWILLINGE

21.05. - 21.06.

Jetzt lohnt es sich, auf Gelegenheiten zu achten, die es euch ermöglichen, neue Entwicklungen in eurem Leben zuzulassen. Was kann euch noch davon abhalten, eure Angelegenheiten selbst in die Hand zu nehmen? Wenn ihr wisst, was ihr wollt, könntet ihr viel für euch erreichen.



KREBS

22.06. - 22.07.

Herzangelegenheiten verlaufen stabil, aber nicht besonders aufregend. Wenn es in der Beziehung ruhig zugeht, könntet ihr natürlich für Abwechslung sorgen. Aber warum genießt ihr das nicht einfach? Eure körperlichen Kräfte sind leider etwas angeschlagen. Akzeptiert, dass auch eurem Leistungsvermögen Grenzen gesetzt sind.



LÖWE

23.07. - 23.08.

Momentan gibt es wenige Einflüsse für euer Zeichen – und die sind nicht besonders stark. Ihr könnt euch dafür entscheiden, diese Zeit zu genießen. Dafür werdet ihr euch damit abfinden müssen, dass nicht alles im Leben jemals ganz geklärt sein wird. Bleibt gegen Ende des Monats diplomatisch und beharrt nicht auf eurem Recht.

STERNZEICHEN DES MONATS



WIDDER

21.03. - 20.04.

Trotz eures Wunsches nach Abwechslung ist diese Zeit eher geeignet, Vergangenes abzuschließen, als sich in etwas Neues zu stürzen. Ihr könnt eure Träume genießen, solltet euch aber nicht zu tief in diese verstricken. Damit euer Leben neue Impulse erhalten kann, lässt es sich nicht vermeiden, dass ihr euch von einigen alten Plänen trennt. Findet aber zunächst heraus, was eurem Erfolg mehr im Wege steht – die äußeren Umstände oder die eigene Haltung.



SKORPION

24.10. - 22.11.

Verlangt ihr zuviel von euch, könntet ihr schon bald enttäuscht sein. Gerade wenn es im Job oder in der Ausbildung hektisch zugeht, solltet ihr jetzt nicht auf Schnelligkeit, sondern lieber auf Gründlichkeit setzen. In der Liebe werden sich viel bessere Chancen dagegen nicht von selbst ergeben.



SCHÜTZE

23.11. - 21.12.

Eine Auseinandersetzung ist abgeschlossen. Jetzt könnt ihr erkennen, dass ihr selbst die Umstände mitbestimmt habt und dass die weitere Entwicklung in euren Händen liegt. Besonders in Liebesangelegenheiten kommen euch die Sterne zur Zeit entgegen und aktivieren eure Schokoladenseite.



WASSERMANN

21.01. - 19.02.

Eure Gefühle haben nicht immer recht, besonders wenn es sich dabei um grundlegende Zweifel handelt. Gerade Beziehungstress lässt sich nun leichter lösen. Wenn ihr beruflich nicht so klar seht, wie die Sache weitergeht, solltet ihr noch eine Weile abwarten. Erst in der zweiten Monatshälfte geht es wieder in kleinen Schritten voran.



FISCHE

20.02. - 20.03.

Langsam wisst ihr, welche neuen Schritte euch wirklich wichtig sind. Da ihr bereit seid, die Verantwortung zu tragen, werdet ihr Entscheidungen auch selbst treffen. Wenn der Erfolg euch sicher ist, dürfte es in Ordnung sein, eure Ansprüche mal etwas höher zu schrauben. Gebt euch in der Liebe nicht zu reserviert.

UNSER ASTROLOGE

Der Kieler Astrologe Martin A. Banger erstellt jeden Monat das aktuelle RENDSBURGERLEBEN-Horoskop. Möchtet ihr es noch genauer wissen? Fordert euer persönliches Horoskop unter www.12zeichen.de an.



Martin A. Banger

DIE NÄCHSTE KIELERLEBEN

erscheint am
28.04.

Anzeigenschluss
20.04.

IMPRESSUM

KIELERLEBEN 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
Tel.: (0431) 200 766-66, Fax: (0431) 200 766-50
HRA 8781 KI Amtsgericht Kiel

Herausgeber:

Kassian Alexander Goukassian

Redaktion:

Tel.: (0431) 200 766-66,
E-Mail: redaktion@kielerleben.de

Jill Benck, Ramona Dabringer, Sina Hoyer,
Sebastian Schulten, Lillie Sell, Mirjam Stein,
Finja Thiede, Markus Till,
Kathrin Wesselmann

Anzeigenkoordination & Mediaberatung:

Jörg Stoeckicht, Tel.: (0431) 200 766-61
E-Mail: j.stoeckicht@falkemedia.de
Frank Barghan, Tel.: (0171) 412 43 89
E-Mail: f.barghan@falkemedia.de
Gesa Butenschön, Tel.: (0431) 200 766-64,
E-Mail: g.butenschoen@falkemedia.de
Lennart Lizarzaburu, Tel.: (0431) 200 766-813
E-Mail: l.lizarzaburu@falkemedia.de

Layout & Bildbearbeitung:

Marleen Osbahr, Angelika Schwarz

Titelgestaltung: Marleen Osbahr,
Titelfoto: Getty Images/Harbucks/iStock/
Getty Images Plus

Vertrieb: Die KIELERLEBEN erhält ihr an über 1.000 Vertriebspunkten in und um Kiel

Abopreis: 25 Euro

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

Sylt Fräulein - Der Blog
www.syltfraeulein.de

RENSBURGERLEBEN
www.rensburgerleben.de

Lebensart im Norden
www.lebensart-sh.de

Tipps für Kids - Das Familienmagazin
www.tippsfuerkids.de

FIETE - Das Campusmagazin
www.fiete-kiel.de

Geht los! - Das Azubimagazin

KIELERLEBEN

WWW.KIELERLEBEN.DE

Bei **falkemedia** erscheinen die Publikationen:

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

© 2022 by falkemedia.
Alle Rechte vorbehalten.



DRAUSSEN SCHMECKT'S AM BESTEN

Die Terrassensaison ist eingeläutet! Mit dem Blick ins Grüne, auf die Förde oder die flanierenden Menschen am Ufer schmeckt jedes Glas Wein nach Urlaub, jede Pizza nach dolce vita und jede Portion Pommes

nach Kindheitserinnerungen an warme Sommertage am Strand. In unserem großen Draußen-Genießen-Spezial möchten wir euch Kiels Top-Restaurants zum Verweilen, Schlemmen und Schnacken präsentieren.



Foto: Getty Images / RaHinnerichs

MAI IN DER PROBSTEI

Wenn die Rapsfelder blühen und ihr Gelb mit dem Blau der Ostsee um die Wette strahlt, dann ist es in der Probstei besonders malerisch. Wir nehmen euch mit auf einen Streifzug durch die Dörfer rund um Laboe und zeigen euch die schönsten Ecken. Kommt mit auf einen Bummel durch Heikendorf, entdeckt die kleinen Läden und die beliebtesten Plätzchen auf der Sonnenseite der Kieler Förde.



Foto: Getty Images/evgenyatamanenko

HAPPY MUTTERTAG

Am 8. Mai ist Muttertag. Ein Tag, an dem es mal wieder Zeit wird, unseren Mamas zu sagen, wie dankbar wir ihnen sind. Wir zeigen euch, mit welchen Aufmerksamkeiten ihr bei euren Müttern punkten und wo in Kiel und Umgebung ihr die schönsten Kleinigkeiten ergattern könnt. Wie wäre es mit einem gemeinsamen Frühstück oder Abendessen, um einfach mal wieder in Ruhe Zeit miteinander zu verbringen? An den Orten, die wir euch vorstellen wollen, geht dies besonders gut!



CUPRA BORN 100 % ELEKTRISCH

DIREKT BEI UNS BESTELLEN.
UND IN 2022 FAHREN.

AB 288 € MTL.¹

AUTOHAUS OST GMBH

KLAUSDORFER WEG 173, 24148 KIEL
TELEFON 0431 72083-73, INFO@SEATKIEL.DE, OST.CUPRA.DE

Beispielrechnung, berechnet für den CUPRA Born 150 kW (204 PS)/58 kWh.

Fahrzeugpreis:	37.220,00 €	48 Leasingraten à	288,00 €
Überführungskosten:	850,00 €	Laufzeit:	48 Monate
Leasing-Sonderzahlung ² :	6.000,00 €	Jährliche Fahrleistung:	10.000 km

Gilt für CUPRA Born, 150 kW (204 PS)/58 kWh; Stromverbrauch kombiniert: 16,8 kWh/100 km; CO₂-Emissionen: 0 g/km; CO₂-Effizienzklasse: A+++ (WLTP-Werte).

¹Ein PrivatLeasing-Angebot der SEAT Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasingvertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Inklusive Überführungskosten und zzgl. Zulassungskosten. Bonität vorausgesetzt. Es besteht ein gesetzliches Widerrufsrecht für Verbraucher. Limitierte Stückzahl.

²Die Sonderzahlung entspricht der staatlichen Förderung durch das Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle, www.BAFA.de, deren Auszahlung an dich erst nach positivem Bescheid des von dir gestellten Antrags erfolgt. Ein Rechtsanspruch besteht nicht und die Sonderzahlung schuldest du unabhängig von der Bewilligung und Auszahlung der staatlichen Förderung. Die staatliche Förderung in dieser Höhe endet mit Erschöpfung der bereitgestellten Fördermittel. Der Herstelleranteil von 3.570,- € brutto ist bereits im Nettodarlehensbetrag in Abzug gebracht. Abbildung zeigt Sonderausstattung.

TAG DER

E-MOBILITÄT

Messe- und Aktionstag mit vielen Ausstellern
und einem bunten Programm für die ganze Familie.

Eintritt frei | Uhlenkrog 32 | 24113 Kiel
Mehr Infos auf stromfahrer.sh

24.04.22
11 – 18 Uhr

