

RendsburgerLeben

RENSBURG MACHT MOBIL

Der bunte Aktionstag
bewegt die Stadt

GENUSS MIT KÖPFCHEN

Frisch gestochen, fein gekocht –
Spargel neu entdeckt

MARKISEN &
INSEKTENSCHUTZ

HEFA

www.hefa-fahl.de

Zusammen im Mai

Viele Events und das erste Weinfest – wir feiern
gemeinsam und endlich wieder draußen

Mit Coupons sparen?

**SO günstig
geht das!**



**JETZT DIREKT
DOWNLOADEN**



Hinterlege jetzt Deinen Markt und spare mit unseren Coupons.

hagebaumarkt
Rendsburg



LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

Mai – nur drei Buchstaben, die den vor uns liegenden Monat bezeichnen. Zum Glück hat diese Ausgabe der RENDSBURGERleben viel mehr Seiten als nur drei, sonst hätten wir sie wahrscheinlich in winziger Schrift bedrucken müssen, um alles unterzubringen, was dich in diesem Monat erwartet!

Du darfst dich über gleich zwei große Events unter freiem Himmel freuen. Dabei steht bei „Rendsburg macht mobil“ die ganze Stadt im Zeichen von Mobilität – vom nostalgischen Oldtimer bis zum modernen E-Auto. Eine Premiere im Rendsburger Stadtgeschehen folgt mit dem Wein- fest, das kulinarische Genüsse und gemütlich-

gesellige Atmosphäre auf den Altstädter Markt bringt und damit die perfekte Kulisse bietet, um die 70-jährige Städtepartnerschaft mit unseren Freund*innen aus Vierzon zu feiern.

Außerdem ist diese Ausgabe vollgepackt mit zahlreichen grünen Themen, von Mobilitätsstation über Neues im Stadtpark bis hin zu neuen Gartentipps aus dem Nordkolleg. Und auch die Seiten über den Rendsburger Wochenmarkt strotzen vor Frische. Und damit wünschen wir dir viel Freude beim Lesen dieses Heftes.

Deine RENDSBURGERleben-Crew



Willkommen zum ersten Weinfest!



ZUSAMMEN IM MAI

Rendsburg macht mobil	7
Premiere: Willkommen zum Weinfest!	8
Kulturerlebnisse	10
Die drei schönsten Spots am Wasser	12
Boule und barfuß	14
Grüne Tipps: Milpa-Beet	16

DRAUSSEN ZUHAUSE

Auf dem Wochenmarkt	18
Wir feiern den Frühling!	21
Festtag für alle Sinne: Gottorfer Landmarkt	22
Pflanzenfans aufgepasst!	25

GLEIS & MEER

Ein Tag im coolen Hamburg-Altona	30
----------------------------------	----

AUTO & TECHNIK

Anschnallen und genießen: Klassiker	34
-------------------------------------	----

ARBEIT & AUSBILDUNG

Gestalte die Arbeitswelt mit!	39
Nimm deine Zukunft in die Hand!	40

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Outdoor-Grillen	43
Balkon for beginners	44
Trends und frischer Wind	45
Strandhaus-Feeling	48
So strahlt dein Sofa	49

GESUNDHEIT & WELLNESS

Osteopathie in Büdelsdorf	51
Großes Umstyling	53
Allergie? So bändigst du sie	60

HUNGER & DURST

Kreative Spargel-Rezepte	62
Heiß aufs Grillen	67

KULTUR & UNTERHALTUNG

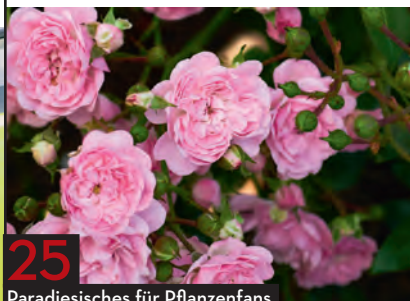
Ausstellungen, Bühnen und Events	68
----------------------------------	----

JEDEN MONAT DABEI

Editorial	3
Horoskop	58
Impressum	82



Mit dem Förde Fräulein geht's nach Altona



Paradiesisches für Pflanzenfans



Wohnen & Wohlfühlen: frühlingsfrische Ideen



Oh, du schöner Spargel!



Kultur & Unterhaltung: Events für jeden Geschmack

KENNENLERN-ANGEBOT FÜR LITERATURFANS

Unabhängige Rezensionen und
neue Bücherwelten!

E-Paper
für nur
1 EURO
testen*



JETZT BESTELLEN:
buecher-magazin.de/testabo
oder QR-Code scannen



*Nach Ende der Laufzeit von
zwei Monaten geht der Bezug
in ein Jahresabo von derzeit
28,90 € über.

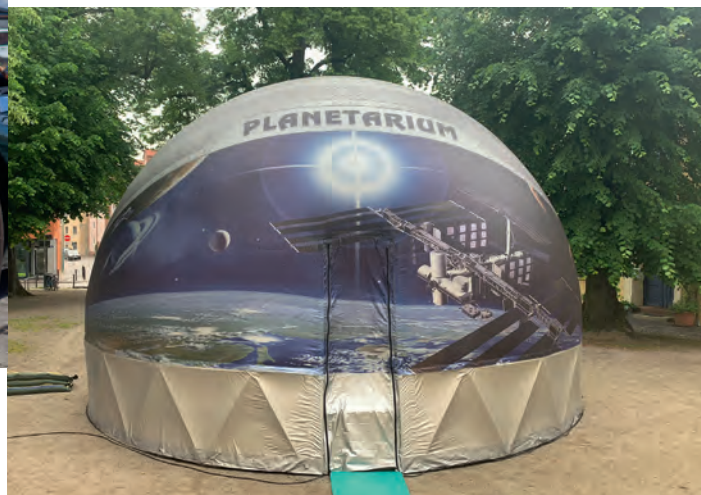
ZUSAMMEN IM MAI

Dieser Monat ist wirklich vollgepackt: Die ganze Stadt macht mobil, hat Spaß im Park, pflanzt Bäume und Beete und feiert vier Tage lang das erste Rendsburger Weinfest.



RENSBURG IST UND MACHT MOBIL

Am 18. Mai steht Rendsburg ganz im Zeichen der Mobilität



Der Aktionstag „Rendsburg macht mobil“ bringt Bewegung in die Stadt: Am Obereiderhafen und Paradeplatz, am Schloßplatz und am Schiffbrückenplatz wartet von 11 bis 17 Uhr ein buntes Programm zum Entdecken, Ausprobieren und Staunen auf die Besucher*innen. Neben erstklassigen Autos, Wohnmobilen, Lastenrädern, E-Bikes und Quads gibt es Boote der DLRG und Einsatzfahrzeuge des Technischen Hilfswerks sowie der Feuerwehr und der Johanniter zu sehen. Für Fans der älteren Gefährte präsentiert der Automobilclub Rendsburg beim „Engländertreffen“ auf dem Paradeplatz beeindruckende Oldtimer.

Regionale Autohändler*innen zeigen die neuesten Modelle und ihr breit gefächertes Angebot. Neueste Technik, hoher Komfort und Nachhaltigkeit stehen im Fokus, nicht nur bei den KFZ. Fahrradhändler*innen stellen die besten Modelle für Stadtverkehr und Mobilität vor, der ADFC nimmt mit auf eine „Schleichwegetour“ und zeigt damit Alternativrouten im urbanen Raum. Eine Fahrradstation zum Selbstreparieren stärkt

den wichtigen Umweltgedanken ebenso wie nachhaltige Snacks des Klimaforums. Das Thema Mobilität wird abwechslungsreich von vielen Seiten beleuchtet, so zeigt unter anderem die Kreis-Verkehrswacht ihre Arbeit, die DLRG geht aufs Wasser, die VHS und die Rettungshundestaffel sind dabei, viele Haupt- und Ehrenamtliche informieren über ihre Verbands- und Vereinsarbeit. Die großen und kleinen Besucher*innen finden tolle Aktionen zum Mitmachen – und natürlich ist die Schwebefähren-Hüpfburg dabei.

Die Rendsburg Information bietet extra für diesen Tag eine geführte Radtour unter dem Titel „Rendsburg erfahren“ an, die um 14 Uhr am Obereiderhafen startet, außerdem eine kurze Stadtführung (für Kinder bis 14 Jahre kostenlos) durch die Altstadt mit Start um 14 Uhr am Schloßplatz. Tickets gibt es in der Rendsburg Information am Altstädter Markt (04331 / 663 45 66).

Eine fantastische Bereicherung für „Rendsburg macht mobil“ bietet das – mobile – Planetarium, das in Fulldome-Shows mit Surround-Sound in die Tiefen des Weltalls

entführt oder auf Fantasieflug und Achterbahnfahrt geht. Ein überwältigendes Ereignis für die Sinne und eine perfekte Ergänzung für diesen Aktionstag.

RENSBURG MACHT AUF ZUM VERKAUFSOFFENEN SONNTAG

Von 12 bis 17 Uhr öffnen außerdem die Läden der Innenstadt, auch für das leibliche Wohl ist gesorgt mit Foodtruck, Crêpes, dänischem Softeis und einem Coffee-Bike. Rendsburg macht mobil ist ein Tag mit Informationen, Inspirationen und einem bunten Programm für die ganze Familie.





RENSBURG FEIERT DEN WEIN!

Unsere schöne Stadt hat schon viele grandiose Feste erlebt, doch dies ist eine Premiere: Willkommen zum Weinfest!

Vom 22. bis zum 25. Mai lädt der Altstädter Markt ein zu einem ganz neuen Event. Drei Winzer aus den großen deutschen Anbaugebieten präsentieren an vier Tagen mitten in der Stadt ihre Weingüter und Weine. Rendsburg begrüßt sehr herzlich das Weingut Fred Emrich, Espenschied Wein und das Rosenhof Wein- und Sektgut. Der neugestaltete Altstädter Markt ist die ideale Kulisse für das Rendsburger Weinfest. Zwischen Altem Rathaus und Alter Markthalle ist Platz für Pagoden, Tische und Bänke – der perfekte Ort zum Verweilen und stilvollen Genießen an lauen Frühlingsabenden. Das gemütliche Beisammensein wird begleitet von weinfesttypischen, kulinarischen Leckerbissen aus der geliebten Alten Markthalle.

Auch die musikalische Untermalung wird stimmungsvoll: Am Freitag bringt ab 16 Uhr Jens-Peter Geuther mit seinem Akkordeon bezaubernde Musette, die Musik der Pariser Bars und Cafés, auf den Markt, wo ab 19 Uhr dann Lokalmatador Micha Mark Knierim übernimmt und für beste Unterhaltung sorgen wird. Am Samstag ab 19 Uhr kehren Heet & Smith, die im vergangenen Jahr zum Bürgerfest die Stadt begeistert haben, mit

ihrer einmaligen Melange aus Soul, Funk und Pop zurück nach Rendsburg.

Doch was wäre ein Weinfest ohne französische Gäste, vor allem, wenn es ein besonderes Jubiläum zu feiern gibt? Die Rendsburger Partnerstadt Vierzon präsentiert sich am Freitag und Samstag in einer eigenen Pagode aus Anlass des 70-jährigen Geburtstages dieser gelebten Städtepartnerschaft und hat neben Wein auch französische Lebensart dabei.

Am Sonntag steht Regionales im Mittelpunkt, wenn das Rendsburger Teehaus seine Spezialitäten mit dem Teewagen anbietet und die Rendsburg Information ihr breites Sortiment zeigt.

Übrigens: Wer lieber keinen Wein trinkt, ist trotzdem richtig auf dem Fest, denn für Bier und Soft Drinks ist selbstverständlich auch gesorgt.

RENSBURGER WEINFEST, ALTSTÄDTER MARKT ÖFFNUNGSZEITEN:

Donnerstag, 22. Mai, 16-21 Uhr

Freitag, 23. Mai, 16-22 Uhr

Samstag, 24. Mai, 11-22 Uhr

Sonntag, 25. Mai, 11-18 Uhr



KULTURERLEBNISSE

Von Theater über Konzert bis hin zum Musical:
Das Schleswig-Holsteinische Landestheater und Sinfonieorchester
präsentiert diesen Monat in Rendsburg ein vielfältiges Programm.



2. Mai, 19:30 Uhr, Stadttheater

6. Sinfoniekonzert „Sturm“ Mit Werken von Emilie Mayer, Giacomo Puccini, Florence Price und Ludwig van Beethoven

3. Mai, 19 Uhr und 25. Mai, 18 Uhr, Stadttheater

Pinocchio Tanztheater für die ganze Familie in Zusammenarbeit mit Puppenspielerin Sonja Langmack, für alle ab 6 Jahren

4. Mai, 18 Uhr, Stadttheater

Bocksgesang Drama in fünf Akten von Franz Werfel über den Druck kollektiver Schuld, soziale Ungerechtigkeit und Migration

8. Mai, 19:30 Uhr, Nordkolleg

Löscht das Feuer Texte zum Kriegsende, mit Mitgliedern des Schauspielensembles. In Kooperation mit dem Nordkolleg. Eintritt frei, eine Anmeldung ist erbeten unter ticket@nordkolleg.de.

10. Mai, 19 Uhr, Stadttheater

Ein Tanzpalast (Uraufführung) Eine getanzte Reise durch 125 deutsche Jahre

11. Mai, 11:15 Uhr, Großes Foyer

4. Kammerkonzert Mit Werken von Ravi Shankar, Jean-Michel Damase, Guillaume Connesson und Dmitri Schostakowitsch

16. Mai, 19:30 Uhr, Kammerspiele

Ben Hur Der Monumental-Klassiker als rasante Komödie

17. Mai, 19 Uhr, Kammerspiele

Welche Droge passt zu mir? Solo-Stück zwischen Größenwahn und Schweißausbruch, Tagtraum und Atemlähmung

24. Mai, 19 Uhr, Stadttheater

Fischbrötchenblues (Uraufführung/Wiederaufnahme)
Ein Heimatabend mit viel Musik

31. Mai, 19 Uhr, Stadttheater

Ein Hauch von Venus Musical-Comedy in zwei Akten von Kurt Weill. Werkeinführung um 18:30 Uhr im Großen Foyer.

Tickets

Theaterkasse: Hans-Heinrich-Beisenkötter-Platz 1,
Rendsburg, Tel.: 04331 / 234 47

E-Mail kasse.rendsbuerg@sh-landestheater.de

Mo.-Fr.: 10-13 Uhr und 16.30-18.30 Uhr

Sa.: 10-13 Uhr

Abendkasse: Samstags, sonn- und feiertags 1 Stunde
vor Vorstellungsbeginn

Online-Ticketbuchung: sh-landestheater.de



Der Fischer“ im Stadtpark



Die „Stutentrine“ am Alten Rathaus



„Portalfigur“ an der Tagespost

VORTRAG BEIM FREIZEITTREFF

Wer mehr über Hinrich Jepsen, sein Leben, sein Schaffen und weitere Kunstwerke, die in Rendsburg zu finden sind, erfahren möchte: Am 6. Juni, 14:45 Uhr, hält Ursula Mahrt im Musiksaal der VHS, Arsenalstraße 2-10, einen Vortrag über den Künstler. Bitte anmelden bei der VHS:
Tel. 04331 208 80,
E-Mail: vhs@vhs-rendsburg.de.



HINRICH JEPSEN – EIN BILDHAUERLEBEN IN RENDSBURG

In Rendsburg gibt es viel zu sehen – auch Kunst im öffentlichen Raum.
Mehr als eine Spur hat Hinrich Jepsen in der Stadt hinterlassen.

EIN GASTBEITRAG VON URSULA MAHRT

Hinrich Jepsen, geboren am 17. September 1890 in Flensburg, gestorben am 23. März 1972 in Rendsburg, gilt als „Expressionist der ersten Stunde“. Viele Rendsburger wissen mit dem Namen dieses Bildhauers nicht mehr viel anzufangen, obwohl zahlreiche Werke des Künstlers in der Stadt öffentlich zu sehen sind.

Hinrich Jepsen wollte nach der Schule eigentlich Musiker werden. Doch sein Vater, der Bäckermeister Claus Hinrich Jepsen, bestand darauf, dass er zunächst eine solide Ausbildung absolvieren sollte. Jepsen entsprach dem Wunsch seines Vaters und beendete 1910 seine dreijährige Ausbildung bei einem Modellier in Hamburg. Dort entdeckte er seine Freude an der künstlerischen Gestaltung mit verschiedenen Materialien

und er besuchte deshalb im Anschluss bis 1917 die Kunstgewerbeschule in Flensburg. Danach kam er zum Militär in eine Schreibstube der Trainkaserne in Rendsburg, wo er bis 1919 diente. Der damalige Rendsburger Bürgermeister Christian Timm, der eine rege Bautätigkeit in Rendsburg initiierte, wurde auf ihn aufmerksam. Er stellte ihm in Aussicht, Gebäudeschmuck und Plastiken für Gebäude herzustellen.

Um einen auskömmlichen Lebensunterhalt zu sichern, vermittelte Christian Timm den Bildhauer 1924 als Lehrer an die Fortbildungsschule Rendsburg, später Berufsschule, heute BBZ Rendsburg-Eckernförde, wo er bis 1955 angestellt blieb.

In Rendsburg lernte er seine Frau Martha Arff kennen, die er 1926 heiratete. Auf dem

Grundstück seiner Schwiegereltern in der Schleifmühlenstraße errichtete der Schwiegervater eine Werkstatt für Jepsen, die bis heute als Gebäude neben dem alten Gefängnis hinter dem Kino Schauburg zu sehen ist. Hinrich Jepsen präsentierte seine Werke in zahlreichen Ausstellungen in Deutschland und gewann auch ausgelobte Preise. Er hinterließ ein umfangreiches Werk, das Bauschmuck, Reliefs und Skulpturen umfasst. Vier öffentlich zugängliche Kunstwerke in Rendsburg seien beispielhaft genannt: die Figuren am Schleusenbecken am Thormannplatz, der Gebäudeschmuck an dem Gebäude der ehemaligen Tagespost am ZOB, die „Stutentrine“ am alten Rathaus und der „Fischer“ im Stadtpark bei der weißen Brücke.



DIE DREI SCHÖNSTEN SPOTS AM WASSER

Rendsburg ist von Wasser geprägt – und der Mai bietet zahlreiche Gelegenheiten, die schönsten Plätzchen an den Gewässern zu entdecken und zu genießen.

DAS KANALUFER

Perfekt für ausgedehnte Spaziergänge mit Erlebnis-Faktor: Entdeckt neue Lebensweisheiten auf den Sinnweg-Steinen und staunt über die vorbeifahrenden dicken Pötte und Kreuzfahrer.

DAS STADTSEEGELÄNDE

Auch hier gibt es eine Menge zu entdecken, insbesondere jede Menge Kunst im Skulpturenpark. Oder ihr vergnügt euch auf der großen Schaukel, aktiviert eure Sinne auf dem nagelneuen Barfußpfad oder genießt einfach den Blick auf den Stadtsee.

DER OBEREIDERHAFEN

Strandfeeling trifft hier auf den weltoffenen Touch des Yachthafens und der angrenzende Park auf dem Eiland lädt dazu ein, einfach mal die Seele baumeln zu lassen.



MOBILITÄTSSTATION

Ende März hat die Stadt Rendsburg zusammen mit der KielRegion die neue Mobilitätsstation „Grüner Kranz“ eröffnet. Die Station bietet den Nutzer*innen ein breites Angebot an nachhaltigen Verkehrsmöglichkeiten als Ergänzung oder Alternative zur individuellen PKW-Nutzung.

Die Mobilitätsstation am Grünen Kranz erleichtert den Wechsel zwischen verschiedenen Verkehrsmitteln und fördert damit die multimodale Mobilität. Neben klassischen Fahrradbügeln stehen ein offener Fahrradunterstand sowie eine abschließbare Fahrradabstellanlage zur Verfügung. Eine Fahrrad-Service-Station ermöglicht zudem schnelle Kleinstreparaturen vor Ort, um die Mobilität der Radfahrer*innen jederzeit sicherzustellen. Ergänzt wird das Angebot durch eine Mitfahrbank, eine Sprossen-Flotte-Station für Bikesharing und einen Carsharing-Parkplatz mit Lademöglichkeit. Damit bietet die Station eine nachhaltige Alternative zum motorisierten Individualverkehr und entlastet die Straßen der Stadt. Der bereits bestehende Park&Ride-Parkplatz wird durch die Mobilitätsstation erweitert und schafft eine attraktive Schnittstelle zwischen verschiedenen Verkehrsträgern.

VOM MARKTSTAND DIREKT IN DEN POTT:

PFLANZAKTION AUF DEM WOCHENMARKT

Nach dem Pflanzenkauf folgt normalerweise die Arbeit: Erdsäcke müssen besorgt und geschleppt und alle Pflanzen mühselig in Kübel und Kästen gepflanzt werden. Diese Arbeit erspart die Gärtnerei Rose ihren Kund*innen im Rahmen einer Pflanzaktion auf dem Rendsburger Wochenmarkt auf dem Schiffbrückenplatz am Mittwoch, 7. Mai, und am Samstag, 10. Mai, jeweils von 8 bis 13 Uhr. Wer an diesen Tagen bei Rose Pflanzen kauft – und eigene Pflanzgefäße mitbringt – bekommt sie kostenlos eingepflanzt. Am Samstag wartet anlässlich des darauffolgenden Muttertages auf alle Mütter eine zusätzliche kleine Überraschung. Während der Aktion darf zur Abholung der Gefäße kurzfristig auf dem Schiffbrückenplatz geparkt werden.



BÜRGERBÄUME

Auf der Fläche an der Loher Straße stehen seit Ende März drei neue sogenannte BürgerBäume – zwei Winterlinden und eine Ulme. Alle wurden von Privatleuten gespendet, so zum Beispiel von Brigitte und Kay-Uwe Rück, die beim Pflanzen ihrer Winterlinde kräftig mit anpackten. Die BürgerBaum-Fläche zwischen dem Industriegebiet in der Büsumer Straße und der Ortsgrenze zu Fockbek gibt es seit 2020. „Seither wurden bereits 70 Bäume gepflanzt“, berichtet Stephanie Schönbach aus dem Fachdienst Tiefbau der Stadt, die das Projekt begleitet. Die Baumpflanzung ist ein Beitrag zum Umwelt- und Klimaschutz. „Bäume produzieren Sauerstoff und binden Kohlendioxid und Staub. Außerdem spenden sie Schatten und bieten Vögeln und Insekten Lebensraum.“

Das Projekt BürgerBäume soll Menschen ansprechen, die einen Baum pflanzen möchten, denen aber der nötige Platz dafür fehlt. Gegen eine Spende von 150 Euro können sie sich einen Baum aussuchen, der dann eingepflanzt wird. Mit einer Plakette für weitere 35 Euro, auf der der Name des Baumes gedruckt wird, können die Spenderinnen und Spender sich verewigen und auch den Anlass ihrer Spende festhalten. Viele pflanzen einen Baum etwa anlässlich eines Hochzeitstages oder in Erinnerung an einen geliebten Menschen. Die Fläche ist für alle Bürger*innen frei zugänglich. Die Spender können bei der Pflanzung selbst mit Hand anzulegen. Die Bäume werden in das Baumkataster der Stadt aufgenommen und von der Stadt gepflegt. Info: rendsburg.de/politik-verwaltung/fachbereiche-sachgebiete/nachhaltigkeit-zukunft/umwelt.



BOULE UND BARFUSS

Der Stadtpark ist nicht nur das grüne Herz der Stadt, er wird auch beständig durch neue Attraktionen aufgewertet.

Knapp 500 Meter westlich der großen Schaukel und des Basketballspielfeldes wurde jetzt die neue Boulebahn eingeweiht, als Outdoor-Angebot für Große wie Kleine. Gleich nebenan wartet ein Barfußpfad zum Sinnekitzeln auf viele nackte Füße.

Beide Angebote sind ein weiterer Schritt auf dem Weg, den Stadtpark als attraktive und lebendige Mitte unserer Stadt zu etablieren.

Unser schöner Stadtpark hat gleich mehrere Funktionen: Sein Skulpturenpark bietet einiges für Kunstinteressierte, gleichzeitig ist er Gartendenkmal und mit seinen Grünflächen ein naher Erholungsort für die Bevölkerung, dazu auch Treffpunkt für Freunde und Familien in der Freizeit.

Schon viel ist passiert im Park: Errichtet wurden bislang die Sportbox, mehrere Sitz- und Liegebänke, die große Schaukel sowie das Basketballspielfeld. Auch einige Wege und Uferkanten wurden erneuert. Aber es geht auch weiter: Geplant sind ein öffentliches WLAN, eine Zeltwiese auf dem Wohnmobilstellplatz, ein Trinkbrunnen, Aufenthaltsbereiche für die Jugend sowie eine Beschilderung von Bäumen – außerdem soll noch in diesem Jahr ein Steg an der Untereider gebaut werden, an dem SUPs zu Wasser gelassen werden können.

nah.sh/deutschlandticket



Deutschland-
ticket

**EIN ECHTES
KNALLERANGEBOT**

**KAUF'S
BEI UNS!**



Fahrplan und
Tickets findest
du in der
NAH.SH-App.



NAH.SH

Der Nahverkehr

Schleswig-Holstein
Der echte Norden



SERIE GRÜNE TIPPS MILPA-BEET

Im beliebten Garten des Nordkolleg zeigt Gärtner Jochen Bock mit seinem Team, wie nachhaltiges Gärtnern funktionieren kann. In der Rendsburgerleben stellt er monatlich eine Idee vor – praxiserprobt und im Nordkolleg-Garten zu bestaunen. Dieses Mal geht es um das Milpa-Beet, auch bekannt als „Die drei Schwestern“.



WORUM GEHT ES?

Das Milpa-Beet kommt aus Zentralamerika, wo die dortigen indigenen Völker es schon vor hunderten Jahren nutzten, um ihre Gemeinschaften mit Nahrung zu versorgen. Es ist ein gutes Beispiel für eine funktionierende Mischkultur. Im Gegensatz zu Monokulturen können sich Pflanzen auf einem gemischten Beet gegenseitig ergänzen. So halten etwa Zwiebeln und Knoblauch Schädlinge und Krankheiten von ihren Nachbarn fern. Außerdem nutzen einige Gemüsepflanzen Platz und Nährstoffe unterschiedlich und beeinträchtigen sich somit nicht gegenseitig. Im Falle des Milpa-Beetes wachsen auf engem Raum Mais, Stangenbohnen und Kürbisse. Der Mais dient der Stangenbohne als Rankhilfe, während die Bohnen dem Mais Stickstoff liefern. Der Kürbis bedeckt mit seinen großen Blättern den Boden und schützt diesen vor Erosion und Austrocknung. In dieser Gemeinschaft bringen alle Pflanzen sehr gute Erträge.

SO WIRD ES GEMACHT:

Idealerweise wird Zuckermais oder Popcornmais verwendet, der schon im April vorgezogen wurde, damit er einen Vorsprung vor den Bohnen hat. Der Mais wird in Reihen mit ca. 80 cm Reihen- und 40 cm Pflanzenabstand gepflanzt. Rund um den Mais werden pro Pflanze ca. 4 bis 5 Bohnen direkt ausgesät – natürlich erst nach den Eisheiligen, in diesem Jahr also nach dem 15. Mai. Die Kürbisse werden in der Mitte zwischen den Mais-Reihen platziert, entweder als Direktaussaat oder Setzling.





AUF DEM WOCHENMARKT

Frisches Obst, knackiges Gemüse und ein Plausch mit den Markthändler*innen – so startet der Tag auf dem Rendsburger Wochenmarkt. Hier trifft Regionalität auf echte norddeutsche Marktliebe.



FRÜCHTE SIEVERS

Ein vielfältiges Angebot an täglich frischen Früchten, Obst und Gemüse der Saison gibt es bei Früchte Sievers. Empfehlenswert sind die saftigen Erdbeeren aus der Region und der frische Spargel. Wer es nicht zum Wochenmarkt schafft, kann seine Früchte auch dienstags von 14 bis 18 Uhr im Hofladen kaufen.

**Früchte Sievers, Westgrenze 9, Hamdorf,
Tel.: 04332 / 988 13**

GARTENBAU REESE

„Erntefrisch auf den Tisch“ ist das vorherrschende Motto am Stand der Gärtnerei Reese, die schon seit 1947 auf dem Rendsburger Wochenmarkt vertreten ist. Auch im Mai gibt es hier eine knackige Auswahl an saisonalem Gemüse aus eigenem Anbau. Wie wär's mit einer bunten Gemüsepfanne aus Tomaten, Möhren, Kohlrabi und vielem mehr?

Gartenbau Reese, Neumühlener Weg 20, Kleinvollstedt, Tel.: 04330 / 264, www.gartenbaureese.de

Alles für die Frischeküche
gibt's beim Marktstand von Reese



Am Stand von Mirko Lühje gibt es
Fleisch aus eigener Herstellung

FLEISCH- UND WURSTWAREN M. LÜTHJE

Rindfleisch von eigenen Tieren, Salate aus eigener Herstellung – wer das Besondere rund um Fleisch- und Wurstwaren sucht, wird es am Stand von Mirko Lühje finden. Hier stammt fast alles aus eigener Produktion und entsprechend hoch ist die Qualität des Angebots. Mittwochs steht er im Wechsel in Hohn und Owschlag, donnerstags in Schacht-Audorf, freitags in Burg und samstags in Rendsburg.

**Fleisch- und Wurstwaren M. Lühje, Friedrichsholm,
mobil: 0174 / 341 38 18**

OBSTHOF BUSCH

Jeden Samstag bieten Anke und Helmut Busch an ihrem Obststand eigenes Obst aus dem Alten Land an. Mittlerweile kümmert sich ihr Sohn Arne um den Betrieb südlich der Elbe. Das ganze Jahr über unterstützen circa 30 eigene Bienenvölker den Betrieb und produzieren Honig, den man ebenfalls ganzjährig am Marktstand erwerben kann.

**Obsthof Busch, Nincoper Str. 33,
Hamburg-Neuenfelde, Tel.: 040 /745 91 81,
www.obsthof-busch.com**



Anke und Helmut Busch sind bekannt für frisches Obst aus dem Alten Land



Carola Müller

FLEISCHEREI HOGREFE

Das traditionelle Familienunternehmen Fleischerei Hogrefe aus Jevenstedt wird in der dritten Generation geführt. Hier wird Qualität groß geschrieben. Die Fleischerei Hogrefe steht für die hauseigene Produktion aller Wurst- und Fleischspezialitäten, professionellen Partyservice für alle Festlichkeiten, eine große Auswahl an besonderen Grillspezialitäten und beste Auswahl an hochwertigen Steak-Variationen. Passend zum Sommer empfiehlt Firmeninhaber Maik Hogrefe den Holsteiner Landschinken aus der hauseigenen Buchenrauchkammer. Ein Besuch am Wagen der Fleischerei Hogrefe lohnt sich. Es ist für jede*n etwas dabei!

Fleischerei Hogrefe, Dorfstr. 18, Jevenstedt, Tel.: 04337 / 421

GEFLÜGEL MOGK

Geflügel und besondere Spezialitäten, Geflügelwurst aus eigener Herstellung und hauseigene Räucherei – der Marktstand von Geflügel Mogk bietet Leckereien aller Art, zum Beispiel Maishähnchen-Spezialitäten, verschiedene Hähnchenrouladen sowie Grillangebote von Hähnchen und Pute. Der Verkaufswagen von Michaela Mogk ist an folgenden Marktstandorten zu finden: Dienstag: Garding (14-tägig), Mittwoch: Nortorf, Donnerstag: Husum Freitag im Wechsel: Meldorf, Kropp und Rendsburg, Samstag: Rendsburg Öffnungszeiten Hofladen in Hohn: Dienstag, 7.30–13 Uhr, ab Juni nur noch 14-tägig

**Geflügel Mogk, Poststraße 14, Hohn, Tel.: 04335 / 435,
www.geflügel-mogk.de**



Michaela Mogk



Henning Bannick bietet u. a. Qualitätsspeisekartoffeln

HOF BANNICK

Familie Bannick stellt ihren Hof auf biologische Landwirtschaft um. Auf dem Wochenmarkt und im Hofladen in Bistensee bieten sie Bio-Eier, verschiedene Kartoffelsorten und Chips aus eigenen Kartoffeln an. Ergänzt wird das Sortiment durch Fruchtaufstriche, Eiernudeln und Eierlikör – alles aus eigener Herstellung. Gemüse und Obst in Bio-Qualität machen den Marktstand besonders attraktiv. Markttermine sind u. a.:

Eckernförde: Mittwoch und Samstag

Kiel, Blücherplatz: Montag und Donnerstag

Kiel, Suchsdorf: Donnerstag

Rendsburg, Nordmarkhalle: Freitag

Hof Bannick, Dorfstraße 8a, Ahlenfeld-Bistensee, Tel.: 04353 / 277, www.hofladen-bannick.de



Leasingexperte Felix Habke und
Gründer & Geschäftsführer Maximilian Schay (v. li.)

Dienststradleasing HYPE ODER ECHTER BENEFIT?

In 12 Filialen in Schleswig-Holstein bieten die Küstenrad E-Bike Stores nicht nur eine große E-Bike Auswahl, sondern auch einen umfangreichen Beratungsprozess und Expertise auf einem Gebiet, das aktuell in aller Munde ist: Dienststradleasing.

Felix Habke arbeitet schon seit über zehn Jahren bei Küstenrad und begleitet Unternehmen bei der Leasing-Einführung. Wir wollen von ihm wissen, ob sich das wirklich lohnt: „Dienststradleasing ist grundsätzlich für jeden relevant“, so Habke. „Erst mal sind da die Vorteile für Arbeitnehmende: wenn sie sich ein E-Bike leasen, sparen sie bis zu 40 Prozent, eine Versicherung ist im Leasingbeitrag bereits enthalten und sie können das Rad auch privat unbegrenzt nutzen. Aber auch für Arbeitgebende lohnt sich das Ganze. Kurz gesagt steigern sie die Zufriedenheit und Gesundheit ihrer Mitarbeitenden mit einem Benefit, der sie absolut nichts kostet.“ Und wie geht's dann weiter? Wenn dein Arbeitgeber bereits Dienststradleasing anbietet, buche dir auf kuestenrad.de einfach einen Termin in einem Küstenrad E-Bike Store, zum

Beispiel in der Bahnhofstraße in Kiel. Dort wirst du ausführlich beraten und durch den Leasingprozess geführt. Zum Termin musst du nur den Leasing-Code mitnehmen, den du von deinem Arbeitgeber bekommst. „Wenn der Arbeitgeber noch kein Leasing anbietet, kann man sich gerne bei uns melden und wir helfen ein bisschen nach“, sagt Habke. Klingt gut? Weitere Informationen zum Thema Dienststradleasing bekommst du unter kuestenrad.de/leasing, unter leasing@kuestenrad.de oder per Telefon: 0431 / 22 13 92 64.

E-Bike Store Küstenrad Kiel
Bahnhofstr. 37, Kiel
www.kuestenrad.de
Instagram: @kuestenrad



UND AUF DIE SCHNELLE ...

... noch ne Fischfrikadelle – am liebsten im knusprigen Brötchen. Ob belegt mit Aal, Makrele oder Lachs – Fischbrötchen sind bei uns so beliebt, dass wir ihnen gleich einen ganzen Tag widmen. Der Weltfischbrötchentag wird dieses Jahr am 3. Mai an unseren Küsten und Süßwasserseen zelebriert. In mehreren Orten, darunter Schönberger Strand und Heikendorf, wird die maritime Delikatesse mit einem bunten Rahmenprogramm für die ganze Familie

gefeiert. Am Hafen von Heikendorf/Möltenort können sich Besucher*innen von 11 bis 16 Uhr vom Feuerschiff bis zum Hafenvorfeld auf ein buntes Programm mit Live-Musik, Kinderanimation und der Extraportion Meer auf dem Brötchen freuen. Das Detailprogramm ist unter www.weltfischbrötchentag.de zu finden. Wer mag, kann sich direkt vom Kutter mit fangfrischem Fisch das Ostsee-Feeling auch für zuhause einpacken lassen.

Foto: Kai Kollett



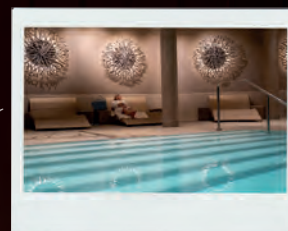
Sichert euch jetzt euren SlowDown-Modus für entspannte Feiertage.

Euer Weihnachten und Silvester
in den SlowDown Hotels.
Zurücklehnen und dabei clever sparen.

Das Besondere in jedem Zimmer:
Eigene Dampfsauna,
eine Küchenzeile
und einen Balkon.



Angebot
SlowDown Travemünde



Angebot
SlowDown Bottsand | Hotel & Spa



Gottorfer Landmarkt

innovativ | nachhaltig | kreativ | bio



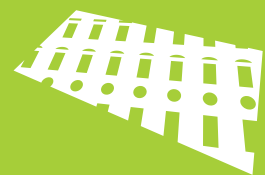
So. 18. Mai
10-18 Uhr

Eintritt 7 €, Kinder frei

**Buchen Sie
jetzt Ihr
Online-Ticket**



schloss-gottorf.de/landmarkt-tickets



**Museumsinsel
Schloss Gottorf**

Landesmuseen SH

DRAUSSEN ZUHAUSE



Am 18. Mai startet der Gottorfer Landmarkt mit sehr fokussierten Angeboten und Aussteller*innen in eine neue Ära

EIN FESTTAG FÜR ALLE SINNE

Ob zukunftsweisend, naturnah oder traditionsbewusst – der Gottorfer Landmarkt 2025 lädt dazu ein, neue Wege zu entdecken, Inspiration zu sammeln und Nachhaltigkeit mit allen Sinnen zu erleben.

Die Weichen sind gestellt – der 24. Gottorfer Landmarkt geht an den Start und präsentiert sich mit einem neuen, zukunftsorientierten Konzept. Im Mittelpunkt stehen diesmal Themen wie Nachhaltigkeit, Innovation, Kreativität und natürlich Bio. „Wir möchten gemeinsam mit allen Beteiligten herausfinden und zeigen, wie ein nachhaltigeres Leben, bewusster Genuss, Entspannung und umweltfreundliche Mobilität möglich sind. Teilweise gelingt das durch innovative, zukunftsweisende Technologien. Doch auch ein Blick in die Vergangenheit – auf das Wissen und die Techniken unserer Vorfahren – kann helfen, traditionelle Methoden neu zu interpretieren“, erklärt Cornelia Geitmann vom Veranstaltungsmanagement der Landesmuseen. Der Landmarkt richtet sich traditionell an ein breites Publikum – ganz besonders auch an Familien mit Kindern sowie Menschen, die selten oder gar keine Museen besuchen. Denn erst das vielfältige Kulturangebot der beiden auf Schloss Gottorf beheimateten Landesmuseen macht den Gottorfer Landmarkt zu einem Fest für alle Sinne. Ein besonderes Highlight im Jahr 2025: die Sonderausstellung „Wikinger Dämmerung. Zeitenwende im Norden“ (zu sehen bis zum 2. November).

DIE THEMENSCHWERPUNKTE

Der Einstieg in eine neue Landmarkt-Zeitrechnung erfolgt über vier zentrale Themenbereiche, die den facettenreichen Begriff der Nachhaltigkeit greifbar machen: Im Innovationsforum geht es um neueste Technologien und spannende Entwicklungen rund um Wissenschaft, Energie, Bauen, Wohnen und Mobilität – zum Anfassen und Mitdiskutieren.

„So klappt Nachhaltigkeit im Alltag – das Mitmachdorf“: In diesem Bereich wird Nachhaltigkeit praktisch erlebbar: mit traditionellen Handwerkstechniken, Produkten aus nachhaltigen Materialien, Upcycling- und Recyclingideen, Eingemachtem und fairer Kleidung.

In „Pflanzen und Tiere – natürlich biologisch“ dreht es sich um ökologische Landwirtschaft, Tierhaltung, Gärtnern im Einklang mit der Natur, Selbstversorgung und mehr. Dazu gibt's Tipps zum Schutz der Natur. Wer es entspannter mag, findet in der „Nachhaltig erholt – Lounge“ Inspiration für entschleunigende Ausflüge und Urlaube in Schleswig-Holstein, Naturkosmetik, nachhaltigen Genuss sowie Ideen für mehr Entspannung zu Hause.

18. Mai, 10 bis 18 Uhr, Schloss Gottorf, Schleswig, www.landesmuseen.sh

NACHHALTIG ANREISEN ZUM GOTTORFER LANDMARKT

Es wird darum gebeten, die Anreise zum Gottorfer Landmarkt mehr denn je im Sinne der Veranstaltung möglichst umweltfreundlich zu gestalten und zu Fuß, mit dem Rad oder dem ÖPNV zu kommen. Auch einen eignen Shuttle-Bus gibt es wieder. Er startet wie gewohnt am Parkplatz Marktkauf und an der Haltestelle Schleswig Bahnhof und bringt Besucher*innen bequem bis zum Oberlandesgericht. Am Eingang vor der Nordbrücke (Windallee am Kreishaus) stehen ausreichend bewachte Fahrradparkplätze zur Verfügung.



DRAUSSEN ZUHAUSE



FRISCHE IDEEN FÜR HAUS UND GARTEN

Was gibt es Schöneres, als die Winterdeko endgültig weichen zu lassen und Platz zu schaffen für die warme Jahreszeit? Passend dazu ist in der **AWR-KaufBar** der Frühling eingezogen. In dem Gebrauchtwarenkaufhaus warten einige „neue“ Schätze auf dich: frühlingshafte Deko, Gartenmöbel, Sommerkleidung, Reiseführer sowie allerlei Nützliches für Haus und Garten. Schau doch mal rein und lass dich inspirieren! Die KaufBar hat dienstags, mittwochs und freitags von 9.30 Uhr bis 17 Uhr geöffnet, donnerstags von 9.30 Uhr bis 18 Uhr und samstags von 9.30 Uhr bis 14 Uhr. Montag ist Ruhetag. Das Team freut sich auf deinen Besuch in der Hollerstraße 81 in Büdelsdorf. www.awr.de/zuschade-zum-wegschmeissen/kaufbar



Fotos: AWR-KaufBar



ABFALL | WERTSTOFF | RESSOURCE



AWR-KaufBar

**Gebrauchtes
neu entdecken**



**Alles für den Frühling:
Gartenmöbel,
Deko und mehr
– nachhaltig
& günstig!**



Großes anstoßen. Gutes bewirken.

Die Deutsche AIDS-Stiftung klärt auf, fördert erfolgreiche HIV-Projekte in Deutschland und Afrika und unterstützt die Forschung.

**Für eine Welt ohne
HIV und Aids.**



ONLINE SPENDEN
aids.st/donate

**Deutsche
AIDS-
Stiftung**

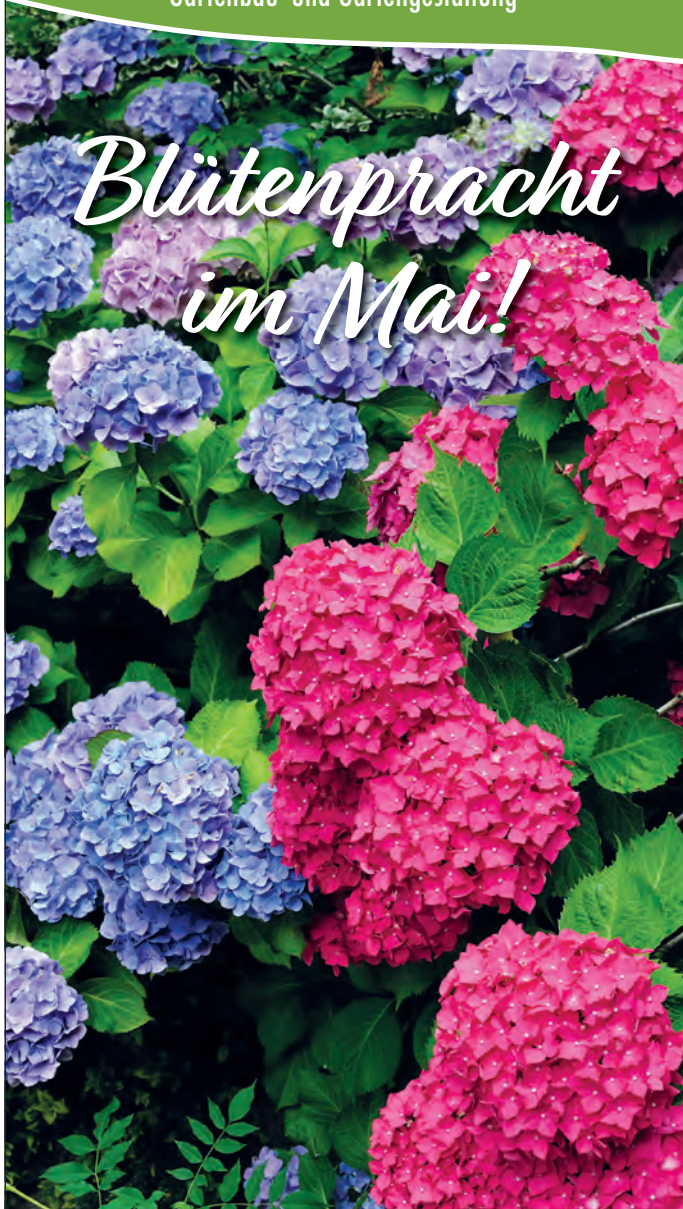


Kaufen, wo es wächst!

Erlebniseinkauf auf über 14.000 m² überdachter Fläche

Gartencenter · Accessoires · Baumschule · Gartentipps
Gartenbau- und Gartengestaltung

Blütenpracht im Mai!



Paulwitz
Pflanzenhof & Floristik



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

www.pflanzenhof-paulwitz.de

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

EINE OASE

FÜR ZU HAUSE

Im Mai freuen sich Balkon und Terrasse über Aufmerksamkeit – denn endlich beginnt die Zeit, in der wir unseren Lebensmittelpunkt nach draußen verlagern. Unterstützung bei der Gestaltung findest du bei den Profis von **Paulwitz Pflanzenhof & Floristik** in Neumünster-Tungendorf.

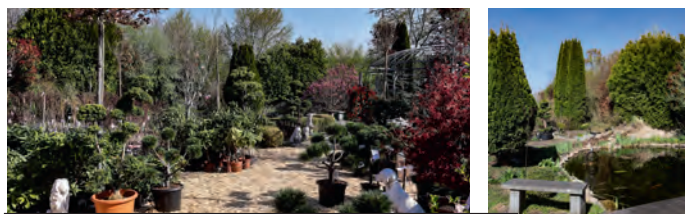


Jan (li.) und Julian Paulwitz sind die dritte und vierte Generation des Familienunternehmens.

„Kaufen, wo es wächst – aus der Region für die Region“ lautet das Motto des Familienunternehmens Paulwitz Pflanzenhof & Floristik. Seit fast acht Jahrzehnten ist der Gartenfachbetrieb in Neumünster-Tungendorf ansässig und bietet seinen Kund*innen alles, was das Gärtnerherz höher schlagen lässt. Dabei wird allergrößter Wert auf Nachhaltigkeit und Umweltschutz gelegt. Sogar eigens entwickelte Pflanzerde und Langzeitdünger werden hier angeboten.

DAS GRÜNE WOHNZIMMER

„Der Frühling ist die beste Zeit für die Gestaltung von Balkon und Terrasse“, erklärt Inhaber Jan Paulwitz und führt uns durch die Hallen des Pflanzenhofs, in denen sich eine prächtige Auswahl an Blumen, Gehölzen und anderen Pflanzen findet. Wenn sich der Lebensmittelpunkt wieder nach draußen verlagert, macht es besonders große Freude, es sich schön zu machen – das breite Sortiment an Klassikern, Raritäten und Besonderheiten, hochwertigen Pflanzgefäßen sowie ästhetischer Deko laden förmlich dazu ein. Besonders der liebevoll angelegte Schaugarten bietet Inspiration pur. „Wir beraten gerne rund um Pflanzen und helfen bei der Gestaltung des Gartens“, ergänzt Julian Paulwitz, der mit seinem Bruder Florian die vierte Generation bildet – und damit die Zukunft des erfolgreichen Traditionsunternehmens sichert. Mehr Infos unter Tel.: 04321 / 315 21 oder www.pflanzenhof-paulwitz.de.



Der Schaugarten ist ein Ort zum Entspannen und Genießen.

Fotos: Natalie Zahnrow

BILDERAUSSTELLUNG AUF HOF ANSGARIUS



Zur Bilderausstellung „Querbeet“ von Klaus Tönsfeldt aus Neumünster lädt Familie Fölster herzlich nach Willenscharen-Brokstedt auf den **Hof Ansgarius** ein. Klaus Tönsfeldt malt seit rund 40 Jahren aus dem Bauch und dem Herzen heraus. Seine Werke sind Zeitzeugen eines bewegten Lebens. Die Ausstellung zeigt Motive, die in der näheren Umgebung entstanden sind, wie Haubarg, Bauernhäuser und Mühlen. Eine besondere Liebe verbindet der Maler mit dem Bild „Pellworm“, hat er dort doch vor 20 Jahren geheiratet. Von vielen Reisen und von Künstlern wie Macke, Monet und Munch inspiriert, sind moderne Bilder entstanden. Interessierte sind am Sonntag, 18. Mai, um 16 Uhr herzlich zur Vernissage auf dem Hof Ansgarius eingeladen. Die Ausstellung ist zu sehen bis zum Wochenende „Kleinkunst auf dem Lande“ am 26./27. Juli und endet mit der Finissage am Sonntag, 27. Juli, um 17 Uhr. Sie kann jeden Sonn- und Feiertag von 13 bis 18 Uhr sowie nach Absprache unter Tel.: 04324 / 10 70 besucht werden.

Foto: Hof Ansgarius

PARADIES FÜR PFLANZENFANS

Die Flora Gartenmesse hat sich längst als fester Termin im Kalender aller Pflanzenliebhaber*innen etabliert. Hier trifft Leidenschaft auf Vielfalt. Mehr als 70 Aussteller*innen präsentieren ihre grünen Schätze. Ob Beetpflanzen, Kletterpflanzen, Wasserpflanzen oder duftende Rosen – hier findet jede*r etwas für das grüne Zuhause. Auch Clematis, Orchideen, Stauden und sogar Balkongemüse sind mit dabei. Pflanzen für jeden Standort und Geschmack. Ein schöner Garten braucht Pflege. Deshalb bietet die Messe auch einen Bereich für Gartentechnik. Hier gibt es alles – vom modernen Rasenmäher bis zum effizienten Vertikutierer. Auch Teichtechnik wird anschaulich vorgeführt.

Neben Pflanzen und Technik gibt's auch jede Menge Schönes und Praktisches. Besucher*innen entdecken stilvolle Haus- und Gartendeko, stabile Hochbeete, gemütliche Gartenmöbel und vieles mehr. Inspiration für den eigenen Garten ist garantiert.

Wer vom vielen Staunen hungrig wird, muss nicht lange suchen. Das kulinarische Angebot überzeugt mit frisch gebackenem Kuchen, aromatischem Kaffee und leckeren Grillspezialitäten. Eintritt und Parken sind komplett kostenlos.

17.-18. Mai, Messe Rendsburg

Foto: Adabo Stock



Frühlingszeit ist Gartenzeit



**Haus-Bäume, Obstgehölze, Rosen,
Ziergehölze, Stauden, Hecken,
Gartendeko, Erden, Dünger...**

**Kieler Chaussee 65 - 24214 Gettorf
Tel. 04346/9452 - www.garten-dittmann.de**

... alles, was ein Garten braucht!

An den
Luftballons erkennt
ihr die
teilnehmenden
Grundstücke

DORF FLOHMARKT

**Sonntag,
18. Mai
11 - 16 Uhr**

ACHTERWEHR
Achter Diek • Am Weiher • Dorfstraße
Grüner Weg • Inspektor-Weimar-Weg •
Hohenschulen • Neukoppel • Poststraße •
Schmalholt • Schulweg • Walnußring

SCHÖNWOHL
Auf dem Sportplatz
Rendsburger Landstraße 1-3

Parkmöglichkeiten
sind ausgeschildert

Komm vorbei zum Stöbern, Handeln,
Schnacken, Waffelnessen und mehr ...
Wir freuen uns auf dich!

Lust auf Mehr?

**heute auch in Felde und
Melsdorf!**

Die meeresfrische Lobelie flutet
deinen Garten in leuchtenden Aquarelltönen



JETZT BLÜHT DIR WAS

Mach deinen Garten startklar für den Sommer!

Endlich Frühling – und mit ihm die beste Zeit, deinen Garten, Balkon oder deine Terrasse in ein blühendes Paradies zu verwandeln. Die Gärtnereien in Schleswig-Holstein stehen in den Startlöchern: Die Gewächshäuser sind prall gefüllt mit bunten Sommerblumen, duftenden Kräutern und knackigem Gemüse, das direkt hier bei uns im Norden gezogen wurde. Regional, frisch und mit ganz viel Leidenschaft produziert – so kommt der Sommer direkt zu dir nach Hause.

Besonders stolz sind die Gärtner*innen auf die Pflanze des Jahres im Norden: Fischers Frida. Die frische Lobelien-Sorte bringt mit ihren leuchtenden Aquarelltönen echte Meeresstimmung in deine Beete, Ampeln oder Blumenkästen. Sie liebt Sonne, kommt aber auch mit Schietwetter und einer steifen Brise klar – echte norddeutsche Power eben!

PFLANZBEREIT MIT PLAN

Wenn du unsicher bist, wann du loslegen solltest: Viele Pflanzen kannst du ab Ende April setzen – aber behalte die Eisheiligen im

Blick. Mitte Mai kann es in manchen Nächten nochmal richtig kalt werden, besonders auf dem Land. In geschützten Ecken oder in der Stadt kannst du allerdings schon etwas früher loslegen. Neben farbenfrohen Blühpflanzen liegen Kräuter und Gemüse weiter voll im Trend. Ob im Hochbeet, auf dem Balkon oder direkt im Garten – frische Tomaten, Gurken oder Basilikum aus eigener Ernte schmecken einfach am besten. Und das Beste: Viele dieser Pflanzen sehen nicht nur toll aus, sondern sind auch wertvolle Nahrungsquellen für Bienen und Schmetterlinge. So tust du ganz nebenbei noch etwas für die Artenvielfalt.

Schau doch mal bei den regionalen Gärtnereien vorbei – viele von ihnen tragen das Gütesiegel „Geprüfte Qualität in Schleswig-Holstein“ und sind unter der Marke „im Norden gewachsen“ zu finden. Damit unterstützt du nicht nur die lokale Produktion, sondern bekommst auch Pflanzen, die perfekt an unser Klima angepasst sind.

Also: Gießkanne schnappen, Lieblingspflanzen aussuchen und den Sommer bei dir einziehen lassen!

Bunte Farben & herrliche Formen

So., 11. Mai ist
Muttertag
8 – 12 Uhr geöffnet



Bis zu
100 Bio-
Kräutersorten

Seit 120 Jahren gärtnerische Leidenschaft:
Auf mehr als 3.000 m² erwartet Dich in unserer
Gärtnerei ein großes und vielfältiges Sortiment.

Entdecke Sommerblumen, Stauden, Gehölze, Zimmerpflanzen
sowie robuste Pflanzgefäße. Geschickt kombiniert und
besonders vital, sorgen unsere Pflanzen für langanhaltende
Freude an zarten Knospen und prachtvollen Blüten.

Körbe, Drypots & Co.!

Authentisch, robust und langlebig:
Das sind die richtigen Begleiter
für unsere Pflanzen!



Stade des
Jahres
2025

Kaukasus- Vergissmeinnicht

Hübsche, niedrig wachsende Staude.

Unsere Öffnungszeiten:

Mo. – Fr.: 8.30 bis 18.00 Uhr
Sa.: 8.30 bis 16.00 Uhr

Tel.: 0 43 92 . 91 73 20 · Itzehoe Straße 23 · 24589 Nortorf

www.gaertnerei-schnack.de und  

Gärtnerei
SCHNACK
Meine Pflanzen – Mein Zuhause



Fotos: allrid-E

NEUE SAISON, NEUES E-BIKE-GLÜCK

Alles, nur nicht langweilig. Das E-Bike-Zentrum allrid-E aus Nortorf, in der Mitte Schleswig-Holsteins, ist für seinen exzellenten Kundenservice, sein einzigartiges Ladenkonzept, eine erfrischend echte Kommunikation sowie für viele Events rund ums Thema E-Bike bekannt.

So ist der Familienbetrieb in Sachen E-Bikes ganz nah am Kunden und kann auf individuellen Bedarf schnell reagieren. Ob E-Bikes und E-Mountainbikes für Übergrößen (bis 2,12m und 180kg), persönlich konfigurierbare E-Bikes aus der Region oder auch Nischenprodukte wie E-Mopeds, E-Crossmotorräder und das trendige Gravelbike – allrid-E macht auf Kundenwunsch fast alles möglich. Ganz neu im Serviceportfolio: alte E-Bikes können beim Kauf eines neuen ab sofort in Zahlung genommen werden!

EIN FREIZEITPARTNER, KEIN REINER VERKÄUFER

Der E-Bike-Händler aus Nortorf versteht sich jedoch nicht nur als reiner Verkäufer, sondern vielmehr als Freizeitpartner. allrid-E organisiert übers Jahr zahlreiche Events und Aktionen, darunter ein Frühlingsfest, einen Punschabend, und dazwischen jede Menge geführte E-Bike-Touren und Werkstattworkshops nach dem Motto Do-It-Yourself. Seit der laufenden Bundesligasaison ist allrid-E zudem Kooperationspartner des Fußballbundesligisten Holstein Kiel: Zusammen mit dem Premiumhersteller Corratec wurden 15 Fahrräder zu Trainingszwecken an die KSV Holstein übergeben, für die allrid-E als lokaler Händler den Service übernimmt.

FIRMENEVENTS UND DIENSTRADLEASING

Speziell für Arbeitgeber und den Kollegenkreis richtet allrid-E außerdem kostenlose Firmenevents zum Thema Dienstradleasing aus: Zu einem Wunschtermin wird der Grill angeschmissen, ein leckeres Getränk gereicht und bei guter Stimmung und einem schönen Preisnachlass gibt es für die Kollegen alles Wichtige zum Dienstrad. Und natürlich Probefahrten im Grünen – das gilt für jedes E-Bike in der Ausstellung.

Das ergibt ein sympathisches und innovatives Gesamtkonzept. Wer allrid-E kennenlernen möchte, kann sich für die kommenden E-Bike-Touren anmelden, für alle E-Bike-Neulinge gibt es sogar eine kostenlose Schnuppertour am 17. Mai.

Geöffnet hat allrid-E wie folgt: Nortorf: Montags-Freitags, 10-19 Uhr, Samstags, 9-16 Uhr, Servicefiliale Hohenwestedt: Dienstags & Donnerstags, 10-18 Uhr

Das Team allrid-E freut sich auf euren Besuch!

ALLRID-E SUCHT NEUE KOLLEGEN!

Im Verkauf, in der Werkstatt sowie als E-Zubi! Ihr findet allrid-E unter allrid-e.de, bei Facebook, Instagram, LinkedIn und in der allrid-E-App





powered by
corratec
PASSION OF CYCLING





Euer E-Bike Zentrum in Nortorf

und Hohenwestedt

- Privatauf - Dienstradleasing - Finanzierung - Inzahlungnahme
- E-Bike-Touren, Events & Workshops
-  **APPgefahren:** Werde Clubmitglied mit der allrid-E-App

Gewerbegebiet Nortorf · Gnutzer Str. 20
0 43 92 / 40 09 10

Filiale Hohenwestedt · Wilhelmstr. 2
0 43 92 / 40 09 191

www.allrid-e.de   





SchönWerk – Kreativ. Digital. Gemeinsam.

**Die Zukunft gestalten: Digitale Kompetenzen
für alle Altersgruppen in der Probstei**

Im SchönWerk in Schönberg wird's kreativ und digital – und das für alle Altersgruppen in der KielRegion. In fünf top ausgestatteten Räumen – im Kinder- und Jugendhaus sowie der Gemeinschaftsschule Probstei – können Bürger*innen künftig spannende Projekte umsetzen, Neues lernen und gemeinsam tüfteln. Ob Podcast mit Greenscreen im Tonstudio, kreative Ideen in der Design-Fabrik mit Schneidplotter und Lasercutter oder 3D-Druck im DigiLab: Die Technik ist da – und die Möglichkeiten sind vielfältig. Ein zusätzlicher Raum bietet Platz für Workshops und Schulungen. „Schönberg war stets Vorreiter innovativer Projekte. Mit dem SchönWerk setzen wir diese Tradition fort“, so Bürgermeister Peter A. Kokocinski. Das Projekt ist Teil von „SmarterLeben“ der KielRegion und entsteht in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Schönberg, lokalen Einrichtungen und dem Fablab Lübeck e.V.. Ziel ist es, digitale Kompetenzen in der Region nachhaltig zu stärken. Für Ulrike Wielatt, Geschäftsführerin der KielRegion GmbH, ist das SchönWerk ein „Leuchtturmprojekt für die ganze KielRegion“.

Programmierungskurse oder auch Handyworkshops für Senior*innen, die in Zusammenarbeit mit der offenen Werkstatt Schönberg angeboten werden. Am Mittwochabend präsentieren von 19.30 bis 20.30 Uhr verschiedene Speaker Vorträge zu digitalen Themen.

6. Juni: Tag der offenen Tür

Ab 15 Uhr öffnet das SchönWerk seine Türen für alle Interessierten. Du kannst die neuen Geräte ausprobieren, Ausstellungen besuchen und die Ergebnisse der Schüler*innen aus der Projektwoche bestaunen. Zusätzlich gibt es Gaming-Angebote, Speisen und Getränke sowie zum Abschluss des Tages ein Live-Konzert der Band Polo Lounge.

Mehr zum SchönWerk und dem Digitalfestival:
www.kielregion.de/schönwerk. Für die Workshops
beim Digitalfestival ist eine Anmeldung erforderlich.



Digitalfestival SchönWerk – Entdecken. Mitmachen. Staunen.

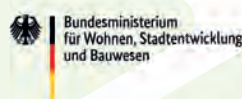
Vom 4. bis 6. Juni wird das SchönWerk in Schönberg zur digitalen Erlebniswelt. Ob neugierige Bürger*innen, engagierte Vereine oder kreative Köpfe aus der Region – beim Digitalfestival SchönWerk sind alle willkommen, die Lust auf Neues haben. Du kannst die frisch ausgestatteten Räume entdecken, dich selbst an moderner Technik ausprobieren und spannende Einblicke in die Welt von morgen gewinnen. Am 4. und 5. Juni finden ab 15 Uhr verschiedene Workshops zu digitalen Themen statt, darunter Textildruck mit unterschiedlichen Materialien, Podcasting für Einsteiger*innen, kleine

SmarterLeben

SmarterLeben ist ein gemeinsames Projekt der Landeshauptstadt Kiel sowie der Kreise Plön und Rendsburg-Eckernförde und wird gemeinsam mit der KielRegion umgesetzt. Sie ist eines der derzeit 73 Modellprojekte Smart Cities (MPSC) und wird vom Bundesministerium für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen (BMWSB) gefördert. Der Begriff Smarte Region (wie auch Smart City) beschreibt das Konzept einer Region oder Stadt der Zukunft, in der mithilfe von digitalen, technischen und gesellschaftlichen Innovationen die Zukunftsfragen rund um Klimawandel, Mobilitätswende oder soziale Teilhabe gelöst werden. Das Team SmarterLeben | KielRegion arbeitet in den Handlungsfeldern Quartiersentwicklung, Regionales Küstenmanagement, Mobilität, Kompetenzaufbau, Beteiligung und Digitale Dienste.

www.kielregion.de/smarterleben

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



GLEIS & MEER

6 TIPPS FÜR EINEN AUSFLUG NACH HAMBURG ALTONA

Förde Fräulein Kathrin ist dieses Mal mit der DB Regio Schleswig-Holstein nach Hamburg Altona gestartet und hat sich ziemlich in diesen coolen Stadtteil verguckt. Das sind ihre 6 liebsten Tipps:



In Hamburg Altona mischt sich nostalgischer Charme mit kreativem Flair, perfekt für alle, die das Besondere suchen. Die entspannte Atmosphäre macht jeden Spaziergang zu einem kleinen Abenteuer.



TIPP 1: REISE MIT DER BAHN AN

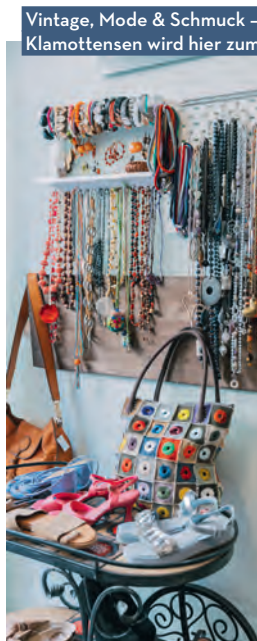
Besonders praktisch sind die Verbindungen mit der DB Regio Schleswig-Holstein nach Altona. Dafür eignet sich das Schleswig-Holstein Ticket hervorragend, da es auch die Nutzung der S-Bahnen beinhaltet. Aus Richtung Westerland fährt die Bahn direkt nach Altona, was die Anreise besonders komfortabel macht. Wenn man aus Richtung Kiel oder Flensburg kommt, ist ein Umstieg in die S-Bahn ab Dammtor nötig, aus Richtung Lübeck geht es ab dem Hauptbahnhof mit der S-Bahn weiter. Diese Verbindungen bringen dich schnell in das lebendige Herz von Altona, wo du die charmanten Straßen und Läden wunderbar zu Fuß erkunden kannst. Deine perfekte Verbindung und dein Ticket findest du auf www.bahn.de oder in der App DB Navigator.

TIPP 2: FRÜHSTÜCKE BEI MIKKELS

Kaum in Altona angekommen, führt mein Weg schnurstracks ins bezaubernde Café mikkels, wo mich die Inhaberin Nihal Ulug direkt sehr herzlich begrüßt. Der Duft von frischen Leckereien liegt in der Luft und verspricht ein himmlisches Frühstück. Von köstlichen Scones mit verschiedenen Marmeladen bis hin zu einem leckeren Auberginenaufstrich mit hausgemachtem Hummus – jedes Häppchen ist ein kleines Gedicht. Auch das süße Finale, der von Nihal persönlich kreierte San Sebastian Cheesecake, ist ein wahrer Traum. Ein perfekter Start in den Tag voller Genuss und Herzlichkeit – hier bin ich auf jeden Fall nicht das letzte Mal.



Vintage, Mode & Schmuck – Stöbern bei Klamottensen wird hier zum Erlebnis.



Konvolut ist wie ein liebevoll gepacktes Wundertütchen: In jeder Ecke wartet eine kleine Überraschung – voller Charme, Kreativität und Dinge, die du nicht gesucht hast, aber sofort liebst.



TIPP 3: BEGIB DICH AUF SHOPPING-SAFARI

Im Herzen von Altona, direkt neben dem Café mikkels, verbirgt sich ein kleines Juwel für alle Liebhaber*innen von Second-Hand-Mode: Klamottensen. Dieses charmante Geschäft lädt mit einer sorgfältig kuratierten Auswahl an Kleidung, Schmuck und Accessoires zum Stöbern ein. Nur wenige Schritte weiter wartet das schnuckelige Geschäft Konvolut schon darauf, von mir entdeckt zu werden. Ein Paradies für alle, die auf der Suche nach ausgefallenen Deko- und Geschenkartikeln sind. Schon das Schaufenster zieht mich mit seinen kreativen Arrangements an und verspricht mir eine bunte Vielfalt an außergewöhnlichen Stücken.



Die Altonaer Spirituosen Manufaktur ist ein echtes Herzensprojekt – mit Kupferdestille, Zitronenduft und viel Liebe zum Gin. Hier findet sogar zweimal wöchentlich ein Gin Tasting statt



TIPP 4: BESUCHE DIE ALTONAER SPIRITUOSEN MANUFAKTUR

Für mich als absolute Gin-Liebhaberin habe ich dieses echte Juwel entdeckt: die Altonaer Spirituosen Manufaktur. Ursprünglich in einer alten Tischlerei angesiedelt, ist diese Destillerie eine wahre Liebeserklärung an Portugal. Die portugiesischen Wurzeln des Gins spiegeln sich nicht nur im Geschmack, sondern auch in der wunderschönen Kachelkunst wider, die das Ambiente der Destillerie prägt. Im Herzen der Destillerie steht die glänzende Kupferdestille, die mit viel Liebe und Sorgfalt betrieben wird. Hier wird zweibis dreimal pro Woche destilliert, nachdem die sorgfältig ausgewählten Botanicals – darunter Zitronen aus Portugal und Orangen – mazeriert wurden. Diese handwerkliche Präzision verleiht Gin Sul seinen unverwechselbaren Charakter. Ihr mögt Gin genauso gerne wie ich? Dann nichts wie hin da.



Der Altonaer Balkon bietet atemberaubende Ausblicke und ist der ideale Ort, um für einen Moment die Seele baumeln zu lassen

TIPP 6: GENIESSE DIE AUSSICHT VOM ALTONAER BALKON

Zum Abschluss meines Tages in Altona führt mich mein Weg zum Altonaer Balkon, einem der wohl schönsten Aussichtspunkte der Stadt. Hier erwartet mich ein atemberaubender Blick auf den imposanten Hamburger Containerhafen. Mache es dir auf einer gemütlichen Parkbank gemütlich und lasse den Blick über das faszinierende Panorama schweifen. Der Altonaer Balkon ist der perfekte Ort, um den Tag ausklingen zu lassen und die beeindruckende Kulisse Hamburgs in vollen Zügen zu genießen.

TIPP 5: GÖNN' DIR EIN EIS BEI SCHLECKS

Inmitten des lebendigen Viertels Ottensen befindet sich dieser wahre Eiscreme-Traum. Diese Eisdiele ist nicht nur ein Ort, um köstliches Eis zu genießen, sondern auch eine kleine Reise in die eigene Kindheit, bei der lang ersehnte Träume wahr werden. Hinter Schlecks steht die Idee, dass im „Candyland“ alles möglich ist und Erwachsene wieder zu Kindern werden dürfen. Ich kann dem aktuellen Pistazienhype nicht widerstehen. Meine Wahl fällt daher auf die Kreation „Ice Breaker“ – eine verführerische Mischung aus Vanilleeis, Pistaziencreme und Honig-Salznüssen.

Willkommen im Candyland! Bei Schlecks wird Eiscreme zum absoluten Geschmackserlebnis



MEIN AUSFLUG NACH ALTONA & OTTENSEN

Altona und Ottensen sind ein echtes Must-See für einen Ausflug nach Hamburg – voller Charme, bunter Boutiquen und köstlicher Genüsse. Vom lebhaften Treiben bis zu entspannten Plätzen wie dem Altonaer Balkon bietet es eine perfekte Mischung aus Abenteuer und Erholung. Ein Besuch hier verspricht unvergessliche Momente.

So is(s)t Italien-APP

*Erlebe Italien in
deiner Küche,
jeden Tag, wann immer du willst!*

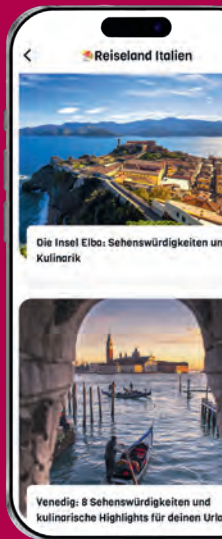
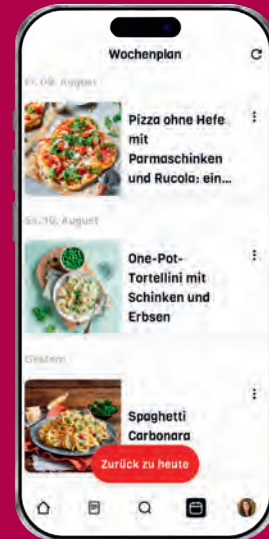
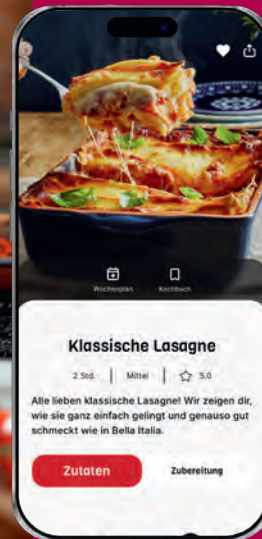
**APP LADEN
& LOSLEGEN!**



www.soisstitalien.de/kennenlernangebot

Tausende authentische
italienische Rezepte
für deine Genussmomente

Exklusive Reportagen
zu kulinarischen Hotspots
in Italien



Premium-Zugang zu
allen „So is(s)t Italien“-
Magazinen & Büchern

Schritt-für-Schritt-
Kochmodus, personalisierte
Wochenpläne & Kochbücher



FÜR KURZE ZEIT
60%
RABATT 19,99 €/Jahr*
statt 49,99 €

Von den Machern von *Europas
erfolgreichstem Magazin* rund
um italienischen Genuss

so isst
Italien

*Im ersten Jahr, danach 49,99 €/Jahr

AUTOS & TECHNIK

Es riecht nach Motoröl, Lederpolster und Nostalgie.
Also anschnallen, zurücklehnen und die Klassiker genießen!





NOK CLASSICS 2025 – KLASSIKER TREFFEN KLASSIKER

Am 17. Mai heißt es wieder: Motoren an, Herzen auf! In Sehestedt am Nord-Ostsee-Kanal startet die vierte Ausgabe der NOK Classics – das Oldtimertreffen mit Herz und Verstand. Unter dem Motto „Klassiker treffen Klassiker – für den guten Zweck“ versammelt sich alles, was rollt, glänzt und Geschichte schreibt: Historische Traktoren, PKW, LKW, Roller und Zweiräder aller Art.

Ab 11 Uhr sind alle Fahrzeugfans – mit oder ohne Oldtimer – herzlich willkommen. Eine Anmeldung ist nicht nötig, der Eintritt ist frei. Um circa 15 Uhr wartet dann das nächste Highlight: die große Tombola mit attraktiven Preisen.

Doch das Schönste: Hier wird nicht nur geschaut und gestaunt, sondern auch Gutes getan. Die Benefiz-Veranstaltung sammelt unter dem Motto „be a local hero“ Spenden für den guten Zweck – bereits über 30.000 Euro konnten in den letzten Jahren zusammengetragen werden. 2025 gehen die Erlöse an die ambulante Kinder- und Jugendhospizarbeit „Mein Anker“ in Rendsburg sowie an das Hospiz im Wohld in Gettorf. Was dich sonst noch erwartet? Leckeres Essen vom KanalTreff, Live-Musik und beste Stimmung – ein Tag für die ganze Familie.

Also: Oldie auf Hochglanz bringen oder einfach vorbeikommen, genießen und helfen. Sei dabei und werde ein „local hero“!

Foto: Adobe Stock



**AB 15 JAHREN AIXAM FAHREN
MIT MOPEDSCHEIN AM**



**Safe the Date:
Open Day, 10.05.25**

Modell Ambition:

- auch als E-Fahrzeug verfügbar
- auch als Truck mit Ladefläche lieferbar
- viele Modelle vor Ort

Autohaus Stien GmbH

Dörpstroot 27 | 24861 Bergenhusen
Fabrikstraße 1 | 24848 Kropp
www.autohaus-stien.de

Weitere Infos: www.autohaus-stien.de



KLASSIKER-TAGE 2025

OLDTIMERFANS PILGERN NACH NEUMÜNSTER

Am 24. und 25. Mai verwandeln sich die Holstenhallen in Neumünster erneut in ein Mekka für Liebhaber*innen klassischer Automobile. Die Klassiker-Tage Schleswig-Holstein bieten auch in diesem Jahr eine beeindruckende Plattform für Oldtimerfreund*innen aus dem Norden.

Mit über 150 Ausstellerinnen und Ausstellern und einer riesigen Ausstellungsfläche von insgesamt 45.000 Quadratmetern erwarten die Besucher*innen beeindruckende Einblicke in die Welt der Oldtimer. Die Sonderschau widmet sich diesmal japanischen Klassikern, ergänzt durch ein Treffen von LKW- und Busoldtimern, das für zusätzliche Highlights sorgt. Auch 2025 gibt es wieder spannende Veranstaltungen. Oldtimer werden auf der Startrampe der Württembergischen Versicherung präsentiert, und bei den Sonderausstellungen kann man zahlreiche Fahrzeuge bestaunen. Auf der privaten Fahrzeugbörse finden Autos neue Besitzer*innen, und der Teilemarkt lockt mit Zubehör und Ersatzteilen. Zahlreiche Clubs sind vor Ort und bieten den Besucher*innen die Gelegenheit zum Austausch.

STERNFAHRTEN UND MEHR

Die beliebten KTSH Sternfahrten nach Neumünster finden am Samstag statt. Von zwölf verschiedenen Startorten in Schleswig-Holstein, Hamburg und Mecklenburg-Vorpommern starten die Fahrerinnen und Fahrer mit ihren historischen Fahrzeugen (Mindestalter: 30 Jahre). Nach einem Frühstück und Benzingesprächen geht es über landschaftlich reizvolle Strecken direkt zu den Holstenhallen. Der Eintritt zur Messe ist in der Teilnahmegebühr enthalten. Erwachsene zahlen 10 Euro (VVK 8 Euro), ermäßigt (bei Anreise mit Oldtimer, mit Behindertenausweis, Kinder 8-17 Jahre) 6 Euro (VVK 5 Euro). Die Familienkarte (2 Erwachsene + 3 Kinder bis 17 Jahre) kostet 22 Euro (VVK 20 Euro). Die Veranstaltung ist am Samstag von 9 bis 18 Uhr und am Sonntag von 9 bis 17 Uhr geöffnet. Weitere Informationen gibt es unter www.ktsh.de.

Ein schöner Garten braucht Zeit –
und die besten Baustoffe.

Der neue Gartenkatalog ist da!



Jetzt blättern



**Bauzentrum
ZERSSSEN**

Ein Unternehmen der Schröder-Gruppe.
RENSBURG • HAMWEDDEL

Verblender

Fliesen

Holz

Pflastersteine

Werkzeug

Alles fürs Dach

Bodenbeläge

Malershop

Betontankstelle

Fenster & Türen

Berufsbekleidung

Garagentore

www.bauzentrum-zerssen.de

ARBEIT & AUSBILDUNG

Nimm deine Zukunft selbst in die Hand und lass dich auf den folgenden Seiten inspirieren!





DIE JUGEND- UND AUSZUBILDENDENVERTRETUNG

SPRUNGBRETT ZUR MITBESTIMMUNG

Du willst die Arbeitswelt mitgestalten und die Interessen deiner Kolleg*innen vertreten?
Dann ist die Jugend- und Auszubildendenvertretung (JAV) genau das Richtige für dich!
Erfahre, wie du Einfluss auf die Arbeitsbedingungen nehmen kannst und warum der nächste Schritt in deiner Karriere vielleicht die Mitarbeit in der JAV sein sollte.

WARUM EINE JAV UNVERZICHTBAR IST

In jedem Betrieb mit einem Betriebsrat und mindestens fünf jugendlichen Arbeitnehmer*innen oder Auszubildenden ist die Gründung einer Jugend- und Auszubildendenvertretung (JAV) nicht nur möglich, sondern gesetzlich vorgeschrieben. Die JAV sorgt dafür, dass die besonderen Interessen und Bedürfnisse der jungen Belegschaft nicht übersehen werden. Sie ist das Sprachrohr der jungen Arbeitnehmer*innen und Auszubildenden und kümmert sich um ihre spezifischen Anliegen.

DIE NÄCHSTE CHANCE: WAHLEN 2026

Wenn du dich für die JAV engagieren möchtest, dann markiere dir den Oktober und November 2026 im Kalender. In dieser Zeit finden die nächsten regulären Wahlen statt. Informiere dich rechtzeitig über die Voraussetzungen und Möglichkeiten, damit du bestens vorbereitet bist und deine Ideen einbringen kannst.

DIE ZUSAMMENSETZUNG ZÄHLT

Damit die JAV die Interessen der jungen Belegschaft effektiv vertreten kann, sollte sie sich aus Vertreter*innen verschiedener Beschäftigungsarten und Ausbildungsberufe zusammensetzen. Je nach Betriebsgröße variiert die Anzahl der Mitglieder. Wichtig ist, dass Mitglieder des Betriebsrats nicht in die JAV gewählt werden können, um eine klare Trennung der Aufgaben zu gewährleisten.

TEAMWORK MIT DEM BETRIEBSRAT

Die Zusammenarbeit zwischen der JAV und dem Betriebsrat ist entscheidend. Als Mitglied der JAV bist du in viele Entscheidungen eingebunden und kannst Maßnahmen beantragen, die direkt den jugendlichen Arbeitnehmer*innen und Azubis zugutekommen.

Gemeinsam mit dem Betriebsrat kannst du deine Stimme erheben und Veränderungen bewirken.

VIelfÄLTIGE AUFGABEN DER JAV

Die JAV hat zahlreiche Aufgaben und Pflichten. Neben der Beantragung von Maßnahmen beim Betriebsrat gehört es zu ihren Aufgaben, die Einhaltung von Arbeitsgesetzen und Tarifverträgen zu überwachen. Zudem ist die JAV ein wichtiger Ansprechpartner für alle Fragen rund um die Berufsbildung und sorgt dafür, dass die Anliegen der jungen Belegschaft Gehör finden.

IMMER NAH AM PULS DER ZEIT

Um die Interessen der jungen Belegschaft optimal zu vertreten, ist es wichtig, den Kontakt zu den Jugendlichen und Azubis zu pflegen. Dazu kannst du regelmäßige Fragebogenaktionen durchführen, persönliche Gespräche in den Abteilungen führen oder zu JAV-Versammlungen einladen. In größeren Betrieben sind sogar regelmäßige Sprechstunden möglich, um aktuelle Themen schnell zu identifizieren und anzugehen.

DEINE CHANCE AUF MITBESTIMMUNG

Die Mitarbeit in der Jugend- und Auszubildendenvertretung ist eine wertvolle Erfahrung, die dir nicht nur Einblicke in betriebliche Abläufe gibt, sondern auch die Möglichkeit bietet, aktiv an der Gestaltung deiner Arbeitsumgebung mitzuwirken. Nutze die Chance, die Arbeitsbedingungen für dich und deine Kolleg*innen zu verbessern und werde Teil eines engagierten Teams, das sich für die Rechte und Interessen der jungen Belegschaft stark macht. Weitere Infos zu dem Thema findest du unter www.betriebsrat.com.



JOBMESSE TALENT TRANSFAIR

DEINE CHANCE FÜR DEN KARRIERESTART!

Am 22. Mai ist es endlich wieder soweit: Auf dem Campus der Christian-Albrechts-Universität Kiel findet wieder die jährliche Jobmesse talent transfair statt. Von 10 bis 17 Uhr präsentieren sich über 100 Ausstellende aus verschiedensten Branchen direkt auf dem Vorplatz des Audimax und in den angrenzenden Bereichen.

Hier hast du die ideale Gelegenheit, mit interessanten Unternehmen ins Gespräch zu kommen, dich über aktuelle Stellenangebote zu informieren und wertvolle Kontakte für deine Karriere zu knüpfen. Das Career Cen-

ter bietet Beratung und kostenlose Bewerbungsmappenchecks, das Ehemaligen-Netzwerk CAU:CONNECT lädt zu Spaß mit der Fotobox und kostenlosen Bewerbungsfotos ein. Beim Speed-Recruiting

kannst du in einer Stunde sechs verschiedenen Unternehmen kennenlernen und alle Fragen loswerden, die dir wichtig sind. Eine Stärkung gibt es am Coffee-Piano von Kiel.Works by Kieler Wirtschaftsförderung mit kostenlosen Kaffeevariationen und bei gutem Wetter kannst du dir ein leckeres veganes Eis von Liseis gönnen. Noch mehr Argumente? Dann nutze deine Chance und gewinne Karten für ein spannendes THW-Spiel.

Alle Infos findest du unter:
www.cau.talent-transfair.de



SCANNE DEN QR-CODE,
UM DAS PROGRAMM
AUFZURUFEN!



LEBENSLANGES LERNEN

Man lernt nie aus – in diesem Spruch steckt gerade in Bezug auf die Arbeitswelt viel Wahres.

Mit dem Recht auf Bildungsurlaub fördert der Staat die Initiative von Angestellten zum lebenslangen Lernen. Beim Bildungsurlaub handelt sich um eine gesetzlich geregelte, bezahlte Freistellung im derzeitigen Job, um sich weiterzubilden. Arbeitnehmende in fast allen Bundesländern haben Anspruch darauf. Fünf Tage Bildungsurlaub jährlich stehen den meisten Vollzeitbeschäftigten zu, in Teilzeit anteilig, und das jedes Jahr aufs Neue. Arbeitgeber zahlen in dieser Zeit weiterhin Gehalt, die Seminarkosten tragen die Beschäftigten. Der Bildungsurlaub dient der Weiterbildung, die berufsspezifisch sein kann, aber nicht zwingend sein muss. Auf der Internetseite www.bildungsurlaub.de können sich Interessierte aus mehr als 14.000 Veranstaltungen von mehr als 500 anerkannten Bildungsträgern die passende aussuchen. Der Bildungsurlaub muss frühzeitig, meist vier bis sechs Wochen vor Beginn, beim Arbeitgeber beantragt werden und zudem in dem Bundesland, in dem man arbeitet, anerkannt sein. Nach der Auswahl eines Kurses erhalten die angehenden Teilnehmenden eine Anerkennungsbestätigung vom Anbieter. Sie muss zusammen mit dem Antrag beim Arbeitgeber eingereicht werden. Während der Bildungsurlaub läuft, wird das Gehalt weitergezahlt. Die Seminargebühren variieren: Es gibt einige kostenlose Angebote, während andere Kurse mehrere Tausend Euro kosten können. Die Durchschnittsausgaben pro Bildungsurlaub liegen bei etwa 500 Euro.

Foto: Adobe Stock





REGIONAL.
PERSÖNLICH.

Ihr Hausverkauf in den besten Händen.

Robert-Mario Hirschmann, Immobilienberater
Mathias Schlichting, Immobilienberater

Sie haben nur einmal die Chance, Ihre Immobilie zu verkaufen. Sprechen Sie mit dem Marktführer.

☎ 04331 595 - 9111

✉ s-immobilien@spk-mittelholstein.de

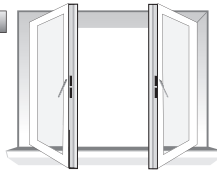
Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Mittelholstein AG

WISSER GmbH

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






Wir erstellen Ihnen gerne
ein kostenloses Angebot!

Wisser GmbH
 Hollerstraße 105
 24782 Büdelsdorf

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

www.wisser-buedelsdorf.de

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Hier kommen neue Wohntrends, die frischen Wind und inspirierende Ideen für dein Zuhause bringen!





MEHR ALS GRILLEN WMF GOES OUTDOOR

Kochen und Genießen unter freiem Himmel ist der Luxus des Sommers. Mit einem eigenen Outdoor-Küchensortiment bringt WMF seine Expertise in Sachen Premium-Kocherlebnisse in den Garten.

Die Küchen überzeugen mit zeitlosem Design und einer hochwertigen Ausstattung. Dank der modularen Bauweise können sie nahezu jede Freifläche in ein exklusives Gourmet-Paradies verwandeln. Herzstück des Lineups ist die WMF Plancha Edition One, verfügbar in drei Größen.

Anders als herkömmliche Grills bietet die gusseiserne Platte nahezu unbegrenzte Möglichkeiten bei der Zubereitung aromatischer Gerichte – von veggie bis deftig oder süß. Dank patentierter Fusiontec-Legierung eignet sich die Plancha perfekt zum Anbraten von Speisen aller Art und erweist sich zudem als außerordentlich pflegeleicht. Ob als Teil

einer Küche oder einzeln, mit Wagen oder ohne: Die WMF Plancha Edition One ist eine Bereicherung für alle, die mehr wollen als nur Grillen.

MODULARE DESIGNS

Dank des modularen Designs und verschiedener Ausstattungsmöglichkeiten wird der individuelle Traum vom eigenen Outdoor-Gourmet-Paradies auf beinahe jeder Freifläche wahr. Alle verfügbaren Konfigurationen sehen Platz für eine gusseiserne WMF Plancha Edition One vor, die mit ihrer Vielfalt an Zubereitungsoptionen, erstklassigen Materialeigenschaften und ultraleichter Reinigung überzeugt.



Die WMF Plancha Edition One-Sets sind seit März erhältlich:

Set 1: WMF Plancha mit Deckel und Haube
45 cm: 699 Euro (UVP)
60 cm: 799 Euro (UVP)
75 cm: 899 Euro (UVP)

Set 2: WMF Plancha mit Deckel, Haube und Wagen
45 cm: 1.199 Euro (UVP)
60 cm: 1.299 Euro (UVP)
75 cm: 1.499 Euro (UVP)

Pizzaiolo Pro: 599 Euro (UVP)



MEINE NEUE KÜCHE



AKTIONSPREISE!

Made in Germany



Made in Germany

Besuchen sie unsere große Küchenausstellung

Küchencentrum
Rendsburg

Friedrichstädter Straße 26
Tel.: 04331 45063
www.kuechencentrum-rendsborg.de

GRUSS DER HEIMAT, VON UNS GERETTET.

Leuchtturm Roter Sand – das weltweit erste Bauwerk auf offener See. Mehr über die Geschichte dieses Denkmals: dieganzegeschichte.de
Eines von vielen tausend geförderten Denkmalen.



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

Spendenkonto
IBAN: DE71 500 400 500 400 500 400
BIC: COBA DE FF XXX, Commerzbank AG
www.denkmalschutz.de



DEUTSCHE STIFTUNG
DENKMALSCHUTZ

Wir bauen auf Kultur.



BALKON FOR BEGINNERS

Mit diesen pflegeleichten Balkonpflanzen kannst du auch ohne grünen Daumen einen blühenden Balkon genießen.

Der Mai ist perfekt, um den Balkon wieder auf Vordermann zu bringen. Vor Nachtfrost sind wir gefeit und die Sommerbepflanzung kann losgehen! Für alle, die ihren Balkon mit etwas Grün beleben möchten, aber kei-

ne Zeit für intensive Pflege haben, gibt es gute Nachrichten: Einige Balkonpflanzen benötigen nur wenig Aufmerksamkeit und sorgen dennoch für frische Atmosphäre.

IN DER PRALLEN SONNE

Ein Südbalkon ist der Traum aller vergesslichen Gärtner*innen. Mediterrane Schönheiten wie Lavendel, Rosmarin oder der Olivenbaum fühlen sich hier zu Hause. Mit gelegentlichem Gießen und Bedarf nach viel Sonnenschein sind sie nicht nur pflegeleicht, sondern auch sehr langlebig.

EIN (EHER) SCHATTIGES PLÄTZCHEN

Für Balkone mit Ost- oder Westausrichtung eignen sich Pflanzen wie das Fleißige Lieschen hervorragend. In verschiedenen Farben erhältlich, bringt es Farbe auf den Balkon. Auch die Herzblättrige Schneeflockenblume und üppige Lobelien sorgen für eine lang anhaltende Blütenpracht im Halbschatten. Ist dein Balkon nach Norden ausgerichtet, fühlt sich dort die Hortensie wohl. Die opulenten Sträucher gibt es in vielen Farben, die deinen Balkon im Nu verschönern. Auch die schöne Prachtspiere kommt mit wenig Licht und Pflege aus.

Foto: Adobe Stock

ES WERDE LICHT!

Von Sonnenuntergang bis Unterwasserwelt – auf dem Markt finden sich einige unkonventionelle Leuchten, die versprechen, unseren Räumen ein ganz besonderes Ambiente zu verleihen. Dies sind die Lieblinge aus der Redaktion:

Licht beeinflusst nicht nur die Atmosphäre eines Raumes, sondern auch unsere Stimmung. Besonders beeindruckend sind spezielle Leuchten, die über herkömmliche Beleuchtung hinausgehen.

STIMMUNGSVOLLE SONNENUNTERGÄNGE

Die Sunset-Lampe simuliert ziemlich authentisch die warmen Farben eines Sonnenuntergangs und macht auch an trüben Tagen warme Gedanken. Im Wohnzimmer oder in der Küche installiert, schafft sie eine entspannte Atmosphäre, ideal für eine Auszeit bei einer Tasse Kaffee. Sie ist nicht nur funktional, sondern auch ein dekorativer Blickfang, der den Raum in eine Wohlfühloase verwandelt.

UNDER THE SEA

Wer Entspannung und Ruhe sucht, findet in der Underwater-Lampe ein tolles Gimmick. Die Lampe projiziert fließende Wasserwellen an Wände und Decken und wirkt beruhigend. Bei einigen Modellen lässt sich sogar die Farbe des Lichts über eine Fernbedienung anpassen. Diese Lampe eignet sich hervorragend für Entspannungsbereiche wie Schlaf- oder Badezimmer, da die sanfte Bewegung der Lichtwellen zum Abschalten einlädt. Ergänzt durch stimmungsvolle Lounge-musik oder meditative Klänge fühlst du dich beinahe wie in einer anderen Welt – und das im eigenen Zuhause.



Fotos: falkmedia Regional / Maya Schultes / Kristina Krüger

DIE OUTDOORSAISON IST ERÖFFNET

Alles neu macht der Mai: Im hagebaumarkt Rendsburg gibt es seit Kurzem eine weitläufige Angel-, Camping- und Caravanabteilung. Perfektes Timing, denn die steigenden Temperaturen machen Lust, wieder mehr Zeit im Freien zu verbringen.



Fachverkäufer Hans-Otto Köhler zeigt eine der aktuellen Bestseller-Angeln: die Anaconda Magist Girl der Marke Saenger für 71,99 Euro



In den vergangenen Wochen war im **hagebaumarkt Rendsburg** einiges los: Nicht nur die Fassade des Eingangsbereichs hat einen frischen Anstrich erhalten. Auch im Inneren ist viel passiert.

DAS NÄCHSTE CAMPINGABENTEUER WARTET

So ist die Angel- und Campingabteilung in den vorderen Bereich neben die Elektronik umgezogen. Zudem sind viele neue Produkte dazugekommen, sodass sich das Sortiment um rund die Hälfte verdoppelt hat. Von Einstiegsmodellen bis hin zu Profirollen finden leidenschaftliche Angler*innen hier alles, was das Herz begehrt. Wer bereits das nächste Outdoorabenteuer im Sommer plant, erhält im hagebaumarkt die passende Ausstattung wie Zelte, Schlafsäcke, Isomatten, Gaskocher, Kühlboxen und vieles mehr. Was nicht vorrätig ist, kann problemlos bestellt werden.

ALLES FÜR DEINEN CARAVAN

Ganz neu im Markt ist das Caravansortiment, das den Angel- und Campingbereich perfekt ergänzt. Die neue Abteilung bietet beispielsweise Tische und Stühle, die leichter sind als klassische

Campingmöbel und damit ideal für Caravans, oder Melamin- und Magnetgeschirr, das beim Transport garantiert heil bleibt. Und wer sich vorab von zu Hause aus einen Überblick verschaffen machen möchte, kann dies seit Kurzem besonders einfach.

BEQUEM SHOPPEN MIT DER HAGEBAU APP

Dank der hagebau App können Kund*innen auf viele praktische Leistungen zugreifen: Sobald du deinen Markt ausgewählt hast, siehst du alle vorrätigen Produkte und kannst diese bei Bedarf reservieren. Nach vier Stunden ist dein gewünschtes Produkt abholbereit und steht drei Tage lang für dich bereit. Darüber hinaus warten jede Woche fünf neue Coupons auf dich, mit denen du ordentlich sparen kannst. Im Markt angekommen, hast du die Möglichkeit, mit der App jeden Barcode eines Artikels einzuscannen und siehst so direkt den Preis. Besitzer*innen der Partner Card können diese bequem in der App hochladen und sparen wie gewohnt drei Prozent auf jeden Einkauf.

Komme vorbei in der Friedrichstädter Straße 1-7 und statt dich jetzt für die Outdoorsaison aus!

ENERIX KIEL

DEINE SOLARPROFIS AUS DER REGION

Mit enerix Kiel bietet ein Unternehmen, das sich auf die Installation von Solaranlagen spezialisiert hat, maßgeschneiderte Lösungen für Eigenheimbesitzer*innen.



Alexander Bröker, der Gründer von enerix Kiel, treibt mit seinem Unternehmen die Energiewende voran

enerix Kiel ist Teil der renommierten Fachbetriebskette enerix, die seit 2007 in Deutschland und Österreich Photovoltaikanlagen, Stromspeicher und Wallboxen realisiert. Als regionaler Handwerksbetrieb bietet das Team seinen Kundinnen und Kunden umfassendes Fachwissen und optimalen Service direkt vor Ort – von der ersten Beratung bis zur schlüsselfertigen Installation.

WARUM EIN REGIONALER FACHBETRIEB DIE BESTE WAHL IST

Mit bereits 300 installierten Anlagen in der Region Kiel hat sich enerix als verllässlicher Partner einen Namen gemacht. Doch warum sollte man sich für einen regionalen Fachbe-

trieb wie enerix Kiel entscheiden? Hier bekommst du alles aus einer Hand! Beratung, Planung, Installation und Inbetriebnahme erfolgen gebündelt und effizient durch ein hauseigenes Planungs- und Installationspersonal. enerix garantiert dadurch eine hohe Qualität und kurze Wege. Die Solaranlagen sind keine Standardpakete, sondern individuell auf deine Gegebenheiten optimierte Lösungen. Mit einem reibungslosen und strukturierten Ablauf sowie zuverlässigen Terminen setzt enerix auf eine schnelle Umsetzung. Dabei wird die persönliche Betreuung großgeschrieben: Eine feste Ansprechperson steht dir während des gesamten Projekts zur Seite und bleibt auch danach

dein Ansprechpartner – sei es für Service, Reparaturen oder Erweiterungen. Interessiert an einer Solarlösung? Du bekommst eine unverbindliche und kostenlose Beratung. Vereinbare einfach einen Termin unter Tel.: 0431 / 69 66 68 57, per E-Mail an kiel@enerix.com oder über die Website www.enerix.de. Alternativ kannst du bei dem nächsten Infoabend am 21. Mai um 18 Uhr dabei sein. Dann stehen Expertinnen und Experten bereit, um deine Fragen in einer gemütlichen Atmosphäre bei leckeren Häppchen und Getränken zu beantworten. Entdecke die Vorteile der Solarenergie für dein Zuhause mit enerix Kiel – für eine nachhaltige Energielösung!

INFOABEND RUND UM PHOTOVOLTAIK & STROMSPEICHER

ALLES AUS EINER HAND TOP SERVICE QUALITÄTSPRODUKTE

Mittwoch, 21.05.2025, 18 Uhr
Speckenbeker Weg 130, 24113 Kiel

Erfahren Sie alles über Photovoltaik, Stromspeicher und Energiemanagement für eine autarke Energieversorgung – bei Snacks und Getränken in entspannter Atmosphäre!

enerix

Kiel

Jetzt kostenloses Ticket sichern!
Einfach den QR-Code scannen oder auf
enerix.de anmelden.



enerix Kiel · Speckenbeker Weg 130 · 24113 Kiel
0431 696 668 57 · kiel@enerix.com · www.enerix.de



enerix Kiel



enerix_kiel



Große Auswahl bei der Lüftung
gibt es im Küchenstudio Holling

VON UNÜBERSEHBAR ZU (FAST) UNSICHTBAR

In der Küchenplanung bietet kein anderes Produktsegment so viel Auswahl- und Gestaltungsfreiheit wie die Lüftung. Zu den auffallenden Design-Modellen für Decke, Wand und Insel gesellen sich jede Menge Kochfeldabsaugungen. Diese sind erst auf den zweiten Blick zu erkennen und saugen den Kochdunst nach unten ab.

Im **Küchenstudio Holling** sind diverse Modelle von Herstellern wie Miele, Falmec, Neff, Berbel, Bosch und Siemens zu sehen. Bei der Küchenplanung nimmt sich das Team viel Zeit für eine fachgerechte und individuelle Beratung. Wer sich einen Eindruck verschaffen möchte, dem bietet der 360°-Rundgang auf der Website einen umfassenden Überblick.

Infos unter www.kuechen-rendsburg.de

KüchenStudio
HOLLING
Büchelshof

BERATUNG · PLANUNG · VERKAUF · EINBAU

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



STILVOLLER RAUMGEWINN FÜR JEDES ZUHAUSE

Schiebetüren gewinnen in der Inneneinrichtung immer mehr an Beliebtheit. Sie sparen wertvollen Platz, da sie sich elegant zur Seite schieben, anstatt sich in den Raum zu öffnen. Dabei bringen die verschiebbaren Varianten noch eine ganze Reihe von Vorteilen mit sich: Sie setzen ein optisches Highlight in jeder Wohnung, sind deutlich barrierefreier und verbinden Räume auf fließende Weise miteinander. Außerdem stellen sie oft eine smarte Lösung dar, wenn für eine konventionelle Tür der Platz zu knapp ist.

PRAKTISCH UND STYLISH ZUGLEICH

Geschickt eingesetzt, vergrößern Schiebetüren die Wohnfläche spürbar. Der Grund dafür: Die Türflügel belegen beim Öffnen keinen Stellplatz im Raum, sondern fahren an der Wand entlang. Gleichzeitig werden die lautlosen Gleiter als stylische Gestaltungselemente geschätzt, die eine individuelle Note in jede Inneneinrichtung bringen.

Neue Küchenideen finden Sie bei uns



Quelle: Sedus.



Mehr Raum für Ihren Erfolg.
Dienstleistungen für effiziente
und kreative Arbeitswelten.



Experten für individuelle Arbeitswelten

wir sind raum

Flensburg · Hamburg · Heide · Kiel · Rendsburg

WOHNEN & WOHLFÜHLEN



3 X SOMMER IN DER BUDE

Eine sommerliche Einrichtung wie im Strandhaus führt zwangsläufig zu Good Vibes. Wir zeigen dir, wie du den maritimen Look umsetzt.

1. Farben: Sand, Blau und Weiß. Natürlich kommt uns als Erstes Strand und Meer in den Sinn, wenn wir an Urlaub denken. Und mit genau diesen Farben holen wir uns das Gefühl direkt ins eigene Zuhause. Meeres-, Himmelsblau sowie Türkistöne ergänzen sich herrlich zu Creme-, Beigetönen und natürlich zu Weiß. Auch dunklere Nuancen wie nasser Sand sind gern gesehen.

2. Einrichtung: Massive und dunkle Möbel sind ein No-Go. Setze lieber auf einzelne Highlights, lasse viel Raum für Licht und dekoriere mit Naturmaterialien. Das können sowohl Seegraskörbe sein als auch einzelne Kissen im Boho-Look. Erlaubt ist hier, was gefällt. Couchtische oder Regale aus hellem Holz sowie mediterrane Pflanzen finden hier gut ihren Platz.

3. Textilien: Bei den Textilien setzt du am besten ebenfalls auf Naturfasern: Leinen, Wolle, (Bio-)Kaschmir oder auch Musselinstoffe sind essenziell für den Strandlook. Wir empfehlen auch hier in einer Farbfamilie zu bleiben, damit der Look nicht überladen wirkt.



Dieser Schmetterling
braucht Ihre Hilfe!



bund-sh.de/spenden

Foto: Unsplash/Somme Hiles



WOHNEN & WOHLFÜHLEN

TRADITION TRIFFT INNOVATION IM NORDEN

Seit ihrer Gründung im Jahr 1969 hat sich die **Hans Eggert Fahl GmbH**, besser bekannt als **HEFA**, zu einem führenden Anbieter von Rollläden, Sonnen- und Sichtschutzlösungen, Markisen, Terrassendächern und Garagentoren entwickelt. Mit dem Hauptsitz in Kremperheide und weiteren Standorten in Kiel, Büdelsdorf und Rostock ist das Unternehmen fest im Norden Deutschlands verankert. Die Produktionsstätte in Kremperheide wird heute von der zweiten und dritten Generation geführt und steht für kontinuierliche Weiterentwicklung und Qualität. HEFA setzt auf innovative Lösungen und modernen Service. Nach einer umfassenden Umbauphase eröffnet nun die neue Ausstellung in Kiel, in der die neuesten Produkte und Technologien präsentiert werden. HEFA bleibt ein verlässlicher Partner für hochwertige Lösungen im Bereich Sonnenschutz und mehr.

www.hefa-fahl.info

Foto: fallkmedia Regional

FRISCH GEMACHT!

Die 3 besten Tipps, um dein Sofa wieder strahlen zu lassen

1. KRÜMEL, STAUB & CO. – RAN AN DEN STAUBSAUGER!

Bevor du mit Wasser oder Reinigern loslegst, gilt: erstmal gründlich absaugen. Nutze dafür am besten die Polsterdüse deines Staubsaugers – auch die Ritzen nicht vergessen (Tipp: ein schmaler Aufsatz wirkt hier Wunder). So entfernst du Staub, Haare und Essensreste im Handumdrehen.

2. FLECKENALARM? HAUSMITTEL RETTEN DEN TAG!

Kaffee, Rotwein oder Tomatensauce – das Sofa sieht alles. Bei frischen Flecken hilft oft schon Mineralwasser oder ein Spritzer Essigwasser (Achtung bei empfindlichen Stoffen – vorher an unauffälliger Stelle testen). Tupfen statt reiben ist die goldene Regel – sonst verteilt sich der Fleck nur noch mehr.

3. TEXTILPFLEGE DELUXE – EINMAL SCHAUM, BITTE!

Für eine Tiefenreinigung sorgt ein spezieller Polsterschaum aus dem Drogeriemarkt. Einfach aufsprühen, einwirken lassen und mit einem sauberen, feuchten Tuch abwischen. Für Ledersofas gilt natürlich: nur Produkte verwenden, die dafür geeignet sind – sonst wird's schnell rissig statt schick.

Extra-Tipp: Wenn's schnell gehen muss: ein Mikrofasertuch mit etwas lauwarmem Wasser ist oft dein bester Freund – sanft, effektiv und immer griffbereit.



Foto: Adobe Stock



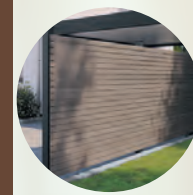
Fassaden



Terrassendielen



Bodenbeläge



Zäune



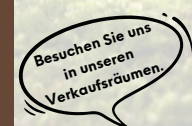
Innentüren



Fenster & Haustüren



Bauholz



www.gehlsen.de
Büsumer Str. 106-114, Rendsburg
© f

GESUNDHEIT & WELLNESS

Der Wonnemonat Mai belebt Körper und Geist. Vor allem Sport, gesunde Ernährung und die längeren Tage heben unsere Stimmung und fördern das Wohlbefinden.



NEU AB MAI: OSTEOPATHIE BEI PHYSIOFIT BÜDELSDORF

Wenn klassische Therapien nicht mehr ausreichen, kann ein ganzheitlicher Ansatz den Unterschied machen – wie bei der Osteopathie. Physiofit Büdelsdorf bietet jetzt genau diese neue Möglichkeit der Behandlung an.



Schon alles ausprobiert und die Schmerzen bleiben? Dann lohnt sich ein Blick auf das neue Angebot bei Physiofit Büdelsdorf. Jetzt gibt es dort eine zusätzliche Therapieform – Osteopathie. Möglich macht das eine neue Kollegin im Team, die als Heilpraktikerin und Osteopathin arbeitet. Osteopathie setzt auf sanfte Techniken und behandelt den Körper ganzheitlich. Ziel ist es, Blockaden zu lösen, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Beschwerden an der Wurzel zu packen – ganz ohne Medikamente. Ob Bewegungsapparat, Organe oder Bindegewebe: Alles

wird im Zusammenhang betrachtet, um ein individuelles und nachhaltiges Behandlungskonzept zu ermöglichen. Besonders hilfreich ist Osteopathie zum Beispiel bei Schulter- und Nackenschmerzen, Kopfschmerzen, Sportverletzungen, Kribbeln in Armen oder Beinen, Verdauungsproblemen, Schlafstörungen, Schwindel oder Atembeschwerden – also bei vielen Beschwerden, bei denen klassische Therapien oft nicht mehr weiterhelfen.

WEITERE LEISTUNGEN

Neben der Osteopathie stehen bei

Physiofit Büdelsdorf weiterhin bewährte Leistungen zur Verfügung: Krankengymnastik (auch gerätegestützt), manuelle Therapie, neurologische Behandlungen (PNF, Bobath), manuelle Lymphdrainage, klassische Massagen, Fangopackungen und CMD-Behandlungen für den Kiefer. Termine sind zeitnah möglich. Weitere Infos gibt's auf der Website oder im Gespräch mit dem behandelnden Arzt oder der behandelnden Ärztin. Und wer regelmäßig Tipps für mehr Wohlbefinden im Alltag sucht, wird auch auf Instagram fündig: @physiofit_buedelsdorf.

Foto: Adobe Stock

DEINE **PHYSIOPRAXIS** IN BÜDELSDORF

- **KRANKENGYMNASTIK**
- **KRANKENGYMNASTIK AM GERÄT**
- **KRANKENGYMNASTIK BOBATH / PNF**
- **KLASSISCHE MASSAGETHERAPIE**
- **MANUELLE THERAPIE**
- **MANUELLE LYMPHDRAINAGE**
- **WÄRME- & KÄLTETHERAPIE**
- **OSTEOPATHIE**



Dr. Sandra Luzniak-Jarr
und Partner



UNSER SPEKTRUM:

Prophylaxe:

Grundlage unserer Zahnheilkunde

Behandlung:

schonend, schmerzlos, einfühlsam

Füllungen, Kronen, Brücken:

zahnfarben, metallfrei

Cerec 3 D:

Keramikfüllungen, -kronen in einer Sitzung,
ohne Abdruck

Implantologie / Parodontologie:

ggf. mit Knochenaufbau

Praxislabor:

Präzision & Ästhetik – nah am Patienten, mit
modernster CAD/CAM-Computertechnik



WINGS FOR LIFE WORLD RUN 2025 IN KIEL GEMEINSAMLAUFEN FÜR DEN GUTEN ZWECK

Am 4. Mai fällt in Kiel der Startschuss für den globalen Wings for Life World Run. Bereits zum vierten Mal richten Saltwater, Love-My.Earth (LME) und Kiel-Marketing dieses besondere Event aus. Der Clou: Sämtliche Startgelder und Spenden fließen direkt in die Forschung, um Rückenmarksverletzungen zu heilen.

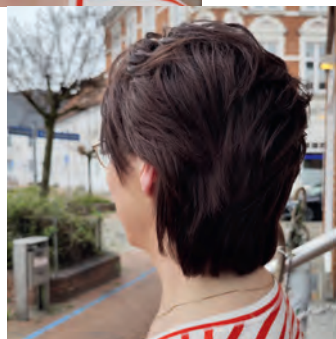
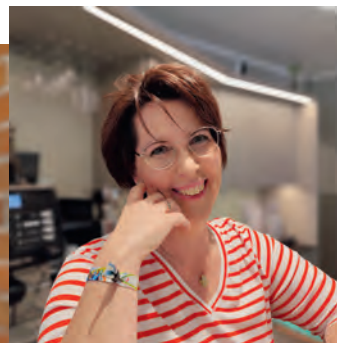
Der Wings for Life World Run zeichnet sich durch sein einzigartiges Format aus. Anstelle einer festen Ziellinie bestimmt ein Catcher Car, ein virtuelles Fahrzeug, das sich nach einer festgelegten Zeit bewegt, das Ende des Rennens für alle Teilnehmenden. Egal ob Freizeitläufer*in, Rollstuhlfahrer*in oder Marathonprofi – jede Anmeldung zählt, jeder gelaufene Kilometer trägt zur wertvollen Forschung bei. Der Lauf in Kiel beginnt um 13 Uhr und führt auf einem 1,5 Kilometer langen Rundkurs um den Kleinen Kiel und durch die historische Innenstadt. Teilnehmende können ihre Startnummern bereits ab 10 Uhr im Saltwater Shop Kiel in der Kehdenstraße abholen und sich auf den Lauf einstellen.

LAUFEN, WO DU WILLST

Nicht nur in Kiel, sondern weltweit können Läufer*innen am Wings for Life World Run teilnehmen. Wer nicht vor Ort sein kann, hat die Möglichkeit, dem Team Saltwater beizutreten und so von jedem Ort der Welt aus Teil dieses globalen Events zu sein. Timo Perschke, Geschäftsführer der LME Retail GmbH und Betreiber der Saltwater Shops, hebt die Bedeutung des Laufs für Kiel hervor: „Der Wings for Life World Run steht für Gemeinschaft, Solidarität und sportlichen Ehrgeiz. Wir sind stolz, diesen besonderen Lauf erneut nach Kiel zu bringen und mit starken Partnern sowie der lokalen Lauf-Community die Rückenmarksforschung zu unterstützen.“ Mehr Infos und Anmeldung unter www.wingsforlifeworldrun.com

WIRBEL SIND ZUM NUTZEN DA!

Sylvia aus Westerrönnfeld hat die Umstylings regelmäßig verfolgt – immer mit dem Gedanken: „Vielleicht bin ich ja auch mal dabei!“ Jetzt ist es so weit.



Wie bei jedem Umstyling beginnt alles mit der professionellen Beratung von Friseurmeisterin Britta. Ihr geschulter Blick erkennt sofort: ein schmales, längliches Gesicht, kräftiges Haar – und jede Menge Wirbel. Die bisherige Frisur? Eher ein Kopfhörer als ein Haarschnitt: „Das bin ich nicht!“, meint Sylvia. „Wir brauchen Struktur – und eine Frisur mit Handling!“, entscheidet Britta. Auch die Augenbrauen werden direkt mitgedacht.

Nach dem Waschen geht's los: Mit nur einer, aber sehr guten Schere und einem Messer bringt Britta Bewegung ins Haar. Das wild lebendige Eigenleben wird gezähmt – aber nicht gebändigt. „Das sieht ja jetzt schon toll aus!“

Ein sanfter Kupfertön sorgt für Wärme. Während die Farbe einwirkt, übernimmt Top-Stylistin Hacer das Make-up – und

bringt Sylvias natürliche Schönheit zum Leuchten. Mit feinem Gespür betont sie die braunen Augen, setzt Highlights mit einem sanften Schimmer auf Lid und Wange und formt die Brauen präzise nach. Das Ergebnis ist frisch, modern – und trotzdem ganz dezent.

Beim Finish wird geföhnt, geformt, gefestigt. Das Ergebnis: locker, typgerecht – und ganz Sylvia. Britta strahlt: „Ein ganz neuer Blick – und das bei fast gleicher Länge!“

UMSTYLING GEFÄLLIG?

Wenn du jetzt auch Lust auf einen neuen Style und einen frischen Look bekommen hast, bewirb' dich hier für dein persönliches Umstyling:

redaktion@rendsburgerleben.de

Britta & Mario Müller, Paradeplatz 6, Rendsburg, Tel.: 04331/12 37 13, www.bm-rd.de

Alles außer gewöhnlich!

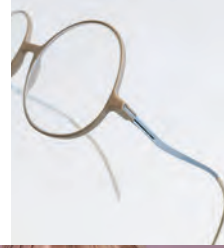


Echte Optiker. Seit 1973.

C/o Optik Dreske
Jungfernstieg 11 – 13
24768 Rendsburg
Tel. 0 43 31-2 46 28
Fax 0 43 31-33 62 04
optik-dreske.de

WIR SIND MEHR
ALS BRILLE

GESUNDHEIT & WELLNESS



Die neuen
minimalistischen
Modelle
der Marke Götti
aus der Schweiz

Noch bis zum 31.5.
150 € beim
Gleitsichtkauf sparen!*

*ab einem Einkaufswert
von 750 €



AUFREGEND SCHÖNE BRILLENMODE

Kennst du das? Du siehst sowohl in der Nähe, als auch in der Ferne nicht mehr scharf und willst nicht ständig zwischen verschiedenen Brillen wechseln? Dann ist eine Gleitsichtbrille von Optik Dreske die richtige Wahl – aktuell zu stark reduzierten Preisen.

Brillen sind heutzutage weit mehr als nur ein Mittel zum Zweck. Sie sind Sehhilfe, Kunstwerk und Fashion-Statement in einem und unterstreichen die individuelle Persönlichkeit ihrer Träger*innen. **Optik Dreske** hilft dir dabei, das für dich perfekte Modell zu finden.

AUGENOPTIK AUS LEIDENSCHAFT

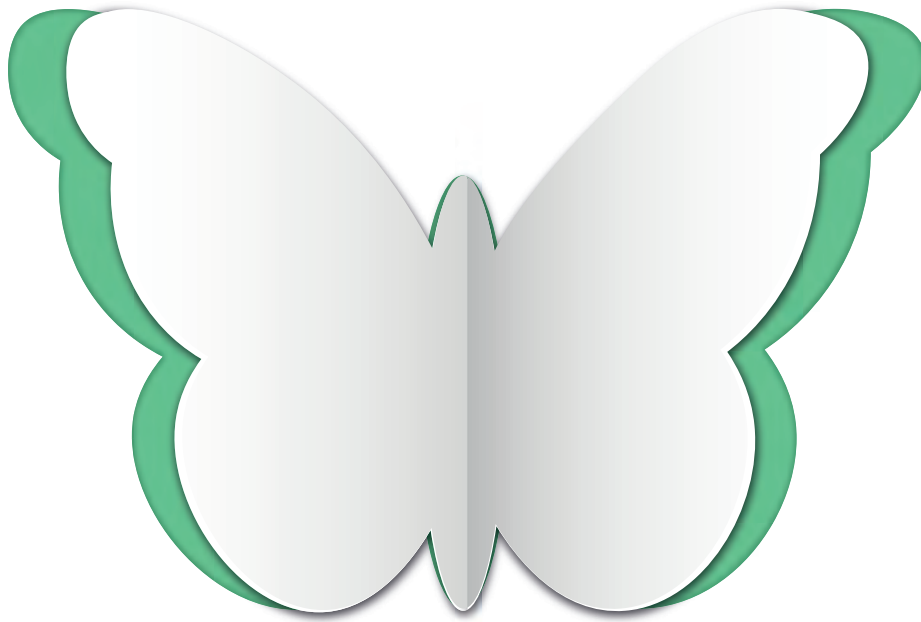
Bereits seit 1973 berät und betreut das Team von Optik Dreske seine Kundschaft auf höchstem Niveau. Hier treffen moderne Technik, traditionelles Handwerk und perfekte Beratung aufeinander. Das Brillensortiment wird mit viel Liebe und dem Hang zum Besonderen ausgesucht, die Mitarbeitenden nehmen sich Zeit für die Kund*innen und übernehmen viele Handgriffe selbst. Das Motto lautet: „Qualität statt Kompromiss, Individualität statt Masse und Persönlichkeit statt Mainstream.“

KLARE SICHT IN JEDER SITUATION

Zum umfangreichen Sortiment zählen neben Korrektions-, Computer-, Sport- und Sonnenbrillen auch Gleitsichtbrillen. Dank der Integration mehrerer Sehstärken in einem Glas ermöglicht sie stufenloses, scharfes Sehen in der Ferne, in der Nähe und in den Zwischendistanzen. Der große Vorteil: Damit entfällt das lästige Wechseln zwischen verschiedenen Brillen und du bist bestens aufgestellt für die meisten Sehaufgaben des täglichen Lebens.

JETZT SPAREN BEI DER GLEITSICHTBRILLE

Aktuell sparen Kund*innen stolze 150 Euro beim Kauf einer Gleitsichtbrille ab einem Warenwert von 750 Euro. Die Aktion ist bis zum 31. Mai 2025 gültig und nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Du hast Interesse? Dann buche jetzt einen Termin für einen kostenlosen Gleitsichtbrillentest unter www.optik-dreske.de oder Tel. 04331 / 24 62 8. Das Team von Optik Dreske freut sich auf dich!



WÄLDER = BIODIVERSITÄT

Wälder bedecken 31 % der gesamten Landfläche der Welt und beherbergen eine enorme Artenvielfalt unserer Erde. Um die langfristige Gesundheit von Wäldern zu gewährleisten, setzt die europäische Papierindustrie auf eine nachhaltige Waldbewirtschaftung als Grundlage für ihren wichtigsten Rohstoff.

Source: FAO and UNEP, The State of World's Forests, 2020



Entdecke Papier-Geschichte(n) auf
de.lovepaper.org
mit Papier-(F)akten, Kreativ-Ideen,
Blog-Beiträgen uvm.



GEMEINSAM FÜR MEHR BEWEGUNG

SO WERDEN KINDER SPIELERISCH IM ALLTAG FIT

Kinder bewegen sich weltweit viel zu wenig – das bestätigt der Kindergesundheitsbericht 2024 der Stiftung Kindergesundheit. In Deutschland erreichen nur etwa jedes zehnte Mädchen und jeder fünfte Junge die von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlenen 60 Minuten Bewegung pro Tag. Höchste Zeit, dem Bewegungsmangel den Kampf anzusagen.



WIE ES UM DIE BEWEGUNG DER KINDER STEHT

Laut der WHO bewegen sich weltweit 80 Prozent der Kinder und Jugendlichen nicht ausreichend. Besonders in Deutschland hat die Corona-Pandemie tiefe Spuren hinterlassen: Die motorische Entwicklung der Kinder ist um ein ganzes Jahr verzögert worden. Die Stiftung Kindergesundheit fordert in ihrem aktuellen Bericht, Bewegung fest im Schulalltag zu verankern. Dies sei entscheidend, um die motorische und gesundheitliche Entwicklung der Kinder langfristig zu sichern. Nur durch eine systematische Integration von

Bewegung könne die Basis für ein gesundes Leben gelegt werden. Dafür setzt sich zum Beispiel Deichmann ein: Von Februar bis Ende Mai will der Schuhhändler Kinder spielerisch zu einem aktiven Lebensstil motivieren und sucht „Deutschlands fitteste Grundschule“. Damit sich Kinder wieder mehr bewegen, hat das Unternehmen Deichmann mit Expert*innen ein Bewegungsprogramm speziell für Kinder entwickelt, das sich leicht in den schulischen und privaten Alltag integrieren lässt. Unter www.deichmann-bewegt.de können sich interessierte Grundschulen einfach und schnell registrieren.

Foto: Adobe Stock

KEIN FRÜHSTÜCK? KEINE SORGE

SO BLEIBST DU VOLLER ENERGIE

Oft ist im hektischen Alltag kaum Zeit für ein ausgewogenes Frühstück. Dies kann dazu führen, dass wichtige Nährstoffe fehlen, die für einen gesunden Stoffwechsel und das allgemeine Wohlbefinden notwendig sein können. Um ganz unkompliziert, aber mit voller Energie in den Tag zu starten, bietet Amway ab sofort das Nutralite™ Morning Nutrition Produktbundle an.



Das Set besteht aus drei der beliebtesten Nahrungsergänzungsmittel von Nutralite: Nutralite™ All Plant Protein liefert die neun essenziellen Aminosäuren, die der Körper selbst nicht produzieren kann und unterstützt damit das körperliche Gleichgewicht. Das geschmacksneutrale Pulver kannst du ganz einfach in kalte oder warme Speisen hinzufügen. Nutralite™ Double X™ als Multivitamin- und Multimineralpräparat mit sekundären Pflanzenstoffen liefert dir eine ausgewogene Kombination aus 12 essenziellen Vitaminen und 10 essenziellen Mineralstoffen. So stellst du sicher, wertvolle Nährstoffe zu dir zu nehmen, die oft trotz gesunder Ernährung nicht ausreichend aufgenommen werden können. Nutralite™ Fibre Powder mit sechs Gramm

Ballaststoffen pro Beutel enthält drei lösliche Ballaststoffe aus natürlichen Quellen und kann damit eine bequeme Möglichkeit sein, die tägliche Ballaststoffzufuhr zu ergänzen. Das feinkörnige, geruchsneutrale Pulver lässt sich in Getränke ohne Kohlensäure einrühren oder über Speisen streuen, ohne Auswirkungen auf den Geschmack.

Alle drei Produkte – in Tablettenform oder als leicht lösliches sowie geschmacksneutrales Pulver – fügen sich mühelos in die Morgenroutine ein. Das Produktbundle enthält hochwertige Zutaten aus eigenem, nachhaltigem Anbau und kommt ohne künstliche Zusätze aus.

Nutralite™ Morning Nutrition Produktbundle, 175,85 Euro, www.amway.de

Fotos: Amway (2) Adobe Stock (1)



JETZT GEGEN STRESS VORGEHEN

Rückenschmerzen sind wohl eines der häufigsten Leiden, die unweigerlich zu Krankschreibungen, Unwohlsein und schlechter Laune führen. Doch neben körperlichen Ursachen sollten wir uns auch mal die psychische Seite ansehen ...

STRESS ALS URSACHE FÜR SCHMERZEN?

Inzwischen ist weitestgehend erforscht, dass Rückenschmerzen in direktem Zusammenhang mit Stress, Ängsten und Sorgen stehen und damit oft mehr getan werden muss, als nur zur Massage zu gehen. Unser Körper und unsere Seele stehen in starker Verbindung und so wirkt sich das eine auch immer auf das andere aus. Vor allem unser fasziales Bindegewebe ist sensibel und reagiert schnell auf Stresshormone. Was dann passiert? Das Gewebe zieht sich zusammen und die Spannung spüren wir vor allem in den Muskeln, die sich ebenfalls zusammenziehen und verspannen – und schon sprechen wir von Rückenschmerzen.

ANTI STRESS TIPPS

Der einfachste Trick, um Stress und damit den Schmerzen entgegenzuwirken, ist körperliche Aktivität. Bewegung tut gut, lockert die Muskeln und entspannt unseren Kopf. Dabei musst du nicht gleich einen Marathon laufen, oft hilft es schon, in der Mittagspause einen kurzen, knackigen Spaziergang einzulegen. Oder mal eine Haltestelle früher auszusteigen und den restlichen Weg ins Büro zu laufen. Darüber hinaus fördern gezielte Techniken die Entspannung, schau dich mal nach progressiver Muskelentspannung, Atemtechniken oder autogenem Training um! Wenn es nicht besser wird, suche einen Coach auf, um zu lernen, mit Stress umzugehen.

**STEINBOCK**

22.12. – 20.01.

Wenn du dich gedrängt fühlst, etwas zu unternehmen, solltest du überstürzte Entscheidungen vermeiden. Auch für die Erfüllung deiner Beziehungssträume musst du noch Geduld aufbringen. Eine gute Gelegenheit dagegen, etwas Neues zu lernen.

**WIDDER**

21.03. – 20.04.

Du hast Energie, weißt aber nicht immer, wie du diese am besten einsetzen kannst. Zögere bei beruflichen Vorhaben nicht zu lange. Es kommt nicht nur auf perfekte Planung an. Momentan ist es wichtiger, dass die Dinge überhaupt in Gang kommen. Mit übertriebenen Kompromissen sind weder du noch dein*e Partner*in glücklich.

**ZWILLINGE**

21.05. – 21.06.

Eine langwierige Auseinandersetzung ist abgeschlossen. Inzwischen kannst du erkennen, dass du selbst die Umstände mitbestimmst hast und dass die weitere Entwicklung in deinen Händen liegt. Dir steht ein hohes Maß an Energie zur Verfügung.

**KREBS**

22.06. – 22.07.

Deine soziale Ader schlägt durch. Kümmere dich aber nicht nur um die Probleme anderer. Wenn du deine eigenen Wünsche ignorierst, wird deine Unruhe nicht unbedingt nachlassen. Deine Energiereserven sind nicht unbegrenzt. Lass dir also nicht mehr Arbeit aufdrücken, als vereinbart war. Man könnte deine Kompetenz in Frage stellen.

**LÖWE**

23.07. – 23.08.

Zurzeit machst du dir wahrscheinlich viele Gedanken, ohne immer zu Lösungen zu kommen. Gespräche mit Freund*innen helfen, deine Lage klarer einzuschätzen, aber für weitreichende Entscheidungen ist es zu früh. Betrachte dies als vorübergehenden Zustand, der nicht unbedingt geklärt werden muss. Mit Kritik an deiner*deinem Partner*in solltest du dich zurückhalten.

**JUNGFRAU**

24.08. – 23.09.

Falls eine Verabredung nicht zustande kommt, heißt das nicht, dass dem anderen nichts an dir liegt. Auch beruflich oder in der Ausbildung bist du dazu aufgefordert, deinen Standpunkt klarzustellen. Setze dich ruhig etwas mehr für deine Sache ein, denn es sieht nicht so aus, als ob Vorgesetzte von selbst auf dich aufmerksam werden.

**STERNZEICHEN
DES MONATS****STIER**

21.04. – 20.05.

Die Zeit ist günstig, um sowohl deine Partnerschaft als auch deine Finanzen neu zu beleben. In beiden Bereichen kann es leichter als seit langem zu Fortschritten kommen. Bei wichtigen Vorhaben sucht man deine Unterstützung. Das schmeichelt dir, aber die damit verbundenen Aufgaben sind nicht unerheblich. Und wer weiß, ob überhaupt etwas für dich dabei herauspringt. Sei offen für neue Herausforderungen, da sie langfristige wertvolle Erfahrungen schaffen können.

**UNSER
ASTROLOGE**

Der Kieler Astrologe Martin A. Banger erstellt jeden Monat das aktuelle RENDSBURGERleben-Horoskop. Möchtest du es noch genauer wissen? Fordere dein persönliches Horoskop unter www.12zeichen.de an.

**WAAGE**

24.09. – 23.10.

Eine Zeit gesteigerter körperlicher und geistiger Aktivität. Deine Zuversicht gibt dir die Kraft, in wichtigen Bereichen einen Sprung nach vorn zu machen. Dieser Monat ist günstig für Kurztrips, Besuche, Gespräche und Verhandlungen. Achte nur darauf, deine Energie nicht ziellos einzusetzen.

**SKORPION**

24.10. – 22.11.

Deine Ansichten sind durchdacht – dennoch solltest du dich auch einmal mit anderen austauschen. Diese Zeit ist für neue Ideen und Gespräche gut geeignet, für zielgerichtetes Vorgehen und die Verwirklichung von Ideen weniger. Was dir zu Monatsbeginn noch Kopfzerbrechen bereitet, findet aber schon bald eine Lösung.

**SCHÜTZE**

23.11. – 21.12.

Dank deiner starken Motivation setzt du dich konsequent für deine Sache ein. Es lohnt sich aber ganz sicher nicht, wegen einer nebensächlichen Kritik gleich auf die Barrikaden zu gehen. Dein Wunsch nach Geselligkeit treibt dich aus dem Haus.

**WASSERMANN**

21.01. – 19.02.

Du bist jetzt energiegeladener, aber auch ungeduldig und vielleicht sogar etwas reizbar. Du wirst mehr Erfolg haben, wenn du auf einen positiven Verlauf der Dinge vertraust. Besonders zu Beginn des Monats machst du dir Gedanken, ohne immer zu abschließenden Lösungen zu kommen. Deine Überlegungen haben dennoch ihren Wert.

**FISCHE**

20.02. – 20.03.

Träume und Sehnsüchte können diese Zeit mitbestimmen. Einige deiner Vorstellungen sind es durchaus wert, verwirklicht zu werden. Du solltest dich mit weitreichenden Zukunftsplänen aber noch etwas zurückhalten. Bitte dir auch Bedenkzeit aus, wenn andere dich zu einer Entscheidung drängen möchten.



LACHEN MIT HERZ

Ästhetischer Zahnersatz ist eine effiziente Möglichkeit, Menschen wieder zum Strahlen, Lachen und Genießen zu verhelfen. Bei Dr. Caliebe in Büdelsdorf können sich Patient*innen zwischen Vollkeramik, Keramik-Inlays und Veneers entscheiden und so die für sie passende Individuallösung wählen. Zahnärztin **Dr. Eva-Rebecca Caliebe** und ihr Team sind nicht nur außergewöhnlich erfahren auf dem Gebiet des ästhetischen Zahnersatzes, sondern gehen auch sehr einfühlsam mit ihren Patient*innen um. Gesundheit und Wohlbefinden stehen in der Praxis immer im Fokus. Deshalb braucht man hier keine Angst vor der Behandlung zu haben. Erste Informationen finden Interessierte auf der Website www.zahngesundheit-buedelsdorf.de. **Zahnarztpraxis Dr. med. dent. Eva-Rebecca Caliebe, Parkallee 9, Büdelsdorf, Tel.: 04331 / 380 38**

Foto: wayhome.studio/Adobe

Advertorial

GESUND DURCHS FRÜHJAHR

Schmerzfrei und gesund den Frühling zu genießen – das wünscht sich wohl jede*r. Doch Schmerzen schränken die physische Aktivität des Körpers ein und senden einen Hilferuf. Diese Signale sollten frühzeitig erkannt und gezielt sowie nachhaltig behandelt werden. Das Team der Praxis Eiderland in Fockbek ist darauf spezialisiert, bei akuten oder chronischen Schmerzen zu helfen und die Ursache der Beschwerden zu finden, damit der Körper wieder heilen kann. Die Praxis ist auf amerikanische Chiropraktik, Schmerz- und Rheumatherapie sowie Naturheilkunde spezialisiert. Auch die Faszientherapie wird hier erfolgreich in den Behandlungsplan

integriert. Bei Melanie und Sven Schelling sind die Patientinnen und Patienten in sehr guten Händen.

Praxis Eiderland, Krattredder 22 Fockbek, Tel. 04331 / 339 85 56
www.praxis-eiderland.com



„In unserer Praxis Eiderland finden Schmerzgeplagte Hilfe.“

Melanie und Sven Schelling

Foto: Praxis Eiderland

Astrologe Banger



Die Persönlichkeit Ihres Kindes

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

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

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

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

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



FRÜHLING, DU SCHÖNES BIEST

Eine Jahreszeit wie aus dem Bilderbuch: Die Sonne wärmt, die Vögel geben ihr Bestes, und irgendwo im Park postet gerade jemand barfuß ein Foto von blühenden Kirschbäumen. Alles könnte so idyllisch sein – wenn da nicht dieser eine Moment wäre.

Der Moment, in dem du an einer Hecke vorbeigehst und plötzlich niesen musst. Einmal. Zweimal. Siebzehnmals. Was viele als romantisches Frühlingsflair feiern, ist für Millionen Menschen vor allem eins: der Beginn der Schnupfen-Saison – besser bekannt als Heuschnupfen.

WAS PASSIERT DA EIGENTLICH?

Der Körper meint es gut – leider zu gut. Er verwechselt harmlose Pollen mit einem Angriff und feuert die volle Abwehrladung ab. Dabei wollte die Birke doch nur ein bisschen Fortpflanzung. Stattdessen landet sie auf unserer persönlichen Feindesliste, gleich hinter Mücken und Steuerbescheiden.

NIESEN, JUCKEN, AUGENRINGE

Typisch für Heuschnupfen:

Nase läuft wie ein schlechter Wasserhahn, Augen jucken, als hätte man sie mit Sandpapier massiert, Konzentration? Gibt's nicht mehr, danke der Nachfrage.

Viele Allergiker*innen fühlen sich trotz Sonnenschein müde, abgeschlagen und so vernebelt, als würden sie durchs Leben mit Nebelscheinwerfern laufen.

WAS HILFT? – DREI DINGE, DIE WIRKLICH ZÄHLEN

Allergene meiden

Klingt unspannend, wirkt aber. Fenster morgens geschlossen halten, Haare abends waschen, Kleidung nicht ins Schlafzimmer hängen, Wäsche drinnen trocknen, Pollenfilter fürs Auto, wenn möglich.

Medikamente nutzen

Antihistaminika sind die Klassiker. Viele machen heute kaum noch müde. Für Augen und Nase gibt's gute lokale Mittel – Sprays, Tropfen, Salben. Wichtig: Die Mittel regelmäßig und nicht erst „wenn's brennt“ anwenden.

Langfristig denken: Immuntherapie

Ja, sie dauert. Ja, man braucht Geduld. Aber: Sie kann Allergien deutlich ab-

schwächen oder sogar ganz verschwinden lassen. Mit der Allergologin oder dem Allergologen besprechen – der Aufwand lohnt sich oft.

GUT ZU WISSEN – POLLEN-MYTHEN UNTER DER LUPE

Aussage, Wahr oder falsch?

„Nur Kinder haben Allergien“

Falsch – Erwachsene trifft's auch.

„Bei Regen fliegen keine Pollen“

Halb richtig – danach oft umso mehr.

„Allergien verschwinden von allein“

Leider selten. Früh behandeln!

Zum Schluss: Frühling bleibt Frühling. Ja, Heuschnupfen nervt. Aber wer vorbereitet ist, kann ihn ziemlich gut in Schach halten – und muss die schönste Zeit des Jahres nicht durch die Fensterscheibe beobachten.

Also: Pollen hin oder her – Sonnenbrille auf, Taschentücher einstecken, und raus ins Leben. Vielleicht nicht barfuß im Park. Aber mit Würde. Und einem guten Nasenspray in der Tasche.



DAS NEUE MAGAZIN



**DIE NEUE
AUSGABE**
erhältlich ab dem
23.05.2025



200 Seiten

Syltliebe mit den schönsten
Fotos und Inselgeschichten



Mit mehr als

150 Tipps
für deinen Sylt-Urlaub



Tolle Extras:

XXL-Gewinnspiel und
Gastro- & Shoppingguide



Erhältlich unter: www.falkemedia-shop.de,
in der Kielerleben-Redaktion, Exerzierplatz 3, 23103 Kiel und auf [amazon.de](https://www.amazon.de)

OH, DU SCHÖNER SPARGEL



Spargel-Feta-Blätterteig- päckchen mit Salat

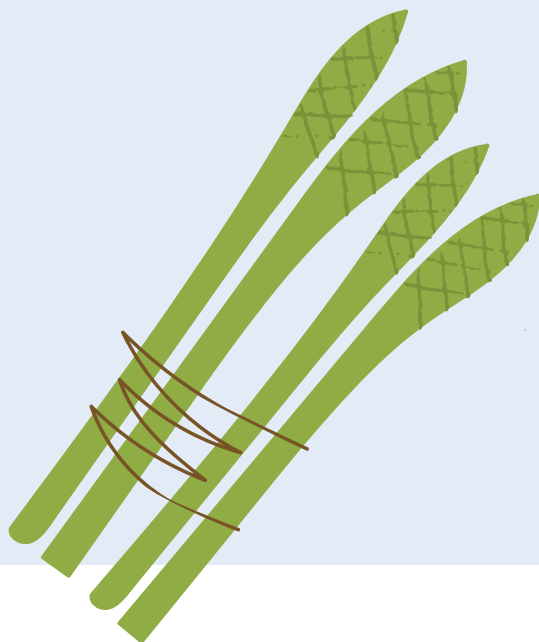
Für 4 Personen
Zubereitungszeit 50 Minuten

- 500 g grüner Spargel
- 40 g Pinienkerne
- 2 Frühlingszwiebeln
- 100 g Feta
- 150 g Frischkäse
- Biozitrone (abgeriebene Schale)
- 1 Rolle Blätterteig (275 g, Kühlregal)
- 50 g frisch geriebener Parmesan
- 5 EL natives Olivenöl extra, zzgl. etwas mehr zum Bestreichen
- 50 g Radieschen
- 50 g Friséesalat
- 50 g Rucola
- 50 g Babymangold
- 3 EL heller Balsamicoessig
- 1 EL Himbeerkonfitüre
- 1 TL Senf
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Spargel im unteren Drittel schälen und von den holzigen Enden befreien, dann waschen und trocken tupfen. Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anrösten. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Feta zerbröckeln und mit dem Frischkäse vermengen. Zitronenschale, 2/3 der gerösteten Pinienkerne, Frühlingszwiebeln sowie etwas Salz und Pfeffer hinzufügen und alles glatt rühren.

2 Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier belegen. Blätterteig entrollen, etwas dünner ausrollen und in 4 gleich große Quadrate (10 x 10 cm) schneiden. Jedes Teigstück mittig mit Fetacreme bestreichen und diagonal mit einigen Spargelstangen belegen. Jeweils mit etwas Parmesan bestreuen, dann zwei gegenüberliegende Teigecken über der Füllung gut zusammendrücken. Die Blätterteigpäckchen mit etwas Abstand auf das vorbereitete Backblech setzen. Blätterteig und Spargel mit etwas Öl bestreichen und die Päckchen im vorgeheizten Ofen in 20–25 Minuten goldbraun backen.

3 Inzwischen die Radieschen putzen, waschen und fein hobeln. Friséesalat putzen und in mundgerechte Stücke zupfen. Rucola und Mangold verlesen. Alle Salatsorten waschen und trocken schleudern. Olivenöl, Essig, Himbeerkonfitüre, Senf, 2–3 EL Wasser sowie etwas Salz und Pfeffer in einer großen Schüssel verquirlen. Salate und Radieschen vorsichtig mit dem Dressing vermengen. Spargel-Feta-Blätterteigpäckchen aus dem Backofen nehmen und mit dem Salat auf einer großen Platte anrichten. Das Gericht mit den übrigen gerösteten Pinienkernen bestreuen und sofort servieren.





Garnelen-Spargel-Pasta mit Kapern-Weißweinsoße

Für 4 Personen

Zubereitungszeit 45 Minuten

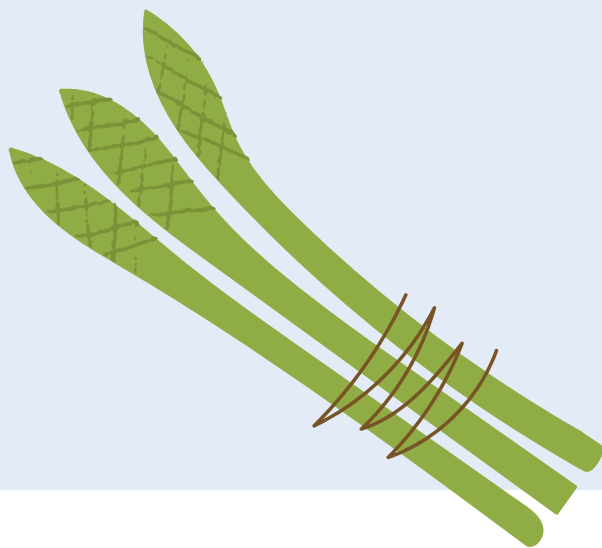
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 750 g grüner Spargel
- 3 Stiele Basilikum
- 2 EL Kapern in Lake (Glas)
- 500 g rohe Garnelen
(geschält entdarmt)
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 2 EL Butter
- 150 ml trockener Weißwein
- 200 g Sahne
- 400 g Linguine
- 1 TL Zucker

1 Schalotten schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Spargel im unteren Drittel schälen und von den holzigen Enden befreien. Dann waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Basilikum waschen und trocken schütteln. Blättchen abzupfen. Kapern abtropfen lassen. Die Garnelen waschen und trocken tupfen.

2 3 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, die Garnelen darin bei großer Hitze rundum scharf anbraten. Den Knoblauch dazugeben und kurz mitbraten. Alles aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die Butter in der Pfanne erhitzen und die Schalottenwürfel darin glasig dünsten. Kapern dazugeben und kurz mitdünsten. Alles mit dem Weißwein ablöschen und diesen leicht verkochen lassen, dann die Sahne dazugießen und alles unter Rühren zum Kochen bringen. Die Soße unter gelegentlichem Rühren bei kleiner Hitze 8–10 Minuten einköcheln lassen.

3 Inzwischen Linguine nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Übriges Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Spargel darin anbraten. Mit dem Zucker bestreuen, diesen leicht karamellisieren lassen, den Spargel dann mit Salz und Pfeffer würzen.

4 Die Linguine abgießen und tropfnass wie die Garnelen zum Spargel in die Pfanne geben. Alles gut durchschwenken. Die Crème fraîche unter die Soße rühren, diese nach Belieben pürieren und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Die Garnelen-Spargel-Pasta mit der Kapern-Weißweinsoße auf Tellern anrichten und mit Basilikum bestreut servieren.





Gebackener Spargel auf Kartoffelbett mit Parmesanstreuseln & Kräutercreme

Für 4 Personen
Zubereitungszeit 70 Minuten

- 125 g Mehl
- 50 g frisch geriebener Parmesan
- 75 g kalte Butter in Stückchen
- 4-5 mittelgroße festkochende Kartoffeln
- 2 Zweige Rosmarin
- 6 EL natives Olivenöl extra
- grobes Meersalz
- 350 g weißer Spargel
- 350 g grüner Spargel
- 100 g Pancetta gewürfelt
- 1 Bund gemischte Kräuter (z. B. Petersilie, Schnittlauch, Minze, Kerbel)
- 200 g Quark
- 150 g Joghurt
- Biozitronen (abgeriebene Schale und Saft)
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 In einer Schüssel Mehl, Parmesan, kalte Butter, 1/2 TL Salz sowie etwas Pfeffer zu Streuseln verkneten. Diese bis zur Verwendung abgedeckt kalt stellen.

2 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben hobeln.

Rosmarin waschen und trocken schütteln, Nadeln abzupfen. Kartoffeln, Rosmarin, 4 EL Olivenöl sowie etwas grobes Meersalz in einer Schüssel gut vermengen. Diesen Mix in 4 flachen Portionen auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im vorgeheizten Ofen 10-12 Minuten vorbacken.

3 In der Zwischenzeit den weißen Spargel komplett, den grünen im unteren Drittel schälen. Die Stangen von den hohlen Enden befreien, dann waschen und trocken tupfen. Spargel und übriges Öl vermischen und auf die vorgebackenen Kartoffeln setzen. Alles im heißen Backofen 5-7 Minuten weitergaren.

4 Die Spargelstangen wenden, dann die Pancettawürfel und die Parmesanstreusel darauf verteilen. Alles in weiteren 12-15 Minuten goldbraun backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden.

5 Inzwischen die gemischten Kräuter waschen und trocken schütteln. Ggf. die Blättchen abzupfen und alles hacken. Quark, Joghurt, Zitronenschale, -saft und gehackte Kräuter glatt rühren und die Creme mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Das Backblech aus dem Ofen nehmen. Das Gericht auf Teller verteilen und mit der Kräutercreme servieren.



Diese und viele weitere Rezepte aus der Welt von Pizza, Pasta und mehr gibt's in der aktuellen Ausgabe der **So is(s)t Italien**. Erhältlich im Zeitschriftenhandel oder unter www.falkemedia-shop.de.

HEISS AUF GRILLEN

Feuer frei für die Grillsaison! Ob du nun Neuling am Rost bist oder längst ein*e Grillmeister*in – mit diesen Buchtipps wird dein nächstes BBQ zum kulinarischen Highlight.



HAUTE CUISINE MEETS GLUT UND GRILLROST

Ludwig Maurer und Heiko Antoniewicz bringen Sterneküche und Barbecue zusammen. Die Kombination aus Avantgarde und archaischen Garen ist ebenso innovativ wie genial! Auf 240 Seiten finden sich nicht nur erstklassige, anspruchsvolle Rezepte der gehobenen Küche, sondern auch jede Menge informative Texte, Fakten und atmosphärische Bilder. Ein Buch für alle, die in diesem Sommer gewaltig Eindruck am Rost schinden möchten.

Ludwig Maurer, Heiko Antoniewicz:
Fine Dining Grill & BBQ, DK Verlag (Hrsg.), Matthaes (Hrsg.), 240 Seiten, 69,90 Euro

EINFACH GRILLEN, EINFACH LECKER!

Der beste Sommer aller Zeiten kann kommen! Der neueste Band der „Einfach lecker“-Reihe von ZauberTopf zeigt, wie ein legendäres Grillfest gelingt. Denn: Grillen ist mehr als nur Fleisch auf den Rost legen – die wahren Stars sind die Beilagen. Cremige Dips, würzige Dressing, raffinierte Salate und aromatische Soßen machen das BBQ unvergesslich. Und das Beste? Der Thermomix® übernimmt die ganze Vorbereitung!

ZauberTopf: Einfach lecker! Grillen,
falkemedia, 146 Seiten, 16,99 Euro



Brückenterrassen

RESTAURANT & CAFÉ

Bei uns sitzen Sie in der ersten Reihe,
direkt am **Nord-Ostsee-Kanal.**



Am Kreishafen 36 · 24768 Rendsburg · Telefon 04331 - 2 20 02
reservierung@brueckenterrassen.de · www.brueckenterrassen.de



Wir finden: Kuh und Kalb gehören zusammen!



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

KULTUR & UNTERHALTUNG

Der Mai in Rendsburg steckt voller kultureller Highlights – von bewegendem Theater über spannende Bühnenmomente bis hin zu inspirierender Kunst im öffentlichen Raum.

20. FOLKBALTICA FESTIVAL

Vom 17. bis 25. Mai geht die folkBALTICA in eine neue Runde. Gäste dürfen sich auf ein Best-of der letzten Jahre mit Highlights wie dem estnischen Duo Ruut, dem Streichertrio The Nordic Fiddlers Bloc und den virtuellen Klangwelten von VOŁOSI freuen. Dazu präsentiert das Festival Newcomer*innen: Marlo Grosshardt verbindet raue Poesie mit Folk-Pop, Lena Jonsson fasziniert mit mitreißender Geigenkunst, und die Band SVER sorgt für Tanzstimmung – „elektrisch klingend, ohne Elektrizität“. Der Höhepunkt: das große Jubiläumskonzert am 24. Mai in Flensburg mit der Uraufführung eines Werks von Komponist Gjermund Larsen, gespielt von erstklassigen Solist*innen und begleitet von Tanz und literarischen Frühlingslesungen.

17. bis 25. Mai • verschiedene Orte, Tickets: www.folkbaltica.de

Gjermund Larsen

Foto: Gjermund Larsen



Foto: Ralf Salzmann

SING YOUR SOUL

Am ersten Maiwochenende ist das Duo „Sing Your Soul“ anlässlich seines 25-jährigen Bühnenjubiläums mit verschiedenen Klarinetten und Konzertakkordeon musikalisch zu Gast in den Kirchen in Kiel-Friedrichsort, Garding und Rendsburg, bevor es seine große Himmelfahrtskonzertreise in den Süden startet. Es erklingen argentinische und finnische Tango-Melodien und Klezmer à la Giora Feidman, dazu gibt es spannende Moderationen. Der Eintritt ist frei, die Musiker*innen freuen sich über eine Spende. Weitere Infos: sing-your-soul.jimdofree.com

2. Mai, 19 Uhr • Bethlehemkirche Friedrichsort

3. Mai, 17 Uhr • Ev. St. Christian Kirche Garding

4. Mai, 17 Uhr • Kath. St. Martin Kirche Rendsburg

SZENISCHE LESUNG

Grit Lemke kommt mit „Kinder von Hoy“ nach Neumünster. Mit dabei hat sie einige Akteur*innen aus dem Buch, also „echte“ Kinder von Hoy, die mit ihren Stimmen die Geschichte zur einstigen DDR-Musterstadt Hoyerswerda erzählen. Eine Stadt, aus dem Heideboden gestampft, aus Bauelementen zusammenmontiert. Morgens rollen die Eltern in Schichtbussen davon, die Kinder wachsen in einem großen Kollektiv auf. Doch der Wiedervereinigung folgen Massenentlassungen und ein latent vorhandener Rassismus gegen in der Stadt lebende Vertragsarbeiter. Nach der Lesung diskutieren Lesende und Publikum über die Entwicklungen und Herausforderungen der aktuellen Kulturarbeit in Hoyerswerda und Neumünster.

3. Mai, 19.30 Uhr • KDW am Waschpohl, Neumünster



Foto: Birres Weiffenbach/Suhrkamp Verlag



Musikalisch begleitet von
Tom & Lily
Gain7
The Spareparts

Das Baum-Richten findet um **11 Uhr** statt

www.ff-ascheberg.de

Foto: FF Ascheberg

MAIFEST IN ASCHEBERG

Am 1. Mai lädt die Freiwillige Feuerwehr zum traditionellen Maibaum-Richten nach Ascheberg ein. Um 11 Uhr wird der Baum auf der Rathauswiese aufgerichtet, danach erwartet die Gäste auf dem Festgelände rund ums Feuerwehrgerätehaus ein tolles bunt gemischtes Programm für Jung und Alt. Neben Hüpfburg, Grill und Getränken sowie Kaffee- und Kuchenbüfett im Bürgerhaus werden in diesem Jahr drei Live-Bands für gute Unterhaltung sorgen. Das Duo Lily & Tom spielt Lieblingssongs in eigenen Versionen: Kings of Leon treffen hier auf Aretha Franklin, Chaka Khan auf Eric Clapton und Terence Trent D'Arby auf Louis Armstrong! Danach geht es auf der Bühne etwas rockiger weiter mit der Band GAIN7 unter Leadsänger Dennis Brandau, den meisten bekannt als Moderator bei NDR Radio Welle Nord. Die sechs Bluesrock-Musiker spielen Coversongs und Eigenkompositionen. Sie gehören mittlerweile zu den Stammgästen in Ascheberg. Das Finale bestreiten „The Spareparts“. Den Namen haben Jens S. und Henning W. 2022 erfunden, weil kurzfristig ein Gig anstand, an dem irgendwie niemand spielen wollte. Also hieß es kurzerhand: „Wir ersetzen ‚Niemand‘ und spielen als Ersatz, also sind wir wohl Ersatzteile!“ Ihre Musik ist äußerst lagerfeuertauglich. Die Freiwillige Feuerwehr Ascheberg freut sich auf viele alte und neue Gäste und dankt allen Mitwirkenden aus dem Ort für ihren Einsatz.

1. Mai, 11 Uhr • Feuerwehr, Langenrade 20, Ascheberg, Eintritt frei



Aus der Titanic-Ausstellung in Hamburg



IMMERSIVE TITANIC-AUSSTELLUNG

EINE REISE DURCH MYTHEN UND GESCHICHTE

Entdecke die faszinierende Welt der Titanic in einer eindrucksvollen Ausstellung, die Geschichte lebendig werden lässt.

Auf 3.000 Quadratmetern, der größten Titanic-Ausstellung, die je auf europäischem Boden stattfand, verschmelzen historische Fakten mit modernster Technik. Atemberaubende 360-Grad-Projektionen und detailgetreue Raumnachbildungen lassen die dramatische Geschichte der Titanic lebendig werden. Mit über 300 sorgfältig kuratierten Artefakten bietet die Ausstellung eine umfassende Perspektive auf das Schicksal des Schiffs und seiner Passagiere. Diese innovative Präsentation sprengt die Grenzen traditioneller Museumsbesuche und macht Geschichte auf eine noch nie dagewesene Weise erlebbar.

DAS MYSTERIUM TITANIC

Warum zieht die Titanic auch heute noch so viele Menschen in ihren Bann? Die Ausstellung untersucht die anhaltende Faszination und die Mythen, die das Unglück umgeben. Trotz größerer Katastrophen, wie der Estonia oder der Costa Concordia, bleibt die Titanic ein Symbol für menschliche Hybris und technische Innovation. Besonders eindrucksvoll ist der Einblick in die damaligen Ticketpreise: Umgerechnet bis zu 80.000 Euro kostete ein Ticket in der 1. Klasse. Immernoch bis zu 1.000 Euro aus heutiger Sicht für die 3. Klasse – ein Vermögen für die Menschen jener Zeit. Die Ausstellung beleuchtet die sozialen Unterschiede an Bord und die kulturellen Neuheiten, die Passagiere erlebten, wie elektrisches Licht und den Service durch Stewards.

MYTHEN UND WAHRHEITEN

Die Ausstellung klärt über zahlreiche Mythen auf, die sich um die Titanic ranken. Beispielsweise wird oft be-

hauptet, dass das Fehlen eines Fernglases im Krähenest zur Katastrophe beitrug. Tatsächlich war dies eine Ausrede der Offiziere, um der Verantwortung zu entgehen. Ein weiteres Missverständnis betrifft das vermeintliche Ziel, einen Geschwindigkeitsrekord aufzustellen. Neueste Forschungsergebnisse zeigen, dass das Ausweichmanöver um den Eisberg zu früh eingeleitet wurde. Diese und weitere Geschichten machen den Besuch der Ausstellung zu einem spannenden und lehrreichen Erlebnis.

EIN BLICK HINTER DIE KULISSEN

Die Kombination aus visuellen Effekten und historischen Exponaten schafft eine Atmosphäre, die sowohl beeindruckt als auch nachdenklich stimmt. Besonders faszinierend war der Bereich, der den Passagieren gewidmet ist und ihre individuellen Geschichten erzählt. Die Ausstellung vermittelt ein Gefühl für die Tragödie und die technischen Errungenschaften jener Zeit und lädt dazu ein, über die menschlichen Aspekte nachzudenken, die hinter der historischen Erzählung stehen.

TICKETS UND BESUCHSINFORMATIONEN

Für alle, die diese faszinierende Ausstellung erleben möchten, gibt es flexible Ticketoptionen. Zeitfenster-Tickets ermöglichen den Zugang innerhalb eines gebuchten Timeslots und bieten die Freiheit, so lange zu verweilen, wie es gewünscht wird. Die Ausstellung „Titanic: Eine immersive Reise“ ist eine Einladung, Geschichte auf eine ganz neue Art zu erleben. Verpasse nicht die Gelegenheit, in die Welt der Titanic einzutauchen und ein Stück Geschichte hautnah zu erleben!

Bis 14. September • EXPO-Halle, Hamburg



Malte Fiebing-Petersen führte vor der Eröffnung der Ausstellung exklusiv durch die EXPO-Halle

„DIE TITANIC BLEIBT EIN SYMBOL IHRER ZEIT“

Malte Fiebing-Petersen, wissenschaftlicher Begleiter der Ausstellung, spricht über die anhaltende Faszination der Titanic und die Rolle moderner Technologie in der Geschichtsvermittlung.

KIELerleben: Was denkst du, warum die Titanic auch heute noch so viele Menschen fasziniert?

Malte Fiebing-Petersen: Weil ihr Schicksal die erste globale Medienkatastrophe der Menschheitsgeschichte war, das Schiff mit seinen drei Klassen wie ein Symbol ihrer Zeit gilt, das kurz vor dem Ersten Weltkrieg ihrem Untergang geweiht war und auch die Hybris eines technikblinden Zeitalters offenbarte.

Was fasziniert dich persönlich an der Titanic und ihrer Geschichte?

Dass auch ich, obwohl ich mich seit nun über 30 Jahren mit der Titanic beschäftige, immer wieder neue Dinge herausfinde beziehungsweise lerne und lange geglaubte Dinge durch neu aufgetauchte Fakten revidiert werden müssen.

Welche neuen Erkenntnisse oder Exponate werden in der Ausstellung „Titanic: Eine immersive Reise“ präsentiert?

Es wird etwa das nach aktuellem Forschungsstand vermutlich eingeleitete Ausweichmanöver gezeigt, das man in Echtzeit aus dem Krähenest miterleben kann. Die Beschädigung durch den Eisberg in Kesselraum Nummer 6 wird richtig dargestellt (kein Aufschlitzen, sondern ein Eindellen an der Nietkante) und erlebbar gemacht.

Gibt es ein besonderes Artefakt in der Ausstellung, das für dich eine besondere Bedeutung hat?

Das ist sehr schwer zu beantworten; vermutlich die Sammlung an verschiedenen Fliesen aus der Kollektion von Villeroy & Boch aus Mettlach im Saarland, weil sie symbolisieren, dass die nordirische Werft europaweit auf Einkaufstour ging, um die Titanic mit den besten Materialien auszustatten, die verfügbar waren – eben auch im Deutschen Kaiserreich.

Kannst du ein wenig über deine eigene Forschung zur Titanic erzählen?

1994 wurde ich im Alter von zehn Jahren mit dem „Titanic-Virus“ infiziert, als ich durch die Berichterstattung über den Untergang der Ostseefähre Estonia motiviert zum ersten Mal Walter Lords Buchs „Die letzte Nacht der Titanic“ las, das in einem meiner unzähligen Plastikmodellbausätze als Gimmick enthalten war. Noch ohne Internet und mit unzureichenden Englischkenntnissen war es für mich sehr mühselig, mich tief in die Materie einzulesen. Die wenigen deutschen Bücher waren schnell ausgelesen. Spätestens mit den Besuchen der ersten großen Artefakte-Ausstellung in der Hamburger Speicherstadt 1997/98 war ich dem Thema „Titanic“ völlig verfallen und es gab kein Halten mehr. Es begann die Vernetzung mit anderen „Titanicern“ und schließlich der Beitritt zum Deutschen Titanic-Verein im Jahr 2001 und die Mitgliedschaft in weiteren Titanic-Vereinen auf der ganzen Welt. Ich begann immer mehr, eigene Forschungen voranzutreiben, Informationen zusammenzutragen und Widersprüche

aufzuklären. Besonders der Kontakt zu den Überlebenden – die letzte verstarb im Jahr 2009 – war für mich immer ein großes Anliegen. Mehrere Reisen zu den Stationen, die mit der Geschichte der Titanic verwoben sind, ließen immer wieder neue Fragestellungen zu.

Nach dem Abitur begann ich mein Studium der Germanistik und Geschichtswissenschaft in Stuttgart und wechselte für sein Hauptstudium nach Kiel, wo ich 2007 die Artefakte-Ausstellung „Titanic – Einladung zu einer Zeitreise“ als wissenschaftlicher Berater begleitete. Es folgten weitere Ausstellungen in Deutschland und in Österreich. 2012 veröffentlichte ich anlässlich des 100. Jahrestages der Titanic-Katastrophe meine Forschungsergebnisse zum deutschen Spielfilm aus dem Jahr 1943 in Buchform (Titel: „TITANIC (1943) – Die Nazis und das berühmteste Schiff der Welt“). Ende April 2024 folgte mit „Titanic – Populäre Irrtümer und andere Wahrheiten“ mein zweites Titanic-Buch, das in der Fachwelt auf großes Interesse stieß.

Seit 2005 gehöre ich zum Vorstand des Deutschen Titanic-Vereins. Im aktuellen Vorstandsteam gehören die Öffentlichkeitsarbeit, die Redaktion des Vereinsmagazins „Der Navigator“, der Webmaster und die JHV-Organisation zu meinen Aufgabengebieten.

Gibt es eine weniger bekannte Geschichte oder Tatsache über die Titanic, die dich besonders interessiert?

Besonders spannend finde ich aktuell die eher gesellschaftlichen Gründe, warum so wenige Menschen aus der dritten Klasse gerettet wurden. Lange dachte man, Gittertore hätten sie eingesperrt. So wurde es auch dramatisch in Filmen dargestellt. Heute wissen wir, diese Tore gab es nicht und die meisten Dritte-Klasse-Passagiere sind ganz bewusst nicht in Rettungsboote gestiegen, obwohl sie die Möglichkeit dazu hatten.

Wie siehst du die Rolle moderner Technologie wie Virtual Reality in der Darstellung historischer Ereignisse?

Ich persönlich „benötige“ das nicht, aber dadurch können neue Zielgruppen erschlossen werden und es wird eine neue Stufe der Erlebbarkeit geschaffen. Daher vermute ich, dass die Rolle von VR in den nächsten Jahren immer wichtiger wird.



Foto: Adobe Stock

RENSBURGER TRÖDELTREFF

Am Sonntag, dem 4. Mai, findet in der Nordmarkhalle von 9 bis 16 Uhr wieder der beliebte Rendsburger Trödeltreff statt. Auf dem seit vielen Jahren etablierten Hallenflohmart können Schnäppchenjäger*innen nach gebrauchten Haushaltsgegenständen, Dekoration, Büchern, Kleidung und allerlei Trödel stöbern – und das ganz unabhängig vom Wetter. Der Eintritt ist frei und rund um die Nordmarkhalle sind zahlreiche kostenlose Parkplätze vorhanden. Zudem gibt es ein gastronomisches Angebot sowie gemütliche Sitzgelegenheiten.

4. Mai, 9–16 Uhr • Nordmarkhalle

HOF ANSGARIUS
* Café * Saal * Ausstellung * Forst

Cafézeit: Sonntags + Feiertags 13–18 Uhr



Vernissage
Sonntag, 18. Mai 16 Uhr
„Querbeet“ Bilderausstellung
von Klaus Tönsfeldt

Gesellschaften gerne täglich nach Absprache

Fam. Fölster - Am Wallberg 2 - 24616 Willenscharen
Tel. 04324 1070 www.hofansgarius.de



Foto: Adobe Stock

VORLESESPASS FÜR KINDER

Der nächste Vorlesepaß im Veranstaltungsraum der Stadtbücherei Rendsburg findet am Donnerstag, 8. Mai, statt. Erfahrene Vorleserinnen tragen ab 15 Uhr mithilfe eines Erzähltheaters, dem sogenannten „Kamishibai“, mehrere kleine Geschichten vor. Das Angebot ist kostenfrei und für Kinder zwischen drei und fünf Jahren gedacht. Es ist keine vorherige Anmeldung notwendig. Aktuelle Termine der Stadtbücherei Rendsburg finden Interessierte hier: rendsburg.bibliotheca-open.de/Veranstaltungen

8. Mai, 15 Uhr • Stadtbücherei

DER FILM, AUF DEN DIE NATION WARTET!



Er läßt
alles hinter sich,
was vier Räder hat!

MANTA MANTA

Am 10. Mai um 23.45 Uhr läuft der
Klassiker „Manta, Manta“ von 1991 mit
Til Schweiger!

AUTOKINO NEUMÜNSTER

Kino genießen und Gutes tun – das geht! Beim Neumünsteraner Autokino, organisiert vom Round Table 67 Neumünster sowie mit Unterstützung des Ladies Circle 13 und der Old Tablers 67 Neumünster, werden echte Kinoerlebnisse möglich gemacht – und das für den guten Zweck. Jeder Cent der Erlöse fließt in wohltätige Projekte in und um die Stadt, darunter: „Kinder helfen Kindern“, Schatzkiste vom Kinderschutzbund, Schwimmkurse für benachteiligte Kinder und Café Jerusalem. Tolle Aktion! Alle Filme und Kinozeiten gibt's unter: www.autokino-nms.de. Die Vorstellungen finden bei jedem Wetter statt.

8. bis 11. Mai • Holstenhallen Parkplatz, Neumünster

Foto: Constantin

ORGEL-WUNSCHKONZERT

Volker Linhardt improvisiert über Wünsche der Zuhörer*innen.

Ein besonderes Orgelkonzert steht an: Die Rendsburger Kirchengemeinde lädt am Freitag, 9. Mai, ab 18.10 Uhr in die Christkirche. Kirchenmusiker Volker Linhardt improvisiert in verschiedenen Stilen über Wünsche der Zuhörer*innen. Diese können mündlich oder schriftlich vorab bis 18 Uhr abgegeben werden. Als Themen eignen sich zum Beispiel Kinder- oder Volkslieder, Choräle, klassische Themen oder Ausgedachtes. Der Eintritt zu der Stunde der Kirchenmusik ist frei.

HOCHROMANTIK

Ein weiteres Orgelkonzert am selben Ort und zur selben Uhrzeit findet am Freitag, 23. Mai, statt: Unter dem Titel „Hochromantik“ spielt Christoph Schoener, ehemaliger Kantor am Hamburger Michel, Werke von Liszt, Wagner und Brahms. Auch bei dieser Veranstaltung ist der Eintritt frei.

9. und 23. Mai, 18.10 Uhr • Christkirche



Volker Linhardt

Foto: Tange, Schuke



Foto: DCC

IMPACT

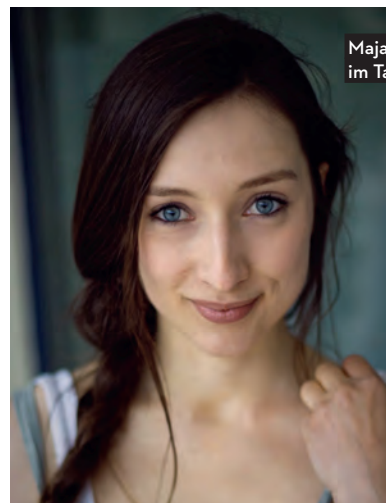
Dieser Tanztheaterabend ist eine Zusammenarbeit zwischen dem theater itzehoe und der Mainzer Delattre Dance Company. Bis zu zeitgenössischem Tanz spannt sich die Bandbreite, mit der sich die drei international renommierten Choreografen dem Begriff „Impact“ und seinen zahlreichen Bedeutungen nähern. Inspiriert von den kraftvollen Musikkompositionen von Milko Lazar und Davidson Jaconello erforschen sie mit dem Ensemble Körper und Emotionen und blicken tänzerisch auf aktuelle gesellschaftliche Strömungen. Tickets und mehr unter www.theater-itzehoe.de.

10. Mai, 19.30 Uhr • theater itzehoe, Theaterplatz

URAUFFÜHRUNG: EIN TANZPALAST

Nichtsahnend gleiten die Tanzpaare zum Walzerklang in den Ersten Weltkrieg. Für allzu viele wird es zum Totentanz. Die neue Republik beschwingen hoffnungsvolle, freie Klänge: Comedian Harmonists, Charleston und Tango. Auf den Kriegslärm folgt Stille, dann endlich der Aufbruch. Es wird vom Sonnenuntergang auf Capri geträumt, später von den Beatles mit ihren unverschämten Frisuren. Dann: Wiedervereinigung, neue Bündnisse, Jahrtausendwende. Cha-Cha-Cha, Foxtrott, Hip-Hop – den Drang zur Freiheit spürt man in den Tänzen. Heute tanzt jede*r zu seiner eigenen Musik, die aus immer kleineren Geräten tönt. Die Welt dreht sich weiter und die Menschen tun es auch – alleine, gemeinsam – zum Rhythmus der Zeit.

10. Mai, 19 Uhr • Stadttheater Rendsburg



Maja Grahner spielt „die junge Frau“ im Tanzpalast

Foto: Elisa Unger

EIN HAUCH VON VENUS

Musical Comedy in zwei Akten von Kurt Weill, in deutscher Sprache mit deutschen und englischen Übertiteln.

Ein kurzer unbedachter Moment – und schon überschlagen sich unaufhaltsam die Ereignisse! Fasziniert von der Schönheit einer antiken Statue der Liebesgöttin Venus, steckt Friseur Rodney ihr den eigentlich für seine Braut Gloria gedachten Verlobungsring an den Finger – mit ungeahnten Folgen. Die Marmorstatue wird dadurch nicht nur lebendig, sondern verliebt sich auch noch Hals über Kopf in ihren „Erlöser“ und verfolgt ihn von nun an beharrlich mit ihren Avancen. Doch das ist erst der Anfang einer schier endlosen Verkettung von äußerst unterhaltsamen Katastrophen.

Dieser überaus turbulente Theaterspaß sollte Kurt Weill 1943 seinen größten Erfolg am Broadway einbringen. Weill, der 1928 mit der

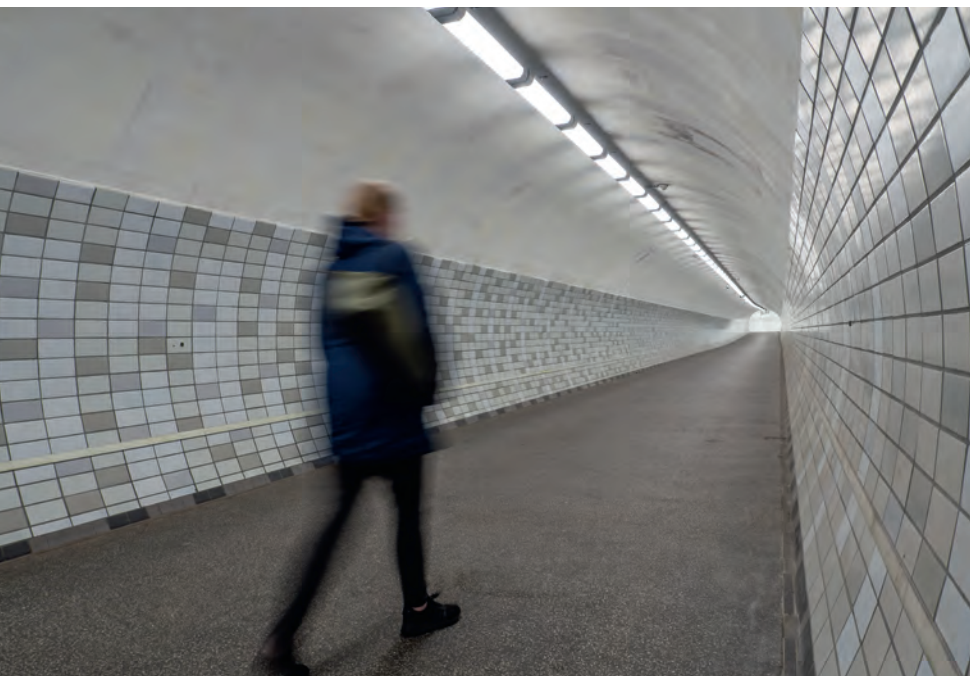
Musik für DIE DREIGROSCHEN-OPER berühmt wurde, zählt zu den vielseitigsten und einflussreichsten Komponisten des Musiktheaters im 20. Jahrhundert. Für ONE TOUCH OF VENUS entstanden einige seiner bekanntesten Nummern, und es war seine geistreiche Mischung von schmeichelnder Melodik amerikanischer Songs mit den jazzigen Klängen des Berliner Kabarett, die das Stück zu einem spritzigen, mitreißenden und bezaubernden Meisterwerk werden ließ. Gemeinsam mit der Ballettcompagnie lässt das Musiktheaterensemble den großen Broadway hier im Norden lebendig werden.

17. Mai, 31. Mai, 14 Juni • Stadttheater Rendsburg & Flensburg



Die musikalische Leitung hat Sergi Roca Bru.

Foto: Sergi Roca Bru



60 JAHRE: FUSSGÄNGERTUNNEL

Den Fußgängertunnel zwischen Rendsburg und den südlich des Nord-Ostsee-Kanals liegenden Gemeinden nutzen täglich tausende Menschen. Und das bereits seit 60 Jahren! Am 19. Mai wird für alle Rendsburger*innen ab 60 Jahren eine Führung angeboten. Die Mitarbeiter*innen des Wasserstraßen- und Schifffahrtsamtes Nord-Ostsee-Kanal erklären u. a. die Arbeitsweise der technischen Anlagen. Im Anschluss wird der Tunnel durchquert und sicherlich mit anderen Augen gesehen. Karten gibt es im Rathaus, Zimmer 141, Fachdienst Kulturbüro, und unter Tel.: 04331 / 206 16 22.

19. Mai, 11 Uhr • Fußgängertunnel Rendsburg, Bereich Leitwarte



Foto: Coburg'sche

EIN ALPHORN IN DER COBURG'SCHEN

Die Veranstaltungsreihe „Kultur zum Wochenende“ in der Coburg'schen Buchhandlung geht in eine neue Runde. Am 23. Mai um 17 Uhr heißt es wieder „Lesung mit Musik“ in der Nienstadtstraße 9. Diesmal geht es in die Berge: Illi Oehlmann vom Landestheater Schleswig-Holstein wird aus dem Roman „Bergland“ von Jarka Kubsova lesen. Dazu spielt Isgard Boock (Philharmonisches Orchester Kiel) auf dem Alphorn – das dürfte es in der dann 163-jährigen Geschichte der Buchhandlung noch nicht gegeben haben. Eintritt frei, Spende willkommen.

23. Mai, 17 Uhr • Coburg'sche Buchhandlung



Foto: Gospelchor Holtenau

GOSPELCHOR HOLTENAU

Musik ist etwas Besonderes: Sie kann Menschen zusammenführen, Gemeinsamkeit stiften über Kontinente hinweg, Freude, Trauer und Lebenslust ausdrücken. Ganz besonders gilt das für die Gospelmusik, die voller Stimmung, Groove und Emotionen ist. Der Gospelchor Holtenau feiert dieses Jahr 30-jähriges Bestehen und macht noch immer mit großer Begeisterung südafrikanische Musik. Bei den Konzerten wird nicht nur gesungen, sondern auch getrommelt, gerasselt, mitgeklatscht, getanzt und gejubilert. Die bekannten Hits, aber auch zahlreiche neue Lieder gibt es beim Konzert des Chors am 25. Mai in Ascheberg zu hören. Eintritt: Spende. Mehr Infos: www.gospelchor-holtenau.de

25. Mai, 18 Uhr • Michaeliskirche, Plöner Chaussee 47, Ascheberg



BACHKANTATE IM GOTTESDIENST

Lust auf einen besonderen musikalischen Gottesdienst? Die Kirchengemeinde Rendsburg lädt am Sonntag, dem 25. Mai, ab 11 Uhr, in der wunderbaren Kirche St. Marien zum Chorkonzert ein. Unter der Leitung von Kirchenmusiker Volker Linhardt singt der Kammerchor Rendsburg, begleitet von einem Barockorchester, die Kantate „Wer da glaubet und getauft wird“ von Johann Sebastian Bach. Als Solist*innen wirken Julie Caffier, Anne-May Hansen, Jan Hendrik Jensch und Karl Hänsel mit. Der Eintritt zum Gottesdienst ist natürlich frei.

25. Mai, 11 Uhr • St. Marien Rendsburg

Foto: Simon Landt

MARKISEN SOMMER AKTION 2025

GÜLTIG AB 01.03. BIS 30.09.2025

SONNENSCHUTZ-SYSTEME
Foltas

/ Markisen / Rollläden / Garagentore / Insektenschutz Ihr Fachbetrieb seit 1965

Diplom-Physikerin Eva Foltas



/ Markisen / Insektenschutz / Rollläden / Garagentore

- Individuelle Lösungen
- Hochwertige Ausführung
- Ausstellung
- Montage/ Kundendienst
- Kostenlose Beratung vor Ort

Eva Foltas - Stafstedt
Telefon 04875 - 424 Fax 247

E-Mail: h.foltas@t-online.de
www.rollladenbau-foltas.de





GALERIE [DER LOKSCHUPPEN] ZEIGT „SEQUENZEN DER BEGEGNUNG“

Die Berliner Malerin, jetzt im thüringischen Eichsfeld lebend, und Berthold Grzywatz begegnen sich in einer intensiven, visuell erzählenden Kooperation. Annett Schauß hat an der Fachhochschule für angewandte Kunst Potsdam Farb- und Oberflächengestaltung studiert und zu Beginn der neunziger Jahre ihren Abschluss als Diplomdesignerin abgelegt. Anschließend entschied sie sich, als freie Künstlerin zu leben, konzentriert sich auf die Bereiche freie und angewandte Kunst. Gleichzeitig entdeckt sie das Interesse für die Kinder- und Jugendkultur und nimmt als Dozentin die verschiedensten Aufgaben wahr. Als Galeristin hat sie über viele Jahre etliche Künstler*innen in ihrer Bernauer Einrichtung begleitet und erwarb sich nicht zuletzt in zahlreichen Künstlergesprächen Verdienste um die Vermittlung von Kunst. Im Jahr 2021 verlässt sie ihr Berliner Umfeld und zieht nach Thüringen, arbeitet für die kulturelle Jugendbildung, für die Stif-

tung Ettersberg und die Klassik-Stiftung Weimar. Schauß hat ihre Kunst auf nicht wenigen Ausstellungen gezeigt, genannt sei nur die Nominierung für den „Brandenburgischen Kunstpreis“ auf Schloss Neu-hardenberg. Das Bild ist für Annett Schauß ein Medium der Erzählung, in dem sie ihre Erlebnisse und Beobachtungen, meistens an Orten urbanen Lebens, erzählend darstellt. Milieu, Verhalten, Stimmungen, Szene, Beziehungen in abstrahierter, mitunter überspitzter Form, die Geschehen aufzeigen, wie es war, wie es ist oder wie es sein könnte. Urbane Impressionen in vereinfachtem, flächigem Aufbau, nahezu grafisch angelegt, mit sparsamen Farbspuren zwischen Hell und Dunkel. Bildwelten über das Außen und Innen im Alltäglichen, das die Begegnung zu einem Motor für Einblicke in das macht, was wir unbeholfen mit Leben umschreiben. Gegenüber der Flächigkeit und der Farb-reduktion in der Bildanlage treten die

Steinskulpturen von Berthold Grzywatz mit einer Materialwucht auf, um in der Nutzung des Raums Akzente für Sinngebung zu setzen. Granit, Gneis, aber auch Sandstein machen ihre Flächen zum Bühnenraum, zeugen von Geschichten, deren Spuren sich im Material selbst greifbar zeigen. Die natürlichen Gegebenheiten des Steins werden durch den künstlerischen Eingriff in Formen gebracht, die Kontraste aus Linie und Fläche aufbauen. Und dann gibt es immer wieder Begegnungen mit dem Zurückliegenden, der Naturgeschichte, wenn Grzywatz Partien in der überlieferten Oberfläche belässt, sie nur mit Stahl bürstet, um die natürlichen Konturen zu verdeutlichen. Eine Aufforderung an die Betrachtenden, sich gleichsam stets neu zwischen Zivilisation und Natur zu verorten. Mehr unter: www.berthold-grzywatz.de

**Bis 30. Mai • Galerie [Der Lokschuppen],
Am Kreishafen 35, Rendsburg, Öffnungs-
zeiten: Di, Do-Sa 15-19 Uhr**



falkmedia
GREEN CAMPUS

DEUTSCHLANDS NACHHALTIGES MEDIENHAUS



**Bei uns gibt's die modernsten Studios für Videos,
Reels, Podcasts und Räume für Deine Tagung.**

PODCASTS | WEBINARE | REELS | VIDEO | FOTOSTUDIO
FILMSTUDIO | PRÄSENTATIONEN | SEMINARE | KONFERENZEN



**Jährlich
100 Mio.
Video Views***

**Diese Marken
vertrauen uns:**



BOSCH

ZauberTopf

XXXLutz

SIEMENS



Wir haben die Räume, Equipment, technischen Support. Ihr produziert selbst oder wir für euch – **alles ist möglich im Green Campus!**

Ruft einfach mal durch!



0431 20076600



t.moeller@falkmedia.de

*Im falkmedia Green Campus 2023 Social Media und YouTube Videos eigene und Fremdmarken mit einer jährlichen Gesamtreichweite von über 100 Millionen Views.



BABYBEDARFS- UND KLEIDERBÖRSE

Am Sonntag, 25. Mai, findet auf dem Willy-Brandt-Platz von 7 bis 13 Uhr wieder die beliebte Babybedarfs- und Kleiderbörse statt. An zahlreichen Ständen wird alles rund ums Baby und Kind angeboten. Besucher*innen erwartet ein vielfältiges Angebot an gebrauchter, jedoch gut erhaltener Umstands-, Baby- und Kinderkleidung, Spielsachen, Kinderwagen und

-sitzen und vieles mehr. Es ist keine vorherige Standanmeldung notwendig. Wer möchte, kann ab 6 Uhr früh auf den Platz fahren und mit dem Aufbau beginnen. Die Standgebühr beträgt 7 Euro pro laufenden Meter und kann vor Ort in bar oder mit Karte gezahlt werden.

25. Mai, 7-13 Uhr • Willy-Brandt-Platz

Foto: Adobe Stock



Foto: Lisa Iwon/ArcheWarder

MITTELALTER LIVE

Ein viertägiges Spektakel über das Himmelfahrts-Wochenende vom 29. Mai bis zum 1. Juni, das man nicht verpassen darf, ist „Mittelalter live“ in der Arche Warder. Auf einem bunten Mittelaltermarkt, der sich über fünf Koppeln erstreckt und mit seinen weit mehr als 300 Gewandeten eine ganz besondere Atmosphäre bietet, steht ein Programm voller Höhepunkte an. In der Schmiede entstehen Schwerter, Körbe werden geflochten, über dem offenen Feuer köchelt das Mittagmahl, bei Schaukämpfen klirren die Klingen. Besucher*innen können bei diesem besonderen Event das Zusammen-

leben von Mensch und Tier in dieser Zeit erleben, denn Tiere aus der Arche tummeln sich mitten im Lagerleben.

An jedem Tag sorgen neue Aktivitäten und Vorführungen für Überraschungen, auch Musik steht auf dem Programm. Groß und Klein können viele weitere Angebote wahrnehmen und dabei auch selbst aktiv werden – Perlenketten und Lederbeutel herstellen, Körbe flechten, Speckstein schleifen oder beim Bogenschießen und Speerwerfen mitmachen.

29. Mai bis 1. Juni, 10-18 Uhr • Arche Warder



FISCHBRÖTCHENBLUES

Am 31. Mai gastiert das Ensemble des Schleswig-Holsteinischen Landestheaters mit einem unterhaltsamen und schrägen Heimatabend mit viel Musik von Peter Schanz im theater itzehoe: Ohne sie geht es nicht. Aber mit ihnen ist es oft schwer auszuhalten! Die „Touris“ aus Dänemark und Schweden wollen meistens nur trinken. Die von unten aus Bayern und aus NRW, die wollen das auch. Aber dazu wollen sie unseren Strand, unseren Matjes und unsere Krabbenkönigin. Und außerdem wissen sie immer alles besser. Alles. Und dann beschweren sie sich, dass das Meer dauernd weg ist und dass ihnen unsere Möwen den Matjes aus dem Brötchen ziehen. Und zu denen sollen wir freundlich sein, damit sie immer wieder kommen? Weil der Tourismus so ein superfetter Wirtschaftsfaktor ist? Tickets ab 21 Euro über theaterkasse@itzehoe.de und www.theater-itzehoe.de.

31. Mai, 19.30 Uhr • theater itzehoe, Theaterplatz

THE GROOVE STATION

Sechs sympathische Vollblutmusiker*innen mit jeweils mehreren Jahrzehnten Bühnenerfahrung? Das sind The Groove Station aus Schleswig-Holstein! Der Name steht dabei für die Titelauswahl der Band: Bei den Konzerten gibt es auserlesene groovige Stücke der Rock- und Popgeschichte von den 1980ern bis heute. The Groove Station interpretiert sie mit eigenen spielerischen Stärken und Emotionen – diese persönliche Note ist ihr Rezept für ein packendes Konzerterlebnis, mit dem sie alle Zuhörenden begeistern.

6. Juni • Freibad, Osterrönfeld und 8. Juni • 16-18 Uhr, Strandterrassen, Seebadkulturfestival Travemünde (weitere Termine im Juli an der Westküste)



Foto: The Groove Station



Foto: von Lieres/Adobe

OLDTIMERTREFFEN IN TRAVENTHAL

Das 20. Oldtimertreffen mit Teile-, Antik- und Trödelmarkt gilt in der Szene als eines der schönsten Norddeutschlands. Neben dem Ambiente liegt der Erfolg in der Zwanglosigkeit dieses Treffens, denn es wird keine Anmeldegebühr erhoben. Bunt gemischt steht die ganze Oldtimer-Parade auf dem großen Reitplatz und im Innenhof des Gestütes. Pfingstmontag rollen zusätzlich die amerikanischen Oldies zum US-Special an. Die Barockreiter-Gruppe „Doma Clasica“ kommt an beiden Tagen mit ihren Pferden, um das Motto „Edle Rösser begegnen edlen Karossen“ ins Bild zu setzen. Programm: www.landgestuet-traventhal.de
8. und 9. Juni, 9-18 Uhr • Landgestüt Traventhal, Eintritt 13 Euro (jede Karte ist ein Los für ein Apple iPhone 16 Pro Max), Kinder bis 12 Jahre frei, Parken kostenlos

SAVE THE DATE: BEATRICE EGLI KOMMT

Sie ist ein Star mit Herz und Seele. Mit jedem Song, jeder Zeile transportiert die Schweizerin pure Emotion und wird dank ihrer positiven Ausstrahlung zur Botschafterin für Lebensfreude und Selbstbewusstsein. Sehr zur Freude ihrer Fans kündigte die Schlager-Ikone ihre mit Spannung erwartete neue Tournee „Tanzen – Lachen – Leben“ und damit ihre Rückkehr auf die Bühne für 2026 an. Und das Beste: Beatrice Egli macht dabei auch Halt in Kiel und Hamburg! Jetzt Tickets sichern: www.semmel.de

4. Oktober 2026 • Wunderino Arena, Kiel

25. Oktober 2026 • Barclays Arena, Hamburg



Foto: Michael de Boer



Foto: Daniel Lagerpusch

EUTINER FESTSPIELE

Nur wenige Kilometer vom Ostseestrand entfernt, erschafft die kleine Stadt Eutin ihren großartigen Dreiklang aus Natur-, Kultur- und Musikgenuss. Während der Eutiner Festspiele vom 4. Juli bis 14. September können Gäste hier Sommerabende im wohl schönsten Konzertsaal Norddeutschlands auf der Seebühne unter freiem Himmel erleben – zum Beispiel Mozarts „Zauberflöte“ und Bernsteins „West Side Story“. Ein Musiksommer der Superlative. Karten ab 45 Euro gibt es unter: www.eutiner-festspiele.de

4. Juli bis 14. September • Seebühne Eutin

SOMMERTHEATER LIVE!

Giuseppe Verdis beliebteste Oper kommt auf den Rathausplatz! Als großes Open-Air-Spektakel erwartet uns die Geschichte „La Traviata“, der „vom Weg abgekommenen“ Kurtisane Violetta. Wie ein deprimierter Brief des Komponisten an seinen Verleger verrät, ließ die Uraufführung 1853 den späteren Erfolg des Werks noch nicht ahnen. Der Realismus dieses Werks und die schillernde Hauptfigur waren einfach zu viel für das Premierenpublikum. Der Kartenvorverkauf läuft: www.theater-kiel.de. Die Vorstellungen ab dem 19. Juli werden an verschiedenen Orten in Kiel live übertragen. Mehr dazu auf kiel-sailing-city.de.

Premiere: 19. Juli • Rathausplatz Kiel (Open Air)



Foto: Matthias Masch/Kiel-Marketing

NO WAR

**Eine Erde.
Ein Klima.
Eine Menschheit.**



GREENPEACE

act.greenpeace.de/friedensmanifest

DIE NÄCHSTE
Rendsburgerleben
erscheint am
30. Mai
Anzeigenschluss
21. Mai

IMPRESSUM

RENSBURGERleben ist eine Publikation aus dem Hause falkemedia.

falkemedia Regional GmbH

Geschäftsführer: Benjamin Haben
(V. i. S. d. P.)

Exerzierplatz 3, 24103 Kiel

Tel.: 0431 / 200 766-933,

Fax: 0431 / 200 766-50

HRA 8781 KI Amtsgericht Kiel

Herausgeber:

Kassian Alexander Goukassian

Redaktion:

Tel.: 0431 / 200 766-933

E-Mail: redaktion@rendsburgerleben.de

Dr. Heiko Buhr, Marion Laß,

Mareike Neumann, Malin Schmidt,

Maya Schukies, Sebastian Schulten,

Isabelle Sester, Hanna Wendler,

Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnrow

Anzeigenkoordination & Mediaberatung:

Stephan Reußner, Tel.: 0431 / 200 766-62

E-Mail: s.reussner@falkemedia.de

Frank Barghan, Tel.: 0171 / 412 43 89

E-Mail: f.barghan@falkemedia.de

Kathrin Mandel, Tel.: 0431 / 200 766-24

E-Mail: k.mandel@falkemedia.de

Gesa Schimmer, Tel.: 0431 / 200 766-75

E-Mail: g.schimmer@falkemedia.de

Layout & Bildbearbeitung:

Angelika Schwarz, Zlatan Rasidovic

Titelfoto: AdobeStock

Anzeigengestaltung: Nicolas Rexin

Vertrieb: Die RENDSBURGERleben erhält
du an über 550 Vertriebspunkten in
und um Rendsburg.

Abopreis: 25 Euro, Studierende 20 Euro
(mit gültigem Studierendenausweis).
Aboservice: Tel.: 0431 / 200 766-00

Für unverlangt eingesandte Materialien
keine Haftung. Eine Veröffentlichungs-
garantie 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

Rendsburgerleben

WWW.FALKEMEDIA.DE

Bei falkemedia erscheinen
die Publikationen:

DigitalPHOTO (www.digitalphoto.de)

So is(st) Italien (www.so-isst-italien.de)

BÜCHERmagazin (www.buecher-magazin.de)

mein ZauberTopf (www.zaubertopf.de)

Mac Life (www.maclife.de)

BEAT (www.beat.de)

www.falkemedia.de

© 2025 by falkemedia.
Alle Rechte vorbehalten.

VERSTEIGERUNG: FUSSBALL-PREZIOSEN

Das Sportjahr 2024 war in Rendsburg geprägt von beeindruckenden Leistungen und mitreißenden Momenten. Ein besonderes Highlight war im Juli der Besuch des Bundesligisten Holstein Kiel: Im Rahmen des 825. Stadtjubiläums gastierten die Störche auf dem Nobiskrug-Sportplatz und besiegten die dänischen Gäste von B.93 Kopenhagen. Zur Erinnerung an dieses besondere Ereignis signierte das Team um Trainer Marcel Rapp einen Jubiläumsball – ein Unikat und echtes Sammlerstück, das nun für den guten Zweck versteigert wird. Es gab noch mehr Spitzen-Fußball. Vor einem Jahr schafften die Männer des TuS Rotenhof mit deutlichen 20 Punkten Vorsprung den Aufstieg in die Oberliga – und spielen diese Saison in der höchsten Fußball-Landesspielklasse. Das letzte Heimspiel steht an am 10. Mai – schaffen sie den Klassenerhalt? Wer zum Saisonfinale perfekt ausgestattet dabei sein will, hat jetzt die Chance, ein exklusives Fanpaket zu ersteigern: ein vom Team signierter Ball, ein Vereinsschal und vier Eintrittskarten – alles in einem.

Mit diesen zwei Versteigerungen soll nicht nur das außergewöhnliche Sportjahr 2024 gefeiert werden, sondern auch etwas Gutes geschehen: Der gesamte Erlös kommt der Nachwuchsförderung zugute und unterstützt damit die Talente von morgen. Das Geld geht an den Verein Plietsch und Stark, der es für den Schwimmunterricht von Kindern einsetzen wird.

Aber das ist erst der Anfang: In den kommenden Monaten dürfen sich Sportfans, Sammler*innen und Unterstützer*innen auf weitere einzigartige Erinnerungsstücke freuen, die im Rahmen weiterer Auktionen angeboten werden.

MITBIETEN PER MAIL

Wer den Kiel-Ball oder das Fanpaket ersteigern möchte, sendet einfach eine E-Mail mit seinem Gebot an presse@rd-tm.de, Betreff Kiel oder Rotenhof, je nachdem, wofür geboten wird.

Das Höchstgebot gewinnt.

Die Auktion für das Rotenhof-Fanpaket endet am Donnerstag, 8. Mai, 23:59 Uhr, für den Störche-Ball laufen die Gebote bis zum 30. Mai, 23:59 Uhr.



REGIONALES SCHLEMMER EVENT 2025

CITTI

Markt der
Lebensfreude

SCHLEMMEN, SPAREN & ERLEBEN!

DAS EVENT FÜR REGIONALEN GENUSS

Ab dem 15. Mai treffen Sie exklusiv rund 40 unserer regionalen und lokalen Partnerinnen und Partner persönlich! Sparen Sie mit **Top-Angeboten** und **probieren** Sie die Köstlichkeiten vor Ort. Der beliebte **Schlemmerteller** erwartet Sie nur am Eventtag an einem Aktionsstand. **Der Eintritt ist frei!**



Details und Angebote unter
cittimarkt.de/regionalevent

MIT RUND
40 PARTNERN
AUS SCHLESWIG-
HOLSTEIN



IN KIEL AM FREITAG, 16. MAI, 11-18 UHR

FLENSBURG Do., 15. Mai, 11-18 Uhr
LÜBECK Sa., 17. Mai, 10-17 Uhr



GRILL-GENUSS AUS SH MIT GUTEM ZWECK

Im Markt die Feuerwehrrurst nach traditioneller Rezeptur probieren und mit 50 Cent pro Packung die Jugendfeuerwehr SH unterstützen.

FAMILIEN AUFGEPASST:

Feuerwehr-Aufbau auf dem Außengelände zum Ausprobieren, Spielen und Informieren.



und viele mehr ...

Die Fantastischen Vier



15.6. Kiel

»Long Player«

€ 69,-



Harry Potter und der Gefangene von Askaban™ in Concert



1. & 2.8. Neumünster

Schleswig-Holstein Festival Orchestra

Ludwik Wicki, Dirigent

€ 29,- bis 79,-

WIZARDING WORLD and all related trademarks, characters, names, and indicia are
© & TM Warner Bros. Entertainment Inc. Publishing Rights © JKR.

Anne-Sophie Mutter



27.8. Neumünster

Anne-Sophie Mutter, Violine

Royal Philharmonic Orchestra

Vasily Petrenko, Dirigent

€ 39,- bis 124,-

Infos & Karten: Tel. 0431-23 70 70 www.shmf.de

Sparkassen-Finanzgruppe



Sparkasse



Sparkassen-Kulturfonds



Orchesterpartner

Mobilitätspartner

Medienpartner