

Rendsburgerleben

NEUES JAHR, NEUE GESETZE

Das hat sich zum
1. Januar 2021 geändert

GESUND INS NEUE JAHR

Wie Ihr Eure persönlichen
Ziele erreichen könnt

PLUS:
CARSHARING
IN DER
REGION

Unsere Zukunft gestalten!

Nachhaltigkeit ist ein bestimmendes Thema der Gegenwart.
Wir geben einen Einblick, wo wir alle etwas ändern können!



In
diversen
Dekoren
erhältlich!

NACH ALT KOMMT RHEINGOLD

Qualität kann man schwer beschreiben,
man muss sie erleben:

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

TREPPENRENOVIERUNG

WIR MACHEN IHRE TREPPE SCHÖN!



Die RENDSBURGERleben-Crew:
v. li.: Kristina, Sina, Judith, Marleen, Mirjam,
Sebastian, Jörg, Kathrin, Anne, Nadja,
Markus, Gina und Mona

LIEBE LESERIN, LIEBE LESER,

gut zu uns und der Natur zu sein, ist unser Auftrag auch im laufenden Jahr 2021. In den kommenden Monaten können wir unser Tun und Handeln genau abwägen: Alles steckt voller Möglichkeiten. Das Thema Nachhaltigkeit beschäftigt uns in dieser ersten Ausgabe des neuen Jahres, ihm widmen wir uns ausführlich. Wir zeigen, was wir beitragen können und was schon getan wird, um den Klimaschutz voranzutreiben (ab Seite 6). Ein Büdelsdorfer Optiker geht mit gutem Beispiel voran (Seite 7) - und ein junges Unternehmen will aus Büdelsdorf mit seinem Carsharing-Angebot den Norden erobern. Wir stellen es Euch vor (S. 8).

Natürlich bringt der Jahreswechsel immer neue Gesetze und Änderungen im bisherigen Leben mit sich. Darauf richten wir ebenfalls unseren Blick und geben Euch im Idealfall wertvolle Tipps an die Hand (ab Seite 20).

Beschäftigen wir uns mit einem Hauskauf, -umbau oder der Installation von Sicherheit, stoßen wir schnell auf Schlagworte wie „Intelligentes Zuhause“. Was sich dahinter verbirgt, klären wir im Thema Smarthome (auf den Seiten 38/39) auf.

Das Alte hinter sich lassen, einfach mal neu anfangen und mit liebgewonnenen, aber schlechten Gewohnheiten brechen. Wir starten hochmotiviert in das neue Jahr und wollen auf uns acht geben. Im Gesundheitsthema lest Ihr, wie Ihr Eure Ziele erreicht (ab Seite 44) und geben Euch zugleich tolle Low-Carb-Rezepte mit auf den Weg (ab Seite 54).

Ich wünsche Euch im Namen des gesamten Teams von RENDSBURGERleben trotz allem Negativen, das uns auch am Anfang des neuen Jahres begleitet, viel Freude beim Lesen: Macht es Euch gemütlich und schmöckert entspannt durch unsere Februar-Ausgabe!

Markus Till

Euer Markus Till



CEREC | LASER | CMD | IMPLANTATE

Zahnverlust? Implantate sind die zeitgemäße Lösung!

Bei Zahnverlust oder zerstörten Zähnen sind Implantate oft die erste und beste Wahl für einen festen und ästhetischen Zahnersatz. Implantate sind biologisch verträglich, klinisch erprobt und können nicht erhaltungswürdige Zähne langfristig erfolgreich ersetzen. Die Behandlung ist durch eine schonende, laserunterstützte Durchführung in der Regel schmerzfrei!

Was wir bieten:

- Laserunterstützte Behandlung
- Modernste Technik in Diagnostik und Therapie
- Sichere und klinisch erprobte Operationsmethoden
- Minimalinvasive, schmerzarme Operationstechniken
- Hochwertige Implantatsysteme & Meisterlabor
- Implantation & Versorgung in einer Hand

Vereinbaren Sie noch heute Ihren persönlichen Termin zur Beratung!



**Laserzentrum
Dental**

Zahnarzt Dr. Riha & Kollegen

www.laserzentrum.dental

Tel. 04331 35 26 930

Telefonische Anmeldung:
Mo bis Do 8:00 bis 19:00 Uhr
Fr 8:00 bis 13:30 Uhr
Termine nach Vereinbarung
Kieler Straße 17 | 24768 Rendsburg

**Wir wünschen
ein gesundes
neues Jahr!**





6 Wie wir unsere Welt ein bisschen grüner machen können



54 Lecker und leicht: das sind unsere Low-Carb-Gerichte



38 Smarthome erobert unsere Wohnungen und Häuser



31 Einfache und coole Bastelideen für das Basteln mit Kindern



44 Alles zum Thema Gesundheit: so erreicht Ihr Eure persönlichen Ziele!



62 Zu Besuch im Historischen Museum: Diesmal stellen wir Euch die Fayence-Fabrik vor

UNSERE ZUKUNFT GESTALTEN

Unsere nachhaltige Zukunft **6**
 Carsharing in der Region **8**
 Finanzspritze für nachhaltigen Ausbau **9**
 Ökostrom am Kieler Ostseekai **10**
 Müll trennen - aber richtig **14**

RUNTER VOM SOFA

Gleis & Meer: der Jahresrückblick **16**

STADTGESCHEHEN

2021: neues Jahr, neue Gesetze **20**
 Das bewegt unsere Region **24**
 Region Rendsburg: Der Pfiffikus zieht um **25**
 Misses Schleswig-Holstein aus Westerrönfeld **26**

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Alles für Eure eigenen vier Wände **30**
 Basteln mit Kids **31**
 Smarthome-Tipps vom Experten **38**

AUTOS & TECHNIK

Autonews **42**

KÖRPER & SEELE

Wie Ihr Eure persönlichen Ziele erreicht **44**
 Aufruf für das neue Umstyling **53**

HUNGER & DURST

Leckere Low-Carb-Rezepte **54**
 DIY in der Küche: Hafermilch **60**

BÜHNE & KUNST

Neues aus dem Historischen Museum **62**
 Ausstellungen und Buchtipps **63**

JEDEN MONAT DABEI

Editorial **3**
 Horoskop **48**
 Impressum **66**



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft
 www.fsc-deutschland.de

Testen Sie LandGenuss

Das Magazin mit saisonalen Rezepten für jede Gelegenheit



Gleich bestellen:

☎ 0711/72 52-291

@ www.landgenuss-magazin.de/probeabo

Bestellnummer: LG12ONM

Bild: Stock, Adobe / tirachard



UNSERE ZUKUNFT GESTALTEN

*Unsere Ressourcen auf der Erde sind endlich.
Darum gilt es, dies endlich zu akzeptieren, Alternativen zu prüfen und diese zuzulassen.*



MIKROPLASTIK, NEIN DANKE!

BRILLEGALERIE AUS BÜDELSDORF SETZT ZEICHEN

Brillengläser werden mit Wasser auf Diamantscheiben passend für die Brillenfassung geschliffen. Dabei werden allein in Deutschland nach Schätzungen der Firma Warderkant circa 300 Millionen Liter Wasser mit 200 Tonnen Mikroplastik-Partikeln verunreinigt und dem Abwassernetz zugeführt.



Links unten: der Abrieb des Schleifens, rechts: das geschliffene Brillenglas Jan Tollgreve

Mikroplastik-Partikel entstehen meist durch jahrelanges mechanisches Zerreiben. Die nicht wahrnehmbaren Partikel gelangen erst ins Meer, werden von Meerestieren aufgenommen, und am Ende landen sie auch in der menschlichen Nahrungskette. Jeder von uns nimmt pro Woche circa die Menge Plastik einer Kreditkarte zu sich. Das kann nicht gesund sein. Dieser Umweltsünde hat ein kleiner Augenoptiker aus Büdelsdorf jetzt den Kampf angesagt! „Ich kontaminiere seit nun schon über 33 Jahren unsere Umwelt beim Randbearbeiten der Brillengläser mit Schleifwasser“, gibt Dipl.-Ing. Augenoptiker Jan Tollgreve, Inhaber der **Brillengalerie**

in Büdelsdorf, zu. „Darüber habe ich mir bis letztes Jahr keine Gedanken gemacht.“

Die Lösung kam von einem innovativen Unternehmen aus Schleswig-Holstein, das ein Filter und ein Recyclingsystem entwickelt hat, mit dessen Hilfe das belastete Wasser aufgefangen und gefiltert wird und die Partikel dem Rohstoffkreislauf wieder zugeführt werden. „Das ist die nachhaltige Lösung.“ Der Schleifschlamm wird getrocknet und wieder verarbeitet, indem zum Beispiel Terrassendielen daraus hergestellt werden. Brillenträger können ab sofort ihren Beitrag zum Umweltschutz leisten, indem sie ihre Brille in einem Betrieb wie der Brillengalerie in

Büdelsdorf fertigen lassen. „Wir sind stolz darauf, einer der ersten Augenoptiker in Deutschland zu sein, die ihren Betrieb so umweltgerecht und nachhaltig wie möglich aufgestellt haben. Wir haben freiwillig und aus Überzeugung 10.000 Euro in das Filtersystem investiert und hoffen darauf, dass weitere, vielleicht auch größere Betriebe, aus der Branche folgen.“ Leider gibt es bis heute keine gesetzlichen Vorgaben und Auflagen, die das Einleiten von diesen Mengen an Mikroplastik-Partikeln in der Augenoptik verhindern. Es bleibt also ein persönliches und freiwilliges Engagement eines jeden Augenoptikers und Kunden.

Mehr Brille geht nicht.

Brille beschlagen? Wir haben die Lösung!

MIKROPLASTIK NEIN DANKE!

Wir haben für Sie geöffnet.

Hören neu erleben.

www.brillengalerie.net
www.hoergalerie-am-markt.de

P Parken direkt vor dem Geschäft

BRILLEN GALERIE AM MARKT

Dipl.-Ing. Jan Tollgreve
Parkallee 17-19 · 24782 Büdelsdorf



HÖR GALERIE AM MARKT

Anette Schaer
Hörgeräte-Akustiker-Meisterin
Tel. 0 43 31 - 300 130

Sascha Ebsen und Florian Kolberg (v. li.) arbeiten für Flow Carsharing am Standort Büdelsdorf



CARSHARING-ANGEBOT FÜR DEN WIRTSCHAFTSRAUM

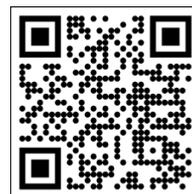
Nachhaltigkeit ist das große Thema für die Zukunft. Carsharing ist eine Möglichkeit, die Nachhaltigkeit fördert. Der Büdelsdorfer Florian Kolberg hat kürzlich ein Carsharing-Unternehmen gegründet. Wir haben mit ihm gesprochen.

Nachdem sein Verbrenner immer wieder Probleme machte und mehr in der Werkstatt stand als im Carport von Florian Kolberg, sattelte dieser auf einen Tesla Model 3 um - ein Elektroauto, das ihn sofort in seinen Bann zog und seither Fahrspaß pur bereitet. Auch beruflich bietet die Elektro-Automobilbranche eine neue Perspektive für den Büdelsdorfer. Ende des vergangenen Jahres machte er sich mit seinem Unternehmen Flow Carsharing selbstständig und verfolgt ambitionierte Ziele: Für den Wirtschaftsraum Rendsburg-Büdelsdorf will er in den kommenden Monaten Carsharing auf Elektro-Basis anbieten. Dabei setzt er nicht nur auf die Elektroautos, 20 Fahrzeuge des Modells Seat Mii electric sind bereits bestellt, sondern auch auf das Errichten der

Lade-Infrastruktur. Mit dem Heidehof und dessen Besitzer konnte er bereits ein Abkommen schließen. Dort werden in absehbarer Zukunft zwei Ladesäulen entstehen, auch in Eckernförde am Stadthotel und dem Hotel Seelust sollen Ladesäulen die Möglichkeit bieten, direkt vor der Hoteltür Elektroautos aufzuladen. Setzt Florian Kolberg zunächst auf 20 Fahrzeuge, will er im Sommer bereits mit einer deutlich höheren Anzahl an Autos von VW und Seat, geplant sind mindestens 100, und Ladesäulen in ganz Schleswig-Holstein präsent sein. Einwegfahrten sollen dabei wie beim „normalen“ Carsharing möglich sein, ebenso ist eine App in Arbeit. Die Gemeinden und Städte verfolgen das Wirken von Flow Carsharing mit großem Interesse. Während Borgstedt

bereits plant, am Dörpshus und voraussichtlich an der Buschkate zwei Möglichkeiten für das Carsharing zu bieten, laufen die Gespräche mit den Städten Büdelsdorf und Rendsburg zurzeit noch. Alle Infos zum neuen Angebot des Carsharing bieten die Website unter www.flow-carsharing.de sowie die Facebook- und Instagram-Seite des jungen Unternehmens.

Flow
CARSHARING





Mit Batteriespeichern kann die über Photovoltaikanlagen erzeugte Energie länger gespeichert werden



MEHR KOHLE FÜR DIE UMWELT

Das Landes-Förderprogramm „Klimaschutz für Bürgerinnen und Bürger“ ist ausgeschöpft. Aber mit der künftigen Förderung von Batteriespeichern geht der Ausbau für den Klimaschutz weiter.

Bereits zwei Mal ist das Förderprogramm „Klimaschutz für Bürgerinnen und Bürger“ um jeweils eine Million Euro aufgestockt worden – und nun dennoch ausgeschöpft. Mit einem Budget von insgesamt 3,6 Millionen Euro hat es einen überwältigenden Zuspruch erhalten.

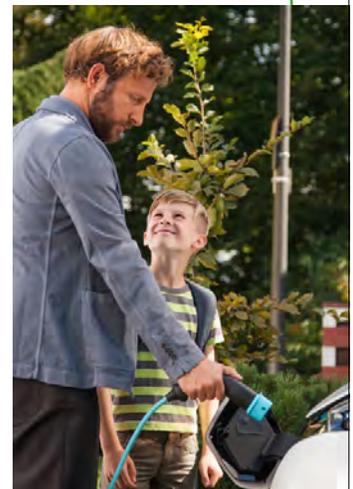
Umweltminister Jan Philipp Albrecht sagt: „Dass seit Juni mehr als 5.000 Anträge für das Förderprogramm eingegangen sind, zeigt: Wir in Schleswig-Holstein haben den Klimaschutz einen großen Schritt vorangebracht. Und wir werden weitermachen – mit einer Förderung für Batteriespeicher. So können wir uns für den klimapolitisch dringend erforderlichen Ausbau der erneuerbaren Energien einsetzen. Die große Nachfrage zeigt, dass die Bevölkerung Klimaschutz will.“

Bereits für Januar 2021 steht mit dem Förderprogramm für Batteriespeicher der Nachfolger in den Startlöchern. Das Budget umfasst 2,5 Millionen Euro. Ab Montag, 18. Januar, kann ein Antrag auf Förderung von Batteriespeichern gestellt werden. Anders als im bisherigen Programm ist es dafür notwendig, zunächst ein Angebot für einen Speicher einzuholen und einzureichen; erst im Anschluss daran kann eine Förderung beantragt werden. Entgegen des bisherigen Prozederes darf mit einer Installation erst beginnen, wer bereits einen Förderbescheid erhalten hat. Neu ist außerdem, dass der Batteriespeicher nur dann gefördert wird, wenn er mit einer auf erneuerbaren Energien basierenden Stromerzeugungsanlage betrieben wird; diese sollte nicht vor dem 1. Januar 2021 in Betrieb genommen worden sein. Weitere Informationen zum Förderprogramm „Klimaschutz für Bürgerinnen und Bürger“ findet Ihr unter www.schleswig-holstein.de/klimaschutz.

MITMACHEN LOHNT SICH

Für Bürgerinnen und Bürger gibt es derzeit diverse weitere Möglichkeiten, Zuschüsse für klimafreundliche Anschaffungen zu erhalten:

- **Wallbox:** Wer an seinem Wohnhaus eine Ladestation fürs Elektroauto installiert, kann seit Ende November eine finanzielle Hilfe bei der Förderbank KfW beantragen: www.kfw.de
- **Lastenfahrräder:** Wer ein Cargobike oder einen Lastenanhänger gewerblich nutzen möchte, kann noch bis Ende Februar 2021 von der Förderung des Bundesumweltministeriums und des Bundesamts für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle profitieren: www.bafa.de



Zudem bieten etliche Kommunen eigene Förderprogramme an: Die Landeshauptstadt Kiel unterhält unter anderem einen Klimaschutz- und einen Umweltschutzfonds.

ÖKOSTROM DURCH WINDKRAFT VON DER WESTKÜSTE

LED-FASSADE DER LANDSTROMANLAGE EINGEWEIFHT

„Ab Januar decken wir 44 Prozent des Energiebedarfs der im Kieler Hafen liegenden Schiffe emissionsfrei und klimaneutral. In zwei Jahren sollen es bereits 60 bis 70 Prozent sein.“

sagt Dr. Dirk Claus, Geschäftsführer Seehafen Kiel GmbH & Co. KG.



Kiels Oberbürgermeister Ulf Kämpfer war vor Ort und sprach einige Grußworte



Neben Ökostrom für Schiffe, die am Ostseekai liegen, liefert die neue Landstromanlage des Port of Kiel ein Lichterschauspiel

Ihr Ziel ist es, jährlich tonnenweise CO₂-Emissionen einzusparen und so zu einer klimafreundlichen Landeshauptstadt beizutragen. Von den großen „Pöthen“, die sonst an den Terminals des Seehafens Reisende von Bord und in unsere Landeshauptstadt fließen lassen, fehlte wegen Corona jedoch jede Spur. In der Anlage, die im nächsten Jahr Fähr- und Kreuzfahrtschiffe mit Ökostrom versorgen wird, fließt ab sofort Strom durch die mit LEDs bestückte Frontseite, welche Kielerinnen und Kielern ein besonderes Lichterspektakel bietet. „Der Klimaschutz zählt zu unseren vordringlichen Zielen und ich freue mich, dass wir mit der neuen Landstromanlage einen weiteren wichtigen Schritt gehen“, sagte Kiels Oberbürgermeister Ulf Kämpfer vor Ort. Der Port of Kiel trage damit maßgeblich zur Umsetzung unserer Klimaschutzstrategie – dem „Masterplan 100% Klimaschutz“ – bei.

EINZIGARTIGE DIMENSION

Tatsächlich können so jährlich 900 Tonnen Treibstoff eingespart werden. Das entspricht 2.700 eingesparten Tonnen CO₂-Belastung pro Jahr. Für die 720 Quadratmeter große Metallfassade wurden auf knapp der Hälfte der Fläche über 12.000 LED-Lichter verbaut. Jedes Einzelne ist über eine Software ansteuerbar. So werden hier künftig verschiedene Motive an die LED-Wand gezaubert.

„Ab Januar decken wir 44 Prozent des Energiebedarfs der im Kieler Hafen liegenden Schiffe emissionsfrei und klimaneutral. In zwei Jahren sollen es bereits 60 bis 70 Prozent sein“, sagt Dr. Dirk Claus, Geschäftsführer Seehafen Kiel GmbH & Co. KG. Das Kreuzfahrterminal mit eigener, nach ISO-Norm gebauter, 16-Megavoltampere-Landstromanlage ist in dieser Dimension bislang einzigartig in Deutschland. Dabei funktioniert die Anlage als sogenanntes Umspannwerk, welches dem

Strombedarf der Schiffe von 3–16 Megawatt (MW) gerecht werden soll. Die neue Anlage überzeugt nicht nur durch ihr Innerstes, sondern ist auch optisch ein Hingucker. „Mit der Fassade haben wir im wahrsten Sinne des Wortes ein kleines Highlight in Kiel geschaffen“, sagte Dirk Claus.

HERAUSRAGENDER STANDORT

Für die 720 Quadratmeter große Metallfassade wurden auf knapp der Hälfte der Fläche über 12.000 LED-Lichter verbaut. Jedes Einzelne ist über eine Software ansteuerbar. Künftig werden hier verschiedene Motive durch Lichteffekte an die Wand projiziert. Bei Vollbetrieb aller LEDs verbraucht die Fassade knapp 25 Kilowattstunden Ökostrom. „Der Lichtbetrieb der Anlage kostet uns so umgerechnet etwa fünf Euro in der Stunde“, sagte Port of Kiel-Geschäftsführer Claus. Kosten, die der passionierte „Freizeitarchitekt“ gern ausgibt. Zu gern habe er Ideen bei der Umsetzung des Bauwerks einbringen und seine gestalterische Kreativität ausleben wollen.

BINDEGLIED IN DER STADT

„Aufgrund seines herausragenden Standorts – an der Schnittstelle von Innenstadt und Kiellinie – waren die stadtplanerischen und architektonischen Anforderungen an die Landstromanlage von Beginn an sehr hoch“, sagte Stadträtin Doris Grondke.

Die Positionierung des Gebäudes und Ausformulierung der Kubatur im Zusammenspiel mit der Fassadengestaltung schaffe es, an diesem Ort einen klaren architektonischen Akzent zu setzen. „Das Land Schleswig-Holstein hatte den Bau der Landstromanlage mit 8,99 Millionen Euro gefördert. Weitere 1,26 Millionen Euro legte die EU oben drauf. Weitere Infos unter www.portofkiel.com.

VON SCHLESWIG-HOLSTEIN NACH CHINA

Im Auftrag der Gesellschaft für internationale Zusammenarbeit GIZ erstellten mehrere Experten für schulische und außerschulische Klimabildung ein Kompendium von Methoden und Unterrichtsmaterialien auf der Basis schleswig-holsteinischer Erfahrungen, die in den nächsten Jahren in einer der modernsten Provinzen Chinas zum Einsatz kommen könnten. Werner Kiwitt und Katharina Uhlig vom Zentrum für nachhaltige Entwicklung artefact in Glücksburg präsentierten die ersten analogen Ausdr-

cke des 200-Seiten-Werks und die Android-App. Das Low Carbon Development Project der Provinz Jiangsu hat ehrgeizige Ziele zur Senkung der Klimagase in der industriereichen Provinz im Norden von Shanghai. Werner Kiwitt: „Aufgrund von Corona musste der geplante Projektlauf völlig verändert werden. Statt erster Workshops mit chinesischen Schülern und Lehrern und direktem Einblick in die regionalen Voraussetzungen mussten wir sehr viel mutmaßen und als Trockenübung dokumentieren. Umso gespannter sind wir nun, ob und wie die Kooperation fortgesetzt wird.“ Als ein mögliches Handlungsfeld wurde auf chinesischem Wunsch hin explizit ein Zukunftsprojekt in die Materialsammlung eingearbeitet: für eine chinesische Sommerschule im artefact Energieerlebnispark, der „im Jahr nach Corona“ neu öffnen wird als Klimapark Glücksburg.



Katharina Uhlig und Werner Kiwitt stellen die Klimabildungs-App für Jiangsu vor

SAUBER UND SICHER GEREINIGT INS NEUE JAHR STARTEN

Für den Textilreinigungsprofi **TEXfit** ist ein bewusster Umgang im Einklang mit der Umwelt sehr wichtig. Daher werden stets moderne energie- und wassersparende Maschinen verwendet, mit denen die Textilien besonders schonend und nachhaltig gereinigt werden. Für besonders empfindliche und hochwertige Textilwaren steht eine besondere Reinigungsmaschine mit Aufsprühverfahren zur Verfügung, die eine grobe Mechanik verhindert. Besonders wichtig: Die Desinfektion der Textilien erfolgt während der Arbeitsprozesse durch das Waschmittel, die

chemische Reinigung oder die Wärmebehandlung der Trocknung. Hier wird alles wirklich sauber und virenfrei – für ein sicheres und sauberes Jahr. Geschulte und erfahrene Mitarbeiterinnen sorgen für einen erstklassigen und freundlichen Kundenservice auch in dieser schweren Zeit. Für nahezu jeden Fleck gibt es eine ökologische

Lösung. Besonders attraktiv: Oberhemden werden für 1,40 Euro frisch gewaschen und gebügelt. Hosen erhält man für 7,99 Euro wie neu zurück. Auf Wunsch können Aufträge innerhalb weniger Stunden ausgeführt werden. Weitere Infos unter Tel.: (04331) 708 25 30. Öffnungszeiten: Mo–Fr 8–18 Uhr + Sa 8–13 Uhr.



Was gehört in die Gelbe Tonne?



DIE GELBE TONNE IST DA

Bald 30 Jahre haben die Haushalte im Kreis Rendsburg-Eckernförde ihre Verpackungsabfälle über die ungeliebten Gelben Säcke entsorgen müssen. Zum Jahresbeginn hat der Kreis mit den Dualen Systemen die Umstellung auf Tonnen-sammlung vereinbaren können. Zum 1. Januar 2021 war damit der Gelbe Sack in unserem Kreis Geschichte. Alle Haushalte wurden in den vergangenen Monaten mit den neuen 240 Liter fassenden Gelben Tonnen ausgestattet, die alle vier Wochen geleert werden. Weder die Gestellung der Tonne noch deren Nutzung und Leerung sind im Regelfall für die Bürgerinnen und Bürger mit zusätzlichen Kosten verbunden.

Sollte sich nach einer Testphase herausstellen, dass mit einer Tonne kein Auskommen ist, kann beim von den dualen Systemen beauftragten Abfuhrunternehmen PreZero eine zweite angefordert werden. Dieses erreicht man auch bei weiteren Fragen unter Tel.: (0800) 886 66 66 oder per Mail an Service.Nord@prezero.com. Bei Verpackungen wie Styropor, die sich einer Volumenreduktion hartnäckig widersetzen, hilft das Verpackungsgesetz weiter: Gemäß diesem muss der Handel seine Verpackungen zurücknehmen.



STUDIE ZEIGT: GRÜNER WASSERSTOFF BESTE LÖSUNG

Der Ökoenergie-Anbieter Greenpeace Energy hat eine Studie in Auftrag gegeben, aus der hervorgehen sollte, welcher Herkunft der große Energie-Hoffnungsträger Wasserstoff haben soll. Ob grün, mit Ökostrom erzeugt oder blau, aus Erdgas erzeugt. Herausgekommen ist ein klares Ergebnis, das zeigt: Grüner Wasserstoff ist nicht nur die ökologisch beste Variante, sondern auch überraschend ökonomisch. Die Kosten würden sich laut Expertinnen und Experten im Jahr 2040 auf unter 10 Euro je Megawattstunde für grünen Wasserstoff belaufen, während dann die Kosten für blauen Wasserstoff bei rund 80 Euro lägen. Wichtig sei ein deutlich schnellerer Ausbau als von der Bundesregierung vorgesehen.

POSITIV IN DIE ZUKUNFT

Der Landesverband Erneuerbare Energien und die Netzwerkagentur Erneuerbare Energien haben ihren zweiten Stimmungsbarometer vorgestellt. Dieser zeigt, dass die 73 befragten Unternehmen positiv in die Zukunft blicken und 60 Prozent der Befragten in den kommenden 12 Monaten insgesamt 600 neue Arbeitsplätze schaffen wollen. Zudem sollen demnach mindestens vier Millionen Euro in die Branche investiert werden. Das Stimmungsbarometer zeigt: Schleswig-Holsteins Branche für Erneuerbare Energien ist krisenfest und investitionsfreudig.



Mit der EEG-Reform soll der Ausbau von Windkraft- und Solaranlagen gefördert werden

HALBGARES GESETZ ERNTET KRITIK

Mit Beginn des neuen Jahres sollten alte Ökostromanlagen nach 20 Jahren aus der Förderung fallen. Doch der Ausbau von Windkraft- und Solaranlagen soll erheblich ausgebaut werden. Dafür beschloss die Regierungskoalition eine Reform des Erneuerbare-Energien-Gesetz EEG. Dieses beinhaltet Anschlussregelungen für alte Ökostromanlagen, damit diese nicht stillgelegt werden müssen. Im Jahr 2030 sollen die Erneuerbaren Energien 65 Prozent des deutschen Stromverbrauchs bereitstellen. Ob dieses Ziel angesichts schärferer EU-Klimaziele ausreicht, soll erst Anfang dieses neuen Jahres thematisiert werden. In 2020 beliefen sich Berechnungen von Energieverbänden zufolge 46 Prozent des deutschen Stroms aus Erneuerbaren Energien. Bis zum Jahr 2050 soll laut EEG-Novelle das Ziel verankert sein, Deutschland treibhausgas-neutral zu betreiben. Die Opposition und Verbände wie der Bund für Umwelt und Naturschutz fordern hingegen eine deutliche Anhebung des Ökostrom-Ausbaus in den nächsten Jahren auf mindestens 75 Prozent bis 2030.

DAS IST DOCH FÜR DIE TONNE! ABER FÜR WELCHE?

Gute Vorsätze mal anders: Wie wäre es, endlich damit anzufangen, den Müll richtig zu trennen? Das ist gar nicht so schwer und wer das System einmal verstanden hat, dem fällt das Sortieren viel leichter.



GELBE TONNE

1. Wichtig ist: Becher, Tüten und Co. nicht ineinanderstecken, damit das Material erkannt werden kann
2. Deckel vom Body trennen
3. Wenn möglich auf schwarzes oder dunkles Plastik verzichten
4. Joghurtbecher von ihrer Papierbanderole lösen und getrennt entsorgen
5. Und immer merken: Alles, was nicht recycelbar ist, wird einfach so verbrannt ...

MYTHOS: In die Gelbe Tonne gehören nur Verpackungen mit Grünem Punkt.

✘ **Falsch!** Früher war das so. Mittlerweile gehören alle Kunststoffverpackungen in den gelben Sack. Denn seit dem Jahr 2009 muss jeder recyceln!



SCHWARZE TONNE

1. Die schwarze Tonne ist für den Haus- und Restmüll gedacht
2. Das schließt zum Beispiel Asche ein, aber auch Mischprodukte (u. a. benutzte Pizzakartons oder Küchenrolle)
3. Hygieneartikel und Windeln
4. Staubsaugerbeutel, ausgetrocknete Filzstifte, Zigarettkippen, alte Fotos, zerbrochenes Porzellan oder Glas ...
5. Nicht hinein gehören Elektrogeräte, Batterien, Bauschutt, Schadstoffe oder Abfälle mit gefährlichen Inhaltsstoffen

MYTHOS: CDs und DVDs sollen nicht in den Restmüll.

✔ **Wahr!** Am besten bringt ihr sie zu einer Sammelstelle für CDs bei einem Wertstoffhof in Eurer Nähe. Vorab die CDs bitte aus ihrer Hülle holen.
PS: Gebrauchte Einwegmasken gehören in den Restmüll!



BLAUE TONNE

1. In die blaue Tonne gehören Altpapier, Karton und Pappe
2. Pizzakartons und Butterbrotpapier müssen in den Restmüll
3. Gleiches gilt für die normalen, weißen Kassenzettel. Nur die Öko-Bons dürfen ins Altpapier
4. Bücher könnt Ihr in die blaue Tonne geben, insofern der Einband nicht aus Leder oder Kunststoff ist
5. Eierkartons können in die Bio- tonne (Aufkleber abziehen)

MYTHOS: Bücher und Magazine dürfen nicht in den Papiermüll.

✘ **Falsch!** Der dicke Papp-Einband wird inzwischen von den Sortierfabriken erkannt. Ebenso wie Hochglanzmagazine. Die Lacke können dank eines neuen Verfahrens gelöst werden.



BRAUNE TONNE

1. In der braunen Tonne landen Gemüse- und Obstreste, Käse-, Fisch- und Fleischreste
2. Außerdem dürfen Gartenabfälle in die braune Tonne
3. Topfpflanzen (natürlich ohne Topf), auch mit Blumenerde sowie Schnittblumen
4. Kaffee-Filtertüten und Kaffeesatz, Teereste, Teebeutel
5. Kleintierstreu (nur aus biologisch abbaubarem Material) einschließlich enthaltenen Exkrementen von Kleintieren

MYTHOS: Gekochte Speisen dürfen nicht in den Biomüll.

✘ **FALSCH!** Das war einmal, heute dürfen auch gekochte Essensreste in die Braune Tonne wandern. Nur auf den heimischen Kompost im Garten solltet Ihr kein gekochtes Essen werfen, das lockt Nager an.



WIEDER MEHR WINDKRAFT-AUSBAU

Der Ausbau der Windenergie kommt in Schleswig-Holstein langsam wieder in Schwung, wie die Ergebnisse der staatlichen Windkraft-Ausschreibungen des vergangenen Jahres belegen. Diese wurden vom Windenergie-Bundesverband BWE vorgestellt. Kein Bundesland war demnach so erfolgreich bei den Auktionen wie das nördlichste. Insgesamt erhielten Windparkbetreiber in Schleswig-Holstein bei den Ausschreibungen die Erlaubnis zur Installation von 583 Megawatt Leistung. Das entspricht dem Bau von etwa 160 neuen Windrädern. In den vergangenen Jahren war der Ausbau deutlich geringer, was zur Folge hatte, dass Unternehmen in der Region Rendsburg unmittelbar betroffen sind und waren.



FÖRDERUNG FÜR ELEKTROBUSSE

Die Kieler Verkehrsgesellschaft erhält vom Bundesministerium Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit (BMU) eine Förderung über 13,187 Millionen Euro. Damit kann das Kieler Busunternehmen weitere vollelektrische Busse kaufen und die entsprechende Ladeinfrastruktur ausbauen. In Kiel fahren seit letztem Jahr die ersten vollelektrischen Busse. Bis September dieses Jahres sollen es insgesamt 47 Gelenkwagen sein. Auch 20 normale Busse mit Elektroantrieb sollen im vierten Quartal in Kiel fahren. Die Förderung helfe, um zusätzlich zu den Bussen auch die Ladeinfrastruktur in der Landeshauptstadt weiter auszubauen. Das erklärte Ziel ist, dass bis zum Jahr 2030 alle Busse elektrisch betrieben sind.

Fotos: Gettyimages.de / iStock / Getty Images Plus / georggeherk / Olexandr Filon



ABFALL | WERTSTOFF | RESSOURCE

www.awr.de

2021

Neue Abfuhrtermine

Neue Preise



AWR APPFALL:
Alles auf einen Blick!

Die AWR Appfall erinnert zuverlässig am Vortag an die bevorstehenden Abfuhrtermine, beinhaltet ein Abfall-ABC, führt per Navi-Funktion zum nächsten Glascontainer oder Recyclinghof und vieles mehr.

Die App gibt's kostenlos
in Ihrem App-Store.

Alle aktuellen Informationen auch auf www.awr.de.



Baufinanzierung

Die Richtige gefunden!

Sie haben die Immobilie,
wir die Finanzierung.

Ihre Spezialisten in Büdelsdorf

Fehmarnstraße 20 · T 04331 437002
buedelsdorf-baufi@drklein.de

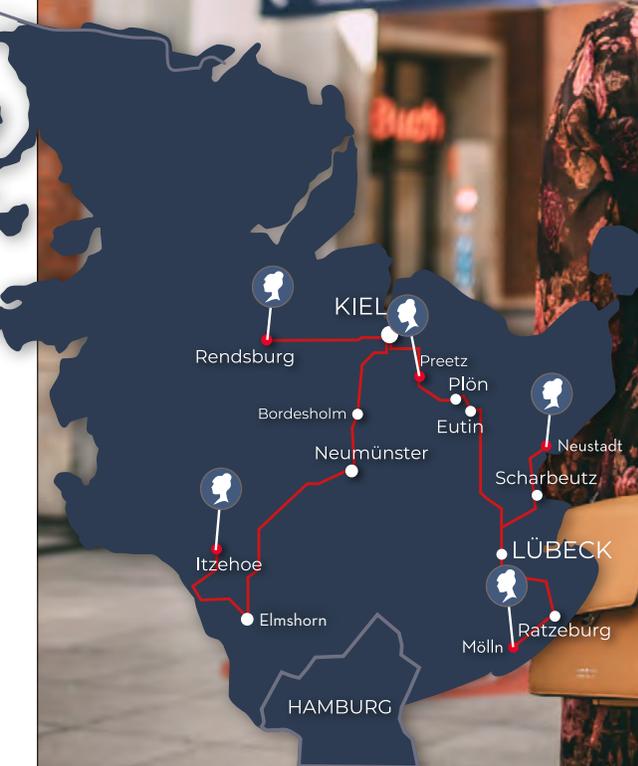
www.drklein.de

DR. KLEIN

Die Partner für Ihre Finanzen.

BEST-OF „GLEIS & MEER“

Auch wenn 2020 alles anders war, konnten wir unsere Reihe „Gleis & Meer“ in Kooperation mit DB Regio Schleswig-Holstein fortführen und spannende Reiseziele in Schleswig-Holstein entdecken.



Ziel	Verbindung
Rendsburg	RE 74 Richtung Husum / RE 75 Richtung Rendsburg
Neustadt	RE 83 Richtung Lübeck, ab Eutin Bus 5518 Richtung Rettin Strandweg
Mölln	RE 83 Richtung Lübeck
Itzehoe	RE 7 Richtung Hamburg, ab Elmshorn RE 6 Richtung Westerland
Preetz	RE 83 / RE 84 Richtung Lübeck

Uns Förde Fräuleins packt regelmäßig die Reiselust. Darum freuen wir uns, dass wir mit DB Regio Schleswig-Holstein auch im letzten Jahr den Norden weiter erkunden konnten. Gerade in dieser Zeit ist es wichtig, auf Urlaube ins Ausland zu verzichten. Umso mehr möchten wir dir die Vielfalt und Schönheit unseres Bundeslandes näherbringen und dich stets mit Inspirationen und Anregungen für „eine Zeit danach“ versorgen. Unsere liebsten Adressen und Sehenswürdigkeiten in Rendsburg, Neustadt, Mölln, Itzehoe und Preetz haben wir daher nochmal übersichtlich für dich zusammengestellt.



NEUSTADT

Neustadt in Holstein ist ein wahrer Erholungsort. Die Erholung beginnt bereits auf der rund zweistündigen Bahnfahrt in das süße Hafenstädtchen, denn sie führt vorbei an der malerischen Plöner Seenplatte.

CAFÉS & RESTAURANTS

Brocks Café: Hier reihen sich Tische im Shabby-Chic-Look an Wohnaccessoires im Vintage-Stil, dazu schmeckt das Frühstück hier auch noch richtig gut.
Am Markt 6, Neustadt i. H.

Hofanlage Marienhof: Im Hofcafé bekommst du köstlichen Kuchen und frischen Kaffee.
Rosengarten 50, Neustadt i. H.

Fischrestaurants: Entlang des Hafenbeckens findest du viele Fischbuden und Restaurants wie das Klüvers Brauhaus.

SIGHTSEEING & KULTUR

Kemper Tor: Als Wahrzeichen Neustadts thront es am Kopfe der Altstadt. Es ist das einzige erhaltene mittelalterliche Stadttor der Stadt. Halte nach dem Pfotenabdruck Ausschau!
Krempfer Str. 32, Neustadt i. H.

RENSBURG

Das erste Highlight unseres Besuchs der Kreisstadt Rendsburg-Eckernfördes begegnet uns schon schon im Zug: die Fahrt über die Hochbrücke und der atemberaubende Blick auf den Nord-Ostsee-Kanal und das kleine Städtchen von oben. Doch auch sonst hält Rendsburg für uns einiges bereit.

CAFÉS & RESTAURANTS

Carls Hütte: Hier wird viel Wert auf eine regionale und frische Küche mit einem echten Erlebnischarakter gelegt.
Am Ahlmannkai 2, Büdelsdorf

Fräulein Möhls: Vom Französischen Frühstück bis hin zum deftigen Sauerteigbrot, Rührei und Speck - die Frühstückskarte

des Cafés lässt keine Wünsche offen. *Schiffbrückenplatz 6, Rendsburg*

SIGHTSEEING & KULTUR

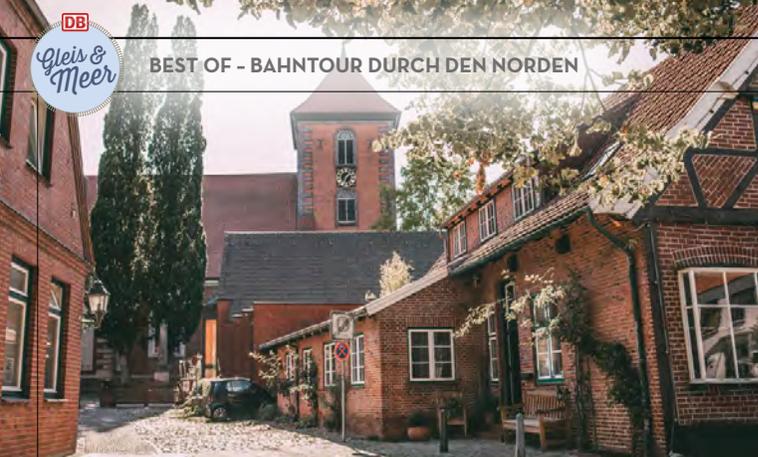
Rendsburger Schifffahrtsarchiv: Eine maritime Ausstellung perfekt für Leichtmatrosen und Schifferdeerns.
Königstraße 5, Rendsburg

Kino Schauburg: Hier kannst du sogar während der Vorstellung Getränke und Snacks direkt an deinen Platz ordern.
Schleifmühlenstr. 8, Rendsburg

BUMMELN & STÖBERN

Queens: Hier gibt es jede Menge Schnickschnack, schicke Dekoration und immer ein passendes Geschenk.
Königstraße 26, Rendsburg





PREETZ

Nur wenige Bahnminuten südlich von Kiel liegt eine Kleinstadt, die uns erst auf den zweiten Blick ins Sichtfeld gerückt ist: Preetz. Mit großer Freude haben wir Natur, Ladenperlen und die Historie der Schusterstadt erkundet.

CAFÉS & RESTAURANTS

Café Grün: Direkt am Marktplatz kannst du hier hausgemachte Kuchen und viele Kaffeespezialitäten in hyggeligem Ambiente genießen. *Markt 24, Preetz*

Boothaus Kanu-Café: Perfekt für eine Pause nach deinem

Spaziergang entlang des Kirchsees bei süßen oder herzhaften Speisen. *Kahlbrook 25, Preetz*

SIGHTSEEING & KULTUR

Preetzer Kloster: Die dreischiffige gotische Klosterkirche und der Klosterhof gehören zu den schönsten Kunst- und Kulturdenkmälern des Nordens. *Klosterhof 5, Preetz*

BUMMELN & STÖBERN

Holzschuhmacher: Lorenz Hamann ist einer der letzten Holzschuhmacher Norddeutschlands. Seine Holzschuhe sind weit über die Stadtgrenzen bekannt. *Wakendorfer Straße 17, Preetz*

MÖLLN

Nicht nur die Altstadt sieht märchenhaft aus, auch die Bahnfahrt durch die wunderschöne Holsteinische Schweiz lässt uns träumen. Dazu hat die Geschichte, die in Mölln erzählt wird, einiges zu bieten.

SIGHTSEEING & KULTUR

Eulenspiegel-Museum: In dem Museum findest du die städtische Sammlung der Geschichte des bekannten Narren sowie einen kleinen Souvenir-Shop. *Am Markt 2, Mölln*

Schiff und Boot Morgenroth: Bei einer Fahrt mit dem Grachten- oder Tretboot lernst du die drei Seen an und um Mölln kennen. Natürlich kannst du dir auch ein Tretboot leihen und die Gewässer auf eigene Faust erkunden. *Seestraße 47b, Mölln*

BUMMELN & STÖBERN

Kramerdeel: Ein Laden mit einer Sammlung von Schönerem und Einmaligem aus der ganzen Welt. *Hauptstraße 106, Mölln*

Gewürzkontor: Neben Kräutern und Gewürzmischungen findest du hier auch Delikatessen, Likören, Essige, Öle, Salze und vieles mehr. *Marktstraße 11, Mölln*



ITZEHOE

Angekommen am Bahnhof in Itzehoe bist du praktisch schon mitten im Geschehen. Als gebürtige Itzehoerin hat Sina die beste Insidertipps für dich.

CAFÉS & RESTAURANTS

Himmel + Erde: Ein gemütliches Café und Restaurant mit lokaler Küche und regionalen Zutaten. *Kirchenstraße 5, Itzehoe*

Der Kaffeemacher: Hier rösten die Kaffeeprosis die Bohnen täglich frisch. Dazu gibt es Kuchen, Cookies und Sandwiches in einem modernen, aber gemütlichen Ambiente. *Breite Straße 39, Itzehoe*

CAFÉ und Konditorei Ramm:

Das Café mit den wohl besten Kuchen und Torten an der gesamten Westküste! *Sandberg 53-55, Itzehoe*

SIGHTSEEING & KULTUR

Prinzesshof: In dem ehemaligen Wohnhaus des Itzehoer Klosters befindet sich das Kreismuseum, zu dessen Fuße eine majestätische Parkanlage prangt. *Kirchenstraße 20, Itzehoe*

Wenzel-Hablik-Museum:

Hier kannst du die Hinterlassenschaften des Itzehoer Malers, Grafikers, Kunsthandwerkers, Innenarchitekten und Visionärs Hablik bestaunen. *Reichenstraße 21, Itzehoe*

BUMMELN & STÖBERN

Schatzinsel: Dieser Laden steckt voller einzigartiger Ideen. Aber Vorsicht - hier herrscht akute Kauf-Gefahr! *Lindenstr. 71, Itzehoe*



Natürlich haben wir noch viele weitere Adressen in den Städten entdecken dürfen. Wenn du mehr erfahren möchtest, lies dir den ganzen Blogpost auf www.förderfräulein.de durch. Übrigens: Bist du aktuell mit der Bahn unterwegs, denk bitte an eine Maske. Dein kontaktloses Ticket kannst du über die App „DB Navigator“ buchen.

R.SH ZAHLT IHRE RECHNUNG

...UND IHRE WUNSCHRECHNUNG



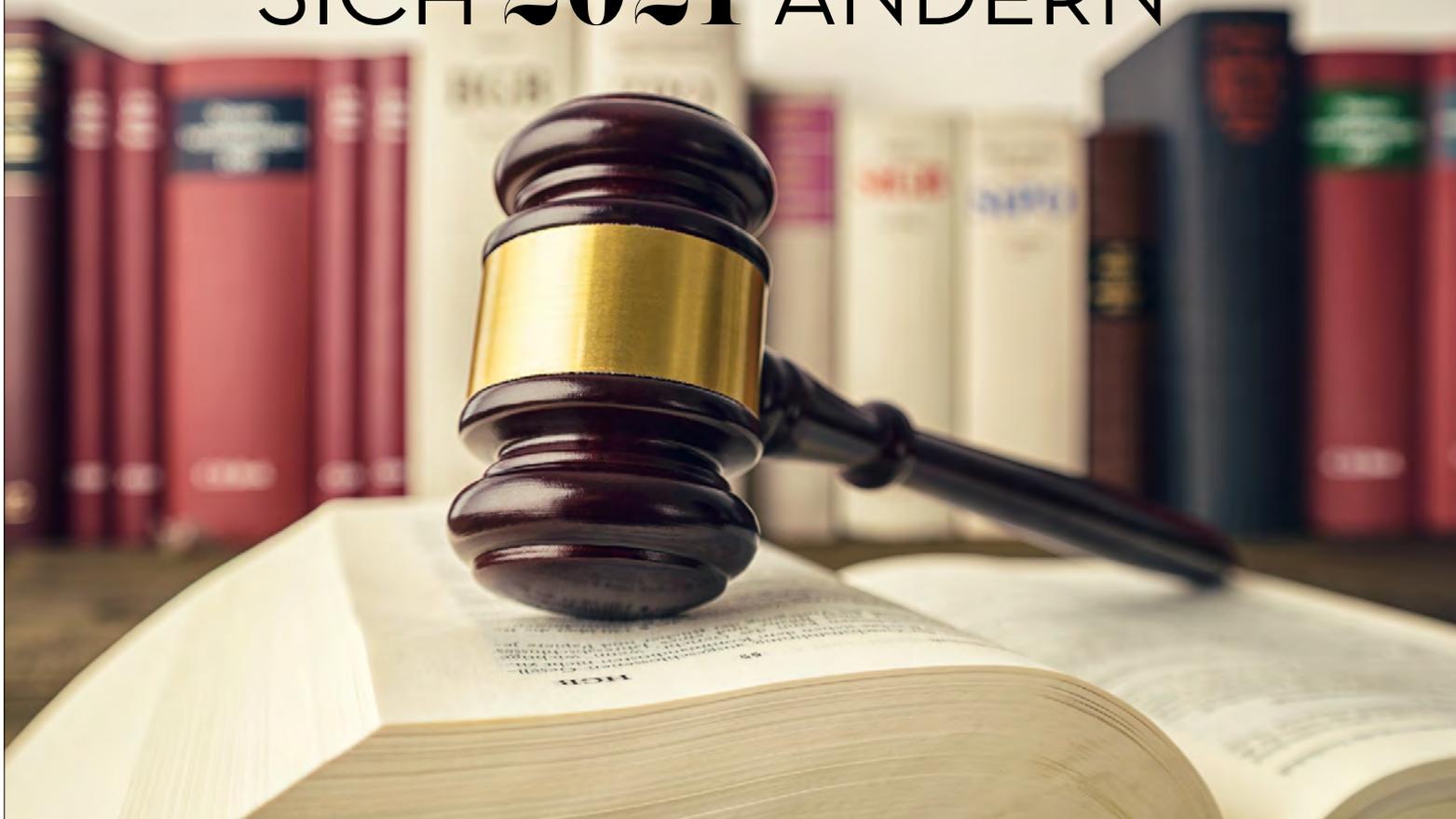
Jetzt mitmachen auf [RSH.de](https://www.rsh.de)
und einschalten:
Jeden Morgen um 7 Uhr!

RSH
RADIO SCHLESWIG-HOLSTEIN

Zusammen sind wir Schleswig-Holstein.

MINDESTLOHN, SOLI, HOMEOFFICE

WELCHE GESETZE SICH 2021 ÄNDERN



DIE KFZ-STEUER STEIGT

Teil des Klimapakets der Bundesregierung ist auch eine Reform der Kfz-Steuer. Für Autos mit hohem Spritverbrauch und entsprechend hohem CO₂-Ausstoß werden ab Januar 2021 deutlich höhere Abgaben fällig. Bei einem CO₂-Ausstoß von 195 Gramm je Kilometer und mehr steigt die jährliche Kfz-Steuer demnach im Schnitt um 130 Euro für Benziner und 100 Euro für Diesel-Autos. Wer sich ein Auto kauft, das weniger als 95 Gramm CO₂ pro Kilometer ausstößt, zahlt rund 30 Euro weniger als nach dem bisherigen Steuersystem. Die Reform der Kfz-Steuer gilt nur für Neuwagen, die ab dem 1. Januar 2021 zugelassen werden.



MINDESTLOHN STEIGT

Der Mindestlohn steigt 2021 um 15 Cent: von 9,35 Euro auf 9,50 Euro in der Stunde. Es ist der erste Schritt einer vierstufigen Anhebung, die den allgemeinen Mindestlohn bis zum Sommer 2022 auf 10,45 Euro befördern soll. Zugleich wurden zum Jahresanfang einige Branchenmindestlöhne angehoben, zum Beispiel im Elektrohandwerk, wo das Mindestentgelt jetzt bei 12,40 Euro liegt, oder im Dachdeckergewerbe, wo der Mindestlohn für gelernte Kräfte auf 14,10 Euro steigt. Eine Übersicht über die aktuell geltenden Branchenmindestlöhne findet sich beim Bundesarbeitsministerium.

REFORM DES WOHNUNGSEIGENTUMSGESETZES

Rechtsanwalt Peter Fredrich, Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht, informiert über fundamentale Änderungen des Wohneigentumsgesetzes (WEG)! Mit Wirkung ab Dezember 2020 wurde das Gesetz reformiert.

- Bauliche Veränderungen am Gemeinschaftseigentum sind nach § 20 I WEG künftig mit einfacher Mehrheit möglich, ohne dass es auf die Zustimmung aller von einer Maßnahme beeinträchtigten Wohnungseigentümer (ET) ankommt.
- § 19 II 6 WEG gibt jedem ET das Recht, als Teil einer ordnungsmäßigen Verwaltung die Bestellung eines zertifizierten Verwalters – und damit einen Sachkundenachweis – zu verlangen.
- Der Verwalter kann künftig in eigener Verantwortung ohne Beschlussfassung über Maßnahmen entscheiden, die von untergeordneter Bedeutung sind und nicht zu erheblichen Verpflichtungen führen.
- Jetzt können Eigentümerversammlungen künftig flexibler gestaltet und Möglichkeiten, die sich durch die Digitalisierung bieten, besser genutzt werden. So erhalten die ET in § 23 I WEG die Möglichkeit, eine Online-Teilnahme an der Eigentümerversammlung zuzulassen. Die Versammlung ist künftig unabhängig von einem Mehrheitserfordernis immer beschlussfähig. Die Frist zur Einberufung wird von 2 auf 3 Wochen verlängert.
- Umlaufbeschlüsse können für Einzelfälle auch mittels elektronischer Kommunikationsmittel wie E-Mail, Internetplattformen oder Apps gefasst werden.
- Die ET können künftig mit einfacher Stimmenmehrheit und losgelöst vom Einzelfall über die Verteilung einzelner Kosten oder bestimmter Kostenarten beschließen.
- Die Zahl der Beiratsmitglieder kann flexibel durch Beschluss festgelegt werden. Der Beirat soll zukünftig das Verwalterhandeln überwachen. Die Haftung ehrenamtlicher Beiräte wird auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit beschränkt (§ 29 III WEG).
- Eigentümergemeinschaften können sich künftig einfacher vom Verwalter trennen. Die Abberufung des Verwalters ist ohne Vorliegen eines wichtigen Grunds möglich, die ET können den Verwalter jederzeit abberufen (§ 26 III WEG), dann endet der Verwaltervertrag spätestens 6 Monate nach Abberufung.



RECHTSANWÄLTE · NOTARE

GFKP Göldner & Fredrich



Dr. Manfred Pimat,
Dr. Markus Göldner,
Claudia Kuske,
Peter Fredrich (v.l.n.r.)

Ab Februar 2021 wird unser Team im Rendsburger Büro durch Herrn Rechtsanwalt und Notar Axel von Rützen-Kositzkau erweitert.

info@gfkp.de

Gut zu wissen:
Die News auf www.gfkp.de.
Schauen Sie mal vorbei!

Büro Rendsburg
Alter Kleinbahnhof
Berliner Straße 2
24768 Rendsburg
Telefon: 04331-1314-0

Büro Kiel
Wissenschaftspark
Neufeldtstraße 6
24118 Kiel
Telefon: 0431-66 86 36-0

WEGFALL DES SOLIDARITÄTSZUSCHLAGS

Der Soli fällt nach gut drei Jahrzehnten weg – immerhin für rund 90 Prozent der Bundesbürger. Singles mit einem Jahresbruttoeinkommen von bis zu 73.000 Euro müssen die Abgabe dann nicht mehr zahlen, für ein Ehepaar mit zwei Kindern liegt die Grenze bei 151.000 Euro brutto. Wer etwas mehr verdient, muss den Soli bis zu einer bestimmten Gehaltsgrenze nur anteilig zahlen. Für Singles liegt diese Gleitzone zwischen 73.000 und 109.000 Euro, für eine Familie mit zwei Kindern zwischen 151.000 und 221.000 Euro Bruttoverdienst. Darüber wird der volle Solidaritätszuschlag fällig – 5,5 Prozent auf die Einkommensteuer.



PAUSCHALE FÜRS HOMEOFFICE

Ein Arbeitszimmer steuerlich geltend zu machen, ist keine triviale Angelegenheit. Neben der Kenntnis diverser Regeln setzt dies den Luxus voraus, ein Zimmer der Wohnung ausschließlich für die Arbeit einrichten und nutzen zu können. Millionen Arbeitnehmer, die der Bitte der Bundesregierung folgten und während der Corona-Pandemie am Küchentisch oder in der Arbeitsecke im Schlafzimmer arbeiteten, hatten diesen Luxus nicht – und konnten nach bislang geltender Rechtslage auch kaum etwas absetzen.

Mit dem Jahressteuergesetz will der Gesetzgeber diese Ungerechtigkeit beseitigen. Wer zuhause arbeitet, aber kein

Arbeitszimmer absetzen kann, soll eine Homeoffice-Pauschale geltend machen können. Für jeden Arbeitstag zu Hause dürfen Arbeitnehmer künftig einen Betrag von 5 Euro, höchstens aber 600 Euro im Jahr abziehen. Begünstigt werden also 120 Arbeitstage im Homeoffice. Die Pauschale soll auf zwei Jahre begrenzt werden und für Homeoffice-Tage nach dem 31. Dezember 2019 und vor dem 1. Januar 2022 gelten. Sie wird allerdings nicht zusätzlich zur Werbungskostenpauschale gewährt. Von der Homeoffice-Pauschale werden also nur diejenigen profitieren, die im Jahr Werbungskosten von mehr als 1.000 Euro geltend machen können.

15 EURO MEHR KINDERGELD

Der Staat erhöht das Kindergeld ab Januar 2021 um 15 Euro im Monat. Damit beträgt es für das erste und zweite Kind jeweils 219 Euro. Für das dritte Kind gibt es 225 Euro, für das vierte und jedes weitere Kind jeweils 250 Euro pro Monat.

UMSATZSTEUER WIEDER HÖHER

Am 1. Januar 2021 war die Corona-bedingte Umsatzsteuersenkung Geschichte. Die Sätze sind wieder auf 19 beziehungsweise 7 Prozent gestiegen. Betriebe mussten ihr Rechnungswesen zum Jahreswechsel also abermals umstellen.



MAKLERKOSTEN WERDEN GETEILT

Für Immobilienkäufer war es lange Zeit ein Ärgernis, dass sie die meist fünfstelligen Kosten des Maklers alleine tragen sollten – obwohl der Verkäufer diesen beauftragt hatte. Seit dem 23. Dezember 2020 ist das anders: Verkäufer und Käufer müssen halbe-halbe machen. Das neue Gesetz gilt für Maklerverträge, die

ab diesem Stichtag geschlossen werden. Die neue Regelung ist nur dann anwendbar, wenn der Käufer als Verbraucher handelt, und ist beschränkt auf Geschäfte mit Einfamilienhäusern und Wohnungen. Bei Baugrundstücken, Miets Häusern oder Gewerbeimmobilien müssen die Maklerkosten auch weiterhin nicht geteilt werden.



DIE GRUNDRENTE IST SICHER

Ab 2021 dürfen sich etwa 1,3 Millionen Senioren über eine neue Rente freuen. Von dieser „Grundrente“ profitieren Menschen, die zwar lange Zeit gearbeitet, aber nur sehr unterdurchschnittlich verdient haben. Sie bekommen einen Zuschlag zu ihrer niedrigen Rente. Wer in den Genuss der vollen Grundrente kommen will, muss mindestens 35 Jahren an Grundrentenzeiten vorweisen können – das heißt, der Rentner muss in diesen Jahren mindestens 30 Prozent, maximal 80 Prozent des damaligen Durchschnittsentgelts verdient haben. Berücksichtigt werden auch Zeiten der Kindererziehung und Pflege. Wer mindestens 33, aber keine 35 Grundrentenjahre sammeln konnte, erhält einen niedrigeren Zuschlag.

DIE CO₂-STEUER KOMMT

Das neue Jahr ist auch die Geburtsstunde einer neuen Steuer: 2021 wird es eine Abgabe auf Kohlendioxidemissionen geben – die CO₂-Steuer. Sie liegt 2021 bei 25 Euro pro emittierter Tonne CO₂. Nach Ansicht der Bundesregierung fehlte bislang ein „wirksames Preissignal“, das die CO₂-Intensität fossiler Heiz- und Kraftstoffe abbildet. Die neue Abgabe soll diese Lücke schließen. Das wird sich vor allem auf die Preise an Tankstellen auswirken: Der Preis für den Liter Benzin dürfte sich nach Schätzungen des ADAC 2021 um rund 7 Cent verteuern, der für einen Liter Diesel um rund 8 Cent. Der CO₂-Preis wird in den nächsten Jahren schrittweise angehoben und soll 2025 bei 55 Euro liegen. Als Ausgleich wird die Pendlerpauschale 2021 für Vielfahrer ab dem 21. Entfernungskilometer von aktuell 30 auf 35 Cent erhöht.



STADTGESCHEHEN

*Spannendes aus Rendsburg und der Region:
was uns im Februar bewegt!*





Hans E. Timm, Business Development
und Maxi Hoppmann, Customer Service

ZUKUNFT IST EINE ENTSCHEIDUNG

*Wer in der Region und überregional sichtbar werden will,
sollte sich zu einer Registrierung auf dem neuen Regionalportal entschließen.*

Die Region Rendsburg GmbH arbeitet zusammen mit der Entwicklungsagentur für den Lebens- und Wirtschaftsraum Rendsburg sowie der Initiative Region Rendsburg an der Einführung eines Internetportals mit allen verfügbaren Daten der Kommunen und der Wirtschaft. Ziel des Regionalportals ist es, allen, die die Region noch nicht kennen, zu zeigen, was es hier zu entdecken gibt. „Uns ist bewusst, dass wir in einer landschaftlich schönen und wirtschaftlich starken Region leben und davon wollen wir auch Investoren, Fachkräfte und Neubürger begeistern“, so Projektleiter Jörn Hoppmann.

Neben Themen wie virtuelle Rathäuser, Veranstaltungen, Mobilitätsdienste, die bereits fertiggestellt sind, steht in der Bearbeitung des Portals nun als Nächstes die Wirtschaft im Fokus. Hier soll die Standortqualität im Hinblick auf Fachkräftegewinnung und -sicherung verbessert werden. Eine starke Wirtschaft hängt ab von zufriedenen und neuen Fachkräften. „Mit diesem Ziel vor Augen treten wir derzeit aktiv an die Unternehmen der Region heran. Das ist eine personalintensive Aufgabe, die wir ohne temporäre Verstärkung unseres Teams nicht leisten können. Die beiden Gesichter hinter der Unternehmensdatenbank sind Diplom-Ingenieur Hans

Timm, Manager für Geschäftsentwicklung, und die Bürokauffrau Maxi Hoppmann für den Bereich Kundenservice“, erklärt Petra Reiber, Geschäftsführerin. Für die Kontaktaufnahme zu den Geschäftsleitungen zwecks Eintrag in die Datenbank des Portals ist Hans Timm zuständig. Er berät die Unternehmen über innovative Möglichkeiten, sich auf dem Portal darzustellen. Letztendlich ist der Betrieb, welcher es optimal versteht, sein Profil bekannt zu machen, attraktiver für Fachkräfte von heute und morgen. Maxi Hoppmann übernimmt die Dateneingabe, Datenpflege und Qualitätssicherung.

Um die Wirtschaft der Region komplett abzubilden, hofft die Region Rendsburg, dass alle, auch Einzelhändler, Freiberufler oder Handwerksbetriebe ihre Daten zur Verfügung stellen. Sowohl der Einzelhandel als auch zahlreiche Betriebe leiden unter Umsatzeinbußen in der Corona-Zeit. Vieles hat sich verändert mit einer rasanten Zunahme der Digitalisierung. „Wir wollen den Gewerbetreibenden zu einem Neustart verhelfen“, so Hans Timm. Die Region Rendsburg liefert die richtige Plattform, um Fachkräfte und Unternehmen zusammen zu bringen. Business heißt aber auch, untereinander Netzwerke knüpfen zu können. Das gelingt neben einem positiven Image nur, wenn alle mitmachen.

TEXfit

TEXTIL-PFLEGEPROFI

2 Hosen € 7,99

1 Hemd € 1,40

waschen + bügeln,
keine Seide



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

Durchgehend geöffnet
von 8.00 - 18.30 Uhr
Sa. 8.00 - 13.00 Uhr



MISSES SCHLESWIG- HOLSTEIN 2021

***Olga Lorenz ist eine Serien-Siegerin im Modeln.
Seit 2017 führt sie den Titel der Misses Schleswig-Holstein
und vertritt unser Bundesland bei weiteren Wettbewerben.***

Eigentlich hätte auch für Olga Lorenz aus Osterrönfeld das Jahr 2020 ganz anders verlaufen sollen. Sie hatte gar nicht vor, sich noch einmal für die Wahlen zur Misses Schleswig-Holstein zu bewerben. Dieses Jahr wurde die Wahl in jedem Bundesland wegen Corona intern durchgeführt und 16 Bundesfinalistinnen wurden von der Jury einer Agentur bestimmt. Die Jury hat sie für unser Bundesland gekürt: „Ich habe mich natürlich sehr gefreut und hatte damit ehrlich gesagt nicht gerechnet. Zu diesem Zeitpunkt war ich eigentlich beim Koffer packen, um in ein paar Tagen nach Kos zu fliegen.“ Anschließend wurden die Finalistinnen von der Agentur auf deren Homepage veröffentlicht, und man durfte per Voting für sie an den drei Tagen abstimmen. Nur drei aus 16 Bundesfinalistinnen mit den meisten Stimmen durften dann wegen Corona ins Finale zur Wahl der Misses Deutschland nach Wolfsburg. „Ab diesem Zeitpunkt wurde alles

sehr spannend für mich“, erklärt Olga Lorenz. „Erstens stand es fest, dass das Voting während meinesurlaubes auf Kos ablaufen würde und zweitens, wenn ich in die Top 3 gewählt werden sollte, müsste ich meinen Urlaub eventuell abbrechen und zurück nach Deutschland kommen.“ Mit der Entspannung klappte es nicht, gesteht sie, „obwohl ich versucht habe, mich nicht auf die Wahl zu konzentrieren. Ich hatte die Chance, und ich wollte sie wahrnehmen“, entbrannte ihr Ehrgeiz. So wurde in den regionalen Medien auf ihre Wahl hingewiesen, jedoch reichte die Stimmzahl am Ende nicht für den Einzug in die Top 3. Letztlich konnte sie ihren Urlaub doch noch genießen. Sie freut sich sehr, unser Bundesland im inzwischen vierten

Jahr als amtierende Misses Schleswig-Holstein vertreten zu dürfen. Wie es weitergeht, ist ungewiss: „In diesem Moment weiß ich es nicht. Alles andere wird sich zeigen.“



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



Orthopädische Maßschuhe
Bequeme Schuhmode
Schuhveränderungen
Einlagen nach Maß
Schuhreparaturen aller Art

Möller

ORTHOPÄDIE | SCHUHTECHNIK | Inh. H. Höffer

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

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

■ www.moeller-rendsburg.de

HEUTE IM ANGEBOT:

WEITERBILDUNG
UND ZUKUNFT

Als Leiterin der Abteilung Personalentwicklung bei EDEKA Nord weiß Larissa Oppeneiger, worauf es bei der Motivation der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ankommt

EDEKA Nord ist in puncto moderne Führung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern auf dem Vormarsch. Doch was heißt das für neue Bewerberinnen und Bewerber genau?

RENDSBURGERleben: Was macht die Arbeit bei EDEKA Nord aus?

Larissa Oppeneiger: Als Marktführer in der dynamischen Lebensmittelbranche wissen wir, dass jeder Stillstand ein Rückschritt ist. Veränderungen sind bei uns Alltag und etwas Positives. So treiben uns viele Projektthemen nach vorne, in denen wir zeigen können, was wir bereichsübergreifend und in kurzer Zeit erreichen können. Immer agilere Arbeitsmethoden, die Mentalität „Einfach mal machen!“ und ein großes Team, welches für seine Arbeit brennt, treiben uns an. Bei all dem zeichnet uns aus, dass wir nie den Fokus auf unsere Kundinnen und Kunden verlieren.

Was haben Sie zur Bindung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in petto?

Bei EDEKA Nord leben wir ein Mit- und Füreinander, in dem jede einzelne Person zählt. Unsere flexiblen Arbeitszeiten und das mobile Arbeiten ermöglichen eine Work-Life-Balance, die einen echten Mehrwert für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bietet. Außerdem profitiert das Team von diversen Goodies wie zum Beispiel umfangreichen Weiterbildungsmöglichkeiten, Fahrradleasingangeboten und Sonderkonditionen.

Welche Weiterbildungsmöglichkeiten können Führungskräfte nutzen und welchen Weg können sie einschlagen?

Wenn es um die Themen Weiterentwicklung und Karriere geht, stehen unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern alle Türen offen. Wir setzen auf ein modernes Führungsverständnis, bei dem die Führungskraft neben der unternehmerischen Verantwortung als Vorbild, Teamplayer und Coach agiert. Um dieses Verständnis zu leben, haben wir ein umfangreiches Führungskräfte-Entwicklungsprogramm über alle Führungsebenen aufgesetzt. Neben zentralen Qualifizierungsmaßnahmen sehen wir vor allem den Austausch der Führungskräfte untereinander als zentralen Erfolgsfaktor. Aufgrund moderner Arbeitsweisen gewinnt bei uns neben der klassischen Führungslaufbahn die Fachlaufbahn immer mehr an Bedeutung.

Ist die Coronapandemie für EDEKA Nord eher eine Chance oder Herausforderung?

Durch die Coronapandemie konnten wir unsere Mannschaftsstärke beweisen. Auch wenn Corona neue Herausforderungen mit sich brachte, ist für uns die Pandemie in vielerlei Hinsicht ein Katalysator gewesen. Wir haben unter anderem den Wechsel zum mobilen Arbeiten und die Digitalisierung beschleunigt. Daher klar: mehr Chance als Herausforderung.

Zeit für eine Veränderung:
Werden Sie Teil von EDEKA Nord.

Für unseren Hauptverwaltungs- und Logistikstandort in Neumünster suchen wir:

Sachbearbeiter Buchhaltung (m/w/d)

Personalsachbearbeiter Entgeltabrechnung (m/w/d)

Immobilienkaufmann (m/w/d)

Einkaufsassistent (m/w/d)

Mediengestalter (m/w/d)

IT-Systemadministrator (m/w/d)

Call Agent (m/w/d)

Support Agent 1st Level (m/w/d)

Prozessbetreuer SAP (m/w/d)

Bauingenieur/Architekt (m/w/d)

Bewerben Sie sich online auf unserer Homepage www.edeka.de/nord-karriere oder melden Sie sich direkt im Recruiting bei Ophelia Grass (ophelia.grass@edeka.de).



Wir ♥ Lebensmittel.

NACH DER AUSBILDUNG BEI DER GMSH

„VOM FLECK WEG
EINGESTELLT“

Mit Fabian Walter (21) hat die Gebäudemanagement Schleswig-Holstein AöR Deutschlands besten Personaldienstleistungskaufmann ausgebildet.

RENSBURGERleben: Wie fühlt man sich als Deutschlands bester Azubi im Bereich Personaldienstleistungskaufleute (PDK)?

Fabian Walter: Schon ganz cool. Es ist ein schönes Gefühl zu wissen, der Beste von rund 800 Auszubildenden in ganz Deutschland zu sein.

Wie bist Du zu Deutschlands bestem Azubi Deiner Zunft geworden?

Die Prüfung besteht aus mehreren Teilen, die sich zu einer Gesamtnote zusammenfügen. Sie besteht aus zwei schriftlichen Prüfungstagen und einer mündlichen Prüfung am dritten Tag. An diesen Tagen kommt es darauf an, zu liefern. Das bedeutet natürlich auch eine Menge Druck. Glücklicherweise kann ich damit sehr gut umgehen, indem ich mich fokussiere.

Und wodurch gelingt Dir das?

Durch meinen Ehrgeiz und meine Disziplin.

Wie bist Du auf die Idee gekommen, Dich im Bereich Personaldienstleistung zu bewerben?

Durch meinen Vater. Er ist Personalleiter einer Firma und erzählte am Frühstückstisch von seinen Tätigkeiten. Weil mich dies interessiert hat, konnte ich eingrenzen, wo meine Stärken liegen.

Warum hast Du Dich bei der GMSH beworben?

Ein Jahr vor meinem Abitur habe ich mich auf der Jobmesse in der Sparkassen-Arena darüber informiert, wer dieses Berufsbild anbietet – das war damals nur die GMSH. Das Gespräch mit der Ausbildungsleiterin der GMSH lief dann so gut, dass sie mir einen Ausbildungsvertrag am Informationsstand vorlegen wollten. Offiziell bewerben musste ich mich natürlich dennoch und wenige Wochen später, morgens um 7.30 Uhr, habe ich die Zusage bekommen.

Qualifiziert Dich Dein „Schnack“ also für den Beruf?

Durch den ständigen Austausch mit den Beschäftigten und Bewerberinnen und Bewerbern sollte man nicht auf den Mund gefallen sein. Kommunikation ist auf jeden Fall eine Schlüsselqualifikation. Man sollte höflich sein und sich ausdrücken können – mündlich wie schriftlich. Neben guten Deutschkenntnissen ist Mathematik wichtig: Wenn die Mitarbeitenden zu wenig Gehalt bekommen, ist das schlecht.

Was findest Du besonders spannend am Beruf des PDKs?

Der Kontakt zu den Menschen und die Vielfalt im Beruf sind besonders spannend und herausfordernd. Interessant finde ich darüber hinaus den rechtlichen Teil und wie die Gesetze angewendet sowie die unterschiedlichen Fälle bewertet werden. Diese Sparten des Berufs waren für mich ausschlaggebend für meine Bewerbung und entscheidend für den Wohlfühlfaktor. Sobald ich etwas nicht genau weiß, kann ich mich auf geltendes Gesetz berufen und dieses nachschlagen – das ist irgendwie beruhigend.

Gehst Du nun – nach Deiner Ausbildung – Deinem ursprünglichen Ziel nach und studierst Wirtschaftspsychologie?

Nein, ich bin an der Christian-Albrecht-Universität für Betriebswirtschaftslehre (BWL) eingeschrieben. Dadurch, dass ich nebenbei weiterhin bei der GMSH arbeite, kann ich mein Studium entspannt angehen und später entscheiden, ob ich gegebenenfalls den Master in Wirtschaftspsychologie mache. 15 Stunden die Woche bei der GMSH zu arbeiten ist wirklich praktisch. Ich kenne die Strukturen und Mitarbeiterinnen Mitarbeiter und arbeite in dem Bereich, in dem ich mich auskenne. So steigere ich weiterhin meine Berufserfahrungen.

Mit Blick auf die Zukunft: Welche weiteren Ziele hast Du Dir gesteckt?

Ich möchte meinen Weg weitergehen und hoch hinaus. Ich möchte mir etwas aufbauen, mich in der freien Wirtschaft verewigen. Später möchte ich mich sehr wahrscheinlich im Bereich Unternehmensberatung selbstständig machen. Mein Lebenstraum ist es, irgendwann an die Côte d'Azur nach Monaco auszuwandern, und für dieses Ziel gebe ich alles. Mich hat der Lifestyle dort einfach gecatcht.



„Ich möchte mich in der freien Wirtschaft verewigen“.

sagt Fabian Walter.



Mein Ziel erreicht -
bundesbester Azubi!
Die GMSH macht's möglich.

Fabian Walter, unser ausgezeichnetester
Personaldienstleistungskaufmann

UNSER DACH.
BESTE PERSPEKTIVEN.

Eine Ausbildung beim zentralen Dienstleister für öffentliches
Bauen, Bewirtschaften und **Beschaffen** in Schleswig-Holstein
garantiert Ihnen eine abwechslungsreiche Zeit mit spannenden
Azubi-Aktionen, viel Spaß und echten Projekten.

Jetzt bewerben.
karriere.gmsh.de





WOHNEN & Wohlfühlen

In den kalten Tagen ist es wichtig, sich zu Hause so richtig heimelig zu fühlen. Damit das gelingt, bedarf es der passenden Einrichtung. Lasst Euch inspirieren!





DIY-
Tipp



AUS ALT MACH WOW!

Wenn man genauer hinschaut, sorgen wir für ganz schön große Müllberge im Haushalt. Aber viele kleine Dinge müssen gar nicht im Abfall landen.

Alte **Kronkorken** könnt Ihr mit Heißkleber (nur für große Kinder geeignet) in verschiedenen Formen zusammenkleben und bemalen. Perfekt als kleines Geschenk für Familie und Freundinnen und Freunde. Wie wäre es zum Beispiel mit Untersetzern?

Auch **Konservendosen und Gläser** sammeln sich schnell an. Daraus kann man kleine Laternen oder Windlichter basteln. Mit Hammer und Nagel haut Ihr in die Konservendose kleine Löcher. Gläser könnt Ihr mit Glasmalfarbe oder kleinen Klebebildchen verzieren. Wenn es dunkel ist, Teelicht oder Lichterkette rein, fertig. Konservendosen eignen sich auch als Vase, wenn man die Rostschicht mag, die sich irgendwann bildet.

Esst Ihr viel Müsli? Dann könnt Ihr auch diese **Verpackung** mit Stoff oder buntem Papier bekleben und darin zum Beispiel Eure Stifte sammeln. Schaut Euch mal um (oder durchstöbert das Internet). Aus welchem „Müll“ könnt Ihr noch kreative Dinge basteln?



Küchencentrum
Rendsburg

Küchen zum Verlieben.



WIR SIND
FÜR SIE DA –
TROTZ
GESCHLOSSENEN
LADENGESCHÄFTS.

1. RUFEN SIE UNS AN 

2. WÜNSCHE BESPRECHEN
 GEMEINSAM MIT UNSEREN PLANERN

3. GRUNDRISS SCHICKEN
PER EMAIL AN UNS



Küchencentrum
Rendsburg

Friedrichstädter Straße 26
24768 Rendsburg
Tel.: 04331 / 45063
www.schmidt-kuechen.de
kuechencentrum@versanet.de

AUF MÖBELSCHAU IM FACHGESCHÄFT

Mit tollen Neuigkeiten im Bereich Modernes Wohnen wartet Möbel Hennings auf. Der Spezialist für Einrichtung bietet seinen Kundinnen und Kunden im Frühjahr Wohlfühlrends für das Zuhause.



Auf mehr als 8.000 Quadratmetern hält **Möbel Hennings** in seiner Ausstellung viele Einrichtungsideen für den Wohnbereich, Essplatz, Dielenbereich und den Schlafraum bereit. Für den Top-Trend, den Industrie-Look, steht das Programm von Styles United. Es überzeugt durch seine Einzigartigkeit, ist aufregend und individuell. Recyceltes Teakholz wird mit Metall gepaart und verleiht dem Möbelstück den angesagten Factory Style.

Möbel von Natura Home strahlen Wärme aus



Ausgewählte, naturbelassene Materialien, gepaart mit Glasapplikationen, bietet das Programm Natura Home im Hause Hennings. Möbel der Linie Natura Home besitzen dank der Oberflächen einen positiven Effekt auf das Raumklima. Sie strahlen Wärme aus und verleihen Eurem Zuhause eine nie gekannte Gemütlichkeit und Eleganz. Relaxfunktionen sind das i-Tüpfelchen auf dem Angebot der Serie. Infos unter Tel.: (04331) 343 80 oder www.moebel-hennings.de.

Möbel von Brühl überzeugen durch die ausgeprägte Funktionalität



Sessel und Sofas von Brühl stehen seit Jahrzehnten für elegantes Polsterdesign. Viele Modelle aus dem Hause Brühl sind echte Klassiker. Praktische Funktionen werden fast unsichtbar in die Sofas integriert. „Ein Maximum an Funktionalität in minimalistischem Design, made in Germany, nachhaltig gefertigt mit abziehbaren Bezügen, mit Stoffen aus heimischer Produktion und mit exklusiven Lederbezügen hiesiger Gerbereien – dafür steht die Polstermanufaktur Brühl“, wie Geschäftsinhaber Hauke Hennings nachdrücklich erklärt.

Professionelle Betreuung BEI IMMOBILIENVERKAUF UND WERTERMITTLUNG

Wer den Wert seiner Immobilie erfahren möchte, ist bei Reimer Carstens an der richtigen Adresse. Der Experte verfügt über umfangreiche Marktkenntnisse.

Reimer Carstens ist Kaufmann der Grundstücks- und Wohnungswirtschaft und hat Immobilienwirtschaft studiert. Er verfügt über eine mehr als fünfzehnjährige Berufserfahrung im Immobilienbereich und bietet eine unabhängige und professionelle Betreuung vor allem für die Bereiche Immobilienverkauf, -bewertung und Finanzierungsvermittlung. „Der Kauf oder Verkauf einer Immobilie gehört zu den wichtigsten Entscheidungen im Leben und sollte gut durchdacht sein, genau wie der Abschluss der dazugehörigen Baufinanzierung“, betont Reimer Carstens. Er kennt den Markt und die Menschen der Region sehr gut. Aus diesem Grund ist ihm eine unabhängige und faire Beratung besonders wichtig. Er vermittelt Wohnimmobilien wie Ein- und

Mehrfamilienhäuser, Grundstücke und Eigentumswohnungen, aber auch gewerbliche Objekte und Resthöfe im gesamten Kreisgebiet und darüber hinaus.

Reimer Carstens ist geprüfter Immobilienbewerter und bietet als Service eine kostenfreie gutachterliche Marktwertermittlung der Immobilie an, sofern ein Verkauf geplant ist. Zu seiner ganzheitlichen Betreuung beim Verkaufswunsch gehören unter anderem auch die Einholung und Prüfung sämtlicher Dokumente wie Grundbuch und Baupläne sowie ein professionelles Vermarktungskonzept, um in einem angemessenen Zeitraum den bestmöglichen Preis zu erzielen. „Erfahrungsgemäß eignen sich der Jahresstart und das Frühjahr besonders gut zum Verkauf einer Immobilie – zu dieser



Immobilienexperte Reimer Carstens

Zeit sind viele Interessenten auf der Suche nach einem Eigenheim“, so Reimer Carstens. Weitere Infos über die **Immobilienberatung Carstens GmbH** unter Tel: (04331) 437 58 20 oder Mobil: (0162) 565 18 85 oder www.immobilienberatung-carstens.de.

Ihre Immobilie in guten Händen

Ich lebe in der Region und kenne und schätze ihre Menschen. Nicht zuletzt aus diesem Grund hat ein vertrauensvolles und ehrliches Miteinander für mich oberste Priorität und ist die Grundlage meiner Arbeit.



Sie möchten Ihre Immobilie auch erfolgreich verkaufen? **Melden Sie sich gern!**

Wir bieten Ihnen:

- sachverständige und marktgerechte Wertermittlung
- fundierte Marktkenntnisse in der Region
- 15 Jahre Erfahrung am Immobilienmarkt
- persönliche und ehrliche Beratung
- rechtssichere Kaufvertragsabwicklung
- professionelle Präsentation Ihrer Immobilie:
 - hochwertige Fotos vom Fotografen
 - virtueller 360°- Rundgang und Immobilienvideo
 - Drohnenvideos



IMMOBILIENBERATUNG CARSTENS GMBH

Reimer Carstens • Dipl.-Betriebswirt (BA)
Kfm. d. Grundstücks- und Wohnungswirtschaft (IHK)
Assenkoppeln 8 a • 24787 Fockbek • 04331/ 437 58 20
www.immobilienberatung-carstens.de



IMMOBILIENBERATUNG
REIMER CARSTENS
BEWERTUNG | FINANZIERUNG | VERMITTLUNG

INNOVATIVE TREPPENLÖSUNGEN

Der Teppich-HofKnutzen steht seit vielen Jahren seinen Kundinnen und Kunden mit einer riesigen Auswahl, individueller Beratung und Dienstleistungen zur Seite. Für Treppenspezialisten ist nunmehr eine weitere tolle Lösung präsentiert worden.



Der **Teppich-HofKnutzen** bietet seinen Kundinnen und Kunden ab sofort ein neues Treppenrenovierungssystem. Dank der Treppenprofis von Rheingold muss man nie wieder schleifen, ölen oder streichen. Aus alt mach neu: Vorgefertigte Paneele werden aufgebracht und erzeugen ein völlig neues Anschauungsbild der heimischen Treppe. Im Teppich-Hof Knutzen wartet eine große Auswahl an Mustern. Mit Tritt und Setzstufe, LED-Stufenbeleuchtung, Geländer- und Wangenverkleidung: Die Liste der Möglichkeiten ist lang. Die Ex-

pertinnen und Experten im Traditionsfachgeschäft beraten umfassend und fachgerecht.

So erklärt Wohnraumberater Oliver Srugis: „Die Treppenlösungen von Rheingold sind pflegeleicht und robust. Bis zu 20 Jahre Garantie gibt es auf Abrieb, wir bieten Laminat-Paneele und vieles mehr. Schauen Sie rein und lassen Sie uns gemeinsam die passende Lösung für Ihr Zuhause finden.“ Ein auf Treppenbau spezialisierter Tischler nimmt die Maße vor Ort und setzt das neue System fachgerecht um. Infos unter Tel.: (04331) 35 06 23.





Fotos: Stamm & Viebahn

sv
STAMM & VIEBACH

DIE UNVERGESSLICHE NACHT

Die Hochzeitsnacht vergisst man sein ganzes Leben nicht. Deswegen sollte sie möglichst perfekt sein. Dazu gehört natürlich auch ein romantisch dekoriertes Bett. Besonders gemütlich und kuschelig wird es mit geschmackvollen Stoffen für das verlängerte Kopfbende. Abgerundet wird alles mit passenden Kissenbezügen, einer Tagesdecke und allem, was dazu gehört. Ein echter Hingucker in individuellem und einzigartigem Design. Da freut man sich doch direkt noch mehr auf die Nacht und die weiteren, die folgen werden. Ein echter Wohlfühlfaktor in den eigenen vier Wänden ist garantiert. Raumausstatter Arno Bölinger und sein Team bringen mehr als 30 Jahre Berufserfahrung mit und haben tolle und abwechslungsreiche Ideen für die Gestaltung von Flächenvorhängen, Polsterstoffen und Plisseeanlagen. Weitere Informationen dazu bei **Bölinger raumdesign** unter Tel.: (04331) 275 40 oder www.gardinen-boelinger.de.

UMZUG LEICHT GEMACHT

Ihr habt endlich Eure Traumwohnung gefunden? Dann kann es ja losgehen. Wir sagen Euch, wie jeder Umzug kinderleicht läuft.

✓ **Planung:** Eine gute Organisation ist das A und O bei einem Umzug. Legt Euch eine Liste im Handy an, besorgt Euch ein kleines Notizbuch und schreibt lieber eine Sache zu viel als zu wenig auf!

✓ **Mietvertrag:** Den alten Mietvertrag so früh wie möglich kündigen, damit Ihr im besten Fall keine doppelte Miete zahlen müsst. Bevor Ihr den neuen Vertrag unterschreibt, bitte nochmal alles genau lesen und auch auf das Kleingedruckte achten!

✓ **Ausmisten:** Bevor Ihr alles mit in die neue Wohnung schleppt, macht es Sinn, sich zu überlegen, was Ihr wirklich noch braucht. Startet doch einfach einen Ausmist-Tag mit euren Freundinnen und Freunden! Alles, was Ihr nicht mehr benötigt, aber auch nicht verkaufen wollt, kann in einer kleinen, privaten Tombola verlost werden: Das macht Spaß und Ihr müsst nichts wegwerfen.

✓ **Anbieterwechsel:** Strom? Gas? Internet? TV? Informiert Euch zuvor gut und richtig, vergleicht Angebote und fällt nicht auf Boni rein, die sich später als Farce entpuppen: lieber alles genauer prüfen! Eine Hausratsversicherung macht in vielen Fällen auch Sinn: was, wenn es brennt oder Ihr eine Überschwemmung im Bad habt?

✓ **Umzugshelferlein:** Der Tag ist da, es geht los? Hoffentlich habt Ihr genug starke Freundinnen und Freunde. Klar ist, je mehr Ihr seid, desto schneller, leichter und einfacher wird Euer Umzug. Eine Belohnung in Form eines Bierkastens und leckeren Essens darf nach getaner Arbeit natürlich nicht fehlen.

✓ **Endlich angekommen:** Habt Ihr alle Schlüssel bekommen? Gibt es ein Namensschild an der Klingel und an der Tür? Habt Ihr einen Nachsendeauftrag eingerichtet? Und: Wer wohnt eigentlich neben Euch? Fragen, die sich jetzt entspannt klären lassen!



PANTONE FARBE(N) DES JAHRES 2021

Jedes Jahr kürt das Farbinstitut Pantone eine neue Farbe, die die Trends bestimmt und uns durch das Jahr begleitet. 2021 sind es gleich zwei Nuancen, die die Farbe „Classic Blue“ aus dem Jahr 2020 ablösen. Herausgekommen ist ein Gute-Laune-Duo, welches aus einem ruhigen Grau und einem knalligen Gelb besteht: „Ultimate Gray“ und „Illuminating“. Pantone selbst beschreibt es so: „Ein Ensemble mit einer ermutigenden Botschaft von Kraft und Hoffnung.“ Na, das können wir doch alle gebrauchen ...

Foto: Pantone.com

Die Aufräumzeile für den Hauswirtschaftsraum hilft, die Küche sauber zu halten



Imke Horn berät bei Möbel Bergemann zu Küchen und Möbeln

GEMEINSAME ZEIT IN DER KÜCHE GENIESSEN

Möbel Bergemann steht seit vielen Jahrzehnten für Qualität im Verkauf von Möbeln für Küchen, Wohn- und Esszimmer, Schlafzimmer und vielem mehr. Zurzeit besonders hoch im Kurs: die Einrichtung der Küche.



Past 30 Küchen auf circa 600 Quadratmetern fasst das Küchenstudio bei Möbel Bergemann. Verschiedene namhafte Hersteller wie Miele, AEG, Franke, Bauknecht, Nobilia und Schüller bieten die gesamte Vielfalt auf dem Küchenmarkt. Viele verschiedene Farben, toll kombiniert, moderne Pastelltöne, dazu eine hohe Wertigkeit kennzeichnen zum Beispiel die Küchen von Schüller. Das Küchenstudio von Möbel Bergemann bietet Küchen in seiner ganzen Bandbreite. Von der modernen,

grifflosen Küche für den designorientierten Kunden bis zum klassischen Landhausstil findet der Besucher in der Ausstellung allerlei interessante Modelle. Dank der großen Ausstellungsfläche ist es dem geschulten Verkaufspersonal möglich, viele Geräte „live“ zeigen zu können, ohne auf Kataloge ausweichen zu müssen. Die Planung einer Küche geschieht dank 3-D-Planung am Bildschirm, Aufmaß nimmt der Verkäufer vor Ort und ausgebildete Möbeltischler aus dem Montageteam stellen die Küche auf Wunsch auf.

Auch und besonders Hauswirtschaftsräume erfreuen sich größter Beliebtheit und werden durch die Hersteller für die Planung angeboten. Verschiedene Schränke wie Vorrats- oder Schuhschränke, Waschmaschinen- und Trocknerschränke sowie Wäschesortierschränke werden immer häufiger mit der Küche zusammen geplant und bestellt. So schafft man auf kleinem Raum viel Platz für einen geordneten und funktionalen Haushalt. Möbel Bergemann bietet eben den Rundum-Service für zufriedene Kunden.

Seit 1923 ist Möbel Bergemann in Rendsburg ein Begriff. Küchen, Polstermöbel, Schlafen und Matratzen, Anbauwände, Esszimmer sind nur ein Auszug aus dem reichhaltigen Angebot des Unternehmens, das in vierter Generation von der Familie Schröder geführt wird. Gute Beratung und gut geschulte Mitarbeiter sorgen für viele zufriedene Kunden. Mehr Infos unter Tel.: (04331) 224 14 oder www.moebel-bergemann.de.



EINE SKANDINAVISCHESCHÖNHEIT

Die Küche ist nicht nur ein Ort, an dem ausschließlich das Essen zubereitet wird. Sie ist zum Kommunikations- und Lebensmittelpunkt für die Familie geworden. Die Küche Arcos Lazer setzt gekonnt auf skandinavische Klarheit und Purismus und verzichtet auf grelle Farben und überschwängliche Formen. Skandinavisch wohnt es sich nicht mehr nur im hohen Norden. Die modernen Lazer Texturfronten, der Farbton Celest und das warme Holzdekor Ikori ergänzen sich perfekt und sorgen für ein wohlliches Ambiente im nordischen Stil. Die Küche punktet ganz klar durch ihre Liebe zur Natur. Sie verleiht ihr eine unverwechselbare Gemütlichkeit. Auch das Innenleben der Küche überzeugt durch

funktionale Feinheiten. Erhältlich ist die Küche im **Küchencentrum Rendsburg**. Individuellen Gestaltungsmöglichkeiten sind kaum Grenzen gesetzt. Weitere Infos unter www.rendsburg.schmidt-kuechen.de oder unter Tel.: (04331) 450 63.



WO INDIVIDUALITÄT GEFÖRDERT WIRD

Die rasante Entwicklung, die Küchen in den vergangenen Jahren erfahren haben, ist auch im **Küchenstudio Holling** sichtbar. Man bekommt Lust auf eine neue geräumige Küche, denn diese wird immer mehr zum Mittelpunkt der Wohnung. Passend zum Küchenangebot wird fachgerecht beraten zu Geräten, mit denen man sein geliebtes Essen möglichst schonend zubereiten kann. Das Küchenstudio Holling, das seit 30 Jahren an der Hauptverkehrsachse in der Hollerstraße in Büdelsdorf zu finden ist, stellt seine Ausstellung stets nach den neuesten Trends um und wartet mit 21 tollen Ausstellungsküchen auf. Zu sehen sind wegen der aktuellen Geschäftsschließungen mindestens bis zum 14. Februar namhafte Hersteller wie Nolte,



Brigitte oder Ballerina und Geräte von Neff, Miele und Siemens zwar ausschließlich online, doch bietet der 360°-Rundgang auf der Website einen umfassenden Überblick in das Küchenstudio. Damit die Ausstellungsfläche immer aktuell ist, stehen bisherige Ausstellungsküchen für günstige Preise zum Abverkauf bereit. Das langjährig eingespielte Team berät jeden Kunden individuell nach besonderen Wünschen und Vorstellungen – von der Planung bis zur Umsetzung und auch während der Pandemie! So sind die Küchenplaner montags bis freitags von 9 bis 16 Uhr telefonisch zu erreichen. Anfragen werden somit auch weiterhin zeitnah erledigt und Küchenplanungen individuell abgearbeitet. Auch Reparaturen oder der Ersatz durch Neugeräte sind gewährleistet. Infos unter Tel.: (04331) 303 71 oder www.kuechen-rendsburg.de.



Andrea und Jens Holling sind mit ihrem Küchenstudio für Euch da

raum design
BÖLINGER

- Gardinen
- Dekostoffe
- Lampenschirme beziehen
- Sonnenschutz
- Polsterei
- Teppichboden
- Gardinenzubehör



© RENDSBURGERLEBEN

Quelle: Saum & Viebahn

Bölinger raumdesign · Arno Bölinger
Grafenstraße 15 in Rendsburg
Tel. 0 43 31/2 75 40
www.gardinen-boelinger.de

... denn Sie wissen genau – HEIZÖL kauft man bei der



MHV JENSEN GmbH
Mineral- und Heizölvertrieb
Harald-Striewski-Str. 11
24787 Fockbek
Telefon: 04331-665990

Warm und bequem mit **MHV** Heizöl

SMARTHOME-LÖSUNGEN FÜR UNSER ZUHAUSE

Wer sein Zuhause sicher wissen und zugleich erhebliche Annehmlichkeiten nutzen möchte, greift heutzutage auf Smarthome zurück. Was es damit auf sich hat? Lest selbst!



Michael Zirinig, Geschäftsführer von Sicherheitstechnik Plath

Smarthome-Lösungen drängen in unseren Alltag. Einst kam es in Fernsehserien futuristisch daher, wenn der Protagonist mit seiner Uhr sprach und darüber sein Auto zu sich bat. Mittlerweile sprechen wir mit unseren Lautsprechern, sagen ihnen, welche Musik wir hören möchten, erfragen das aktuelle Wetter und vieles mehr.

Dieses viele Mehr hilft uns in diversen Lebenslagen. Es erleichtert uns unseren Alltag, der nicht selten anstrengend ist: Man muss sich nach dem Feierabend nicht mehr überlegen, welche CD denn heute gehört werden, auf welcher Temperatur der Heizungsthermostat stehen oder wie hell beziehungsweise wie dunkel die Deckenlampe leuchten soll.

Bei Sicherheitstechnik Plath finden sich all diese kleinen Helferlein. Doch wie finde ich heraus, was exakt ich von dem großen Angebot benötige? Welche Anlage passt zu mir, zu meinem Haus und zu meinem Budget? Wir haben mit Michael Zirinig gesprochen, Geschäftsführer von Sicherheitstechnik Plath, und täglich mit diesen Fragen konfrontiert. „Es kommt auf den Nutzer an“, weiß der 40-Jährige.

„Kann der Anbieter mir genau das liefern, was ich suche, ist die entscheidende Frage.“ Dabei beobachtet er in den vergangenen Monaten die gestiegene Anfrage nach Videoüberwachung im privaten wie im gewerblichen Sektor – trotz des Datenschutzes. Aber meist seien die Anfragen eher auf Komfortsteuerungen gerichtet denn auf die Sicherheit der eigenen vier Wände. So kommt Michael Zirinig schnell auf seinen derzeitigen Favoriten zu sprechen: die XT-Modelle des deutschen Herstellers Lupus.

WARUM XT VON LUPUS?

„Die Alarmkomponenten sind einfach gut“, erklärt Michael Zirinig. Zudem könne der Nutzer oder die Nutzerin externe Marken einbinden. Etwa so: Amazon Echo dient als Bedienfläche, über Sonos-Lautsprecher wird das Signal wiedergegeben. Auch Phillips Hue, Osram Lightify oder Ikea Tradfri werden unterstützt. „Lupus bietet eine Smarthome-Zentrale, die ihresgleichen sucht und per App oder Chip zu bedienen ist.“

Lupus bietet darüber hinaus die Möglichkeit, mehrere Anlagen in einer App-Oberfläche zu führen. So kann zum Beispiel das eigene Haus, das Firmengebäude und zusätzlich das Ferienhaus aus einer Hand bedient werden. Ein weiterer Vorteil ist nicht zu verachten: Alles stammt aus einer Hand, sie sind miteinander getestet worden,



und somit entstehen wenig Probleme bei der Konfiguration der einzelnen Anlagen. Die XT-Anlagen von Lupus sind vor allem sehr einfach zu verstehen und auch zu bedienen. Das ist natürlich ein großer Vorteil gegenüber diversen Konkurrenten am Markt. Man sollte nur bei der Video-Einrichtung Kabel verlegen, so die Empfehlung Michael Zirnigs, um wegen der hohen Datenrate die einwandfreie Übertragung gewährleisten zu können.

Ansonsten könne das System komplett per Funk eingerichtet werden, ob Licht, Temperatur, Gefahrenmelder wie Rauch, Gas, Wasser oder Kohlenmonoxid. Rollläden und zum Beispiel Haushaltsgeräte können ebenfalls über die Anlage von Lupus gesteuert werden.

Diese gibt es in drei verschiedenen Varianten. Zwei sind für Heimwerkerinnen und Heimwerker gedacht, sie können 80 beziehungsweise 240 Sensoren „erlernen“. Für den Fachhandel gibt es die Zentrale mit 480 Sensoren. Besonders toll: Das System ist für den Selbstbauer geeignet.

Wer für das Einrichten die Dienstleistung von Sicherheitstechnik Plath anfordert, muss diese selbstverständlich finanziell einplanen, kann sich aber der gewissenhaften Arbeit der Expertinnen und Experten aus der Hollesenstraße sicher sein. Alle Informationen rund um das Thema Smarthome und Sicherheit gibt es bei Sicherheitstechnik Plath.

**Sicherheitstechnik Plath, Hollesenstr. 42, Rendsburg,
Tel.: (04331) 221 11, www.plath-rd.de**





„KIELER MATROSEN“ MACHEN KLAR SCHIFF

Sie wienern, sind tüchtig, polieren goldrichtig, sie feudeln und putzen, sie schrubben und fegen – was für ein Segen! Was dem Kölner seine Heinzelmännchen, sind uns die „Kieler Matrosen“. Unauffällig, leise und professionell sorgen sie für hygienische Sauberkeit in Gebäuden und auf Anlagen aller Art.



Wenn man in einem Bau- oder Supermarkt einkauft, erwartet man ein gewisses Maß an Sauberkeit. Wer greift schon gern nach verstaubten Produkten, steht auf klebrigen Fußböden oder benutzt eine unhygienische Toilette? Die „Kieler Matrosen“ reinigen vor Ladenöffnung oder während des laufenden Betriebes leise und professionell die Außenbereiche, Sanitäranlagen und Verkaufsflächen namhafter regionaler und überregionaler Kundinnen und Kunden von Flensburg bis nach Hamburg. Ob Fitnessstudio oder Autohaus, Bäcker oder Badausstatter – die Einsatzmöglichkeiten der „Matrosen“ sind vielfältig. Auch das Reinigen von Studentenwohnheimen, Parkplätzen, Ferienwohnungen und vielen weiteren Anlagen gehören zu den Dienstleistungen des tüchtigen Teams.

Advertorial



EINE ERFOLGGESCHICHTE - MADE IN KIEL

2015 waren es zwei motivierte Matrosen, die das Unternehmen gründeten, heute schrubben bereits 120 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die Decks sämtlicher Gebäude, entfernen Graffiti, betreuen Festivals, reinigen sogar Maschinen und – sonst wären sie ja keine Matrosen – putzen Boote und Yachten. Denn gerade diese bedürfen besonderer Pflege, Reinigungsmittel und Fachkenntnis für hochwertige und sensible Oberflächen.

Neben Geschäftskundinnen und -kunden bietet die Firma ihre umfassenden Reinigungsdienstleistungen auch Privathaushalten an. Egal ob Bäder, Böden, Fenster oder Bauendreinigung, die „Kieler Matrosen“ machen überall klar Schiff und freuen sich auf eure Anfrage unter Tel.: (0431) 200 61 27 oder per E-Mail unter info@kieler-matrosen.de.

**KIELERMATROSEN Gebäudereinigung e. K. ,
Eckernförder Straße 93a, Kiel,
Tel.: (0431) 200 61 27, www.kieler-matrosen.de**

Fotos: Frank Rothke / Getty Images/ The Image Bank, neptunestocks / iStock / Getty Images Plus, AndreyPopov / iStock / Getty Images Plus, Bill Oxford / Getty Images / E+

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

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

markilux

STUDENTENWERKSH
Wir sind dein Rückenwind

WIR SIND FÜR DICH DA!

KOSTENLOS & VERTRAULICH

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

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

• REPARATUREN
• LACKIERARBEITEN
• TÜRENDIENST
• KAROSSERIE-ARBEITEN

Wir sind immer für euch da!

Werkstatt des Vertrauens 2020
ausgewählt vom Autofahrer

Unser Motto: Alles aus einer Hand

Auto Pannek

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

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

Ihr Jahr 2020

Wo stehen Ihre Chancen bestens, wo sollten Sie sich zurückhalten?

Jahreshoroskop
ca. 25 Seiten, EUR 59.-

Telefonberatung 1 Std. EUR 120.-

weitere Angebote auf www.12Zeichen.de

Astrologe & Coach
Martin A. Banger

04334 181000 eMail: banger@12Zeichen.de

Jahresplanung • Partnerschaft
OP-Termine
Geschäftsberatung steuerlich absetzbar

WERKSTATT DES VERTRAUENS 2021

Wenn die Karosserie des Autos einen Schaden erlitten hat, entstanden durch einen Unfall oder Ähnliches, beseitigt der **Autodienst Pannek** diesen fachgerecht.



Bei Autodienst Pannek ist jeder Kfz-Schaden gut aufgehoben

Auch bei Parkschäden wie Dellen oder Kratzern weiß das Team um Helmut Pannek, was zu tun ist. Für die kommende kalte und winterliche Saison sollte bei dem eigenen PKW einiges beachtet werden, um auf der Straße für mehr Sicherheit zu sorgen und sich selbst sicher zu fühlen! Eine funktionierende Lichtanlage beim Auto ist besonders wichtig. Mit dem jährlichen Licht-Test leisten Kfz-Betriebe wie der Autodienst Pannek einen wichtigen Beitrag für die Verkehrssicherheit in den dunklen Monaten. Die richtigen Reifen sorgen ebenfalls für sichere Fahrt auf rutschigen Straßen bedingt durch Regen, nasse Blätter, Frost und Schnee. Das Werkstatt-Team kümmert sich gerne um die Anliegen der Kunden. Weitere Infos oder Terminvereinbarungen unter Tel.: (04331) 222 23 oder www.auto-pannek.de.

PORSCHE FERTIGT ANTRIEBS-GEHÄUSE IM 3-D-DRUCK

Porsche hat erstmals das komplette Gehäuse eines Elektroantriebs im 3-D-Druck hergestellt. Die im additiven Laserschmelz-Verfahren hergestellte Motor-Getriebe-Einheit hat alle Qualitäts- und Belastungsprüfungen problemlos bestanden. Das Leichtmetall-Gehäuse wiegt weniger als ein konventionell gegossenes Bauteil und reduziert das Gesamtgewicht des Antriebs um circa zehn Prozent. Durch spezielle Strukturen, die erst im 3-D-Druck möglich werden, erhöhte sich die Steifigkeit in stark belasteten Bereichen gleichzeitig auf das Doppelte. Ein weiterer Vorteil der additiven Fertigung: Zahlreiche Funktionen und Bauteile konnten integriert werden, was den Montageaufwand erheblich reduziert und unmittelbare Vorteile für die Bauteilqualität mit sich bringt. Der 3-D-Druck eröffnet neue Möglichkeiten in der Entwicklung sowie in der Herstellung von Bauteilen mit geringer Stückzahl in der Kleinserie. Porsche treibt dabei den Einsatz von additiver Fertigung für die Optimierung hochbelasteter Bauteile voran. Vor wenigen Monaten bestanden neuartige gedruckte Kolben mit besonderem Design ihre Bewährungsprobe im Hochleistungs-sportwagen 911 GT2 RS. Auch das jetzt entwickelte Gehäuse für einen kompletten

E-Antrieb erfüllt hohe Qualitätsansprüche. Im selben Gehäuse wie der E-Motor ist das nachgeschaltete zweistufige Getriebe integriert. Dieser hochintegrierte Ansatz ist für den Einsatz an der Vorderachse eines Sportwagens konzipiert. Ohne Zwischenschritte wie beispielsweise der Anfertigung von Werkzeugen kann der Drucker vom Computer aus direkt mit den Konstruktionsdaten gefüttert werden. Die Bauteile entstehen dann Schicht für Schicht aus einer pulverförmigen Aluminiumlegierung. Dadurch sind Bauformen wie Gehäuse mit integrierten Kühlkanälen in nahezu beliebiger Geometrie möglich. Jede Schicht wird in sich und mit der vorherigen verschmolzen. Dazu gibt es eine Reihe verschiedener Technologien.



Porsche hat das Gehäuse eines Elektroantriebs im 3-D-Druckverfahren angefertigt



Gemeinsam in der Formel 1: Toto Wolff, Ineos-Chef Sir Jim Ratcliffe und Daimler-Vorstandsvorsitzender Ola Källenius (v. li.)

F1: INEOS STEIGT BEI MERCEDES EIN

Der britische Chemiekonzern und künftige Autohersteller Ineos beteiligt sich zu einem Drittel am Formel-1-Team Mercedes-AMG Petronas. Parallel dazu wird Daimler seine Anteile von derzeit 60 Prozent reduzieren und Toto Wolff seine Beteiligung von derzeit 30 Prozent leicht erhöhen, um drei gleiche Anteile an dem Unternehmen zu schaffen. In der neuen Beteiligungsstruktur wird Toto Wolff für weitere drei Jahre in seiner Rolle als Teamchef und Geschäftsführer das operative Geschäft des Werkteams führen.

Ineos ist bereits Principal Partner des Teams und hatte erst im Dezember 2020 das Smart-Werk von Mercedes-Benz im elsässischen Hambach gekauft. Dort will das Unternehmen bald mit der Produktion seines Geländewagens Grenadier beginnen. Bis zur endgültigen Verlagerung der Produktion nach China wird dort aber die Produktion des Smart EQ noch fortgeführt.



Der Caetano H2 City Gold

TOYOTA STEIGT IN PORTUGAL INS GESCHÄFT MIT BRENNSTOFFZELLEN-BUSSEN EIN

Nachdem der portugiesische Hersteller Caetano einen Brennstoffzellen-Bus mit der Technik des Toyota Mirai entwickelt hat, steigt das Joint Venture Toyota Caetano Portugal (TCAP) ins Geschäft ein. TCAP wird neuer Anteilseigner von Caetano Bus und Pkw-Finanzdienstleister Finlog. Die strategische Allianz mit den beiden portugiesischen Unternehmen soll den Ausbau der Wasserstoffmobilität in Europa weiter beschleunigen. Der Caetano H2 City Gold wurde im vergangenen Jahr auf der belgischen Messe „Busworld“ vorgestellt und hat eine Reichweite von 400 Kilometern.

CLEVERE ANGEBOTE



ŠKODA
SIMPLY CLEVER



Der ŠKODA FABIA CLEVER

Ausstattung: Anschlussgarantie 3 Jahre, maximal 50.000 km, Berganfahrassistent, Komfortfahrwerk, Parksensoren vorn und hinten, automatische Distanzregelung, Beheizbare Vordersitze, beheizte Scheibenwaschdüsen vorn

EIN ANGEBOT DER ŠKODA LEASING¹:

ŠKODA FABIA CLEVER CLEVER 1,0 TSI 70 KW 5-GANG MECH. 70 KW

Fahrzeugpreis ²	20.197,17 €
Nettodarlehensbetrag (Anschaffungspreis)	18.783,37 €
Sollzinssatz (gebunden) p. a.	2,13 %
Effektiver Jahreszins	2,13 %
Laufzeit	48 Monate
Jährliche Fahrleistung	10.000 km
Gesamtbetrag	10.380,00 €
Leasing-Sonderzahlung	1.500,00 €
48 mtl. Leasingraten à	185,00 €¹

Kraftstoffverbrauch in l/100km: innerorts: 5,8, außerorts 4,0, kombiniert: 4,7, CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert: 107, Energieeffizienzklasse B. ²

Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis

¹Ein Angebot der ŠKODA Leasing, einer Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasingvertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Bonität vorausgesetzt. Alle Werte inklusive gesetzlicher Mehrwertsteuer. Überführung und Zulassung i.H.v. 1.068,00 € berechnet der ausliefernde Betrieb separat. Nach Vertragsabschluss steht Verbrauchern ein gesetzliches Widerrufsrecht zu.

²Die angegebenen Verbrauchs- und Emissionswerte wurden nach den gesetzlich vorgeschriebenen Messverfahren ermittelt. Seit dem 1. September 2018 wird der WLTP den bisherigen Fahrzyklus NEFZ ersetzt. Wegen der realistischeren Prüfbedingungen sind die nach dem WLTP gemessenen Kraftstoffverbrauchs- und CO₂-Emissionswerte in vielen Fällen höher als die nach dem NEFZ gemessenen. Aktuell sind noch die NEFZ-Werte verpflichtend zu kommunizieren. Soweit es sich um Neuwagen handelt, die nach WLTP typgenehmigt sind, werden die NEFZ-Werte von den WLTP-Werten abgeleitet. Nähere Informationen erhalten Sie bei uns oder unter skoda.de/wltp.

Emil Frey Küstengarage GmbH

Schleswiger Chaussee 26,
24768 Rendsburg, T. 04331 701-0
kuestengarage.de | emilfrey.de



Ihr ŠKODA Partner in Rendsburg,
Hamburg, Husum, Kaltenkirchen
und Heide

Küstengarage

KÖRPER & Seele

Ob Lust auf Veränderung, Bewegungsdrang oder gesunde Ernährung: Wir empfangen das Jahr 2021 mit offenen Armen und verraten, wie Ihr Eure Wünsche und Ziele umsetzen könnt!



NEUE KURSE IM PHYSIO ZENTRUM

Das Physio Zentrum Fockbek hat sein Kursprogramm neu aufgestellt. Das neue Konzept fußt auf verschiedenen Schwerpunkten und setzt dabei auf ein Kompetenzteam aus ausgebildeten Trainern.

Das PRIMA-Konzept hält Einzug im **Physio Zentrum Fockbek**. PRIMA steht für Präventiv (PR), Individuell (I), Motivierend (M) und Anders (A). In den Kursen werden verschiedene Schwerpunkte gesetzt: Rücken, Gleichgewicht, Stabilität, Relax, Schlingentraining und Gymnastik für Parkinson-Patienten. Sie tragen wesentlich zur Gesunderhaltung bei! Die erlernten und trainierten Fähigkeiten helfen den Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern im Alltag.

In kleinen Gruppen mit maximal sechs Personen wird individuell auf die Bedürfnisse jedes Einzelnen eingegangen. Damit die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der verschiedenen Bereiche im Physio Zent-

rum Fockbek sich in den Gängen nicht begegnen und die Abstandsregeln bewahrt werden können, hat Inhaberin Swanhild Priestley einen separaten Ein- und Ausgang für den Kursraum anlegen lassen. Verschiedene Kleingeräte sorgen für Abwechslung und Freude am Trainingsalltag. Die Trainingskurse im Physio Zentrum Fockbek sind anders: Hier steht niemand der Teilnehmerinnen und Teilnehmer unter Zugzwang und Konkurrenzdruck. Man selbst ist das Maß aller Dinge! Die Kurse sind unkompliziert und familiär, dabei aber zielführend und höchst effektiv. Informationen und Anmeldungen unter Tel.: (04331) 629 42 oder www.swanhild-priestley.de



Andreas Jessen und Swanhild Priestley geben die neu eingeführten Kurse im Physio Zentrum



Dr. med. dent. Sandra Härtel



CEREC
Maßgeschneiderter
Zahnersatz
an nur einem Tag



IMPLANTATE
Perfekte Zähne
auch bei komplizier-
ten Fällen



HYPNOSE
Einfach eine ent-
spannte Behandlung



KINDERZÄHNE
Spaß beim Zahnarzt
ist die beste Prophy-
laxe

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

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

Telefon: 04331-92542
E-Mail: info@zahn-am-nok.de



fertilitycenter
schleswig-holstein

Ihr Kinderwunschzentrum im Norden.



Kinderwunschmedizin

Eine Spur persönlicher...

In unserem Kinderwunschzentrum erwarten Sie:

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

fertilitycenterkiel

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



Wissenswertes zum Thema Kinderwunsch finden Sie auf www.fertilitycenter.de und auf unserer facebook-Seite.



Hanna Maurer und Nicole Karstens (v. re.) sorgen für ein ganzheitliches Angebot für ihre Patientinnen und Patienten

ERWEITERTES PHYSIO-ANGEBOT

Hanna Maurer, Nicole Karstens und Bianka Stiller sind drei engagierte Frauen, die sich stetig weitergebildet haben, um ein ganzheitliches Angebot von Physiotherapie, Massage und Krankengymnastik für ihre Patientinnen und Patienten anzubieten. In der Praxis für **Physiotherapie Karstens & Maurer** in der Wallstraße 34 warten lichtdurchflutete Räume, eine schöne Atmosphäre und ein barrierefreier Zugang mit Parkplätzen direkt vor der Tür auf die Patientinnen und Patienten.

In den vergangenen Monaten wurde das Angebot erweitert: Krankengymnastik am Gerät ist seither hier möglich. Dies wird auf ärztliche Verordnung angeboten. Eine Therapeutin ist nach einer ausgiebigen Einweisung stets bei den Patientinnen und Patienten dabei. Zur Ergänzung der Krankengymnastik ist es unter therapeutischer Aufsicht möglich, zusätzliche Krankengymnastik am Gerät zu bekommen. Öffnungszeiten: Mo-Do 9-18 Uhr, Fr 9-15 Uhr. Termine außerhalb der Öffnungszeiten nach Vereinbarung möglich. Mehr Infos unter Tel.: (04331) 295 81.



SENERGIEKICK ZUM DURCHSTARTEN - FÜR KÖRPER UND GEIST!

100 Prozent Power, wenn's drauf ankommt, mit Guarana und Grünem Tee, L-Carnitin und Aminosäuren. Praktisches Format to go für unterwegs, zu jeder Zeit, ohne Wasser: Das konzentrierte Pulver der Performance Power Sticks wirkt schnell bei akuten Stressspitzen und Erschöpfung und wird ganz unkompliziert ohne Wasser eingenommen. Die verschiedenen Komponenten wirken Hand in Hand: Koffein aus Guarana steigert die Leistungsfähigkeit und die Konzentration, B-Vitamine verringern Müdigkeit und können die kognitiven Funktionen unterstützen. Essentielle Aminosäuren unterstützen den Stoffwechsel und sorgen für allgemeines Wohlbefinden. Durch Antioxidantien wie das Vitamin E werden die Zellen geschützt und oxidativer Stress reduziert. Gluten-, Laktose- und Zucker-frei sowie frei von künstlichen Farbstoffen.



designed by freepic + vierC-design.de

Praxis von 7-19h geöffnet!



Wir sind mit Sicherheit für Sie da!

Höchstmögliche Hygiene für Sie und für uns: 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.

Praxis von 7-19 Uhr geöffnet
Mittwochs von 7-13 Uhr

Augenarzt Altstädter Markt
Altstädter Markt 4
Dr. M. Feichtiger, Dr. J.-P. Meyer
24768 Rendsburg
fon: 04331 - 22 456

AUGENARZT 
ALTSTÄDTER MARKT

www.augenarztpraxis-rendsburg.de



Eisenmangel kann zu Erschöpfung und fehlender körperlicher Leistungsfähigkeit führen

DAS MACHT EISEN IM KÖRPER

Eisen wird zu mehr als zwei Dritteln für die Bildung von Hämoglobin, dem roten Blutfarbstoff benötigt, um die Zellen mit Sauerstoff zu versorgen. Doch Eisen ist darüber hinaus für zahlreiche weitere Prozesse im Körper unverzichtbar.

An den folgenden Stoffwechselprozessen ist Eisen beteiligt: Der Körper benötigt Eisen zur Bildung des Blutfarbstoffes Hämoglobin, der für den Sauerstofftransport zu allen Körperzellen verantwortlich ist und den roten Blutkörperchen ihre Farbe verleiht. Über 70 Prozent des Körpereisens werden für die Blutbildung benötigt. Eisen steckt außerdem im Muskelprotein Myoglobin, dem roten Farbstoff des Muskelgewebes. Es kann deutlich mehr Sauerstoff binden als Hämoglobin und gilt als muskulärer Energiespeicher. Fehlt es hier an Eisen, sinkt die körperliche Leistungsfähigkeit. Die Mitochondrien, die „Kraftwerke der Zellen“, benötigen Eisen, um reibungslos zu funktionieren. Fehlt Eisen auf Dauer, kann das zu chronischer Erschöpfung führen. Die Bildung einiger Hormone benötigt ebenfalls Eisen. Ist zu wenig Eisen vorhanden, wird die Hormonproduktion verlangsamt. So wird bei Eisenmangel zum Beispiel weniger vom Glückshormon Serotonin gebildet, das erheblichen Einfluss auf eine ausgeglichene Stimmung hat. Neben der Sauerstoffversorgung des Gehirns kommt Eisen auch in bestimmten Gehirnzellen vor. Diese „Gliazellen“ unterstützen die Nervenzellen und damit die Verarbeitung und Speicherung von Informationen. Deswegen kann sich ein Eisenmangel auf die Konzentration auswirken. Auch gesunde Haarwurzeln und das Nagelbett benötigen Eisen. Hier ist es neben anderen Mikronährstoffen am strukturellen Aufbau beteiligt.

MÖGLICHE URSACHEN EINES EISENMANGELS

Der Eisenstoffwechsel ist ein komplexer Vorgang. Im Körper eines gesunden Erwachsenen befinden sich zwischen 3 und 5 Gramm Eisen. Männer verfügen dabei über größere Eisenspeicher als Frauen. Über den Schweiß, die Zellerneuerung der äußeren Hautschichten (Hautabschilferung) und Ausscheidungen verliert der Körper jeden Tag Eisen, das ersetzt werden muss. Frauen mit regelmäßiger Monatsblutung verlieren zudem mehr Eisen als Männer, weshalb ihr Bedarf höher liegt. Gleichzeitig kann ihr Körper weniger Eisen speichern als der von Männern. Bestenfalls gelingt es, den täglichen Bedarf an neuem Eisen über die Ernährung aufzunehmen. Eisen ist in vielen Lebensmitteln enthalten, allerdings in unterschiedlich verwertbarer Form. Leber ist das tierische Lebensmittel mit dem höchsten Eisenanteil. Generell besitzt rotes Fleisch von Rind, Kalb und Schwein einen höheren Eisengehalt als weißes Fleisch vom Huhn oder der Pute. Einen relativ hohen Eisengehalt unter pflanzlichen Nahrungsquellen bieten Hülsenfrüchte wie Linsen, Sojabohnen oder Kichererbsen. Um eine optimale Aufnahme von Eisen aus eisenhaltigen Lebensmitteln zu gewährleisten, ist ein saures Milieu notwendig. Vitamin C fördert die Resorption von Eisen. Deshalb ist es gut, wenn man mit dem Essen z.B. Orangen- oder Zitronensaft trinkt, um die Aufnahmefähigkeit von Eisen zu steigern.

Karstens

PHYSIOTHERAPIE

Maurer

IHRE GESUNDHEIT BEGINNT BEI UNS!

Unsere Leistungen:

- Physiotherapie/Krankengymnastik
- KG-ZNS/Bobath für Erwachsene
 - Sportphysiotherapie
 - Lymphdrainage KPE
 - Massage
 - Bindegewebsmassage
- Wirbelsäulentherapie nach Dorn
 - Fango/Heißluft
 - Heiße Rolle
 - Kältetherapie
- Fußreflexzonenbehandlung
 - Kinesio Taping
 - Funktionelles Taping

Praxis für Physiotherapie Karstens & Maurer

Wall Straße 34 · 24768 Rendsburg

Tel. 0 43 31 - 29 581 · E-Mail: info@physio-rd.de
www.physio-rd.de

Alle Kassen, Berufsgenossenschaft und Privat



WIDDER
21.03. - 20.04.

Gibt es etwas mit anderen zu klären, wird Euch dies jetzt leichter fallen als seit Wochen. Da Ihr bereit seid, die Verantwortung zu tragen, werdet ihr eure Entscheidungen selbst treffen. Dies ist eine gute Gelegenheit, abgebrochene Verhandlungen weiterzuführen. Jetzt können Ergebnisse erzielt werden.



STIER
21.04. - 20.05.

Der Weg zum Erfolg kann auch mal mühsam sein. Eine etwas gründlichere Organisation könnte euch sicher nicht schaden. Falls ihr kritisiert werdet, wartet mit euren Argumenten lieber erst etwas ab. Es fällt euch schwer, mit den Reaktionen umzugehen, die ihr bei anderen auslöst.



ZWILLINGE
21.05. - 21.06.

Eigentlich hättet ihr Grund, euch aufzuregen, doch mit Gelassenheit und Humor überwindet ihr jede Hürde, die man euch jetzt in den Weg stellt. Eure Position könnte damit sogar noch gestärkt werden. Wollt ihr etwas schon seit langem in Angriff nehmen, gibt es keinen Grund, länger zu zögern.



KREBS
22.06. - 22.07.

Möglicherweise gibt es zwischendurch etwas zu viel Aufregung für euren Geschmack – über Langeweile braucht ihr euch nicht zu beklagen. Wichtige Anliegen zu regeln, fällt euch dafür leichter als noch vor kurzem. Und auch wenn dies zunächst mit einer Menge Arbeit verbunden sein sollte, bringt ihr nun neue Struktur in euer Leben.



LÖWE
23.07. - 23.08.

Beschäftigt euch nur nicht länger mit der Vergangenheit als nötig. Es gilt, den Blick nach Vorn zu richten und sich neuen Entwicklungen zu stellen. Ihr verfügt über genügend Kraft und Entschlossenheit, Entscheidungen auch ohne fremde Hilfe umzusetzen. Allein erreicht ihr sogar mehr.



JUNGFRAU
24.08. - 23.09.

Macht euch nichts vor und bleibt mit beiden Beinen auf dem Boden. Mehrere Planeten stehen kritisch zu eurem Zeichen: Überprüft verschiedene Aspekte eures Lebens. Wenn ihr nicht wisst, wo ihr gerade steht, gibt es auch keinen Grund, eine Entscheidung übers Knie zu brechen.



WAAGE
24.09. - 23.10.

Um die Dinge zu regeln, die euch wichtig sind, stehen euch genügend Kraft, Klarheit und Charme zur Verfügung. Setzt ihr diese ein, kommt euch das Glück entgegen. Ihr seid gut damit beraten, die Ruhe zu bewahren, wenn eure Partner euch kritisieren. Das wirkt Spannungen entgegen.

**STERNZEICHEN
DES MONATS**



WASSERMANN
21.01. - 19.02.

Setzt euch beruflich etwas mehr für eure Sache ein, denn es sieht nicht so aus, als ob Vorgesetzte, Lehrer oder Auftraggeber von selbst auf euch aufmerksam werden. Die Sterne sorgen für gute Gelegenheiten, doch die Initiative muss von euch kommen. Falls ihr keine positiven Entwicklungen seht, wird es Zeit, die eigene Einstellung zu untersuchen, die dies verhindert. Bis zur Monatsmitte habt ihr großartige Sterne für die Liebe. Nutzt dies aus.



SKORPION
24.10. - 22.11.

Werdet ihr auf Fehler aufmerksam gemacht, heißt das nicht, dass der anderen Person nichts an euch liegt – ganz im Gegenteil. Mit netten Komplimenten allein kommt ihr nicht weiter: Ehrlichkeit zählt. Wenn sich neue finanzielle Chancen ergeben, solltet ihr diese auch einfordern.



SCHÜTZE
23.11. - 21.12.

Vorsicht, wenn ihr über jemanden urteilen müsst. Euch fehlen wahrscheinlich Informationen, um die Situation einzuschätzen. Behaltet eure Meinung lieber für euch, wenn ihr an einer Sache ohnehin nichts ändern könnt. Lasst euch von der Liebe nicht überraschen, sondern zeigt Initiative.



STEINBOCK
22.12. - 20.01.

Ein energiegeladener Monat, in dessen Verlauf ihr Fortschritte in allen Anliegen macht, die euren aktiven Einsatz erfordern. Verringert euer Tempo dennoch, damit ihr länger durchhaltet. Hütet euch vor selbstbezogenen oder allzu impulsiven Reaktionen – damit schadet ihr nur euch selbst. Lasst euch nicht zu Spontankäufen verleiten!

UNSER ASTROLOGE

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



Martin A. Banger



FISCHE
20.02. - 20.03.

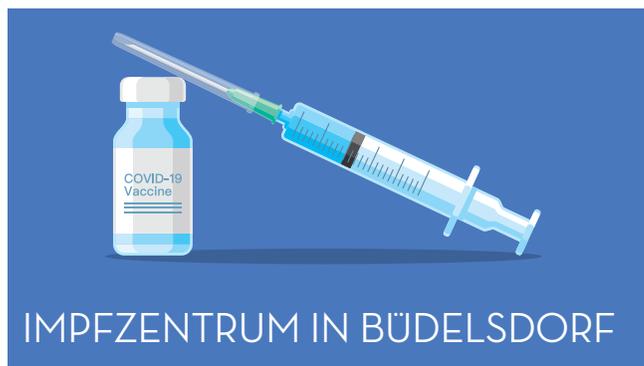
Trotz des Wunsches nach Abwechslung ist diese Zeit geeignet, Vergangenes abzuschließen. Ihr könnt eure Träume genießen, solltet euch aber nicht zu tief in diese verstricken. Damit euer Leben Impulse erhalten kann, lässt es sich nicht vermeiden, dass ihr euch von einigen alten Plänen trennt.



Sven Leich ist für Euch da. Rezepte können jetzt auch von zu Hause aus eingereicht werden

SANITÄTSHAUS KOWSKY BIETET NEUE MÖGLICHKEITEN

Die aktuelle Situation stellt gerade kranke Menschen vor eine große Herausforderung. Das **Sanitätshaus Kowsky** hat alle Hebel in Bewegung gesetzt, um seiner Kundschaft diese außergewöhnliche Zeit so angenehm wie möglich zu machen. Rezepte können nun online eingereicht werden. Somit haben Patientinnen und Patienten die Möglichkeit, von zu Hause aus an Hilfsmittel zu gelangen. Die Online-Rezept-Bestellung ist ganz einfach. Auf der Internetseite von Kowsky gibt es einen Start-Button, und das gescannte oder fotografierte Rezept kann dort direkt hochgeladen werden. Daraufhin setzen sich die Fachberaterin oder der Berater umgehend mit Euch in Verbindung. „Der direkte Kontakt zu unseren Kunden ist uns ein wichtiges Anliegen“ so Jörg Kowsky, Geschäftsführer des Sanitätshauses. „Letztes Jahr haben wir zwei weitere Filialen eröffnet und nun arbeiten wir an innovativen Lösungen, damit der Kunde zum Beispiel auch über Bildverbindungen in den Filialen einkaufen kann. Der Rezeptservice läuft bereits und wird gut angenommen. So kann der Kunde zu Hause bleiben und wir schützen Sie und uns“, freut sich Jörg Kowsky. Rezepte können ab sofort auf www.kowsky.com eingereicht werden.



IMPFZENTRUM IN BÜDELSDORF

Zwei Impfzentren hat der Kreis Rendsburg-Eckernförde eingerichtet, eines in Gettorf, eines in Büdelsdorf. In Büdelsdorf, in einem Bürogebäude der ACO-Gruppe in der Straße Am Friedrichsbrunnen 2, stehen ab sofort rund 600 Quadratmeter zur Verfügung. Bis zu 600 Impfungen gegen das Corona-Virus können nach erfolgter Lieferung des Impfstoffs täglich vorgenommen werden, die wie folgt ablaufen: Nach der Anmeldung mit Fiebermessen folgt eine Abfrage nach Krankheitssymptomen. Wenn die digitale Datenerfassung erledigt ist, wird im Anschluss die Impfung verabreicht. Bevor der Geimpfte das Zentrum verlassen darf, wartet er in einem Ruheraum 15 bis 30 Minuten. Für etwaige Komplikationen steht ein Notarzt bereit. Die zweite Impfung wird drei Wochen nach der ersten verabreicht.

Illustration: Gettyimages.de/DigitalVision Vectors/ KrizzDaPaul

Wir sind da! Jetzt auch in Büdelsdorf!



Neuer Wall 1
24782 Büdelsdorf
www.kowsky.com

Kowsky
Sanitätshaus Kowsky GmbH



IMMER EIN GUTER BISS

dank gesundem, festem Zahnfleisch!

Zahnfleischentzündungen sollten sofort behandelt werden, um eine mögliche Parodontose zu verhindern.

Wir bieten Ihnen in unserer Praxis ein engmaschiges Prophylaxeprogramm oder eine adäquate Parodontosebehandlung, so dass Sie gut zubeißen können!

04331 - 38038

Zahngesundheit Büdelsdorf

Dr. Eva-Rebecca Caliebe • Parkallee 9 • 24782 Büdelsdorf
www.zahngesundheit-buedelsdorf.de



SYLT Fräulein

Hole dir Sylt nach Hause! 

Magazin No. 1
+ Strandtuch
+ Wein
45,90 €
STATT ~~59,90 €~~

Strandtuch aus
100 % Bio-Baumwolle, 39,90 €



Die schönsten Seiten Sylts
auf 144 Seiten, 9,90 €



Fruchtig-leichter Strandburgunder
in Kooperation mit Weingut
Emil Bauer & Söhne, 9,90 €

In Deutschland leben 2,6 Millionen Veganer - das sind doppelt so viele, als noch vier Jahre zuvor. Ein europäischer Vergleich fördert dabei zutage, dass der Anteil der Veganer in der Bundesrepublik besonders hoch ist. Hersteller fleischloser Ersatzprodukte profitieren erheblich von diesem Trend, wie „Handelskontor“ berichtet. 3,2 Prozent der Bundesbürger bezeichnen sich als vegan lebend. In Frankreich sind es hingegen lediglich 0,9 Prozent. Zwar ist die Quote in Deutschland vergleichsweise hoch. Nicht konkurrieren kann diese allerdings mit Indien: dort sind es sogar 19 Prozent.

Bis zum Jahr 2030 könnten rund 28 Prozent der Fleischprodukte durch pflanzliche Alternativen ersetzt werden. Prognosen zufolge soll dieser Wert bis 2040 sogar auf 60 Prozent ansteigen. Gemäß einer Erhebung können sich immer mehr Europäer vorstellen, sogenanntes In-Vitro-Fleisch zu essen. Dieses wird synthetisch hergestellt. 20,1 Prozent zeigen sich demgegenüber aufgeschlossen. Unter den Veganern können sich diese Ernährungsweise sogar 42 Prozent vorstellen. Zumindest aus Klimabilanz-Perspektive spricht einiges für eine vegane Ernährung. Bei einer solchen werden jährlich 1.040 Kilogramm CO₂ pro Kopf ausgestoßen. Bei Fleischessern sind es 1.730 Kilogramm. Börsennotierte Hersteller von veganen und vegetarischen Produkten und deren Anteilseigner profitieren von dieser Entwicklung. So stieg der Beyond Meat Börsenwert binnen der letzten 365 Tage um satte 77 Prozent. Im selben Zeitraum legte der DAX hingegen lediglich 2,1 Prozent zu.

Wer auf gesunde Zähne und eine Corona-konforme Behandlung Wert legt, ist bei Dr. Caliebe in den besten Händen



GESUNDE ZÄHNE IN ZEITEN VON CORONA

Das Covid-19-Virus sorgt für viel Unsicherheit bei Patienten und Patientinnen. Aus gegebenem Anlass wurden die Hygiene-Maßnahmen an die Situation und die Regelungen angepasst. Die strenge Einhaltung der Schutzmaßnahmen sorgt für einen höheren Infektionsschutz in der Praxis von **Zahnärztin Dr. Caliebe**. Die Nutzung von Händedesinfektion, Plexiglasabtrennungen, Mund-Nase-Bedeckungen und das Einhalten der Sicherheitsabstände wird im Alltag umgesetzt. Die Warte- und Behandlungszimmer werden ausreichend gelüftet und stets gründlich desinfiziert. Regelmäßige Besprechungen finden statt, um die neuen Vorgaben zur Eindämmung des Virus bestmöglich und schnell umzusetzen. Behandlungstermine sollten aus Angst vor einer Ansteckung nicht verschoben werden. Die Gesundheit der Zähne sollte auf keinen Fall riskiert werden. Bei Dr. Caliebe und ihrem Team steht die Zahngesundheit an erster Stelle und durch regelmäßige Fort- und Weiterbildungen bleibt das Team immer auf dem neuesten Stand. Gerne können Termine telefonisch vereinbart werden. Mehr Informationen unter Tel.: (04331) 380 38 oder unter www.zahngesundheit-buedelsdorf.de.

Szenguleit
Heizung · Sanitär · Elektro

KURSÄNDERUNG

Wir planen Ihr neues Traumbad...
Telefon (0 43 31) 8 79 52 · www.szenguleit.com

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

WISSENSWERT & WICHTIG



Foto: Gettyimages.de / Getty Images / E+ / AscenXmedia

☎ 0 46 24 - 423 99 85 📞 0 152 - 28 29 51 31



Ihr Makler für ...

- ✓ private und gewerbliche Finanzierungen
- ✓ Baufinanzierungen
- ✓ Unternehmenskredite
- ✓ Vorsorgeberatung
- ✓ Versicherungen

Stefan Lorenzen
Finanzdienstleistung

✉ info@sl-finanzdienstleistung.de 🏠 www.sl-finanzdienstleistung.de



Ergotherapie
Dagmar Baer

Ritterstraße 8 - 24768 Rendsburg
Tel.: 04331 3398500 - Fax: 04331 3398501

www.ergotherapie-baer.de



SCHOLLER'S
RESTAURANT UND HOTEL

Scholler's Restaurant & Hotel · Itzehoer Chaussee 2
24784 Westerrönfeld/Rendsburg-Süd · Telefon: 0 43 31-89 041

www.schollers-schuetzenheim.de

TAXI 04331 - 447 31 31
ENE 0176 - 6666 14 69



8 Personen Großraumtaxi
Rollstuhl-Taxi
Krankenfahrten (sitzend)
Dialysefahrten
Einkaufsdienst
Kurierfahrten



Best of DER LETZTEN JAHRE



Britta und Mario Müller bedanken sich bei ihrem Team, denn ohne diese tollen Mitarbeiter wäre das Umstyling nicht möglich. Ein Dank gilt natürlich auch den vielen umgestylten Frauen aus den vergangenen Jahren. Sie lassen sich darauf ein, nur so können die Friseure ihr Können zeigen.

Die Vorfreude auf die nächste Staffel wächst ...



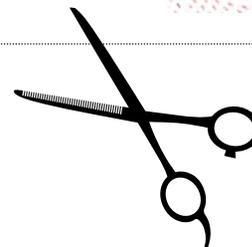
Fotos: Kathrin Knoll

SO NIMMST DU TEIL:

Bewirb Dich ab sofort per E-Mail mit einem Foto von Dir (nicht größer als 2 MB) bei RENDSBURGERleben und nenne uns Dein Alter und den Grund, warum Du gern umgestylt werden möchtest:

Redaktion RENDSBURGERleben, redaktion@rendsburgerleben.de

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



BRITTA & MARIO
MÜLLER
FÜR HAAR & HAUT



HUNGER & Durst

VOLLER GENUSS TRIFFT LEICHTIGKEIT

Ab ins neue Jahr mit leckeren Low-Carb-Gerichten. Passend zum Jahresstart wartet die neue „Healthy Life Low Carb“-Ausgabe auf Euch. Wir zeigen Euch schon mal vier frische Rezeptideen.



Rezept-Ideen aus der aktuellen Healthy Life Low Carb. Für 6,90 Euro im Zeitschriftenhandel oder über falkemedia-shop.de

MOZZARELLA-WRAPS MIT GRANATAPFELFRISCHKÄSE

Zubereitungszeit 45 Min.

Zutaten für 4 Personen

- 4 Mozzarellakugeln
- Granatapfel
- 200 g Frischkäse
- 1 Prise Erythrit
- 60 g Walnüsse
- 1 Bund Rucola
- 1 Knoblauchzehe
- 200 g Champignons
- 1 EL natives Olivenöl extra
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung

1. Ca. 500 ml Wasser in einem Topf auf ca. 40 °C erwärmen. Es darf nicht zu heiß sein! Die Mozzarellakugeln vorsichtig hineingeben und ca. 10 Min. erwärmen, bis sie weich geworden sind.

2. In der Zwischenzeit die Kerne der Granatapfelhälfte mit der Rückseite eines Kochlöffels aus der Schale klopfen und auffangen. Den Saft auspressen und auffangen. Frischkäse in einer Schüssel mit Granatapfelkernen und -saft verrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Erythrit abschmecken. Die Walnüsse grob hacken und ohne

Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun anrösten, dann herausnehmen und abkühlen lassen. Den Rucola verlesen, waschen und trockenschleudern.

3. Die erwärmten Mozzarellakugeln mit einer Schaumkelle aus dem Topf heben und kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen, dann jeweils 1 Kugel zwischen zwei Bögen Backpapier mit einem Nudelholz flach ausrollen, anschließend abkühlen lassen.

4. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Champignons darin anbraten. Den Knoblauch dazugeben und mitbraten, alles kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mozzarella-Wraps mit dem Granatapfelrischkäse bestreichen, dann Rucola, Pilze und Walnüsse darauf geben. Die Enden der Wraps über die Füllung klappen und die Wraps fest aufrollen. Sofort servieren.

Kohlenhydrate: 13 g **Fett:** 56 g
Eiweiß: 32 g **Kalorien:** 672 kcal



Fotos: Tina Bumann

BUNTE WURZELQUICHE

Zubereitungszeit 2 Std. 10 Min
zzgl. 8 Stunden Ruhezeit

Zutaten für 12 Stücke

- 600 g festkochende Kartoffeln
- Salz
- 2 EL Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten der Form
- 4 Eier
- Pfeffer
- 1 kg Wurzelgemüse (z. B. bunte Karotten, Steckrüben usw.)
- Bund glatte Petersilie
- 3 Eier
- 150 ml Milch
- 150 g Sahne

Zubereitung

1. Kartoffeln am Vortag ungeschält in leicht gesalzenem Wasser 20–25 Min. garen. Anschließend pellen und auskühlen lassen.
2. Am Folgetag Butter schmelzen und mit Kartoffeln, 1 Ei, $\frac{1}{4}$ TL Salz und etwas Pfeffer fein stampfen. Bis zur Verarbeitung abgedeckt ruhen lassen.
3. Für die Füllung Wurzelgemüse putzen, schälen und waschen. Je nach Dicke der Länge nach halbieren. Einen Dämpfeinsatz in einen Topf mit Salzwasser setzen. Das Gemüse darauf legen und zugedeckt 20–25 Min. garen.
4. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Quicheform (24 cm Ø)

mit etwas Butter fetten. Petersilie waschen und trocken tupfen. Blättchen abzupfen und fein hacken. Übrige Eier, Milch, Sahne, Petersilie, sowie etwas Salz und Pfeffer verquirlen.

5. Kartoffelteig auf der Arbeitsfläche ausrollen (ca. 34 cm Ø), in die vorbereitete Form legen. Rand andrücken und begradigen. Wurzeln auf den Teig in die Form geben, Eierguss darüber verteilen. Im heißen Backofen etwa 50 Min. backen. Die Quiche auf einem Gitter 10 Min. abkühlen lassen, dann aus der Form lösen und in Stücke geschnitten servieren.

Kohlenhydrate: 16 g **Fett:** 7 g
Eiweiß: 4 g **Kalorien:** 151 kcal



SCHARFES BLUMENKOHLCURRY MIT CASHEWKERNEN

Zubereitungszeit 45 Min.

Zutaten für 4 Personen

- 25 g Ingwer
- 500 g Möhren
- 350 g Blumenkohl
- 50 g Zuckerschoten
- Chilischote
- 5 Stiele Koriander
- 3 EL Olivenöl
- 50 g Cashewkerne
- 2 EL rote Currypaste
- 400 ml Kokosmilch (Dose)
- 1 EL Currypulver
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Ingwer schälen und fein würfeln. Möhren schälen und raspeln oder in kleine Stücke schneiden. Blumenkohl putzen, waschen und in kleine Röschen teilen. Zuckerschoten waschen. Chili waschen

und in feine Ringe schneiden. Koriander waschen, trocken tupfen und die Blättchen abzupfen.

2. Öl in einem Topf erhitzen. Ingwer und Möhren andünsten. 30 g Cashewkerne und Currypaste zugeben, kurz mitdünsten. Blumenkohl, Zuckerschoten, Chili sowie Koriander, bis auf 1 TL, zufügen und ebenfalls dünsten. Danach mit der Kokosmilch ablöschen und mit dem Currypulver würzen. Das Curry 10–15 Min. zugedeckt garen lassen. Restliche Cashewkerne grob hacken.

3. Das Blumenkohlcurry mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf Tellern anrichten. Mit den gehackten Cashewkernen und den übrigen Korianderblättchen garniert servieren.

Kohlenhydrate: 24 g **Fett:** 37 g
Eiweiß: 8 g **Kalorien:** 455 kcal

KüchenStudio
HOLLING
Büdelshorb

BERATUNG · PLANUNG · VERKAUF · EINBAU

Telefon 0 43 31-30 371
www.kuechen-rendsburg.de



Neue Küchenideen finden Sie bei uns





Ob Brunch oder regionales Dinner:
Im ConventGarten findet jeder etwas!

Exzellente WINTERKÜCHE

Der ConventGarten wartet auch im neuen Jahr wieder mit leckeren Gerichten auf der Speisekarte und einem tollen Blick über den Kanal.

Das neue Jahr beginnt im **ConventGarten**, wie das alte Jahr geendet hat: mit saisonalen Köstlichkeiten.* Es warten deftige und abwechslungsreiche Leckereien sowie leckere Desserts. Das Team kümmert sich sehr gerne von morgens bis abends perfekt um die Gäste, die genüsslich speisen möchten. Für Brunch, Mittag, Kaffee und Kuchen und das Abendessen ist alles bestens vorbereitet. Weitere Klassiker findet man auf der Speisekarte, ebenso wie vegetarische und vegane Speisen. Es

werden, wie immer, regionale Produkte passend zur Saison zubereitet. Eine köstliche Auszeit kann im Restaurant Achterdeck genommen werden, denn die bodentiefen Fenster lassen einen herrlichen Blick auf den Nord-Ostsee-Kanal genießen. Die neun Veranstaltungsräume bieten für jeden feierlichen Anlass oder Tagungen perfekte Möglichkeiten. Jedem Wunsch kann hier nachgegangen werden. Weitere Informationen unter Tel.: (04331) 590 50 oder www.conventgarten.de.



* Sobald die Gastronomie wieder öffnen darf.



Nina Bänsch und Linnéa Puls (v. li.) stehen mittwochs und samstags auf dem Rendsburger Wochenmarkt

DER ROLLENDE LANDGASTHOF

Wir berichten zweimal jährlich vom Wochenmarkt und stellen Euch die Angebote der Beschicker vor. Mit dem rollenden Landgasthof von **möhls gasthof** ist seit wenigen Wochen ein neuer Anbieter dazugekommen. Hier wird „feine Kost“ geboten. Selbstgemacht und frisch verpackt: ob Glühwein, Marmeladen, eingelegte Gurken, Sauerfleisch, der Dauerbrenner Eierlikör, Wein, Gewürze, Filterkaffee, Espresso-Bohnen, Frischfleischwürze oder das geheime Curry, die feine Kost gibt es exklusiv immer mittwochs und samstags auf dem Wochenmarkt zu kaufen. Der rollende Landgasthof ist auch auf den Dörfern unterwegs und bietet dort auf verschiedenen Touren seine leckeren Speisen, unter anderem gibt es dann Mittagstisch, an. Wann er in Eurer Gemeinde einkehrt, seht Ihr auf der Website von möhls gasthof unter www.moehls.de/auswaertsspiel.



SUPERFOOD AUS SCHLESWIG-HOLSTEIN: KOHL UND MÖHREN HABEN JETZT SAISON

Weißkohl, Rotkohl und auch andere Kohlarten sowie Möhren sind typische Wintergemüse. Sie haben jetzt Saison. Verbraucherinnen und Verbraucher, die regional und saisonal einkaufen möchten, finden diese Ware jetzt überall in den Geschäften. Allerdings ist die Stimmung bei den Anbauern im größten europäischen Kohlanbaugebiet – Dithmarschen – eher gedämpft, denn die Nachfrage aus dem Ausland für den Kohlexport ist schwindend. 2020 wurde eine gute Kohlernte in Schleswig-Holstein eingefahren, wie die Landwirtschaftskammer mitteilt. Die warme Witterung bis noch in den November führte zu regem Wachstum und recht großen Köpfen. Auch die Möhrenernte ist gut ausgefallen. Möhren aus Schleswig-Holstein werden in ganz Deutschland abgesetzt. Während zu Großmutterzeiten sehr viel Weißkohl gegessen wurde, greift die Mehrheit heute eher selten zu diesem Gemüse und setzt auf die schnelle Küche. Dabei ist Kohl ein echtes Superfood. Kohl liefert viele gesundheitsfördernde Inhaltsstoffe – wie zum Beispiel Ballaststoffe –, die positiv auf die Verdauung wirken und für eine lange Sättigung sorgen. Neben den Mineralien Kalzium, Kalium und Eisen sowie den Vitaminen C, E und Folsäure enthält er auch Senföle. Diese stärken das Immunsystem und fördern die Gesundheit.



NEU

REZEPTE FÜR MONSIEUR CUISINE IM JAHRESABO

Jetzt im ZauberTopf-Shop, im Handel und bei Lidl

NEU! mein ZauberTopf EXTRA 4,50 EURO | Ausgabe 1/2021

monsieur cuisine
LIEBLINGSREZEPTE FÜR JEDEN TAG

85 GENIALE MIX-TIPPS!

✓ PIZZA-PARTY!
✓ DAMPFGAREN
✓ BLECHKUCHEN

6 Ausgaben für nur 24,90 € abonnieren

Mix-Spaß im Abo!

65 Rezepte für Monsieur Cuisine

CONNECT & PLUS

ENTSPANNTES MENÜ: 3 Gänge, die begeistern MITTAGESSEN: 7 einfach leckere Familienlieblinge MOVIE NIGHT DAHEIM: Fingerfood, Milchshakes & Cookies GESCHENKE: 10 Last-Minute-Ideen

BESTELLNUMMER: MC200NE

BESTELLUNG



PER POST

Abo-Service falkemedia
mein ZauberTopf
Postfach 810640 · 70523
Stuttgart



ONLINE

www.zaubertopf.de/
mcabo



PER TELEFON

Ruf einfach an unter:
+49 711 72 52 293



HAFERMILCH SELBSTGEMACHT

Weniger CO₂-Ausstoß, weniger Tierleid oder eine Intoleranz: Die Gründe für den Umstieg auf pflanzliche Produkte sind vielfältig. Wie Ihr ganz leicht selbst Hafermilch herstellen könnt, lest Ihr hier.

DIY-
Tipp



WIESO ÜBERHAUPT HAFERMILCH?

Die nachhaltigste Alternative zu Kuhmilch ist und bleibt Hafermilch. Wieso? Hafermilch ist vegan und laktosefrei, nahrhafter als Sojamilch, und vor allem ist sie dann besonders nachhaltig, wenn der Hafer aus deutschen Anbauten stammt.

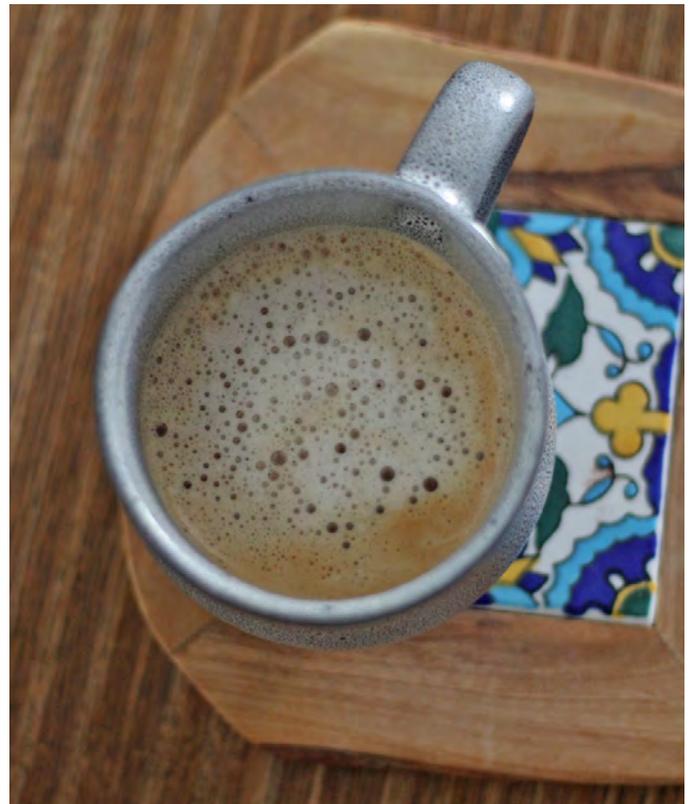
ZUTATEN

- 90 Gramm Haferflocken (Bio, fein)
- 1 Liter Wasser (kalt)
- 1 Esslöffel Cashewmus
- 1 Prise Salz
- Nussmilchbeutel (gibt es bei Unverpackt, natürlich schön, in Reformhäusern, Biosupermärkten ...)

ZUBEREITUNG

Mixt die Haferflocken, das Salz und das Wasser für kurze Zeit auf der höchsten Stufe des Mixers. Dann gebt ihr das Cashewmus dazu, mixt erneut kurz durch und füllt die Milch dann durch den Nussmilchbeutel in eine Schüssel. Das Cashewmus braucht Ihr übrigens, damit die Milch etwas cremiger in der Konsistenz wird und – im besten Falle – eben auch schäumt. Ihr könnt es aber auch weglassen, es beeinflusst nicht die Herstellung.

Eine alte Flasche heiß auswaschen, damit eventuelle Rückstände oder Bakterien verschwinden und dann mit einem Sieb die Hafermilch einfach in die Flaschen füllen. Die Milch ist nun etwa zwei bis drei Tage im Kühlschrank haltbar.



ZauberPrise

Magische Würze!



Tipp

Das 5er-Set als wertvolles Geschenk – auch für Hobbyköche ohne Küchenmaschine geeignet!

Mit den ZauberPrise Bio-Gewürzmischungen „Geflügel“, „Gemüse“, „Fleisch“, „Salat“ und „Fisch“ von **mein ZauberTopf** verleihst du deinen Lieblingsgerichten jeden Tag einen rundum aromatischen Geschmack. Enthalten sind ausschließlich Bio-Zutaten, keine Geschmacksverstärker, keine Zusatzstoffe! So geht's: Einfach 2 TL auf 4 Portionen geben. 1 Dose reicht für 100 Portionen! Du brauchst keine weiteren Gewürze.

Die großen, wiederverschließbaren Dosen bewahren das Aroma und machen das teelöffelweise Entnehmen besonders einfach.

Speziell entwickelt und getestet für das Kochen mit Küchenmaschinen mit Kochfunktion.



Dose à 200 g, je 8,99 Euro | JETZT BESTELLEN: www.zaubertopf-shop.de

DIE RENDSBURGER FAYENCE-FABRIK

Die neue Ausstellung im Historischen Museum: eine Arena der Geschichte Rendsburgs. Diesmal stellt Museumsleiter Dr. Martin Westphal die Fayence-Fabrik vor.

Im Jahr 1765 gründen Christian Friedrich Gottlob Clar und Jasper Lorentzen die Rendsburger Fayence-Fabrik in Rendsburg-Neuwerk.

FAYENCE UND STEINGUT IST GLASIERTES STEINZEUG:

- 1) Die geformte Keramikmasse wird gebrannt ...
- 2) ... dann bemalt ...
- 3) ... in die Verglasung getaucht ...
- 4) ... und erneut gebrannt, um die Verglasung zu fixieren.

Fayence wird mit höheren Temperaturen als Steingut gebrannt und ist wasserabweisend. Steingut wird mit niedrigeren Brenntemperaturen hergestellt und ist nicht wasserabweisend. Fayence ist in der Produktion aufwendiger.

Neben Fayencen produzierte die Fabrik auch Steingutwaren. Nur sieben Jahre nach ihrer Gründung wurde ab 1772 die Fayence-Produktion eingestellt und nur noch Steingut gefertigt. Rendsburg hatte somit

eine der ersten Steingutmanufakturen in Schleswig-Holstein. Steingut war sehr beliebt. Die filigranen Abbildungen auf dem Geschirr eigneten sich sehr gut als Ziergegenstände für Wohlhabende. Auch das Aufkommen exotischer Heißgetränke, wie Tee oder Kaffee, sorgte seit dem Rokoko für eine erhöhte Nachfrage nach kunsthandwerklich hergestelltem Geschirr. Da Porzellan aber sehr teuer war, griffen Viele auf billigeres Fayence und Steingut zurück. Zum Schutz der einheimischen Produktion wurden Einfuhrverbote oder hohe Strafzölle auf ausländische Fayence- und Steingutwaren verhängt.

Als im Jahr 1797 die Einfuhrsperre für billigeres englisches Steingut („Wedgwood“) per königlichen Erlass aufgehoben wurde, verschlechterte sich die Situation der Fabrik schlagartig. Erst mit Beginn der Kontinentalsperre 1806 wurde die Fabrik wieder profitabler, doch mit dem Ende der Seeblockade 1813 musste sie endgültig schließen. 1818 wurde das Inventar der Fabrik versteigert. Sie existierte 46 Jahre. Ihre Fayencen und Steingutprodukte sind bis heute bei Sammlern äußerst begehrt.



AUSSTELLUNGEN



MENSCHEN AFGHANISTAN

Das Fotoprojekt von Lis Kortmann lädt dazu ein, Menschen aus Afghanistan durch ihre eigenen Texte, persönliche Erinnerungen und Geschichten kennenzulernen und neue Perspektiven zu gewinnen.

Innerhalb der letzten Jahre kamen viele Menschen nach Schleswig-Holstein in der Hoffnung, hier eine sichere neue Heimat für sich und ihre Familie zu finden. FotografIn Lis Kortmann zeigt mit ihrem Fotoprojekt „Menschen AFGHANISTAN“ die bunte Vielfalt von ethnischen Gruppen und Persönlichkeiten von Frauen, Männern, jungen und älteren Menschen afghanischer Herkunft. Um Menschen zu finden, die bereit waren, sich und ihr Land dem interessierten Publikum vorzustellen, waren Zeit, Vertrauensarbeit und die Unterstützung eines engagierten afghanischen Übersetzers nötig. Zu präsent sind schmerzende Erinnerungen an das geliebte und zugleich beängstigende Land, zurückgelassene Familienmitglieder und Freunde und traumatische Erlebnisse der Flucht.

Bis zum 7. Januar waren die Porträts im Ansharpark in Kiel an der Außenfassade von Haus 3 zu sehen. Vom 11. bis zum 20. Februar könnt Ihr die Fotografien zusam-

men mit einer anderen Ausstellung vom Projekt „Blickwinkel“ des Vereins kultur-grenzenlos immer dienstags bis samstags von 12 bis 18 Uhr im Pop-Up Pavillon am Alten Markt anschauen, sofern es die aktuelle Lage erlaubt. Begleitende Interviewtexte bringen dem Betrachtenden zusätzlich zu den großformatigen Fotografien die Menschen Afghanistans näher. Neben der Sensibilisierung für die Wahrnehmung, das Verständnis und die Wertschätzung bestehender Unterschiede zwischen der afghanischen und der deutschen Kultur thematisiert die Ausstellung in ihrer Gesamtheit, was uns Menschen im Kern verbindet. Wenn es unsere Grundbedürfnisse wie Frieden, Gesundheit, Freiheit, Zugehörigkeit, Teilhabe, Akzeptanz und Toleranz sind, die uns Menschen ausmachen, sind wir uns dann nicht alle näher und ähnlicher, als uns oberflächliche Unterschiede glauben lassen? **11.-20. Februar • Pop-Up Pavillon, Alter Markt, Kiel**



KINO KOMMUNALKA

In Corona-Zeiten ist das Publikum aus den Galerien verbannt. Die Kunst muss sich also zum Publikum wenden. Deshalb hat sich die Galerie ONspace für eine Schaufensterausstellung entschieden und zeigt noch bis zum 28. Februar die russische Videokunst „Kino Kommunalka“. Woher kommt der Name? Die Kommunalka ist eine sowjetische Wohnform mehrerer Parteien. Dementsprechend vereint diese Ausstellung acht russische Künstlerinnen und Künstler beziehungsweise -gruppen mit mindestens 14 tonlosen Videos zu einer filmischen WG auf acht Monitoren in den Schaufenstern. Die Schaufenster einer Galerie sind üblicherweise eine starke Trennlinie zwischen Kunst und Alltag, obwohl sie in gleichem Maße unsichtbar sind. In dieser Ausstellung werden die Fenster zum Verbindungspunkt zwischen Kunstort und Straße.

bis 28. Februar • Galerie ONspace, Iltisstr. 10, Kiel



KUNST AN DER KIELLINIE

Schon seit einiger Zeit ist von Kiels Flaniermeile aus auf Höhe des Seehundbeckens zwischen den Bäumen ein großer Glaskasten zu sehen. Darin befindet sich ein großer Wal aus Holz. Doch es ist kein normaler Wal. Tritt man näher heran, offenbaren sich zahllose Löcher in der sonst makellosen Oberfläche. Der Künstler Marcus Meyer „verwundet“ seine Tiere, um darauf aufmerksam zu machen, dass sie vom Aussterben bedroht sind. Für seine Kunstwerke verwendet Meyer seltene Baumarten und möchte durch die Wahl des Holzes das Bewusstsein um das Aussterben auf die Flora lenken. Es wird oftmals vergessen, dass auch viele Holzarten immer seltener werden. Um den großen Wal herum sind weitere, viel kleinere Meeresbewohner zu sehen. Sie alle stehen repräsentativ für ihre gefährdete Art.

Kiellinie bei den Seehunden, Kiel

FÜR GUTE GEFÜHLE

Aufbauender Roman für alle Mittvierziger. Und die, die es mal waren oder noch werden. Es handelt sich bei „Das Buch eines Sommers“ um die Geschichte von Nicolas, der nicht nur Frau und Kind hat (mal mehr, mal weniger glücklich), sondern zufällig auch die Arzneifirma des Vaters erbt, die vor einem finanziellen Durchbruch steht. Und dann bekommt er auch noch die Villa des verstorbenen Onkels und Schriftstellers Valentin, der scheinbar der Einzige war, der Nicolas tief vergrabenen Wunsch erkennt hat: Nämlich Schriftsteller werden. Als Geist will er dem jungen Mann das nun irgendwie wieder in Erinnerung rufen. Der Roman erzählt mal in leichtem, mal in melancholischem Singsang von Wünschen und Vorstellungen, von Erwartungen und Enttäuschungen, vom Verlieren und vom Wiederfinden. Vor allem sich selbst. Denn mit einer Villa in den Weinbergen eines mediterranen Landes geht das eindeutig leichter von der Hand. Ein tröstliches Buch, das die ewig währende Frage nach dem Sinn des eigenen Lebens beleuchtet und mit einem Happy End für gute Gefühle sorgt. Und die können wir ja aktuell wohl alle brauchen.

Bas Kast: Das Buch eines Sommers, Diogenes, 22 Euro



DER US-PRÄSIDENT AN DER OSTSEE

Timmendorfer Strand steht Kopf: Der US-Präsident kündigt überraschend einen Besuch an. Auch Lüder Lüders vom LKA wird für die Sicherheit des Staatsbesuches einbestellt. Nachdem die Geschichte zunächst Seite um Seite dahin fließt, geht es plötzlich Schlag auf Schlag. Mit Spannung und Nervenkitzel nimmt der Autor die Leserinnen und Leser mit. Durch die Einblicke in die Gedanken des Protagonisten Lüders fühlt man sich wie mitten im Geschehen und legt das Buch nicht mehr weg. **Hannes Nygaard: Das weiße Haus am Meer, emons, 12 Euro**



KIELER LOKALKOLORIT VOM FEINSTEN

Eine Leiche scheint am Nord-Ostsee-Kanal gut versteckt, bis Sabine Heerten, Witwe, dort die überfahrene Nachbarskatze vergraben möchte und die Papiere eines Mannes in der Erde findet. Der Sache muss sie nachgehen. Humoristisch geschrieben, die Leserinnen und Leser einbeziehend, entspinnt sich eine Geschichte um Mord, amouröse Beziehungen und viel kriminelle Energie in den Kieler Stadtteilen vom Kanal bis zum Stinkviertel. **Leymann / Schöttke: Kieler Bagaluten, emons, 12 Euro**



BEI ANRUF WORT

Habt Ihr schon mal vom Kieler Literaturtelefon gehört? Wir auch nicht, aber dieses coronakonforme Kulturangebot gibt es schon länger. Mitte der 1970er-Jahre stieß der Kieler Literaturstudent Michael Augustin in London auf eine Zeitungsanzeige: „Dial a poem – Ruf ein Gedicht an!“ Diese Idee begeisterte den jungen Autor so sehr, dass er nach seiner Rückkehr das Kieler Literaturtelefon, das erste in Deutschland, ins Leben rief. Viele Städte zogen mit, mussten das Programm aber einstellen, als die Telekom die Literaturtelefone aus dem Programm nahm, weil sie nicht genügend Geld einbrachten. Kiel wollte dieses Vorleseangebot erhalten. Seit 2015 wird es von Autor und Literatur-Blogger Jörg Meyer betrieben und alle 14 Tage ist ein neuer Beitrag zu hören. Das Kieler Literaturtelefon ist erreichbar unter Tel.: (0431) 901 88 88 oder online unter www.literaturtelefon-online.de.

A

Autodienst Pannek,
Kollunder Str. 13-15, Rendsburg,
Tel.: (04331) 222 23,
www.auto-pannek.de

B

Bölinger raumdesign,
Grafenstr. 15, Rendsburg,
Tel.: (04331) 275 40,
www.gardinen-boelinger.de



★★★★-Ferienhaus
in direkter Nähe
des Nord-Ostsee-Kanals
für 4 Personen für 95 € pro Nacht
0177-43 32 031
www.ferienhaus-kanalblick.de

Brillengalerie am Markt,
Parkallee 17-19, Büdelsdorf,
Tel.: (04331) 30 01 30,
www.brillengalerie.net

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

C

ConventGarten,
Hindenburgstr. 38, Rendsburg,
Tel.: (04331) 590 50,
www.conventgarten.de

D

Dr. Markus Göldner,
Rechtsanwalt und Notar,
Berliner Str. 2, Rendsburg,
Tel.: (04331) 13 14 21, www.gfkip.de

E

Edeka Handelsgesellschaft Nord,
Gadelander Str. 120, Neumünster,
www.edeka.de

F

fräulein möhls,
Schiffbrückenplatz 6, Rendsburg,
Tel.: (04331) 203 12 34,
www.fraeulein-moehls.de

G

**GMSH Gebäudemanagement
Schleswig-Holstein,**
Vorwerksallee 4, Büdelsdorf +
Gartenstr. 6, Kiel, Tel.: (0431) 59 90,
www.gmsh.de

I

Immobilienberatung Carstens,
Assenkoppeln 8a, Fockbek,
Tel.: (04331) 437 58 20,
Mobil: (0162) 565 18 85,
www.immobilienberatung-
carstens.de

K

Küchencentrum Rendsburg,
Friedrichstädter Str. 26, Rends-
burg, Tel.: (04331) 456 30, www.
rendsburg.schmidt-kuechen.de

Küchenstudio Holling,
Hollerstr. 97, Büdelsdorf,
Tel.: (04331) 303 71,
www.kuechen-rendsburg.de

M

Möbel Bergemann, Am Bahnhof
12, Rendsburg, Tel.: (04331) 224 14,
www.moebel-bergemann.de

Möbel Hennings,
Neue Dorfstr. 81, Büdelsdorf,
Tel.: (04331) 343 80,
www.moebel-hennings.de



möhls, Dorfstr. 12, Jeverstedt, Tel.:
(04337) 331, www.moehls.de

P

**Physiotherapie Karstens & Mau-
rer,** Wallstr. 34, Rendsburg,
Tel.: (04331) 295 81, www.physio-
therapierendsburg.de

Physio Zentrum Fockbek,
Rendsburger Str. 43, Fockbek,
Tel.: (04331) 629 42,
www.physio-fockbek.de

S

Sanitätshaus Kowsky,
An der Schiffbrücke 1, Rendsburg,
Tel.: (04331) 708 27 01,
www.kowsky.com



**Ferienwohnungen
in Rendsburg**

Moderne Ferienwohnungen für 1- max. 4
Personen in Rendsburg, ganzjährig geöffnet,
auch für Langzeitmiete geeignet.
Preis ab 25 € / Tag

Fon: 01 70-90 39 001 oder 0 43 31-2 36 76
E-Mail: Ferienwohnungen.rendsburg@gmx.de
www.Ferienwohnungen-Rendsburg.de

Sicherheitstechnik Plath,
Hollesenstr. 42, Rendsburg,
Tel.: (04331) 221 11,
www.plath-rd.de

T

Teppich-Hof Knutzen,
Neue Dorfstr. 68, Büdelsdorf,
Tel.: (04331) 350 60,
www.knutzen-home.de

TexFit,
Schiffbrückenplatz 11,
Rendsburg, Tel.: (04331) 708 25 30

Z

Zahnärztin Dr. Caliebe,
Parkallee 9, Büdelsdorf,
Tel.: (04331) 380 38, www.zahnge-
sundheit-buedelsdorf.de

Italien zu Hause genießen

Mit unserem Magazin können Sie raffinierte
mediterrane Gerichte schnell & einfach nachkochen!

3 Hefte
lesen, nur
2 bezahlen!



www.soisstitalien.de/probeabo

Bestellnummer: S1119P

DIE NÄCHSTE
RendsburgerLeben

erscheint am
04.03.

Anzeigenschluss
22.02.

SCHÖN UND WICHTIG

CORONA-BEDINGT

Das Schleswig-Holsteinische Landestheater und Sinfonieorchester haben nach dem Beschluss von Bund und Ländern zur Verlängerung des Lockdowns bis 14. Februar gemeinsam mit ihren jeweiligen Trägern entschieden, den regulären Vorstellungsbetrieb bis einschließlich 31. März einzustellen. Grund sind die weiterhin besorgniserregende Entwicklung der Corona-Pandemie sowie die damit einhergehende fehlende Planbarkeit für den Spielbetrieb.

MUSIK IN UNSEREN OHREN

Eigentlich freut sich zum Jahresbeginn jeder auf eine große Musikmesse in Rendsburg, die jährlich zum Ende des Januars fantastische Musikerinnen und Musiker in die Stadt zum Musikmarkt bringt, allerbeste Unterhaltung damit einhergeht und zahlreiche Top-Angebote, die von den ebenso zahlreichen Besucherinnen und Besuchern wahrgenommen werden. Dieses Jahr legt die Musikmesse aus gegebenem Anlass eine Pause ein, doch verzichten muss man nicht vollends auf die Versorgung mit bestem Equipment! Der Musikmarkt bietet auch während dieser schweren Zeit telefonische Beratung und Abholung unter Einhaltung der hygienischen Maßnahmen an. Geliefert wird natürlich auch. Infos unter Tel.: (04331) 247 73.

IMPRESSUM

RENDSBURGERLeben ist eine Publikation aus dem Hause falkemedia.

falkemedia Regional GmbH

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

Herausgeber:

Kassian Alexander Goukassian

Redaktion:

Tel.: (04331) 439 67 25, Fax: (04331) 439 67 22
E-Mail: redaktion@rendsbuergenleben.de

Chef vom Dienst: Markus Till

Ramona Dabringer, Eva Griephan, Sina Hoyer,
Christina Kreyenberg, Sebastian Schulten,
Finja Schulze, Mirjam Stein

Anzeigenkoordination & Mediaberatung:

Gesa Butenschön, Tel.: (0431) 200 766-75
E-Mail: g.butenschön@falkemedia.de
Anne Sommerfeld, Tel.: (0431) 200 766-75,
E-Mail: a.sommerfeld@falkemedia.de
Markus Till, Tel.: (04331) 439 67 25
E-Mail: m.till@falkemedia.de

Layout & Bildbearbeitung:

Nadja Ulrich, Marleen Osbahr

Titelgestaltung: Nadja Ulrich

Titelfoto: stockfour / iStock / Getty Images Plus

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

Abopreis: 25 Euro, Studenten 20 Euro

(es wird ein gültiger
Studentenausweis vorausgesetzt).
Aboservice: Tel.: (0431) 200 766-00

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

WIR SIND SCHLESWIG-HOLSTEIN!

Förde Fräulein - Der Blog

www.foerdefraeulein.de

Sylt Fräulein - Der Blog

www.syltfraeulein.de

KIELerleben

www.kielerleben.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

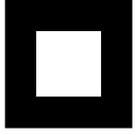
RendsburgerLeben

WWW.FALKEMEDIA.DE

**Bei falkemedia erscheinen
die Publikationen:**

DigitalPHOTO (www.digitalphoto.de)
So is(st) 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

© 2021 by falkemedia.
Alle Rechte vorbehalten.

brühl 



DER NEUE Möbel
HENNINGS

Möbel Hennings GmbH • Neue Dorfstraße 81 • 24782 Büdelsdorf
www.moebel-hennings.com • [mail info@moebel-hennings.com](mailto:info@moebel-hennings.com) • Tel. 04331/34380

NEUE IDEEN FÜR IHRE KÜCHE!

nobilis



Miele

ALLES INKLUSIVE

Backofen
H 2266 B (EEK A)*

privileg

ALLES INKLUSIVE

Flachschirmhaube
DGAH 55AM X (EEK C)*

Glaskeramik-Kochfeld
PCTAC K6042

Kühlschrank
PRC 451 A+ (EEK A+)*

Energieeffizienzklasse (EEK)
*Spektrum A+++ bis D

Individuell planbar

Lassen Sie sich bezaubern von den liebevoll gestalteten
Details dieser Countrystyle-Küche in echtem Lack.

Hochwertige Oberflächen, Front Lack magnolie matt, Wandborde
und Korpus magnolie, Arbeitsplatte Arizona Pine Nachbildung.
Ausgestattet mit hochwertigen Elektrogeräten von Privileg und
Miele-Backofen. Mit Einbauspüle. Maße ca. 395x305 cm.

6798.-
VOLLSERVICE-PREIS

Ohne Nischenverkleidung, Beleuchtung, Armatur und Deko

Möbel Bergemann

Möbel Bergemann Rendsburg GmbH

Am Bahnhof 12-18 · 24768 Rendsburg · www.moebel-bergemann.de · info@moebel-bergemann.de · Tel. 04331 22414

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9:00 - 18:30 Uhr, Sa 10:00 - 15:00 Uhr