

Kielerleben

OH, WIE SCHÖN
IST HEIKENDORF

Bummeln, beachen, essen –
merkt euch diese Adressen

DIE HOLTENAUER
IST ERWACHT

Endlich wieder Leben auf Kiels
beliebter Schlenderstraße



Endlich raus

Alles auf Anfang, aber mit Abstand: Radfahren, golfen,
shoppen, Restaurantbesuche – das ist in Kiel wieder möglich!

Offener Laden, offenes Lächeln.

*Wir sind voll für dich da. Wie gewohnt,
wie geliebt. Für dein gutes Bauchgefühl.*

Günther

Bäcker seit 1882





Die KIELerleben-Crew:
 Vorne, v. li.: Finja, Jonas, Vera,
 Svea, Jana, Kathrin, Markus und Mareike
 Hinten, v. li.: Lennart, Mona, Jörg, Mirjam,
 Sebastian, Anne, Katharina und Marleen

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

wir sind wieder hier, in unserem Revier, waren nie wirklich weg, haben uns nur versteckt. Westernhagens Textzeilen beschreiben es eigentlich ziemlich treffend. Als wir Mitte März erfuhren, dass die April-Ausgabe nicht gedruckt wird, waren wir alle geschockt. Das Heft haben wir trotzdem fertig gemacht und kurzerhand eine Online-Ausgabe erstellt. Aber das ist natürlich nicht das Gleiche. KIELerleben lebt – wie der Name schon sagt – von unseren Kunden, die unser Hefte bei sich in den Geschäften, Restaurants, Fitnessstudios auslegen. Von euch, den Lesern, die sich jeden Monat unsere Magazine mitnehmen und sich von den Tipps und Themen inspirieren lassen. KIELerleben gehört in die Hand genommen, unter den Arm geklemmt, durchgeblättert. Genau das ist mit dieser Ausgabe wieder möglich und dafür möchten wir uns bei allen Kunden, die uns unterstützen und immer unterstützt haben, herzlich bedanken! Ein kleines Dankeschön in der schweren Zeit haben wir einigen schon bescheren können, indem wir – denn so richtig versteckt haben wir uns dann doch nicht – Aktionen, wie den Fördebummel ins Leben gerufen haben. Auf Instagram findet ihr unter @foerdebummel nun eine große Auswahl an Läden in und um Kiel, könnt euch durch deren Produkte klicken oder

direkt Kontakt für Bestellungen oder Nachfragen zu den Geschäften aufnehmen. Eine schöne Idee unserer Redakteurinnen Finja und Mona, die in der Krise den Zusammenhalt gestärkt hat und sich auch darüber hinaus freut, den lokalen Einzelhandel zu unterstützen. Ebenfalls die Beine nicht stillgehalten – oder vielmehr im Homeoffice Sabelwasser getrunken – haben unsere Grafikerin Marleen und unser rasender Reporter Sebastian, die aus Spaß an der Sache und weil sie es schon immer mal machen wollten, einen Podcast gestartet haben. In „Stadtgespräch“, reden die beiden frei von der Leber weg über alles, was gerade in Kiel so passiert: Schulschließungen und -öffnungen, Omas gegen Rechts im Kampf gegen Blauschlümpfe oder Bademäntel, die zum liebsten Kleidungsstück geworden sind. Hört mal rein, ihr findet den Podcast auf www.kielerleben.de und natürlich bei Spotify oder iTunes!

Nun wünschen wir euch allen erstmal viel Freude bei der Lektüre unseres Magazins, ein weiterer kleiner Schritt in Richtung Normalität! Bleibt gesund und haltet Abstand!

*Eure Kathrin Wesselmann und die
 KIELerleben-Crew*

Top / Hair



R1+C3+H5

**KENNEN SIE IHREN PERSÖNLICHEN
 ENERGYCODE™?**

Entdecken Sie ihn jetzt bei Ihrer ganz persönlichen Haarpflege-Beratung in einem unserer Salons.

SYSTEM
 PROFESSIONAL

Sophienhof | 0431 - 62187
 CITTI-Park | 0431 - 95318

40

Heikendorf hat mehr als nur einen schönen Strand. Kommt mit und seht selbst!



66

Inspirationen und Adressen für die Gestaltung eurer vier Wände



9 Werft die Klischees über Bord und geht doch mal Golfen



22 Endlich können wir wieder in der Holtenuer shoppen

106

Lecker, schmecker, Erdbeeren: süße Schlemmerideen für den Tag im Garten



11

Raus in die Natur – aber mit Bedacht



ENDLICH RAUS!

Wir zeigen euch die schönsten Radtouren ... und andere Ausflugsziele rund um Kiel 6
9

GLEIS + MEHR

Das Förde Fräulein schwelgt in Erinnerungen 18

STADTGESCHEHEN

Welcome back Holtenuer Straße 22
Igers Kiel 30
Neues & Spannendes aus Kiel 31

SPEZIAL: HEIKENDORF

Let's go east: Ein Sprung nach Heikendorf 40
Reportage: Der Hühnerstall im Garten 50

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Homestory: Svenja aus Tarp 68
Alles für die eigenen vier Wände 72

MODE

Das trägt Kiel: Förde Fräulein Finja 88
Schmuckes & Schönes 89

KÖRPER & SEELE

Verwöhnen und verwöhnen lassen 92

HUNGER & DURST

Frisches Daily, heiße Öfen, süße Früchte 100
Rezepte: Frische Erdbeeren 106

KULTUR & UNTERHALTUNG

Alles online: Bühnenprogramme in Kiel 108

JEDEN MONAT DABEI

Editorial 3
Was finde ich wo 112
Impressum/Aus der Redaktion 114



Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen. www.pefc.de



adidas

PUMA



UNDER ARMOUR

ENERGETICS

casall

MOROTAI

ESPRIT

VENICE BEACH

BUY
ONLINE =
BUY LOCAL



Alle Online-Bestellungen werden von
einem Sporthändler vor Ort versendet

#HEARTCORE

Kiel: CITTI-PARK · Neumünster: Holsten-Galerie
www.Intersport-Knudsen.de

[f/IntersportKnudsen.de](https://www.facebook.com/IntersportKnudsen) · [@intersport.knudsen](https://www.instagram.com/intersport.knudsen)

 **INTERSPORT**
KNUDSEN

Endlich RAUS!

Fahrradfahren, wandern oder vielleicht mal das Golfspielen ausprobieren? Aktivitäten an der frischen Luft sind gefragt wie nie. Auf den folgenden Seiten nehmen wir euch mit auf schöne Routen und Touren in und um Kiel!



Seit Juli 2019 gibts das Bikesharing-System „Sprotenflotte“ in Kiel:
Über www.sprotenflotte.de anmelden und Räder leihen!

„RADFAHREN IST MEDITATION IN BEWEGUNG“

(Bert van Radau)

*Die Nase im Wind, immer an der frischen Luft, das Gefühl von Freiheit – die Kieler Förde ist idealer Startpunkt, traumhaftes Ziel oder eindrucksvoller Zwischenstopp für Radfahrer*innen.*

ENTLANG DER OSTSEEKÜSTE

Der Ostseeküsten-Radweg gilt als einer der beliebtesten in Deutschland. Auf 430 Kilometern lädt das Meer dazu ein, die Seele baumeln zu lassen. Auf der Route erstreckt sich eine faszinierende, abwechslungsreiche Küstenlandschaft. Frische Fischbrötchen auf dem Weg versprechen maritimen Genuss, Restaurants und Cafés laden zum Verweilen ein. Mit Kurs auf die Kieler Bucht warten das Künstlermuseum in Heikendorf, das U-Boot in Laboe und der Kieler Hafen inklusive großer „Pötte“ darauf, von euch entdeckt zu werden!

ENTLANG DES NORD-OSTSEE-KANALS

2020 wird der Nord-Ostsee-Kanal 125 Jahre alt! Ein Grund mehr, ihm Aufmerksamkeit zu schenken. 325 Kilometer entlang des Nord-Ostsee-Kanals, von Brunsbüttel bis Kiel-Holtenau, geht es auf der Nord-Ostsee-Kanal-Route, auch als NOK-Route bekannt. Neben malerischer Landschaft – umgeben von Flüssen und Seen sowie Wald und Wiesen, die Nord- und Ostsee voneinander trennen – erwarten Radler*innen bedeutende Sehenswürdigkeiten. Mehr als einhundert Schiffe sind täglich auf der meistbefahrenen Seeschiffahrtsroute der Welt unterwegs. Radfahrer*innen erleben so Containerschiffe, Yachten und „Riesnpötte“ hautnah. Schleusenanlagen und Brücken bieten zudem begehrte Fotomotive und laden zum Staunen ein.

FAHRRADSTADT KIEL

Wer kürzere Etappen bevorzugt, der kommt natürlich auch innerhalb der Landeshauptstadt mit dem Fahrrad auf seine Kosten. Mehrere Tourenvorschläge stehen euch auf den Velo-Routen zur Verfügung: Ob „Neubürger-Radtour“ zum Kennenlernen der Stadt, „Maritime Radtour“, „Wissenschafts-Radtour“ rund um Hochschulen, Botanischen Garten und Mediendom oder „Mountainbiketour“ abseits befestigter Wege – für jeden Geschmack ist etwas dabei. Entsprechende Infos dazu erhaltet ihr bei der Tourist Information in der Andreas-Gayk-Straße 31, im „Umsteiger“ am Kieler Hauptbahnhof und im Rathaus, Fleethörn 9. Für einige Touren gibt es Tracks für Navigationsgeräte zum Herunterladen.

AUF DEN SPUREN VON KLAUS BOROWSKI

Die „Geführte Kieler Tatort Radtour“ ist DAS Highlight für alle Fans des Fernseh-Klassikers. Die in der Landeshauptstadt gedrehten Folgen des Tatort stehen seit vielen Jahren für maritime Krimispannung auf höchstem Niveau. Entdeckt gemeinsam mit fachkundigen Stadtführer*innen die bekannten Schauplätze in Kiel und erfahrt spannende Hintergründe zu den Tatort-Folgen mit Hauptkommissar Klaus Borowski alias Axel Milberg. Während eurer fesselnden Ermittlungstour lernt ihr Kiel von einer ganz neuen, spannenden Seite

kennen: Vom Leichenfund auf dem Fördedampfer, Verhören am Tiessenkai bis zur Verfolgungsjagd auf der Holtener Hochbrücke. Termine und weitere Infos unter www.kiel-sailing-city.de/tatorttour.

RUNDUM SORGLOS MIT DEM „UMSTEIGER“

Wer kein eigenes Rad hat, leiht sich einfach eines – zum Beispiel in der Tourist Information Kiel oder im Kieler „Umsteiger“. Dahinter verbirgt sich die Verkehrsservicezentrale mit Radstation samt Fahrradparkhaus sowie -Verleih und -Werkstatt. Weitere Angebote des „Umsteigers“ umfassen gedruckte Tourenvorschläge sowie Hol- und Bringdienst bei Gruppenfahrten. Infos unter Tel.: (0431) 237 77 90 oder via E-Mail an radstation@bruecke-sh.de.

Tip: Eine besondere Entdeckungsfahrt entlang der Kieler Förde bietet sich mit dem E-Bike! Erhältlich in den Tourist Informationen Kiel, Andreas-Gayk-Str. 31, und Heikendorf, Strandweg 2. Info-Tel.: (0431) 67 91 00, www.kiel-sailing-city.de.

STARKES TEAM: FÄHRE & FAHRRAD

Direkt vom Kieler Hauptbahnhof aus bringen euch die Fördedampfer mit dem Fahrrad – je nach Saison – über Mönkeberg, Heikendorf, Falckenstein und Laboe bis nach Schilksee und Strande. Entdeckt das Laboer Ehrenmal, den geschichtsträchtigen Olympiahafen Schilksee oder die idyllischen Häfen von Mönkeberg und Heikendorf/Möltenort. Mehr über Heikendorf, seine schönsten Seiten, Geschäfte und Restaurants erfahrt ihr in unserem großen Heikendorf-Spezial ab Seite 40!



AUFGESATTELT!

Seid ihr auch heiß darauf, die warmen Sommertage wieder im Freien zu verbringen? Also wir müssen dringend mal raus aus dem Home Office und rauf auf unseren Drahtesel. Es ist Zeit ihn aus dem Schuppen zu holen, aufzupolieren und die eine oder andere nette Tour zu planen. Wir verraten euch wohin und wieso.

RADTOUR FÜR „DIE NEUEN“

Ihr seid neu in der Stadt und sucht die passenden Fahrradtouren, um Kiel kennenzulernen? Dann solltet ihr die Gelegenheit nutzen und eine Neukieler-Radtour mitmachen. Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) bietet in Kooperation mit der Radstation Umsteiger regelmäßig Touren an, die speziell für Neukieler entwickelt wurden. Dabei geht es mal in den Osten Kiels, mal in die Umgebung, mal an den Strand. Die Tour ist kostenfrei, die Teilnehmerzahl jedoch begrenzt. Alle Termine und Infos findet ihr auf www.kiel.de/umsteiger oder unter www.adfc-sh.de.

RADTOUR MIT SCHLEUSENTRANSFER

Als Tipp der Redaktion können wir euch die Tour am Nord-Ostsee-Kanal ans Herz legen. Ihr startet von einem beliebigen Ort auf dem Kieler Westufer und radelt nach Norden in Richtung Wik. Hier wartet schon das erste Highlight: Ihr überquert die meistbefahrenste künstliche Wasserstraße der Welt mit der kostenlosen Fahrradfähre. Von Kiel-Holstenau fahrt ihr direkt am Kanal entlang und lasst euch von den richtig dicken Pötten beeindrucken, die nur wenige Meter neben der Fahrrad-Strecke an euch vorbeiziehen. Nach rund 13 Kilometern lohnt es sich, einmal abzusteigen und im Gut Warleberger Hof ein Stück Erdbeerkuchen und eine frische Erdbeermilch zu genießen, bevor ihr wenige Kilometer später mit der Fähre zurück auf die andere Seite des Kanals übersetzt. Von Landwehr aus geht es direkt am Kanal zurück in Richtung Kiel.

App-Tipp: Mit der App Komoot, verfügbar im App- und Play Store, könnt ihr Touren in und um Kiel entdecken – von Kielern empfohlen.



Redakteurin Monadüste am Ende mächtig stolz mit repariertem Rad nach Hause

RADREPARATUR LEICHT GEMACHT

Sein Rad selbst reparieren? Nee, das hätte ich mir nun wirklich nicht zugetraut. Aber dank der Fahrradwerkstatt in der Hansa48 ist das fast schon ein Kinderspiel. Am Ende habe ich zwar „nur“ eine Pedale gewechselt und meine Klingel ausgetauscht, aber wie sagt man so schön: Ein guter Anfang ist die halbe Arbeit. Oder so. Wie ein kleines eigenes Universum erhebt sich die Hansa48 aus dem Hinterhofkonstrukt, in dem auch ein Raum für Konzerte, ein kleiner Laden und eine KiTa Platz gefunden haben. In der Werkstatt selbst bekommt ihr Antworten auf alle Fragen, die Mädels und Jungs helfen bei schwierigen Problemen weiter, erklären euch die (Rad-)Welt und zeigen euch, welches Werkzeug wo hängt. Außerdem gibt es viele Ersatzteile, die ihr nutzen könnt. Lediglich 4 Euro kostet euch der Spaß und am Ende habt ihr ein repariertes Rad, mehr Ahnung und ein bisschen Stolz sitzt auch mit im Fahrradkorb auf dem Heimweg! Die aktuellen Öffnungszeiten findet ihr bei Facebook unter „hansa48Fahrradselbsthilfe“.

Ramona Dabringer





ENDLICH RAUS!

Schöne Golfschläger nach Maß bekommt ihr zum Beispiel von der kleinen Manufaktur EDELMETALL aus Hamburg:
www.edelmetall-golf.com

SCHWUNGVOLL JA, SPIESSIG NEIN!

Hochgestellter Polokragen und in British Racing Green glänzende Nobelkarossen – wer an Golfer denkt, hat noch immer viele Vorurteile. Zu Unrecht! Der Sport erlebt gerade, nicht zuletzt wegen der Corona konformen Möglichkeiten an der frischen Luft, einen regelrechten Aufschwung. Strenge Etikette war gestern, heute sind auch Jeans und Fiat Panda auf dem Golfplatz willkommen! Spaßturniere in ganz Deutschland, schnellere Spiele und ein einfacheres Regelwerk sollen den Einstieg auch für das breite Publikum leichter und den Kopf frei machen. Lasst alle Gedanken beim ersten Schlag zurück und haut einfach drauf!

FREIZEITSPASS FÜR DIE GANZE FAMILIE

Wer sie noch nicht kennt, sollte einmal die SwinGolf- und FußballGolf-Anlage der Familie Neelsen in Schülp bei Nortorf besuchen. Eingebettet in eine wunderschöne Landschaft findet hier jeder den idealen Freizeitspaß. SwinGolfer kommen immer wieder hierher zurück, da die 18-Loch-Anlage viel Abwechslung und Spaß bietet. Die FußballGolf-Anlage hat ebenfalls 18-Loch und ist auch für Kinder ideal geeignet. Auf naturbelassenen und per Hand angelegten Hindernissen müssen sie ihr Geschick beim Einlochen des runden Leders beweisen. Auf der großzügigen Terrasse hat man einen herrlichen Ausblick auf die Plätze und das sportliche Treiben und kann bei kühlen Getränken, Kaffee und Kuchen oder kleinen Snacks wunderbar entspannen. Das Restaurant verfügt zudem über eine offene Küche, sodass man dem Küchenchef beim Zubereiten der Speisen zuschauen kann. Besonders beliebt: das Arrangement „Golfen und Grillen.“ Weitere Infos unter www.moellhagen.de.



Fotos: Edelmetall-Golf

06.2020 *Kielerleben* 9

**Gut Uhlenhorst
 Stadt. Land. Golf.**
 nur 12 km vom Kieler Zentrum



**Unsere Kursangebote –
 jetzt anmelden!**

Entdeckertag

mit Abschlussturnier über 3 Löcher	60,- €
Jugendliche (12 bis 18 Jahre)	30,- €

Platzreifekurs

zum Beispiel ab 4. oder 18. April: Für die Kursdauer erhalten Sie Leih-Golfschläger und können kostenfrei den 9-Löcher-Kurzplatz bespielen.

	299,- €
Jugendliche (12 bis 18 Jahre)	149,- €

Ab 4 Personen sind individuelle Termine möglich.

und danach ...

Der Uhlenhorster Starter

für 2 Monate unbeschränkt Golf spielen auf 27 Löchern und dem öffentlichen 9-Löcher-Kurzplatz, Turnierteilnahme mit Handicapführung

199,- €

Termine und Infos zu Kursen & Starter im Internet:
www.gut-uhlenhorst.de/einsteiger-und-kurse

GUTSCHEIN

erhalten Sie drei Logobälle gratis bei Buchung Ihres Kurses:

Code: KIELERLEBEN2020

Stammtisch

... für Golfer und Nicht-Golfer am ersten Donnerstag im Monat um 19 Uhr im Restaurant LAURENS. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Sie!



**Golf- & LandClub
 Gut Uhlenhorst**

Mühlenstraße 37 | 24229 Dänischenhagen
 Tel: 04349 / 91700 | www.gut-uhlenhorst.de



GLÜCKSGEFÜHLE BEIM GOLFEN

Die Ansteckungsgefahr ist groß, aber vor dem Golfvirus braucht man keine Sorge zu haben. Im Gegenteil: Ist man erstmal infiziert, warten jede Menge Glücksgefühle, wie ein Einsteiger zu berichten weiß ...



Das Schöne ist: Beim ersten Mal fliegt er eigentlich immer. Also der Ball mit diesen kleinen Dellen. Für gewöhnlich nehmt ihr einen Schläger, holt aus, trifft, guckt, staunt. Und denkt: Ist doch gar nicht so schwer. So geschehen vor zwei Jahren. Es war auf dem öffentlichen Kurzplatz des **Golf- & LandClub Gut Uhlenhorst**. Hier darf jeder mal. Ein paar Euro gezahlt, Schläger erhalten und einfach drauflosgegolft. Nach neun Löchern war klar: Das muss ich nochmal haben.

Bis dahin hatte ich das Wort Golf nur im Zusammenhang mit der Tiefgarage verwendet. Doch nach dem Kurzplatzerlebnis wollte dieses Gefühl des ersten Schlages einfach nicht weichen. Noch zweimal genügten mir die neun Löcher, dann war klar: Ich will mehr! Es war nicht mehr nur das Golfen, das ganze Drumherum löste in mir Glücksgefühle aus: Die freie Natur, die herrliche Ruhe und nur das Hier und Jetzt. Mein neues Hobby überkam mich wie ein Virus, der in mir neue Lebensgeister weckte.

Also, auf in den Platzreifekurs und im Anschluss die Mitgliedschaft im Golf- & LandClub Gut Uhlenhorst abgeschlossen. In den kommenden Monaten wurde aus Glauben Überzeugung: Ohne Golf kann ich nicht mehr. Mein Körper verinnerlichte die Bewegungsabläufe von Mal zu Mal mehr und aus dem „gar nicht so schwer“ wurde „das kann ich besser“. Denn eines steht fest: Auch wenn ich jetzt zwei Jahre dabei bin, das Abenteuer Golf fängt jetzt für mich erst richtig an.

DER ÖFFENTLICHE KURZPLATZ

Der Golf- & LandClub Gut Uhlenhorst verfügt neben einem 27-Löcher-Meisterschaftsplatz über einen 9-Löcher-Kurzplatz. Dieser ist öffentlich und für jedermann zugänglich. Dort könnt ihr den ganzen Tag für lediglich 25 Euro pro Person ohne Platzreife oder weitere Formalitäten spielen. Eine Voranmeldung ist nicht notwendig.

MACHE DEN PLATZREIFEKURS

Der Führerschein zum Golfspielen. An zwei Wochenenden geht's auf direktem Weg zum Erreichen der Platzreife nach den Richtlinien des Deutschen Golfverbandes. Damit das Erlernte gleich in die Praxis umgesetzt werden kann, gibt's für den Kurs leihweise einen kompletten Schlägersatz. Außerdem kann während der Kursdauer der Kurzplatz kostenlos genutzt werden.

DAS Wandern IST DES KIELERS LUST

Wenn man Freunde und Verwandte nur eingeschränkt sehen kann, stattet man eben der Natur einen Besuch ab. Welche positiven Effekte das hat, wo ihr schöne Plätze findet und was ihr dort beachten solltet, verraten wir euch hier.



Leise knackt das Holz unter den Schuhen, auf den Bäumen ringsherum schmettern die Vögel ihre Lieder, warme Sonnenstrahlen suchen sich ihren Weg durch die Baumkronen. Schon nach den ersten Metern im Wald stellen sich bei uns Entspannung und Wohlfühl ein. Dieselbe Wirkung wie ein Spaziergang durch den Wald haben ein Picknick am Strand oder ein Nickerchen auf der heimischen Gartenliege. Die Natur tut uns einfach gut. Statt der sonst üblichen Runden auf dem Bürostuhl ist nun unser ganzer Körper gefragt. Die Bewegung an der frischen Luft kurbelt unser Immunsystem an und stärkt unseren Kreislauf. Die Sonnenstrahlen auf unserer Haut regen die Produktion von Vitamin-D an, das so wichtig ist für unsere Abwehrkräfte. Vielleicht ist euch auch schon mal aufgefallen, dass ihr nach kurzer Zeit in der Sonne richtig gute Laune habt? In der Sonne produziert unser Körper nämlich mehr Serotonin, das sogenannte Glückshormon. Für dieses Glücksgefühl reicht auch schon eine kurze Zeit im Tageslicht. Aber länger ist natürlich besser. Während die Glücksgefühle merklich ansteigen, sinken gleichzeitig der Blutdruck und die Stresshormone. Auch die Geräusche in der Natur – das Zwitschern, das Knacken, das Rascheln, das Summen – tragen ihren Teil dazu bei. Die Muskeln entspannen sich automatisch und mit ihnen das Gedankenkarussell im Kopf. Die Natur teilt mit uns so viele schöne Dinge, aber um das alles wahrzunehmen, müssen wir achtsam sein und die Natur mit allen Sinnen wahrnehmen. Also weg mit dem Handy, das stört nur.

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



*Alles was das
Wohnen
schöner macht!*



*Wir
haben
geöffnet!*

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 10.00-18.00 Uhr

Sa. 10.00- 13.00 Uhr

Kolberger Str. 15 · Nortorf (24589)

Tel. 04392 / 40 80 99

Rainer Fetting

Here are the lemons



19.5.-18.10.2020
Schloss Gottorf
Reithalle

landesmuseen.sh/fetting

**Museumsinsel
Schloss Gottorf**

Landesmuseen SH

 **Sparkasse**

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

zdfkultur
partner

 **FREUNDKREIS
SCHLOSS GOTTORF**

 **Kulturstiftung
des Landes
Schleswig-Holstein**

ENDLICH RAUS!

AUSFLUGSTIPPS IN KIEL UND UMGEBUNG

Wer die Natur noch
lange genießen möchte,
muss auch die Regeln
beachten



Eidertal Wanderweg: Geformt durch die Gletscher der Eiszeit, finden Erholungssuchende zu Fuß und auf dem Rad im Eider-tal eine einzigartige Kulturlandschaft. Anhand der Karten am Wegesrand oder auch mit der App Komoot findet ihr zwischen Reesdorf, Techelsdorf, Grevenkruge und Schmalstede wunderschöne Touren zum Wandern, Radfahren und Spazieren. Mehr Infos zum Eidertal Wanderweg und anderen Erholungsgebieten unter www.mittel-holstein.de.

Naturpark Westensee: Wasser, Wald und Wiesen bietet euch der Naturpark Westensee. Zwischen Kiel, Rendsburg und Neumünster könnt ihr durch eine vielseitige, idyllische Landschaft streifen. Vom Tüteberg habt ihr einen tollen Blick auf den Westensee. Mehr dazu unter www.nwoe.de.

Schwentine: Die Schwentine gehört mit 62 Kilometern zu den längsten Flüssen in Schleswig-Holstein. Im direkten Umkreis von Kiel findet ihr entlang des Flusses den Wildpark Schwentinental, die Obstquelle Schuster, Kanuverleihe und noch viel mehr.

Geltinger Birk: Wilde Natur und wilde Pferde an der Flensburger Förde. www.geltinger-birk.de

Naturpark Hüttener Berge: Auch Schleswig-Holstein hat ein paar Berge. www.naturpark-huettenerberge.de

Haithabu: Auf den Spuren der Wikinger an der Schlei. www.haithabu.de

OBACHT IN DER NATUR

Die Corona-Krise hat das bekannte Leben fast gänzlich eingeschränkt, aber auf der anderen Seite ein neues Interesse an der Natur geweckt. Naturschützer geben allerdings zu bedenken, dass dabei Aspekte des Natur- und Umweltschutzes bisweilen zu kurz kommen. Auch Umweltminister Jan Philipp Albrecht freut sich über das wachsende Interesse an der Natur, bittet Naturliebhaber allerdings, sich rücksichtsvoll zu verhalten. Dass in vielen Schutzgebieten, Wäldern und Küstenregionen im Norden momentan so viele Menschen unterwegs sind, führt zu Stress bei scheuen Tieren, die zumeist damit beschäftigt sind, sich um ihren Nachwuchs zu kümmern.

Welche Regeln es zu beachten gilt:

- In Naturschutzgebieten dürfen Wege nicht verlassen werden, Hunde sind anzuleinen, Tiere dürfen nicht gestört und Pflanzen nicht gepflückt werden, da viele von ihnen unter Naturschutz stehen. Zu beachten sind die Schilder und Tafeln, die oftmals am Eingang der Naturschutzgebiete aufgestellt sind.
- In Wäldern sind die Hunde zum Schutz des Wildes anzuleinen und dürfen nur auf den Wegen mitgeführt werden.
- An den Stränden mit regem Badebetrieb sind bis zum 31. Oktober das Reiten und das Mitführen von Hunden verboten; für Hundebesitzer gibt es vielerorts ausgewiesene Hundestrände.



Willkommen
in
Eutin



DER PERFEKTE TAG IN EUTIN

In Eutin kann man mit Abstand individuell shoppen gehen, im herzoglichen Schloss ist genügend Platz, um sich der Schönheit und der Historie der Räumlichkeiten hinzugeben, im benachbarten Ostholstein-Museum kann man sich der Kunst widmen und die Inhaber der kleinen Cafés und Restaurants freuen sich auf Gäste.

Wir haben einen schönen Tag in Eutin für Sie zusammengestellt und heißen Sie herzlich willkommen!



11:00 Uhr - Der ganze Barlach

Fühlen Sie sich ganz auf Ernst Barlach eingestellt und tauchen Sie im Ostholstein-Museum ein in die große Überblicksausstellung eines der berühmtesten deutschen Künstler der klassischen Moderne.

www.oh-museum.de

13:00 Uhr - Brauhaus Eutin

Nach der Ladung Kultur braucht es auf jeden Fall eine Stärkung: Im Brauhaus Eutin können Sie ganz entspannt auf der großzügigen Marktterrasse sitzen, Ihr Mittagessen genießen und den Blick über das Eutiner Marktplatztreiben schweifen lassen. Familie Gutzeit freut sich auf Ihre rechtzeitige Anmeldung.

www.brauhaus-eutin.de

15:00 Uhr - Bummel durch die Altstadt

Schlendern Sie durch die Eutiner Altstadt und stöbern in den vielen besonderen, inhabergeführten Geschäften. Bei Neudek z. B. erwartet Sie ein feines Sortiment rund um die Themen Kochen, Backen, Küche und Essen. Perfekt ergänzt S|L Designkonzept mit seiner Kombination aus zauberhaften Wohnaccessoires und edlen Materialien mit ausgefallenen Deko-Ideen dieses Angebot.

www.sl-designkonzept.de • www.neudek.net



HERE ARE THE LEMONS



Noch bis zum 18. Oktober serviert Rainer Fetting, der zu den wichtigsten deutschen Künstler*innen der Gegenwart zählt, in der Reithalle von **Schloss Gottorf** Zitronen. Die Ausstellung „Here are the lemons“ zeigt seine Werke aus rund fünf Jahrzehnten. Insgesamt sind in der umfassenden Retrospektive 136 Arbeiten – 60 Gemälde, 14 Bronzen sowie 62 Zeichnungen und druckgraphische Blätter – zu sehen. Damit gibt die Ausstellung einen breiten Einblick in das umfang- und facettenreiche Werk Fettings. Ein besonderer Akzent liegt auf einer Serie überlebensgroßer Portraits aus den vergangenen Jahren, die mehrere Leinwände einnehmen und monumental in ihrer Wirkung sind, darunter das Porträt von Desmond Cado-gan „Here are the lemons“ aus dem Jahr 2015. Rainer Fetting studierte an der Hochschule der Künste in Berlin und war Ende der 1970er Jahre Mitbegründer und Protagonist der Galerie am Berliner Moritzplatz. Ihre Malerei war emotional und direkt, heftig und sehr farbig und vor allem: gegenständlich. 1978 ging Rainer Fetting mit einem Stipendium nach New York, wo er eintauchte in eine Stadt, die ganz neue Freiheiten und künstlerische Anregungen bereithielt. Der internationale Durchbruch kam 1981 mit der Ausstellung „A New Spirit in Painting“ in London. Es folgten Einzelausstellungen, in

Deutschland war Fetting bei der berühmten Ausstellung „Zeitgeist“ 1982 im Berliner Gropiusbau vertreten. 1983 ging er erneut nach New York, wo er für mehr als zehn Jahre lebte. Eine Reihe seiner bekannten Gemälde aus dieser Zeit, neben Porträts von Desmond und anderen Stadtbildern wie „Men at the Pier“, werden in der Ausstellung gezeigt. Seit seiner Rückkehr malt Rainer Fetting auch auf Sylt. Die Naturgewalt des Meeres übt seit jeher einen großen Reiz auf ihn aus und bietet ihm unerschöpfliche Motive für seine Malerei. Weitere Infos findet ihr auf der Website unter www.landesmuseen.sh.

Öffnungszeiten: Di bis Fr 10 bis 17 Uhr, Sa und So von 10 bis 18 Uhr, Tickets für Erwachsene: 9 Euro (ermäßigt 7 Euro), Kombiticket mit Schloss: 14 Euro (ermäßigt 11 Euro), Kinder/Jugendliche: 3 Euro, Kombiticket mit Schloss: 4 Euro



Windsurfen WIE PROFIS

Der Surf Club Kiel e. V., direkt in Strande am Wasser, ist seit 1978 der wohl bekannteste Windsurfer Verein in Schleswig-Holstein. Und auch diese Saison verspricht wieder ordentlich Spaß auf dem Wasser und an Land. Denn Vereinsleben wird im Surf Club Kiel e. V. groß geschrieben: Hier gehts familiär zu, denn es tritt nicht nur der Nachwuchs bei, sondern gleich die ganze Familie. Nach dem Training chillt man gemeinsam im Clubhaus während man über die Windstärke diskutiert. Echtes Surferleben eben. Seid ihr neugierig geworden? Dann schaut vorbei. Ein Besuch lohnt sich!

WEITERE ANGEBOTE DES SURF CLUB KIEL E. V.

- Jugendfahrt (Windsurfcamp) nach Dänemark
- Sommerfest mit Vereinsregatta
- Vereinstraining für Jung und Alt
- Windsurfen lernen im Verein
- Nachwuchsförderung

Noch mehr Infos gibts beim:

Surf Club Kiel
Bülker Weg 55,
Strande,
www.surf-club-kiel.de

LEINEN LOS!

Abwarten statt Absagen hat sich gelohnt! Das Segelprojekt **Camp 24/7** ist eröffnet und bietet sieben Tage die Woche Segelmöglichkeiten – ganz ohne Vorkenntnisse. Ihr könnt mit kleinen Einschränkungen alle Bereiche vom umfangreichen Segelangebot, über Beach-Volleyball und Tischtennis an Land bis zur Service-Pagode mit Merchandise-Shop nutzen. Erstmals dabei ist die SUP Schule Kiel mit einem umfangreichen Angebot für Stand-Up-Paddler. Beim Open Camp am Wochenende wird Segeln mit kurzfristiger Voranmeldung angeboten – einfach vorbeikommen und Angebot checken! Das ganze Programm findet ihr auf www.camp24-7.de.



Foto: K. Steigüßer

Mit den Kieler Strandlinien

geht's vom 30. Mai bis 27. September 2020
 jedes Wochenende zum Baden



DIE LEICHTIGKEIT DES FAHRENS

Advertorial

Das sportliche Charger3 Mixte mit dynamischem Fahrwerk und der bislang stärksten Bosch Motorengeneration ist das perfekte Alltags-E-Bike zum Pendeln oder für Touren mit Reichweiten bis 90 km und mehr. Dank kluger Details, tagheller Beleuchtung und Dauerlicht ist das Charger3 Mixte auch bei Kieler Schmuddelwetter einsatzbereit. Für Touren abseits asphaltierter Straßen eignet sich die zusätzliche GX-Option mit der Kombination aus All-Terrain-Reifen, breiten Flat-Pedalen und den ergonomischen Bar End Griffen. Der zuverlässige Karbon-Riemenantrieb macht das Radfahren angenehm ruhig und ist besonders wartungsarm. Reserviert online euren Beratungstermin, macht eine Probefahrt und konfiguriert euer Bike nach eigenen Wünschen im:

E-Bike Store Küstenrad Kiel
Hardenbergstraße 21, Kiel
Tel.: (0431) 30 03 42 28
www.kuestenrad-kiel.de



Advertorial

ENDLICH WIEDER „STRAWBERRY FIELDS“

Na, habt ihr auch schon den passenden Ohrwurm im Kopf? Die Erdbeersaison auf Gut Steinwehr ist endlich wieder eröffnet. Und es gibt News für alle, die gerne selbst ihre frischen Beeren ernten möchten: Voraussichtlich schon ab Anfang Juni dürfen die Selbstpflücker wieder auf das Feld, um sich ihre Körbe voller Erdbeeren zu pflücken. Das Café kann aufgrund der aktuellen Lage nicht wie gewohnt öffnen. Doch es gibt einen Trost: Der Außer-Haus-Verkauf funktioniert hervorragend und jeden Samstag sowie jeden Sonntag können sich alle Kuchenliebhaber vom Himbeerhof Steinwehr Leckereien direkt aus der Backstube abholen: Erdbeerkuchen, Him-

beertorte, Erdbeertorte – und natürlich alles hausgemacht. Auch der Hofladen hat für euch geöffnet. Wer also weniger Zeit hat und nicht selbst pflücken kann, der kauft hier frische Erdbeeren einfach direkt, außerdem gibt es leckere Marmeladen, Prosecco, Honig, Eier, Kartoffeln und viele weitere Köstlichkeiten zu erstehen. Schaut doch bei der nächsten Gelegenheit einfach mal beim Himbeerhof Steinwehr in Bovenau vorbei und lasst es euch richtig gut gehen.

Himbeerhof Gut Steinwehr
Steinwehr 20, Bovenau
Tel.: (04357) 2 41
www.himbeerhof-steinwehr.de



Himbeerhof Gut Steinwehr

Bekannt für Qualität.



Hofladen

Öffnungszeiten:
täglich 10:00 bis 18:00 Uhr

Hausgemachte Torte jeden Samstag & Sonntag
 zum Mitnehmen, mit Obst aus eigenem Anbau



FITNESSLAND

FITNESS. KURSE. SAUNA



ab **19⁹⁰!** mtl.*

STARTE JETZT!

SUCHSKRUG 5
24107 KIEL
TEL. 0431 - 39 90 84 60

MO, MI & FR 7 – 22 UHR
DI & DO 9 – 22 UHR
SA & SO 9 – 20 UHR

SPECKENBEKER WEG 143
24113 KIEL
TEL. 0431 - 64 99 700

MO, MI & FR 7 – 22 UHR
DI & DO 9 – 22 UHR
SA & SO 9 – 20 UHR

CARL-ZEISS-STRASSE 17-19
24223 SCHWENTENTAL
TEL. 04307 - 93 83 0

MO, MI & FR 7 – 22 UHR
DI & DO 9 – 22 UHR
SA & SO 9 – 20 UHR

FITNESSLAND

* Preise in Euro. 24 Monate Laufzeit mtl. 19,90 €. Zzgl. einmaliger Betreuungspauschale und Verwaltungsgebühr. Optional sind kürzere Laufzeiten wählbar.

Anbieter: FITNESSLAND GmbH, Wilhelmstraße 98, 38100 Braunschweig / FITNESSLAND GmbH, Hannover, Engelbosteler Damm 126, 30167 Hannover / FITNESSLAND Zentrale GmbH, Celler Straße 63, 38114 Braunschweig

DIE „GLEIS & MEER“- DAHEIM-EDITION

Ein neuer „Gleis & Meer“-Beitrag ohne Zugfahren? Das ist nicht möglich. Aufgrund der aktuellen Lage hat sich die Förde-Fräulein-Redaktion dazu entschlossen zuhause zu bleiben und keine Tagestouren zu unternehmen. Doch die monatlichen Ausflüge fehlen. Deswegen holen sie ihr Zugabenteuer kurzerhand nach Hause.



FERNWEH IM KLEINEN

Für die Reihe „Gleis & Meer“ in Kooperation mit DB Regio Schleswig-Holstein fahren wir schon seit fast zwei Jahren durch Schleswig-Holstein. Wir erkunden unbekannte Ecken, entdecken neue Lieblingsorte und lernen die unterschiedlichsten Städte und Menschen kennen. Seit einiger Zeit steht die Welt jedoch still. Und mit ihr unsere Entdeckungstouren. Das zu begreifen, fällt zunächst schwer. Doch dieser Verzicht ist notwendig, um so schnell wie möglich wieder normalen Alltag in unser Leben bringen zu können.

Uns fehlt die Spannung, wenn wir im Zug sitzen und uns auf den vor uns liegenden Tag an einem neuen Ort in Schleswig-Holstein freuen. Das unkomplizierte Reisen ohne Parkplatzsuche oder Stau. Das langsame Einfahren des Zugs in den Bahnhof, wenn es vor Vorfreude anfängt im Bauch zu kribbeln. Das Gefühl der Unabhängigkeit überall hinreisen zu können. Und das Wissen, dass das nächste Abenteuer nur eine Bahnfahrt entfernt ist.



Am Schreventeich kommen Erinnerungen an unseren Ausflug zum Ratzeburger See hoch



Da wir in letzter Zeit keine Cafés erkunden konnten, haben wir den heimischen Balkon zum privaten Outdoor-Café umfunktioniert



Derzeit sind auf dem Bahnhof nur vereinzelt Menschen anzutreffen

ERINNERUNGEN VERGANGENER AUSFLÜGE

Bis es soweit ist, bleibt uns das Schwelgen in Erinnerungen an vergangene Ausflüge. Und der Versuch, uns ein bisschen „Gleis & Meer“-Gefühl in unseren Heimathafen an der Förde zu holen.

Wir erinnern uns gern daran, als wir an einem lauen Sommertag mit dem Zug ins Herzogtum Lauenburg gefahren sind, um Ratzeburg zu erkunden. Ein Tag voller neuer Eindrücke lag bereits hinter uns und wir sind erschöpft aber glücklich am Ratzeburger See entlang geschlendert. Auch, wenn er um ein Vielfaches kleiner ist als der Ratzeburger See, haben wir zumindest den schönen Schreventeich vor unserer Kieler Haustür.

Cafés, Restaurants und Stadtbäckereien – verhungert sind wir bis-

her auf keinem unserer Ausflüge. An Kaffee mangelte es uns dabei ebenfalls nie. Um dieses Gefühl eines gemütlichen Cafésbesuches beizubehalten, funktionieren wir den heimischen Balkon einfach in Windeseile zum privaten Outdoor-Café um.

Auch der Austausch mit den vielen interessanten Menschen fehlt uns. So haben wir bereits stolze Ladenbesitzer*innen, inspirierende Museumsführer*innen oder begabte Konditor*innen kennengelernt. Nun bleibt uns Zuhause zumindest ein flauschiger Gesprächspartner: Finjas Kater Schmaggel.

All diese Dinge ersetzen uns unsere Abenteuer mit der Bahn nicht, doch sie machen das Warten um einiges erträglicher.

Unser flauschiger Gesprächspartner: Finjas Kater Schmaggel





Damit wir alle bei zukünftigen Ausflügen geschützt sind, haben wir diese zauberhafte Mund-Nasen-Bedeckung entworfen, die ihr unter www.falkemedia-shop.de bestellen könnt



TIPPS ZUM SICHEREN FAHREN MIT DEM ZUG

Wir werden dich schon ganz bald wieder mitnehmen, wenn wir mit dem Zug Schleswig-Holstein erkunden. Damit wir stets problemlos und sicher reisen können, gibt es ein paar Dinge beim Bahnfahren zu beachten:

1. Nutze beim Bahnfahren immer eine Mund-Nasen-Bedeckung
2. Huste und niese in deine Ellenbeuge oder nutze ein Taschentuch, dass du danach sofort wegschmeißt
3. Versuche dir nicht ins Gesicht zu fassen
4. Wasche dir möglichst regelmäßig die Hände
5. Wenn du dich krank fühlst, bleibe zu Hause und informiere den ärztlichen Bereitschaftsdienst telefonisch unter 116 117

Wir freuen uns schon darauf diesen Anblick bald wieder genießen zu können



Neue Restaurants können wir gerade nicht erkunden - aber so hübsch angerichtet sehen auch die selbstgekochten Nudeln ganz lecker aus



DAS ABENTEUER GEHT WEITER

Bald ist es wieder an der Zeit. An der Zeit für neue Städte, für neue Entdeckungen, für das dumpfe aber angenehme Grollen der Bahnmotoren, die in uns Vorfreude auf neue Erlebnisse auslösen. Wir haben die Reise-Pause genutzt, um neue Ausflugsideen für dich zu sammeln.

Es geht ins Grüne. Fernab vom Trubel einer Innenstadt wollen wir auf Gleisen in die Natur reisen und zudem wartet eine Stadt mit über 700 Jahren Stadtgeschichte auf

uns. Auch den Sommer wollen wir ganz und gar nutzen, um mit der Bahn an den Strand zu fahren. Urlaub im eigenen Bundesland wird dieses Jahr aktueller denn je sein. Auf unserem Blog www.fördefräulein.de findet ihr eine Menge Inspirationen für eure Auszeit vom Alltag - egal ob Tagesausflug oder mit Übernachtungen.

Nun kann es endlich bald wieder losgehen. Denn aufgehoben ist keinesfalls aufgehoben - und wir freuen uns darauf mehr denn je!

Normalerweise erkunden wir auf unseren Ausflügen viele inhabergeführte Geschäfte. Bis wir das wieder können, schlendern wir durch die Holtener Straße



SYLT Fräulein

Über das Glück, die welt schönste Insel zu entdecken

Nach dem **sensationellen Erfolg des Blogs syltfräulein.de** und Sylt Fräulein Reiseführers erscheint im **Sommer 2020** das neue Sylt Fräulein Magazin.

Mit mehr als 40 Restaurant-Tipps!



**DAS NEUE
MAGAZIN**



Autorin Finja Schulze nimmt ihre Leserinnen mit auf eine Reise über ihre Herzensinsel.



**SYLT
LIEBE**

AB DEM
10. JULI
IM HANDEL

Auf **144 Seiten** zeigt sie die schönsten Seiten Sylts. In den fünf Rubriken **Inselliebe, Inselgenuss, Inselheimat, Inselerlebnisse und Inselkultur** erzählt das Sylt Fräulein kleine und große Geschichten mitten aus dem Meer und verrät ihre Tipps für einen unvergesslichen Inselsummer. Zahlreiche Sylt Fans aus der Sylt Fräulein Community, werden auf ganz besondere Art und Weise in das Magazin eingebunden.

Erhältlich unter www.falkemedia-shop.de,
im bundesweiten Zeitschriften-Handel und auf 



Stadtgeschehen

Kiel ohne Holtenauer Straße? Unvorstellbar. Und doch war die beliebte Bummelmeile für Wochen stillgelegt. Zum Glück hat das Warten ein Ende und ihr könnt nun wieder durch die wunderschöne Holtenauer bummeln! Viel Spaß und: Abstand halten!

Foto: Ramona Dabringes

Advertorial



MAXI SECOND-HAND-MODE WIR SIND WIEDER DA!

Nach der langen Zeit der Schließung ist MAXI in der Holtenauer Straße 204 schon seit einigen Wochen wieder für euch da. Im kleinen, aber feinen Second-Hand-Laden finden Frauen ab Größe 42 jetzt das Passende für den Sommer: ein hübsches Kleid, eine schicke Sommerbluse oder tolle neue Accessoires? Schaut vorbei und findet die schönste Mode für den Kieler Sommer! Geöffnet ist MAXI Mo-Fr von 10.30-13.30 Uhr und von 14.30-18 Uhr, sowie Sa von 10.30-14 Uhr. Das Maxi-Team freut sich auf euch!

**Maxi Second-Hand-Mode für starke Frauen,
Holtenauer Straße 204, Kiel, Tel.: (0431) 90 88 71 63,
www.maxi-kiel.de**

Advertorial

KLEIDSAM – DESSOUS UND BADEMODEN

In ihrem feinen Laden KLEIDSAM in der Holtenauer Straße bietet Gesa Schaffer die schönsten Dessous und hochwertige Bademoden an. Das Besondere ist die einfühlsame Fachberatung für das gesamte Größenspektrum (Unterbrustweiten von 60-120, Cups von A-O) sowie natürlich die BH-Größenermittlung und der Bestellservice. Kurz vor dem Sommer ist auch endlich eine der Lieblingsmarken vieler Stammkundinnen wieder da: EMPREINTE kombiniert französische Eleganz mit perfektem Halt und außergewöhnlicher Passform auch in größeren Cups. Einzigartig sind die Modelle aus gemoldeter Spitze – ein Must-Have für die leichte Sommergarderobe!



**Kleidsam, Holtenauer
Straße 109, Kiel
Tel.: (0431) 97 99 05 46,
www.kleidsam-in-kiel.de,
Öffnungszeiten:
Di-Fr 11-18 Uhr, Sa 11-16 Uhr**



Kinder und Jugendliche wissen Bescheid – und haben doch tausend Fragen. pro familia bietet mehr als Aufklärung: Neugier, Bedürfnisse, Ängste und Probleme der Mädchen und Jungen stehen bei uns im Mittelpunkt. Unser sexualpädagogisches Frau-Mann-Team organisiert und betreut Projekte in Schulen sowie Elternabende und Fortbildungen für Fachkräfte.

Mehr unter www.profamilia.de/sh oder Tel. 04 61 - 90 92 620

mit uns können Sie reden

pro familia
Schleswig-Holstein

Ihre Spende hilft in jeder Beziehung. IBAN DE11 2175 0000 0017 0352 60 BIC NOLADE21NOS

PROST KIEL!



Mit jedem Schluck aus dieser Flasche unterstützen Sie die Sanierung des Konzertsaals am Kieler Schloss.



Der FÖRDERSPRIZZ wird ab jetzt im Kieler Schloss ausgeschrieben und ist im Ladengeschäft Jörgen Petersen & Sohn in Kronshagen erhältlich.

GEGRÜNDET 1913
JÖRGEN PETERSEN & SOHN KG
Weine - Spirituosen - Getränke-Fachgroßhandel

FÖRDERVEREIN
**KONZERTSAAL
AM KIELER SCHLOSS**

CHEERS!

www.konzertsaal-kieler-schloss.de

RINDERSTEAK MIT ERDBEERSALSA UND ERDBEER-BOHNENSALAT

Für 4 Personen

- 4 Rindersteaks (à ca. 250 g)
- 1 Gurke
- 700 g Erdbeeren
- 1 rote Zwiebel
- 1 rote Chilischote
- 2 EL Himbeeressig
- 7 EL Olivenöl
- 1 EL brauner Zucker zzgl. etwas mehr für den Salat
- Salz und Pfeffer
- 600 g grüne Bohnen
- 2 Schalotten
- 4 Stiele Bohnenkraut
- 150 g Schafskäse
- 50 ml Gemüsebrühe
- 3 EL Apfelessig
- 3 Stiele Thymian
- 3 Knoblauchzehen
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 1 EL Butter

Zubereitung

1. Fleisch aus dem Kühlschrank nehmen, damit es Raumtemperatur annimmt. Gurke schälen, längs halbieren, mit einem Löffel von den Kernen befreien. 300 g Erdbeeren waschen und putzen. Rote Zwiebel schälen, Chili waschen. Alles fein würfeln. Himbeeressig, 3 EL Olivenöl und braunen Zucker verquirlen, salzen und pfeffern. Mit Gurke, Erdbeeren, Zwiebeln und Chili mischen.

2. Bohnen putzen und je nach Größe ggf. halbieren. In kochendem Salzwasser 6–8

Min. blanchieren. Abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Inzwischen die Schalotten schälen und fein würfeln, das Bohnenkraut waschen und trocken tupfen. Blättchen von den Stielen zupfen und hacken. Schafkäse abtropfen lassen, grob zerbröseln. Übrige Erdbeeren waschen, putzen und vierteln. Zwiebeln im übrigen Olivenöl andünsten. Mit Brühe und Apfelessig ablöschen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken, etwas abkühlen lassen, dann mit den Bohnen in einer Schüssel mischen.

3. Thymian waschen und trocken tupfen. Knoblauchzehen leicht andrücken. Steaks trocken tupfen und rundherum salzen. Das Sonnenblumenöl in einer Grillpfanne erhitzen. Steaks bei hoher Hitze von jeder Seite etwa 3 Min. anbraten. Butter, Thymian und Knoblauchzehen nach der Hälfte der Zeit zugeben und mitbraten. Steaks aus der Pfanne nehmen, in Alufolie wickeln, 5 Min. ruhen lassen. Bohnenkraut, Schafskäse und Erdbeeren zu den Bohnen geben und alles mischen. Steak mit Salsa und Salat servieren.



Advertorial

Dazu empfiehlt Marten Freund das milde Bio-Olivenöl: „Mein persönlicher Favorit – und etwas Besonderes! Wir haben bloß 600 im Angebot, da es in begrenzter Menge von einer kleinen, sizilianischen Familie hergestellt wird.“



Foto: Franke Antholz



SCHLEMMER-MARKT FREUND



SCHLEMMER-MARKT
FREUND

Der beste Freund,
... Schlemmer Freund!



DELIKATESSEN ZUM FEST · BESTE WEINE AUS ALLER WELT · PRÄSENTKÖRBE



Kiels gute Adresse für Feinschmecker: **Schlemmer-Markt Freund**
Holtener Straße 70–72 | 24105 Kiel | T 0431. 570 20-0 | www.mein-schlemmerfreund.de





Advertorial

SOMMERSCHÖNE KINDERKLEIDUNG

Als wir die süßen Bodies von Loud & Proud zum ersten Mal sahen, waren wir sofort verliebt. Tolle Schnitte, niedliche Drucke und großartige Qualität, alles GOTS zertifiziert. Der Baumwollstoff ist fest und sanft, perfekt für empfindliche Baby- und Kinderhaut. Doch neben den Bodies gibt es bei natürlich schön in der Holtener Straße 53 auch zuckersüße Kleider im maritimen Stil für die Deerns, coole, lässige Shirts für die Jungs und passende Kopfbedeckungen für alle, denn wenn die Sonne rauskommt, können Kinder nicht gut genug geschützt sein. Schaut einfach mal bei natürlich schön vorbei und entdeckt neben den besonderen Marken für Kinderkleidung vielleicht auch das eine oder andere besondere Kosmetikprodukt für euch selbst!

natürlich schön, Holtener Straße 53, Kiel, Tel.: (0431) 56 22 13



Advertorial

TAFELSILBER RECYCELN

Wenn mal wieder genügend Zeit zum Aufräumen und Ausmisten ist, fällt dem ein oder anderen vielleicht das Tafelsilber von früher in die Hände. Doch wohin damit? Das Uhrenfachgeschäft Zeitanker kauft jetzt durchgehend Silberbesteck und versilbertes Besteck an. So kann das Besteck eingeschmolzen und die wertvollen Rohstoffe wiederverwertet werden, was deutlich umweltfreundlicher ist, als deren Neugewinnung. Es muss nicht geputzt sein und fehlende Zinken sind kein Pro-

blem. Alter Goldschmuck und Zahngold werden ebenfalls angekauft. Kommt einfach ohne Termin zu den Öffnungszeiten Mo-Sa 10-14 Uhr sowie Mo und Do 16-19 Uhr vorbei und bringt das Tafelsilber mit. Den Personalausweis nicht vergessen.

Zeitanker
Holtener Straße 88, Kiel
Tel.: (0431) 56 51 78
www.zeitanker.eu



>> Geliebtwagen von smart.

Die Gebrauchtwagen von jung@smart haben nicht nur das gewisse Etwas, sondern gleich jede Menge davon. Wir sorgen dafür, dass es deinem neuen Gebrauchten an nichts fehlt:

- > 24 Monate Fahrzeuggarantie¹
- > 12 Monate Mobilitätsgarantie¹
- > HU-Plakette jünger als 3 Monate oder mindestens noch 21 Monate gültig
- > Garantierte Kilometer- laufeistung
- > Wartungsfreiheit für 6 Monate (bis 7.500 km)
- > 10 Tage Umtauschrecht
- > Finanzierungs-, Leasing- und Versicherungsangebot
- > Probefahrt meist innerhalb von 24 Stunden möglich
- > Inzahlungnahme Ihres Fahrzeugs möglich

¹Die Garantiebedingungen finden Sie unter www.smart.com/gebrauchtwagen.

Das alles ist bei jung@smart immer inklusive. Und egal, ob Sie sich für ein Finanzierungs-, ein Leasing- oder ein Sofortkaufangebot entscheiden – mit einem gebrauchten smart sehen Sie alles andere als alt aus. Am besten kommen Sie gleich mal für eine Probefahrt bei uns vorbei. Oder Sie vereinbaren einfach einen Termin. Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Partner vor Ort:
Süverkrüp Automobile GmbH & Co. KG
Autorisierter smart Verkauf und Service
Daimlerstraße 1, 24109 Kiel
Tel 0431 5868-844 u. -814

Anbieter: Süverkrüp Automobile GmbH & Co. KG,
Daimlerstraße 1, 24109 Kiel



FRISCHER WIND FÜR DIE NATUR

Ab sofort ist landesweit der „StromNatur“ aus 100 Prozent regionaler Windkraft verfügbar. Der Ökostrom lässt Wiesen blühen und Bienen summen.



Stadtwerke-Vorstand Frank Meier (re.) freut sich, dass das Saatgut von Landwirt Martin Engel bis in den Herbst blühen und so Lebensraum für möglichst viele Insekten bieten wird



Die Stadtwerke Kiel bringen mit ihrem „StromNatur“ frischen Wind in die Haushalte in Schleswig-Holstein. Ihr Ökostromprodukt liefert jetzt 100 Prozent regionale Windkraft von der Westküste. Damit aber nicht genug: Wer sich für StromNatur entscheidet, unterstützt hierdurch auch den großflächigen Ausbau von „Bienenwiesen“. Jetzt entstehen die ersten vier Hektar. „Für jede verbrauchte Kilowattstunde StromNatur fließen 0,6 Cent in unseren Umweltfonds. Aus ihm finanzieren wir landesweit Projekte, die sich dem Umweltschutz widmen. Und der muss regional beginnen, um am Ende global zu wirken“, so Frank Meier, Vorstandsvorsitzender der Stadtwerke Kiel AG. Neben Initiativen, die schon seit Jahren von den Stadtwerken Kiel unterstützt werden, fokussiert sich der Energieversorger jetzt auf ein weiteres konkretes Projekt. Mit der Aktion „Blühende Bienenwiesen“ sollen möglichst große landwirtschaftliche Kulturflächen Schleswig-Holsteins, die bislang intensiv bewirtschaftet wurden, mit Hilfe der finanziellen Mittel aus dem Umweltfonds in sogenannte Bienenwiesen verwandelt werden.

„DIE BIENENWIESEN SOLLEN IMMER WEITER WACHSEN“

Die erste Fläche entsteht auf vier Hektar in Felde direkt am Westensee auf dem Land von Martin Engel, der sich begeistert zeigt: „Das Projekt ‚Blühende Bienenwiesen‘ ist eine tolle Chance für uns Landwirte, der Natur ein Stück zurückzugeben und dem Bienensterben entgegenzuwirken.“ „Im ersten Schritt wollen wir Blühflächen auf rund zehn Hektar in der Region anlegen und so zum Erhalt der Bienen- und Insektenvielfalt beitragen. Auch den Singvögeln und Kleintieren geben wir wichtigen Lebensraum zurück. Unser Ziel: Die Bienenwiesen sollen immer weiter wachsen“, so Meier. Der Ökostrom der Stadtwerke Kiel stammt zu 100 Prozent aus regionalen Windkraftanlagen. So trägt jeder „StromNatur“-Kunde nicht nur zum Erhalt des heimatischen Lebensraumes, sondern über CO₂-Einsparung auch zum globalen Klimaschutz bei.

Weitere Infos zum StromNatur und den Projekten findet ihr unter www.stadtwerke-kiel.de/bienenwiesen.

WAS ISST DEIN KIND?

Vegan? Vegetarisch? Fast oder Slow Food? Glutenfrei, Paleo oder doch lieber Low Carb? Wenn zur Mittagszeit der Magen knurrt, scheiden sich bei uns die Geister. Doch was passiert, wenn ein Baby unterwegs ist? Ist dann noch alles erlaubt?



Einige von uns bevorzugen John's Burger und Currywurst vom Blücher Wochenmarkt, andere favorisieren die eigene, eingetupperte Hausmannskost und manche geben sich mit einem veganen Naturjoghurt zufrieden, der selbstverständlich fettarm, Bio und ohne Zusatzstoffe ist. Essen verbindet auch bei uns nicht immer, sorgt aber immer öfter für Diskussionen. Jeder is(s)t wie er is(s)t und das ist auch gut so.

Aber was passiert mit den auferlegten Ernährungsregeln, wenn man nicht mehr nur für sich selbst verantwortlich ist? Unsere Rechtsanwältin Jessica Becker erwartet ihr zweites Kind und zieht zum Wohle ihrer Kinder klare Grenzen. Für sie ist wichtig, dass sich ihre Kinder genauso vollwertig und biologisch ernähren wie sie selbst. Daher kommen neben Obst und Gemüse auch Fisch, Fleisch und Milchprodukte auf den Teller.

Die Pflege und Erziehung der Kinder sind das natürliche Recht der Eltern und die zuvör-

derst ihnen obliegende Pflicht. So steht es bereits in Artikel 6 Abs. 2 unseres Grundgesetzes. Dürfen Vater und Mutter demnach auch die Ernährungsform ihrer Kinder selbst festlegen? Ja. Die sorgeberechtigten Eltern können frei darüber entscheiden, ob sie ihr Kind vegan, vegetarisch, mit oder ohne Fisch, biologisch oder konventionell ernähren. Aber: Der Gesetzgeber überlässt den Eltern nicht uferlos die Entscheidungsgewalt über die Nahrungsmittelwahl. Denn der Verzicht oder der übermäßige Konsum mancher Lebensmittel mag für Erwachsene unbedenklich sein, kann für Kinder aber gravierende Folgen haben. Ist das Kind nicht ausreichend mit Nährstoffen versorgt – droht also eine erhebliche Mangelernährung – greift der Staat ein und überprüft, ob eine Kindeswohlgefährdung vorliegt. Dies kann für die Eltern zu einem Umgangsausschluss oder gar einem Sorgerechtsentzug führen. Solange aber Lebensmittelextreme nachweislich keine nega-

tiven Auswirkungen auf das Wohl des Kindes haben, bleibt den erziehungsberechtigten Eltern das Ernährungskonzept vorbehalten.

Für uns ist wichtig, dass unsere Mandanten rechtzeitig über ihre Rechte und Pflichten aufgeklärt werden. Nicht die Eltern, sondern das Kind und dessen Wohlergehen stehen bei Fragen um die elterliche Sorge und das Umgangsrecht im Vordergrund. Die Interessen von Vater und Mutter müssen zwangsläufig hinter den Bedürfnissen ihrer Kinder zurücktreten, um deren gesunde Entwicklung zu gewährleisten. Wir glauben, dass eine frühzeitige Rechtsberatung nicht nur Sicherheit verschaffen kann, sondern hierdurch auch langfristige Rechtsstreitigkeiten um das Sorge- und Umgangsrecht vermieden werden können.

*Liebe Grüße aus der Blücherstraße
eure Tanis | von der Mosel – Rechtsanwältin
Tel: (0431) 389 88 222*

Kiel. Sailing. City.
Kiel

URLAUB ZUHAUSE

Die Kieler Strandbäder warten auf Dich.

Besuchen Sie uns in Schilksee und Falckenstein und genießen Sie den Sommer in der Heimat.

Infos unter 0431 901-1420
(oder www.kieler-baeder.de)

KIELER BÄDER

Advertorial

FÜR DEN MENSCH UND DIE REGION

DEN BLICK STETS NACH VORN GERICHTET

Als von Autos für jedermann noch keine Rede sein konnte, gründete Fritz Süverkrüp 1907 das Familienunternehmen. Bis heute führen seine Nachkommen die Erfolgsgeschichte fort.



Aus der ehemaligen Schmiede in der Kieler Ringstraße entwickelte sich über ein Jahrhundert hinweg ein Automobilunternehmen mit fast 1.000 Mitarbeitern



Carl, Georg und Wilhelm Süverkrüp (v. li.) waren für den Einstieg des Unternehmens in das Kraftfahrzeuggewerbe verantwortlich

Als kleine Schmiede vor mehr als 111 Jahren gegründet, entwickelte sich das **Autohaus Süverkrüp** während eines Jahrhunderts zu einem Unternehmen mit 17 Standorten im Norden. Neun Automarken gehören zum Vertrieb des Familienunternehmens, das die Weichen in Richtung Zukunft durch ihr kontinuierliches Wachstum und den Fokus auf Regionalität stellt. Dabei ist sich das Unternehmen seiner Verantwortung für seine Arbeitnehmer bewusst. 980 Mitarbeiter beschäftigen die Standorte aktuell insgesamt.

„Die Weichen sind so gestellt, dass wir als regionales Familienunternehmen für die Zukunft richtig aufgestellt sind“, sagt

Familienpatriarch, Ehrenpräsident der Industrie- und Handelskammer und ehemaliger Honorarkonsul, Dr. Fritz Süverkrüp. Nur

wenn es gelinge, weiterhin Vertrauen zu verdienen, könne das Unternehmen langfristig mit der wichtigsten Ressource planen – den Mitarbeitern, führt Süverkrüp fort.

Die Mitarbeiter sind es auch gewesen, die das Autohaus seit den Anfängen ein Jahrhundert lang wachsen ließen. 1907 war es soweit: Schmiedemeister Fritz Süverkrüp gründete die damalige Federschmiede mit Hufbeschlag und Wagenbau in der Kieler Ringstraße. Von Automobilen fehlte damals noch jede Spur. Erst seine Söhne Karl, Georg und Wilhelm waren später dafür verantwortlich, dass das Unternehmen in das Kraftfahrzeuggewerbe einstieg.

Nachdem die Nutzfahrzeug-Vertragswerkstatt mit den Fabrikaten Hanomag-Henschel-Fahrzeugwerke (HHF), Tempo und Fiat

in der Alten Weide 17 in Kiel 1974 eröffnete, übernimmt Dr. Fritz Süverkrüp 1968 neben Vater Carl und Onkel Georg die Geschäftsführung. Wenig später entsteht die Pkw-Vertragswerkstatt für Fiat im Klausdorfer Weg 169 auf dem Kieler Ostufer. Durch die Verträge mit Daimler-Benz und Renault erfolgte 1980 eine Betriebsspaltung mit Fabrikats-trennung, sodass Süverkrüp & Söhne zukünftig nur als Ober- und Immobiliengesellschaft fungierte. Süverkrüp Automobile wurde Daimler-Benz Vertragspartner, das Autohaus Süverkrüp vertrieb die Marke Renault. Eine neue Vertriebsstätte wurde 1974 im Holzkoppelweg 18 in Kiel für den Vertriebs- und Kundendienst für die Marke Renault eingerichtet. An insgesamt vier Standorten ist es heute möglich, Modelle der Marken Renault, Dacia, Mazda und Citroën nicht nur zu besichtigen, sondern auch das Fahrvergnügen zu erleben. An allen Standorten stehen euch freundliche Kundenberater zur Seite, die euch Details zu den Fahrzeugen erklären und Probefahrten anbieten. Gerade im Juni lohnt sich ein Besuch im Autohaus Süverkrüp, denn: Die Neustarter Wochen stehen an! Schaut euch an den Standorten um und schnuppert schon ein wenig Neuwagen-Luft.

Vor allem der neue Renault Capture bietet sich hier an. Er gilt als echtes Multitalent im

„Dieser lange Zeitraum, die Kontinuität in der Führung, sind für mich Qualitätsmerkmale für Familienunternehmen“.

sagt Dr. Fritz Süverkrüp.

1974 entstand im Holzkoppelweg 18 in Kiel die neue Vertriebsstätte für die Marke Renault



Die markentypische Lichtsignatur findet sich sowohl in der Front, als auch erstmals am Heck wieder und macht den neuen Captur ebenso unverwechselbar wie das Panorama-Glasschiebedach



Ob ECO, Sport oder My Sense - mit Multi-Sense passt sich das Fahrverhalten euren Vorstellungen von einem besonders komfortablen Fahrerlebnis an



urbanen Crossover-Design: Noch selbstbewusster als sein Vorgänger zeigt er sich im sportlich ambitionierten SUV-Look. Das individuelle Zweifarbendesign, sein hochwertiges Interieur mit Multimedia-Touchscreen und die flexible Modularität machen ihn zum wahren Alltagshelden. Im Innenraum erwartet euch mehr Übersicht und eine optimale Ergonomie. Das neue digitale Armaturenbrett springt sofort ins Auge und wird durch den großzügigen Multimedia-Touchscreen in der Mittelkonsole ideal ergänzt. Von 360° Kamera über Bergan-

fahrhilfe bis hin zum Notbremsassistenten bietet euch der neue Captur eine Vielzahl an Innovationen für die tägliche Sicherheit. Ganz neu ist die Stop- & Go-Funktion, die ein teilautomatisiertes Fahren auf mehrspurigen Straßen ermöglicht. „Die Übersicht ist sehr gut, außerdem hat der neue Captur viele neue und tolle Einstellungsmöglichkeiten mit denen man sich das Wohnzimmer ins Fahrzeug holen kann“, sagt Claudia Möller, Verkaufsberaterin in Kiel.

Das stetige Engagement der Mitarbeiter und zufriedene Kunden trugen nicht zuletzt

dazu bei, dass das Autohaus Süverkrüp in Neumünster von AutoScout24 zu den besten Autohäusern in Deutschland ausgezeichnet wurde. Die Auszeichnung ist ein Publikumspreis und basiert auf einer Auswertung der Online-Bewertungen, die das Autohaus erhalten hat. Bleibt informiert und schaut mal auf den Facebook und Instagram Seiten von Süverkrüp vorbei. Hier gibt es ständig neue attraktive Leasing- und Barpreis-Angebote. **Weitere Infos erhaltet ihr natürlich auf www.sueverkruep.de**



RENAULT
Passion for life

Der Renault CAPTUR

Der SUV für alle Nordlichter!

Renault Captur LIFE TCe 100

ab

14.980,- €

• 16-Zoll-Leichtmetallräder „Vilegia“ • Rücksitzbank asymmetrisch (1/3 zu 2/3 umklappbar) • Berganfahrhilfe • Elektrisch einstell- und beheizbare Außenspiegel • Tempopilot mit Geschwindigkeitsbegrenzer

Renault Captur TCe 100, Benzin, 74 kW: Gesamtverbrauch (l/100 km): innerorts: 6,0; außerorts: 4,5; kombiniert: 5,1; CO₂-Emissionen kombiniert: 116 g/km; Energieeffizienzklasse: B. (Werte nach Messverfahren VO [EG] 715/2007) Abb. zeigt Renault INTENS mit Sonderausstattung. Druckfehler und Irrtümer vorbehalten.

Süverkrüp

AUTOHAUS SÜVERKRÜP

Holzkoppelweg 18, 24118 Kiel, Tel. 0431 546 46 0
Gutenbergstr. 11, 24941 Flensburg, Tel. 0461 903 08 0
Grüner Weg 45, 24539 Neumünster, Tel. 04321 200 47 40
Büsumer Str. 97-101, 24768 Rendsburg, Tel. 04331 439 49 0



DER #IGERSKIEL- MOMENT DES MONATS

PRÄSENTIERT VON #IGERSKIEL



IGERSKIEL MEETS KIELERLEBEN

Auf dieser Seite widmen wir der schönsten Stadt der Welt monatlich ein ganz besonderes Bild. Dieses stammt aus der Foto-Community Igerskiel – und wird somit aus der digitalen Welt mitten auf die Papierseiten von KIELerleben befördert. Dabei ist es egal, ob das Foto mit einem Smartphone oder mit einer Spiegelreflexkamera geknipst wurde. Der Moment muss stimmen und eine besondere Facette Kiels widerspiegeln. Die Köpfe hinter Igerskiel wählen regelmäßig aus tausenden, mit #igerskiel gekennzeichneten Bildern schöne und vielseitige Eindrücke aus Kiel und Umgebung aus. Diese reposten sie auf ihrem Instagram-Profil, das mehr als 8.000 Follower hat. Ihr nutzt Instagram? Vielleicht landet dann ja auch euer Kiel-Moment bei Igerskiel – und danach auf dieser Seite!

WAS IST INSTAGRAM?

Stellt euch vor, ihr habt ein Fotoalbum mit unendlich vielen Seiten, und Menschen auf der ganzen Welt können dort jederzeit hineinschauen – und ihr in die Alben der anderen. Instagram funktioniert genau so, nur ist euer Fotoalbum digital und befindet sich in eurem Handy. Instagram ist ein App-basiertes, soziales Netzwerk, um Fotos und Videos zu teilen und zu „ liken“. Weltweit hat die App etwa eine Milliarde aktive Nutzer monatlich. Unsere Redaktion findet ihr unter @stadtmagazin_kielerleben.

Instagrammer:

Michi @moinzon / @igerskiel

Klicktag: Anfang Mai

Auslöserort: Um 7:30 auf dem Weg zur Arbeit.

Für meine Seite @igerskiel war das natürlich ein wunderbarer Start in den Tag.

Gerät: Honor 9

Der Moment:

Ich fotografiere und filme selbst seit meiner Jugend und kann mich sehr für visuelle Dinge begeistern. Angefangen hat alles beim Skateboarding. Es wird oft unterschätzt, aus wie vielen kreativen Ebenen diese Szene besteht. Da ist die Fotografie nur ein kleiner Teil.

www.instagram.com/igerskiel



AUF VIER REIFEN IN DEN URLAUB

Das Warten hat ein Ende. Urlaub mit dem eigenen Auto ist wieder möglich. Aber ist das Fahrzeug nach dieser Zeit fit genug, um die ganze Familie sicher an den Urlaubsort zu bringen? Wie sieht es mit den Bremsen, Reifen und dem Fahrwerk aus, ist der Ölwechsel fällig, und funktioniert die Klimaanlage noch einwandfrei? Fragen über Fragen. Die Kfz-Meisterwerkstatt vom **Autoservice Scheele** in Kiel-Wellsee bietet tolle Angebote rund ums Fahrzeug, damit ihr gut und entspannt den Urlaub genießen könnt. Vereinbart einen Termin unter Tel.: (0431) 88 88 61 80. Und falls es doch mal zu einer Panne oder einem Unfall kommt, steht das Team euch mit dem Pannen- und Unfalldienst 24 Stunden täglich unter Tel.: (0431) 888 86 10 zur Verfügung und sorgt für eure weitere Mobilität.

Foto: trendobjects/iStock/Getty Images Plus



EIN FOTOBUCH SAGT MEHR ALS TAUSEND WORTE

Die Corona-Pandemie ist noch präsent und wir sind gezwungen, viel Zeit zu Hause zu verbringen. Eine gute Gelegenheit, um Fotos zu sortieren und das schon lange geplante Fotobuch-Projekt anzugehen. Mit den hochwertigen Fotobüchern aus der Fotobuch Manufaktur von **VICO** bleiben eure Fotos stets in bester Erinnerung. Dabei stehen euch viele verschiedene Größen und Materialarten zur Auswahl, bis zu 200 Seiten starke Bücher können produziert werden, viele ver-

schiedene Layouts sind möglich. Mit nur wenigen Klicks erhaltet ihr euer persönliches Erinnerungsstück: Das geht online am PC oder offline mit der kostenlosen Software von Vico. Neu ist die Möglichkeit, das Fotobuch schnell und einfach auf dem Smartphone zu bestellen. Mit dem Fotobuch-Service von Vico gebt ihr hingegen die Arbeit ab: Fotos vorbeibringen und wenige Tage später das individuelle Buch in den Händen halten. www.vico-kiel.de/fotolabor.

Foto: Sinenkiy/iStock/Getty Images

Autoservice Scheele GmbH

Pannen- & Unfalldienst | Kfz-Werkstatt | Autovermietung

0431- 88 88 61 80

START IN DEN SOMMER

UNSERE ANGEBOTE

20 PUNKTE SICHERHEITSCHECK
INCL. SCHEIBENWASCHKONZENTRAT **NUR 29,90 €**

KLIMAWARTUNG (R134A) MIT DESINFEKTION
INCL. MONTAGE DES POLLENFILTER **NUR 69,90 €** ZZGL. MATERIAL

ÖLWECHSEL MIT FILTER (BIS 4L ÖL)
ZUM DAUERTIEFPREIS

Z. B. 5W40 FÜR 59,90 € ODER 5W30 FÜR 79,90 €

Autoservice Scheele GmbH - Liebigstr. 16 - 24145 Kiel (im Gewerbegebiet Wellsee)



zahnärzte
SAYK & HÜNERMANN
Behandelt werden von Freunden.



Zahnheilkunde für Kinder

0431 - 73 25 05

kieler-kinderzahnarzt.de • Kaiserstraße 37 • 24143 Kiel

Advertorial



Absolut im Trend: Mit der erdfarbenen Kollektion von Casall liegt ihr beim Yoga- und Pilates-Kurs voll im Trend



Die neue CurvyFit-Linie: konsequent weiblich, selbstbewusst aktiv

FIT IN DEN FRÜHLING

MODE- TRENDS FÜR DIE MATTE

Yoga und Pilates sind so angesagt wie nie. Mit dem richtigen Outfit macht ihr gerade auf der Matte eine gute Figur.

Sie haben nachweislich positive Effekte auf die physische und psychische Gesundheit, fördern die Körperwahrnehmung sowie Achtsamkeit und beziehen Meditationstechniken mit ein – Yoga und Pilates sind ganzheitliche Sportarten. Aus diesem Grund sprießen die Kursangebote in den letzten Jahren aus dem Boden. Wer sich auch modisch voll im Trend präsentieren möchte, sollte sich die neue Kollektion bei Intersport Knudsen im CITTI-PARK anschauen. Bei Jogging-Hosen, Leggings, Bras und Crop-Tops herrschen Erd- und Pastelltöne vor. Und auch die neuen CurvyFit-Linien von Esprit, Venice Beach und adidas können sich sehen lassen. Schließlich wollen nicht nur sportbegeisterte Top-Models auf die Matte und ihren Körper in Form bringen. „Yoga und Pilates sind vor allem deshalb so beliebt, weil sie das Wohlbefinden und Körpergefühl ganzheitlich

fördern“, sagt Sandra Oelke, Mitarbeiterin von Intersport Knudsen. Viele Menschen würden mittlerweile bewusster auf ihre Ernährung achten. Den ganzen Körper gelte es dabei nicht außer Acht zu lassen.

Bei **INTERSPORT Knudsen** erhaltet ihr eine Top-Beratung der Mitarbeiter zu den jeweiligen Outfits. Die entsprechende Sportbekleidung ist in vielen verschiedenen Größen vorrätig. Stylish und farblich aufeinander abgestimmt ist besonders die Plus-Size-Kollektion. In den gefütterten Jogginghosen- und Oberteilen bringt ihr euren Körper rasch auf Betriebstemperatur. Dank der atmungsaktiven Trainingsbekleidung kommt ihr nicht zu sehr ins Schwitzen. Von der Yoga-Matte bis zum Oberteil mit Pulswärmer – **INTERSPORT Knudsen** kleidet euch für den Yoga-Kurs ein. Weitere Infos unter www.intersport-knudsen.de.



Intersport Knudsen im CITTI-PARK Kiel rüstet euch für Fitness-Kurse vom Basis-Outfit bis zur Yoga-Matte und Kopfstütze





So könnte Marthas Insel
Ende 2022 von der
Gablenzbrücke aussehen

MARTHAS INSEL

EIN HAUCH VON HAFENCITY

In Kiels Zentrum entsteht neuer Wohnraum direkt an der Förde. 240 Wohneinheiten sollen zur Bewältigung der Nachfrage beitragen.

Zwischen Sophienblatt, Marthastraße und Bahnschienen entsteht inmitten der Fördestadt in Sichtweite von Meerwasser und Kreuzfahrtschiffen ein neues Stadtquartier für zentrales, vielfältiges und soziales Wohnen: Marthas Insel. Dort, wo jahrelang ein rund 14.000 Quadratmeter großes Areal brach lag, sollen künftig Singles, Familien, Pendler, Studenten und Senioren gleichermaßen miteinander leben können.

Basierend auf der maritimen, städtebaulichen Leitidee der Landeshauptstadt wurden neuen Gebäude entworfen, die das Stadtquartier wiederbeleben sollen. „Hier entsteht auf einer jahrzehntelangen Brache ein neues Quartier in der Nähe der Kieler Hörn und nicht weit entfernt von der Innenstadt“, sagt Oberbürgermeister Ulf Kämpfer. „Fast die Hälfte der neuen Wohnungen sind gefördert-

ter und damit bezahlbarer Wohnraum, den wir in Kiel dringend benötigen. Bezahlbares Wohnen für alle zu sichern ist zur Schicksalsfrage Kiels geworden. Marthas Insel ist auf diese Frage eine erste Antwort.“

Im nordwestlichen Teil von Marthas Insel entstehen drei langgestreckte, sowie ein quadratisches Gebäude für verschiedene sozial geförderte Wohnformen. Die Häuser haben ebenfalls einen maritimen Charakter und unterscheiden sich mit ihrer hochwertigen Fassadengestaltung nicht von den anderen neuen Gebäuden an der Marthastraße.

Auf der anderen Seite, an der Hangkante, bieten die markanten Kliff- und Dünen-Häuser moderne Miet- und Eigentumswohnungen in unterschiedlichsten Ausführungen – vom Mikro-Appartement für Pendler oder Singles bis hin zur Vier-Raum-



Angestochen: Markus Reutershan (Kiwog), Oberbürgermeister Ulf Kämpfer, Marc Weinstock und Stadtbaurätin Doris Grondke beim Spatenstich

Foto: Landeshauptstadt Kiel

Wohnung mit Blick auf die Hörn. Die Fertigstellung des Quartiers ist für Ende 2022 geplant. Weitere Infos erhaltet ihr unter www.marthas-insel.de.

Herzlich Willkommen
bei inlingua Kiel

Die neuen
Sprachkurse
starten jetzt!

Staatlich geförderte
berufliche Weiterbildung:
Aktivierungsgutschein,
Bildungsprämie,
Bildungsgutschein
u. v. m.



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

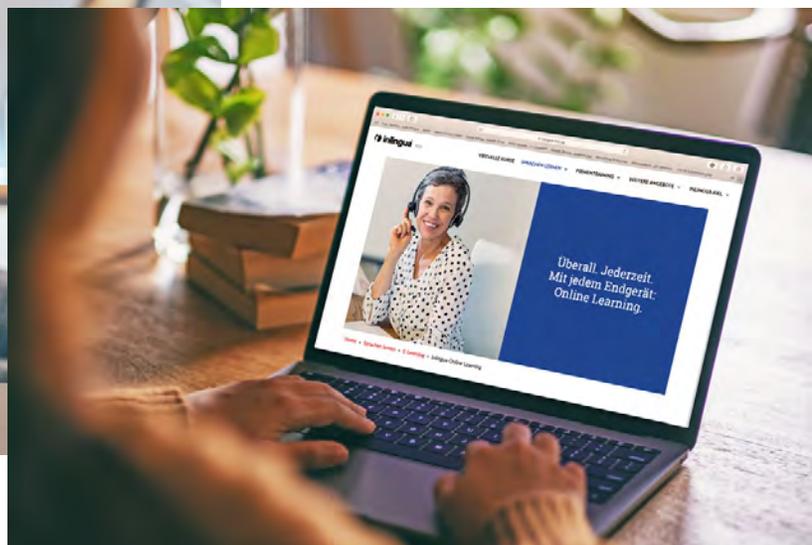
Tel. 0431-98 13 80

www.inlingua-kiel.de

BUSINESS AS USUAL?!

SPRACHEN EFFEKTIV VON ZUHAUSE LERNEN

Selten war es so einfach, aktiv vom eigenen Schreibtisch aus neue Dinge zu lernen. Zum Beispiel eine Sprache. Denn egal, wo wir auf der Welt sind, eine gelungene Kommunikation ist die wichtigste Basis für alles.



Gemeinsam mit dem Sprachcenter inlingua am Alten Markt, lernt ihr effektiv und schnell im virtuellen Klassenzimmer mit live zugeschalteten Trainer*innen. Dabei gibt es sowohl Einzeltrainings, als auch kleinere Gruppen und natürlich alles von muttersprachlichen Trainer*innen. Ihr wollt euer Business-Englisch vertiefen? Kein Problem. Ihr braucht Grundkenntnisse, um euch auf Spanisch zu verständigen? Mit inlingua wird das möglich! Und natürlich gibt es auch Deutsch-Kurse für jedes Niveau.

Denn dank iVirtual, dem virtuellen Klassenzimmer von **inlingua**, seid ihr von jedem Ort der Welt aus ganz einfach dabei: Via Internet klickt ihr euch in

das Programm und sprecht direkt mit den Trainer*innen und den anderen Teilnehmenden. Durch dieses Konzept ist interaktiver Austausch und gründliche Sprachvertiefung garantiert.

Wie das Ganze funktioniert? Ihr checkt euch einfach bei der Online-Plattform ein, die inlingua euch zur Verfügung stellt – und schon kann es losgehen. Businessstalk, Basics oder Aufbaukurse: Wie das Online-Angebot durchgeführt wird und welche aufregenden Sprachen ihr neben den Klassikern wie Englisch, Deutsch, Spanisch und Italienisch bei inlingua lernen könnt, lest ihr ganz einfach unter www.inlingua-kiel.de nach oder ihr ruft an: Tel.: (0431) 98 13 80.

HOCHZEIT VERSCHOBEN?

Advertorial



Ocka Swalve,
Fachanwältin für
Familienrecht

Die Covid-19-Epidemie ist für viele nicht gerade der gewünschte Rahmen für eine Hochzeit. Viele Paare verschieben daher die geplante Hochzeit und leben erst einmal ohne Trauschein weiter zusammen. Wenn aus der Beziehung ein Kind hervorgeht, können die Eltern – auch schon vor der Geburt des Kindes – eine Erklärung über die gemeinsame Ausübung der elterlichen Sorge abgeben. Sie können dann auch bestimmen, ob das Kind den Namen des einen oder des anderen Elternteils tragen soll. Diese Wahl gilt dann auch schon für die weiteren Kinder. Ist nur ein Elternteil sorgeberechtigt, bekommt das Kind vom Gesetz her dessen Namen. Der Elternteil – meist die Mutter – kann aber mit

Zustimmung des anderen Elternteils dem Standesamt gegenüber erklären, dass das Kind den Namen des anderen tragen soll. Dies kann bei Geburt oder später geschehen. Ist das Kind 5 Jahre alt, muss es ebenfalls zustimmen. Heiraten die Eltern, erhält ein Kind, welches zum Zeitpunkt der Bestimmung des Ehenamens noch nicht 5 Jahre alt ist, auch den Ehenamen. Ab diesem Alter ist die Zustimmung des Kindes erforderlich.

Auch in finanziellen Dingen heißt es aufpassen: Die Vorschriften für die Ehe gelten nicht, auch nicht analog. Bei jedem Vermögenserwerb sollte geklärt werden, auf wessen Namen er erfolgen soll. Investiert einer von beiden Geld oder Arbeitszeit in einen Vermögenswert des anderen, beispielsweise eine Immobilie, sind klare Absprachen nötig. Das Prinzip des güterrechtlichen Ausgleichs gilt erst ab Eheschließung.

Ocka Swalve
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht

Dänische Straße 24
24103 Kiel
Fon 0431/56 10 32
Fax 0431/56 12 29
ocka-swalve@online.de
www.swalve.de



HÖRSAAL AUF DEM KIELER RATHAUSPLATZ

Vom 25. bis 29. Mai protestierten Studierende der Public Climate School-Bewegung auf dem Kieler Rathausplatz und forderten, den aktuellen Stand der Klimawissenschaft aus den Hochschulen hinaus unter die Menschen zu bringen. Dabei sind die Hochschulen als Teil der Lösung für eine ökologische und gerechte gesellschaftliche Transformation zu sehen. Das Leben auf dem Hochschulcampus und damit auch der Austausch zwischen Wissenschaft und Gesellschaft ist während der Corona-Pandemie stark heruntergefahren. Die Students for Future möchten Wissenschaft und Gesellschaft wieder näher zueinander bringen und haben mit der Auftaktaktion ein Wiederbelebungsprogramm ins Leben gerufen.

In seinem Vortrag zum Auftakt der PCS betonte Dr. Tobias Bayr vom Geomar Kiel die Notwendigkeit, jetzt etwas gegen die Klimakrise zu unternehmen. Für den Vortrag wurde der Rathausplatz mit Stühlen bestückt, die jedoch leer blieben, da die Veranstaltung unter dem Motto „Wer hört den Klimawissenschaftler*innen jetzt zu?“ stand. Die 30 Students for Future Aktivist*innen versammelten sich mit 1,5-Meter-Abständen hinter den Meteorologen mit Plakaten und der Forderung: „Hört den Wissenschaftler*innen zu!“. Das ganze Programm findet ihr unter www.studentsforfuture.info.

IHR FOTOBUCH VOM PROFIL 17

- » einfache Design-Software
- » bestellbar auch online ohne Software
- » beste Bildqualität und hochwertige Bindung
- » viele Vorlagen oder individuelle Layouts

FOTOBUCH GESTALTEN

SOFTWARE KOSTENLOS
UNTER
www.vico-kiel.de

Mit unserer Software wird unkompliziert und schnell das eigene Fotobuch realisiert und die schönsten Erinnerungen zukunftssicher festgehalten.

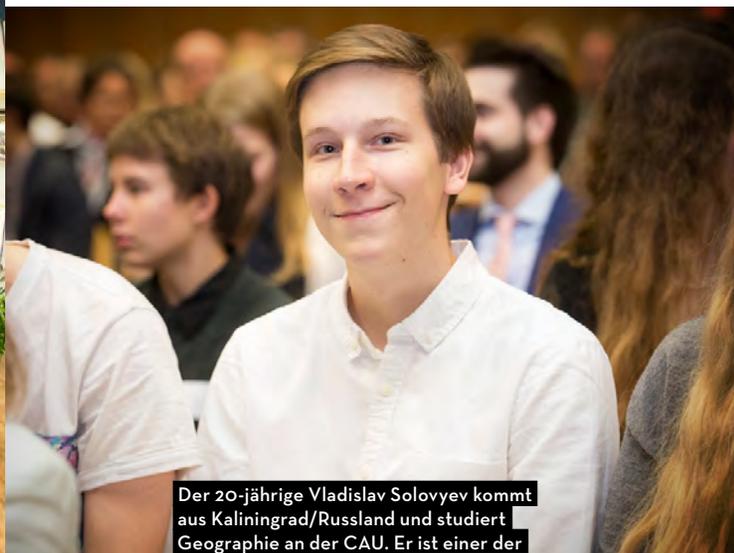
Tipp für Fotobuch-Muffel: Einfach Dateien bei uns abgeben, wir gestalten das Buch für Sie!

Infos unter Tel: 0431-98262 16

ERFOLGREICH IM STUDIUM

Wer Gutes tut, dem soll Gutes wiederfahren – mit einer monatlichen Finanzspritze durch das Deutschlandstipendium.

Insgesamt 110 Stipendiat*innen sowie vier Kiel-Vollstipendien wurden am 7. November 2019 vergeben



Der 20-jährige Vladislav Solovyev kommt aus Kaliningrad/Russland und studiert Geographie an der CAU. Er ist einer der vier Kiel-Vollstipendiaten

WAS IST DAS DEUTSCHLANDSTIPENDIUM?

Mit den **Deutschlandstipendien** würdigt das Bundesministerium für Bildung und Forschung gemeinsam mit Förderern Studierende für besondere Leistungen in Schule oder Studium sowie für gesellschaftliches Engagement. Wer also selbst etwas Gutes tut, der soll unterstützt werden. Im November letzten Jahres wurden die begehrten Urkunden bereits zum neunten Mal an Studierende der Christian-Albrechts-Universität verliehen. „Das Deutschlandstipendium ist eine hervorragende Möglichkeit, begabten, jungen Menschen unter die Arme zu greifen und sie während ihres Studiums zu unterstützen“, erklärte CAU-Präsident Professor Lutz Kipp. Außerdem erhielten vier ausländische Studierende von Partneruniversitäten ein zehn-, bzw. fünfmonatiges Vollstipendium, wie zum Beispiel der 20-jährige Vladislav Solovyev. Er stammt aus Kiels Partnerstadt Kaliningrad und studiert Geographie an der CAU. „Ich verstehe das Stipendium als Chance, neue Leute kennenzulernen und mit Unternehmen in Kontakt zu treten“, erklärte er.

WIE FUNKTIONIERT DAS?

Bewerben können sich alle Studierenden und Studienbewerber*innen der Uni Kiel. Das Stipendium wird al-

lerdings nur dann ausgezahlt, wenn auch eine Einschreibung an der CAU erfolgt. Das Auswahlverfahren orientiert sich sowohl an schulischen oder universitären Leistungen, als auch am ehrenamtlichen Engagement im sozialen, politischen oder sportlichen Umfeld. Praktika oder Freiwilligendienste sowie Ehrenamtstätigkeiten und auch persönliche familiäre Umstände werden berücksichtigt.

WER UNTERSTÜTZT DIE STIPENDIEN?

Insgesamt gab es im letzten Jahr 52 Stifter*innen aus Kiel und Umgebung, darunter Firmen und Institutionen aber auch Privatpersonen oder Stiftungen, die mit ihren Beiträgen die Förderung unterstützten. Bei der letzten Vergabe der Stipendien kamen so 198.000 Euro zusammen. Diese Summe wurde durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung verdoppelt und konnte somit an 110 Studierende vergeben werden. Zu den neuen Stifterinnen und Stiftern gehören die Fiehn-Stiftung aus Rendsburg, Rechtsanwalt Dr. Reinhard Möller, die nordBLICK Augenklinik Bellevue GmbH, das Ehepaar Dr. Berrit Ahsbahs-Niemann und Dr. Gerhard Niemann, der Verein zur Förderung des Archäologischen Landesmuseums e. V. und private Stifter. Besonders erwähnenswert ist auch die Professor Dr. Werner Petersen-Stiftung, die gleich 20 Stipendien vergab.

Weitere Informationen zum Deutschlandstipendium an der CAU gibt es unter www.deutschlandstipendium.uni-kiel.de.

DIGITALE VORSORGE IN STEUERFRAGEN

In Quarantäne-Zeiten kann der Gang zum Steuerberater schon einmal zu einem unüberwindbaren Hindernis werden – doch gerade jetzt sind für viele Kieler*innen wichtige Unterlagen wie zum Beispiel ein Antrag auf Verdienstausfallentschädigung während Corona einzureichen. Die fachspezifischen Steuerberater*innen der **Kanzlei BSHK** bieten seit über 20 Jahren ein umfassendes Know-How in Steuerfragen. „Im Falle einer solchen Pandemie wie die Corona-Krise sind Lohnfortzahlungen und Steuererleichterungen wichtiger denn je“, sagt Bert Köhl, Teilhaber von BSHK. Ein wichtiges Instrument: die „digitale Kanzlei“. Mit der Cloud-Anwendung „DATEV Unternehmen Online“ werden Lohnabrechnung und Finanzbuchführung unkompliziert, papierlos und modern bearbeitet. Die Mandant*innen stellen Belege in der sicheren Cloud zur Verfügung und haben jederzeit Zugriff auf ihre Unternehmensdaten. Auf ihrer Internetseite stellen die Berater*innen in Video detaillierte Informationen zu den Vorgängen unter www.stb-kiel.de/digitale-kanzlei zur Verfügung. Darüber hinaus bietet die Kanzlei einen weiteren Service an: Ob Kurzarbeitergeld, Sofort- und Liquiditätshilfen – BSHK hat euch online unter www.stb-kiel.de/service eine Übersicht zusammengestellt.

Die „digitale Kanzlei“ ist der Steuer-Fachberater während der Corona-Krise



ARBEITSRECHTLICH GUT BERATEN

Bei arbeitsrechtlichen Fragestellungen und Problemen sollten Sie sich umgehend einem zuverlässigen Ansprechpartner anvertrauen. Die Rechtsanwaltskanzlei Dr. Ann-Christin Weißleder bietet kompetente Beratung und Vertretung von Arbeitgeber*innen und Arbeitnehmer*innen sowie deren Interessen auf dem Gebiet des Arbeitsrechts unter Einschluss der sozialrechtlichen Bezüge. Sie nimmt Sie und Ihr Anliegen ernst und setzt sich engagiert für Ihr Recht ein. Bei Streitigkeiten bemüht sie sich

stets um eine konstruktive Lösung ohne Einbeziehung der Gerichte. Ist eine gerichtliche Auseinandersetzung aber nicht vermeidbar, vertritt die Rechtsanwältin Ihre Interessen zielgerichtet und konsequent. Vereinbaren Sie gerne einen Termin für ein persönliches Beratungsgespräch.

**Rechtsanwaltskanzlei
Dr. Weißleder
Eckernförder Straße
319, Kronshagen
Tel.: (0431) 545 59 99
Fax: (0431) 545 59 98
www.dr-weissleder.de**

Mit jahrzehntelanger Erfahrung beraten wir unsere Mandanten erfolgreich in steuerlichen Angelegenheiten, jetzt auch kombiniert mit einer modernen, digitalen Kanzlei.

- Fachberater für Heilberufe (IFU / ISM gGmbH)
- Fachberater für Unternehmensnachfolge (DStV e.V.)
- Fachberater für Vermögens- und Finanzplanung (DStV e.V.)

BSHK
BENTHIN
SCHWARK
HANSEN
KÜHL
Wirtschaftsprüfer
Steuerberater

BENTHIN | SCHWARK | HANSEN | KÜHL

Wirtschaftsprüfer
Steuerberater
Partnerschaft mbB

Tel.: 0431 - 65 92 82
Fax: 0431 - 65 92 833

www.stb-kiel.de
kanzlei@stb-kiel.de

• Hopfenstraße 2d
24114 Kiel

• Beselerallee 67
24105 Kiel

DER MODERNE ARBEITSPLATZ

JETZT DIE ZUKUNFT GESTALTEN

Durch die Corona-Pandemie haben viele von euch im Home Office gearbeitet. Frank Bösenkötter, Geschäftsführer der Dicide GmbH, erklärt im Gespräch, wie Unternehmen auch nach der Krise, produktiv und motiviert zusammenarbeiten können.

Herr Bösenkötter, wie erleben Sie das Thema Home Office in der jetzigen Zeit?

Frank Bösenkötter: Wir erleben die aktuelle Entwicklung im Thema mobiles Arbeiten durch die Situation Covid-19 wie in einem Zeitraffer. Das, was viele Unternehmen in der Dringlichkeit und Notwendigkeit über Jahre unterschätzt haben, ist jetzt zur überlebensnotwendigen Realität geworden – es musste sofort gehandelt werden, um arbeitsfähig zu bleiben!

Wie konnten Sie so schnell ins Home Office wechseln?

Unser Geschäftsgegenstand ist es, Menschen dabei zu unterstützen, ihren Arbeitsalltag zu vereinfachen. Wir begleiten Unternehmen im digitalen Wandel und verbinden die Schlüsselfaktoren für moderne Arbeitsformen Mensch, Raum und Technologie in maßgeschneiderten Lösungspaketen zu einem Gesamtkonzept. Wir sind Spezialisten für die Entwicklung und Umsetzung des modernen Arbeitsplatzes in Organisationen. Deshalb konnten wir nicht nur für unsere Kunden, sondern auch selbst sofort auf die derzeitige Krisensituation aktiv eingehen und von Tag eins produktiv im Home Office zusammenarbeiten.

Welche Bedeutung hat modernes Arbeiten in Unternehmen?

Modernes und mobiles Arbeiten in Unternehmen zählt zu den Schlüsselfaktoren für mehr Produktivität und Motivation. Unternehmen brauchen zukünftig eine lernende Organisation, die sich mit hoher Beweglichkeit auf die Situation des Marktes schnell anpassen kann. Digitalisierung kann für viele Unternehmen die Wettbewerbsfähigkeit in der Zukunft sicherstellen.

Was sind die Voraussetzungen und was können wir aus der aktuellen Situation lernen?

Unternehmen müssen lernen, ihren Mitarbeitern zu vertrauen. Die Unternehmenskultur und die Art und Weise, wie wir gemeinsam arbeiten wollen, ist ein Schlüsselaspekt für das Gelingen moderner Arbeit. Mitarbeiter sollten alle nötigen Werkzeuge an die Hand bekommen, damit sie selbst bestimmen können, wo, wann und wie sie ihre Arbeit am besten verrichten können. Das kann im Café, im Unternehmen, unterwegs oder von Zuhause aus sein.

Welche Rolle spielt das klassische Büro in der Zukunft?

Die Bedeutung von klassischen Büros wird sich verändern. Arbeitsflächen müssen flexibler werden und sich zu kreativen Kommunikationsflächen entwickeln – zu Räumen, in denen wir zusammenkommen und uns austauschen. Auch Ruhearbeitsplätze werden dort zu finden sein, Plätze, an denen ich die Möglichkeit habe, mich für konzentriertes Arbeiten zurückzuziehen. In der modern workplace factory in Kiel haben wir diese Aspekte bereits erfolgreich umgesetzt. Hier können neue Arbeitsformen von morgen erlebt und ausprobiert werden. Unter www.mwf-kiel.de gewinnt man einen Eindruck.

Frank Bösenkötter erklärt, wieso der mobile Arbeitsplatz in Zukunft immer wichtiger wird



Wie können Unternehmen dabei unterstützt werden, modernes Arbeiten umzusetzen?

Für den dauerhaften Erfolg bei der Umsetzung moderner Arbeitsformen geht es um den sinnvollen Zusammenhang aus Unternehmens- & Führungskultur, Arbeitsorganisation, IT & Kommunikation sowie passenden Raumkonzepten. Es geht jetzt darum, die Erfahrungen und Erkenntnisse aus der aktuellen „Ad hoc-Nutzung“ zu sammeln und zu bewerten. Daraus sollte ein Konzept für die Umsetzung moderner Arbeitsformen in Unternehmen abgeleitet werden. Ziel unseres Adoption & Change Programmes ist es, einen Fahrplan für den digitalen Wandel zu erstellen und sicher in die erfolgreiche Umsetzung zu bringen.

Das betrifft sicher nicht nur große Konzerne.

Bei den meisten großen Konzernen ist die Digitalisierung bereits seit Jahren im vollen Gange. In Schleswig-Holstein gibt es überwiegend kleine und mittlere Unternehmen, von denen viele den Schritt zu modernen Arbeitsformen noch nicht gegangen sind. Unsere Lösungspakete richten sich gezielt an diese Zielgruppe. Wir bei **Dicide** begleiten Unternehmen bei der Digitalisierung und der Sicherung der Wettbewerbsfähigkeit.

So gelingen Digitalisierungsprojekte



Gemeinsam den Wandel gestalten

Die Veränderung der Art und Weise, wie wir arbeiten, ist ein wesentlicher Erfolgsfaktor und führt zu mehr Produktivität und Motivation am Arbeitsplatz. Mit unserem Adoption & Change Programm bieten wir einen strukturierten Ansatz für Ihren Veränderungsprozess:

- Forschungsbasiert
- Praxistauglich
- Zertifiziertes Vorgehensmodell
- Fokussiert auf die technische und menschliche Seite des Wandels
- Unsere Lösung für kleine und mittlere Unternehmen

NEU
SONDERFORMAT
COVID-19
POST HOME OFFICE
INTEGRATION



Der ACM-Workshop von Dicide

Der erste Schritt in unserem Adoption & Change Programm

Die Inhalte:

- Vorstellung des Vorgehensmodells und der Methoden
- Analyse des Ist-Zustands
- Durchführung eines Unternehmens-Assessments
- Ableitung eines Soll-Konzepts für modernes Arbeiten
- Darstellung von messbarem Nutzen und Ergebnissen
- Konkreter Aktivitätenplan für sichere, flexible & einfache Arbeitsformen

Jetzt den Wandel aktiv gestalten und Kontakt aufnehmen!

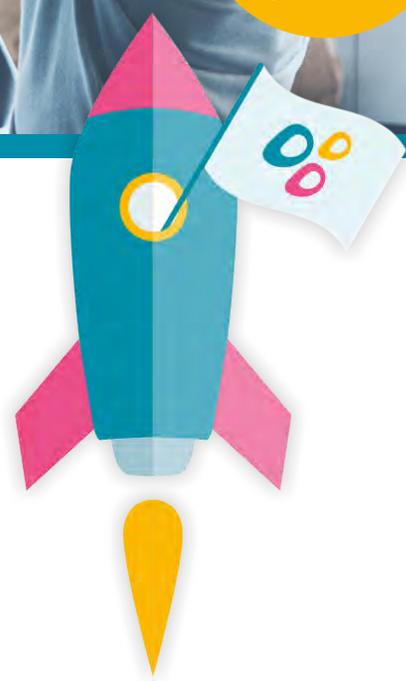
Dicide GmbH | Boschstraße 5 | 24118 Kiel
Tel: 0431 36 306 800 | E-Mail: info@dicide.de

Spannende Beiträge zu digitalen Themen finden Sie unter:
www.so-arbeiten-wir-morgen.de



www.dicide.de

DICIDE
So arbeiten wir morgen





OH, WIE SCHÖN IST
HEIKENDORF



K

Kleine Läden, engagierte Dienstleister, Restaurants und Strand-Locations mit Urlaubsfeeling: Für viele ist Heikendorf auf dem Ostufer der Kieler Förde der Inbegriff des Wunschwohnortes. Aber auch für Tagesausflügler, die bummeln, spazieren, beachen und am Ende des Tages entspannt den Sonnenuntergang genießen wollen, gibt es wohl kaum eine bessere Wahl.

Heikendorf hat viele Gesichter. Die einen denken sofort an lange Sommertage am Strand, den malerischen Hafen oder das idyllische Künstlermuseum auf dem einstigen Grundstück des Malers Heinrich Blunck. Andere kommen gerne zum Einkaufen hierher, denn in Heikendorf gibt es viele schöne Geschäfte – von der kleinen Bücherei über süße Schnick-Schnack-Läden bis hin zu gut sortierten Lebensmittelhändlern.

Ein beliebtes Ziel sind natürlich auch die Restaurants mit dem unvergleichbar schönen Fördeblick und die Beach-Buden, die zum Chillen einladen. In den vergangenen Jahren hat sich in dem Seebad einiges getan. So wurde zum Beispiel 2018 die Uferpromenade neu gestaltet und wirkt seitdem großzügiger und mondäner. Hier kann man flanieren, sitzen, schnacken und die Kinder klettern und toben auf dem coolen Piratenschiff direkt am Strand.

Wir möchten euch einladen, mit uns Heikendorf zu entdecken! Auf den kommenden Seiten nehmen wir euch mit auf einen Bummel durch den Ortskern, ans Wasser und in die netten Restaurants. Wir stellen euch verschiedene Dienstleister vor und verraten euch, warum die Heikendorfer ihre Gemeinde so sehr lieben und schätzen. Denn eins ist sicher: Wenn man einmal in Heikendorf war, kommt man immer wieder gerne hierher zurück!



DAS IST HEIKENDORF

Einwohner: 8.248*

Besonderheit: Die Gemeinde besteht aus fünf unterschiedlichen Ortsteilen: Altheikendorf, Neuheikendorf, Möltenort, Kitzberg und Schrevenborn. Mit seinem 4,5 km langen Fördeufer, den schönen Stränden und Wanderwegen ist Heikendorf ein bevorzugtes Naherholungsgebiet und seit 1967 staatlich anerkanntes Seebad.

Sehenswürdigkeiten: Künstlermuseum, U-Boot-Ehrenmal Möltenort, das ehemalige Feuerschiff Læsø Rende im Möltenorter Hafen, Skulptur „Gerettet“ (ehem. Fischer) von Adolf Brütt





Auch mitten im alten Dorfkern gibt es malerische Ecken zu entdecken. Hier: Morgen-Idylle am Teichtor



KÜNSTLERMUSEUM

Spannende, inspirierende Kunst in einem märchenhaften Haus, umgeben von einem blühenden Garten mit herrlichen Ruheplätzen. Diese Idylle erwartet euch bei einem Besuch des **Künstlermuseums Heikendorf**. Das einstige Grundstück des Malers Heinrich Blunck (1891-1963) wird immer noch mit einigen Bäumen und Sträuchern seiner Zeit geschmückt. In jeder Ecke gibt es eine Skulptur oder ein anderes Kunstwerk zu entdecken. Das zweistöckige, historische Atelierhaus beherbergt Werke der Künstlerkolonie Heikendorfs vom Spätimpressionismus bis zum ausklingenden

Expressionismus der Nachkriegszeit. Hier findet ihr regionale Kunst im Kontext mit Wechselausstellungen europäischer und internationaler Malerei. Das von der Heinrich-Blunck-Stiftung getragene Museum feiert in diesem Jahr sein 20-jähriges Jubiläum. Zu diesem Anlass wurde ein virtueller Panoramarundgang erstellt, damit ihr auch von zu Hause aus einen kleinen Spaziergang durch das Museum machen könnt.

**Künstlermuseum Heikendorf,
Teichtor 9, Heikendorf,
Tel.: (0431) 24 80 93**



JETZT ERST RECHT: KUNST MACHT GLÜCKLICH!

Gerade in diesen Zeiten kann Kunst ein Lichtblick sein, ein dauerhafter Genuss für Zuhause. Der Heikendorfer **Künstler Kai Piepgras** präsentiert seine aktuellen Arbeiten in der neuen Online-Galerie unter www.kai-piepgras.de, sowie demnächst im Kunstiosk Heikendorf, dem kleinsten Kunst-Tempel der Ostseeküste. Schaut euch in aller Ruhe online um und lasst euch inspirieren. Ein kontaktfreier Liefer- und Versandservice ist selbstverständlich. Persönlich könnt ihr den Künstler und seine Bilder am Heikendorfer Kurstrand in der Ausstellung „ART TO GO ein Strand-Date mit Kai Piepgras“ vom 29. Juni bis 5. Juli treffen. Im Kunstiosk werden um die 60 nagelneue Bilder täglich von 10 bis 17 Uhr gezeigt. Ein ganz besonderer Kunst-Genuss bei tiefenentspanntem Meeresrauschen direkt am Ostsee-Strand. Kunst bleibt für Piepgras ein Spiel mit der Wirklichkeit, als Antwort auf die Unabbildbarkeit der Welt. Gönnst euch etwas und spielt mit!

**Kai Piepgras, Struckkoppel 11, Heikendorf, www.kai-piepgras.de,
Tel.: (0431) 237 97 66**

Die Skulptur „Gerettet“ (ehem. Fischer) von Adolf Brütt ist eines der Wahrzeichen Heikendorfs. Der Bildhauer soll mehrfach zum Urlaub machen in Möltenort gewesen sein und eines Tages mitbekommen haben, wie der Fischer Klaus Löphtien eine junge Frau vor dem Ertrinken rettete. Ihm zu Ehren schuf Brütt später diese Bronzefigur. In Zeiten von Corona kann es durchaus vorkommen, dass man die junge Frau und ihren Retter auch mal mit Mundschutz antrifft – sehr vorbildlich!



NACHGEFRAGT



*„Selbst Heikendorfer
sind manchmal
noch überrascht“*

Heikendorfs Bürgermeister Tade Peetz im Kurzinterview

Was macht Heikendorf so besonders?

Heikendorf liegt infrastrukturell gut aufgestellt an der Sonnenseite der Förde und bietet neben der Nahversorgung ein breites Angebot an Geschäften und Dienstleistungen. Selbst Heikendorfer sind manchmal noch überrascht, was sie alles im Ort erledigen können, da die Handel- und Gewerbetreibenden, aber auch die Handwerker vieles möglich machen.

Wie haben Sie die ansässigen Unternehmen in den vergangenen zwei Monaten unterstützt?

Jeder Gewerbetreibende muss in Heikendorf eigentlich eine so genannte Tourismusabgabe leisten, abhängig vom Umsatz. Diese Abgabe haben wir für das Jahr 2020 erlassen, was die Unternehmer um insgesamt gut 60.000 Euro entlastet. Sehr früh haben wir dazu aufgerufen, lokal zu kaufen und die heimische Wirtschaft zu stützen.

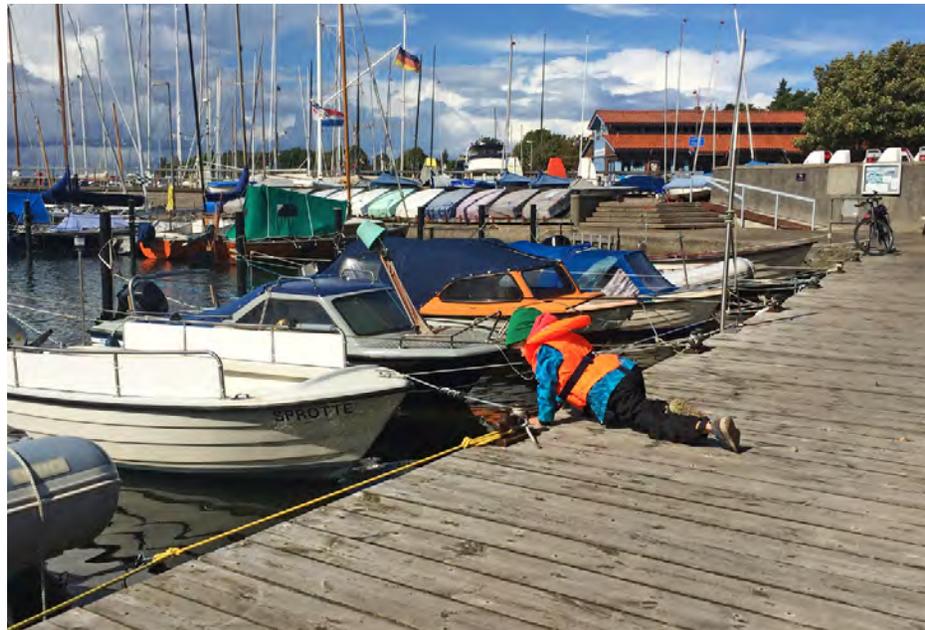
Gibt es Maßnahmen von Seiten der Gemeinde, um die durch Corona geschädigten Geschäfte auch in Zukunft zu unterstützen?

Die Gemeinde Heikendorf hat eigens für diese Aufgabe eine Ortsmarketingstelle geschaffen und personell sehr gut besetzt. Von dieser Arbeit werden auch die geschädigten Geschäfte profitieren.

Hafen LIEBE



Der Fischbratkutter Elke gehört zu Möltenort wie der Rollmops zum Brötchen



KUTTERFUTTER UND FANGFRISCHES

Wer einen Tag – oder auch mehr – in Heikendorf verbringt, der sollte unbedingt am malerischen Hafen vorbeischauchen. Und wer frischen Fisch mag, der muss früh aufstehen. Im Möltenorter Fischereihafen verkaufen die Fischer mehrmals in der Woche ihre fangfrische Beute direkt vom Kutter aus. Auch hier heißt es wie so oft: Der frühe Vogel fängt den Wurm, denn meist sind sie in den Morgenstunden schon ausverkauft. Wenn ihr auf Nummer sicher gehen wollt, dass es an dem Tag auch frischen Fisch gibt, könnt ihr euch unter www.fischvomkutter.de informieren, ob, wann und wo die Fischer anzutreffen sind.

Wer den Fisch lieber schon gebraten isst oder zwischen zwei Brötchenhälften versteckt, der geht ein paar Schritte weiter und stattet „Elke“ einen Besuch ab. So heißt der legendäre Fischbratkutter, der bereits seit fast 30 Jahren in Möltenort ankert: Eine urige Spelun-

ke, rustikal mit Kutter-Charme und über die Grenzen Heikendorfs bekannt. Ihr erkennt ihn sofort an der Piratenfigur und an dem Geruch nach Gebratenem ...

Wer es ein bisschen weniger urig möchte, läuft noch einen Steg weiter. Hier liegt das umgebaute Schubboot **Rimo 1** auf dem Chefkoch Stephan Döring alle hungrigen Seebären und Landratten mit Fisch- und Fleischspezialitäten aus der Region verwöhnt. Bei schönem Wetter könnt ihr direkt am Steg essen, bei Wind und Wetter auf dem gemütlichen Restaurantschiff Platz nehmen.

Fischbratkutter Elke,
Strandweg 10,
Heikendorf

Rimo 1, Strandweg/Mittelsteg
am Möltenorter Hafen,
Heikendorf,
Tel.: (0431) 99 01 80 62



URLAUB MIT AUSSICHT

Direkt am Möltenorter Strand gelegen, bieten die Apartments „**Zur schönen Aussicht**“ den freien Blick auf die Kieler Förde und den lebhaften Schiffsverkehr. Die 13 Apartments des familiengeführten Unternehmens sind mit allem eingerichtet, was man im Urlaub braucht. Handtücher, Geschirrtücher und Bettwäsche sind vorhanden und werden auf Wunsch gern gewechselt. Die Einwahl in das WLAN-Netz ist unentgeltlich. Gerade für Familien mit Kindern eignet sich diese Ferienunterkunft, denn der Strand und viele andere Ausflugsziele sind direkt vor der Haustür.

Zur schönen Aussicht, Uferweg 5, Heikendorf, Tel.: (0431) 24 30 24

Schnuckeliger Blickfang:
Das Galerie-Café Roehrs kroog



Eine Übernachtung der ganz besonderen Art: im Schlafstrandkorb direkt am Wasser

Foto: Kiel-Marketing e.V.

SCHLAFEN AM STRAND

Kuschelig zu zweit am Strand übernachten – kann es etwas Schöneres geben?

Aus dem Schlafstrandkorb am Heikendorfer Strand den Sonnenuntergang genießen und mit Meerrauschen wieder aufwachen ist ein unvergessliches Erlebnis und trotz Corona-Einschränkungen problemlos möglich.

Von Mai bis Oktober könnt ihr den Schlafstrandkorb in den Tourist-Informationen Kiel und Heikendorf oder online buchen. Dann heißt es Bettwäsche unter den Arm klemmen und einziehen! Oder ihr verschenkt einfach eine Übernachtung als Gutschein an Freunde.

Weitere Infos und Buchung unter www.kiel-sailing-city.de/schlafstrandkorb

'N POTT KAFFEE AM HAFEN

Fährt man den kopfsteingepflasterten Möltenorter Weg in Richtung Hafen, fällt einem gleich das hübsche Reetdachhaus an der Ecke auf. Hierbei handelt es sich um das **Galerie-Café Roehrs kroog**, wo ihr in gemütlicher Atmosphäre – es erinnert an Omas gute Stube – Kaffee und Kuchen genießen könnt, während euch von den Wänden Gemälde verschiedener Künstler entgegenschauen.

Ungefähr fünf Minuten Fußweg von hier in Richtung Strand liegt direkt am Möltenorter Dampferanleger das **Café Fährhuus**. Hier könnt ihr euch bei Erdbeertorte und einer Tasse Kaffee stärken, bevor ihr mit der Fähre in Richtung Kiel oder Laboe fahrt – oder einfach so die vorbeifahrenden Schiffe beobachten.

Galerie-Café Roehrs kroog, Möltenorter Weg 1, Heikendorf, Tel.: (0431) 24 17 47

Café Fährhuus, Strandweg 8a, Heikendorf, Tel.: (0431) 240 36 50

Schlemmen

MIT ALLERBESTER AUSSICHT



STRANDHOTEL SEEBLICK

Direkt an der Strandpromenade befindet sich das **StrandHotel Seeblick**, ein geschmackvoll, in skandinavischem Stil eingerichtetes Hotel mit zwölf Zimmern. Hier kann man auch als Nicht-Hotelgast gut frühstücken, Mittag- und Abendessen. Entweder in dem hellen Restaurant mit traumhaftem Blick auf die Förde oder auf der Terrasse, die im Sommer umgeben ist von duftenden Lavendelsträuchern und von wo aus man dem Treiben am Strand zusehen kann. Vis-à-vis liegt der Strandkiosk „Seeblick Beach“. Dort gibt es Fischbrötchen, Currywurst und andere Kiosk-Klassiker.

Tipp: Während der Strand morgens langsam zum Leben erwacht, kann man hier ein kleines, aber feines Frühstück und die herrliche Ruhe vor dem Sturm genießen.

StrandHotel Seeblick, Uferweg 2, Heikendorf, Tel.: (0431) 53 32 18 40



DAS KLEINE STRANDHAUS

Wenn man auf der Terrasse des kleinen Strandhauses sitzt, den Blick über den Möltenorter Strand und die Förde bis nach Laboe schweifen lässt, gibt es für den Moment kaum etwas Schöneres. Und wenn Jeanette Prey, die das Restaurant seit fünf Jahren leitet, einen herzlich begrüßt und einem wenig später ein schönes Glas Wein und etwas Leckeres zu essen serviert, dann ist der Moment perfekt. Auf der Karte des **kleinen Strandhauses** stehen Dauerbrenner wie „Steak und Salat“ (Rumpsteak von der Holsteiner Färse auf bunten Blattsalaten) und vierwöchig wechselnde saisonale Gerichte, die alle nun auch zum Abholen angeboten werden. Tipp: Wenn ihr in einer Gruppe mit bis zu acht Personen essen gehen möchtet, solltet ihr den gläsernen Pavillon reservieren. Hier könnt ihr ungestört essen, trinken, schnacken und habt – dank eines Spiegels an der Rückseite – von allen Plätzen aus einen traumhaften Blick auf den Strand und die Förde!

Das kleine Strandhaus, Uferweg 1a, Heikendorf, Tel.: (0431) 249 87



ZANTOPPS SOMMERHAUS

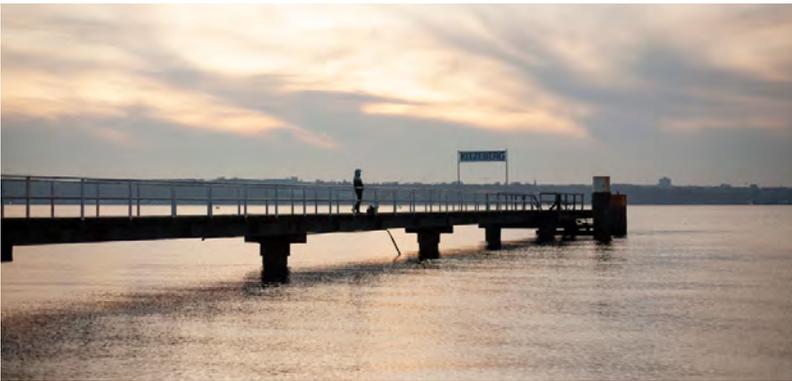
Der Pavillon am Möltenorter Strand ist erst wenige Jahre alt, dennoch bereits eine Art Institution in Heikendorf. Bei **Zantopps** trifft man sich zum Eis essen, Kaffee trinken, klönen und abends auf einen Sundowner, einen knusprigen Flammkuchen oder ein paar Antipasti – das alles an der Strandpromenade oder direkt mit den Füßen im Sand auf einem der bequemen Sitzsäcke oder an Tischen und Stühlen auf dem Strand. Das Eis und die Waffelhörnchen stellt Familie Zantopp nach traditioneller Rezeptur selbst her, Sorten wie Mandarine-Quark, Zitronenkuchen oder auch Mozartkugel locken von März bis Oktober zum Sommerhaus. An lauen Sommerabenden kann man hier, auf der Sonnenseite der Förde, noch lange sitzen und bei einem Gläschen Wein zusehen wie die Sonne fast schon kitschig im Meer versinkt.

Zantopps Sommerhaus, Uferweg, Heikendorf, Tel. (0175) 601 59 64

KIEK UT

Im Kiek Ut am Kitzeberger Strand fühlt man sich auch als Einheimischer als wäre man im Urlaub. Von der windgeschützten Terrasse des Restaurants aus könnt ihr euren Blick über die Förde schweifen lassen oder direkt auf dem Sand sitzen, einen Kaffee oder Sundowner trinken und die Seele baumeln lassen. Auch der gemütliche Innenbereich bietet dank seiner großen Fensterfront beste Aussicht auf den Kitzeberger Dampferanleger, die Förde und am Abend auf die Lichter der gegenüberliegenden Stadt. In der kälteren Jahreszeit lädt der Kamin zum gemütlichen Mittagessen, Kaffee und Kuchen oder zum gemeinsamen Abendessen ein. Auf der Speisekarte des **Kiek Ut** findet ihr wechselnde Gerichte der Holsteiner und der mediterranen Küche.

Kiek Ut, Schönkamp 1, Heikendorf, Tel.: (0431) 56 01 33 80



Urlaubsfeeling vor der Haustür. Im Kiek Ut kann man den Alltagstrubel problemlos hinter sich lassen



Hier treffen sich Golfer und Nicht-Golfer in entspannter Atmosphäre



Fotos: photographie-studioart.de

RESTAURANT WILDGARTEN

Der Golf-Club Kitzeberg ist vielen ein Begriff. Hier kann man angenehme Stunden verbringen und sich im Anschluss gastronomisch verwöhnen lassen. Das kreative Team des **Restaurant Wildgarten** begrüßt jeden Besucher, der in entspannter Atmosphäre etwas Leckerles genießen möchte. In den im neuem Look gestalteten Räumen bekommt ihr gute deutsche Küche mit internationalem Touch. Ein freundschaftliches Miteinander und die besondere Atmosphäre zwischen Golfern und anderen Gästen – das hat sich das Restaurant Wildgarten auf die Fahnen geschrieben und will damit zeigen, dass Golf-Club-Gastronomie alles andere als spießig ist.

Restaurant Wildgarten, Wildgarten 1, Heikendorf, Tel.: (0431) 23 23 24



Fotos: ShyMan/Er/Getty Images

RESTAURANT AMICI

Italienisches Flair mit mediterranem Genuss bekommt ihr im **Restaurant Amici**, Heikendorfs Italiener. Im ehemaligen Spritzenhaus der freiwilligen Feuerwehr trifft man sich heute auf ein Gläschen unter Freunden oder zu einem gemeinsamen Essen. Auf der Speisekarte stehen verschiedene Antipasti, Salate und andere italienische Klassiker – darunter natürlich auch Pizza, Pasta und Leckereien für die Bambini. Viele Speisen gibt es auch außer Haus. Die Auswahl der Weine ist groß, die der verschiedenen Grappa-Sorten noch größer. Das Sortiment umfasst mehr als 300 verschiedene Grappas, die man – wie die Weine – an verschiedenen Terminen verkosten kann.

Restaurant Amici, Laboer Weg 3, Heikendorf, Tel.: (0431) 239 88 84

Regional EINKAUFEN



MARTINY'S WEIN UND FEINKOST

Ebenfalls mitten in der Dorfstraße befindet sich ein kleines Paradies für Liebhaber guter Genüsse. Ein Fahrrad, bepflanzt mit bunten Blumen, und eine Weinrebe, die sich über die Eingangstür schlängelt – schon von außen zieht **Martiny's Wein und Feinkost** die Blicke auf sich. Hier bekommt ihr etwa 300 verschiedene Sorten Wein und Spirituosen von hoher Qualität, Gewürze, Öle, Essigsorten sowie Süßigkeiten aus kleinen feinen Manufakturen. Bei Martiny's wird man fast immer fündig, wenn man auf der Suche nach einem kulinarischen Mitbringsel oder Geschenk ist oder sich selbst mal wieder etwas Leckeres gönnen möchte. Die Inhaber besuchen regelmäßig nationale und internationale Winzer und bringen immer wieder Neuentdeckungen mit nach Heikendorf, regelrechte Schätze, die sie während ihrer Reisen nach Südafrika, Italien, Spanien, Frankreich, Neuseeland und Australien entdeckt haben. Das gilt aber nicht nur für die Weine. Whisky, Gin, Rum, Obstbrände, nichts kommt bei Evelyn und Karl-Heinz Martiny ungeprüft in die Regale.

Martiny's Wein und Feinkost, Dorfstraße 15, Heikendorf, Tel.: (0431) 59 18 71 60

TÄGLICH FRISCH

Unter dem Motto „aus Tradition für mehr Genuss“ bietet die Fleischerei Rahlf frisches Schweine- und Rindfleisch, frisches Geflügelfleisch, Grill- und Pfannenspezialitäten, fertige Menüs, sowie einen täglich wechselnden Mittagstisch auf Vorbestellung. Auch zahlreiche verschiedene Wurstsorten und Salate gehören zum Sortiment von **Rahlf** und können am Vortag bestellt werden, um unnötige Wartezeiten zu vermeiden. Ihr plant eine Feier und seid auf der Suche nach einem unkomplizierten Essen? Das Team der Fleischerei bereitet euch gerne eine Suppe oder einen Braten zum Selbstbacken mit Backanleitung vor.

Fleischerei Rahlf, Dorfstraße 15, Heikendorf, Tel.: (0431) 26 09 93 25

FEINHEIMISCHES FLEISCH

Früher verkaufte Familie Steffen ihre Fleisch- und Wurstzeugnisse nur auf dem Wochenmarkt und direkt vom Hof in Muxall aus, mittlerweile betreibt sie zusätzlich schon vier Läden: in Preetz, in Lütjenburg, in der Holtenauer Straße und in Heikendorf. Letzterer war vor 15 Jahren ihr erster, denn schon damals erkannte man, dass man mit der Zeit gehen musste. Deshalb wurde das Geschäft in Heikendorf auch vor kurzem neu gestaltet, um den Anforderungen der Kunden von heute gerecht zu werden. Seit März letzten Jahres gibt es hier eine offene Küche, bei der man der Köchin über die Schulter schauen kann während sie den Mittagstisch frisch zubereitet. **Hof Steffen** ist Mitglied im Verein FEINHEIMISCHE. V. und verwendet sowohl für die frischen Gerichte als auch für die, die man in Weckgläsern kaufen kann, ausschließlich saisonale Produkte aus der Region.

„Das Einkaufsverhalten der Menschen hat sich geändert“, sagt Dörte Steffen. „Die Leute kaufen bewusster und wollen wissen woher die Erzeugnisse kommen. Den klassischen Fleischerladen gibt es so nicht mehr, wir passen uns den Wünschen unserer Kunden stetig an.“

Fleischerei Steffen, Dorfstraße 11, Heikendorf, Tel.: (0431) 237 85 90





BRÖTCHEN, GEBÄCK UND SÜSSES FÜR DIE SEELE

Abgesehen von den Supermärkten – in Heikendorf findet ihr Filialen der Ketten Rewe, Aldi und Edeka, letztere befinden sich nicht wie Rewe mitten im Ortskern, sondern im Gewerbegebiet am Tobringer – bekommt ihr Süßes und Gebäck bei verschiedenen Bäckern sowie bei **Arko Confiserie**. Ob feine Pralinen, Wein, Kaffeespezialitäten oder süße Geschenkideen: Alleine der Duft macht schon glücklich.

Glücklich macht auch das benachbarte Café, glaubt man seinem Namen. Im **Café Glück**, das zur **Bäckerei Wäger** gehört, könnt ihr entspannt Kaffee trinken und euch einen leckeren Kuchen oder ein Stückchen Torte gönnen. Natürlich bekommt ihr auch täglich frische Brötchen – genau wie in der **Bäckerei Steiskal** und beim **Bäcker Schlüter** im Laboer Weg. Ob Kutterbrot oder Kliffkanten, dieser alteingesessene Familienbetrieb ist nicht nur bekannt für seinen fluffig-saftigen Butterkuchen, sondern backt nach altem Handwerk im echten Holzbackofen.

Arko Confiserie,
Dorfstraße 14a, Heikendorf, Tel.: (0431) 24 11 27

Bäckerei Wäger/Café Glück,
Dorfstraße 15, Heikendorf, Tel.: (0431) 24 11 07

Bäckerei Steiskal,
Dorfstraße 2, Heikendorf, Tel.: (0431) 24 14 77

Bäckerei Schlüter,
Laboer Weg 34, Heikendorf, Tel.: (0431) 24 13 79

EISCAFÉ VENEZIA

Was lieben die Menschen im Sommer, wenn es warm ist? Richtig: Eis. Obwohl ... Eis geht eigentlich immer, oder? Inmitten des Dorfkerns befindet sich das **Eiscafé Venezia**, das den Großteil des Jahres sowohl Eis auf die Hand verkauft als auch Sitzplätze drinnen und draußen zur Verfügung hat. Hier leuchten nicht nur Kinderaugen, wenn sie ihre Waffel mit einer Kugel „Cherry Mania“, „Cookies“ oder „Einhorn“ überreich bekommen.

Eiscafé Venezia, Dorfstraße 18, Heikendorf, Tel.:
(0431) 24 19 94

Tu deinem Leib etwas Gutes,

DAMIT DEINE SEELE
LUST HAT,
DARIN ZU WOHNEN.

Foto: Nopadol Uengbunchoo / iStock / Getty Images Plus



DER LAUFSTEG IM HEIMISCHEN GARTEN

Hühner entwickeln sich zum „Next Big Thing“ für Familien. Wir haben hinter die Kulissen einiger Heikendorfer Gärten geschaut.



Ob Zwerghühner oder Legehennen – die Tiere haben sich in den letzten zwei Jahren zu einem echten Trend in den vorstädtischen Gärten entwickelt. Hier können sie artgerecht gehalten werden. Sie sind weich und flauschig und nicht nur für Kinder attraktiv. Für einige Hühnerhalter*innen wirken sie entschleunigend und liefern darüber hinaus regelmäßig Frühstückseier.

S

Seitdem Esther Berlin ihre neuen Tiere vor rund einem Jahr bei sich aufnahm, sitzt sie regelmäßig auf ihrer Terrasse und beobachtet von dort aus das rege Treiben ihres geflügelten Geschwaders. Angefangen hatte alles mit dem Wunsch der Kinder nach einem Haustier. Für das Halten von Hunden reichte den Berlins die Zeit nicht. Es musste schon eine unkomplizierte, pflegeleichte Lösung her. Ein Nachbar brachte die Familie auf die Idee, Hühner im eigenen Garten zu halten – ein idealer Kompromiss, welcher den Berlins heute einen Mehrwert bietet. Trude, Peppa, Polly und Lena flitzen flügel-schlagend über Esthers 80 Quadratmeter großen Garten im Kieler Vorort Heikendorf. Henriette und Lille ergänzen das Hennen-Sextett, das sich mit ein bisschen Körnerfutter anlocken, füttern und streicheln lässt. Schorsch ist der Hahn im Korb. Er wacht über seine Hennen, schützt sie vor ungebeten Gästen. „Für mich sind die Hühner mehr als nur ein Nutztier“, sagt Esther. „Sie tragen zu meiner Entschleunigung bei.“ Dass die Sehnsucht nach Entschleunigung und die Suche nach dem Glück im eigenen Garten offenbar einen Nerv bei vielen Menschen traf, merkt auch Philipp Wulff, Angestellter der Raisdorfer Mühle. „Wir haben in der letzten Woche wieder eine Lieferung erhalten, in dieser Woche sind die Hühner fast ausverkauft“, sagt Wulff. Tierhandlungen erleben seit einiger Zeit einen wahrhaftigen Run auf Geflügel. Alle zwei Wochen beliefert ein Händler die Mühle mit 400 Hühnern. Die Jungtiere sind zwischen 15 und 20 Wochen alt.

Kosten pro Huhn: 12,50 Euro. Seit zwei Jahren sei die Nachfrage nach den Tieren merklich angestiegen. Fünf bis zehn Tiere verkauft der Betrieb in der Regel pro Nase. Familie Berlin ist mir ihren tierischen Mitbewohnern also repräsentativ für die Stichprobe.

VERFLIXTE MOGELPACKUNG

Seit einem halben Jahr ist auch Anke Nehter stolze Besitzerin von zwei Zwerghühnern und zwei „Showgirls“ – einer Kreuzung aus Seiden- und Nackthalshuhn. „Ich habe schon wieder einen Hahn abzugeben“, sagt Anke ein wenig enttäuscht zu Esther. Als sie sich die Hühner, ebenfalls auf Wunsch ihrer Kinder zulegte, wollte sie eigentlich auf einen Hahn verzichten – aus Rücksicht vor den Nachbarn. Jedes der drei Hühner entpuppte sich jedoch als männliches Exemplar. Erst mit dem Wachsen eines Kamms und des Gefieders wurde deutlich, dass es sich um ein männliches Tier handelte. „Ich beobachte meine Showgirls täglich wie sie in ihrer Formation schützend durch den Garten rennen“, sagt Anke. Sie seien unzertrennlich und sehr soziale Tiere. Penny, Tilda, Nia und Polly laufen Anke weder weg, noch verirren sie sich in benachbarten Grundstücken. Anders als Esther griff Anke zu Ratgeber-Literatur, noch bevor sie die Tiere bestellte. In „Hühnerg Glück in meinem Garten“ informierte Anke sich über die Grundlagen der Federtierhaltung. „Nach der Lektüre ha-

be ich mich noch mehr auf meine Hühner gefreut“, sagt sie. Sie habe viele praktische Tipps und Einblicke in das Leben mit Hühnern erfahren. Dazu gehört zum Beispiel eine automatische Hühnerklappe. Sie ist nämlich richtig praktisch, nicht nur zum Schutz vor Raubtieren wie Katzen, Mardern und Füchsen. Durch eine Zeitschaltuhr öffnet sich die Klappe zu einer gewünschten Uhrzeit und der Hahn kräht nicht mit den ersten Sonnenstrahlen um 5.30 Uhr in der Früh. Das dürfte auch eine willkommene Lösung für die Nachbarn sein.

HÜHNERFREUNDE IM EIGENEN HAUSE

Auch Sandra und Kassian Alexander Goukassian, das Verleger-Paar des Medienhauses falkemedia, ist auf den Trend der Hühnerhaltung aufmerksam geworden. „Ich finde es toll, selbst Hühner zu halten, weil die Eier viel besser schmecken, zumal wir immer genau wissen, was wir ihnen zu fressen geben“, sagt Sandra Goukassian. „Die Kinder lieben die Hühner, sie lernen den Umgang mit Tieren und die damit verbundene Verantwortung, diese auch zu versorgen.“ Wenn die Hühnerdamen in ihrem Garten umherlaufen, überkomme sie das heimelige Gefühl von früher, schwärmt Sandra. Auch die Hühner der Goukassians leben zum Teil in ihrem Stall, der durch eine automatische Hühnerklappe gesichert ist. Sie erleichtert Hühnerhaltern den Alltag. Die Klappe öffnet und schließt den Stall automatisch zu einer festgelegten Uhrzeit oder bestimmten Helligkeit – je nach Modell. Die Tiere gewöhnen sich an die Klappe in der Regel schnell, dennoch ist es ratsam, die Klappe regelmäßig zu kontrollieren. Schließlich sollte sich kein Huhn ungeschützt im Freien befinden.

Esther Berlin und Anke Nehter (v. li.) sind stolze Hühnerhalterinnen im eigenen Garten in Heikendorf



DAS SOLLTEN KÜNFTIGE HÜHNERHALTER*INNEN WISSEN

1. Die richtige Rasse

Im europäischen Rassegeflügelstandard sind über 180 Hühnerrassen aufgeführt. Besonders alte Nutzungsrasen wie Plymouth Rocks oder Orpington gelten als äußerst robust und sind gleichzeitig recht zutraulich. Sie sind besonders für Anfänger empfehlenswert.

2. Hühnerstall kaufen oder selber bauen

Ob aus Holz oder Kunststoff – achtet darauf, dass das Hühnerhaus nicht mit Dachpappe eingedeckt ist. Hier kann sich die Rote Vogelmilbe schnell einnisten. Sie kann tödlich für die Tiere sein. Am wichtigsten ist die passende Größe – Zwerghühner sollten jeweils 0,3 Quadratmeter Platz pro Huhn haben, größere Rassen sogar 0,4 Quadratmeter. Und denkt an die Hühnerklappe: etwa 25 Zentimeter breit und 40 Zentimeter sollte sie sein. Über Nacht sollte sie geschlossen werden, ansonsten haben Fuchs und Co. leichtes Spiel.

3. Die Legebox

Zusätzlich zu ihrem Stall brauchen die Hühner ein separates Nest, das sie zum Eierlegen verwenden können. Oftmals reicht eine einfache Holzkiste in den Maßen 35 x 40 x 40 Zentimeter, die mit ausreichend Heu oder Stroh eingestreut wurde.

4. Das Futter

Hühner sind Allesfresser und machen einen Komposthaufen überflüssig. Als Grundration empfiehlt sich dennoch eine Mischung aus Körnerfutter (Weizen oder geschroteter Mais) und Legemehl, da dieses die Hennen mit genügend Mineralstoffen und Vitaminen für die Eiablage versorgt.

5. Anmelden beim Veterinäramt

Hühner müssen bei der Tierseuchenkasse und beim zuständigen Veterinäramt angemeldet sein, auch wenn es sich nur um eine private Hobbyhaltung handelt.

BESTES AUS DER REGION

Wer Wert auf frisches, saisonales Obst- und Gemüse aus der Region legt, der ist im **Heikendorfer Obst- und Gemüsemarkt** bestens aufgehoben. Der kleine gut sortierte Laden in der Dorfstraße hat eine sehr gute Auswahl an frischen Produkten im Angebot. Jeden Donnerstag findet außerdem von 14 bis 18 Uhr auf dem Parkplatz am Schulredder der **Heikendorfer Wochenmarkt** statt. Hier bekommt ihr alles, was man auf einem Wochenmarkt eben so Gutes findet: Frisches Obst und Gemüse, Brot, Eier, Fisch, Fleisch, Honig und noch vieles mehr.

Heikendorfer Obst- und Gemüsemarkt,
Dorfstraße 11, Heikendorf,
Tel.: (0431) 237 94 81

Heikendorfer Wochenmarkt,
jeden Donnerstag, 14 bis 18 Uhr,
Parkplatz am Schulredder



Foto: Silvia Jansen/E+/Getty Images

GESUND UND NATÜRLICH

Das Reformhaus Dr. Engmann in der Dorfstraße bietet ein gut sortiertes Sortiment an Leckerem, Gesundem und mehr. Dazu zählen zum Beispiel vegetarische und vegane Lebensmittel, Hautpflege- und Kosmetikprodukte sowie eine kleine Auswahl an Kuchen und Brötchen, regionalem Obst und Gemüse. Das alles macht einen Besuch im **Reformhaus Dr. Engmann** empfehlenswert. Übrigens: Auch Allergiker kommen gern ins Reformhaus, finden sie doch hier immer etwas Passendes.

Reformhaus Dr. Engmann, Dorfstraße 6, Heikendorf,
Tel.: (0431) 248 72 15

HAUSGEMACHT NACH HAUS GEBRACHT



To Huus hilft euch dabei, euch ausgewogen zu ernähren, auch wenn ihr nicht zum Einkaufen oder Kochen kommt. Lecker und gesund soll es sein, das geht nur mit echter Handarbeit und frisch ausgewählten Zutaten. Alle Gerichte werden in der Heikendorfer Produktionsküche zubereitet und direkt auf einem Porzellanteller angerichtet. Das schont die Umwelt und schmeckt auch besser! Die Menüs werden von Benjamin Wunderlich und seinem Team nach Hause geliefert, direkt auf den Küchentisch – eben wie „to Huus“. **To Huus** versüßt auch die eine oder andere Feier mit einem leckeren Catering, besonders beliebt ist das Show-Cooking direkt vor Ort, jedes Eis wird dadurch sofort gebrochen und die Stimmung ist feierlich.

To Huus, Ulmenstrasse 13, 24226 Heikendorf,
Tel. (0431) 24 24 49



Foto: Darrig90/iStock/Getty Images Plus

BUMMELN & SCHLENDERN

BUNTES UND KURIOSES IM KAUFHAUS DER KUNST

Im **Kaufhaus der Kunst** geht es auf Schatzsuche, denn im Reich von Inhaberin Sabine Luehr verbergen sich ungewöhnliche, lustige und besondere Geschenkideen. Neben hölzernen Untersetzern mit Kieker-Förde-Druck und Schreibtischlampen aus Treibholz, gibt es auch Radierungen, Holzschnitte und großformatige Acrylbilder der Inhaberin selbst zu bestaunen. Für ihren Job ist die freischaffende Künstlerin viel in der Weltgeschichte unterwegs. Immer auf der Suche nach interessanten, neuen Anbietern für ihren Laden. So kommt es, dass sie alle Gesichter hinter den Labels kennt, ihre Waren selbst auswählt und zu 100 Prozent hinter jedem einzelnen Artikel steht.

Kaufhaus der Kunst, Hafestraße 27, Heikendorf, Tel.: (0176) 54 92 85 44

BLAUES WUNDER: ECO & FAIR

Mitten im Ortskern von Heikendorf liegt das Blaue Wunder. Die Inhaberinnen Sandra und Berit bieten in ihrem kleinen Laden ein vielfältiges Sortiment an, bei dem sie viel Wert auf Nachhaltigkeit legen. Denn die beiden haben einen Concept Store geschaffen, der ausschließlich eco und fair produzierte Produkte führt. Bei **Blaues Wunder** gibt es Zahnbürsten aus Bambus, Bienenwachstücher, handgeschöpfte Seifen und alles was Mann, Frau und Kind zum Leben brauchen. Besonders auffallen tun dabei die humanen Preise im Store. Denn Sandra und Berit ist es eine Herzensangelegenheit, dass Nachhaltigkeit für jedermann zugänglich gemacht wird. Für die beiden Heikendorferinnen war übrigens von vornherein klar: Sie wollen ihren Laden auf dem Ostufer eröffnen. „Wir lieben Heikendorf – die Sonne scheint hier einfach am längsten!“

Blaues Wunder, Dorfstraße 5, Heikendorf, Tel.:(0431) 60 10 94 94



NACHHALTIG, KUNSTVOLL, SKANDINAVISCH

SKANDINAVISCHES LEBENS- UND WOHNGEFÜHL

Mit dem **Huset Hansen** haben die beiden Dänen Anja und Jan Hansen mitten in Heikendorf ein skandinavisches Paradies geschaffen. Hier seid ihr umgeben von wundervollen Wohnaccessoires wie Geschirr, Tischdecken, Lampen und bunten Bechern, die alle Besucher sofort in eine hyggelige Welt versetzen. Zarte Röcke findet ihr hier genauso wie grobe Strickpullis und filigranen und bunten Schmuck, alles von dänischen Labels. Auch für die Lütten ist mit einer Kinderecke, bestehend aus Stofftieren, Klamotten und putzigem Gedöns gesorgt. Wer den skandinavischen Lifestyle liebt, der sollte dem **Huset Hansen** unbedingt einen Besuch abstatten.

Huset Hansen, Am Schmiedeplatz 2, Heikendorf, Tel.: (0431) 239 85 71



HEIKENDORFER BÜCHERINSEL

Auch die **Heikendorfer Bücherinsel** durfte endlich ihre Türen wieder öffnen. Damit ihr euch sicher fühlt, wurde etwas umgeräumt, breitere Laufwege geschaffen und Acrylglas am Kassentresen aufgehängt. Das Team um die Inhaberinnen Ina Spielhagen-Göser und Maike Mangelsdorf hat mit viel Liebe versucht, eine Buchhandlung zu schaffen, in der ihr euch wohlfühlen, Neues entdecken und Anregungen bekommen könnt. Immer bemüht für euch die schönsten, interessantesten und spannendsten Bücher auszuwählen und euch sicher durch die große Welt der Bücher zu führen. Im Click & Collect Service könnt ihr von Zuhause eure liebsten Bücher bestellen und am nächstmöglichen Tag im Laden abholen. Falls ihr euch noch etwas unsicher fühlt, beliefert das Team euch auch gerne nach telefonischer Absprache.

**Heikendorfer Bücherinsel, Hafenstraße 22, Heikendorf,
Tel.: (0431) 24 30 09**



Foto: zellkossantrae / E+ / gettyimages



TRAGBARE MODE MIT DEM GEWISSEN EXTRA

Seit fast zehn Jahren führt Telse Dahmke ihre Boutique **Vestitum**. In ihrem Sortiment hat sie zeitlose Mode mit dem gewissen Extra. Schlichte Schnitte kombiniert mit knalligen Farben sind hier genauso an der Tagesordnung, wie filigraner Schmuck, zarte Blusen oder leichte Kleider. So werden hier Kundinnen jeder Altersklasse glücklich. Bei der Auswahl der Marken achtet Telse stets darauf, sich vom Mainstream abzuheben. Neben ihren festen Lieferanten, wie Drykorn, Mos Mosh und Five Units, holt sie sich regelmäßig auf Messen Anregungen, um ihr Sortiment zu erweitern. Das Wohlfühlen steht hier an erster Stelle. Deswegen erhält jede Kundin, sofern sie es möchte, eine ausführliche Beratung. Man soll sich weder verkleidet noch zum Kauf genötigt fühlen.

Vestitum, Dorfstraße 7, Heikendorf, Tel.: (0431) 983 71 88



VIELFALT AUS ALLER WELT IN KRÜGER'S ECKLÄDCHEN UND DEM HEIKENDORFER TEEKONTOR

Im Möltenorter Weg 55 findet ihr eine Adresse, die Dinge vereint, wie sie unterschiedlicher nicht sein könnten: **Krüger's Ecklädchen** und den **Heikendorfer Teekontor**. Erst im vergangenen August übernahm Inhaber Andreas Krüger das Geschäft seiner Eltern, zog mit dem Gewerbe in die Räumlichkeiten des ehemaligen Café Carli und verpasste ihm den Namen „Krüger's Ecklädchen“. Seinem Angebot sind keine Grenzen gesetzt. So findet ihr bei ihm Teesorten aus aller Welt sowie Teezubehör, Geschirr, Dosen, Bone China Porzellan, Geschenkartikel und Souvenirs, bis hin zu Schreibwaren, Karten, Zeitschriften und Tabakwaren.

**Krüger's Ecklädchen und Teekontor Heikendorf,
Möltenorter Weg 55, Heikendorf, Tel.: (0431) 24 12 24**

Foto: ILYAANTOKHIN / iStock / Getty Images

HANDWERK MIT TRADITION

REPARATUREN ALLER ART

Vom Schumachermeister über eine Änderungsschneiderei, von der Glaserei über den Handwerker, der Umbauhilfe für jedermann anbietet – in Heikendorf haben sich viele engagierte Dienstleister niedergelassen. Weitere ortsansässige Handwerker der Gemeinde Heikendorf findet ihr unter www.ohw-heikendorf.de.

Schuhmachermeister Mario Vollertsen, Dorfstraße 9, Heikendorf, Tel.: (0431) 24 55 68

Änderungsschneiderei Yüce, Dorfstraße 15, Heikendorf, Tel.: (0431) 239 96 99

Der Handwerker Harry Boldt, Fördeblick 6, Heikendorf, Tel.: (01511) 569 63 31



Foto: Getty Images/ RoBeDeRo/E+



BRILLEN, SCHUHE, SCHMUCK UND MEHR

Mitten im Dorfkern befindet sich auch das 1970 gegründete Fachgeschäft für Optik, Uhren und Schmuck: **Hartwig**. Hier findet ihr schönen, ausgewählten Schmuck sowie Uhren und habt die Möglichkeit eure eigenen Stücke reparieren zu lassen. Außerdem könnt ihr Brillen und Sonnenbrillen kaufen und eure Kontaktlinsen anpassen lassen.

Auch **das auge**, das in der kleinen Einkaufspassage Am Schmiedeplatz liegt, bietet eine umfangreiche Auswahl an Brillen, Sonnenbrillen und Kontaktlinsen an. Außerdem könnt ihr hier Sehtests machen, eure Augen prüfen lassen und andere Optikerleistungen in Anspruch nehmen.

Wenn ihr aus dem Schaufenster guckt, fällt euer Blick auf den gegenüberliegenden Laden **Exquisit Schuh- und Landhausmode**. Wie der Name schon sagt, werden hier hauptsächlich Schuhe angeboten, die ihr in aller Ruhe anprobieren und euch beraten lassen könnt.

**Optik Hartwig,
Dorfstraße 8-10, Heikendorf,
Tel.: (0431) 24 13 12**

**das auge,
Am Schmiedeplatz 2, Heikendorf,
Tel.: (0431) 533 22 33**

**Exquisit Schuh- und Landhausmode,
Am Schmiedeplatz 2, Heikendorf,
Tel.: (0431) 24 39 50**

Foto: RyanLane / E+ / gettyimages

Lieblingsspielzeuge verschiedener Altersgruppen:
im Hafen (links) oder am Möltenorter Strand



Unglaublich vielseitig

Genauso vielfältig wie seine Geschäfte ist auch die Landschaft und Umgebung Heikendorfs. Der Möltenorter Strand ist vielen Besuchern bekannt. Auch als Tagesgast kann man sich hier einen Strandkorb mieten und einen schönen Sommertag verbringen, während die Lütten auf dem großen Piratenspielplatz toben. Was mancher aber vielleicht nicht gleich vermutet, ist, dass das Seebad auch viel Wald zu bieten hat. Perfekt für Hunderbesitzer und Spaziergänger, sogar ein Waldkindergarten hat sich hier niedergelassen. Drei weitere Kindergärten sowie verschiedene Schulen und Sportvereine machen das Leben in Heikendorf besonders für Familien mit Kindern sehr attraktiv. Wo sonst kann man schon direkt nach der Schule einfach sein Fahrrad schnappen und zum Strand düsen?

Auf in den Wald! Hier geht's zum Klettern in den Waldkindergarten oder zum Laufen in den Kitzberger Wald



An diesem Abschnitt des Fördewanderweges erwartet euch der Fischerjunge, ein Stück weiter liegt die Seebadeanstalt



SUPen oder Sundowner? Besonders in den Abendstunden ist die Stimmung und die Atmosphäre in der Heikendorfer Bucht nochmal eine ganz besondere





EIN HERZ FÜR PFLANZEN BEI BLUMEN GRAMS

Bei Blumen Grams findet ihr euch in einem Familienbetrieb wieder. Zusammen mit Tochter Daniela führt Inhaberin Susanne Eick einen Laden, der so manches Blumenherz höher schlagen lässt. Von Schnittblumen und Topfpflanzen über Gartenpflanzen bis hin zu Dekoartikeln wird hier jeder Pflanzenfreund fündig. Mit Hochzeits- und Trauerfloristik bietet **Blumen Grams** Gestecke passend für jeden Anlass. Für alle, die nicht kommen können oder lieber zuhause bleiben möchten, bietet das Team zudem eine kosten- und kontaktlose Lieferung innerhalb Heikendorfs an, nach Absprache ebenfalls in die Umgebung.

Blumen Grams,
Schulredder 14, Heikendorf,
Tel.: (0431) 24 15 16

DÜFTE HABEN MEHR ALS EINE ÄHNLICHKEIT MIT DER LIEBE, UND MANCHE LEUTE GLAUBEN SOGAR, **DIE LIEBE** SEI SELBST NUR EIN DUFT; WAHR IST, DASS **DIE BLUME**, DER SIE ENTSTROMT, DIE SCHÖNSTE DER SCHÖPFUNG IST.

Alfred de Musset



RUNDUM WOHLFÜHLEN

Als Familienunternehmen liegt es der **Parfümerie Kohn** am Herzen, die Region mit den Dingen zu versorgen, die das Leben schöner machen. Hier werdet ihr in Sachen Lieblingsduft beraten, findet ein ausgewähltes Sortiment an Accessoires wie zum Beispiel Schals und Modeschmuck, auch bei Fragen zum persönlichen Make-up seid ihr bei den Kosmetikerinnen und Visagist*innen perfekt aufgehoben. Im Mittelpunkt der Beratung steht die Haut. Nadine Kohn-Peters und ihr Team wählen zusammen mit euch, unter Berücksichtigung eurer Wünsche, die perfekte Pflege aus. „Unser Auftrag ist es, dass sich jeder in seiner Haut wohlfühlt“, sagt die Geschäftsführerin. In dem dazugehörigen Kosmetikinstitut könnt ihr euch bei einer wohltuenden Gesichtsbildung, einer Hot-Stone-Massage oder einer Fußreflexzonenmassage entspannen. Ganz neu ist auch das Power-Wimpernlifting, diese Methode verspricht einen wachen, strahlenden Blick ganz ohne Mascara oder falsche Wimpern. Vielleicht auch mal eine schöne Geschenkidee?

Parfümerie Kosmetik Kohn,
Am Schmiedeplatz 2, Heikendorf,
Tel.: (0431) 24 59 13



FLORISTIK VOM FEINSTEN

Das erste Geschäft, das einem ins Auge fällt, wenn man die Abfahrt „Heikendorf Süd“ nimmt, ist das **Blumenfachgeschäft Klühn**, das direkt gegenüber des Dorfteichs liegt. Hier bekommt ihr frische Blumen aller Art, eine große Auswahl kreativer Blumensträuße, Topfpflanzen und Deko sowie eine fachgerechte Beratung gemäß eures geplanten Anlasses. Auch Extrawünsche nimmt Geschäftsführerin Kathrin Klühn gerne entgegen und berät euch ganz individuell. Ein Fleurop-Service gehört ebenfalls zum Angebot des Floristik-Fachbetriebs.

Blumen Klühn, Teichtor 48, Heikendorf,
Tel.: (0431) 24 13 80

HEIKENDORF MOBIL

In der 9.000-Einwohner-Gemeinde befinden sich zentral gelegen auch eine Tankstelle (CLASSIC Tankstelle, Dorfstraße 1), zwei verschiedene Autowerkstätten (Autohaus Heikendorf, Wasserwaage 7 und Autodienst Heikendorf, Winkel 3) sowie ein Autohändler (Car Office Stahmer, Hobelring 6). Lest hier, was euch in Sachen Reifen und Räder noch erwartet!



AB AUFS RAD!

Das gute Wetter treibt uns seit Wochen an die frische Luft. Und auch im Umkreis von Heikendorf kann man tolle Radtouren unternehmen. Ob am Wasser entlang in Richtung Laboe, Stein und Schönberg oder durch die Felder, zum Beispiel bis nach Muxall, rund um Heikendorf gibt es so viel zu entdecken!

Damit ihr auch gut vorankommt, darf das richtige Rad natürlich nicht fehlen. Fündig werdet ihr in Heikendorf gleich bei zwei Fahrradgeschäften, die eine große Auswahl verschiedener Fahrräder sowie allerhand Zubehör im Sortiment haben: **Fahrradladen Freilauf** und **Zweirad Barg**. Ihr habt schon ein Fahrrad, es bräuchte nur eine

kleine (oder auch große) Reparatur? Dann hilft euch Frank Goodknecht immer gerne weiter.

**Fahrradladen Freilauf, Dorfstr. 17,
Heikendorf,
Tel.: (0431) 777 77**

**Zweirad Barg/Frank Goodknecht,
Möltener Weg 53, Heikendorf,
Tel.: (0431) 24 24 63**

Foto: pixxeluxe/Es/ Getty Images



DRIVEFAIR

Bei DriveFair in der Heikendorfer Dorfstraße findet fünfmal die Woche Theorieunterricht statt. Um allen Fahrschülern weiterhin gerecht werden zu können, ist das Team von **DriveFair** trotz der schweren Zeit auf der Suche nach neuen Mitgliedern und freut sich über Bewerbungen von Fahrlehrern oder jedem, der sich für diesen Beruf entscheidet und darin aufblühen möchte. Zwei neue Fahrlehreranwärter stecken bereits in den Startlöchern und werden für frischen Wind in der DriveFair-Familie sorgen.

**DriveFair, Dorfstraße 15a, Heikendorf,
Tel.: (0431) 88 88 09 87**



BALTIC DRIVE

In der Fahrschule **Baltic Drive**, die sich unmittelbar neben dem Rathaus befindet, arbeiten fünf Fahrlehrer und eine Fahrlehrerin – ein motiviertes Team, das seine Arbeit aus Leidenschaft macht. Hier legt man viel Wert auf ein familiäres Klima und eine transparente Fahrausbildung in hochwertigen Schulungsfahrzeugen zum besten Preis-Leistungsverhältnis. Jede Ausbildung ist exakt auf die Bedürfnisse der Kundinnen und Kunden zugeschnitten. Diesen Monat eröffnet Baltic Drive noch zwei weitere Filialen in Schönkirchen und Laboe, um euch noch mehr Service bieten zu können. So ist es nun zum Beispiel möglich, jeden Tag in der Woche den Theorieunterricht zu besuchen.

**Fahrschule Baltic Drive, Dorfplatz 4, Heikendorf,
Tel.: (0431) 26 09 92 62**

REISEN IN 2020

Die aktuellen Geschehnisse rund um das Coronavirus haben die Reisebranche nahezu zum Erliegen gebracht. Umso wichtiger ist es in dieser Zeit, Reisebüros möglichst zu unterstützen. Auch das **Reisebüro Fahrenkrog** mit seiner Filiale in Heikendorf steht euch gerne fachmännisch mit Rat und Tat zur Seite. Fahrenkrog bietet, wenn wieder ein Stück Normalität zurückkehrt und das Reisen wieder zu unserem täglichen Brot gehört, das Rundum-Sorglos-Paket für Urlauber. Individuelle Wünsche werden zur persönlichen Traumreise, an der auch die Mitarbeiter*innen des Reisebüros große Freude haben.

Reisebüro Fahrenkrog Heikendorf, Dorfstr. 6B, Heikendorf, Tel.: (0431) 24 22 52, www.fahrenkrog.de

Foto: Rostislav_Sellacek / iStock/Getty Images Plus



URLAUB IN DEUTSCHLAND UND DER GANZEN WELT

Auch, wenn Auslandsreisen derzeit noch nicht oder nur begrenzt möglich sind, so gibt es doch eine Vielzahl schöner Reiseziele in Deutschland. Und Urlaub in der Heimat hat doch auch was, oder? Ganz bestimmt gibt es noch die eine oder andere Perle für euch zu entdecken! Im **Reisebüro Richter** könnt ihr euch ausgiebig über euer nächstes Reiseziel informieren, das Team um Inhaberin Anja Lenz berät euch voller Leidenschaft und mit jahrelanger Erfahrung.

Reisebüro Richter, Am Schmiedeplatz 2, Heikendorf, info@richter-weltweit.de



BOOTE UND MEER BEIM FÖRDE-VERLEIH

„Moin, Schmeling mein Name“. So beginnt so ziemlich jedes Telefonat, wenn man bei Alexander Schmeling anruft, um eines seiner Boot zu reservieren. Er betreibt den in Heikendorf ansässigen **Förde-Verleih**. Mit dem Bootsverleih möchte er allen Menschen die Möglichkeit geben, die wunderschöne Förde von der Seeseite aus zu entdecken. Bis zu fünf Personen finden auf den Booten Platz. Für die Sicherheit an Bord ist dank Automatikschwimmwesten und eines Sicherheitspaketes natürlich auch gesorgt. Vor dem Ablegen erfolgt eine Einweisung. Wenn ihr also die Kieler Förde einmal vom Wasser aus anschauen möchtet, dann ist der Förde-Verleih



genau die richtige Wahl für euch!

Förde-Verleih, Strandweg, Heikendorf, Tel.: (0160) 765 51 50



OSTSEE-HAUSBOOTE

Urlaub auf einem Hausboot von FjordLink bedeutet Entspannung und steht für Zeit mit Freunden oder Familie. Das Unternehmen hat sich auf den Bereich Hausboot-Urlaub und sämtliche dazugehörigen Angebote und Dienstleistungen spezialisiert. Je nach Modell haben die Boote, neben dem Wohnraum mit Küchenzeile und einem modernen Duschbad, ein oder zwei Schlafräume mit je einem Doppelbett. An Bord erwartet euch der ganze Komfort einer hochwertigen Ferienwohnung mit Sonnen- und Dachterrasse, auf der man einen atemberaubenden Blick über das Naturschutzgebiet auf die offene Ostsee hat und wunderbare Sonnenuntergänge genießen kann. Dank der Fußbodenheizung könnt ihr die Hausboote von **FjordLink** das ganze Jahr über mieten.

FjordLink, www.fjordlink.de, Tel.: (04344) 812 97 85

BERATUNG VOM PROFI



ELEKTROFACHBETRIEB

Wenn ihr auf der Suche nach einem professionellen Partner im Bereich Elektrofachhandwerk seid, seid ihr bei **Elektro Reinack** gut aufgehoben. Vom elektrischen Lockenwickler bis zur Haussicherheitstechnik – Reinack betreut euch in sämtlichen Fragen rund um die Produkte, Dienst- und Serviceleistungen eines Elektrofachbetriebs. Hier könnt ihr verschiedene Geräte kaufen, professionell planen, installieren und warten lassen. Das vierköpfige Team verfügt über jahrelange Erfahrung und bietet euch zertifizierte Service- und Dienstleistungen aus einer Hand.

**Elektro Reinack, Dorfstraße,
Heikendorf, Tel.: (0431) 24 11 70**



GEWERBEKAFEEEMASCHINEN

Als einer der größten und ältesten Gewerbekaffeemaschinen-Anbieter in Schleswig-Holstein hat sich **Aromatechnik Wolfgang Baasch** auf Kaffee-Vollautomaten für die Gastronomie spezialisiert. Egal ob für Gaststätten, Hotels, Restaurants, Kliniken oder Kantinenbetriebe – hier findet ihr für jeden Bedarf die richtige Lösung. Bei Interesse könnt ihr in der Dorfstraße 13 vorbeischaun, dort sind einige Kaffee-Vollautomaten sowie Filterkaffeemaschinen ausgestellt. Nebenbei informieren Astrid und Wolfgang Baasch euch gerne über ihre Zusatzprodukte, wie Reinigungsmittel und Wasserfilter. Unter Tel. (0431) 24 31 50 solltet ihr im Vorfeld einen Besuchstermin vereinbaren.

**Aromatechnik Wolfgang Baasch, Dorfstraße 13, Heikendorf,
Tel.: (0431) 24 31 50**



HERGEHÖRT!

Ihr habt Hörschwierigkeiten? Dann zögert nicht lange und nehmt eure Gesundheit in die eigene Hand. Bei **Amplifon Hörgeräte** habt ihr die Möglichkeit, einen kostenlosen Hörtest zu machen, Hörgeräte zu testen oder neu zu justieren. Lasst euch rund um das Thema Hören beraten und euch von den Mitarbeitern die verschiedenen Geräte zeigen. Jedem Menschen die individuell angepasste Hörlösung zu bieten – das ist das Ziel der Mitarbeiter von Amplifon Hörgeräte.

**Amplifon Hörgeräte, Dorfstraße 17,
Heikendorf, Tel.: (0431) 24 55 53**

TRAUMHAFTE ERINNERUNGEN FÜR DIE EWIGKEIT FESTHALTEN



Foto: Kostynazar/Stock/Getty Images Plus

BILDER MIT HERZ UND LEIDENSCHAFT

Merlin Ginnut ist ausgebildete Fotografin. Mit ihrer neugewonnenen Selbstständigkeit hat sie ihre Leidenschaft zum Beruf gemacht und spezialisiert sich unter dem Namen **Lilia Images** seitdem auf Hochzeits- und Familienfotos sowie Porträtfotos. Ihre Bilder entstehen bei ihren Kunden zuhause, in der Natur oder einfach an einem Ort, der eine absolute Wohlfühlatmosphäre schafft. Dass sie bei ihrem Job stets mit dem ganzen Herzen dabei ist, merkt man an ihren fertigen Werken. So möchte sie Bilder schaffen, die bei ihren Kunden positive Emotionen auslösen. Am 1. Mai hat die 29-Jährige übrigens ihren eigenen Etsy-Shop ge-launcht, in dem ihr ihre selbstdesignten Grafiken erstehen könnt.

Lilia Images, www.lilia-images.com, Tel.: (0176) 31 75 35 61

PROFESSIONELLE FOTOS FÜR JEDERMANN

Ob Bewerbungsbilder, Hochzeitsfotografie oder individuelle Portraits: Das Portfolio von **Fotografin Diana Bader** ist beeindruckend. In ihrem Studio in Heikendorf heißt sie jeden herzlich willkommen. Auch Außen-aufnahmen sind möglich. Wald, Strand oder Feldweg – ihr entscheidet, an welchem Wohlfühlort euer Shooting stattfinden soll. Doch nicht nur Privatkunden stehen auf Dianas To-Do-Liste. Unternehmen können sich professionelle Businessfotos erstellen lassen von ihren Produkten, den

Mitarbeitern oder den Räumlichkeiten. Für eine individuelle Terminvergabe freut sich Diana auf eure Kontaktaufnahme.

**Diana Bader Photography,
Dorfstraße 17, Heikendorf,
Tel.: (0152) 53 13 09 33**



MOMENTE FÜR DIE EWIGKEIT VOM PHOTOGRAPHY TEAM

2012 hat sich das **Photography Team** zusammengeschlossen. Dahinter verbergen sich Katja Punner Photography und Pankau Photography. Ihren Schwerpunkt haben die beiden auf das Fotografieren von Hochzeiten gelegt, dafür sind sie in ganz Schleswig-Holstein, Hamburg oder auch darüber hinaus unterwegs.

Aber auch die Familien- und Portraitfotografie liegt dem Team sehr am Herzen. Ob Babybauch-, Neugeborenen-, Baby-, Kinder- oder Familienshooting, Paar- oder Portraitaufnahmen, Gruppenfotos, Best-Friends-Shooting – es gibt so viele Momente im Leben, die es wert sind, festgehalten zu werden. Die Shootings finden hauptsächlich draußen statt. Dafür wird besonders gern die tolle Landschaft genutzt: dies kann bei einem fröhlichen Spaziergang im Wald sein, im Park, auf dem Spielplatz. Am beliebtesten sind natürlich unsere tollen Strände!

**Photography Team, www.photography-team.de,
info@photography-team.de**



PHYSIOTHERAPIE & BEWEGUNGSTRAINING FÜR HUNDE

Kreuzbandriss? Bandscheibenvorfall? Spondylose? Manchmal liest sich Isabelle Lamp-Greves Kalender wie eine Notaufnahme aus dem Fernsehen. Manchmal soll der Hund aber auch einfach nach der Winterpause wieder Muckies aufbauen oder hat sich falsch bewegt und lahmt. Die zertifizierte Hundephysiotherapeutin nimmt sich dafür im Ersttermin Zeit. Gangbildanalyse, Tastbefund und vor allem: hinschauen. Auch die Zusammenarbeit mit Tierärzten und Kliniken sei wichtig für die Behandlung. Spezialisiert hat sie sich unter anderem auf Elektrotherapie. Dabei ist das erste Ziel immer Schmerzlinderung und Mobilität: „Manchmal muss man ungewöhnliche Wege gehen, dann hilft auch mal ein Blutegel damit der Hund wieder laufen kann.“ Apropos laufen: Ihre Praxis **Hundephysio Ostsee** in Heikendorf besitzt auch einen eigenen Sportraum mit Laufband und Sportparcours. Damit ist neben der Rehabilitation auch gezielter Muskelaufbau möglich, sozusagen Fitness für den Hund. In diesem Monat feiert die Praxis übrigens fünfjähriges Bestehen.

**Hundephysio Ostsee, Teichtor 38, Heikendorf,
Tel.: (0174) 666 25 66**



NATÜRLICHE SCHÖNHEIT BEI MEER-AESTHETICS

Mit Kompetenz und Erfahrung kümmert sich Manuela Hartlief um die Gesundheit und das Aussehen ihrer Kunden. Denn ihre Privatpraxis ist auf medizinische Schönheitsbehandlungen spezialisiert. Durch schonende und minimalinvasive Methoden werden Behandlungen durchgeführt, mit der ästhetische Verbesserungen erzielt werden können. Natürlichkeit und Premiumqualität stehen dabei an erster Stelle. Zum Leistungsangebot von **Meer-Aesthetics** gehören Faltenreduktion, Lippenvergrößerung, Injektionslipolyse und Haarwurzelsaktivierung. Dabei werden schon durch kleine Behandlungen die besten Ergebnisse erzielt. Nach einer kurzen Pause wird die Praxis am 15. Juli wieder öffnen.

**Meer-Aesthetics, Fritz-Lau-Straße 8,
Heikendorf, Tel.: (0431) 64 08 20 91**

DEN KÖRPER DURCH DIE SEELE HEILEN

Schon in ihrer Jugend wurde Anja Oswald von spirituellen Meistern und Lehrern aus unterschiedlichen Kulturen in tiefwirkende und wundervolle Heiltechniken ausgebildet. Seit 2014 folgt sie ihrer Herzensmission, Menschen mit körperlichen oder emotionalen Problemen zu helfen, nach traumatischen Erlebnissen, Burnout oder Chemotherapie energetisch zu begleiten und ihnen nach schweren Schicksalsschlägen zurück ins Leben zu helfen. In ihrer Praxis konzentriert sie sich auf die energetische Heilarbeit, Phonophorese, systemisches Coachen und die Aufstellungsarbeit. Dabei werden die Energiefelder des Körpers zur Heilung genutzt, das Immunsystem gestärkt, emotionale Blockaden gelöst,

die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert und Beziehungen systemisch aufgearbeitet. Für nähere Informationen oder die Vereinbarung eines Kennenlerngesprächs freut sich Anja über eure Kontaktaufnahme.

**Praxis für geistiges Heilen,
Teichtor 13, Heikendorf,
www.anja-oswald.de,
Tel.: (0431) 260 62 24**



DIE WELT DER ÄTHERISCHEN ÖLE

Nicole Gotzian ist seit 23 Jahren Hebamme. Sie unterstützt Frauen rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett mit Hilfe von Akupunktur, TCM-Ernährungsberatung und ätherischen Ölen. Für die Öle interessiert sie sich schon seit ihrer Ausbildung. Vor fast zwei Jahren lernte sie die Produkte der Firma DoTerra kennen. Durch Zufall durfte sie zum ersten Mal an diesen ganz reinen ätherischen Ölen schnuppern und der Duft ließ sie nicht mehr los. So arbeitete sie sich intensiv in dieses alte Wissen ein und wendet die Öle nun in ihrem Alltag als Hebamme, bei Mitmenschen sowie privat an. **Nicole Gotzian** bietet Einzelberatung für jedermann bei Beschwerden im körperlichen sowie emotionalen Bereich an.

Auch Infoabende zum Gebrauch der ätherischen Öle im Alltag für Erwachsene und Kinder bereiten ihr viel Freude. Wen das Thema interessiert oder wer Öle inklusive ihrer Beratung erwerben möchte, kann sich gerne bei ihr melden.

**Nicole Gotzian,
nicole.gotzian@gmail.com,
Insta: @hebamme_oel_meer**



INDIVIDUELL ABGESICHERT BEI WITTHANDT VERSICHERUNGS-VERMITTLUNGS-GMBH

Wenn es um Versicherungen geht, gibt es keine Universallösung, die auf jeden zutrifft. Die **Continentale Witthandt** schwört deswegen auf individuelle Beratungstermine, in denen Situation, Ziele und Wünsche besprochen werden. Ob es nun um Vorsorge geht, Absicherung im Schadensfall, Fragen rund um KFZ-Versicherungen oder die finanzielle Sicherheit: Von dem Team erhaltet ihr qualifizierte Antworten auf eure Fragen, sodass für jeden Kunden das optimale Produkt ausgewählt werden kann.

Witthandt Versicherungsvermittlungs-GmbH, Teichtor 38, Heikendorf, Tel.: (0431) 20 47 01

Foto: skymesh/E+/Getty Images



PRIVATE PHYSIOTHERAPIE BEI BARBARA KEMPE

Am 1. Mai ist Barbara Kempe nach 20 Jahren Berufserfahrung den Schritt in die Selbstständigkeit gegangen und hat ihre eigene Praxis in Heikendorf eröffnet. Wunderschön und nah am Wald und Fördewanderweg gelegen, konzentriert sich die zweifache Mutter hier auf manuelle Therapie und ganzheitliche Physiotherapie für Erwachsene und Kinder. Ob akute und chronische Schmerzen, Bewegungseinschränkungen, Erschöpfung, vor und nach Operationen oder Asymmetrien bei Kleinkindern und Säuglingen – auf einer Vielzahl von Fortbildungen hat **Barbara Kempe** Fachwissen zu den verschiedensten Bereichen ansammeln können. In den neuen einladenden Räumlichkeiten lassen sich sämtliche Hygienemaßnahmen und Kontaktregeln ideal umsetzen, sodass ihr euch ganz entspannt auf die Behandlung konzentrieren könnt.

Private Physiotherapie Barbara Kempe, Kolonnenweg 17, Heikendorf, www.barbara-kempe.de, Tel.: (0431) 97 99 51 91



Foto: Daniela Vagt

STURM VON QUER, UND NUN?

Die aktuelle Krise ist für uns alle eine besondere Herausforderung. Jeder hat seine ganz persönlichen Sorgen, Probleme und Ängste. Im Berufsleben entstehen Spannungen mit Kolleg*innen und Kund*innen, im Privaten innerhalb der Familie und im Freundeskreis. Wir alle können die neue Situation nicht ändern, es gibt jedoch Wege, so gut wie möglich mit ihr und den Konflikten umzugehen oder diese am besten gar nicht erst entstehen zu lassen. **Business Coach Alexa Kuhnke** erarbeitet in Team- und Einzelcoachings individuelle Lösungen mit Unternehmen und Privatkunden. Die Coachings finden live in Heikendorf statt mit Blick auf die Kieler Förde oder in den Räumen eures Unternehmens. Alexa Kuhnke bietet außerdem Telefon- und Online-Coachings sowie Webinare an. Umfang und Inhalte werden maßgeschneidert und bei einem ersten Telefonat persönlich abgestimmt.

Coaching mit Meerblick, Schloßkoppelweg 21, Heikendorf, Tel.: (0173) 870 82 72



Im Heikendorfer SV werden sämtliche Altersgruppen trainiert

SEGELN, SCHWIMMEN, SCHLÄGER SCHWINGEN

Nicht zuletzt aufgrund der hervorragenden Lage ist das Seebad ein idealer Ort für Sportmöglichkeiten aller Art. Hier könnt ihr zum Beispiel segeln, schwimmen, SUPen, Fußball- und Handball spielen, den Golfschläger schwingen oder euch auf einem der Tennisplätze auspowern. Von diesen gibt es in Heikendorf einige, verteilt auf zwei Vereine: den **Heikendorfer Tennisclub (HTC)**, der wunderschön in direkter Strandnähe liegt, sodass ihr euch nach einem heißen Match mit einem Sprung in die Ostsee abkühlen könnt, sowie den Heikendorfer SV.

In der Tennissparte des **Heikendorfer SV** ist für jeden das passende Angebot vorhanden. Für alle, auch für die Erwachsenen, wird das Tennistraining organisiert, so dass es über 30 Trainingsgruppen in verschiedenen Spielstärken gibt. Eine Besonderheit der Sparte ist, dass Familientennis angeboten wird, bei dem ganze Familien auf mehreren Plätzen gleichzeitig von mehreren Trainern trainiert werden. Das Familientennistraining findet freitagnachmittags und samstagsvormittags statt. Für die Sommerferien plant der Verein ein wöchentliches Tenniscamp, um die Familien zu entlasten, die aufgrund der Coronakrise ihren Jahresurlaub schon aufgebraucht haben und dringend Kinderbetreuung benötigen. Familien, die in der Coronazeit besonders viel geleistet haben und über ein eher geringes Einkommen verfügen, sollen den Kurs sogar kostengünstiger bekommen.

Habt ihr auch Lust im Heikendorfer SV Tennis zu spielen?

Dann meldet euch bei Jugendwart Nick Wischer unter Tel.: (0157) 58 39 88 85 oder unter nickwischer@gmail.com.

Aufwärmübungen mit Jugendwart Nick Wischer



Sommerfeste und Vereinsmeisterschaften sorgen für den Extra-Spaßfaktor



WOHNEN & Wohlfühlen

In den letzten Wochen haben wir gemerkt, wie wichtig ein schönes Zuhause ist. Auch in Zukunft wollen wir euch inspirieren mit Homestories, Tipps und mehr-





VERWANDLUNGSKÜNSTLER

Multikomfort in höchster Raffinesse: Das variable roro/20-soft-Sofa, designt von Roland Meyer-Brühl, zeichnet sich mit seinen einladend volumebetonten Polstern durch besondere Weichheit und Gemütlichkeit aus. Ein filigranes Untergestell sorgt derweil für eine luftige, klare Erscheinung. roro-Elemente sind wahre Verwandlungskünstler: Die Drehsitze des Sofas lassen sich um 90 Grad vorschwenken, die Lehnen können aufgefaltet und bis

zur Wunschposition abgesenkt werden. Zum Liegen und Schlafen sind die Sitze vollständig horizontal einstellbar. Mit den passenden Sesseln, Hockern, Longchairs und Tischmodulen lassen sich individuelle Wohnlösungen gestalten. Die Bezüge in Textil oder Leder sind abziehbar. Dieses und viele weitere hochwertige Markenmöbel findet ihr aktuell bei **Dela Möbel** in der Kieler Altstadt. Mehr unter www.dela-moebel.de.



Das **Traditionsmöbelhaus** im Herzen von Kiel! Bei uns finden Sie **Möbel auf fünf Etagen** in einer attraktiven Ausstellung, die die Phantasie anregt. Hier können Sie sich inspirieren lassen und neue **Wohn-Ideen für Ihr Zuhause** finden.

DELA MÖBEL

• Wohnideen auf 5 Etagen •

SO WOHT DER NORDEN WILLKOMMEN IN SVENJAS WOHNSINNIGER WELT



Ihren Instagram-Account betreibt Svenja seit zwei Jahren, seit einem Jahr ist sie damit selbstständig

Im Flensburger Stadtteil Tarup wohnt Svenja vom Instagram-Account @wohnsinnigewelt.

Redakteurin Sina Hoyer hat sie in ihrem Traum vom modernen Eigenheim besucht und dabei jede Menge Wohninspiration im minimalistischen Scandi-Style gesammelt und spannende Einblicke in Svenjas Job als Influencerin bekommen.

Die Bilder auf Svenjas Instagram-Profil stachen mir aufgrund der klaren, schwarz-weißen Linie sofort ins Auge. So machte ich mich auf den Weg nach Flensburg-Tarup, wo mir Svenja die Tür mit einem super sympathischen Lächeln öffnet. Am wunderschönen Echtholztisch nehmen wir Platz und quatschen über ihre Einrichtung und ihren Alltag als Selbstständige und Mama.

Förde Fräulein: Hej Svenja, erzähl doch mal etwas über dich.

Svenja: Hej, ich bin 31 Jahre alt, bin verheiratet und habe zwei kleine Kinder. Ich komme aus Nordfriesland und habe lange als Abteilungsleiterin in einem großen Wohnungsunternehmen in Flensburg gearbeitet. Dann wurde ich Mutter und da wusste ich ziemlich schnell, dass ich nicht in den Job zurückgehen werde.

Svenja liebt schwarze Akzente in ihrem Zuhause. Hinzu kommen gedeckte Naturtöne, viel Weiß und Holzelemente



Der Ofen sorgt im minimalistisch eingerichteten Wohnbereich für die Extraportion Gemütlichkeit



Dann bauten wir unser Haus und bei der Einrichtung habe ich mich kreativ so richtig ausgelebt. Zu der Zeit ist auch mein Instagram-Blog entstanden. Vor einem Jahr habe ich mich damit sogar selbstständig gemacht. Um trotzdem ein zweites Standbein zu haben, ließ ich mich nebenbei zur Homestagerin weiterbilden.

Was genau ist denn „Homestaging“?

Homestaging bedeutet, Immobilien zu Marketing-Zwecken einzurichten. Ich statte also Objekte mit Möbeln und Dekorationen aus, um sie für Besichtigungen wohnlicher und ansprechender zu gestalten. Dazu mache ich manchmal auch die Fotos für die Marketingplattformen. So habe ich meine Leidenschaft für Interior neben Instagram zusätzlich auf einem anderen Weg zum Beruf gemacht.

Woher kommt deine Leidenschaft für Inneneinrichtung?

Ich habe damals in meinem Kinderzimmer und in meinen früheren Wohnungen schon immer viel umgeräumt. Als wir das Haus gebaut haben, ist die Leidenschaft vollkommen entfacht. Als es an die Einrichtung ging, habe ich mich ganz neu entdeckt. Es kamen nach und nach immer mehr Ideen dazu und so wuchs meine Leidenschaft für schöne Einrichtung.

Was waren deine Vorstellungen beim Hausbau?

Wir wollten auf jeden Fall einen riesigen Wohn- und Essbereich haben, damit das Familienleben zusammen in einem Raum stattfinden kann. Der Bereich ist auch mein Herzstück des Hauses. Dafür sind die Zimmer in der oberen Etage bewusst etwas kleiner, damit die gesamte Rasselbande immer wieder gesammelt an einem Ort zusammenkommt.

EINFACH SCHÖN **EINGERICHTET.**



ASMUSSTRASSE 19-22
IN 24143 KIEL

KNUTZEN
W O H N E N



In dem kleinen Indianerzelt werden alle Spielsachen versteckt – eine echte Geheimwaffe für ein aufgeräumtes Wohnzimmer



Die Babys auf den Bildern haben die Geburtsmaße von Svenjas Söhnen Henri und Paul

„Ich mag es einfach stimmig, hell und aufgeräumt.“



Direkt im Eingangsbereich von Svenjas Eigenheim erwartet mich ihre stilvolle Einrichtung

Wie würdest du deinen Stil beschreiben?

Ich würde meinen Stil als skandinavisch-modern beschreiben. Beim Scandi-Style gibt es den etwas „wildereren“, hyggelig-gemütlichen Stil und den extrem minimalistischen Stil. Ich ordne mich irgendwo dazwischen ein. Vielleicht sogar eher mit einem kleinen Hang zum Minimalismus, denn ich mag es einfach stimmig, hell und aufgeräumt. Dazu liebe ich Naturholz, Schwarz und Weiß – schlicht und ergreifend. *(lacht)*

Wo shoppst du deine Möbel?

Dank Instagram arbeite ich mit vielen Interieur-Unternehmen zusammen. So bekomme ich wirklich viele Einrichtungsgegenstände für Kooperationen gestellt. Sonst investiere ich mittlerweile gerne in hochwertige Möbelstücke und schaue mich bei skandinavischen Designern um. Vieles kaufe ich aber nach wie vor beim „Schweden“ ein. Die Mischung macht's, finde ich.

Lass uns über deinen Instagram-Account sprechen. Du hast mit deinen über 60.000 Followern eine riesige Reichweite – wie hat sich das entwickelt?

Ich hab ehrlich gesagt keine Ahnung. *(lacht)* Anfangs habe ich mich mehr auf Interior-Inhalte fokussiert, aber mittlerweile teile ich auch viel aus meinem Alltag. Die Lifestyle-Themen ermöglichen mir schönen Content neben meiner Inneneinrichtung und anscheinend kommt das bei den Leuten gut an.

Für mich als verspielte Dekotante ist Svenjas moderner, skandinavischer Wohnstil zunächst ungewohnt. Sie hat mir aber bei unserem Treffen gezeigt, wie man mit schlichten Einrichtungsgegenständen ein stimmiges Gesamtbild zaubern kann, ohne jede Ecke mit Dekoration zu tapezieren. Ich bedanke mich bei Svenja für diese augenöffnende Erfahrung und den zauberhaften Vormittag in ihrem schönen Eigenheim.



Möchtest du jetzt mehr von Svenja und ihrem skandinavischen Wohnraum sehen? Dann schau doch mal auf ihrem Instagram-Profil @wohnsinnigewelt oder auf ihrem Blog <https://svenjaswohnsinnigewelt.blog> vorbei. Auf ihrer Homestaging-Webseite www.svenjaheinrich.de siehst du noch mehr Einrichtungsideen von Svenja.

Text & Fotos: Sina Hoyer



Im Zimmer von Svenjas Sohn Paul entdecke ich in jeder Ecke seine Lieblingskreaturen: Dinos



Am liebsten spielt die Familie zusammen im großen Wohnbereich - so bleiben die Kinderzimmer meistens aufgeräumt

SVENJAS EINRICHTUNGSTIPPS FÜR KIELERLEBEN-LESERINNEN

1. Werte dein Haus mit einigen wenigen, aber dafür hochwertigen und besonderen Teilen auf.
2. Schau dich dafür auch Second Hand um.
3. Ziehe mit Farben, Formen und Materialien einen einheitlichen Faden durch die Einrichtung.
4. Weniger ist mehr.



ANDREAS PAULSEN



Die schönsten
BäderWelten
seit 1879

BESUCHEN SIE UNSERE BADAUSSTELLUNGEN

www.baederwelten.de

24109 Kiel · Wittland 14 - 18 · Tel. 0431 - 5863 0 | 24537 Neumünster · Rendsburger Straße 80 · Tel. 04321 - 185 0

AUF DER SONNENSEITE DES LEBENS

Wie sehr haben die Kunden von Siak Apart die Wiedereröffnung herbeigesehnt. Seit Mai lädt das zauberhafte Paradies des Dekorativen wieder zur betörenden Entdeckungsreise in die Welt des Schönen ein. Die Kunden erwartet auf gut 980 Quadratmetern liebevoll gestalteter Präsentationsfläche jetzt ein besonders vielfältiges Sortiment an preisgünstigen Wohn- und Gartenaccessoires. Da kann die Sommerzeit gern beginnen, denn mit diesen kann man es sich überall richtig gemütlich machen. Auf dem Balkon, der Terrasse und im Garten sorgen beispielsweise hübsche Kerzenständer, Vasen oder Vogeltränken, Buddha-, Frosch- und andere Figuren, anmutige Kugeln und kleine Springbrunnen, stimmungsvolle Lampions sowie Laternen, entzückende Schwimmschalen und -lichter für außergewöhnliche Stunden. Alle Genießer freuen sich dazu über die Köstlichkeiten aus dem Haus Gourmet Berner und kleine Pralinen sowie Schokoladen. Das inspirierende Angebot an Sommerblusen, Shirts, Strickjacken und Handtaschen in unterschiedlicher Farbauswahl wiederum lässt die Herzen der modebewussten Kundinnen von **Siak Apart** in der Kolberger Straße 15 in Nortorf höherschlagen. Um die jeweiligen Lieblingsstücke auszusuchen, hat man hier ganz viel Zeit, denn es ist montags bis freitags von 10 bis 18 Uhr und samstags von 10 bis 13 Uhr geöffnet. Parkplätze stehen dazu kostenfrei vor der Tür zur Verfügung und in der Kaffee-Lounge gibt es kostenfrei Heißgetränke.



Diese Vase mit Kunstblumen ist ein attraktiver Blickfang



Sommerliche Lebensfreude findet man überall in den Räumen von Siak Apart

Ob morgens, mittags oder abends, diese Becher mit Sternensymbol sorgen stets für fröhlichen Getränkegenuss



ALTER OFEN?

JETZT FITMACHEN FÜR DIE ZUKUNFT!

Gerade die älteren Kamin- und Ofenmodelle sind es oft, die Charme und wohlige Gefühl ins eigene Zuhause holen. Aufgrund der neuen Immissionsschutzverordnung (BImSchV) jedoch müssen Kachelöfen und Kamine mit Geräten bis Baujahr 1994 bis zum 31. Dezember diesen Jahres nachgerüstet werden. Doch was jetzt so aufwendig klingt, erledigt die Firma **Fahrenkrug Kamine** für euch im Handumdrehen. Dabei gibt es viele Möglichkeiten: Von einer Kaminkassette für den offenen Kamin über einen neuen Heizeinsatz für den Kachelofen bis hin zum neuen Kaminofen mit modernsten Verbrennungstechniken. Der Meister in Sachen Kachelofen- und Kaminbau, die Firma Fahrenkrug aus Kiel, berät euch bei allen Möglichkeiten bestens.

Denn die angebotenen Einsätze verfügen über eine besonders schadstoffarme Verbrennung und einen sehr hohen Wirkungsgrad. Alle Anforderungen werden damit ausnahmslos erfüllt.

Alle weiteren Informationen sowie erste Einblicke gibt es auf der Website unter www.fahrenkrug-kamine.de oder unter der Telefonnummer Tel.: (0431) 20 15 15.



BÄUME PFLANZEN FÜR GRÜNE ZUKUNFT

MÖBEL JANZ UNTERSTÜTZT AKTIV KLIMAPROJEKT

Um gegen den Klimawandel vorzugehen, hat Möbel Janz beschlossen, selbst aktiv etwas zu unternehmen. Gemeinsam mit weiteren Interliving Partnern unterstützt das Kieler Möbelhaus das Projekt „Plant-for-the-Planet“. Das Ziel: 150.000 Bäume pflanzen.

Die „Interliving Partner“ sind eine Gemeinschaft von über 50 Möbelhändlern, die sich sowohl zu hohen Qualitätsstandards verpflichtet haben, als auch zu Verantwortung und Engagement. Diese Gemeinschaft, zu der auch Interliving Möbel Janz aus Schönkirchen gehört, hat bereits 2019 dazu beigetragen, dass im eigenen Interliving Partner Wald 45.000 Bäume gepflanzt wurden – und das war erst der Anfang. Gemeinsam mit ihren Kunden wollen die Interliving Partner in 2020 das Ziel von 150.000 Bäumen erreichen. Doch wozu das alles? Die

gepflanzten Bäume binden das CO₂ aus der Atmosphäre und können dem Klimawandel so entgegenwirken. Das großartige Projekt Plant-for-the-Planet wurde vor über 10 Jahren von dem damals 9-jährigen Felix Finkbeiner auf die Beine gestellt – und dank seiner Vision konnten bis heute schon 15 Milliarden Bäume gepflanzt werden! Christiane Janz-Schnack und Robert Janz, die selbst Eltern sind, waren vom Projekt direkt angetan: „Wir finden es großartig, dass sich die Kinder für ihre Zukunft einsetzen. Wir freuen uns, dass wir auch

einen Beitrag dazu leisten können und unterstützen das Projekt gerne.“ Wer mehr über das Projekt und die gepflanzten Bäume erfahren möchte, schaut am besten hier vorbei: moebel-janz.de/plant-for-the-planet. Und apropos Projekt: Falls auch bei euch ein neues Projekt ansteht, könnt ihr in den Sommermonaten täglich von Mo–Sa von 10–18 Uhr bei **Möbel Janz** in Schönkirchen vorbeischaun und euch die neueste Einrichtungsinspiration holen. Aktuelle Infos und Angebote finden sich unter www.moebel-janz.de.

Foto: Interliving



♥-lich Willkommen
wieder OFFEN für alle Wohnwünsche

**MÖBEL OHNE
LIEFERZEIT**

Viele Neuheiten in unserer Ausstellung

Reduzierte Möbel in unserer Ausstellung:
www.moebel-janz.de/abverkauf

Jetzt sparen
30 Tage
30%

Mehr auf:
www.moebel-janz.de/aktuelles/prospekte



inter
living

M Ö B E L
JANZ

Möbel Janz GmbH
Schönberger Landstraße 59-61
24232 Schönkirchen

www.moebel-janz.de

50 Seiten rund um Wohnen & Einrichten:
www.moebel-janz.de/interliving-magazin

Folgen Sie uns:



DAS kaufe ich für MICH !



exklusive Schlafsysteme und Bettwaren von:

dasBett
K O M P L E T T

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

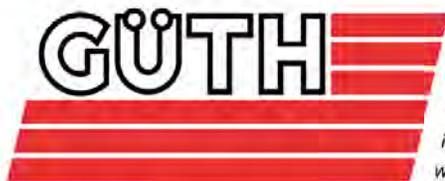


markilux.com

NEU

Im Sommer
auf Ihrer
Terrasse?

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

GÜTH  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

markilux

DAS NEUE RAUMGEFÜHL

Jede Gebäudestruktur basiert auf Zement, der heute mit metallischen Finishes wie Gold, Rust oder Arctic veredelt wird. Magneto erfüllt den Wunsch, mit den eigenen Umgebungen Geschichten zu erzählen, sie auf originelle Weise zu definieren und einzigartig zu gestalten. Ein Material, das Tradition und Gegenwart, warm und kalt, hell und dunkel verbindet und immer ein besonderes Augenmerk auf Helligkeit hat. Jedes Element entzückt mit rauer und dezent verschlissener Optik. In der großen neu gestalteten Ausstellung präsentiert die Firma **RABE** die Fliesenmuster und bietet die Gelegenheit, die Produkte näher kennen zu lernen. Mit der neuen digitalen Fliesenbemusterung können Fliesen schnell und einfach in vielen Beispierräumen verlegt werden. Auch bei der Verlegung und Auswahl der Verarbeitungsmaterialien beraten die Spezialist*innen ausführlich.



Magneto fügt sich
mit der rustikalen
Optik perfekt in die
Umgebung ein



MILCHKARTON UPCYCLING

Wer zu viele Pflanzen für zu wenige Töpfe hat, dem ist mit diesem schnellen DIY geholfen. Ihr braucht dazu lediglich eine leere Milchpackung, eine Scheibe und eine kleine Pflanze.

2. Den unteren Teil ordentlich kneten, in den Händen zusammendrücken, damit sich die erste Folienschicht löst.

3. Vorsichtig die erste Schicht abziehen, damit der braune Karton darunter zum Vorschein kommt.

1. Milch-Tetrapack ausspülen, in der Mitte durchschneiden und trocknen lassen.

4. Den oberen Rand umknicken, Pflanze einsetzen, fertig.



Polsterbett in 160 x 200 cm,
erhältlich mit Stoffbezug ab 939 Euro
(ohne Matratze und Lattenrost)

EIN TRAUM VON BETT

Das traumhafte Polsterbett „For You“ ist individuell planbar: So gibt es beispielsweise verschiedene Betthöhen und eine riesige Auswahl an Stoff- und Lederbezügen. Auch die Größe variiert: Von 140 x 200 cm bis hin zur Überlänge von 210 cm oder 220 cm ist alles möglich. Dieses gemütliche Bett lädt förmlich zum Entspannen ein: Eben ganz „for you“! Bei **HMC Möbel** in Raisdorf könnt ihr das Bett vor Ort sehen und euch super beraten lassen.



EIN SEGEN BEI REGEN

Balkon und Terrasse sind Wohlfühlzonen, der Außenbereich ist unser Paradies. Hierher laden wir nette Menschen ein, sitzen gemütlich zusammen, reden und relaxen. Einzig das Wetter kommt uns dabei gelegentlich in die Quere, selbst im Sommer. Manchmal ist es auch nur ein kurzer Schauer, der uns vom Balkon oder von der Terrasse zurück ins Haus treibt. Bevor es mit der Draußenzeit weitergehen kann, müssen die tropfnassen Gartenstühle und -tische erst einmal abgetrocknet werden. Der feuchte Bodenbelag birgt außerdem eine Sturzge-

fahr. Die markilux pergola und die markilux pergola compact sind Markisen, die nicht nur als Sonnen-, sondern auch als cleverer Wetterschutz fungieren und Ihre Möbel im Trockenen lassen. Sie garantieren auf wahlweise eckigen oder runden Säulen, die optimale Stabilität bis Windstärke sechs. Verschaffen Sie sich am besten selbst einen Eindruck von der manuell oder elektronisch höhenverstellbaren Markise bei der Firma Güth in der Hamburger Landstraße 101 in Molfsee. Weitere Infos unter Tel.: (0431) 65 06 00 oder www.gueth-molfsee.de.

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 48,- 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



Große Polstermöbelauswahl



**Aktionspreis
in Stoff ab
€ 1.654,-**

Modell Davos als Einzelsofa, kleine oder große Ecke erhältlich. Große Stoff- und Lederauswahl.

**Kiels Adresse für exclusive Polstermöbel
& modernes Wohnen.**

„Ostseepark Schwentinental“
Dieselstraße 3
24223 Schwentinental
Tel.: 04307 839363
www.moebel-company.de

HMC
MÖBEL COMPANY

DIY-
Tipp VON
Wolle und Hobby

ORDNUNG IM GARTEN

*In einem Kräutergarten kann man leicht den Überblick verlieren. Damit das nicht mehr passiert, helfen diese praktischen Pflanzenschilder. Aber sie sehen auch echt schick aus und sind somit ebenfalls geeignet für kreative Bastler*innen mit Durchblick.*



MATERIAL ANLEITUNG

für 3 Stück

- > 3 Holzscheiben
- > Tafelfarbe
- > Pinsel
- > Kreidestift
- > Holzstab (Durchmesser 5 mm, Länge 60cm)
- > Gartenschere
- > Heißkleber

1. Zuerst bemalt ihr die Holzscheiben mit der Tafelfarbe. Am besten tragt ihr mit dem Pinsel zwei Schichten auf. Für die erste zieht ihr den Pinsel in Längsrichtung, für die zweite in Querrichtung. Die Farbe gut trocknen lassen.

2. Währenddessen ist der Holzstab an der Reihe. Schneidet euch mit der Gartenschere jeweils 20 cm lange Stücke ab, je nach Topfgröße.

3. Mit der Heißklebepistole zieht ihr auf der Rückseite der Holzscheibe in der Mitte einen Klebestreifen von oben nach unten und drückt den oberen Teil des Holzstabes auf den Klebestreifen.

4. Nun könnt ihr die Schildchen mit dem Kreidestift beschriften und wenn ihr mögt verzieren.

Diese Materialien und noch mehr Bastelzubehör findet ihr bei Wolle und Hobby in der Ringstraße 37-39 in Kiel und auch online unter www.wolleundhobby.de.



Wir machen das schön - individuelle Küchen für jedes Zuhause



MuhlackKüchen
KielerKüchenKultur

Papenkamp 4, 24144 Kiel
Tel.: 0431 / 61 0 45
www.muhlack-kuechen.de

Ob großer oder kleiner Raum -
für einen begehbaren Kleiderschrank
ist fast überall Platz



MÖGLICHKEITEN OHNE GRENZEN

Aufräumen bereinigt nicht nur das Zimmer, sondern auch die Seele. Vor allem macht es Spaß, wenn man Platz schafft für einen neuen Schrank. Die Tischlermeister von **RAUMKREATIV Tischlerei MB** bauen auf Wunsch nicht nur einen neuen Schrank, sondern auch einen begehbaren Kleiderschrank – mit 10 Jahren Garantie besonders langlebig und nachhaltig. Darin ist je nach Bedarf sowohl Platz für Anzüge und Kleider als auch für Staubsauger und Wäscheständer. Dank der vielen Möglichkeiten sind der Einrichtung des Schanks keine Grenzen gesetzt und auch raumhohe Schränke sind möglich. Dank eines praktischen Kleiderlifts kann dann auch die obere Etage genutzt werden. Um alle Ecken gut auszuleuchten, lohnt sich der Einbau von sensorgesteuerten Lichtquellen. Die Ausstellung in der Eckernförder Straße 44 bietet eine große Auswahl verschiedener Musterflächen.

KÜCHEN NACH WUNSCH

Individuelle Küchen auf jedes Maß angefertigt und für jede Größe, das bietet das Team von **Muhlack Küchen** im Papenkamp 4. Unterschiedlichste Ausstellungsküchen, zahlreiche Oberflächen und Designvarianten geben Anregungen für die persönliche Küche. Ob private Wohnung oder gewerbliche Einheiten: Bei dem traditionellen Küchenexperten wird jeder Wunsch umgesetzt – schlicht und elegant, aufwendig und modern schick. „Wir lieben Details und die zeigen wir Ihnen auch gerne wieder persönlich“, so Christian Pahlke, Geschäftsführer von Muhlack Küchen KielerKüchenKultur. „Zudem bieten wir auch Ratenkauf an“, so Pahlke weiter. Auf den Geschmack gekommen? Dann einfach einen Termin reservieren unter www.muhlack-kuechen.de oder Tel.: (0431) 610 45.



RAUMKREATIV
Einrichtungen nach Maß.

Einbauschränke ...
... finden Sie bei uns!

Eckernförder Straße 44 · am Wilhelmsplatz in Kiel · Tel.: 0431 210 78 80

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.



WOHNEN & WOHLFÜHLEN



Mund-Nasen-
Masken aus
Bio-Leinen:
[www.nahtur-
design.de](http://www.nahtur-design.de)



advertorial

Nathalie und Josef
Skultety fertigen
Leinenkleidung aus
Flachs oder reiner
Schurwolle

REGIONAL, ÖKOLOGISCH UND GESUND

Nathalie und Josef Skultety sind echte Modedesigner aus dem Norden. Ihr neues Hauptgeschäft und Atelier mit offener Werkstatt befindet sich seit kurzem in Bad Segeberg. Hier entwerfen sie besondere Musterkollektionen aus dem Grundstoff Flachs. Dabei dienen die Modelle der Inspiration – gefertigt werden sie dann ganz individuell und passgenau für jede Kundin und jeden Kunden in der eigenen Schneiderei. So vermeidet das Team Überproduktionen, spart Rohstoffe und kann auf alle Wünsche und Bedürfnisse eingehen. Neben

der Leinenkleidung fertigt nahtur-design auch Heimtextilien, Bettwäsche aus Leinen sowie feine Naturkosmetik und bietet Schuhe aus ökologischen Materialien an. Im ehemaligen Atelier in Bosau am Plöner See finden Kund*innen den Saisonverkauf der Manufaktur.

**nahtur-design -
Leinen-Loden-Manufaktur**
Kurhausstr. 46,
Bad Segeberg,
www.nahtur-design.de

Seit über
80 Jahren

FAHRENKRUG
KACHELÖFEN UND KAMINE

www.fahrenkrug-kamine.de

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

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

Kirchenstraße 11
24211 Preetz
Telefon 04342/78 78 65



Die Baufinanzierungsspezialisten Holger Paasch und Oliver Arp (v. li.) von Dr. Klein vor Ort

Advertorial

NIEDRIGE BAUZINSEN CLEVER NUTZEN

2020 ist für viele das Jahr, den Traum von einer eigenen Immobilie umzusetzen. Warum? Die Zinsen für Baufinanzierungen sind immer noch sehr niedrig. Investitionen ins Eigenheim zählen zu den klügsten Absicherungen für das Alter: Eigentümer haben später nachweislich mehr Geld zur Verfügung als Mieter. Es gibt ein paar grundlegende Tipps, wie man das meiste aus den aktuell sehr guten Angeboten herausholen kann. Erstens: niedrige Zinsen lange sichern. Wer sich die heutigen Konditionen für eine längere Zeit sichert, profitiert zum einen von der Planungssicherheit. Zweitens: möglichst hoch tilgen. Gerade bei niedrigen Zinsen raten Spezialisten zu einer hohen anfänglichen Tilgung von mindestens zwei Prozent – wenn möglich sogar mehr. Kreditnehmer können dadurch ihre Immobilie schneller abbezahlen und sparen Zinskosten. Was im Einzelfall möglich und nötig ist, lässt sich am besten in einem individuellen Beratungsgespräch klären. Holger Paasch und Oliver Arp, Spezialisten für Baufinanzierung von Dr. Klein in Kiel, bieten diese kostenfrei an – und sie nehmen sich Zeit für fundierte Haushaltspläne und Vorschläge verschiedener Lösungen.

Dr. Klein in Kiel, Holger Paasch und Oliver Arp,
Holstenstraße 14-16, Kiel,
Tel.: (0431) 64 08 28 20,
www.drklein.de



Pure, Urban und Classic: das sind die unverwechsebaren Stildesigns von SieMatic

DIE QUAL DER WAHL

Dieser Wal bringt ein Lächeln auf den Tisch und sorgt sofort für gute Laune, egal, was ihr auf dem Brett aus Akazienholz präsentiert. Der Wal macht immer eine gute Figur: bei Fingerfood, Brotzeit oder frischem Fisch. Gesehen im **Kaufhaus der Kunst** in Heikendorf für 19,90 Euro.



ZUHAUSE STILVOLL GESTALTEN

In den letzten Wochen hat das eigene Heim immer mehr an Bedeutung gewonnen – Umso wichtiger ist es, den Lebensraum Küche perfekt an die eigenen Bedürfnisse anzupassen. Mit den einzigartigen Planungsmöglichkeiten von SieMatic kann die Küche von der Oberfläche bis hin zur Innenausstattung individuell gestaltet werden.

Die SieMatic SLX PURE vereint Leichtigkeit durch stilvolle Vitrinen aus Glas und Exklusivität durch hochwertige Oberflächen und durchdachte Formgebung – so wird der Lebensraum Küche zu einer echten Luxus-Oase.

Im Studio von **SieMatic** am Ziegelteich in Kiel könnt ihr euch individuell beraten lassen und gemeinsam mit dem Team euren persönlichen Genussort schaffen. Hier findet ihr einen völlig neuen Weg, den Wohnraum Küche neu zu erleben. Preisgekrönte Designer Küchen mit erfinderischen Lösungen, die dabei helfen, dass Kochen mehr Spaß macht und das Leben angenehmer ist. Weitere Infos erhaltet ihr unter www.siematic-am-ziegelteich.de.

Deine Küche dein Statement

Ein Küchenkonzept, das neue Maßstäbe setzt. Erfahren Sie jetzt bei uns, warum die SLX PURE das neue Herzstück Ihres Zuhauses sein wird.

SieMatic

AM ZIEGELTEICH

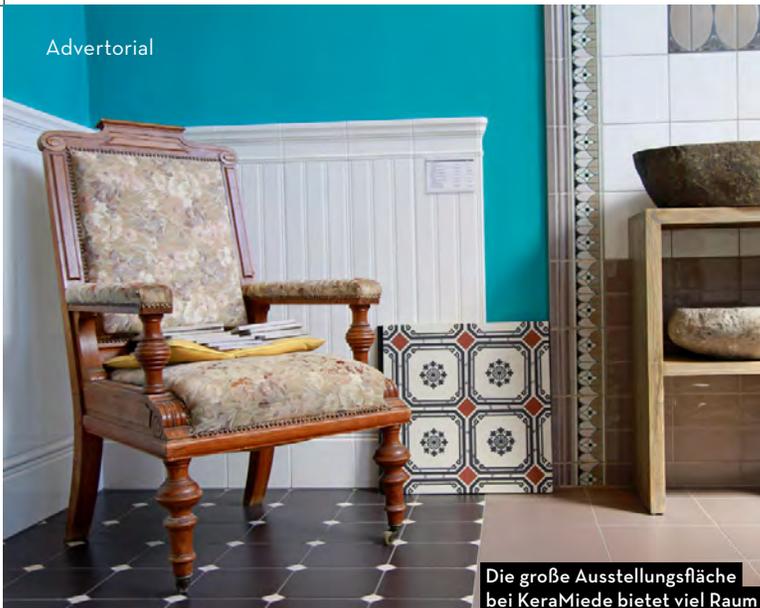
Ziegelteich 23 – 25 | 24103 Kiel | Tel. +49 (0) 431.329 2991
www.siematic-am-ziegelteich.de



90
ANNIVERSARY
1929-2019

SieMatic

Advertorial



Die große Ausstellungsfläche bei KeraMiede bietet viel Raum für Inspiration

IHR HABT EINE IDEE? KERAMIEDE HAT DAS PRODUKT!

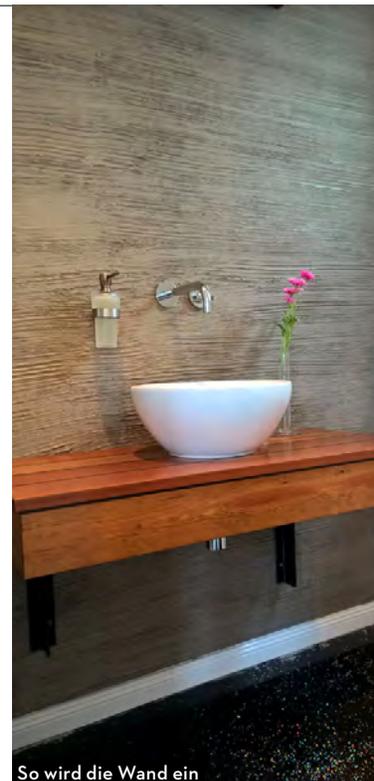
Auf 750 Quadratmetern Ausstellungsfläche präsentiert das Team von KeraMiede in Schwentinental euch regelmäßig die neusten Trends und Highlights namhafter Hersteller aus Spanien und Italien. Sowohl Extravaganter, wie Mosaik-Fliesen, als auch Puristisches, wie die beliebten Kalk-Edelputze, finden in den Räumlichkeiten von KeraMiede eine großzügige Form der Präsentation, damit ihr euch das Produkt bestmöglich in den eigenen vier Wänden vorstellen könnt. Dekorative Zementfliesen und Extrem-

formate bis zu einer Größe von 1,50 x 3,00 Meter runden das Angebot des Natursteinspezialisten ab und lassen keine Wünsche offen. Auch in Sachen fugenloser Gestaltung und zementärer Designböden ist der Natursteinspezialist KeraMiede euer Ansprechpartner. Lasst euch von der großen Produktvielfalt inspirieren!

KeraMiede,
Pretzer Chaussee 59,
Schwentinental,
Tel.: (0431) 260 07 50,
www.keramiede.de

MEHR FARBE IM LEBEN

Malerarbeiten fangen meist mit dem Gedanken an, etwas neu zu gestalten. Seien es ein Anstrich in der Wohnung, die Verschönerung eines Treppenhauses oder eine Fassade: Die Fachleute von **Günther Witt GmbH Malereibetrieb** bringen kreative Ideen auf Wände, ob Alt- oder Neubau, ob Renovierung oder Sanierung, ob klassisch oder modern, für private Kunden wie für Unternehmen. Ein echter Eyecatcher für Büro und Heim sind exklusive und individuelle Wandgestaltungen. Mehr Infos unter www.ihr-maler-in-kiel.de.



So wird die Wand ein echter Hingucker



ABI STRANDTUCH: ALLES IN TROCKENEN TÜCHERN

Nach dem ganzen Prüfungsstress habt ihr euch eine kleine Auszeit verdient! Egal, ob es euch ans Meer zieht oder an den Swimmingpool – mit dem ABI Strandtuch 2020 könnt ihr besonders flauschig entspannen. Das bunte Badetuch 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 Abiturient*innen. Weitere Infos unter www.dasbettkomplett.de.

**Wir bringen Farbe
in Ihr Leben!**



www.ihr-maler-in-kiel.de

GÜNTHER WITT GmbH
Malereibetrieb

Christian Pahlke, Maler- & Lackierermeister

Barkauer Straße 93 • 24145 Kiel • Tel. 0431 / 6 11 32 • info@guenther-witt.de

Florale Spezialitäten FÜR DEN SOMMER

Seit **70**
Jahren

„Kaufen, wo es wächst
– aus der Region für
die Region“

Der Garten-Fachbetrieb Paulwitz Pflanzenhof & Floristik hält für Naturliebhaber ein vielfältiges Angebot an Pflanzen bereit. Der Besuch des Familienbetriebs wird zum wahren Einkaufserlebnis.

Bei **Paulwitz Pflanzenhof & Floristik** ist der Sommer angekommen. Der Geschäftsinhaber Jan Paulwitz und sein Team bieten auf 14.500 Quadratmetern Ausstellungsfläche alles, was das Pflanzen-Herz begehrt. Ein Highlight ist gerade in dieser Jahreszeit die Rosenpracht, die man sich in den Garten holen kann. Pflege, Standort und Boden sind für eine gelungene Aufzucht von Rosen entscheidend. Wichtig: Düngen, damit die Pflanzen gut wachsen können. Spezialkulturen wie Rosen müssen auf die Pflanze abgestimmten Dünger bekommen. Die Packungshinweise sind dabei zu

beachten! Jan Paulwitz empfiehlt einen organisch-mineralischen Dünger. Der fachgerechte Schnitt ist zudem wichtig. Es darf nicht zu sehr in die Verholzung der Rose geschnitten werden, da das dazu führen könnte, dass die Rose nicht wieder austreibt. Bienen- und hummelfreundliche Rosen- und Staudenarten gibt es hier im Übrigen auch. Vielfach auf nationalen und internationalen Gartenbaumessen prämierte Hortensien blühen ebenfalls in dieser Zeit und sind ein echtes farbenfrohes Highlight im Garten-Fachbetrieb, der außerdem ein reichhaltiges Angebot an Hausbäumen aus eigener Produktion anbietet. Die Kunden von Paulwitz Pflanzenhof & Floristik erhalten stets eine individuelle und fachkundige Beratung. Mehr Infos zu Gestaltungsmöglichkeiten des Gartens gibt es unter Tel.: (04321) 315 21 oder unter www.pflanzenhof-paulwitz.de. Öffnungszeiten: Mo–Fr 8–18, Sa 8–16 und So 9.30–12 Uhr.

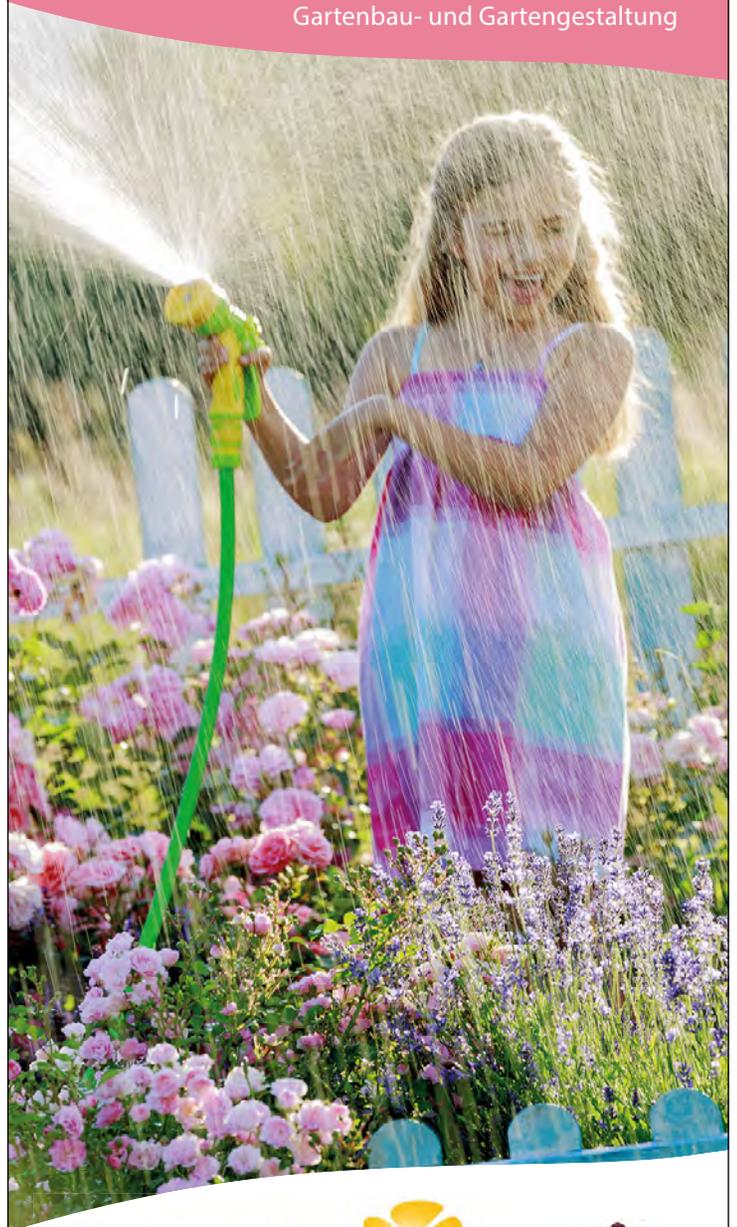


Kaufen, wo es wächst!

Erlebniseinkauf auf über
14.000 m² überdachter Fläche

Rosige Zeiten!

Gartencenter · Accessoires · Baumschule · Gartentipps
Gartenbau- und Gartengestaltung



Paulwitz
Pflanzenhof & Floristik

www.pflanzenhof-paulwitz.de

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

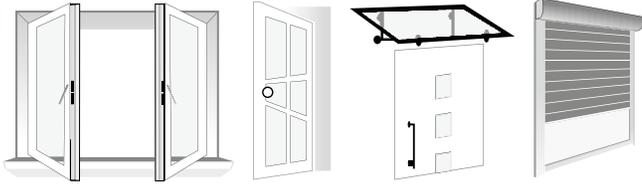


Norderdorkamp 26
Neumünster

Tel. 043 21/3 15 21

WISSER GmbH

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



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

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

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Advertorial



URLAUB 2020? NA KLAR!

Mit dem Einrichtungshaus Knutzen könnt ihr euch den Sommerurlaub einfach nach Hause holen: Egal, ob hübsche Dekoration in Bastoptik für den Boho-Stil oder minimalistische Möbel für den Skandinavienlook, hier könnt ihr euch austoben. Dabei gibt es bei Knutzen auch noch die passenden Outdoormöbel, wie beispielsweise Loungesets oder

Strandkörbe, und auch rund um das Thema Sonnenschutz finden sich hier allerlei Möglichkeiten. Also los, worauf wartet ihr? Macht euer Zuhause urlaubsfrisch und genießt den Sommer in vollen Zügen.

Knutzen Wohnen
Bahnhofstraße 14, Kiel
Tel.: (0431) 64 25 24
www.knutzen.de



ERHARDT-PERGOLAMARKISE AUS ALUMINIUM

- Schutz gegen Sonne, Wind und Regen
- Windstabil, durch im Boden verankerte Stützen
- Motor serienmäßig
- Weitere Zusatzausstattungen möglich
- Made in Germany
- Optional inkl. Montage

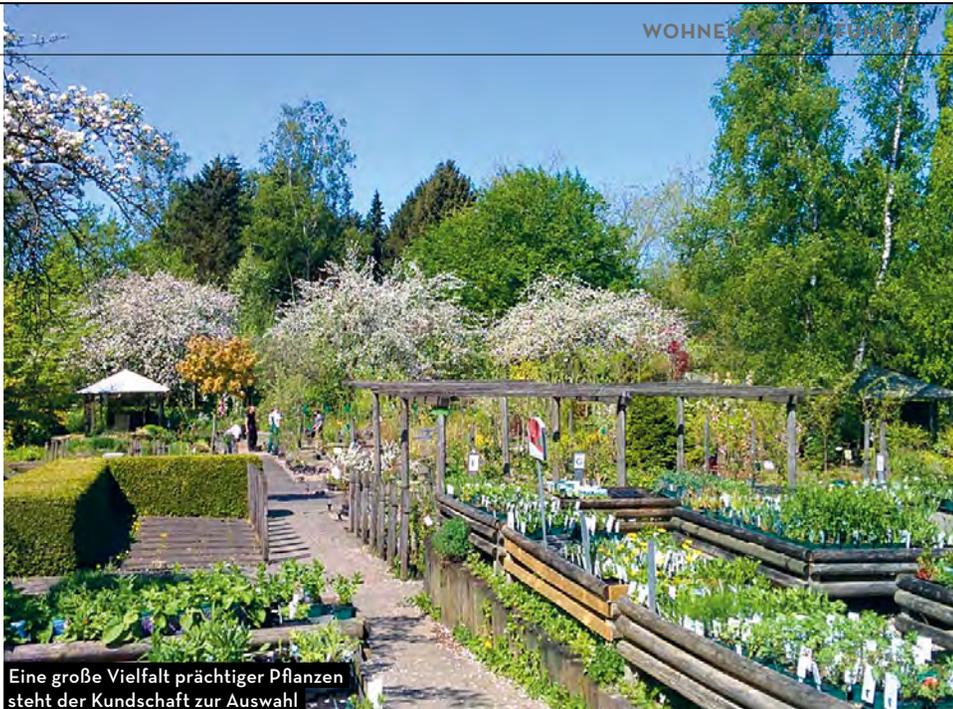
Für Beratungsgespräche vor Ort oder in unserer Ausstellung
bitten wir um eine TERMINVEREINBARUNG.

Tel: 0431/67 27 28 | Borsigstraße 15a | 24145 Kiel-Wellsee
www.kielmann-fenster.de | info@kielmann-fenster.de



WARUM EINE PERGOLAMARKISE?

Kennt ihr das? Die Sonne scheint und ihr sitzt gemütlich auf der Terrasse, plötzlich kommt norddeutscher Wind auf und die Markise muss trotz Sonnenschein eingefahren werden. Der große Vorteil der Pergolamarkise ist, dass sie dank ihrer Bauweise wesentlich windbeständiger ist (bis 6 Bft/Windstärken) und mit der richtigen Tuchauswahl selbst bei Regen ausgefahren bleiben kann. Optional kann die Pergolamarkise auch mit Vertikal- oder Seitenmarkisen sowie mit Heizstrahler und Lichtschienen ausgestattet bis in den späten Abend genutzt werden. Wenn das für euch nach einem perfekten Partner auf der Terrasse klingt, ruft das freundliche Team von **Kielmann** unter Tel.: (0431) 67 27 28 an. Die Mitarbeiter beraten euch ausführlich und übernehmen auch gern die fachmännische Montage. Oder ihr schaut einfach auf www.kielmann-fenster.de vorbei.



Eine große Vielfalt prächtiger Pflanzen steht der Kundschaft zur Auswahl

TRADITIONSBETRIEB FÜR PFLANZEN UND GARTENBEDARF

Seit der Gründung 1975 steht das Familienunternehmen Klemms Gartenmarkt für kompetente Beratung, gute Pflanzenqualität und ein breites Sortiment mit vielen Besonderheiten. Ein großes Augenmerk wird auch auf regionale Waren gelegt. So sind in dem Gartenmarkt beispielsweise Pflanzen und Gartengeräte aus Schleswig-Holstein und Erden aus Kiel erhältlich. Über die Jahre wuchs der Gartenmarkt zur heutigen Größe heran und wurde Stück für Stück erweitert. 2010 übernahm Fridolin Klemm das Geschäft von seinem Vater Michael Klemm und führt es seitdem nach alter Manier fort. Die Wertschätzung der Mitarbei-

ter wird hier groß geschrieben. Viele von ihnen sind bereits über Jahrzehnte bei Klemms Gartenmarkt beschäftigt. Vor einigen Jahren wurde das Grundstück, auf dem **Klemms Gartenmarkt** steht, von den Eigentümern verkauft. Da die Gemeinde Kronshagen die Bebauung des Grundstücks für 2021 beschlossen hat und ein Umzug des Gartenmarkts für Familie Klemm nicht wirtschaftlich wäre, wird die Traditions-gärtnerei Ende des Jahres ihre Türen schließen müssen. Kurz vor dem Ende findet ein großer Ausverkauf für Schnäppchenjäger statt. Mehr unter www.klemmsgartenmarkt.de.

TREND: MEERESBLAU

Die wunderschönen „Aquatöne“ stehen ganz im Zeichen von Ruhe und Entspannung. Mit diesen frischen Blautönen kann jeder Raum sofort eine andere, starke Wirkung erhalten. Egal ob großflächig oder dezent dank kleiner Dekorationselemente: „Aqua“ bringt Energie in jeden Raum.



Diese blaue Glasvase ist von Depot, circa 10 Euro

www.klemmsgartenmarkt.de

Pflanzenvielfalt für Balkon und Garten.



Klemms
gartenmarkt

Pflanzen & Gartenbedarf

Suchsdorfer Weg 3
24119 Kronshagen
Telefon: 0431-58 18 27
Montag - Freitag 8-18 Uhr,
Samstag 8-13 Uhr
Kommen Sie vorbei -
wir beraten Sie gern.




L.J. IMMOBILIEN
 ECKHARD JANSEN seit 1995
 Kaufmann der Grundstücks- und Wohnungswirtschaft

Verkauf – Vermietung – Finanzierung
Für den Verkäufer provisionsfrei!
Kostenlose Wertermittlung

Wir suchen für vorgemerzte Kunden:
 Einfamilienhäuser · Reihenhäuser
 Doppelhäuser · Grundstücke
 Wohnungen

*Sie möchten Ihre
 Immobilie vermieten ?
 Rufen Sie uns gerne an
 und lassen Sie sich beraten.*



Ohl Dölp 85 a
24783 Osterröfeld
Telefon (043 31) 84 94 64
Fax (043 31) 84 94 63
www.l-j-immobilien.de

LEBEN, WO ANDERE URLAUB MACHEN

Man muss nicht zwingend selbst ein Haus bauen, um zu seinem Eigenheim zu kommen. Immobilienkaufleute wie Eckhard Jansen können helfen. Der in Osterröfeld bei Rendsburg ansässige Immobilienkaufmann sucht stets nach neuen Objekten. Wer also auf der Suche nach einem neuen Heim ist oder sein eigenes zu einem marktgerechten Preis abgeben möchte, findet in **L.J. Immobilien** den richtigen Ansprechpartner. Darüber hinaus wird zu Finanzierungs- und Versicherungsfragen fachgerecht beraten. Infos unter Tel.: (04331) 84 94 64 oder www.l-j-immobilien.de.



Top-Tipp: Das freistehende Einfamilien-Holzhaus aus dem Baujahr 2018 mit offener Einbauküche, Terrasse, Wohn-Esszimmer, HWR, Gästezimmer und Gäste-WC im Erdgeschoss sowie drei Zimmern und Vollbad im Obergeschoss plus Abstellraum im Spitzboden hat eine Wohnfläche von ca. 122 m². Das Grundstück in sonniger Lage nahe der Ostsee bei Schönberg umfasst ca. 600 m². Kaufpreis: 345.000 Euro VHB

★ ●
Astrologe Banger

Die Persönlichkeit Ihres Kindes



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

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

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

Ca. 25 Seiten, mit Horoskop-Grafik, gebunden, ansprechende Gestaltung, Rückfragemöglichkeit, EUR 55,-.

Martin A. Banger www.12Zeichen.de
 Tel / Fax: 04334 181000
 eMail: banger@ki.comcity.de

ZAUBERHAFT HANDGEMACHT

Steingut, Porzellan und Co. sind nicht nur hübsch anzusehen, es sind auch echte Klassiker. Wer Lust hat, sich selbst kreativ auszutoben, der kann an der Förde-vhs Schule einen Kurs besuchen. In verschiedenen Kursen lernt ihr, wie ihr aus Ton oder Keramik Wunderschönes anfertigt.



FISCHE IN DER TOSKANA

Das schöne handgefertigte Geschirr aus der Toskana harmoniert bestens mit dem maritimen Untersetzer aus Kork. Das Geschirr gibt es ab 15 Euro, den Fisch-Untersetzer für 9,90 Euro in Heikendorf, im **Kaufhaus der Kunst** zu entdecken.



Während der Jubiläumswochen bis zum 30. Juni erwarten die Kunden viele attraktive Geburtstagsangebote und bis zu zehn Prozent Rabatt auf ausgewählte Möbelstücke. Nutzt die Chance und macht euer Zuhause zum Urlaubsparadies!

JUBILÄUMSWOCHEN BEI BO-DESIGN

17 Jahre im Möbelgeschäft – höchste Zeit, die Erfolgsgeschichte bo-designs zu feiern. 2003 präsentierte das frisch gegründete Familienunternehmen um Ingo Jänisch-Herbst und Julia Büttner das aus eigener Überzeugung erarbeitete Konzept: ein Sortiment aus hochwertigen Massivholzmöbeln mit ökologischem Hintergrund, kombiniert mit hohem Designanspruch und umfassendem Service. Der Sprung ins kalte Wasser hat sich gelohnt. Massivholzmöbel haben sich zum absoluten Trend im anspruchs-

vollen Möbelsegment durchgesetzt und dem Familienbetrieb gelang es eindrucksvoll, sein Motto „Design trifft Natur“ in jeder Hinsicht umzusetzen. In den vergangenen Jahren wurde die Verkaufsfläche auf 2.000 Quadratmeter vergrößert. Direkt neben dem Hauptgeschäft befindet sich das Fachgeschäft für natürliches gesundes Schlafen – der Hüslers Nest Shop. Auf weiteren 600 Quadratmeter finden Kunden das Rolf Benz-freistil-Studio und weitere Ausstellungsflächen.

Neben dem vielfältigen Angebot hat vor allem der umfangreiche Service von **bo-design** zum Erfolg beigetragen. Dazu gehören individuelle Beratung, auf Wunsch auch vor Ort, Innenausbau nach Maß sowie maßgeschneiderte Einrichtungskonzepte. Die Lieferung und Montage erfolgt von hauseigenen Möbeltischlern. Stolz sind Ingo Jänisch-Herbst und Julia Büttner auch auf ihr Team, das mittlerweile aus zehn engagierten und qualifizierten Mitarbeitern besteht.

Geburtstagsangebote

Bis zu **10%** Rabatt auf Neubestellungen und viele weitere **Geburtstagsangebote** erwarten Sie.

Kiels spezialisiertester Einrichter für hochwertige Massivholzmöbel feiert Geburtstag bis zum 30.06.2020.

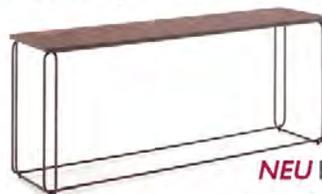
17
JAHRE

freistil ROLF BENZ



NEU Sofakombination freistil 136

in verschiedenen Maßen, Stoff- und Lederbezügen lieferbar
-10% Geburtstagsrabatt auf Neubestellungen*



NEU Beistelltisch freistil 182

in verschiedenen Maßen und Ausführungen lieferbar

-10% Geburtstagsrabatt auf Neubestellungen*



NEU Sessel freistil 138

in verschiedenen Stoff- und Lederbezügen lieferbar

-10% Geburtstagsrabatt auf Neubestellungen*

*Bei Neubestellungen bis zum 30.06.2020.

Öffnungszeiten

Mo.-Fr.: 10 - 19 Uhr

Sa.: 10 - 18 Uhr

Kiels spezialisiertester Einrichter für hochwertige Massivholzmöbel und mehr...
bo-design

NATÜRLICHE WOHNKONZEPTE GMBH

Dieselstraße 1 • 24223 Schwentental / Kiel • 04307 - 82 53 63 • www.bodesignmoebel.de



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.



Rechtsanwalt Sönke Bergemann,
Geschäftsführer Haus & Grund Kiel

Advertorial

MIETER UND HAUSEIGENTÜMER IN DER KRISE SCHÜTZEN

Den Wohnungsmarkt auch in den kommenden Monaten funktionsfähig halten – das müsse eines der vielen Ziele des Staates sein, meint Sönke Bergemann, Geschäftsführer Haus & Grund in Kiel. Die Corona-Krise berührt und verändert fast alle Lebensbereiche jedes Einzelnen. Das gilt auch für das Wohnen. Viele Bürger*innen fürchten aktuell um ihr Einkommen und folglich darum, ihre Miete oder ihre Wohnkosten des Eigenheims nicht mehr zahlen zu können. Die vermietenden privaten Haus- und Wohnungseigentümer*innen sind sich ihrer Verantwortung bewusst und wollen daher ihren Beitrag leisten. Dazu bedarf es aus Sicht von Haus & Grund dreier Dinge:

1. Die Wohnkosten-Garantie muss genutzt und gestärkt werden. Neben hinreichenden Mitteln für das Wohngeld, welches Menschen mit niedrigem Einkommen zur Verfügung steht, müssen bei entstandener Arbeitslosigkeit die Kosten der Unterkunft zügig übernommen werden.
2. Mieten- und Wohnkostenfonds errichten: In der mittleren Frist müssen Mieter*innen und Selbstnutzer*innen, die in Zahlungsschwierigkeiten gekommen sind, aus einem staatli-

chen Fonds per Zuschuss oder zinslosem Darlehen unterstützt werden. Da der Aufbau und die Organisation dieses Fonds einige Zeit in Anspruch nehmen wird, ist es umso wichtiger, dass die zuvor genannten Transferleistungen jetzt reibungslos funktionieren.

3. Wohnkosten-Garantie mit Kündigungsschutz stärken: Mieter*innen, die Transferleistungen in Anspruch nehmen, sollen bis zum Ende der Corona-Krise vor Kündigungen geschützt sein. Soweit möglich, müssen die Mittel vom Staat direkt an die Vermieter gezahlt werden. Es gibt bereits zahlreiche Fälle, in denen sich Mieter*innen und Vermieter*innen einvernehmlich auf Mietstundungen, vorübergehende Mietreduzierungen geeinigt haben. Doch in vielen Fällen werden solche Lösungen nicht möglich oder nicht lange durchzuhalten sein. Und hier ist der Staat gefragt – schnell und unbürokratisch.

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

In diesem Gebäude am Wall 42 befindet sich das Bettenfachgeschäft das Bett komplett



Vielfalt und Kompetenz: Das Bett komplett bietet neben einer großen Auswahl von Matratzen, Lattenrosten und Bettgestellen...



... ein breites Angebot an Bettdecken, Kissen und Textilien ...



... sowie eine individuelle Beratung zum Thema ergonomisch liegen und sitzen



DAS BETT KOMPLETT RICHTIG GUT SCHLAFEN ...

... können die Kieler schon seit 1989 dank das Bett komplett. Die Familie hinter dem Unternehmen war vorher schon seit zwei Generationen im Möbelgroßhandel tätig, vor 30 Jahren entschieden sich Antje und Manfred Pachur dann, das Bettenfachgeschäft am heutigen Standort am Wall 42 zu eröffnen. Das Familienunternehmen etablierte sich schnell und wurde ein fester Bestandteil des Kieler Einzelhandels. Kein Wunder! Wer gut schlafen möchte, wurde hier schon immer von kompetenten Mitarbeitern beraten. Das hat sich auch nach der Jahrtausendwende nicht geändert. Seit dem Jahr 2000 leitet Sinje Pachur in zweiter Generation das Unternehmen. Die Ausstellungsfläche wurde inzwischen von anfänglichen 250 Quadratmetern auf 800 Quadratmeter vergrößert. Auch das Sortiment wurde durchgehend erweitert, sodass das Geschäft allen Kundenan-

sprüchen gerecht werden kann. Dabei geht es natürlich immer um die individuellen Schlafgewohnheiten des Kunden und eine entsprechende Beratung. Als Bettenfachgeschäft, zertifiziert von der Aktion Gesunder Rücken e. V. (AGR), weiß man bei das Bett komplett worauf es bei der richtigen Auswahl des Bettes und des nötigen Drumherums ankommt. „Das hochwertigste Produkt hilft dem Kunden nicht, wenn es nicht zu ihm passt,“ sagt Inhaberin Sinje Pachur. Der persönliche Kontakt zum Kunden und die individuelle Beratung – von Mensch zu Mensch also – steht hier im Vordergrund, daher gibt es auch keinen Online-Shop. Bei **das Bett komplett** darf und soll sogar jeder Probe liegen. Bei den angebotenen Produkten achtet man sowohl auf eine humanökologische Verträglichkeit als auch auf eine nachvollziehbare Herkunft.

dasBett
KOMPLETT

das Bett komplett
Wall 42, Kiel
Tel.: (0431) 940 43
www.dasbettkomplett.de

JETZT EIN NEUES BETT, DENN ...

... Schlaf ist essenziell wichtig für die körperliche und seelische Erholung. Dabei sind Unterfederung und Matratze die entscheidenden Faktoren für die Schlafqualität. Im Rahmen des größten Schlaftests Europas durften 150 Testschläfer in ihren eigenen Schlafzimmern vier Wochen lang ausführlich testen und vergleichen, was in Test- und Prüflaboren nicht gemessen wird: Rückenschmerzfrei schlafen und aufwachen. Für 142 Testschläfer auf dem neuen Lattoflex 300 Schlafsystem hat sich dieser Wunsch erfüllt, das entspricht einer Reduktion der morgendlichen Rückenschmerzen um 95 Prozent. Vereinbaren Sie einen Termin bei das Bett komplett und spüren Sie den Lattoflex-Effekt am eigenen Leib.

Lattoflex 300: Einsinkverhalten in der Seitenlage



Das trägt Kiel

Alle, die sie kennen, wissen, dass Finja vor allem eines liebt: das Meer. Das spiegelt sich auch immer in ihren Outfits wieder: Mal maritim, mal verspielt, immer mit einem Hauch „Urlaubsflair“ und mit stiltechten Details. Hier in Kiel kennt ihr sie sicherlich als das Förde Fräulein – doch noch weiter nördlich ist Finja gerade auf Sylt unterwegs und arbeitet dort an dem neuen Sylt Magazin, das am 3. Juli erscheinen wird! Wer also mehr von Finja, Sylt oder überhaupt dem Norden sehen möchte, der schaut auf den beiden Blogs foerdefraeulein.de und syltfraeulein.de vorbei oder folgt ihr bei Instagram: @foerde_fraeulein, @sylv_fraeulein oder @finja.schulze.





ZAUBERHAFT MASKIERT DURCH DEN NORDEN DIE FÖRDE-FRÄULEIN-MASKE

Zurzeit kommen wir alle nicht drum herum, in der Öffentlichkeit eine Mund-Nasenmaske zu tragen. Und das ist auch gut so, denn sie schützt vor allem unsere Mitmenschen und vor der Verbreitung des Corona-Virus. Viele dieser Masken werden nun schon teilweise als ein trendiges Modeaccessoires oder politisches Statement getragen und peppen je nach Design jedes Outfit individuell auf. Für alle Nordlichter und Lokal-Patrioten hat das Förde-Fräulein-Team eine schicke Maske anfertigen lassen. Regional, nachhaltig und on Demand produziert, glänzt der Mund-Nasenschutz nicht nur durch sein hübsches Design. Mit dem maritimen Blau, den niedlichen Steuerrädern und dem „Ahoi“-Gruß verzaubert ihr den Norden auch ganz ohne euer Lächeln zu zeigen. Erhältlich unter www.falkemedia-shop.de.



WENN GEMEINSAM GROSSARTIGES ENTSTEHT

An Krisen wächst man – vor allem auf kreative Art und Weise. Davon kann Kathi von meerfach ein Lied singen. Nach einer kurzen Verschnaufpause hat sie nämlich wieder etwas ganz Tolles gezaubert: Es entstand eine großartige Kooperation zwischen meerfach und made4kiel! Den künstlerischen Kiel-Schriftzug kennt ihr sicher – und den gibt es jetzt verarbeitet in feinsten Schmuck-

stücken. Als Kette oder Ohrring (in drei Größen), handgearbeitet und in maritimen Farben. Ihr bekommt die wunderschönen Stücke exklusiv bei meerfach im Schülperbaum 15 oder bei made4kiel in der Brunstiker Straße 48. Daneben findet ihr noch viele weitere hübsche Kleinigkeiten von made4kiel und anderen Labels bei **meerfach** – für euch selbst oder zum Verschenken!



meerfach

im Schülperbaum 15, 24103 Kiel

Schülper bei Nortorf

SwinGolf

Golf für Jedermann

Veranstaltungen bis 50 Personen können individuell besprochen werden!

Schülper bei Nortorf

FußballGolf

Spiel & Spaß auf 18 Bahnen

Kick'n SAISONERÖFFNUNG Swin'in

Mo. Ruhetag für SwinGolf und FußballGolf Restaurant ab 18 Uhr geöffnet

SwinGolf • FußballGolf • Festscheune • Restaurant
Möllhagen 5 • 24589 Schülper bei Nortorf
Tel. 0 48 92 / 9 17 60 • www.moellhagen.de

Advertorial

60 JAHRE ADRETT TEXTILPFLEGE

In der Klopstockstraße steht „adrett“ für höchste Qualität in Sachen Textilpflege und Reinigung. Das Zusammenspiel von jahrzehntelanger Tradition, geschultem Auge und moderner Technik wissen Kunden sehr zu schätzen.



Am 1. Juli feiert das Unternehmen seinen 60. Geburtstag. Susanne Diekmann legte 1960 den Grundstein für die noch heute geltenden Prinzipien: Sorgfalt, Qualität und Kundenzufriedenheit. Kleidung für besondere Anlässe wie Hochzeiten, Konfirmationen und Feierlichkeiten herzurichten, steht seit damals ganz oben auf der Prioritätenliste. Und das zahlt sich aus: „Kunden vertrauen uns auch bei hochwertigen und empfindlichen Textilien zu 100 Prozent“, erklärt Inhaberin Katharina Woltering. Täglich ist die junge Textilreinigermeisterin schon eine halbe Stunde vor Ladenöffnung in dem Geschäft an der Ecke zum Knooper Weg und schaut sich die Kleidung, die das Geschäft für ihre Kunden verlässt, mit prüfendem Blick an.

Nachdem ihre Mutter, Irmgard Herrmann, 1987 die adrett Textilpflege übernahm und 32 Jahre für den Erfolg des Unternehmens verantwortlich war, steht nun mit Katharina Woltering der Nachwuchs an der Spitze des Betriebes. Bereits 2015 legte Katharina Woltering die Meisterprüfung ab, arbeitete aller-

dings schon einige Jahre in dem Unternehmen und kennt bereits alle Abläufe und das nötige Fachwissen aus dem „FF“. Dabei steckt in der Textilpflege damals wie heute ein solides Handwerk trotz modernster Technik. Technologisch moderne Maschinen reinigen bei adrett mit einem besonders schonenden Verfahren und das geschulte Personal weiß, wie mit den besonderen Schätzen der Kundschaft umzugehen ist. Das gesamte Team hilft, den hohen Qualitätsanspruch aufrecht zu erhalten.

Mit der Spezialisierung auf hochwertige und empfindliche Kleidung und Heimtextilien ist adrett zu einem stabilen mittelständigen Unternehmen gewachsen. An vergan-

gene Zeiten und Techniken erinnern nur noch Bilder von schweren Bügeleisen, die vor rund 100 Jahren zum Bügeln der Kleidung verwendet wurden. Neueste Verfahren und Maschinen übernehmen die harte Arbeit von damals. Gerade in heutigen Pandemie-Zeiten sind Hygienestandards besonders wichtig. Und so arbeitet das Team von adrett mit einem Desinfektionswaschverfahren, das vom Robert-Koch-Institut als solches zertifiziert ist. Macht euch am 1. Juli gemeinsam mit dem Team von adrett schick und putzt euch mal wieder raus. Das freundliche Team von adrett berät und unterstützt euch gern bei allen Fragen rund um das Thema Textilreinigung.



Katharina Woltering übernahm das Unternehmen von ihrer Mutter Irmgard Herrmann

adrett Textilpflege
Klopstockstraße 1, Kiel
Tel.: (0431) 945 88
www.adrett-textilpflege-kiel.de



Prachtstück: Mit dem alten VW Bus wurde die Kleidung damals ausgefahren

Stolz auf ihre Tradition: Das 25-jährige Jubiläum wurde 1975 gefeiert



Advertorial



Immer strandwärts mit verschiedenen Motiven

Der beliebte kiel-schiff-Hoody

Masken mit Stil

STRANDWÄRTS

Ihr liebt Kiel, die Förde, den Sand, den Wind, das Wasser und euer Weg führt immer in Richtung Strand? made4kiel hat für solche Ausflüge die passenden Hoodies, Shirts, Mützen und so weiter. Besonders die gemütlichen Hoodies sind zurzeit wegen der abendlichen steifen Brise am Meer beliebt. Gefertigt aus Baumwolle und bedruckt mit maritimen Motiven sind die Wohl-

fühl-Hoodies echte Hingucker und halten euch warm. Das wichtigste Accessoire dieser Tage ist vermutlich die Mund-Nasen-Abdeckung. Mit hübschen Kielmotiven sind sie ein Muss für alle Fans der Stadt.

made4kiel
Brunswiker Straße 48,
Kiel
Tel.: (0431) 570 85 91
www.made4kiel.de

MARITIMES FÜR DIE LÜTTEN

Wir leben am Meer und lieben es! Das wollen auch schon unsere Lütten zeigen. Maritime Kinderbekleidung gibt es im **Kaufhaus der Kunst** in Heikendorf. Strampler ab 14,90 Euro, Shirts für 19,90 Euro, Mützen ab 12 Euro und Stofftiere ab 24 Euro.



VERLIEBT, VERLOBT, VERLOBUNGSRING

Der Verlobungsring symbolisiert das Versprechen, mit einem Anderen die Ehe einzugehen. Mit dem Überreichen des Antragsringes ist das Heiratsversprechen verbunden. Den passenden Antragsring gibt es bei **Juwelier Happe** in der Dänischen Straße in Weißgold, Rotgold oder Gelbgold und selbstverständlich auch in Platin. Mit diesem Verlobungsring wird der Antrag unvergesslich, versprochen! Mehr Information unter www.juwelier-happe.de oder gerne per Telefon unter (0431) 659 45 56.

Wir freuen uns wieder für Sie da zu sein!

Im Juni
20%
 auf unsere
 Trauringe.
 Kommen Sie
 vorbei!



seit 1866
HAPPE
 Uhrmacher und Juwelier

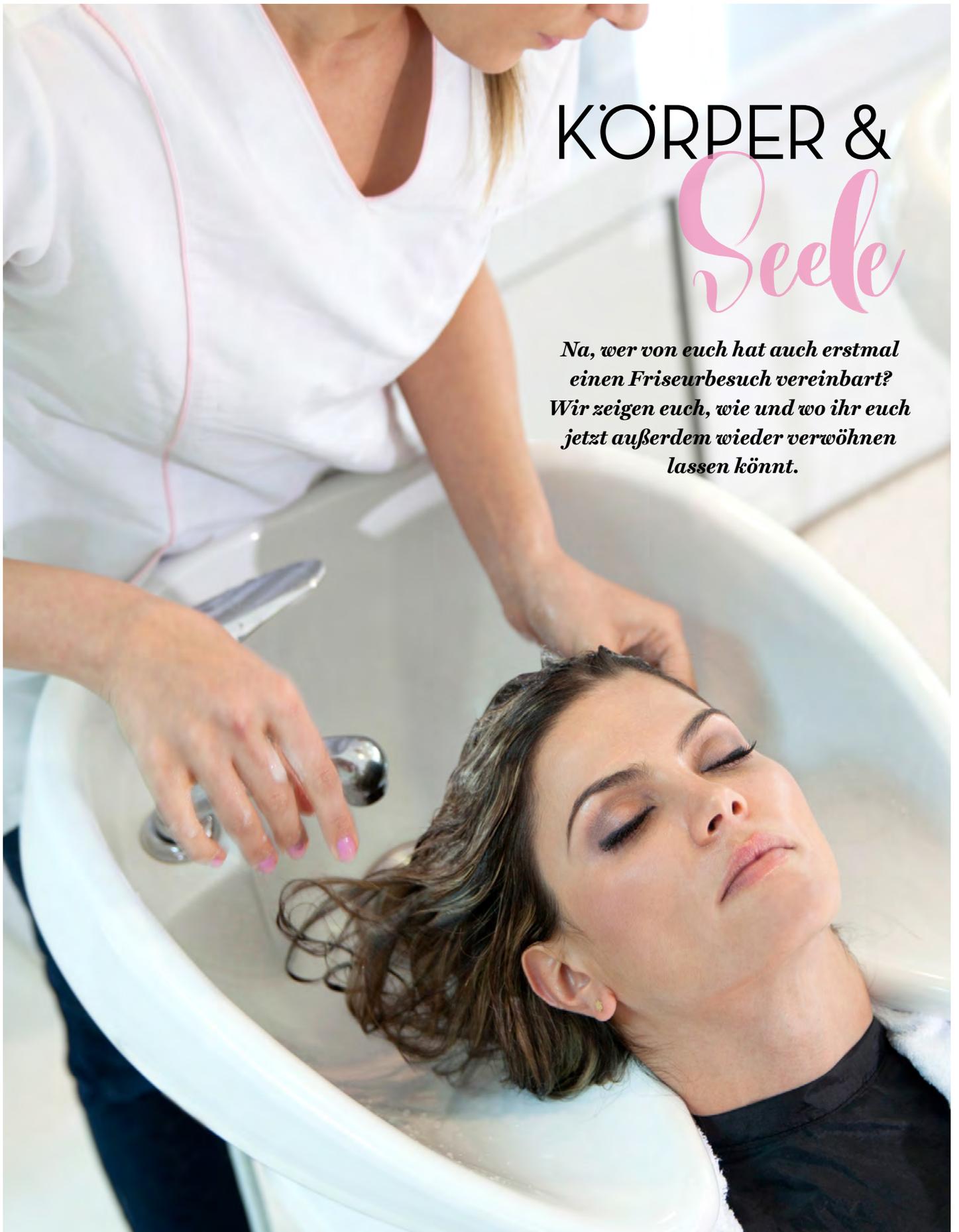
Happe Juwelier
 Dänische Straße 8-10
 Tel. (04 31) 9 21 90

Happe Trend-Shop
 im CITTI-PARK
 Tel. (04 31) 6 59 45 56

www.juwelier-happe.de

KÖRPER & Seele

*Na, wer von euch hat auch erstmal
einen Friseurbesuch vereinbart?
Wir zeigen euch, wie und wo ihr euch
jetzt außerdem wieder verwöhnen
lassen könnt.*



Advertorial

„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 zuhause ermöglicht, Volumen ohne Rundbürste zu erzeugen. Ich selbst bin bekennender Rundbürsten-Fönmuffel 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

Unsere Augenärzte in Kiel



Höchstmögliche Hygiene für Sie:

Mund/Nasenschutz, regelmäßige Desinfektion und durch verlängerte Sprechzeiten sind nur wenige Patienten gleichzeitig in der Praxis. Unser erfahrenes Team steht Ihnen in dieser besonderen Zeit zur Seite.

Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen kurzfristigen Termin.

Augenarzt Gablenzbrücke
Sophienblatt 57
24114 Kiel
fon 0431 - 67 51 99

AUGENARZT 
GABLENZBRÜCKE



Augenarzt Schrevenpark
Arndtplatz 4
24116 Kiel
fon 0431 - 55 40 43

AUGENARZT 
SCHREVENPARK

www.augenklinik-rd.de

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

Rückenschmerzen ? Wir können helfen!



© DJHoderschroen - Foto: Nicoletta Ionescu / Shutterstock

rPMS-Anwendungen

Schmerzhemmende Wirkungen durch Magnetstimulation für Rücken, Kreuz, Schultern und Nacken.

Kosten: 32,06 € pro Anwendung (ca. 5 Anwendungen sind notwendig)



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

STUDENTENWERK SH
Wir sind dein Rückenwind

WIR SIND FÜR DICH DA!

DU BRAUCHST HILFE BEI FOLGENDEN THEMEN:

- ▶ Studienfinanzierung (z. B. BAföG, Sozialleistungen, Kredite)
- ▶ Krankenversicherung
- ▶ Besondere Studiensituationen (z. B. Studium mit Kind, Studium mit Behinderung oder chronischer Erkrankung, internationale Studierende)
- ▶ Persönliche Probleme und Konflikte
- ▶ Fragen aller Art

DANN KONTAKTIERE UNSERE SOZIALBERATUNG!
sozialberatung@studentenwerk.sh
Telefonnummern und Sprechzeiten auf www.studentenwerk.sh → Beratung → Ansprechpersonen

Folge uns auch auf:

studentenwerk.sh

KOSTENLOS & VERTRAULICH

Advertorial



Maritime Motive sind ein Gestaltungselement sämtlicher Räume und auch der Website der Zahnarztpraxis Piepereit; da lag es nahe, das Teamfoto am Strand aufzunehmen

ZÄHNE MACHEN GESICHTER

Als Torsten Piepereit vor fünf Jahren die Zahnarztpraxis seines Vorgängers im Kontor Neu-meimersdorf übernommen hatte, galt es für ihn, in den wenigen Wochen bis zur Wiedereröffnung wichtige Entscheidungen zu treffen. Es mussten neue Geräte angeschafft und untergebracht werden, um die Voraussetzungen für eine moderne und zukunftsfähige Behandlung der Patient*innen zu schaffen. Darüber hinaus mussten alle Räumlichkeiten so gestaltet werden, dass die Patient*innen seine Liebe zum Detail und seinen Sinn für Ästhetik erkennen können. „Es muss alles passen, funktionieren und in sich stimmig sein“, sagt Piepereit, der damit zum Ausdruck bringt, was ihm bei seiner zahnärztlichen Tätigkeit wichtig ist. Inzwischen hat sich die Zahnarztpraxis Piepereit dank zufriedener Patient*innen über den Kieler Ortsteil hinaus einen Namen gemacht. Sie ist ein geschätzter Anlaufpunkt für Menschen mit hohem Anspruch an die fachliche Kompetenz bei der Erhaltung oder Wiederherstellung ihrer Zahngesundheit geworden und für Menschen, die auf ein vertrauensvolles Verhältnis zu ihrem Zahnarzt großen Wert legen. Ihnen und seinem

Team zum Dank sollte im Juni erneut ein „Tag der offenen Praxis“ stattfinden – so, wie es ihn auch vor fünf Jahren vor der Eröffnung gegeben hatte und der auf große Resonanz gestoßen war. Die aktuelle Lage erlaubt es leider nicht. Schon von Anfang an hat das Prinzip der Terminpraxis nicht nur Wartezeiten, sondern auch vermeidbare Kontakte und somit die Infektionsgefahr in den Praxisräumen reduziert. Ein ausgeprägtes Hygienebewusstsein und ein akribisch befolgtes Hygienekonzept sind selbstverständlich. Im Behandlungsfall selbst kann Zahnarzt Piepereit auf der Basis umfangreicher Fortbildungen und dem Erwerb der Schwerpunktbezeichnungen Ästhetische Zahnheilkunde und Kieferorthopädie ein breites Spektrum sich ergänzender Behandlungsmöglichkeiten anbieten.



Zahnarztpraxis
PIEPEREIT

Zahnarztpraxis Piepereit
Grot Steenbusch 32
Kiel
Tel.: (0431) 364 49 99
www.zahnarztpraxis-piepereit.de

ENDLICH: SOMMERBODY IN GREIFBARER NÄHE

Den Sommer 2020 verbringen wir vielleicht nicht im Urlaub in Übersee, aber wir haben das Meer ja auch direkt vor der Nase. Grund genug, um sich endlich das Körpergefühl zu holen, das ihr schon immer wolltet. Das Körperteam aus Kiel ist dabei der perfekte Ansprechpartner. Wer lästigen Fettpölsterchen den Kampf ansagen will, kann sich der Kryolipolyse bedienen. Diese Hightech-Methode ist eine Kühltechnik, die Fettdepots in der Haut reduziert, wobei die individuellen Körperregionen circa 60 Minuten lang einer konstanten Minus-Temperatur ausgesetzt werden. Die Kryolipolyse ist vor allem an Bauch, Hüfte und Oberschenkeln sehr erfolgreich.

Sprecht ganz einfach mit Sonja Lessau vom **Körperteam**. Zum Leistungsspektrum des kompetenten Studios gehört nämlich neben den großartigen Behandlungen auch die Vermittlung von Fachwissen. In einem kostenfreien Beratungsgespräch kann eure optimale Behandlungsmethode ausgewählt werden. Eine weitere beliebte Be-

handlungsmöglichkeit ist beispielsweise die dauerhafte Haarentfernung dank der IPL-Hyperpulse Technik. So werden unerwünschte Haare an Rücken, Brust, Bikinizone, Beinen oder im Gesicht entfernt. Keine lästigen Haarstoppel, keine eingewachsenen Haare mehr, herrlich! Doch auch die klassischen Entspannungsformen kommen dank Wellnessmassagen, Gesichtsbearbeitungen und Fußpflege nicht zu kurz. Weitere Informationen und Behandlungen findet ihr unter www.koerperteam.de.



Foto: Archiv



BÄRTIGE MÄNNER AUFGEPASST AUF DIE LÄNGE KOMMT ES AN

Die Bartträger unter euch werden es kennen: Sofern ihr euer Gesichtshaar nicht ins Endlose sprießen lassen wollt (oder dürft) und ihr eine gewisse Form zu wahren pflegt, solltet ihr den Rasierer ansetzen. Seine Nutzung hängt natürlich stark von der Ausprägung des Haarwuchses ab. Für den ein oder anderen kann es da schon einmal zu Verschleißerscheinungen des Gerätes kommen. Schneidet das elektrische Modell weniger die Haare an der gewünschten Stelle ab, als dass es sie ausreißt, scheinen die Rasierblätter nicht mehr ordnungsgemäß zu funktionieren. Das ist noch lange kein Grund, um das Gerät zu entsorgen oder gar an Ersatz zu denken. Unser Tipp: Nachdem ihr das Gerät gründlich gereinigt und von Haarüberresten befreit habt, einfach etwas WD40 (oder vergleichbare Schmiere) während des laufenden Betriebes auf die Klingen sprühen. Der Motor des Rasierers läuft direkt schneller, was ihr an einem lauterem Summen des Gerätes sogar hören könnt. Ihr werdet den Unterschied unmittelbar merken – eurer Bart und eure Haut werden es euch danken.

Foto: lobstock/Gettyimages



körper  team

• **Fettzellenreduktion durch Kälte** •
– kostenfreies Beratungsgespräch –

NEU ERÖFFNET!

Unser Neubau ist abgeschlossen.
Am „alten“ Standort ist eine neue,
moderne Praxis für die Chiropraktik
Nord und unsere Patienten entstanden.

Eingebettet in die neue Praxis steht uns
der Insight Millenium Wirbelsäulen-Scan
zur Schmerzdagnostik zur Verfügung.

Vereinbaren Sie jetzt einen Termin –
unser Team freut sich auf Sie.



Lars Löptien
HEILPRAKTIKER

Kieler Chaussee 57 · 24214 Gettorf
Telefon 04346 36 97 51

www.chiropraktik-nord.de
info@chiropraktik-nord.de

Trink dich fit!



ENERGIEBOMBE: ROTER BEEREN-SHAKE

ZUBEREITUNGSZEIT 10 Min.

ZUTATEN für 4 Personen

- 60 g Haselnusskerne
- 500 g gemischte Beeren (TK)
- 1 l Milch
- 4 EL Honig

ZUBEREITUNG

1. Die Haselnüsse in einem Hochleistungsmixer zerkleinern. Beeren zufügen und nochmals zerkleinern.
2. Milch sowie Honig dazugeben und alles fein pürieren. In 4 Gläser füllen und mit etwas Mineralwasser auffüllen.

So gehts besser: Die tiefgefrorenen Beeren noch in der Verpackung einmal durchkneten oder schütteln, sodass die Beeren sich lösen und nicht in Form eines großen Fruchtklumpens in den Mixer gegeben werden. Flüssiger Honig mildert die Fruchtsäure der Beeren herrlich ab!

GESUNDHEITSTIPP

Die Haselnüsse liefern gesunde Fettsäuren und sorgen für eine gute Sättigung. Gemischte Beeren sind eine echte Vitaminbombe. Sie liefern eine Menge Vitamin C sowie Eisen und sind eine gute Wahl, um fit in den Tag zu starten.



ENDLICH DURCHATMEN UND DURCHSTARTEN

Das Training bei Mrs.Sporty geht weiter – digital und im Club

Nach langer Pause war es am 18. Mai endlich soweit: Die Fitnessstudios in Schleswig-Holstein und somit in Kiel durften wieder öffnen. „Besonders Frauen wurde in den letzten Wochen viel abverlangt. Regelmäßige sportliche Aktivitäten wurden für die Familie und den Beruf oft hintenangestellt“, erklärt Mrs. Sporty-Club-Inhaberin Claudia Fahrentholz. Während der vorübergehenden Schließung ihres Frauenfitnessclubs standen sie und ihr Trainerinnenteam im engen Austausch mit den Mitgliedern – inklusive Live-Workouts zu Hause. An dieser Stelle möchte sie sich

ganz herzlich bei ihren Mitgliedern für die Treue in dieser herausfordernden Situation bedanken.

Obwohl der Zusammenhalt trotz Abstandsregelungen durchweg stark war, freut sie sich, dass sie die Frauen nun wieder persönlich beim Training unterstützen kann. Mit der Kombination aus funktionellem Training und dem Einsatz von digitalen Smart-trainer-Stationen, lassen sich im Boutique-Fitness-Club **Mrs.Sporty** strenge Auflagen zu Abstandsregelungen, Hygiene- und Sicherheitsvorkehrungen sehr gut umsetzen.

Eine qualifizierte Fitnesstrainerin begleitet die Workouts im Club – natürlich mit ausreichend Abstand und ohne Körperkontakt. Mithilfe der Mrs.Sporty OneApp, 30-minütigen Live-Trainingsessions, Express-Workouts und Webinaren für die Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung halten sich weiterhin die Mitglieder zuhause fit, die noch nicht in den Club kommen können oder wollen. Im Rahmen der Wiedereröffnung schenkt Mrs.Sporty den ersten 50 neuen Mitgliedern jetzt das Startpaket. Mehr Infos unter www.mrssporty.de.

MRS.SPORTY

Die ersten
50 Neumitglieder
sparen
129 €*

ENDLICH!

DURCHATMEN & DURCHSTARTEN

#ichbineinemrssporty

* Starte jetzt und erhalte das Startpaket für 0 Euro anstatt der regulären 129 Euro.
Das Angebot gilt für die ersten 50 Neumitglieder bei Abschluss einer Mitgliedschaft. Zusätzlich fallen einmalig Kosten für die Aktivierung der Mitgliedschaft (25 Euro) an. Alle Preise inkl. 19 % MwSt.
Fahrentholz & Fahrentholz GbR, Walkerdamm 17, 24103 Kiel.
Fahrentholz & Fahrentholz GbR, Prinz-Heinrich-Str.20, 24106 Kiel.
Inhaber 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 Kiel-Kronshagen
Kieler Straße 86, 24119 Kronshagen, Tel.: 0431 - 53 49 415



AUGENARZTBESUCH AUCH IN CORONA-ZEITEN?!

Die Praxen der **Augenlinik Rendsburg** sind auch in diesen besonderen Zeiten für ihre Patient*innen da. Alle haben sich den veränderten Bedingungen angepasst, so wird von allen ein Mund-Nasen-Schutz getragen und auch im Anmeldebereich gibt es wieder Schutzscheiben. Dr. Wüstenberg, einer der sechs Inhaber der Augenlinik Rendsburg, betont, dass auch vor Corona/SARS-Co2 die Praxen und Klinik einem strengen Hygieneplan unterworfen waren, der von dem geschulten Personal genau durchgeführt wird.

„Es ist ja nicht so, dass es im Augenbereich keine ansteckenden Krankheiten gibt. Selbstverständlich wurde auch vor Coronazeiten sehr viel Wert auf die Hygiene am Arbeitsplatz gelegt. Die Patienten müssen sich sicher fühlen und sicher sein. Deswegen haben wir schon länger auf Begrüßung mit Handschlag verzichtet und schenken mehr als ein Lächeln!“ Aus Sicherheitsgründen wurden die Terminkalender optimiert, so dass nicht mehr Patient*innen in der Praxis warten müssen als notwendig.

„Selbstverständlich sind wir immer für unsere Patient*innen da! Hier in Kiel in den Augenarztpraxen Gablenzbrücke und Schrevenpark. Im Augen-OP-Zentrum in der Auguste-Viktoria-Straße bieten wir auch extra Beratungstermine bei bevorstehenden Operationen an. Wird die Behandlung mit dem Femtosekundenlaser gewünscht, ist das im Stammhaus in Rendsburg einfach möglich.“, erläutert Dr. Häring, ebenfalls Partner der Augenlinik Rendsburg.

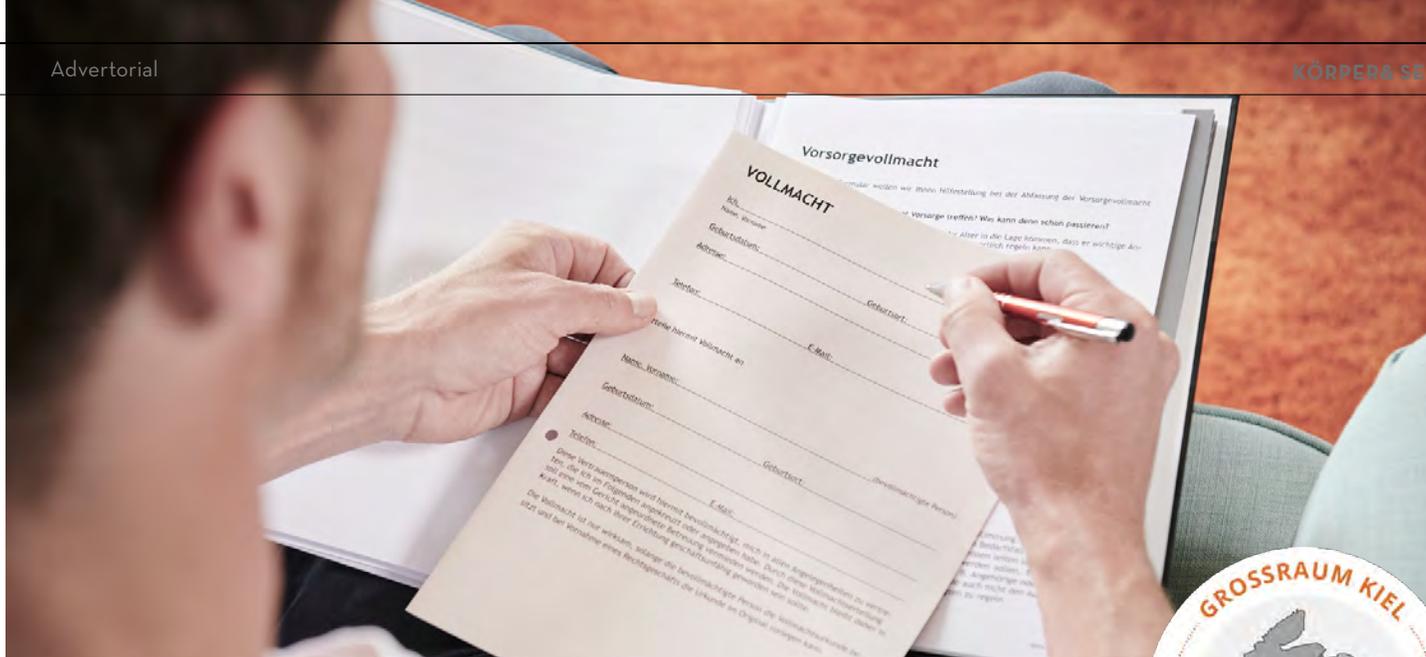
Ob Katarakt, Netzhauterkrankung oder Grüner Star – die Verantwortung der Augenlinik ist es, Patient*innen sicher zu begleiten. Das wird auch in der Zukunft so fortgeführt. Eine Terminvereinbarung für die Praxen Gablenzbrücke unter Tel.: (0431) 67 51 99 und Schrevenpark, Tel.: (0431) 55 40 43, ist in diesen Zeiten einfach unerlässlich.

Dr. med.
M. Wüstenberg



Dr. med.
G. Häring





MIT DEM VORSORGE- UND NOTFALL-ORDNER DIE ANGEHÖRIGEN ENTLASTEN

VORBEREITUNG FÜR DEN FALL DER FÄLLE



Ein Altraumszenario: Ein Unfall oder eine plötzliche Erkrankung reißt einen Menschen aus dem Alltag. Von jetzt auf gleich ist er nicht mehr ansprechbar, kann keine eigenen Entscheidungen treffen. Die Familie ist plötzlich mit zahlreichen Fragen und Problemen konfrontiert: Wo sind wichtige Unterlagen? Welche Medikamente werden regelmäßig eingenommen? Soll im medizinischen Notfall künstlich beatmet werden?

Um seine Angehörigen im Fall der Fälle mit diesen Sorgen nicht allein zu lassen, sollte jeder vorsorgen. Dabei gibt es viele unterschiedliche Bereiche zu bedenken: von der Patientenverfügung über finanzielle Informationen und Vollmachten bis hin zum Testament.

MIT EINEM VORSORGE-ORDNER SIND ALLE UNTERLAGEN SCHNELL ZUR HAND

Die übersichtliche Struktur des Vorsorge-Ordners ermöglicht stets ein schnelles Finden des gewünschten Themas. Dazu kommen Hilfestellungen und Tipps zum Ausfüllen sowie Vordrucke, Formulare und Checklisten. Zusätzlich ist ein Notfallausweis enthalten. Dieser kommt ins Portemonnaie und weist darauf hin, dass etwa eine Vorsorgevollmacht und eine Patientenverfügung zu Hause hinterlegt sind. Falls etwas Unvorhergesehenes passiert, sind somit alle Wünsche und Anordnungen an einer Stelle vermerkt. Angehörige oder Hinterbliebene müssen sich so keine Sorgen mehr machen, ob sie dem Willen des geliebten Menschen entsprechen.

WIE REGELT IHR EURE VORSORGE AM BESTEN?

Sich über zukünftige Probleme und Hürden Gedanken zu machen, schiebt man gern vor sich her. Im Hinterkopf lauert dabei aber stets die Sorge: Was passiert, wenn etwas passiert? Dagegen hilft es, sich einmal ausgiebig mit dem Thema Vorsorge zu beschäftigen. So schafft ihr für euch und eure Angehörigen einen sauberen und klaren Überblick über eure persönlichen Daten. Eine Finanzübersicht ist ebenfalls sinnvoll. Dazu kommen verschiedene Vollmachten wie eine Konto- und Generalvollmacht, eventuell eine Patientenverfügung sowie Wünsche zur eigenen medizinischen Versorgung im Notfall. Auch der Bereich Testament sollte abgedeckt sein, ebenso wie der digitale Nachlass – was also beispielsweise mit dem Facebook-Profil passieren soll. Im Anschluss könnt ihr euch guten Gewissens zurücklehnen, da für den Fall der Fälle alles vorbereitet ist und bei Angehörigen keine Fragen offenbleiben. **Der Vorsorge-Ordner „Edition Kiel“ ist rund um die Uhr bestellbar für 19,90 Euro unter www.der-vorsorgeordner.de.**



WAS ENTHÄLT DER ORDNER?

Der Vorsorge-Ordner „Edition Kiel“ beinhaltet 80 Seiten mit Vordrucken, Tipps und Infos:

- Persönliches
- Finanzen
- Vollmachten
- Krankenhauseinweisung
- Testament
- Todesfall

HUNGER & Durst

Langsam aber sicher gewöhnen wir uns eine neue Art der Gastronomiebesuche an: Mit Abstand, mit Vorsicht, aber vor allem mit Lust auf gutes Essen. Wer dennoch lieber zuhause isst, für den haben wir einen heißen Tipp: das Karolinen Daily. Auch sonst schauen wir für euch auf den nächsten Seiten, was sich in Kiel hinter den Herden und Öfen endlich wieder tut.



PS: Dieser leckere Salat ist von Karolinen Daily - mehr dazu auf der nächsten Seite.

KAROLINEN DAILY: FRISCH, NACHHALTIG – UND GELIEFERT

„ENDLICH HASTE MAL RICHTIG GUT GEKOCHT!“

Vorsicht: Die folgenden Bilder könnten euer Lieferserviceverhalten stark verändern. Denn was ihr hier seht, ist nicht nur richtig lecker, sondern auch regional, frisch, nachhaltig und vor allem: Es wird euch bis an die Haustüre geliefert. Redakteurin Ramona hat das neue Karolinen Daily mal getestet.



Die Gerichte kommen in wiederverwendbaren Gläsern: Weniger Müll, super nachhaltig



Frisch angerichtet steht das gelieferte Essen einem Restaurantbesuch in nichts nach

Als die Frage aufkam, ob ich einen neuen Lieferservice testen möchte, war ich zunächst verunsichert. Ich bin großer Fan von gutem Essen, lege Wert auf ausgesuchte Zutaten und vor allem bin ich Fan des less-waste Prinzips: Je weniger Müll, desto besser. Lieferservice haben nicht den Ruf, besonders nachhaltig zu sein. Bis jetzt. Denn schon die Homepage von **Karolinen Daily** macht klar: Hier läuft der Hase anders. Die Gerichte werden nicht in Styroporboxen geliefert, sondern in Gläsern.

Das Prinzip der „Speisekarte“ ist klasse: Die Basis-Gerichte sind vegetarisch, teilweise sogar vegan und je nach Ausführung könnt ihr euch für Hähnchen, Rind oder auch Garnelen entscheiden. Das ist deswegen möglich, weil hier alles frisch gekocht und zubereitet wird. Die Bestellzeit muss daher auch mindestens 3 Stunden vorher erfolgen. Aber da ich an diesem verregneten Montag schon morgens weiß, dass ich keine Lust habe, einkaufen zu gehen und etwas auf den Teller zu zaubern, ist das kein Problem. Also bestelle ich einen Bulgur-

salat mit Garnelen, für den Herren des Hauses das beliebte Thai Kokos Curry und nur zur Sicherheit, falls jemand nicht satt wird, noch eine Möhrensuppe mit Ingwer dazu. Kleiner Teaser: Die Suppe brauchten wir nicht, die Portionen sind total ausreichend. Dafür habe ich mich am nächsten Tag über die Suppe gefreut. Der Clou ist nämlich, dass die Gerichte frisch gekocht werden – aber ihr sie euch genau dann warm macht, wann ihr wollt. Schluss mit lauwarmen Liefer-Nudeln!

Kurz vor 18 Uhr klingelt es an der Tür, ein netter, junger Mann mit Abstand und Maske hält mir einen Karton hin: „Hier bitteschön, Ihre Bestellung.“ Jetzt bin ich gespannt. Es fällt wirklich kaum Müll an, die Gerichte sehen lecker aus. Den Tisch habe ich bereits gedeckt, das Curry erwärme ich kurz und dann können wir unser Montags-Dinner genießen. Der Salat ist richtig lecker, das Dressing dazu minzig-frisch. Und das Curry? „Endlich hast du mal richtig gut gekocht“, nuschelt mein Freund, während er sich die letzte Gabel in den Mund schiebt. Na dann. Sind ja alle glücklich!

Wer sich selbst überzeugen will, schaut unter www.karolinen-daily.de vorbei. Lieferzeiten sind Mo-Sa von 10–18 Uhr. Ab 10 Gläsern holt Karolinen Daily die Gläser ab, alternativ könnt ihr sie direkt bei der Fleischerei Thomsen in der Edisonstraße 20 zurückgeben. Die Gläser werden gereinigt und wiederverwendet.





Gemütlich: die Sommerterrasse des L.O.K.S.

VOR ORT DIE WELT GENIESSEN

Ein Bahnhof steht für Aufbruch und für Reisen an ferne Ziele. Gerade in diesem Jahr ist die Sehnsucht danach wohl noch größer als sonst. Wie schön, wenn man sich das Gefühl vom „Unterwegssein“ ganz einfach ganz nah holen kann. Denn in dem historischen Bahnhof in Einfeld sorgt das **Restaurant L.O.K.S.** für genussvolle Reisen. Wenige Schritte vom Einfelder See gelegen, punktet der Standort durch die Lage zwischen Dosenmoor und See. Auf der Sommerterrasse ange-

kommen genießen Gäste dann ihr leckeres Essen. Hinter den historischen Mauern geht es wunderbar weiter. Gerichte aus aller Welt, ergänzt um wechselnde Länderschwerpunkte und eine Auswahl veganer Gerichte bilden die „Reisekarte“ des L.O.K.S.. Dabei kommen vor allem täglich frische regionale Produkte auf den Teller. Im L.O.K.S. können Gäste also dem Rest der Welt ganz nah sein, ohne Schleswig-Holstein verlassen zu müssen. Mehr unter www.loks-restaurant.de.

IM GÜTERBAHN- HOF WIRD GEZAUBERT

Bereits im Februar kündigte Lars Farien an, mit einer neuen Gastronomie in der Eventlocation des Güterbahnhofs aufzumachen. Ab sofort erhaltet ihr im „Budenzauber Deli“ regionale Produkte nach Marktlage.



Mit dem neuen Budenzauber Deli hat Lars Farien sein neues Lokal im Kieler Güterbahnhof eröffnet

Am Güterbahnhof tut sich was. Auch wenn die Probleme für die Gastronomie gerade nicht zu unterschätzen sind. Doch für den Kieler Gastronomen Lars Farien ist die Situation sogar eine gute Gelegenheit, neue Wege zu gehen. Sein Lebensmotto „nicht labern, sondern machen“ lässt ihn auch in diesen Zeiten über die Bordsteinkante hinausdenken.

NEUER PLAN NIMMT FORM AN

Alles, nur nicht tatenlos: Während sein Team in diesen Tagen das Projekt „Satt-Mission“ unterstützt und kostenlos für bedürftige Menschen kocht, denkt Farien selbst seine Gastronomie und insbesondere den Güterbahnhof von morgen neu. Wochenlang hat er geplant, entwickelt und konzipiert und nun nehmen seine Pläne Form an. Und Farien beweist seit Jahren ein gutes Gespür für außergewöhnliche Konzepte – hat mit Budenzauber eine Qualitätsmarke geschaffen und mit seinen Locations wie Treibgut oder Güterbahnhof einen besonderen Innovationsgeist nach Kiel gebracht.

FRISCHE, REGIONALE KÜCHE

Sein neuestes Projekt – die Neuinterpretation des Güterbahnhofs – werde nun sein schönster Laden werden, sagt er schon jetzt voller Begeisterung. Dazu schärft er mit „Budenzauber Feine Kost“ auch seinen Markenauftritt. Unter dem übergeordneten Namensdach gibt es dann neben dem Catering, ein Tagesrestaurant und einen Frischemarkt. Der Güterbahnhof ist damit ein Ort, den man täglich besuchen kann, er bleibt aber auch weiterhin ein Veranstaltungsort. Und weil die besten Feste bekanntlich in der Küche stattfinden, öffnet Farien seine Küche im Güterbahnhof und bietet mit dem neuen Deli bereits in Kürze einen täglichen Mittagstisch für jedermann. Vegetarische Gerichte, Salate und fleischhaltige Speisen bietet Frank Farien ab sofort von Montag bis Samstag im neuen alten Güterbahnhof im Tonberg 15 an. Gekocht wird nach eigenen Rezepten. Es soll ein Lieblingsort für alle werden, an dem man wirklich das Gefühl hat, Fariens Gast zu sein. Und auch die nächste Idee steht schon in der Startlöhern: Mit dem Budenzauber Frischemarkt möchte Farien im Spätsommer einen Feinkostladen eröffnen. Weitere Infos unter www.budenzauber-catering.de.

LEIDENSCHAFTLICH. ORIGINELL. KULINARISCH. SCHLEMMEN.



L.O.K.S.

RESTAURANT

WIR FREUEN
UNS SIE ZU
VERWÖHNEN

- Täglich frisch gewokt ab 17:00 Uhr
- Dienstag und Mittwoch ist Ruhetag
- Wechselnde Länderkarte
- Veganes Angebot

IM EINFELDER BAHNHOF
Einfelder Schanze 3
24536 Neumünster

JETZT RESERVIEREN
TEL. 04321.78 39 530
www.loks-restaurant.de



Advertorial

EIN STÜCK ITALIEN IN LABOE

Typisch italienische Küche mit traumhaften Blick über die Kieler Außenförde – diese unschlagbar schöne Kombination findet ihr im Casa Tripaldi in Laboe. Das Restaurant liegt direkt am dortigen Yachthafen, dessen Treiben man von der großzügigen, geschützten Terrasse aus beobachten kann. Hier und im Innenbereich – von wo aus man ebenfalls eine tolle Aussicht hat – servieren Donato Tripaldi und sein Team frischen Fisch, Fleisch, Steinofen-Pizza, Pasta, Salate und wechselnde saisonale Kreationen. Die Location im Fördewanderweg zeichnet sich nicht nur durch die enorme Vielfalt der italienischen Küche aus, sondern bietet außerdem eine

große Bandbreite an möglichen Nutzungen der stillvollen und zurückhaltend gestalteten Räume. Auch Eltern können hier entspannt essen, denn im Casa Tripaldi gibt es nicht nur einen durch eine Glastür abgetrennten Kinderspielbereich mit Spielzeug, Büchern und Malsachen, sondern in unmittelbarer Nähe auch noch einen Spielplatz zum Toben. Mediterran trifft Maritim: Ein Besuch im Casa Tripaldi ist wie ein wohlverdienter Kurz-Urlaub.

Casa Tripaldi,
Fördewanderweg 2,
24235 Laboe,
Tel.: (04343) 424 20,
www.casa-tripaldi.de



Neue Speisekarte – Neue Öffnungszeiten!

Liebe Gäste,

mit der Lockerung der Corona-Maßnahmen haben auch wir den Betrieb wieder aufgenommen.

Wir starten mit frischem Wind und einer neuen Speisekarte mit vielen leckeren Gerichten der italienischen Küche!

Natürlich gibt es auch weiterhin Steaks und Fisch vom Grill und für alle, die sich im Freien besser fühlen, steht unsere große Terrasse bereit.

WE'RE OPEN!

Umbau Halle400 verschoben



ARGENTINISCHES UND MEDITERRANES RESTAURANT & COCKTAILBAR
STEAKS & FISCH VOM GRILL

Kiel · An der Halle400 1 · (04 31) 36 400 36 · www.fuegodelsur.com

Mo-Fr 11:30-22:00 Uhr (Mittag bis 14:30, Küche bis 21:00 Uhr)

Sa 17:00-22:00 Uhr (Küche bis 21:00 Uhr)

So geschlossen

**Wir halten durch
und das mit
Leidenschaft!**

Foto: Pepe Lange



UNSER LAIB FÜR EURE SEELE

Backen für ein gutes Bauchgefühl – damit ein bisschen Normalität bleibt.

Die **Bäckerei Günther** ist „systemrelevant“, heißt es. Alle Bäckereien gehören in diese Kategorie. Das bedeutet, die Läden durften geöffnet bleiben und es wurden weiter Backwaren verkauft. Das garantierte zwar weiterhin Umsätze, doch ein wesentlicher Teil des Geschäfts – der Cafébetrieb – entfiel für viele Wochen komplett. Was macht die Krise mit dem Familienbetrieb Bäckerei Günther?

KIELerleben: Hallo Moritz, jetzt dürft ihr die Sitzbereiche endlich wieder für eure Gäste öffnen, erleichtert?

Moritz Günther: Ja klar! Wir freuen uns, dass wir nun wieder etwas hochfahren können. Aber es ist und war nicht einfach für uns, wie für alle ...

Was ist/war besonders herausfordernd für euch?

Ich sollte nicht rumjammern, da wir immerhin noch etwas Umsatz haben. Unser Team hat wirklich super zusammen gearbeitet und einen tollen Job gemacht in dieser besonderen Situation. Aber wir sind einfach eine Art Nischen-Bereich. Wie sind weder reine Gastronomie noch ausschließlich Handel. Die jetzigen Hygienevorschriften sind für die Verkäuferinnen wirklich eine Herausforderung. Mal sehen, wann sich Gäste und Mitarbeiter eingegroovt haben.

Gibt's denn auch gute Auswirkungen der Corona-Krise aus deiner Sicht und in Bezug auf die Bäckerei Günther?

Definitiv! Das Gemeinschaftsgefühl ist überlegend. Alle haben sofort auf einen neuen Modus geschaltet und ihr Bestes gegeben,



Das ganze Günther-Team ist für euch da, auch Backstubenhelfer Mommodu Gayé

den Laden am Laufen zu halten. In kürzester Zeit haben wir zum Beispiel unseren Online-shop aus dem Boden gestampft oder spontan einen Drive-In von der LKW Laderampe ausprobiert. Leider mussten wir jedoch unser Sortiment etwas reduzieren, damit die Bäcker-Teams in der Backstube unabhängig voneinander arbeiten konnten, um das Ansteckungsrisiko auf ein Minimum zu reduzieren.

Aber Brot und Brötchen kauften die Leute doch nach wie vor ... warum also weniger Umsatz?

Der Cafébetrieb macht einen ganz wesentlichen Teil für uns aus. Das hat uns getroffen. Außerdem überlegen sich die Menschen zweimal, ob sie ihr Brot beim notwendigen

Einkauf im Supermarkt gleich mit kaufen, oder nochmal extra zum Bäcker gehen. Zum Glück schätzen viele in unserer Region unser Handwerk und den echten Geschmack nach wie vor.

Ihr habt jetzt eine große Kampagne im Kieler Raum laufen, von vielen Plakatewänden lächeln uns coole Gesichter, unter anderem auch du, entgegen. Warum jetzt?

Wir möchten einfach zeigen, dass wir da waren, sind und bleiben! Wir halten durch und das mit Leidenschaft! Die Models sind übrigens alle unsere Mitarbeiter. Wir sind so stolz darauf, dass sie mit solcher Überzeugung hinter dem Betrieb stehen. Ich liebe die Motive!

Auf was können sich die Gäste denn jetzt in den kommenden Wochen einstellen?

Ich kann leider nicht in die Zukunft sehen. Wir wissen nur, dass die Gäste und auch wir uns umgewöhnen müssen. Man muss, wie überall, mit Maske die Läden betreten. Am Tisch darf man sie abnehmen, aber nicht auf den Tisch legen. Alle müssen den Abstand zueinander wahren ... an den Toiletten darf sich keine Schlange bilden und so weiter. Es wird vieles anders sein, aber ein wenig Normalität kehrt zurück. Für viele unserer Gäste ist der regelmäßige Besuch bei uns, mit Kaffee und Kuchen ein wichtiger Bestandteil des täglichen Lebens, des Kontakts mit anderen Menschen. Schön, dass wir das jetzt wieder bieten können. Alle haben Lust darauf, sich endlich wieder um unsere Gäste zu kümmern. Wir sind von Herzen Gastgeber, das hat uns gefehlt.

ERDBEERSAISON IST ERÖFFNET

Erdbeeren: Die süßen roten Früchtchen werden jedes Jahr wieder sehnsuchtsvoll erwartet. Damit euch die kreativen Ideen nicht ausgehen, zeigen wir euch zwei frische Rezepte, die ihr so noch nicht kanntet.



ERDBEER-SCHOKO- BISKUITROLLE

Zubereitungszeit 1 Std.

Zutaten für etwa 10 Stücke

- 5 Eier
- 155 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 100 g Weizenmehl Type 405
- 1/2 Pck. Backpulver
- 50 g Kakaopulver
- 1 Prise Salz
- 400 g Erdbeeren
- 400 g Sahne
- 2 Pck. Sahnesteif
- 50 g Schokoraspel

Zubereitung

1. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eier trennen. Eigelb mit 100 g Zucker und dem Vanillezucker schaumig rühren. Mehl, Backpulver und 30 g Kakaopulver mischen und zur Eigelbmischung sieben, dann gut unterrühren. Eiweiß mit dem Salz steif schlagen. Eiweiß nach und nach ebenfalls unterheben, alles zu einem glatten Teig rühren.

2. Den Teig auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und glatt streichen. Im heißen Backofen 10–12 Min. backen. Ein sauberes Geschirrtuch mit 2 EL Zucker bestreuen. Den Biskuit aus dem Ofen nehmen und vorsichtig auf das Handtuch stürzen. Das Backpapier abziehen und den Biskuit mit dem Tuch locker aufrollen. Vollständig abkühlen lassen.

3. Für die Füllung die Erdbeeren ggf. waschen, vorsichtig trocken tupfen und vom Grün befreien, dann in Würfel schneiden. Sahne mit Sahnesteif und übrigem Zucker steif schlagen. Restliches Kakaopulver dazu sieben, 2/3 der Schokoraspel zugeben und alles glatt rühren.

4. Abgekühlten Biskuit vorsichtig entrollen. Etwa 2/3 der Schokosahne gleichmäßig darauf verstreichen. Mit 2/3 der Erdbeeren bestreuen, diese leicht andrücken und den Biskuit anschließend wieder aufrollen. Mit der offenen Stelle nach unten auf eine Kuchenplatte setzen.

5. Übrige Schokosahne und Erdbeeren auf der Biskuitrolle verteilen und mit den restlichen Schokoraspeeln bestreuen, dann servieren.



ERDBEER-RHABARBER-EIS MIT MASCARPONE

Zubereitungszeit 50 Min. zzgl. ggf. 4 Std. Kühlzeit

Zutaten für 4 Personen

- 350 g Rhabarber
- 250 g Erdbeeren
- 100 ml Cointreau
- 125 g Zucker
- 200 g Sahne
- 250 g Mascarpone

Zubereitung

1. Den Rhabarber putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden. Erdbeeren ggf. waschen und vorsichtig trocken tupfen. Je nach Größe halbieren oder vierteln.

2. Rhabarber, Erdbeeren, Cointreau und Zucker in einen Topf geben und aufkochen lassen. Bei geringer Hitze 8–10 Min. zugedeckt köcheln lassen. Dann den Topf vom Herd nehmen und vollständig abkühlen lassen.

3. Sahne steif schlagen. Mascarpone glatt rühren und zusammen mit der Rhabarber-Erdbeer-Mischung unter die Sahne heben. In eine Eismaschine geben und nach Her-

stellerangaben gefrieren lassen. Alternativ in ein verschließbares Gefäß geben, im Gefrierfach mind. 3 Stunden gefrieren lassen. Dabei etwa alle 45 Min. mit einer Gabel einmal umrühren, damit sich keine Eiskristalle bilden.



Rezept-Ideen aus der aktuellen „LandRezept“. Für 4,99 Euro im Zeitschriftenhandel oder über www.falkemedia-shop.de.

Karolinen

DAILY & CATERING

„Essen darf Spaß machen.“

Lieferdienst und Catering

Wir arbeiten mit frischen Produkten aus der Region.

Lieferdienst Mo. – Sa. 10.00 – 18.00 Uhr.

Caterings jederzeit.

Frisch gekocht

nachhaltig und **lecker**

Wir bieten Ihnen eine Vielzahl an
Hausgemachten Speisen,
die durch Qualität und Frische überzeugen.



VEGETARISCH



VEGAN



GLUTENFREI



LAKTOSEFREI



Karolinen Daily

Eventbüro Kiel GmbH | Edisonstraße 20 | 24145 Kiel | Tel.: 0431 – 26 09 190
info@karolinen-kiel.de | www.karolinen-daily.de

WI KAAMT WEDDER.



... und freuen uns bannig auf die Spielzeit 2020/21 mit Euch!

Unter anderem mit:

Öven bet dat Wunner kümmt
Komödie, ab September 2020

Allens Düütsch – oder wat?
Komödie, ab Oktober 2020

Das tapfere Schneiderlein
Märchen, ab November 2020

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

NIEDERDEUTSCHE BÜHNE KIEL
Günn Di wat - günn Di Platt!



WI KAAMT WEDDER

Die Niederdeutsche Bühne Kiel freut sich schon bannig auf ein Wiedersehen in der neuen Spielzeit 2020/2021. Das bunte und abwechslungsreiche Programm beginnt im September mit der geheimnisvollen Paartherapie „Öven bet dat Wunner kümmt“. Eine derart akute Spannung zwischen den Klienten einer Therapeutin erfordert eine ganz spezielle Maßnahme: die Wunderübung. Und was ist denn eigentlich typisch deutsch? In der Komödie „Allens Düütsch – oder wat?“ wird durch einen bürokratischen Irrtum eine Multi-Kulti-Studenten-WG als Familie eingestuft. Beim Termin mit der Wohngemeinschaft spielt die kunterbunte Wohngemeinschaft die perfekte deutsche Familie. Doch wie wird man so schnell zum richtigen



Germanen? Ab November zieht „Das tapfere Schneiderlein“ vom Theater am Wilhelmplatz hinaus in die Welt. Eine fröhlich-bunte Märchenversion in hochdeutscher Sprache für Kinder ab vier Jahren. Und im nächsten Jahr folgen die Schauspiele „Elling“ und „De golden Anker“ sowie die Komödien „Dressierte Mann“ und „Hotel Mama“.

Aktuelle Informationen zu Tickets, Terminen und Spielplan unter www.nbkiel.de.
Ab September - Niederdeutsche Bühne Kiel

Foto: Cynthia Renneberg

BUCHTIPP

TIPP
DER BUCHHANDLUNG
ALMUT SCHMIDT



Hauke Harder

Advertorial

LU BONAUER VERRAT AN DER EWIGEN LIEBE?

Eine fast perfekte Novelle, die zum Weinen schön ist. Es geht um die große und ewige Liebe und wird dabei niemals kitschig oder verklärend.

Die Liebenden bei den Dünen sind ein älteres Ehepaar, Romy und Silas. Sie haben sich jung kennengelernt, die Weltliteratur brachte sie zusammen. Beide suchten und glaubten fest an die unendliche und wahre Liebe, die sie nun gefunden hatten. Sie wollen im Leben alles gemeinsam machen und auch gemeinsam sterben. Als Romy an Alzheimer erkrankt, halten sie fest an diesem Pakt. Sobald es mit dem Krankheitsbild schlimmer wird, wollen sie gemeinsam gehen. Es ist ihr Geburtstag und heute soll es geschehen. Der letzte Spaziergang und dann wollen sie ihr sogenanntes Sterbeli trinken. Sie sitzen in Harmonie vor ihrem Haus in den Dünen. Sie halten sich an den Händen und sind bereit zu gehen. Wenige Stunden später erwacht Silas. Hat er geträumt?

Als er die Situation erfasst und neben sich seine tote Frau erblickt, fragt er sich, warum er noch lebt? Hat er sie verraten, sie im Stich gelassen? Das Überleben schmerzt. Dann macht er eine Entdeckung, die vieles anders erscheinen lässt.

Eine klassisch erzählte Novelle, die neben dem Höhe- und Wendepunkt auch einen Kunstgriff am Ende verwendet. Dort, wo Worte nichts mehr sagen können, bleibt das Schweigen ... Ein Text, der nirgends ein Zuviel aufweist, stets ausgewogen mit den Motiven und Figuren spielt. Eine ungewöhnliche und ergreifende Liebesgeschichte. Wer an die Liebe glaubt, sollte diese Novelle lesen. Wer auf der Suche ist nach Literatur, die an Klassiker wie Shakespeares „Romeo und Julia“ oder Aitmatows „Dshamilja“ heranreicht, wird hier fündig.

Lu Bonauer
Die Liebenden bei
den Dünen



Lu Bonauer:
Die Liebenden bei den Dünen, Kommode Verlag,
15 Euro, www.buchhandlung-friedrichsort.de,
www.leseschatz.com

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

Gerne beraten wir Sie.

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



**JETZT HÖREN
UND GRATIS
ABONNIEREN**

z. B. AUF SPOTIFY
ODER DEM
PODCATCHER
DEINER WAHL

KIELERLEBEN PODCAST „STADTGESPRÄCH“

BLEIBT MIT UNS AM BALL!

Mit „Stadtgespräch“ – dem KIELerleben Podcast haben wir eine weitere Plattform ins Leben gerufen, die euch über Neuigkeiten in der Landeshauptstadt auf dem Laufenden hält. Grafikerin Marleen Osbahr und Redakteur Sebastian Schulten diskutieren in den Episoden über Themen, die Kiel bewegen und laden jeweils einen Interviewpartner als Experten auf seinem Gebiet ein. Gerade in Corona-Zeiten tut sich ja einiges in der Stadt. Es geht darum, die lokale Wirtschaft zu stärken und Unternehmen, Einzelhändlern und der Gastronomie-Branche eine Stimme zu geben. Im „Stadtgespräch“ kommen die Gäste zu Wort, die stellvertretend für eine Branche oder Initiative ihre Sicht der Dinge schildern. In den ersten Folgen berichteten bereits Max Kühl von Lillebräu, Svea Gerull von Highlight Concerts sowie Lena Schäfer als Spargelbauerin von ihrem Arbeitsalltag während der Pandemie. Außerdem waren die „Omas gegen Rechts“ zu Gast, die von ihrer Initiative berichteten und warum sie sich auch während Corona engagieren. Mit Owl2Go ist ein neues Kieler Unternehmen an den Start gegangen, die mit einer pfiffigen Lösung für den Kunden für weniger Wartezeiten und mehr Effektivität sorgen wollen. Uns haben sie erzählt, wie es funktioniert. Also: Bleibt am Ball und folgt unserem Podcast „Stadtgespräch“ über iTunes, Apple Podcast, Spotify oder Podigee. Alle Folgen findet ihr natürlich auch unter www.kielerleben.de.

Spende und werde ein Teil von uns.
seenotretter.de



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

    **#teamseenotretter**



CROWDFUNDINGS UND BÜHNENSTREAMINGS

HARTE ZEITEN FÜR CLUBS UND KULTUR

Wir alle vermissen unsere Stammkneipe, Clubs und Konzerte in Kiel. Weil es Gastronomen und Clubbetreiber wohl am schwersten haben, gibt es eine Reihe von Initiativen und Ideen, wie ihr eure Lieblingslocation unterstützen könnt.

Jannek Schmitt steht regelmäßig als DJ Beauty & The Beats an den Plattentellern und ruft befreundete Musiker zum Konzertabend auf



Im Mai stellte das Theater Kiel einige Aufführungen wie „Tosca“ von 2012 auf seinem YouTube Kanal zur Verfügung



KONZERTABENDE IM LIVESTREAM

In der Zeit von Social Distancing halten wir Kieler zusammen. Besonders die Kulturszene ist vom Shut-Down betroffen. Jannek Schmitt alias Beauty & The Beats trommelte befreundete Künstler für eine digitale, besonders solidarische Aktion zusammen. Schmitt realisierte unter dem Motto „Together at Home“ an den Samstagabenden einen Live-Stream via YouTube, in dem verschiedene Kieler Künstler einige ihrer Songs im Video zum Besten geben. Nebenbei kann jeder Zuschauer vor dem heimischen Gerät seinen Teil für die Unterstützung der lokalen Szene beitragen und einen Betrag spenden. Auf dem YouTube Kanal von Together Kiel findet ihr die vergangenen Auftritte der Künstler und den gesamten Stream der letzten Episoden.

KIELER CLUBS BRAUCHEN EURE HILFE

Wenn euch auch am künftigen Nachtleben etwas liegt, habt ihr hier die Möglichkeit zusammenzulegen und zu spenden. Worum es geht? Um nicht weniger als die Zukunft der lokalen Kieler Club- und Kneipenszene. Um den Erhalt der Kieler Clubkultur in Zeiten von COVID-19. Bereits seit Monaten steht das Nachtleben still, Umsätze sind gänzlich zum Erliegen gekommen. Ziel ist es, möglichst jeden Kieler Club durch die Krise zu bekommen, wenn auch mit ein paar Schrammen. Together Kiel sammelt auf der Crowdfunding-Seite in den kommenden Wochen Spenden, damit die Türen der Läden, die zu Kiels Kulturszene beitragen, nicht für immer geschlossen bleiben. Hier werden euch sogar schon Spendenvorschläge gemacht und nur wenige Klicks trennen euch davon, einen Teil zum Erhalt vieler Existenzen beizutragen. Im Gegenzug bieten euch die Locations Aktionen an, wie Jahres- und Getränkekarten, Supporter-Shirts und weiteres Merchandise. Öffnet Herz und Portemonnaie und spendet, was das Zeug hält. Infos unter www.startnext.com/rettet-die-kieler-clubkultur.

THEATER KIEL STREAMT SEIN ANGEBOT

Weil Theaterstücke im herkömmlichen Sinne aktuell nicht möglich sind, hat sich das Theater Kiel einen Weg einfallen lassen, wie ihr am Himmelfahrts-Wochenende gleich zwei Aufführungen sehen konntet. Neben „Pit und Paula – frisch versalzen“ von Imke und Bernd Wilden, zeigte das Theater auch die erste Kieler Sommeroper – „Tosca“ von Giacomo Puccini, die 2012 den Rathausplatz in eine atemberaubende Opernkulisse verwandelte. Beide Produktionen waren für 24 Stunden online auf dem YouTube-Kanal des Theater Kiel verfügbar. Bleibt auf dem Laufenden unter www.theater-kiel.de, um keine weiteren Vorstellungen zu verpassen.

Rettet eure Lieblingskneipe wie
das Medusa in Gaarden



Nadine Baske und Marie Coring (v. li.) leiten
den Kreativwettbewerb des Theaters

ANALOGER KREATIV- WETTBEWERB DES THEATER KIEL

Das Theater Kiel lädt Schülerinnen und Schüler aller Jahrgangsstufen zum Kreativwettbewerb „Kleinformat: Bühne“. Ziel des Wettbewerbs, der von Theaterpädagogin Marie Coring und Bühnenbildassistentin Nadine Baske initiiert wurde, ist der Bau eines Bühnenbildmodells für Wolfgang Amadeus Mozarts „Die Zauberflöte“. Einzige Teilnahmebedingungen sind die Verwendung eines Pappkartons (z. B. Schuhkarton) und eine leere Klopapierrolle. Alle anderen Materialien können nach Belieben eingesetzt werden. Das Projekt eignet sich auch zur Einbindung in den Theater-, Musik- oder Kunstunterricht. Als Inspiration und Hilfestellung gibt es eine Anleitung als PDF sowie ein Video mit nützlichen Informationen über die Möglichkeiten eines Bühnenbildes und der Bühnentechnik sowie den Prozess, wie man von einer ersten Idee zum fertigen Bühnenbild kommt. Beides ist online abrufbar unter www.theater-kiel.de. Rückfragen beantwortet Theaterpädagogin Marie Coring per Mail unter marie.coring@theater-kiel.de. Der Abgabeschluss für die fertigen Bühnenbildmodelle ist am Donnerstag, 18. Juni 2020.

JETZT KIELER KNEIPENRETTER*IN WERDEN

Was wir an Kiel lieben? Das Meer, den Hafen, den THW und Holstein natürlich! Aber für Studierende macht besonders das lebendige Nachtleben Kiel zu einer der schönsten Städte. Die Kneipen- und Clubkultur in Kiel ist durch die kleinen und inhabergeführten Locations durchaus vielfältig und individuell. Durch die aktuelle Coronakrise sind gerade diese Etablissements besonders belastet. Dank einer Crowdfunding Kampagne habt ihr jetzt die Möglichkeit, einen Beitrag zu leisten und das Kieler Nachtleben damit zu unterstützen.

Folgende Bars und Kneipen profitieren von der Kampagne: Das Unrat in der Speicherstraße, die Überseestuben in der Eckernförder Straße, das Hanging Garden in der Waitzstraße, das Jume am Südfriedhof, das Medusa auf einem Gaarder Hinterhof und das Luna in der Berger. Mit dem ersten Fundingziel von 1.200 Euro kann jede Kneipe den Ausfall von rund einer Woche ausgleichen, beim Erreichen des zweiten Ziels von 6.000 Euro den Ausfall von einem ganzen Monat. Das Geld wird am Ende der Kampagne auf alle sechs Kneipen und Clubs gleichmäßig verteilt. Die Aktion läuft noch bis zum 24. Juni. www.startnext.com/kieler-kneipen-retterinnen

Top Einstiegs-
vorteil sichern!

Stabile Werte

Unsere krisenfeste
Anlagekombi

Meine PowerBank



Sicherheit oder Chance - Sie entscheiden selbst über die Gewichtung! Die stabile Anlagekombi bietet Ihnen besonders in turbulenten Zeiten die passende Anlagestrategie. Jetzt einsteigen und profitieren!

A

adrett Textilpflege,
Klopstockstr. 1, Kiel,
Tel.: (0431) 495 88,
www.adrett-textilpflege-kiel.de

Augenkllinik Rendsburg MVZ,
Jungfernstieg 25,
Rendsburg,
Tel.: (04331) 590 22 12,
Augenarzt Gablenzbrücke, Sophienblatt 57, Kiel,
Tel.: (0431) 67 51 99 +
Augenarzt Schrevenpark, Arndtplatz 4, Kiel,
Tel.: (0431) 55 40 43,
www.augenkllinik-rd.de

Autohaus Süverkrüp,
Holzkoppelweg 18, Kiel
Tel.: (0431) 54 64 60
www.renault-sueverkruep-kiel.de

Autoservice Scheele,
Liebigstr. 16, Kiel,
Tel.: (0431) 888 86 10,
www.scheele24.de

Autovermietung Tober,
Eckernförder Str. 348,
Kiel
Tel.: (0431) 982 82 82,
www.autovermietung-tober.de

B

Bäckerei Günther,
Dorothea-Erxleben-Str.
5, Kiel,
Tel.: (0431) 169 07 23,
www.baekerei-guenther.de

Ben Tanis - Rechtsanwältin,
Blücherstr. 14, Kiel,
Tel.: (0431) 38 98 82 22,
www.ra-tanis.de

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

Bo-design,
Dieselstr. 1,
Schwentinental
Tel.: (04307) 82 53 63,
www.bodesignmoebel.de

BSHK Steuerberater,
Hopfenstr. 2d, Kiel
Tel.: (0431) 65 92 82,
www.stb-kiel.de

Buchhandlung Almut Schmidt,
Zum Dänischen Wohld 23,
Kiel-Friedrichsort,
Tel.: (0431) 39 33 00,
www.buchhandlung-almut-schmidt.de

C

Casa Tripaldi,
Fördewanderweg 2,
Laboe,
Tel.: (04343) 424 20,
www.casa-tripaldi.de

D

Das Bett komplett,
Wall 42, Kiel,
Tel.: (0431) 940 43,
www.dasbettkomplett.de

DELA Möbel,
Eggerstedtstr. 7-9, Kiel,
Tel.: (0431) 930 50,
www.dela-moebel.de

Deutschlandstipendium,
Christian-Albrechts-Platz
4, Kiel,
Tel.: (0431) 880 14 11,
www.deutschlandstipendium.uni-kiel.de

Dicide GmbH,
Boschstr. 5, Kiel
Tel.: (0431) 36 30 68 36
www.dicide.de

F

Fahrenkrug Kamine,
Eichenbergskamp 14, Kiel,
Tel.: (0431) 20 15 15,
www.fahrenkrug-kamine.de

G

Golf- & LandClub Gut Uhlenhorst,
Mühlenstr. 37,
Dänischenhagen,
Tel.: (04349) 917 00,
www.gut-uhlenhorst.de

Günther Witt Malereibetrieb
Barkauer Str. 93, Kiel,
Tel.: (0431) 611 32,
www.ihr-maler-in-kiel.de

Güth,
Hamburger Landstr. 101,
Molfsee,
Tel.: (0431) 65 19 42
www.gueth.de

H

Haus & Grund,
Sophienblatt 9, Kiel,
Tel.: (0431) 22 03 30 33,
www.haus-und-grund-ostsee.de

Himbeerhof Steinwehr,
Steinwehr 16, Bovenau,
Tel.: (04357) 241,
www.himbeerhof.de

HMC Möbel Company,
Dieselstr. 3, Raisdorf,
Tel.: (04307) 83 93 63,
www.moebel-company.de

I

Immobilienfinanzierer Dr. Klein,
Holstenstr. 14-16, Kiel,
Tel.: (0431) 64 08 28 21,
www.drklein.de

inlingua Sprachschule,
Alter Markt 7, Kiel,
Tel.: (0431) 98 13 80,
www.inlingua-kiel.de

Intersport Knudsen,
Mühlendamm 1, Kiel,
Tel.: (0431) 979 91 93 11,
www.intersport-knudsen.de

J

Juwelier Franz Happe,
Dänische Str. 8, Kiel,
Tel.: (0431) 921 90,
www.juwelier-happe.de

K

Karolinen Daily,
Edisonstr. 20, Kiel,
Tel.: (0431) 260 91 90,
www.karolinen-daily.de

Kaufhaus der Kunst,
Hafenstr. 27, Heikendorf,
Tel.: (0176) 54 92 85 44,
www.kaufhaus-der-kunst.com

KeraMiede Natursteinspezialist,
Liesenhörnweg 2,
Schwentinental,
Tel.: (0431) 260 07 50,
www.keramiede.de

Kielmann GmbH,
Borsigstr. 15 a , Kiel,
Tel.: (0431) 67 27 28,
www.kielmann-fenster.de

Kiel-Marketing e. V.,
Andreas-Gayk-Str. 31b,
Neues Rathaus, Kiel,
Tel.: (0431) 67 91 00
www.kiel-sailing-city.de

Kleidsam,
Holtenuer Str. 109, Kiel,
Tel.: (0431) 97 99 05 46,
info@kleidsam-in-kiel.de

Körperteam,
Ziegelteich 29, Kiel,
Tel.: (0431) 38 78 37 17,
www.koerperteam.de

Küstenrad Kiel,
Hardenbergstr. 21, Kiel,
Tel.: (0431) 30 03 42 28,
www.kuestenrad-kiel.de

L

L.J. Immobilien, Ohldörp85a, Osterrönnfeld b. Rendsburg, Tel.: (04331) 84 94 64, www.l-j-immobilien.de

L.O.K.S. Restaurant,
Einfelder Schanze 3,
Neumünster,
Tel.: (04321) 783 95 30,
www.loks-restaurant.de

M

made4kiel,
Brunswiker Str. 48, Kiel,
Tel.: (0431) 570 85 91,
www.made4kiel.de

MAXI Second-Hand-Boutique,
Holtenuer Str. 204, Kiel,
Tel.: (0431) 90 88 71 63,
www.maxi-kiel.de

meerfach,
Schülperbaum 15, Kiel,
Tel.: (0431) 69 66 57 03,
www.meerfach.de

Möbel Janz und Küchen Janz,
Schönberger Landstr.
59-61,
Schönkirchen,
Tel.: (04348) 917 00,
www.moebel-janz.de,
www.kuechen-janz.de

Mrs.Sporty,
Kieler Str. 86,
Kronshagen,
Tel.: (0431) 534 94 15,
Walkerdamm 17, (Eingang Schülperbaum), Kiel,
Tel.: (0431) 535 52 26,
Prinz-Heinrich-Str. 20 (Familia), Kiel, Tel.: (0431) 54 44 99 30,
www.mrssporty.de

Muhlack Küchen,
Papenkamp 4, Kiel,
Tel.: (0431) 610 45
www.muhlack-kuechen.de

N

nahtur-design,
Bischof-Vicelin-Damm 5-7,
Bosau,
www.nahtur-design.de

natürlich schön,
Holtenuer Str. 53, Kiel,
www.natuerlichschoen.eu

P

**Paulwitz
Pflanzenhof & Floristik,**
Norderdorfkamp 26,
Neumünster,
Tel.: (04321) 315 21

R

Rabe Fliesen,
Deliusstr. 11, Kiel,
Tel.: (0431) 66 38 00,
www.rabe-kiel.de

Raumkreativ,
Eckernförder Str. 44, Kiel,
Tel.: (0431) 210 78 80,
www.raumkreativ.com

S

Schlemmermarkt Freund,
Holtenuer Str. 70, Kiel,
Tel.: (0431) 57 02 00,
www.mein-schlemmerfreund.de

SIAK Apart,
Kolbergerstr. 15, Nortorf
(West),
Tel.: (04392) 40 80 99,
www.siak-apart.de

SieMatic am Ziegelteich,
Wohnconcept +,
Ziegelteich 23-25, Kiel,
Tel.: (0431) 329 29 91,
www.siematic.com

Stadtwerke Kiel,
Uhlenkrog 32, Kiel,
Tel.: (0800) 52 47 12 47,
www.stadtwerke-kiel.de

**Stiftung Schleswig-
Holsteinische Landesmuseen,**
Schlossinsel 1, Schleswig,
Tel.: (04621) 81 33 34,
www.landesmuseen.sh

Surf Club Kiel e. V.,
Bülker Weg 55, Strande,
www.surf-club-kiel.de

T

**TT+T Tapetenkette Knutzen
OHG,**
Bahnhofstr. 14, Kiel,
Tel.: (0431) 64 25 24,
www.knutzen.de

V

VICO,
Exerzierplatz 32, Kiel,
Tel.: (0431) 98 26 20,
www.vico-kiel.de

W

Wolle und Hobby,
Ringstr. 37-39, Kiel,
Tel.: (0431) 717 49 47,
www.wolleundhobby.de

Z

**Zahnarzt
Dr. Thomas Moritz**
Schönberger Str. 143, Kiel,
Tel.: (0431) 72 32 34,
www.dr-thomas-moritz.de

Zahnarztpraxis Piepereit,
Grot Steenbusch 32, Kiel
Tel.: (0431) 364 49 99,
www.zahnarztpraxis-
piepereit.de

Zeitanker,
Holtenuer Str. 88, Kiel,
Tel.: (0431) 56 51 78,
www.zeitanker.eu



Förde Fräulein

**DEINE FÖRDE-MASKE
JETZT ERHÄLTlich**

**NUR FÜR
KURZE ZEIT
14,99 €**



amazon.de

Erhältlich auch bei Amazon

**JETZT BESTELLEN UNTER:
WWW.FALKEMEDIA-SHOP.DE**

**DIREKT IN KIEL:
RINGSTR. 77 | 24114 KIEL**



Corona
SPEZIAL

AUS DER REDAKTION

**WO EIN WILLE, DA EIN WEG:
VOM SCHREIBTISCHSTUHL AN DIE KÜHLTHEKE**

Natürlich ist die Corona-Krise auch an uns nicht spurlos vorbeigegangen. Wir haben, jeder für sich, kreative Ideen entwickelt, wie wir durch diese Zeit kommen und natürlich hat die Pandemie auch unseren (Arbeits-)alltag ein wenig durcheinandergewirbelt. So auch bei unserer Mediaberaterin Anne. Sonst quirlig, immer auf Achse oder etwas zu tun, stellt sie auf einmal fest: Kurzarbeit? Oje, das ist ja nichts für mich ...

„Kurzarbeit bedeutete für mich so viel mehr, als nur weniger Geld zu haben. Es brachte meinen ganzen Alltag durcheinander und ließ mich nach und nach feststellen, dass einfach wirklich nicht mehr viel zu tun war. Das hat mich ordentlich erschreckt, gerade wenn man bedenkt, dass man sonst mit seiner Vollzeitstelle oft ans Limit kommt. Aber nur untätig rumsitzen? Nee, das ist gar nicht mein Ding. Ich beschloss also kurzerhand, dass ich etwas unternehmen müsste und suchte mir kurzfristig einfach einen „neuen Alltag“.

Mein Lieblings-EDEKA-Markt um die Ecke hatte in dieser Zeit einen riesigen Zulauf an Lieferbestellungen und konnte Hilfe gut gebrauchen. Kein Problem dachte ich, schlüpfte spontan in die Marktkleidung und ließ mir von meinen neuen Kollegen auf Zeit erklären, was meine Aufgaben für die nächsten Wochen sein würden.

Ich freute mich jeden Morgen wieder aufs Neue zu diesem tollen Team zu fahren und danke ihnen, dass sie mich so freundlich aufgenommen haben. Ich hatte eine wirklich schöne Zeit, an die ich gerne zurückdenke.

Jetzt freue ich mich natürlich ebenso sehr, wieder mit meinem alten Team bei KIELerleben, RENDSBURGerleben und Lebensart zusammenzuarbeiten. Aber für die Zukunft weiß ich: Wo ein Wille, da ein Weg. Man findet immer Lösungen, wenn man nur will!“

Anne Sommerfeld



Anne-Kristin Bergan (unten) vom Lebensart-Team besuchte Anne Sommerfeld (re.) bei ihrem neuen Zusatz-Job



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
Fon (0431) 200 766-66, Fax (0431) 200 766-50
HRA 8781 KI Amtsgericht Kiel

Herausgeber:
Kassian Alexander Goukassian

Redaktion:
Ramona Dabringer, Sina Hoyer, Jana Kringel,
Lene Rusbült, Sebastian Schulten,
Finja Schulze, Mirjam Stein, Markus Till,
Kathrin Wesselmann

Anzeigenkoordination & Mediaberatung:
Katharina Muhr, Tel.: (0431) 200 766-64
E-Mail: km@falkemedia.de
Anne Sommerfeld, Tel.: (0431) 200 766-75,
E-Mail: a.sommerfeld@falkemedia.de
Lennart Lizarzaburu, Tel.: (0431) 20 07 66 8 13
E-Mail: l.lizarzaburu@falkemedia.de
Jörg Stoeckicht, Tel.: (0431) 200 766-61
E-Mail: j.stoeckicht@falkemedia.de

Layout & Bildbearbeitung:
Marleen Osbahr

Titelgestaltung: Marleen Osbahr
Titelfoto: stevecoleimages/Getty Images/E+,
The_interpro / iStock / Getty Images Plus

Vertrieb: Die KIELerleben erhält ihr an über 1.000 Vertriebspunkten in und um Kiel
Abopreis: 25 Euro, Studenten 20 Euro
(es wird ein gültiger Studentenausweis vorausgesetzt).
Aboservice: Tel.: (0431) 200 766-00

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

WIR SIND SCHLESWIG-HOLSTEIN!

Förde Fräulein - Der Blog
www.foerdefraeulein.de
Sylt Fräulein - Der Blog
www.syltfraculein.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)l 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

© 2020 by falkemedia.
Alle Rechte vorbehalten.



AMG Performance Center Kiel.

Der Norden mit seiner Natur und Ruhe hilft wunderbar beim Entschleunigen. Falls Sie aber lieber beschleunigen und echte Driving Performance erleben möchten, dann besuchen Sie unser AMG Performance Center in Kiel.

Entdecken Sie unsere außergewöhnlichen Mercedes-AMG Fahrzeuge und erleben Sie mit uns den AMG Spirit.

AMG
DRIVING PERFORMANCE



Anbieter: Daimler AG, Mercedesstraße 137, 70327 Stuttgart

Süverkröp

Autorisierter Mercedes-Benz Verkauf und Service
Daimlerstraße 1, 24109 Kiel, 0431 5868-0
www.sueverkruep.de

Wir glauben,
Sie sollten in
Familiensachen zu
uns kommen.



BEN TANIS
VON DER MOSEL
Rechtsanwälte

