

Rendsburger Leben

SOMMER, FERIEN, SPASS

Tipps für eine unvergessliche
Sommer-Auszeit



SH NETZ CUP

Das sportliche Highlight
des Jahres auf dem NOK

Rendsburger Herbst

Drei Tage lang feiern, entdecken, schnacken, schlemmen:
Freu' dich auf ein kunterbuntes Stadtfest-Programm

Schwedisches Design mit farbstarker Seele

MIT DEM WIND
ÜBER DEN

*Stillen
Ozean*

HERBST 2025

Webkleid
„Okinawa“
mit Unterrock

Gudrun Sjödén

gudrunsjoden.com

Tel. 0911/ 960 69 69

KONZEPTLADEN HAMBURG Adolfsbrücke 9-11 / Neuer Wall



Foto: Angelika Schwarz

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

diesen Monat erwarten dich der Sommer und der Herbst – und damit ist gar nicht das Wetter gemeint. Denn auch wenn wohl die wenigsten Rendsburger*innen erklären können, warum unser jährliches Stadtfest, obwohl es im August stattfindet, Rendsburger Herbst heißt, eines ist sicher: Alle freuen sich auf drei Tage voller Livemusik, Aktionen, Klönschnack, Leckereien und mehr, vom Obereiderhafen bis zum Paradeplatz. In dieser Ausgabe findest du die wichtigsten Infos zum diesjährigen Rendsburger Herbst und weißt somit gleich, was du auf keinen Fall verpassen solltest. Und was den Sommer angeht, befinden wir uns mitten in der Ferienzeit, für viele wohl die schönste

Zeit des Jahres. Wir haben jede Menge Tipps mit an Bord, wie du deine wohlverdiente Auszeit verbringen kannst: Genieße Sommerkonzerte, den SH Netz Cup oder kurzweilige Ausflüge in die Region. Natürlich sind auch für die Kids ein paar spannende Aktionen dabei, von der Kinderstadt Jerry Town über ein spaßiges Matsch-Event bis hin zum FerienLeseClub.

Wir wünschen dir einen feinen August und viel Freude mit diesem Heft!

Deine RENDSBURGERleben-Crew



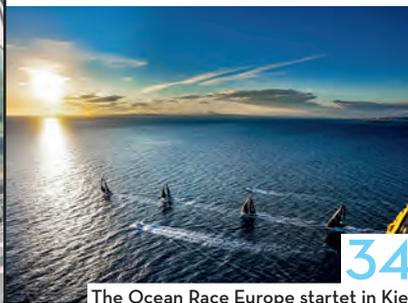
Auf dem Rendsburger Herbst geht's rund

06



Tipps für einen Abend in Hamburg

48



The Ocean Race Europe startet in Kiel

34



DIY-Sommertisch

55



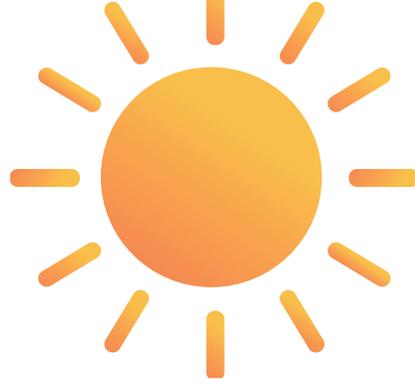
Mediterrane Sommerrezepte

64



Konzerte, Lesungen und mehr

70



RENDSBURGER HERBST

Programm, Bühnen, Locations und mehr **6**
 Hunde im Herbst **15**

FERIEN AHOI!

Lesespaß und Jerry Town **16**
 Auszeichnung für das Schifffahrtsarchiv **17**
 Stöbern auf dem Sommerflohmarkt **18**
 Music for Friends **20**
 Sommerkonzerte in St. Marien **21**
 Grüne Tipps: Lebensräume für Insekten & Co. **22**
 Der Wochenmarkt **26**
 Sommerfahrradtour nach Hohn **27**
 Klimafolgen-Spaziergang **28**
 Matschbrook 2.0 **30**
 Digitale Passbilder im Rathaus **31**
 25. SH Netz Cup **32**
 The Ocean Race Europe: Startschuss in Kiel **34**
 Das neue Förde Fräulein stellt sich vor **38**
 Ein Ausflug nach Fehmarn und andere Ideen **42**

GLEIS + MEER

Tipps für einen Abend in Hamburg **48**

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Ein sommerfeines Zuhause **52**

GESUNDHEIT & WELLNESS

So hält die Sommerbräune **57**
 Schneckenschleim: hot oder not? **58**

HUNGER & DURST

Mediterrane Urlaubsrezepte **64**
 SHGF: Genusswellen im Norden **68**

KULTUR & UNTERHALTUNG

Ausstellungen, Bühnen und andere Events **70**

JEDEN MONAT DABEI

Editorial **3**
 Horoskop **62**
 Impressum / Aus der Redaktion **82**

Alles für Euren Sommerurlaub



Sommerzeit = Urlaubszeit!

Bereit für den Urlaub?

Bei uns im RONDO findet Ihr alles, was Ihr für einen perfekten Sommer braucht: von der neuesten Sommermode über Sonnencreme bis hin zur frischen Sommerfrisur.

Mit dem RONDO-Urlaubsshopping und einer anschließenden Erfrischung im Eiscafé steigt die Vorfreude garantiert!



News

RONDO – einkaufen, erleben, wohlfühlen

RONDO Einkaufszentrum
Am Ahlmannkai 2
24782 Rendsburg/Büdelndorf
Mo.–Sa.: 9 – 20 Uhr
REWE: 7 – 22 Uhr



RONDO

RENDSBURGER HERBST

29.-31. AUGUST

Es geht wieder rund beim Rendsburger Herbst, die ganze Stadt feiert! Drei Tage Live-Musik, ein buntes Familienprogramm, kulinarische Leckereien, Jahrmarkt, das Entenrennen und der verkaufsoffene Sonntag – das Stadtfest ist für alle da!

12-17 Uhr

**VERKAUFS-
OFFENER
SONNTAG**



DIE STADT FEIERT

Zum 49. Mal findet er statt, unser Rendsburger Herbst. Das beliebte Stadt- und Volksfest, das weit in die Region hinaus strahlt und zu den größten und schönsten Festen in Schleswig-Holstein gehört, hat auch in diesem Jahr wieder ein abwechslungsreiches Programm zu bieten. Auf allen Plätzen, im Arsenal, vor dem Theater ist die ganze Stadt unterwegs. Man trifft sich eben beim Rendsburger Herbst, zum Flanieren und Feiern, mit der Familie und Freund*innen. Tagsüber sind die Bühnenprogramme herrlich bunt, am Abend ist dann Partyzeit. Der Paradeplatz wird zum Jahrmarkt, und in der Innenstadt, am Obereiderhafen und im Stadtpark heißt es wieder: In Rendsburg ist Herbst, schon Ende August, und das sind drei Tage Spaß für Groß, Klein und alle, die dabei sind. www.rensburger-herbst.de

FEIERLICHE ERÖFFNUNG

Am Freitag, 29. August, 15.30 Uhr, eröffnen der Stadtpräsident Thomas Krabbes und Bürgermeisterin Janet Sönnichsen den Rendsburger Herbst festlich und feierlich. Selbstverständlich, Tradition zur Eröffnung, ist der Fassbieranstich dabei – und das Freibier fließt.



Schiffbrückenplatz



Noch vor der offiziellen Eröffnung rocken am Freitag Windback ab 14.30 Uhr die Bühne, abends ist DIE Coverband am Start. Samstagabend kommen die Coverpiraten mit ihrer Power-Show zurück und DJ funky macht Party ohne Pause. Auch der Frühschoppen gehört zum Rendsburger Herbst: am Samstag ab 12 mit Musikprogramm, am Sonntag sorgt ab 11 Uhr der Postbündel mit seiner Comedy op Platt für Vergnügen. Ab 15 Uhr: Die Doppelzentner mit Tanzmusik und Showeinlagen. Auf dem Schiffbrückenplatz ist auch kulinarisch richtig viel los zwischen Knusperfleisch, Spanferkel, Gyros und Nudelpfanne.

Schloßplatz

Der Wochenmarkt am Samstag zieht vom Schiffbrückenplatz um und am Sonntag ist ab 11 Uhr Flohmarktzeit. Anmeldung nicht nötig, einfach kommen und ab 10 Uhr aufbauen.



Obereidervorplatz

Hier steht der Schwenkgrill mit seinen Spezialitäten, es gibt Crêpes und Zuckerwaren, Eis und Langos – bei bester Unterhaltung zum Beispiel von The Skartists, Rebäll oder Matthias Eicke mit seiner unvergleichlichen Schlager-Rock-Pop-Mischung.

Am Sonntag um 13 Uhr steht der Gottesdienst mit Bernd Kollmann (Baptistenkirche Rendsburg) unter dem Motto „Made for more“.



Obereiderhafen

Heet & Smith eröffnen um 17.30 Uhr den Freitagabend mit ihrem einmaligen Sound aus Funk, Soul und Pop, um 20 Uhr übernehmen Top Union mit ihren Cover-Hits die Bühne am Obereiderhafen. Der Samstag ist musikalisch kunterbunt u. a. mit TaBa con fuoco, Miss Muso und Johnny Stone.

Am Sonntag um 15 Uhr gibt der Grünschnabel ein Mitmach-Musik-Konzert für Kinder – ein großer Spaß für die ganze Familie.





ENTENRENNEN

Das 13. Rendsburger Entenrennen für den guten Zweck findet in diesem Jahr am Sonntag, 31. August, auf der Ober-eider statt. Organisiert wird es von den Rendsburger Lions Clubs gemeinsam mit der Rendsburg Tourismus und Marketing GmbH. Neben dem Rennen gibt es auch in diesem Jahr den beliebten Schönheitswettbewerb. Ob mit Krone, Glitzersteinchen, Piratenklappe oder jeglicher anderer Verzierung – die schönsten Enten der Erwachsenen wie auch der Kinder werden mit tollen Preisen belohnt.

www.rensburger-entenrennen.de



Obereider

Theatervorplatz



Am Jungfernstieg auf dem Theatervorplatz lautet das Motto: American Pie meets Project X. Bei Foodtrucks und Cocktails geht es lässig zu, American Bullriding und Getränke-Bingo bringen Spaß auf den Platz und DJ Flaek bringt garantiert die Tanzfläche zum Beben. Und das ist längst nicht alles.





Altstädter Markt

Der Altstädter Markt öffnet schon morgens ab 11 Uhr die Tore, es gibt ein Wiedersehen mit den Bigguns, und Freitag und Samstag ab 21.30 Uhr sind die Rendsburger Kult-DJs DJ Katchi & Thodde an den Turntables und sorgen für Gute-Laune-Musik und Paaaaarty.

Sonntag um 10 Uhr feiern die christlichen Gemeinden Rendsburgs einen Ökumenischen Gottesdienst.



Paradeplatz

Drei Tage dreht sich der Jahrmarkt auf dem Paradeplatz mit zahlreichen Fahrgeschäften, Buden und Kirmes-Flair mit Twister und Soundwave, Baby Flug und Jahrmarktleckereien von gebrannter Mandel bis Pilzpfanne. Freitag und Samstag glüht abends das Partyfieber rund um den Power Turm.



Stadtspark

Vereine und Verbände präsentieren sich in ihrer ganzen begeisternden Vielfalt mit Aktionen, Info-Ständen, Mitmachangeboten. Der Carnival Club Rendsburg e. V. ist mit seiner Bühne dabei, darauf u. a. die Nordstimmen und Oakfarm und das wie immer bunte Musikprogramm.





GenR is back – am Freitag und Samstag ist zum zweiten Mal das Techno & Trance Open Air am Start. Junge DJs und ein feines Line-up versprechen wieder friedliche Partykultur.

Stadtspark



Kulturzentrum

Die VHS macht die Tage der offenen Tür, das Programm zum Lernen, Ausprobieren und Mitmachen ist wieder groß und breit gefächert, Fitness, Info und Klönschnack inklusive, vom offenen Computertreff über ein Speeddating mit der Ukulele bis zum Bogenschießen. Für Kinder wird der Innenhof des Arsenal's zum riesigen Spielplatz. Kulinarisch wird es international beim beliebten Markt der Nationen.

Auf der Bühne wird getrommelt, es gibt Hip Hop, die Rendsburger Musikschule präsentiert sich, der Seniorensingkreis aus Büdelsdorf eröffnet den Samstag, und die Line-Dance-Gruppe der VHS ist am Sonntag auch wieder dabei.

Noch mehr Kultur gibt es in den Museen, die zum Rendsburger Herbst freien Eintritt bieten. Im Musiksaal fährt eine historische Märklin-Eisenbahnanlage und im Bürger-saal zeigt Kai Voß seine Sammlung.

Die Stadtbücherei öffnet am Sonntag von 10 bis 17 Uhr die Türen für den Bücherflohmarkt.



TAKE FIVE

Auch in diesem Jahr gibt es das Rendsburger-Herbst-Ticket für die Busse des ÖPNV. Es kostet nur fünf Euro und ist gültig von Freitag bis Sonntag.

TAXISTAND

Freitag, Samstag und Sonntag ab 18 Uhr wird der Schloßplatz zum Taxistand.

SELFIE-POINT

Im Innenhof des Arsenal's steht der Hingucker mit Rendsburg-Liebe: Der Selfie-Point ist der ideale Ort für ein Erinnerungsfoto oder Selfie – für alle, mit Rendsburg im Herzen. Wer mag, schickt sein Bild an presse@rd-tm.de oder postet bei Insta.

WWW.RENSBURGER-HERBST.DE



DIE 3 KLASSIKER, DIE DU AUF DEM RENDSBURGER HERBST NICHT VERPASSEN SOLLTEST

Zum 49. Mal feiert Rendsburg das Stadtfest für alle. Und auch, wenn in den vielen Jahren einiges anders geworden ist, gibt es doch so einige Programmpunkte, die einfach nicht mehr wegzudenken sind und die unserem Fest sein besonderes Flair verleihen – eben typisch Rendsburger Herbst!

ENGAGEMENT PUR IM STADTPARK

Traditionell ist das Stadtseegelände der Ort, an dem das Engagement vieler Bürger*innen aus Stadt und Region sichtbar wird. Ohne sie wäre der Rendsburger Herbst nicht das, was er ist! Genieße hier Klönschnack, Infostände, Angebote für Kinder und noch viel mehr! Noch mehr zu entdecken gibt es bei den Tagen der offenen Tür bei der VHS, direkt nebenan im Innenhof des Arsenal.

LIVEMUSIK AN JEDER ECKE

Kaum zu glauben, aber wahr: Auf dem Rendsburger Herbst gibt es so viele Bühnen, dass du sie an einer Hand nicht mehr abzählen kannst. Drei Tage lang sorgen Bands und Künstler*innen für Live-Musik für jeden Geschmack, von Rock über Schlager und Techno bis Pop, dazu Tanzaufführungen und DJ-Entertainment – eine musikalische Erlebnisreise der Extraklasse!

ENTENRENNEN UND SCHÖNHEITSWETTBEWERB

Bereits zum 13. Mal stellen sich die knuffigen Gummienten an der Obereider der Jury, die die hübschesten Enten prämiert. Danach geht's ab ins Wasser beim Rennen um die ersten Plätze. Mit dem Kauf einer Ente sicherst du dir nicht nur die Chance auf einen von vielen großartigen Preisen, sondern unterstützt auch noch Projekte für Kinder und Jugendliche in unserer Stadt. Alle Verkaufsstellen findest du unter www.rensburg-tourismus-marketing.de/entenrennen



HUNDE IM HERBST

Ein Stadtfest wie unser Rendsburger Herbst kann für Hunde sehr aufregend, aber auch überfordernd, sein.

Hier sind einige Tipps für einen entspannten Bummel mit Hund.

1. Kenne deinen Hund: Ist dein Hund lärmempfindlich, unsicher mit vielen Menschen oder anderen Hunden? Dann ist ein Stadtfest womöglich nicht das Richtige oder nur kurzzeitig mit Rückzugsmöglichkeiten. Hat dein Hund Erfahrung mit größeren Menschenmengen oder Trubel? Dann könnte es gut klappen – mit den nötigen Vorkehrungen.
2. Die richtige Tageszeit: Die Öffnungszeiten des Herbstes sind lang genug, um ruhige Stunden zu erwischen, vermeide Stoßzeiten.
3. Geeignete Ausrüstung: Nimm eine kurze feste Leine (1,5-2 m), keine Flexileine, die sind zu unsicher in Menschenmengen. Achte auf ein gutsitzendes Brustgeschirr oder Halsband mit Adressanhänger.
4. Abstand halten: Meide laute Bühnen, Feuerwerke oder zu enge Ecken. Und lass deinen Hund nicht von Fremden streicheln, wenn er das nicht mag – höflich, aber bestimmt ablehnen. Das gilt natürlich nicht nur für Stadtfeste.
5. Pausen einlegen: Gönn deinem Hund regelmäßig Ruhepausen an ruhigeren Orten, z. B. im Stadtpark oder am Rand der Veranstaltung. Beobachte seine Körpersprache: Gähnen, Züngeln, Hecheln, Rutenhaltung, Blickvermeidung können Stressanzeichen sein, dann schnell weg vom Fest.
6. Was du vermeiden solltest: Lautsprecher und Bühnen, der Lärm ist für Hunde oft sehr belastend; dichtes Gedränge, da lauert Verletzungsgefahr für deinen Hund; alkoholschwangere Ecken und Plätze mit deutlich angeheiterten Menschen, das Verhalten dort ist nicht sicher berechenbar, schon gar nicht für deinen Hund.

Für viele Hunde ist ein Stadtfest wie der Rendsburger Herbst schlicht zu viel Trubel – in dem Fall ist es völlig okay, ihn zu Hause zu lassen und ihm lieber eine Extra-Runde später zu gönnen.



LESEPASS IM SOMMER

Auch in diesem Jahr können alle Schulkinder in der Stadtbücherei Rendsburg am beliebten FerienLeseClub (FLC) teilnehmen. Seit dem 21. Juli können sich Kinder – auch ohne Büchereikarte – kostenlos vor Ort anmelden und haben dann bis zum 8. September Zeit, Bücher zu entleihen und zu lesen. Alle Kinder, die sich in der Stadtbücherei Rendsburg anmelden, erhalten ein Lese-Logbuch und können über die Sommerferien für jedes gelesene Buch einen Stempel sammeln. Zum Schluss erhalten sie als Erinnerung die wohlverdiente Urkunde. Der letzte Abgabetermin für die Logbücher ist der 8. September.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Aktuelle Termine und weitere Informationen der Stadtbücherei Rendsburg sind zu finden unter: rendsburg.bibliotheca-open.de/Veranstaltungen



Service-Clubs und Stiftungen ziehen für den guten Zweck an einem Strang, (v. l.) Anke Bumann und Pierre Gilgenast (Harald Striewski Stiftung), Birgitt Brüger und Markus Stöterau (Bürgerstiftung Region Rendsburg), Hartmut Zitzewitz (Rotary Club Rendsburg-Mittelholstein), Nils Borchers (Rotary Club Rendsburg), Sven Mehrens (Stiftung Spar- und Leihkasse), Lars Meyer und Alexander Ricken (Round Table 68), Janine Gall (Inner Wheel Rendsburg) und Morad Taghizadeh (Lions Club Rendsburg)

JERRY TOWN – SERVICECLUBS UND STIFTUNGEN ZUSAMMEN FÜR KINDER

Nach drei Jahren Pause feierte die Rendsburger Kinderstadt Jerry Town am letzten Juli-Wochenende ihre Wiedereröffnung. Hundert Kinder im Alter von sechs bis zwölf Jahren waren eingeladen, im Hohen Arsenal das Stadtleben zu erfahren und mitzugestalten.

Dass Jerry Town in diesem Jahr überhaupt stattfinden konnte, war auch der Spendenbereitschaft der regionalen Serviceclubs und Stiftungen zu verdanken, die 16.000 Euro zusammentrugen: Der Rotary Club Rendsburg, der Rotary Club Rendsburg-Mittelholstein, Inner Wheel Rendsburg, Round Table 68 und Lions Club Rendsburg beteiligen sich mit jeweils 1.000 Euro. Der Restbetrag wurde von der Harald-Striewski-Stiftung, der Stiftung Spar- und Leihkasse zu Rendsburg sowie der Bürgerstiftung Region Rendsburg getragen.

In der Jerry Town lernten Kinder etwas über demokratische Werte, wählten Bürgermeister und Finanzsenator und bestimmten die Strukturen und Angebote in der Stadt selbst. Unterstützt wurden die Kinder von Betreuern der Brücke Rendsburg-Eckernförde, des Diakonischen Werks Rendsburg-Eckernförde und weiteren Helfern.



Auf dem Foto von links: Saskia Bruhn (Vorsitzende des Ausschusses für Bildung, Kultur, Sport und Soziales), Stadtpräsident Thomas Krabbes, Betsy Schlüter, Hans-Eggert Bock (Vorstand der Jens-Peter Schlüter-Stiftung) und Bürgermeisterin Janet Sönnichsen

SCHIFFFAHRTSARCHIV FÜR BARRIEREFREIHEIT AUSGEZEICHNET

Im Rahmen einer Feierstunde im Schifffahrtsarchiv Rendsburg würdigten Stadtpräsident Thomas Krabbes und Bürgermeisterin Janet Sönnichsen das vorbildliche Engagement für Barrierefreiheit des kleinen Museums. In Anwesenheit von Betsy Schlüter, der Witwe des Stifters, überreichten sie Urkunde und Plakette an die Betreiber des Archivs. Diese wird künftig gut sichtbar am Gebäude angebracht.

In ihrer Laudatio hob Bürgermeisterin Sönnichsen die besondere Bedeutung des Archivs für die Stadt hervor. Sie sprach davon, dass es in der Stadt Orte gebe, die mehr als nur Gebäude aus Stein, Holz und Glas sind, leitete aber vor allem auf die Betreiber über. „Wir ehren heute auch die Haltung, Barrierefreiheit nicht nur als technische Herausforderung, sondern in erster Linie als Bereicherung für unsere Gemeinschaft zu sehen.“

Das Gebäude in der Königstraße wurde 2005 vom Reeder Jens-Peter Schlüter erworben, der es umfassend sanieren ließ. Gemeinsam mit dem Architekten Hans-Eggert Bock entstand ein Ort, der nicht nur historische Schifffahrtsgeschichte bewahrt, sondern dabei auch zukunftsweisend gedacht wurde: mit Rampe, Aufzug und barrierefreien WC-Räumen.

Heute betreibt die Jens-Peter-Schlüter-Stiftung das Schifffahrtsarchiv auf rund 550 Quadratmetern Fläche und drei „Decks“ – ein Ort, der für alle Menschen zugänglich ist und Geschichte erlebbar macht. Diese Haltung war ausschlaggebend für die Entscheidung des Ausschusses für Bildung, Kultur, Sport und Soziales der Stadt Rendsburg sowie des Arbeitskreises für Menschen mit Behinderungen: Im Rahmen der jährlichen Auszeichnung für Barrierefreiheit wurde die Stiftung für das Jahr 2024 als Preisträgerin ausgewählt.



STÖBERN, FEILSCHEN, FREUEN AUF DEM SOMMERFLOHMARKT

Manche verstehen es nicht, aber wahre Flohmarktfans wissen, warum sich das frühe Aufstehen am Wochenende durchaus lohnen kann! Die nächste Gelegenheit ist am Sonntag, dem 3. August, dann findet von 8 bis 15 Uhr wieder der beliebte Sommerflohmarkt auf dem Willy-Brandt-Platz statt. Dort kannst du unter freiem Himmel an zahlreichen Ständen durch das vielfältige Angebot an Gebrauchtem – von Hausrat über Kleidung, Bücher, Möbel, Dekorationsartikel, Spielzeug bis hin zu Sammlerartikeln und vielem mehr stöbern und dich bestimmt über das ein oder andere Schnäppchen freuen. Neuware darf hier nicht verkauft werden – so ist Vintage-Feeling garantiert!

Du möchtest selbst deine aussortierten Sachen verkaufen? Kein Problem, denn es ist keine vorherige Anmeldung notwendig. Du kannst einfach ab 6 Uhr 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.



11^{20*} €
pro Person bei 5 Reisenden
Ticket gilt in:
Zug S U

von **mehr erleben**
nach **Meer erleben**



Mal zusammen zum Strand, mal ein Ausflug in die Region: mit dem Schleswig-Holstein-Ticket.

bahn.de/sht

*32 Euro für die erste reisende Person + 6 Euro je mitfahrende Person (max. 4 Mitfahrende). Montags bis freitags ab 9 Uhr bis 3 Uhr des Folgetages; samstags, sonntags und an Feiertagen schon ab 0 Uhr.



MUSIC FOR FRIENDS IM ONNO

Zum fünften Mal und damit schon Tradition: August heißt „Music for Friends“! Jeden Freitagabend finden im Hofgarten des ONNO Hotel by Norman die wunderbaren Sommerkonzerte statt. Das bedeutet auch in diesem Jahr fünf Mal feinste Musik bei zauberhafter Sommerstimmung im stillvollen Open-Air-Ambiente. Und auch das Line-up ist wieder exquisit.

1. August: Mimi Schell Trio - Jazz, Soul & feine Songpoesie

8. August: Pocket Club feat. Maya Mo - Die Dancy Soul Flavor Band - Funky Grooves und souliger Gesang

15. August: Jonny Möller & Taboo - Der Saxophon-Veteran bringt den Hofgarten zum Swingen

22. August: Bo Heart & Laila Richter mit Niklas Beck - Gefühlvolle Klaviermomente & starke Stimmen

29. August: Almost Pop - Der Name ist Programm: Pop-Perlen zum Mitsummen und Tanzen

Der Einlass in den Hofgarten ist jeweils ab 18 Uhr, die Konzerte beginnen ab 19 Uhr. Der Eintritt ist wie üblich frei, aber wer für die Musik einen Obolus geben möchte - der Hut geht rum.

**Jeden Freitag im August, 19 Uhr
ONNO Hotel by Norman, Königstraße 4,
Rendsburg**



ZWEITE STAFFEL DER SOMMERKONZERTE IN ST. MARIEN

Im August gehen die beliebten Sommerkonzerte an St. Marien Rendsburg in die zweite Runde des Jahres 2025. Immer am Mittwoch um 18.10 Uhr, immer bei freiem Eintritt und immer bei angenehm kühlen Temperaturen gibt es einen bunten Strauß an Konzerten, die der musikalische Hausherr Volker Linhardt zusammengestellt hat. Am 6. August gibt es Tanzmusik aus fünf Jahrhunderten mit Flöte und Pfeifen mit Barbara und Heinz-Peter Kortmann mit Querflöte und Orgel. Es folgt am 13. August eine geheimnisvolle Reise in die Welt der Violinsonaten Johann Sebastian Bachs. Sara Hubrich ist eine ausgewiesene Spezialistin für Alte Musik und Susanne Paulsen Kennerin des musikalischen Barocks. Maximilian Treller ist ein junger aufstrebender Harfenist. Zusammen mit Volker Linhardt an der Orgel gibt es am 20. August Werke u. a. von Gabriel Fauré und Georg Friedrich Händel. Ein festliches Abschlusskonzert für Trompete und Orgel findet am 27. August statt: Morten Jensen an der Trompete und Volker Linhardt spielen Werke aus Barock Klassik und Romantik.





SERIE GRÜNE TIPPS LEBENSÄÄUME FÜR INSEKTEN & CO



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 Eidechsenburg und Trockenmauer als Lebensräume für Insekten, Amphibien, Reptilien und kleine Säugertiere.

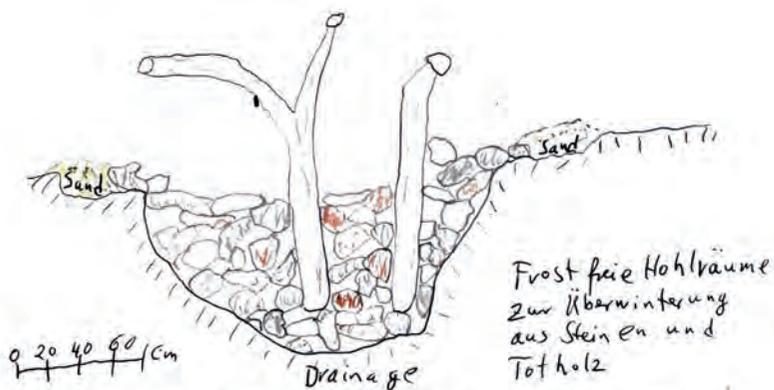
WORUM GEHT ES?

Viele Gärten bieten nicht mehr ausreichend Lebensräume für Tiere, denn sie sind so gestaltet und bepflanzt, dass es den Menschen gefällt. Dadurch wird die Artenvielfalt stark gefährdet. Zum Erhalt der Artenvielfalt sind verschiedene Biotope in einem Garten wichtig – und es ist gar nicht schwer, im eigenen Garten verschiedene Lebensräume für Reptilien und Insekten zu schaffen. Selbst ein kleiner Steinhäufen kann schon für allerlei Insekten und andere Tiere ein Zuhause sein.





Bau einer „Eidechsen-Burg“



Hohlraum reiches befüllen (80cm tief) für frostfreie Überwinterungskäume
 Am Rand soll offener vorher Sandboden zu sehen sein.

Jochen Boeck

DIE EIDECHSENBURG

Die Burg dient als multifunktionaler Lebensraum für Eidechsen, aber auch andere Tiere. Im Sand können die Tiere ihre Eier ablegen und von der Sonne ausbrüten lassen. Auf den Steinen, die der Sonne ausgesetzt sind, können sich die Reptilien am Morgen aufwärmen. Im Winter bietet die Grube ein frostfreies Überwinterungsquartier. Die Eidechsen benötigen ein strukturreiches Umfeld mit Versteckmöglichkeiten sowie viele insektenfreundliche Blühpflanzen.

Im Nordkolleg ist die Eidechsenburg 2019 beim Apfelblütenfest durch Kinder zu Ende gebaut worden und als Flusslauf dargestellt. Links und rechts sind große Feldsteine, in der Mitte wurden unterschiedlich große Kiesel verstreut. Im Untergrund wurden auch Ziegelsteine und gewellte Dachpfannen untergebracht, um große Hohlräume zu bekommen. Auch der Einbau von Totholz ist wichtig.





LEBENSRAUM TROCKENMAUER

Eine Trockenmauer besteht aus Steinen, die in mageren Sandboden verlegt werden – komplett ohne Mörtel oder andere Bindemittel. Sie bietet Lebensraum für eine Vielzahl verschiedener Insekten, Amphibien, kleiner Säugetiere und Reptilien. Bienen fühlen sich hier besonders wohl: In Deutschland gibt es ca. 570 verschiedene Wildbienen-Arten – etwa drei Viertel davon haben ihre Kinderstuben in sandigen Böden. Trockenmauern bieten somit eine perfekte Nistmöglichkeit zum Beispiel für die Hosenbiene oder die Mai-Langhornbiene. Auch seltene Reptilien wie die Mauer- und Zauneidechsen und Reptilien wie die Wechselkröte finden hier ihren Unterschlupf. Maus und Mauswiesel fühlen sich in einer Trockenmauer ebenfalls zuhause. Es gibt zahlreiche Pflanzenarten, die auf Trockenmauern gut wachsen und die den Lebensraum zusätzlich bereichern und verschönern können, von Mauerpfeffer bis Streifenfarn bis hin zum Teppichphlox. Die Trockenmauer im Nordkolleg-Garten entstand 2022 als FÖJ-Projekt. Es stellt eine Schlange da.





DER WOCHENMARKT

In Rendsburg ist mittwochs, freitags und samstags Markttag - zu finden auf dem Schiffbrückenplatz und in der Nordmarkhalle.

Schiffbrückenplatz

Mittwoch und Samstag, 8 Uhr bis 13 Uhr

Auf dem Markt gibt's frische, regionale Produkte - von Obst und Käse bis hin zu Honig, Pflanzen und Deko. Vieles auch in Bio-Qualität!

Nordmarkhalle

Freitag, 11 Uhr bis 17 Uhr

Freitags gibt's die Marktstände in der Nordmarkhalle - perfekt für Spät-Shopper*innen! Wetterfest, gemütlich und mit einer tollen Auswahl an regionalen (auch Bio-)Produkten.



SOMMERFAHRRAD- TOUR NACH HOHN

Senior*innen nutzen gern die vielfältigen Angebote aus dem Programm „Rendsburg Ü 60 – Das Freizeitprogramm unserer Stadt“, doch auch außerhalb der zweimal jährlich erscheinenden Programmhefte gibt es viele Veranstaltungen. So wie die Sommerfahrradtour am Donnerstag, 21. August. Treffpunkt ist um 13 Uhr das Fahrradgeschäft „Küstenrad“ in der Friedrichstädter Straße 81. Von dort aus geht es über Alt Duvenstedt entlang der dann wahrscheinlich blühenden Heidelandschaft bei Sorgbrück zum „Café Klatsch“ in Hohn. Nach einer Stärkung bei Kaffee und Kuchen geht es schließlich zurück zum Ausgangsort. Die Streckenführung ist so ausgelegt, dass die Teilnehmenden nicht unbedingt mit einem Pedelec oder E-Bike fahren müssen.

Gewünscht wird, dass die Biker*innen zur eigenen Sicherheit einen Fahrradhelm nutzen. Rolf Thakmann von der Kreisverkehrswacht Rendsburg-Eckernförde ist als Tour-Scout dabei und hat für die Radfahrer*innen eine schöne Strecke ausgearbeitet, die etwa 30 Kilometer umfasst.

Wer an der Fahrradtour teilnehmen möchte (Dauer: etwa vier Stunden), meldet sich per E-Mail (michael.radant@rendsburg.de) oder persönlich im Rathaus an: Michael Radant, Am Gymnasium 4, Rendsburg, Tel.: 04331 /206 16 22. Die Teilnahmegebühr beträgt 10 Euro (für die Bewirtung im „Café Klatsch“). Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung.



INFO-SPAZIERGANG: DEM KLIMAWANDEL BEGEGNEN

Daten des EU-Klimadienstes Copernicus zeigen schon länger: Kein Kontinent erwärmt sich schneller als Europa. In Deutschland beträgt die Erwärmung gegenüber dem Referenzzeitraum von 1961 bis 1990 schon 2,4°C im Durchschnitt. Auch Schleswig-Holstein ist schon heute von den Folgen der Klimakrise betroffen.

Am Dienstag, 9. September, lädt Rendsburg deswegen zu einem Info-Spaziergang ein, eine Tour durch die Stadt, in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein (VZSH). Start ist um 16.30 Uhr am Altstädter Markt, der Spaziergang dauert ca. zwei Stunden.

Entlang verschiedener Stationen wird gezeigt, wie eine Anpassung an die Folgen des

Klimawandels aussehen kann. Ob Begrünung oder Rückhaltung des Regenwassers: Mit Quizfragen und kleinen Experimenten werden die Zusammenhänge von Klimafolgen und Stadtgestaltung veranschaulicht. Die Beispiele liefern Anregungen für Vorsorgemaßnahmen zum Schutz vor Überschwemmung und Hitze am eigenen Grundstück.

Der Spaziergang ist kostenfrei und auch für Familien mit Kindern geeignet, die Strecke beträgt etwa zwei Kilometer. Zum Abschluss der Tour findet ein gemeinsames Picknick statt, jede*r bringt selbst Essen und Getränke mit. Um Anmeldung wird gebeten: klima@rendsburg.de oder Tel.: 04331 / 206 31 43. www.rendsburg.de



KREUZFAHRTLOUNGE HIER BUCHT KIEL

Wir sind Dein Ansprechpartner für Deinen
AIDAprima Traumurlaub im Winter 2025 /
2026 ab Kiel.



365 Tage im Jahr für Dich erreichbar



Kreuzfahrtexperten mit Herz,
Leidenschaft und Expertise



Telefon/WhatsApp:
06451 - 71 86 001



post@meine-kreuzfahrtlounge.de

**URLAUB FÄNGT BEIM
BUCHEN AN**

Ostsee



Norwegen



Kanaren



www.meine-kreuzfahrtlounge.de



MATSCHBROOK 2.0

Wieder Wasserspaß für Kinder in Mastbrook: Nach der erfolgreichen Veranstaltung im vergangenen Jahr wird es ab diesem Jahr zur Tradition. Erneut heißt es: Herzlich willkommen in „Matschbrook“. Bei dieser Veranstaltung werden alle nass – jedenfalls die, die es möchten. In Zusammenarbeit mit dem Verein für Mastbrook, der örtlichen Jugendfeuerwehr und der Offenen Jugendarbeit setzt die Stadt Rendsburg die Grüne Mitte Mastbrook sprichwörtlich unter Wasser.

Am Mittwoch, 6. August, können alle Interessierten von 14 bis 17 Uhr unter den unterschiedlichen Wasserstrahlen der technischen Geräte der Jugendfeuerwehr Erfrischung finden. Nach und nach wird der Boden an diesem Nachmittag zu einer matschigen Angelegenheit, sodass wir hier möglicherweise die zweite Mastbrooker Matscholympiade erleben werden. Zur Stärkung reicht die Offene Jugendarbeit „Matschbrötchen“. Es wird ein Event für alle, die die Sommerferien bewusst nass, matschig und mit viel Spaß erleben möchten.



PASSBILDER DIGITAL IM RATHAUS

Ab sofort können Bürger*innen im Neuen Rathaus hochwertige, biometrische Passfotos für ihre Ausweisdokumente direkt vor Ort erstellen lassen. Im Foyer steht dafür das Aufnahmesystem „PointID“ bereit. Die Bilder werden digital erfasst und müssen nicht mehr auf Papier ausgedruckt und eingescannt werden. Die Beantragung von Ausweisdokumenten erfolgt somit vollständig papierlos. Bürgermeisterin Janet Sönnichsen betont: „Mit diesem Schritt treiben wir die Digitalisierung in der Verwaltung weiter voran. Das neue System vereinfacht den Antragsprozess erheblich, spart Zeit und ist besonders bürgerfreundlich.“ Auch Birte Eggers, Fachdienstleiterin Bürgerbüro und Standesamt, zeigt sich erfreut: „Bereits am ersten Vormittag haben drei Bürgerinnen und Bürger das neue Angebot genutzt.“

Die Stadt Rendsburg gehört kreisweit zu den ersten Kommunen, die diesen Service anbieten. Die Vorteile liegen auf der Hand: Es erhöht die Sicherheit für die Bürgerinnen und Bürger vor einem

Missbrauch ihrer Ausweisdokumente. Dazu spart es Zeit: Sollte sich während der Ausweisbeantragung herausstellen, dass ein vorgelegtes Foto nicht den biometrischen Vorgaben der Fotomustertafel entspricht, kann direkt vor Ort ein neues Foto aufgenommen und der Antragsprozess fortgesetzt werden. Dieser Service kostet zusätzlich zur Dokumentengebühr bundesweit 6 Euro. Die biometrischen Vorgaben für Lichtbilder sind wichtig, um eine sichere und schnelle Identifizierung zu ermöglichen. Bürgerinnen und Bürgern sollen Unannehmlichkeiten insbesondere bei einer Grenzkontrolle erspart werden. Die Erfassung der biometrischen Daten und die zweifelsfreie Identifikation der antragstellenden Person sind daher zentraler Bestandteil der Beantragung eines Ausweisdokumentes bei den Behörden vor Ort. Alternativ können Bürgerinnen und Bürger auch weiterhin biometrische Lichtbilder bei einem Fotodienstleister digital anfertigen lassen, die dann übermittelt werden.



Zum 25. Jubiläum fährt der SH Netz Cup neben einem hochkarätigen Sportprogramm auch ein vielseitiges Musikprogramm auf

25. SH NETZ CUP

SPITZENSport AM NORD-OSTSEE-KANAL

Zur Jubiläumsausgabe des großen Ruderevents auf dem Nord-Ostsee-Kanal sind neben den weltbesten männlichen - und weiblichen - Ruderern auch Top-Musikstars wie Chris Norman, Max Giesinger und Michy Reincke dabei.

Vom 8. bis 10. August ist es so weit: Der SH Netz Cup feiert sein 25. Jubiläum und bringt die besten Ruderer der Welt an den Nord-Ostsee-Kanal. Damit findet das sportliche Großereignis in diesem Jahr etwas früher statt als gewohnt - und wartet mit einem besonders vielfältigen Jubiläumsprogramm auf.

SPORTTRADITION MIT NEUERUNG

Seit seiner Premiere im Jahr 2001 hat sich der SH Netz Cup in Rendsburg als eines der bedeutendsten Ruderevents Europas etabliert, mit dem Highlight des Rudermarathons über die Distanz von 12,7 Kilometern von Breiholz bis nach Rendsburg. Zur 25. Ausgabe des SH Netz Cups gibt es zusätzlich eine sportliche Premiere. Dazu sagt Florian Berndt, Geschäftsführer der Canal-Cup Projekt GmbH: „In diesem Jahr werden erst-

mals in der Geschichte der Veranstaltung neben den weltbesten männlichen Ruderern auch die weltbesten Damen an den Start gehen. Denn: Internationale Frauen-Doppelvierer werden ebenfalls die Marathonstrecke zurücklegen, zeitgleich mit den Männern am Sonntag.“ Bei den Ruder-Europameisterschaften in Plovdiv (Bulgarien) gewann der Deutsche Frauen-Doppelvierer nach Olympia-Bronze in Paris 2024 kürzlich die Silbermedaille und hat seine Teilnahme am SH Netz Cup zugesagt.

ERWEITERUNG DES SPORTPROGRAMMS

„Der Frauen-Doppelvierer gehört wie der Männer-Achter zu den sogenannten Prioritätsbootsklassen des Deutschen Ruderverbandes, und wir freuen uns sehr, dass wir diese Erweiterung des Sportprogramms möglich machen können“, so Berndt. „Die

Sportler, die Veranstalter und die Partner dieses Events haben in den letzten 25 Jahren immer wieder eine beeindruckende Kondition gezeigt, selbst in Corona-Zeiten. Das ist in dieser Form wirklich nicht selbstverständlich“, sagt Christian Fenger, Aufsichtsratsvorsitzender von SH Netz und Vorstandsvorsitzender HanseWerk mit Blick auf die 25-jährige Tradition. „Für uns als Hauptsponsor ist es daher eine Freude und eine Ehre, zum 25. Mal zum Gelingen der Veranstaltung beizutragen, deren Mischung aus Weltspitze und Regionalität uns immer wichtig war.“ Ergänzt wird das Programm durch Mitmachaktionen für Familien, eine bunte Erlebnismeile mit regionalen Vereinen, kulinarische Angebote, Spielbereiche für Kinder sowie den beliebten Drachboot-Cup und den Ergo-Cup der Feuerwehren unter Vollschutz.



Für Zuschauer*innen aus nah und fern ist der SH Netz Cup ein ganz besonderes Sportereignis

Der SH Netz Cup bringt die besten Ruderer der Welt an den Nord-Ostsee-Kanal

HOCHKARÄTIGES MUSIKPROGRAMM

FREITAG

Klickt man sich durch seine Diskografie, hat man sofort die Melodien seiner Songs im Kopf: Mit „80 Millionen“, „Wenn sie tanzt“ und „Auf das, was da noch kommt“ landete Max Giesinger große Hits. Mit Gold und Platin ausgezeichnet, feierte der heute 36-Jährige im vergangenen Jahr das zehnjährige Jubiläum seines Debütalbums „Laufer lernen“. Am Freitagabend wird er den Kreishafen zum Tanzen bringen. Im Vorprogramm tritt die junge Indie-, Pop-, Rock-, Alternativeband Windback aus Rendsburg auf, die nicht nur eigene Songs spielt, sondern auch mit Coverversionen von Queen punkten wird. Zu späterer Stunde heizt ein bekannter DJ dem Publikum ein.

„NDR Schleswig-Holstein freut sich, in diesem besonderen Jahr ein ganz besonderes Musikprogramm präsentieren zu dürfen; hochkarätige Künstler für ein hochkarätiges Event, das längst nicht mehr aus der Region wegzudenken ist“, sagt Andreas Schmidt, Leiter Zentrale Programmaufgaben im Landesfunkhaus Kiel.

SAMSTAG

Am Samstagabend wird es international in Rendsburg, wenn Chris Norman die Bühne betritt. Der Brite hat sowohl als Frontmann seiner legendären Kultband Smokie als auch als Solo-Musiker so ziemlich alles erreicht, was man sich als Musiker nur erträumen könnte: 21 Hit-Singles, davon zahlreiche Nummer-1-Hits, 22 Alben und weit über 20 Millionen verkaufte

Tonträger umfassen seine Karriere. Dank seiner unverwechselbaren Stimme und dem für ihn typischen Gitarren-Rock berührt er auch heute noch Millionen von Menschen: „Living Next Door To Alice“, „I’ll Meet You At Midnight“ oder „Lay Back In The Arms Of Someone“ kann man nicht nicht kennen. Ebenfalls am Samstag auf der Bühne: die Band JusToto. Diese Gruppe macht sich daran, das Material des legendären Originals würdig und mit Seele live auf die Bühne zu bringen. Dann sind garantiert auch „Africa“, „Rosanna“ und „Hold the Line“ zu hören.

SONNTAG

Am Sonntag gibt es Musik von Michy Reincke, dessen Konzerte bekannt sind für ihre Mischung aus klugen Texten, großen Melodien und bestem Entertainment. Sein Hit „Taxi nach Paris“ aus dem Jahr 1984 wurde

von NDR-Zuschauern 22 Jahre später zum „größten Hit des Nordens“ gewählt. Zum SH Netz Cup wird es wie gewohnt auch den SUP-Wettbewerb geben. Und zum Jubiläum kehrt ein Programmpunkt aus dem Jahr 2021 zurück: die Drohnenshow am Samstagabend. „Zum 25. Jubiläum des SH Netz Cup haben wir ein Programm auf die Beine gestellt, das die Vielfalt unserer Region widerspiegelt: erstklassiger Sport, Kultur zum Erleben und Angebote für die ganze Familie“, so Florian Berndt. „Wir freuen uns auf ein fröhliches Sommerwochenende am Wasser.“ Der Eintritt ist wie immer frei. Weitere Informationen und das vollständige Programm findest du unter sh-netz-cup.de und in den sozialen Medien.

**8. bis 10. August
Nord-Ostsee-Kanal, Rendsburg**





STARTSCHUSS IN KIEL
 – SEGELSPORT TRIFFT MEERESSCHUTZ

THE OCEAN RACE EUROPE 2025

„A RACE WE
 MUST WIN“
 – UND ES
 BEGINNT
 IN KIEL

Das härteste Rennen der Weltmeere legt wieder los – und dieses Mal startet das Offshore-Abenteuer direkt an der Kieler Förde. Vom 6. bis 10. August verwandelt sich die Kiellinie in einen internationalen Hotspot des Hochsee-Segelns. Mit dabei: Weltklasse-Segler*innen, schnelle IMOCA-Rennboote und jede Menge Action an Land – bei freiem Eintritt!

ROUTE 2025 - START IN KIEL, ZIEL MONTENEGRO

Das Rennen beginnt in Kiel, führt über Portsmouth (GB) und einen kurzen Stopp in Porto (PT) weiter ins Mittelmeer: Cartagena (ES), Nizza (FR), Genua (IT) und schließlich in die Bucht von Boka (Montenegro). Sieben Stopps, sechs Länder, ein gemeinsames Ziel: Europa über das Meer verbinden – sportlich, kulturell und ökologisch.



WAS IST THE OCEAN RACE EUROPE EIGENTLICH?

Seit 1973 umrunden Segler*innen im Rahmen des legendären Ocean Race (ehemals Volvo Ocean Race) den Globus. 2021 bekam das Ganze einen europäischen Ableger: The Ocean Race Europe – eine Regatta mit Hochleistungsflotten quer durch Europa, bei der es nicht nur um Speed, sondern auch um Meeresschutz und Nachhaltigkeit geht.



**SAVE
THE DATE!**
6. bis 10.
August in Kiel.
Eintritt frei.

FAZIT: SEGELSPORT MIT SINN

The Ocean Race Europe 2025 ist nicht nur ein sportliches Highlight, sondern auch ein starkes Zeichen für Zusammenarbeit, Umweltbewusstsein und europäische Gemeinschaft. Kiel zeigt sich dabei weltoffen, sportlich und nachhaltig – eine Gastgeberstadt mit Haltung und Herz. Mehr rund ums Race gibts hier: www.kiel-storydeck.de



KIEL: SEGELMETROPOLE MIT HALTUNG

Kiel ist längst mehr als nur Landeshauptstadt
– Kiel ist die Hauptstadt des Segelns. Mit der Kieler Woche, dem spektakulären Fly-By beim Ocean Race 2023 (über 120.000 Besucher*innen) und als „Meeresschutzstadt“ ist Kiel der perfekte Auftaktort für dieses Rennen.

Denn: The Ocean Race Europe ist auch ein globales Sprachrohr für den Schutz der Ozeane. Und wer könnte besser Gastgeber sein als eine Stadt, die Nachhaltigkeit lebt?

Fotos: Sailing Energy/The Ocean Race, Kiel-Marketing/N. Hanke

PROGRAMM-HIGHLIGHTS VOM 6.-10. AUGUST

Erlebe das Ocean Race Europe hautnah – und das mitten in der Stadt. Der Ocean Live Park erstreckt sich entlang der Kiellinie – vom Geomar bis zur Blücherbrücke, wo die futuristischen IMOCA-Rennboote liegen werden.

DAS ERWARTET DICH:

6. August:

17.30 Uhr: Eröffnung des Ocean Live Parks mit Team-Präsentation auf der Bühne

7. und 9. August:

Fan Days mit Mitmachaktionen & Familienprogramm

8. und 9. August:

Pro-Am Races: Speed Runs mit den Profis

10. August:

Der große Moment – Start der ersten Etappe Richtung Großbritannien

Das ganze Programm, alle Konzerte, Aussteller, Mitmachaktionen und Segelaction detailliert:
www.kiel-sailing-city.de/tore

**BOOTS
HAFEN
SOMMER**

**18. JUL -
23. AUG
FR. & SA.**

KULTUR IM HERZEN DER STADT

MOIN, NEUES FÖRDE FRÄULEIN!

Kathrin Mandel ist das neue Gesicht hinter dem beliebten Blog „Förde Fräulein“. Warum sie dafür brennt, ihre Heimat Schleswig-Holstein zu zeigen, was sie an Kiel liebt – und wieso sich ihr Job manchmal wie ein Traum anfühlt, erzählt sie hier:



Kathrin, du bist das neue Gesicht hinter dem Förde Fräulein – wie fühlt sich das an?

Ganz ehrlich? Einfach super! Ich bin wahnsinnig stolz. Vor drei Jahren habe ich bei Falkemedia angefangen und von Anfang an war es mein größter Wunsch, das Förde Fräulein zu sein. Jetzt bin ich's wirklich... und manchmal muss ich mich selbst noch kurz kneifen.

Was hat dich an dem Job als Influencerin für die Region SH besonders gereizt?

Ich liebe es, meine Heimat mit anderen Augen zu sehen und genau das möchte ich auch meiner Community zeigen. Schleswig-Holstein hat so viele überraschende und ehrliche Ecken. Diese kleinen Lieblingsorte zu teilen und dabei ganz nahbar zu bleiben, das ist für mich das Schönste.

Gab's bisher einen besonderen Moment für dich als Förde Fräulein?

Eigentlich fühlt sich jeder Moment ein bisschen besonders an. Ich treffe so viele nette, liebe und offene Menschen und werde jedes Mal mit so viel Herzlichkeit empfangen. Diese Begegnungen machen meinen Job nicht nur schön, sondern auch sehr wertvoll.

Was macht für dich das Lebensgefühl an der Förde aus?

Für mich bedeutet die Förde: Ankommen. Durchatmen. Zuhause sein. Ich habe eine Zeit lang in Hamburg gewohnt und da erst richtig gemerkt, wie sehr ich das Lebens-



Urlaub macht „Kaddi“ am liebsten im Winter auf Sri Lanka

gefühl hier vermisst habe. Kiel und die Förde haben einfach diese entspannte und ehrliche Art.

Du bist viel unterwegs in Kiel und Umgebung – hast du einen Lieblingsplatz?

Oh ja, gleich zwei! Der Strand in Heidkate ist mein absoluter Rückzugsort – Barfuß im Sand, Möwen überm Kopf und einmal kurz die Seele baumeln lassen. Und wenn's ein bisschen mehr Trubel sein darf, dann liebe ich die Holtener Straße mit ihren kleinen Läden, Cafés und Restaurants.

Wie würdest du dich selbst in drei Worten beschreiben – ganz ohne Filter?

Positiv verrückt, aufgeschlossen, optimistisch und das ziemlich durchgängig. Ich nehme das Leben gerne leicht, liebe neue Ideen und glaube fest daran, dass ein gutes Bauchgefühl immer der beste Wegweiser ist.

Was dürfen wir als Nächstes von dir erwarten – gibt's schon Projekte, auf die du dich besonders freust?

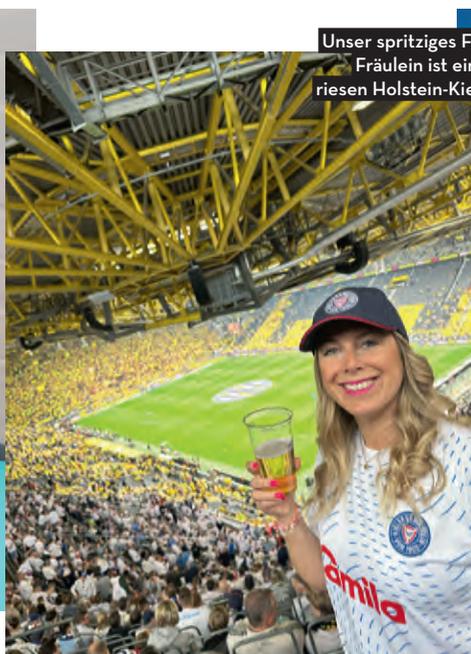
Oh ja – da kommen noch ein paar richtig schöne Sachen! Es bleibt inspirierend und nordisch. Also: Unbedingt dranbleiben!

Wie sieht ein typischer Tag in deinem Förde-Fräulein-Alltag aus – wenn es den überhaupt gibt?

Den gibt's tatsächlich nicht! Jeder Tag ist anders und genau das liebe ich. Ich bin viel unterwegs, treffe tolle Menschen, sammle Geschichten und fange besondere Momente ein. Zwischendurch wird Content erstellt, geplant und natürlich immer wieder Neues ausgeheckt. Langweilig wird's nie.

Zum Schluss: Warum sollte man dir unbedingt folgen – und was macht deine Inhalte besonders?

Weil ich meine Follower*innen mit auf echte Entdeckungstouren nehme – durch Kiel, durch Schleswig-Holstein und manchmal auch darüber hinaus. Bei mir gibt's keine Filterblase, sondern echte Tipps, besondere Orte und jede Menge Herzenswärme. Wer Lust hat auf Inspiration mit Nordwind im Haar, ist bei mir genau richtig.



Unser spritziges Förde Fräulein ist ein riesen Holstein-Kiel-Fan





**Dieser Schmetterling
braucht Ihre Hilfe!**

€ bund-sh.de/spenden

norla[®]



**4.-7.
September**

Landestierschau
Landwirtschaft
Haus & Garten
Ernährung
Energie

75



norla-messe.de

SOMMER IM WESTKÜSTEN- METROPÖLCHEN HUSUM

Rund um Hafen, Markt und Schloss ist die **Nordsee-Stadt Husum** im Sommer ein beliebtes Tagesausflugs- und Kurzreiseziel direkt am Nationalpark Wattenmeer. Restaurants und Geschäfte laden zum Bummeln und Shoppen ein, das kulturelle Angebot vom Haus der Fotografie über das Nordfriesland Museum bis zu weiteren Museen, Galerien und Ateliers zum Entdecken. Bei täglichen Stadtführungen und Hafenrundfahrten lernt man Husum zu Fuß oder zu Wasser am besten kennen. Mit dem Fahrrad lassen sich in der Umgebung zum Beispiel der Rote Haubarg und das Herrenhaus Hoyerswort besuchen. Das sommerliche Musikangebot reicht von den Husumer Hafentagen mit drei Live-Bühnen (6.–10.8.) über die „Raritäten der Klaviermusik“ (16.–23.8.) im Schloss vor Husum bis zu Konzerten u. a. am Hafen (Schlager, 2.8.) und im Schlossinnenhof (Samu Haber, 3.9.). Familien-Spaß bieten Fun Center, Outdoor Escape Games oder die Brettspieletour (12.–15.8.). Mehr Tipps und Termine: www.husum-tourismus.de



Foto: foto-aliver frank.de



Foto: Norla

NORLA 2025

Vom 4. bis 7. September lädt die Norla wieder zu einem unvergesslichen Erlebnis rund um Landwirtschaft, Energie, Ernährung und ländliche Lebensart ein. Auf dem Rendsburger Messegelände präsentieren sich über 500 Aussteller zu den Themenbereichen Landtechnik, Erneuerbare Energien, Haus und Garten sowie Ernährung. Familien, Genießer und Fachbesucher kommen hier gleichermaßen auf ihre Kosten. Einer der Höhepunkte ist die Landestierschau. Auf der Aktionsfläche gehören Schafschur, Kühe melken sowie Wissensvermittlung zum Programm. Auf dem Vorführring wird eine bunte Mischung aus Zucht- und Showprogramm geboten.

Mehr Informationen gibt es unter norla-messe.de.

Tickets unter www.pretix.eu/norla/2025.

4. bis 7. September • Messegelände, Rendsburg



Von Kiel auf die Kanaren:
Sonne tanken pur

GANZ NEU AB KIEL: WINTERKREUZFAHRTEN MIT AIDA

Lass dich von den Expertinnen und Experten der Kreuzfahrtlounge beraten.

Kiel ohne Kreuzfahrt? Kaum vorstellbar! Der Blick auf die Förde, der salzige Wind im Gesicht – hier liegt das Fernweh quasi in der Luft. Und jetzt gibt's auch im Winter eine neue Möglichkeit, es zu stillen: Mit AIDAprima starten ab diesem Jahr auch Winterkreuzfahrten direkt ab Kiel – skandinavisch hyggelig oder sonnenverwöhnt, ganz nach deinem Geschmack.

FJORD-FEELING & WINTERZAUBER

An Deck eingekuschelt in eine Decke, ein heißer Punsch in der Hand – und draußen gleiten verschneite Küsten und festlich geschmückte Städte vorbei. Die Route führt dich zu Weihnachtsmärkten in Schweden und Danzig, zum Lichterfest in Riga und zum Biathlon-Weltcup in Oslo. Skandinavien im Winter: ruhig, leuchtend und einfach magisch.

SONNE STATT SCHNEE? AUCH DAS GEHT!

Für alle, die im Winter lieber Sonne tanken,

bietet AIDAprima auch eine 23-tägige Kreuzfahrt auf die Kanaren – direkt ab Kiel. Besser kann man dem grauen Wetter nicht entfliehen.

BERATUNG MIT LEIDENSCHAFT

Egal wohin die Reise geht – wer bei der **Kreuzfahrtlounge** bucht, startet schon beim Planen in den Urlaub. Das Team besteht aus echten Kreuzfahrtfans, die ihre Tipps aus erster Hand weitergeben. Ob passende Kabine, perfekte Reiseroute oder Insiderwissen: Hier steht deine persönliche Traumreise im Mittelpunkt.

SO ERREICHST DU DIE KREUZFAHRTLOUNGE

Ob per WhatsApp, Telefon, Mail oder im Büro in Buxtehude – die Beratung ist unkompliziert, herzlich und professionell. Und begleitet dich bis zur Einschiffung. Jetzt entdecken und losträumen: www.meine-kreuzfahrtlounge.de



Kiel kann Kreuzfahrt: Ob ins winterliche Skandinavien oder in die Sonne

5 TIPPS FÜR EINEN TAG AUF FEHMARN SONNENINSEL, HERE WE COME!

Mitten in der Ostsee liegt die kleine und verträumte Insel Fehmarn.
Hier sind fünf Tipps für einen Tagesausflug auf die Sonneninsel!



1. SCHAU AM HAFEN BURGSTAAKEN VORBEI

Starte deinen Tag am Hafen von Burgstaaken. Rund um das charmante Hafenbecken gibt es neben Schiffen und einem traumhaften Ausblick aufs Wasser so einiges zu entdecken. Darunter maritime Restaurants und Cafés sowie urige Gebäude und schmucke Gassen.

2. BESUCHE EIN HOFCAFÉ

Fehmarn hat mit seinen vielen Hofcafés eine bunte Auswahl an süßen Leckereien. Unser Favorit: das Allee-Café am Katharinenhof. Hier gibt es neben selbstgebackenen Kuchen und Torten auch riesige Windbeutel, mit einer satten Portion Sahne und verschiedenen Toppings.

3. GEHE AUF LEUCHTTURM-SAFARI

Fehmarns Leuchttürme sind echte Hingucker. Ein echtes Highlight ist der Leuchtturm Staberhuk bei Staberdorf. Schau doch mal bei deinem nächsten Spaziergang am Wasser bei dem hübschen Türmchen vorbei!

4. BESUCHE DIE FEHMARNSUNDBRÜCKE

Ein absolutes Muss für Tourist: die Fehmarnsundbrücke. Als „Kleiderbügel“ der Ostsee verbindet sie Fehmarn mit dem Festland und ist ein schönes Motiv für Erinnerungsfotos. Mach es dir am Wasser gemütlich und schau den Schiffen beim Vorbeischippern zu.



5. GÖNN DIR EINEN SUNDOWNER

Lasse den Tag in einer der gemütlichen Strandbars ausklingen. Wir haben uns in der Strandbar Strukkamp einen kleinen Sundowner gegönnt und es uns mit chilligen Vibes am Wasser bequem gemacht.

NOCH MEHR FEHMARN-FEELING?

Viele weitere Eindrücke von der Insel Fehmarn findest du auf unserem neuen Instagram-Account @fehmarntfeeling!



KIELER BIERFEST

PROST!

Vom 29. bis 31. August wartet am Bootshafen eine stimmungsvolle Open-Air-Bierwelt auf dich – mit allem, was das Hopfenherz höherschlagen lässt!

Mehr als 50 außergewöhnliche Bierspezialitäten aus Deutschland und der ganzen Welt warten darauf, entdeckt zu werden. Ob fruchtig-hopfiges New England IPA, cremiges Stout, belgisches Kirschbier, französisches Blanche oder ein schwedisches Reisbier – die Sortenvielfalt kennt keine Grenzen! Auch das derzeit so angesagte Helle ist mit dabei und bringt mit seiner milden Frische klassisches Brauhandwerk charmant ins Hier und Jetzt. Vom traditionsreichen Familienbetrieb bis zur innovativen Craft-Bier-Brauerei – das



Bierfest Kiel ist ein echtes Muss für alle, die Lust auf neue Geschmackserlebnisse, gute Gespräche und gesellige Atmosphäre haben. Wer einmal quer durch die nationale und internationale Bierwelt probieren möchte, kommt hier voll auf seine Kosten. Neben

der beeindruckenden Bierauswahl dürfen sich Besucher*innen auch auf leckeres Streetfood, Cocktails, Weine und natürlich jede Menge gute Stimmung freuen. **29. bis 31. August • Sunexpress Ocean Funpark, Bootshafen, Kiel**

Foto: Adobe Stock

Mach mit beim GründungsCup KielRegion 2025!

Gründen lohnt sich.



Bewirb dich vom 1. Mai bis zum 30. September 2025 unter: www.gruendungscup.de

Jetzt bis zu 5.000€ Preisgeld sichern!



KielRegion
GründungsCup

Veranstalter*innen



Sponsor*innen



Förderung





Während das Schlossgebäude auf der Gottorfer Museumsinsel renoviert und erneuert wird, bleiben die weiteren Häuser für das Publikum geöffnet



Im Hirschsaal bittet Prinzessin Anna Dorothea die Gäste bei der Finissage am 31. August zum Tanz

GROSSE FINISSAGE

Wir müssen alle stark sein, denn das renovierungsbedürftige Schloss Gottorf schließt am 31. August für mehrere Jahre seine Tore. Die gute Nachricht: Die Museumsinsel mit Nydamhalle, Kreuzstall, Reithalle, Sammlung Horn, Barockgarten und Globushaus bleibt geöffnet.

75 Jahre nach dem Einzug der Landesmuseen ins altherwürdige Schloss wird es Zeit für etwas Neues. Das riesige Gebäude, der Besucherempfang, die Technik und sämtliche Ausstellungen werden umfassend saniert und in Teilen erneuert. Doch bevor Sanierung und Neueinrichtung überhaupt beginnen können, gilt es in den Monaten ab September, alle Ausstellungen zu dokumentieren, einzupacken und einzulagern. Erst wenn Baufreiheit hergestellt wurde, kann damit begonnen werden, die Pläne des sogenannten Gottorfer Museums-transformation-Projekts (MUT-Projekt) umzusetzen.

ES HEISST VORERST ABSCHIED NEHMEN

Unter dem Motto „Jetzt ist Schloss“ laden die Landesmuseen für Archäologie und Kunst und Kulturgeschichte am 31. August zur großen Finissage für Schloss Gottorf auf die Museumsinsel in Schleswig ein. Ein letztes Mal erhalten die Gäste der Landesmuseen Schleswig-Holstein die Gelegenheit, die Gotische Halle, Lapidarium, die Fayencen-Sammlung in den Rokoko-Räumen, den Hirschsaal oder auch die

langen Flure durch das Mittelalter bis zur Steinzeit zu erobern. Gleiches gilt für die berühmten Gottorfer Moorleichen. Und noch einmal stehen an dem Sonntag die wunderbaren Ausstellungen, die so viele Jahre und gar Jahrzehnte die Landesmuseen geprägt haben, im Mittelpunkt und werden von zahlreichen Mitarbeitenden beider Museen ins beste Licht gerückt.

EIN TAG VOLLER HÖHEPUNKTE

Los geht es gleich um 11 Uhr mit einem Konzert in der Schlosskapelle, dabei werden Orgel und Violine Musik spielen, die vor vielen hundert Jahren genau für diesen Ort komponiert wurde – Gottorfer Hofmusik. Danach bieten dann bis 18 Uhr die Kurator*innen durchgehend Kurzführungen durch die Ausstellungen von Kunst und Archäologie an und es gibt weitere Führungen zu unterschiedlichen Themen wie der Schlossgeschichte oder der Zeit des Mittelalters. Im Hirschsaal darfst du dich auf Prinzessin Anna Dorothea freuen, die barocke Tänze vorführt, die sie auch gerne mit dir einstudiert. Mehrfach wird außerdem der Kurator der Ausstellung „Spiegel der Welt“ über die

vielen auf den gesamten historischen Rundgang verteilten „Schindlerblauen“ Werke sprechen und in vielen kleinen Vorträgen wird die Geschichte des Hauses beleuchtet. Und wer schon längst an einer Führung durch die aktuelle Kunstaussstellung aus der „Sammlung Bönsch – Auf Augenhöhe“ in den Räumen des 19. Jahrhunderts teilnehmen wollte, hat dazu letztmalig am 31. August Zeit. Denn an diesem Tag endet diese Sonderausstellung wie auch die Zeit des alten Gottorfs – mit dieser großen Finissage, bei der auch in die Zukunft geblickt wird.

Viele thematische Führungen gibt es von 11 bis 18 Uhr im Rahmen der Finissage auf Schloss Gottorf





FERIEN AHOI!

Gottorfer Finissage

Ein Tag der offenen Türen, Herzen und Geschichten

Ausstellungen
Konzert
Führungen
Vorträge
Aktionen

Der Barockgarten sowie das Globushaus sind von der renovierungsbedingten Schlossschließung nicht betroffen und bleiben geöffnet

WEITERHIN FÜR DICH DA

Schloss Gottorf schließt? Nein, nicht ganz Schloss Gottorf schließt, denn auf der Museumsinsel bleiben die anderen Häuser auch während der Schlossrenovierung für die Besucher*innen geöffnet.

Die großartige Ausstellung „Wikingerdämmerung. Zeitenwende im Norden“ beispielsweise kannst du über den 31. August hinaus ebenso wie die Nydamhalle sowie die Sammlung Horn weiterhin besuchen. Dieses gilt auch für den Barockgarten und das Globushaus, die beide erst am 31. Oktober in ihre bekannte Winterruhe gehen, um dann im Frühjahr 2026 wieder ihre Türen für dich zu öffnen. Die Sonderausstellung „Wikingerdämmerung. Zeitenwende im Norden“ läuft noch bis zum 2. November in der Reithalle. Im Kreuzstall wird dazu als Entree das Werk „Battle:Reloaded“ der Künstlerin Margret Eichler präsentiert. Die Schau nimmt das Jahr 1066 samt der Eroberung Englands durch Wilhelm, Herzog der Normandie, und die Zerstörung Haithabus durch ein slawisches Heer in den Blick. Mit einem Nachdruck des „Teppichs von Bayeux“, der die Eroberung thematisiert, dem auf diesen bezogenen Werk von Margret Eichler sowie



Wer das Nydamboot und die dazugehörige Ausstellung sehen möchte, kann das trotz der Sanierung des Schlosses auch in den nächsten Jahren

einer Vielzahl an Artefakten wie Schatzteilen, alten Schriftstücken, Waffen, Schiffsteilen und anderen überaus eindrucksvollen Fundstücken lebt die Wikingerzeit in der Schau vor den Augen der Besucher*innen wieder auf. Wer anschließend in die Nydamhalle geht, die als Dauerausstellung auch über den 2. November hinaus geöffnet bleibt, erweitert seinen historischen Horizont hinsichtlich der Wikingerzeit noch mehr.

Sonntag,
31. August

landesmuseen.sh

Alle Infos hier



Fotos: © Stiftung Schleswig-Holsteinische Landesmuseen (2), Heiko Buhr (3)



In der Ausstellung „Wikingerdämmerung. Zeitenwende im Norden“ zeigen die Artefakte in dieser Vitrine „Karolingische Objekte“ sowie „Insulares Beutegut“



Blick in die Ausstellung „Wikingerdämmerung. Zeitenwende im Norden“, die bis zum 2. November auf der Gottorfer Museumsinsel läuft



Museumsinsel
Schloss Gottorf

Landesmuseen SH

FREUNDENKREIS
SCHLOSS GOTTORF

Förderverein Archäologie
Schloss Gottorf e.V.

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

PROVINZIAL



Ein tolles Team steht für ein tolles Projekt



Axel Niesing, Daniel Günther und Wolfgang Schwenke (v. l.)



Shuto Machino hat bereits für 121 Bäume gesorgt

5 JAHRE WILLER.WALD

EIN FEST FÜR DEN KLIMASCHUTZ IM HOLSTEIN-STADION

Ein Blick zurück – und viele Bäume nach vorn: Mit einem besonderen Jubiläumsevent im Holstein-Stadion feierte das Familienunternehmen **Anton Willer** gemeinsam mit prominenten Gästen, Freund*innen und der Presse fünf Jahre seines Herzensprojekts Willer.Wald. Seit 2019 pflanzt die Initiative Baum für Baum für eine grünere Zukunft – und hat dabei bereits ganze 382.000 Quadratmeter neuen Wald in Schleswig-Holstein geschaffen.

EINE IDEE MIT WURZELN

„Unser Ziel war nie die perfekte Klimaneutralität – aber wir wollten unseren Beitrag leisten“, betonte Axel Niesing, geschäftsführender Gesellschafter bei Willer, in seiner Rede. Die Initialzündung fiel damals im waldärmsten Gebiet Schleswig-Holsteins: Dithmarschen. Heute, fünf Jahre später, zählt das Projekt rund 53 Fußballfelder neue Waldfläche – und ein Ende ist nicht in Sicht.

MIT JEDEM TOR EIN BAUM

Mit im Boot: Holstein Kiel – langjähriger Partner und Mitstreiter für den Klima-

schutz. Für jedes Saison-tor spendet der Zweitligist elf neue Bäume. In den vergangenen fünf Saisons kamen so ganze 3500 Bäume zusammen. „Holstein ist quasi deutscher Meister im Bäumeschießen“, scherzte Niesing – zurecht, wenn man an Shuto Machino denkt, der letzte Saison mit seinen Treffern allein 121 Bäume erkämpfte.

DER WALD WÄCHST WEITER

Die Vision für die Zukunft ist ambitioniert: eine Million Quadratmeter Wald bis zum 100-jährigen Firmenjubiläum. Aktuell feiert Willer den 91. Geburtstag – doch das Ziel ist fest im Blick. Dabei soll nicht nur aufgefördert, sondern auch umweltfreundlicher Kraftstoff vorangebracht werden, um die Mobilität nachhaltig zu machen.

LOB UND TEAMGEIST

Neben Niesing richteten auch der geschäftsführende Gesellschafter Georg Willer, Ministerpräsident Daniel Günther und Wolfgang Schwenke (GF Holstein Kiel) bewegende Worte ans Publikum. Sie betonten die enge Partnerschaft zwischen Willer, Holstein Kiel, der Landwirtschaftskammer

und dem Land Schleswig-Holstein. Eine Kooperation, die über Jahre gewachsen ist – durch „dick und dünn“, wie es hieß.

TORE FÜR DEN WALD

Im Anschluss an die Reden wurde es sportlich: Auf dem „heiligen Rasen“ des Stadions durften sich Gäste an der Torwand beweisen – pro Treffer ein Baum. Den Auftakt machten Shuto Machino, sein Teamkollege Andu Kelati und Trainer Fabian Rapp. Auch Ministerpräsident Günther, Schwenke und Georg Willer stellten ihr Ballgefühl unter Beweis – mit überraschendem Erfolg: 32 Treffer kamen zusammen und bringen weitere 352 Bäume in die Erde.

WRAPS, WÜRSTCHEN UND WALDTRÄUME

Den feierlichen Ausklang bildete ein geselliges Beisammensein mit Currywurst, Wraps und Gesprächen über die kommende Holstein-Saison und neue Umweltziele. „Wir haben noch viel vor“, war aus vielen Ecken zu hören – und eines ist klar: Die nächsten fünf Jahre Willer.Wald werden mindestens genauso grün.



Wir feiern!

Danke für über 370.000m²

WILLER.WALD.

Schlautanken und Bäume pflanzen.



WillerWald-KlimaPartner



So tankt der Norden.



Über 30x in Norddeutschland und auf schlautanken.sh

Gutschein

Gegen Vorlage dieses Coupons gibt es einen

Tankrabatt von 3 Cent/Liter*

* Gültig bis 31.08.2025 an allen bft Willer Stationen, ausgenommen Tankautomaten. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten und Tankkartenzahlungen.

Gutschein

Gegen Vorlage dieses Coupons gibt es einen

Tankrabatt von 3 Cent/Liter*

* Gültig bis 31.08.2025 an allen bft Willer Stationen, ausgenommen Tankautomaten. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten und Tankkartenzahlungen.



5 TIPPS FÜR EINEN PERFECTEN ABEND IN HAMBURG

Manchmal muss man einfach mal raus. Und so ein Abend in der Hansestadt Hamburg fühlt sich an wie ein Kurzurlaub – besonders im Sommer, wenn die Straßen voller Leben sind und es draußen bis spät abends hell bleibt. Dann liegt dieser ganz besondere Zauber in der Luft: lebendig, bunt und ein bisschen magisch. In Kooperation mit der DB Regio Schleswig-Holstein war das Förde Fräulein diesmal auf einem entspannten Abendausflug in Hamburg unterwegs.



Am Elbstrand klingt der
Abend perfekt aus



TIPP 1: MIT DER BAHN ENTSPANNT IN DEN ABEND IN HAMBURG STARTEN

Abends mit der Bahn zu fahren, fühlt sich für mich jedes Mal wie ein kleiner Luxus an: kein Parkplatzstress, dafür zurücklehnen und entspannen. Vielleicht sogar mal kurz die Augen schließen – herrlich. Und das Beste: Am Wochenende fahren die Züge zwischen Kiel und Hamburg freitags und samstags bis tief in die Nacht stündlich! Das Ticket bekommst du ganz einfach über die DB Navigator App oder auf der Website. So kannst du deinen Abend bis zur letzten Minute auskosten.



Der Ausblick vom Grünen Bunker ist atemberaubend

TIPP 3: RAUF AUF DEN GRÜNEN BUNKER AUF ST. PAULI

Für die nächste Etappe geht's hoch hinaus und zwar auf den Grünen Bunker auf St. Pauli. Auf dem ehemaligen Flakbunker ist ein spektakulärer Dachgarten entstanden, der nachhaltige Stadtentwicklung und grandiose Aussichten miteinander verbindet. Ein 300 Meter langer spiralförmiger Weg führt dich außen am Bunker entlang nach oben – mit jedem Schritt wird der Blick auf Hamburgs Dächer, Elbe und Hafenspanorama beeindruckender. Oben angekommen kannst du nicht nur die Aussicht am Abend in Hamburg genießen, sondern auch bei einem Drink entspannen.

TIPP 2: WASSERLICHTKONZERTE IN PLANTEN UN BLOMEN ERLEBEN

Um den Abend in Hamburg richtig auszukosten, starte ich gerne schon am späten Nachmittag – am liebsten im wunderschönen Park Pflanzen un Blumen. Dort wartet ein echtes Highlight auf dich: die Wasserlichtkonzerte am Parksee. Ich schnappe mir einen Platz auf der Wiese, lasse mir die letzten Sonnenstrahlen ins Gesicht scheinen und warte gespannt. Mehrmals täglich (14, 16, 18 Uhr) steigen die Fontänen im Takt der Musik in die Höhe – und wenn du im Sommer abends um 21 Uhr vorbeischaut, bekommst du sogar eine farbenprächtige Lichtshow obendrauf. Magisch, aber ganz ohne Kitsch.



Pflanzen un Blumen ist immer einen Besuch wert

Zahlreiche
wunderschöne
Shops laden
zum Stöbern ein



Im Schanzenviertel liegt
einfach dieser besondere
Vibe in der Luft



Bei Cinna Mood wird jede
Zimtschnecke zur Verführung



TIPP 4: ESSEN, TRINKEN UND STÖBERN IM HAMBURGER SCHANZENVIERTEL

Langsam meldet sich der Hunger, also mache ich mich auf den Weg ins Schanzenviertel. Ich liebe dieses bunte Durcheinander aus kleinen Läden, Bars, Cafés und internationalen Restaurants – hier pulsiert Hamburgs kreative Seele. Mein erstes Ziel: ein heißgeliebter Klassiker aus der Streetfood-Welt: Kumpir. Diese riesige, fluffige Ofenkartoffel wird randvoll mit allerlei Leckereien gefüllt. Ich entscheide mich für eine Variante mit Feta, Couscous, frischem Gemüse und einer ordentlichen Portion Soße. So einfach, so gut. Mit vollem Bauch spaziere ich am Abend in Hamburg weiter und dann zieht mich der Duft von frischem Zimt magisch an. Ich lande bei Cinna Mood und kann nicht widerstehen. Die Auswahl ist unglaublich und das Auge isst hier definitiv auch mit. Die Zimtschnecken sind innen herrlich weich und einfach zum Verlieben. Ein süßer Abschluss.

Übrigens: Wer möchte, kann sich die Gerichte natürlich to go einpacken lassen oder sie nebenan im Schanzenviertel essen. Lässig

im Park die Sonne untergehen sehen? Hier ist die beste Adresse dafür.

TIPP 5: MIT DER FÄHRE ZUM ELB- STRAND ÖVELGÖNNE IN HAMBURG SCHIPPERN

Mein persönliches Highlight zum Abschluss: eine Fahrt mit der HVV-Fähre der Linie 62 ab den Landungsbrücken, ganz ohne Touri-Schnickschnack, aber mit ordentlich Hafengefühl. Vorbei am Fischmarkt, dem Dockland und den Containerterminals tuckert das Schiff Richtung Övelgönne. Nach etwa 20 Minuten legt die Fähre am Elbstrand an. Jetzt heißt es: Schuhe aus, Füße in den Sand und einfach mal durchatmen. In der Strandperle gibt's kühle Drinks, der Ahoi Strandkiosk serviert leckere Pizza – mit Blick aufs Wasser und das bunte Treiben auf der Elbe.

EIN ABEND IN HAMBURG - EINFACH GLÜCKLICH UND BESELT

Mit müden Füßen, vollem Bauch und ganz viel Großstadtglück mache ich mich wieder auf den Heimweg. Schön war's und dank der stündlichen Rückfahrt mit der Bahn macht so ein Abendausflug einfach nur Freude.

Mit der Fähre entspannt
zum Elbstrand Övelgönne
schippern



21% für U21

Die Workwear-Aktion!*

Jetzt einkleiden
und schick sparen!



gültig vom
21.07. bis
30.09.25

MASCOT®
WORKWEAR

FHB®

ELTEN
Take a walk on the safe side



uvm.

Verblender

Fliesen

Holz

Pflastersteine

Werkzeug

Alles fürs Dach

Bodenbeläge

Malershop

Betontankstelle

Fenster & Türen

Berufsbekleidung

Garagentore

Bauzentrum
ZERSSSEN

Ein Unternehmen der Schröder-Gruppe.

Rendsburg | www.bauzentrum-zerssen.de

* Nur gültig bei Bar- oder EC-Kartenzahlung sowie persönlichem Erscheinen.
Ausgenommen sind bereits reduzierte Artikel und Aktionen.

WOHNEN & WOHLFÜHLEN

Im August ist Wohnen wie Urlaub - nur ohne Kofferpacken.
Mit ein paar Tricks und hübschem Schnickschnack
wird's zu Hause sommerfein.





Die Musterküchen im Küchenstudio Holling umfassen alle Wünsche. Manchmal kannst du sogar ein Schnäppchen schlagen, wenn Ausstellungsküchen zum Abverkauf stehen



PLANGEMÄSS ZUR NEUEN KÜCHE

Immer wieder einen Besuch wert ist das **Küchenstudio Holling**: Neue Musterküchen bereichern die Ausstellung! Andrea und Jens Holling haben die neuesten Trends in ihr Küchenstudio in Büdelsdorf implementiert.

Die Küche hat sich in den vergangenen Jahren zunehmend zum Mittelpunkt des Lebens entwickelt. Sie ist heute nicht nur ein Platz zum Kochen und Essen, sondern ein Treffpunkt für die ganze Familie. Dadurch haben sich auch die Ansprüche an Küchenstudios verändert. Das Küchenstudio Holling, das seit mehr als 30 Jahren in der Hollerstraße in Büdelsdorf zu finden ist, umfasst insgesamt 21 aktuelle Ausstellungsküchen. Hier kann man die neuesten Küchentrends erleben. Zu sehen sind namhafte Hersteller wie Nolte, Brigitte oder Ballerina und Geräte von Neff, Miele und Siemens. Passend dazu wird fach-

gerecht beraten – natürlich auch zu Geräten, mit denen man sein Essen möglichst schonend zubereiten kann. Wer sich bereits vorab einen Eindruck verschaffen möchte, dem bietet der 360°-Rundgang auf der Website einen umfassenden Überblick. Damit die Ausstellungsfläche immer aktuell ist, stehen bisherige Ausstellungsküchen für günstige Preise zum Abverkauf bereit. Das langjährig eingespielte Team berät individuell nach besonderen Wünschen und Vorstellungen – von der Planung bis zur Umsetzung! Infos unter Tel.: 04331 / 303 71 oder unter www.kuechen-rendsburg.de.

KüchenStudio
HOLLING
Büdelsdorf

BERATUNG · PLANUNG · VERKAUF · EINBAU

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



Neue Küchenideen finden Sie bei uns



WISSER GmbH

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



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

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



INSEKTENSCHUTZ VON HEFA

STILVOLL UND EFFEKTIV

Mücken, Fliegen und andere Plagegeister haben in deinem Zuhause keine Chance mehr mit den maßgeschneiderten Insektenschutzanlagen von HEFA.

Diese bieten nicht nur technischen Schutz, sondern auch eine elegante und dauerhafte Lösung, die sich unauffällig in dein Wohnumfeld einfügt. Genieße frische Luft und gemütliche Abende bei Kerzenlicht, ohne störende Gäste oder chemische Hilfsmittel. HEFA fertigt Insektenschutzanlagen speziell für deine Fenster und Türen an, auch in Sonderformen. Mit Rahmenprofilen in mehreren Standardfarben oder jeder RAL-Farbe passen sie sich nahtlos deinem Stil an. Standardmäßig wird ein anthrazitfarbenes Fiberglasgewebe verwendet, doch auch Sondergewebe sind erhältlich, um deinen individuellen Anforderungen gerecht zu werden.

Für Türen bietet HEFA verschiedene Lösungen an. Die Drehrahmen passen sich optimal an dein bestehendes Türelement an und sind die ideale Wahl für häufig genutzte Durchgänge wie Terrassen- oder Balkontüren. Sie lassen sich nach innen oder außen öffnen und sind mit gewebeteilenden Quersprossen und Trittschutz ausgestattet. Optional kann eine Katzen- oder Hundeklappe integriert werden.

Der Pendelrahmen ist perfekt für Durchgänge, die von beiden Seiten geöffnet werden müssen. Dank Magneten schließen sie selbstständig und geräuschlos, während eine umlaufende Bürstendichtung zusätzlichen Schutz bietet. Auch hier ist der Einbau von Tierklappen möglich. Entdecke den umweltfreundlichen Insektenschutz von HEFA und genieße ungestörte Momente in deinem Zuhause!

HEFA - Hans Eggert Fahl GmbH
Neue Dorfstraße 89
24782 Büdelsdorf
Telefon: 04331 / 382 02

**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**

BLÜHENDE TISCHDEKORATION

Statt die Speisen auf Tellern anzurichten, werden die Partyhäppchen bei dieser blühenden DIY-Dekoration auf schwebenden Servierplatten gereicht. Gehalten werden

die Platten von leeren Weinflaschen. Einfach die Bretter je nach Größe mit zwei bis drei Löchern versehen und über die gereinigten Flaschen stülpen. Geschnittene,

bunte Geranien, Mannstreu-Blütenstände (*Eryngium planum*) und dekorative Gräser in den mit Wasser befüllten Flaschen runden die sommerliche Tischdekoration ab!



TIPP:

Das Abschneiden einzelner Blütenstiele macht Geranien nichts aus. Ganz im Gegenteil: Es regt sie dazu an, noch mehr Blüten zu bilden.
www.meine-geranien.de

A woman with long dark hair in a ponytail, wearing a white tank top and white shorts, is standing on a sandy beach. She is stretching her arms upwards, holding her hands together. The background shows the ocean and a clear blue sky with a bright sun.

GESUNDHEIT & WELLNESS

Sommer ist, wenn die Haut von der Sonne geküsst wird und Schnecken plötzlich Beauty-Helden sind. Wir zeigen, was hilft, was hübsch macht - und was wirklich auf die Haut darf.



LANGANHALTENDE SOMMERBRÄUNE

Im Sommer erfreuen wir uns an sonnengeküsster Haut. Mit den richtigen Pflegetipps und Gewohnheiten lässt sich der sommerliche Glow lange erhalten.

1 Ein Peeling ist eine großartige Methode, um die Bräune länger zu erhalten. Denn abgestorbene Zellen lagern sich an der Hautoberfläche ab und lassen die Bräune weniger strahlend aussehen. Durch sanftes Abrubbeln der Haut werden abgestorbene Hautschüppchen sanft entfernt, sodass die darunter liegende Bräune zum Vorschein kommt und sie gleichmäßiger verblasst.

2 Die wichtigste Zutat, um die Bräune möglichst lange zu erhalten, ist definitiv Feuchtigkeit. Denn sie verbessert die Qualität der obersten Hautschichten, wodurch der natürliche Erneuerungsprozess der Haut verlangsamt wird. Je trockener die Haut ist, desto schneller schuppt sie und verliert damit auch ihre natürliche Bräune. Deshalb cremen, cremen, cremen.

3 Dusche nur lauwarm, denn heißes Wasser entzieht der Haut jede Menge Feuchtigkeit, dadurch schuppt die Haut schneller. Und nach dem Duschen die Haut nur sanft abtupfen statt rubbeln.

4 Hilf im Gesicht mit Selbstbräunern nach. Denn gerade im Gesicht verblasst die Bräune besonders schnell. Grund dafür sind die ständige und gründliche Reinigung meist mit Säuren oder Cremes mit Retinol etc.

1. Entfernt sanft abgestorbene Hautschuppen, bereitet die Haut optimal auf das Bräunen vor und macht sie geschmeidig.

2. Pflegt die Haut intensiv und bereitet sie optimal auf das Bräunen vor.

3. Diese leicht aufzutragende Bodylotion baut schrittweise einen sonnengeküssten Glow auf und schließt die Feuchtigkeit bis zu 72 Stunden lang ein.

5. Dieses Multitasking-Konzentrat mit 100 % natürlichem Bräunungswirkstoff sorgt für einen strahlenden, sonnengeküssten Teint – das ganze Jahr über.

4. Diese streifenfrei und leicht aufzutragende Bodylotion verleiht der Haut nach und nach eine mittlere bis dunkle Bräune und schließt die Feuchtigkeit bis zu 72 Stunden lang ein.





SCHNECKENSCHLEIM, SPERMIDIN & CO.

Was können Hype-Wirkstoffe wirklich? Eine Dermatologin räumt auf.

Mal ist es Schneckenschleim, mal ein Molekül mit Sci-Fi-Namen wie NAD+ oder Spermidin – auf Social Media ist ständig vom nächsten „Wundermittel“ die Rede, das Falten wegzaubert, Haut erneuert und für sofortigen Glow sorgt. Aber was davon stimmt wirklich?

Dr. med. Sarah Bechstein, Dermatologin und Gründerin von FORMEL SKIN, kennt die Trends – und liefert den wissenschaftlichen Realitätscheck.

SCHNECKENSCHLEIM: GLITSCHIGER HYPE ODER ECHTE HILFE?

Zugegeben, der Gedanke an Schneckenschleim im Gesicht löst nicht bei allen Begeisterung aus. Aber: Der Wirkstoff ist keineswegs neu, sondern hat durch Instagram, TikTok & Co. nur ein echtes Come-

back gefeiert. In Asien längst etabliert, steckt hinter dem schleimigen Stoff eine spannende Kombination aus Glykoproteinen, Hyaluronsäure, Peptiden und Antioxidantien. Klingt vielversprechend – und das ist es auch, zumindest ein Stück weit.

Der Haut liefert Schneckenschleim ordentlich Feuchtigkeit, stärkt die Hautbarriere und beruhigt kleine Entzündungen. Besonders nach Akneschüben oder bei empfindlicher, trockener Haut kann er also helfen. Auch erste Zeichen der Hautalterung lassen sich damit abmildern – wenn auch nicht wegzaubern.

VERTRÄGLICHKEIT? MEIST GUT!

Was viele überrascht: Schneckenschleim gilt als sehr gut verträglich und ist für nahezu alle Hauttypen geeignet.

Dr. med. Sarah
Bechstein,
Dermatologin und
Gründerin von
FORMEL SKIN,
kennt die Trends



Allergische Reaktionen treten selten auf – wer allerdings zu Tierallergien neigt, sollte vorher besser einen Patch-Test machen. Und auch beim Thema Tierwohl lohnt sich ein zweiter Blick: Manche Hersteller gewinnen den Schleim durch Stressreize bei den Tieren. Wer das nicht unterstützen möchte, greift zu cruelty-free-zertifizierten Produkten – die gibt es inzwischen zum Glück reichlich.

PREIS-LEISTUNG: SOLIDER MITTELWEG

In Sachen Preis-Leistung macht Schnecken Schleim eine gute Figur: Die meisten Produkte sind bezahlbar, und besonders in asiatischen Rezepturen findet sich oft eine wirksame, hautfreundliche Formulierung. Aber: Ein Wundermittel ist der Stoff trotzdem nicht. Vielmehr ein unterstützender Pflegebaustein, der seinen Platz im Badezimmer durchaus verdient hat – aber eben ohne Zauberstab. „Gut verträglich, aber der Hype ist größer als der Nutzen“, fasst Dr. Bechstein zusammen.

TREND-WIRKSTOFFE MIT RISIKO – LIEBER NICHT ALLES AUSPROBIEREN!

Nicht alle Inhaltsstoffe, die im Netz als Geheimwaffe gegen Hautprobleme gehandelt werden, sind so harmlos wie Schnecken Schleim. Vor allem bei DIY-Rezepten ist Vorsicht geboten. Zitronensaft oder Backpulver gegen Pickel? Klingt einfach, ist aber für die Haut pures Chaos. Die aggressive Säure oder Alkalität kann die Hautbarriere massiv schädigen und Reizungen auslösen.

Auch sogenannte „natürliche“ Produkte wie Beef Tallow – also tierisches Fett – sind kritisch zu sehen. Zwar voll mit pflegenden Lipiden, aber bei großflächiger Anwendung nicht selten ein Garant für verstopfte Poren und Unreinheiten.

Ein echtes No-Go sind zudem unregulierte Produkte mit Hydrochinon. Der Wirkstoff ist stark hautaufhellend und wird online oft gegen Pigmentflecken beworben – kann aber Leber und Nieren schädigen und steht nicht umsonst in vielen Ländern unter Rezeptpflicht.

Und dann wären da noch hormonaktive Stoffe wie Phytoöstrogene, die je nach Hormonlage individuell wirken – und im Zweifel lieber nur nach Rücksprache mit medizinischem Fachpersonal verwendet werden sollten.

DER BESSERE WEG: WISSENSCHAFT STATT WUNSCHDENKEN

Die gute Nachricht: Es gibt viele etablierte Wirkstoffe, deren Wirkung durch Studien belegt ist – und die der Haut nachweislich guttun. FORMEL SKIN setzt deshalb konsequent auf evidenzbasierte Inhaltsstoffe, entwickelt in Zusammenarbeit mit Dermatolog*innen und auf medizinischem Niveau. Kein Hokusfokus, keine TikTok-Tricks – sondern gezielte, verträgliche Pflege, die funktioniert.

Wer neugierig geworden ist, findet die Produkte nicht nur online unter formelskin.de, sondern auch deutschlandweit bei Douglas und mycare.

*„Fazit:
Schnecken Schleim
ist gut verträglich,
aber der Hype ist größer
als der Nutzen.“*

Dr. med. Sarah Bechstein

Statt auf Trend-Wirkstoffe vertraut
FORMEL SKIN auf bewährte Inhalts-
stoffe mit nachgewiesenem Nutzen



GANZHEIT- LICH STARK

Mehr als nur Symptom-Behandlung: Das Physiofit Büdelsdorf setzt auf Ursachenforschung und Ganzheitlichkeit.

Schmerzen kommen selten allein – und genau deshalb setzen die Therapeut*innen von **Physiofit** in Büdelsdorf auf ein umfassendes und ursachenorientiertes Behandlungskonzept. Ob Verspannung, Gelenksbeschwerden oder Bewegungseinschränkung: Eine gründliche Untersuchung steht hier immer am Anfang. Denn nur wer die Ursache kennt, kann nachhaltig behandeln. Im Fokus steht dabei der ganze Mensch. Statt nur an einzelnen Symptomen zu arbeiten, schauen die Expert*innen auf alle „Baustellen“ – und bieten dafür ab sofort auch Osteopathie an. Dank längerer



Behandlungszeiten und einem erweiterten Blick auf den Körper lassen sich mehrere Beschwerden gleichzeitig angehen – oft hängen diese nämlich zusammen. Noch eine gute Nachricht: Ab dem 1. September kann das Team auch deutlich mehr Hausbesuche anbieten. Wer also lieber zu Hause behandelt werden möchte – Physiofit kommt vorbei. Interesse an einer Beratung oder Behandlung? Dann melde dich gern unter Tel.: 04331 / 33 22 70 oder per Mail an info@physio-fit-praxis.de. Weitere Infos: www.physio-fit-praxis.de

Das komplette Angebot im Überblick:

- Osteopathie
- Krankengymnastik
- Krankengymnastik am Gerät
- Manuelle Therapie
- Manuelle Lymphdrainage
- PNF (Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation)
- Klassische Massagetherapie
- Kiefergelenksbehandlung
- Wärme- & Kältetherapie

Fotos: Physiofit

DEINE

PHYSIOPRAXIS

IN BÜDELSDORF

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

PHYSIO
fit





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



STRAHLEND SAUBER

Viele herkömmliche Bleaching-Produkte setzen auf hochkonzentrierte Wasserstoffperoxide oder abrasive Partikel, die die Verfärbungen chemisch oder mechanisch entfernen. Das Problem: Diese Methoden greifen oft den Zahnschmelz an, reizen das Zahnfleisch, machen die Zähne empfindlicher und erhöhen langfristig das Risiko für Erosionen und Schädigungen der Zahnschmelz. Das Bio-Zahnpulver von **teethlovers** ist eine sanftere, schonendere Option. Neben seiner effektiven Wirkung überzeugt das vegane Zahnpflegeprodukt auch durch sein umweltfreundliches Zero-Waste-Konzept. Es wird in einem stilvollen, wiederverwendbaren Glas mit Bambusdeckel geliefert, das ganz ohne Plastik auskommt. Mehr Infos unter www.teethlovers.de.

Foto: teethlovers



ZFA gesucht – auch Azubis willkommen! Zahnarztpraxis Dr. Caliebe | Büdelsdorf

Wir suchen eine **Zahnmedizinische Fachangestellte (ZFA)** in Voll- oder Teilzeit sowie **Auszubildende** zur ZFA.

Das erwartet dich:

- Assistenz bei Behandlungen & Betreuung der Patient*innen
- Durchführung von Prophylaxe-Maßnahmen (für ausgebildete ZFAs)
- Terminvergabe, Beratung & Nachsorge
- Hygiene & Praxisorganisation

Das bringst du mit:

- Abgeschlossene ZFA-Ausbildung oder Motivation für die Ausbildung
- Empathie, Teamgeist & Freude am Umgang mit Menschen

Wir bieten:

- Familiäres, herzliches Team
- Flexible Arbeitszeiten
- Raum für Entwicklung

Bewirb dich jetzt bei der
Zahnarztpraxis Dr. Caliebe
Parkallee 9 • Büdelsdorf
Tel.: 04331 / 380 38 • praxis@zahngesundheit-buedelsdorf.de
www.zahngesundheit-buedelsdorf.de

Astrologe Banger

Die Persönlichkeit Ihres Kindes

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

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

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

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

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



STEINBOCK

22.12.–20.01.

So gut standen deine Liebessterne lange nicht. Damit sich die Zuneigung nicht nur im Kopf abspielt, solltest du deine Gefühle etwas offener zeigen. Berufliche Pläne wollen in die Tat umgesetzt werden. Es besteht nur Gefahr, dass du zu viel auf einmal willst.



SCHÜTZE

23.11.–21.12.

Für dein Zeichen liegen widersprüchliche Tendenzen vor. Fehlt es dir an Weitblick und Energie, solltest du dies als vorübergehenden Zustand ansehen. Missverständnisse könnten dazu führen, dass du an deinen Zielen zweifelst. Nicht immer ist Veränderung die Lösung für Schwierigkeiten. Gespräche mit Freunden geben neue Impulse.



SKORPION

24.10.–22.11.

Mit neuem Selbstvertrauen kannst du beginnen, deine Pläne umzusetzen. Regele Anliegen, für die dir die Energie fehlte, und bereinige Spannungen mit anderen. Der Monat ist günstig für Kurztrips, Besuche, Gespräche und Verhandlungen.



WAAGE

24.09.–23.10.

Es liegt an dir, ob du die kurze Zeit der Ruhe nutzt, um neue Kraft für künftige Abenteuer zu sammeln, oder ob du ein Problem daraus machst, dass nichts Weltbewegendes passiert. Spannungen in der Kommunikation können ab der Monatsmitte eine Rolle spielen. Dank deiner Kompromissbereitschaft braucht es keine langen Diskussionen.



JUNGFRAU

24.08.–23.09.

Der Weg zum Erfolg kann auch mal mühsam sein. Du hast doch wohl nichts anderes erwartet, oder? Leistung allein ist aber nicht alles. Eine etwas gründlichere Organisation könnte dir sicher nicht schaden. Falls du kritisiert wirst, warte mit deinen Argumenten lieber etwas ab. Momentan fällt es dir nicht immer leicht, mit den Reaktionen umzugehen, die du bei anderen auslöst.



WASSERMANN

21.01.–19.02.

Du bist kompromissbereit und andere wissen das durchaus zu schätzen. Dein momentaner Idealismus mag für Liebesangelegenheiten förderlich sein – für neue, praktische Vorhaben bestimmt nicht. Bringe Projekte zu Ende, für die du dich nicht mehr begeistern kannst, oder trenne dich von ihnen. Das schafft Raum für Neuanfänge.

STERNZEICHEN DES MONATS



LÖWE

23.07.–23.08.

Eine günstige Zeit, die verschiedenen Bereiche deines Lebens zu beleuchten, um dir über deine nächsten Schritte klarer zu werden. Wichtige Gespräche und Verhandlungen solltest du auf die zweite Monatshälfte legen. Bevor du dich zu einem großartigen neuen Vorhaben hinreißen lässt, solltest du dich mit guten Freunden beraten. So wirst du erkennen, ob du über dein Ziel hinauschießt oder deine Kräfte realistisch einschätzt.



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.



FISCHE

20.02.–20.03.

Eine Erwartung der letzten Wochen kann sich als zerplatzende Seifenblase erweisen. Jetzt lohnt es sich, auf Gelegenheiten zu achten, die neue Entwicklungen in deinem Leben ermöglichen. In der Liebe sind deine Gefühle widersprüchlich. Dabei gibt es keinen Grund mehr, noch länger zu zögern.



WIDDER

21.03.–20.04.

Lasse dich von Zweifeln und kleinen Rückschritten nicht entmutigen. Kaum findest du dich damit ab, dass Dinge nicht immer glatt laufen, wendet sich das Blatt auch schon. Erfolg fängt im Kopf an – plane etwas mehr, als du dir bisher vorgenommen hast. Mit relativ wenig Anstrengung kannst du in der zweiten Monatshälfte viel für dich erreichen.



STIER

21.04.–20.05.

Vorsicht, wenn du über jemanden urteilen musst. Dir fehlen wahrscheinlich wichtige Informationen. Behalte deine Meinung lieber für dich. In der Liebe solltest du selbst die nächsten Schritte planen. Jemand wartet schon länger auf deinen Einsatz.



ZWILLINGE

21.05.–21.06.

Veränderungen, mit denen du konfrontiert wirst, kommen dir nicht immer gelegen. Theoretische Lösungen wirst du schnell finden – ob die aber von anderen auch bedingungslos angenommen werden, ist fraglich. Dir ist klar, dass nicht jeder Traum sofort erfüllbar ist. Solange du Dinge weiterhin mit Humor nimmst, kommst du auch gut an.



KREBS

22.06.–22.07.

Anstehende Entscheidungen wollen gründlich überlegt sein. Achte auf dein Gegenüber – bist du dir deiner Sache sehr sicher, kannst du andere leicht vor den Kopf stoßen. Bezieht man Stellung gegen dich, kann es sein, dass du missverstanden wurdest. Bist du dadurch verunsichert, wäre es dennoch keine gute Idee, so weiterzumachen wie bisher.

DEINE AUGEN IN BESTEN HÄNDEN

Augenarztpraxis mit neuem Standort in Rendsburg

Gute Nachrichten für alle in Rendsburg und Umgebung, die auf der Suche nach kompetenter Augenheilkunde sind: Ein erfahrenes, alteingesessenes Team hat die neue, zentral gelegene Praxis „Dein Auge“ am Jungfernstieg 10 eröffnet – nur wenige Schritte vom Bahn- und Busbahnhof sowie der Innenstadt entfernt. Ob Routine-Check, Beratung oder gezielte Behandlung: Hier kümmert sich ein eingespieltes, freundliches Team mit viel Erfahrung um deine Augengesundheit – kompetent, persönlich und auf Augenhöhe. Modernste Diagnosetechnik sorgt dabei für präzise Ergebnisse und eine schonende Untersuchung.

Termine lassen sich auch bequem online buchen. Die Praxis ist barrierefrei und liegt ideal – mit kurzen Wegen zu Cafés, Geschäften und Parkhäusern.

Ob für dich selbst oder deine Angehörigen:

In dieser Praxis stehen Verlässlichkeit und individuelle Betreuung an erster Stelle. Dank der engen Vernetzung mit Hausärzt*innen und Fachkolleg*innen ist auch die interdisziplinäre und operative Versorgung bestens gesichert.



Dein Auge
Jungfernstieg 10,
Rendsburg,
www.augenarzt.sh

Fotos: Dein Auge



SCHÖNHEIT AUS DEM KÜHLSCHRANK

Gesichtspflege so frisch wie ein Smoothie? Genau das bieten die handgefertigten Gesichtsmasken von Lush – voller frischer Inhaltsstoffe und frei von Konservierungsstoffen.

Die Masken kommen ganz ohne Konservierungsstoffe aus und bestehen aus frischen, möglichst unverarbeiteten Rohstoffen wie Früchten, Tonerden und pflegenden Ölen. Diese enthalten von Natur aus aktive Vitamine, Enzyme und Mineralstoffe, die der Haut direkt zugutekommen. Dadurch sollen sie deutlich pflegender als stark konservierte, lang haltbare Kosmetikprodukte sein.

Die Masken werden jede Woche frisch hergestellt.

Darum sollten sie im Kühlschrank gelagert und innerhalb von 28 Tagen aufgebraucht werden. Gekühlt bleiben die pflegenden Inhaltsstoffe optimal erhalten –

und der kühlende Auftrag sorgt für ein besonders belebendes Hautgefühl. Nicht nur im Sommer eine echte Wohltat!

www.lush.com



Fotos: Lush (3)

URLAUBSKÜCHE

BELLA ITALIA!

Salzige Brise & Zitronenduft:
Mit unseren **Fisch- und Meeresfrüchte-Kreationen** verwandelst du deine Küche in ein authentisches Hafenrestaurant am Mittelmeer.

PIZZA BIANCA
VOM GRILL MIT FENCHEL, SARDELLEN UND RADICCHIO

Rezept auf der nächsten Doppelseite



BACKEN STATT GRILLEN

Wer unsere Pizzen lieber im Backofen zubereiten möchte, heizt diesen samt Backblech auf 240 °C Ober-/Unterhitze vor. Die Teiglinge wie beschrieben belegen, nacheinander in 12-14 Minuten goldbraun backen.

EINFACH VORZUBEREITEN

Klassisch wird Caponata kalt gegessen, du kannst sie also schon am Vortag zubereiten und über Nacht abgedeckt im Kühlschrank durchziehen lassen.

Für maximales Aroma bei Zimmertemperatur servieren.

GEGRILLTER WOLFSBARSCH MIT CAPONATA

Rezept auf der nächsten Doppelseite



Meeresfrüchte- Linguine

FÜR 4 PERSONEN

- 500 g Linguine
- 2 Knoblauchzehen
- 1 roter Peperoncino
- 4 Stiele Petersilie
- 500 g Miesmuscheln (geputzt und entbartet)
- 250 g Garnelen (küchenfertig, geschält)
- 2 EL natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Beträufeln
- 150 ml trockener Weißwein
- 150 g Sahne
- 3 EL Zitronensaft
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Linguine nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser knapp al dente garen. In der Zwischenzeit den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Peperoncino waschen, putzen, nach Belieben entkernen und hacken. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Miesmuscheln und Garnelen gut waschen und abtropfen lassen. Geöffnete oder beschädigte Miesmuscheln aussortieren und entsorgen.

2 Das Olivenöl in einer großen Pfanne mit Deckel erhitzen, Knoblauch und Peperoncino darin 2 Minuten andünsten. Weißwein und Miesmuscheln hinzufügen, alles gut vermengen und mit etwas Salz würzen. Die Pfanne mit dem Deckel verschließen und die Muscheln 2–3 Minuten garen. Garnelen und Sahne unterrühren, alles erneut abdecken und 2–3 Minuten weiterköcheln lassen, bis die Garnelen rosa und durchgegart sind. Nicht geöffnete Muscheln aussortieren und entsorgen.

3 Die Linguine abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen. Pasta, Zitronensaft und Petersilie in die Pfanne geben. Etwas Kochwasser hinzufügen und alles kurz weiterköcheln lassen. Die Pasta mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit etwas Olivenöl beträufelt servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT **35 MINUTEN**

NOCH MEHR AROMA GEFÄLLIG?

Gib 1 TL Fenchelsaat und 1 fein geschnittene Fenchelknolle mit dem Knoblauch und dem Peperoncino in die Pfanne, das sorgt für eine milde, süßlich-würzige Note, die perfekt zu den Meeresfrüchten passt.



MEERESFRÜCHTE-
LINGUINE

Pizza bianca vom Grill mit Fenchel, Sardellen und Radicchio

FÜR 4 PERSONEN

- 1/2 Würfel Hefe
- 500 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 12 EL natives Olivenöl extra
- 2 Fenchelknollen
- 300 g Kirschtomaten mit Grün
- 1 Radicchio
- 150 g Ricotta
- 150 g Crème fraîche
- 40 g frisch geriebener Parmesan
- 1 EL flüssiger Honig
- 1/2 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale und Saft)
- 80 g Sardellen in Öl (Glas)
- 1 Bund gemischte Kräuter (z. B. Petersilie, Basilikum, Minze, Schnittlauch)
- 1 Knoblauchzehe
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Hefe in 300 ml lauwarmem Wasser auflösen. Mehl und 1 TL Salz in einer großen Rührschüssel mischen. Die Hefemischung angießen, 2 EL Olivenöl hinzufügen und alles in 8–10 Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Die Rührschüssel abdecken und den Teig an einem warmen Ort 45–60 Minuten ruhen lassen.

2 Einen Grill anheizen. Fenchelknollen putzen, das Grün zum Garnieren beiseitelegen, die Knollen waschen und in dünne Spalten schneiden. Mit 4 EL Olivenöl und etwas Salz vermengen und auf dem heißen Grill unter Wenden garen. Inzwischen die Kirschtomaten waschen und nach Belieben halbieren. Radicchio putzen, in mundgerechte Stücke zupfen, waschen und trocken schleudern. Ricotta, Crème fraîche, Parmesan, Honig, Zitronenschale und -saft verrühren. Die Creme mit Salz und Pfeffer würzen. Sardellen in einem Sieb abspülen und trocken putzen.

3 Einen Pizzastein auf dem Grill vorheizen. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in 4 gleich große Portionen teilen. Jede zu einem runden Fladen verarbeiten, mit der Ricottacreme bestreichen und mit gegrilltem Fenchel, Tomaten sowie Sardellen belegen. Pizzen auf dem heißen Pizzastein bei geschlossenem Deckel nacheinander goldbraun und kross backen. Inzwischen Kräuter waschen und trocken schütteln. Ggf. die Blättchen abzupfen, dann hacken und mit dem übrigen Olivenöl und etwas Salz verrühren. Knoblauchzehe schälen und dazupressen. Die Pizzen mit Radicchio garnieren, mit etwas Würzöl beträufeln und sofort servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten zzgl. ca. 45 Minuten Ruhezeit

Gegrillter Wolfsbarsch mit Caponata

FÜR 4 PERSONEN

- 4 Knoblauchzehen
- 1 Bund gemischte Kräuter (z. B. Petersilie, Majoran, Rosmarin)
- 2 Bio-Zitronen
- 2 Wolfsbarsche (küchenfertig, à ca. 500 g)
- 5 EL natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Bestreichen
- 50 g Rosinen
- 3 Zwiebeln
- 3 Stangen Staudensellerie
- 1 Aubergine
- 1 Zucchini
- 400 g Kirschtomaten
- 50 g Pinienkerne
- 1 TL Zucker
- 400 g passierte Tomaten (Dose)
- 3 Stiele Basilikum
- 3 EL Kapern in Lake (Glas)
- 6–8 EL Balsamicoessig
- 1 Ciabatta
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Einen Grill anheizen. Die Knoblauchzehen schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Stiele und Zweige grob zerpfücken. Die Zitronen heiß abwaschen, trocken reiben und in dünne Scheiben schneiden.

2 Die Fische innen und außen waschen. Den Bauchraum mit etwas Salz und Pfeffer würzen und mit Knoblauch, Kräutern und Zitronenscheiben füllen. Fische außen mit etwas Öl bestreichen, in Fischgrillzangen geben und auf dem heißen Grill 12–15 Minuten pro Seite grillen.

3 Inzwischen die Rosinen mit 100 ml kochendem Wasser überbrühen. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Das Gemüse waschen und putzen. Sellerie in dünne Scheiben, Aubergine und Zucchini in grobe Würfel schneiden, Kirschtomaten halbieren. Die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anrösten.

4 Das Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebeln darin glasig dünsten. Sellerie, Aubergine und Zucchini mitdünsten. Alles mit dem Zucker bestreuen, diesen leicht karamellisieren. Die Rosinen mitsamt Ein-

weichwasser hinzufügen und dieses etwas einköcheln lassen. Die passierten Tomaten dazugeben, alles mit etwas Salz und Pfeffer würzen und 8–10 Minuten köcheln lassen. In den letzten 3–5 Minuten die Kirschtomaten mitgaren. Das Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Kapern, Pinienkerne und Essig zur Caponata geben, diese abschmecken. Das Ciabatta in Scheiben schneiden. Die gegrillten Wolfsbarsche mit der Caponata und dem Ciabatta anrichten und mit Basilikum garniert servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten



Diese und viele weitere Rezepte gibt's in der aktuellen Ausgabe der So is(t) Italien. Erhältlich im Zeitschriftenhandel oder unter www.falkemediashop.de.



Katja Baum und Helena Gouveia, bekannt aus „The Taste“, kochen im Strandgut Resort St. Peter Ording

MENÜS MIT WOW-EFFEKT

GENUSSWELLEN IM NORDEN

Das Schleswig-Holstein Gourmet Festival geht ab September in die 39. Runde – und das mit ordentlich Dampf unterm Deckel.

Von Büsum bis Lübeck wird an 15 Orten auf Sternenniveau gekocht, genascht und gefeiert. Zwei 3-Sterne-Köche, viele neue Gesichter und gleich drei Sonderformate – darunter ein süßer Dessert-Lunch zum Finale – versprechen kulinarische Highlights zwischen Nordsee, Ostsee und Ratzeburger See. Mit dabei sind unter anderem: Deutschlands Koch-Olympier Marco Müller, „Saucen-Papst“ Jens Rittmeyer und das TV-erprobte Duo Baum und Gouveia aus „The Taste“. Auch der Gemeinschaftstisch für Alleinreisende bleibt – denn gute Gespräche gehören eben auch zum guten Essen. Wer also mal wieder Lust auf ein Menü mit Wow-Effekt hat, sollte sich eines der 33 Events sichern. Ob No-Waste-Konzept, Bio pur oder Pure-Nature-Küche – hier geht was.

Infos und Buchung: www.gourmetfestival.de

Seit 2024 führt Marco Müller vom Restaurant RUTZ (Berlin) mit Höchstnoten in allen erfolgreichen Restaurant-Guides den deutschen Kocholymp an und verwöhnt am 19. Oktober mit seiner visionären Handschrift die Gäste in der Orangerie an der Ostsee



Am 10. und 11. Oktober wird „Saucen-Papst“ Jens Rittmeyer (Buxtehude) mit Patron Bernd Ratjen im Restaurant Zur Erholung (Uetersen) für ein aromaintensives Menü vorwiegend aus Bio-Produkten sorgen

So isst Italien Club

Italien fühlen, schmecken, erleben – mit mir, Serena

Das erwartet dich im Club:



Italien auf deinem Teller
Originalrezepte aus allen
Regionen – echt & köstlich!



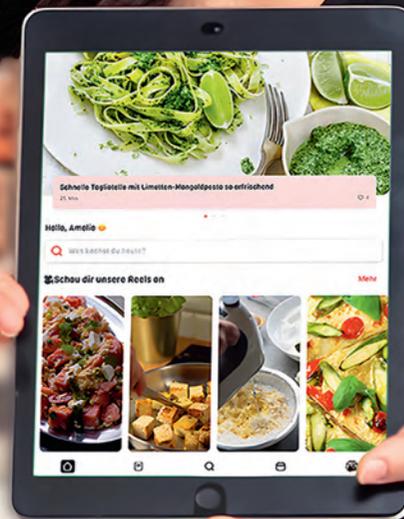
Koch mit mir – ganz einfach
Italienisch kochen mit meinen
Rezeptvideos und Tipps



Italien entdecken & genießen
Geheimtipps für Regionen,
Städte und Genussreisen



Dein digitaler Genussplan
Magazine, Wochenpläne und
Lieblingsrezepte immer dabei



*„Ich bin Serena Loddo und liebe die
italienische Küche. Als Italienken-
nerin & Genussexpertin bin ich im
So isst Italien Club an deiner Seite.“*

NUR JETZT:

**1 Jahr Italien-Gefühl
für nur 19,99 €***

(statt 49,99€)

**60%
RABATT**

**Starte jetzt und hole dir
Bella Italia in deine Küche!**

www.soisstitalien.de/kennenlernangebot

*Im ersten Jahr, danach 49,99€/Jahr





Jeane Flieser
- Blumensonne, 1969 / Rote Blume, 1968



Jeane Flieser - Geschehen, 1986 / Ängste

DAS EXPRESSIVE WERK VON JEANE FLIESER VON KIEL NACH KITZEBERG

Das Künstlermuseum Heikendorf präsentiert mit „Zwischen Farbenpracht und Seelenschmerz“ eine umfangreiche Schau mit Werken der Künstlerin Jeane Flieser.

Jeane Flieser kam am 7. Juni 1912 in Kiel als Kind des österreichischen Schauspielers und Regisseurs Hans Flieser sowie dessen aus Heikendorf stammender Gattin Lydia in Kiel zur Welt. 1918 ging die Familie nach Berlin, wo sie 1931 ein Kunststudium begann. Dieses brach sie wegen antisemitischer Anfeindungen 1936 ab, nahm es aber nach dem Krieg 1947 – und dann bis 1953 – wieder auf und wurde Meisterschülerin des weltbekannten Expressionisten Karl Schmidt-Rottluff. Nach ihrem Studium lebte sie als freie Künstlerin und arbeitete bis 1979 regelmäßig auch im geerbten Haus ihrer Tante in Kitzberg. In dieser Ausstellung lässt sich der viel-

seitige kreative Weg von Jeane Flieser wunderbar nachvollziehen. Aus den 1950er-Jahren sind beispielsweise Selbstporträts und ein weiblicher Akt zu sehen. Farbtintensivere und lichtere Bilder, die den Einfluss ihres Lehrers zeigen, malte sie in den 1960er-Jahren, während ihre Arbeiten der 1980er-Jahre wieder dunkler werden und viele Grautöne zeigen. Motivisch sind sie vielgestaltiger und regen zum längeren Betrachten an. Die Ausstellung selbst wiederum lädt dazu ein, eine eindrucksvolle Künstlerin zu entdecken, deren Werk eine sehr große Faszination ausstrahlt.

**bis 7. September •
Künstlermuseum Heikendorf**

Fotos: Heiko Buhr



Lars Wiggert - Die Arlau bei Struckum (Nordfriesland)

Bild: Lars Wiggert

LANDSCHAFTSBILDER

Im Frühjahr 2013 lud der Sylter Maler Lars Wiggert Freunde seiner Malerei ein, im Rahmen des Projekts „Hamburg-Westerland: Die Landschaften einer Zugreise“ mit ihm auf Fahrt zu gehen. Zehn Jahre später nahm er das Reiseprojekt für eine Folgeausstellung wieder auf. Entstanden sind viele neue Bilder, die die Schönheit ebenso wie die farbliche Mannigfaltigkeit der Landschaft zwischen Hamburg und Westerland zeigen. Unter dem Titel „Zugfahrt nach Sylt“ präsentiert er aktuell rund 50 seiner Gemälde im Landeshaus Kiel.

**bis 21. August • Landeshaus Kiel
Flure der CDU-Landtagsfraktion**

EINDRUCKSVOLLE FOTOGRAFIE

Die Ausstellung „HIGH NOON“ beleuchtet die wegweisenden Arbeiten der US-amerikanischen Fotograf*innen Nan Goldin, David Armstrong, Mark Morrisroe und Philip-Lorca diCorcia. Ausgehend vom Studium an der School of the Museum of Fine Arts in Boston Ende der 1970er- und Anfang der 1980er-Jahre nahmen sie im konservativen politischen Klima der Ära Ronald Reagan ihre Arbeit auf. Sie thematisieren oft zwischenmenschliche Beziehungen und gesellschaftliche Themen.

bis 31. August • Stadtgalerie Kiel



Philip-Lorca diCorcia - Chris, 28 years old, Los Angeles, California, \$30, Los Angeles 1990/1992

Foto: Philip-Lorca diCorcia, Courtesy of the artist, Sprüth Magers and David Zwirner



Ausstellungsansicht „Das geliehene Haus - Shell in Transition“

Foto: Jens Gerber

HINTER GLAS

Die Reihe „Pop-up Kunsthalle zu Kiel“ ist mit der 1990 geborenen Wagehe Raufi gestartet. In ihren Arbeiten erkundet die in Berlin lebende Künstlerin die Erfahrungswelten von analogen und digitalen Räumen sowie deren Verhältnis zueinander. Diese Auseinandersetzung führt sie mit ihrer multimedialen Installation „Das geliehene Haus - Shell in Transition“ in Kiel fort. Sie verwandelt den Glasvorbau der sanierungsbedingt geschlossenen Kunsthalle in ein farb- und materialprächtiges Terrarium mit einer LED-Wand.

**bis 31. August •
Glasvorbau der Kunsthalle zu Kiel**

BUCHTIPPS FÜRS SOFA



MONA HARRY BEST-OF VON SLAM-POETIN

Mit „Liebeserklärung an den Norden“ ist die gebürtige Ahrensburgerin vor einigen Jahren berühmt geworden. Darin schildert sie auf humorvolle und pointierte Art und Weise, was sie an ihrer Heimat Schleswig-Holstein so schätzt. Inzwischen hat Mona Harry mehrere Bücher herausgebracht und diverse Preise gewonnen. Ihr aktuelles Werk „Fliegen ist doch eigentlich ganz leicht“ ist eine Sammlung ihrer beliebtesten Texte, enthält aber auch noch Unveröffentlichtes. Thematisch blickt die 33-Jährige nicht nur auf ihre Heimat, Natur und politisches Geschehen, sondern gibt auch intime Einblicke in ihre Gefühlswelt. Ein besonderes Highlight: Die inzwischen in Kiel lebende Autorin hat ihre Texte selbst illustriert.

Mona Harry: Fliegen ist doch eigentlich ganz leicht, KJM Buchverlag, 220 Seiten, 22 Euro



CLAIRE WINTER EIN STÜCK DEUTSCHER GESCHICHTE

„Die Erbin“, das ist Cosima Liefenstein. 1957 ist die aus einer schwerreichen Industriellenfamilie stammende junge Frau 21 Jahre alt und gründet eine nach ihrem Großvater Wilhelm Liefenstein benannte Stiftung. Diese soll allein-stehende Frauen mit Kindern unterstützen. Cosima möchte so etwas an bedürftigere Menschen zurückgeben. Als sie mit ihrem Auto einen Unfall verursacht, lernt sie den Journalisten Leo Markgraf kennen. Was sie nicht weiß: Er versucht, den mysteriösen Tod seines Anwaltsfreundes aufzuklären. Der wiederum steht scheinbar irgendwie auch mit den Liefenstein in Zusammenhang. Cosima hat da selbst schon begonnen, in ihrer Familiengeschichte zu forschen, trifft aber bei ihren Verwandten auf eine Mauer des Schweigens. Was ist in der NS-Zeit geschehen? Und wie haben sich ihr Großvater Wilhelm und seine Söhne, ihr im Krieg getöteter Vater Edmund und ihr Onkel Theodor, aktueller Liefenstein-Chef, sowie Albert in den finstersten Jahren der deutschen Historie verhalten? In zwei Erzählsträngen, einmal in den 1950er-Jahren, einmal in den 1930er/40er-Jahren spielend, lässt uns Claire Winter in ihrem ergreifenden und überaus fesselnden Roman „Die Erbin“ an einer Familiengeschichte teilhaben, in der Anpassung und Schuld ganz nah beieinanderliegen.

Heiko Buhr

Claire Winter: Die Erbin, Wilhelm Heyne Verlag, 589 Seiten, 22 Euro

JULIA R. KELLY INSELGEHEIMNISSE

Das Meer ist stets ein Sehnsuchtsort. Immer wieder reisen wir an diese Grenze und Übergänge, um uns selbst ein bisschen mehr zu finden. Sofern wir nicht persönlich an der Küste stehen, versteht es die Literatur, uns immer wieder dahin zu platzieren. So auch dieser Leseschatz.

Eine Ortschaft in Schottland im Jahr 1900. Verschiedene Perspektiven und Zeiten bereichern die Handlung auf der kleinen Insel. Es beginnt mit dem Fischer Joseph. Er kennt das Wasser und hat ein Gespür für das Wetter. Als ein Sturm aufzieht, wird ein lebloser Junge an die Küste geschwemmt. Joseph findet ihn und trägt ihn ins Dorf. Die Blicke der Bewohner*innen sind stets auf den Jungen gerichtet, kann es sein? Fast märchenhaft wirkt es. Damals, vor langer Zeit, ging der Sohn von Dorothy ans Meer und verschwand. Der angespülte Junge sieht ihm ähnlich und doch kann er es nicht sein, denn er wäre ja kein Kind mehr. Joseph trägt ihn an den neugierigen und ungläubigen Blicken vorbei zum

TIPP
DER BUCHHANDLUNG
ALMUT SCHMIDT

Advertorial



Pfarrhaus. Ausgerechnet Dorothy nimmt das rätselhafte Kind schließlich bei sich auf. Die Geschichte klärt sich langsam auf und stellt doch Rätsel, die aus der Vergangenheit kommen. Was war mit Dorothy und Joseph damals, wo ist ihre Liebe und warum war Joseph am Strand, als erneut das Meer in die Schicksale eingriff?

Ein schönes, ergreifendes Buch über Verlust, Liebe und Zusammenhalt. Es ist der

Debütroman von Julia R. Kelly, der bereits für einige Preise angedacht war und ausgezeichnet wurde. Hervorzuheben ist auch die Buchgestaltung mit dem Holzschnitt von Franziska Neubert als Titelmotiv, das die Stimmung des Inhalts gut andeutet.

Julia R. Kelly: Das Geschenk des Meeres, mare Verlag, 352 Seiten, 25 Euro, www.buchhandlung-friedrichsort.de, www.leseschatz.com





ICH TANZE, ABER MEIN HERZ WEINT

Mit einem stimmungsvollen Klezmer-Auftakt im Kinosaal, gespielt vom Duo Zhok (Gerhard Breier & Anja Jakobsen), beginnt dieser Abend der 12. Musikfilmfest-Reihe. Die lebendigen Melodien eröffnen eine Reise zu einem fast vergessenen Kapitel Musikgeschichte: Der Dokumentarfilm „Ich tanze, aber mein Herz weint“ erzählt von zwei Plattenlabels im nationalsozialistischen Berlin, die bis 1938 noch Werke jüdischer Künstler aufnehmen konnten. Danach verstummte diese Musik und galt über siebzig Jahre

lang als verloren. Erst Jahrzehnte später wurde dieser Schatz wiederentdeckt – ein Wunder, das nun mit neu arrangierten Interpretationen eines international renommierten Ensembles auf die Leinwand gebracht wird. Der Film verwebt diese Klänge mit den tragischen Schicksalen der Musiker und macht ihr Vermächtnis erneut hörbar. Karten sind erhältlich für 8 Euro (erm. 7 Euro). Mehr Infos gibt's unter www.schauburg-filmtheater.de.

**5. August, 19.45 Uhr •
Schauburg Filmtheater, Rendsburg**

Foto: Flemming Postproduktion

SOMMERFESTIVAL AUF KAMPNAGEL

Es wird international auf Kampnagel: Das Sommerfestival im August ist ein kulturelles Highlight – seit Jahren begeistert es mit innovativer Performancekunst, Musik, Tanz und Theater. Künstler*innen aus aller Welt bringen Produktionen nach Hamburg, die Grenzen sprengen und Perspektiven erweitern. Das Programm ist ein pulsierender Mix aus avantgardistischen Inszenierungen, politischen Statements und klanggewaltigen Konzerten – allesamt am Puls der Zeit. Auf Kampnagel wird jede Fläche zur Spielwiese für kreative Experimente. Dabei sind Ikonen der freien Szene ebenso ver-



Foto: Infinity Song

treten wie junge Talente, die mutig neue Wege gehen. Auch dieses Jahr erwarten die Gäste überraschende Formate, spannende Uraufführungen und Partys bis in die Nacht. Mehr Infos und Tickets unter www.kampnagel.de.

7. bis 25. August • Kampnagel, Hamburg

ENZO FESTIVAL

Am 8. und 9. August findet in Wagersrott – zwischen Kiel und Flensburg – das Enzo Festival mit über 20 Bands auf zwei Bühnen statt. Durch seine vielfältige und qualitativ hochwertige Musikauswahl verschiedenster handgemachter Musikrichtungen sowie die idyllische Lage inmitten der Landschaft Angeln gilt das urige Festival als echter Geheimtipp der norddeutschen Musikszene.

Von Rock, Ska, Reggae und Funk über Punk, Rock'n'Roll und Country bis hin zu Liedermacher-Klängen und Folk – beim Enzo Festival ist für jeden Geschmack etwas dabei. Mit dabei sind unter anderem: High Fade (Foto), Akne Kid Joe, Cheap Motels (DK), Digger Barnes, Dirty Sound Magnet (CH), Guts Pie Earshot, Johnny Reggae Rub Foundation, The Mocks (NL) und Upploppet (SWE). Für die Aftershow sorgen DJ Bert und Stereotyp Niels.

Karten sind im Vorverkauf für 70 Euro (inkl. Camping) erhältlich – unter www.enzo-festival.de oder vor Ort in der Buchhandlung Schröder (Süderbrarup), bei Insound Kiel oder im Kaffeehaus Flensburg. Weitere Informationen zum Line-up und Festivalprogramm gibt es ebenfalls auf der Website.

8. und 9. August • Wagersrott



Foto: High Fade

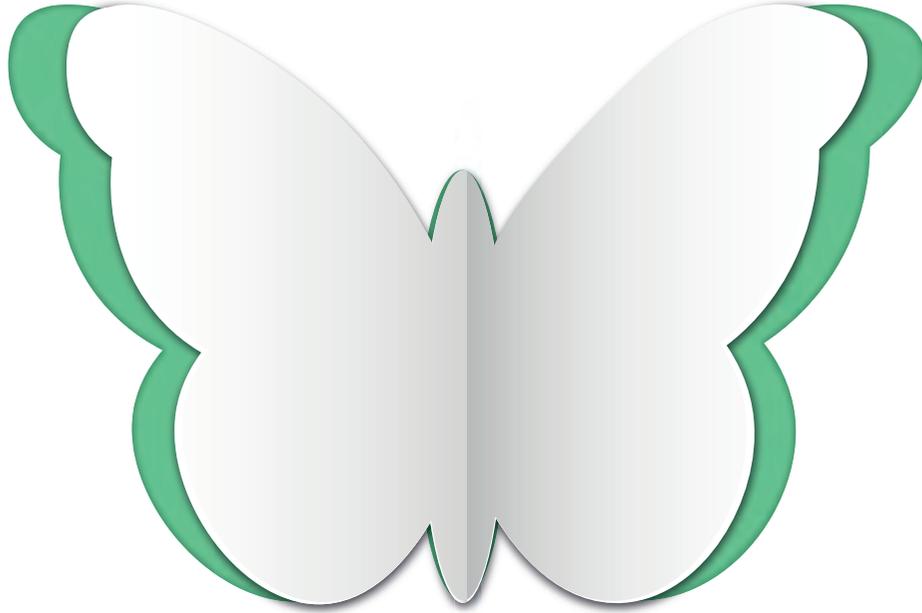


Foto: Heike Hein

SOMMERKONZERT: TANZMUSIK

Am 6. August erfreut sich die St. Marien-Kirche an der sechsten Ausgabe der Sommerkonzerte-Reihe. Unter dem Motto „Tanzmusik aus fünf Jahrhunderten“ präsentieren Barbara Kortmann (Querflöte) und Heinz-Peter Kortmann (Orgel) Werke von Bach bis Rutter, darunter Menuet, Pavane und Jazz Waltz. Der Eintritt ist frei, Spenden zugunsten der Konzertreihe sind willkommen.

**6. August, 18.10 Uhr •
St. Marien-Kirche, Rendsburg**



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.





MELVINS

Die 1983 in Montesano, Washington gegründeten Melvins zählen zu den prägendsten Bands der alternativen Musikszene. Mit ihrer einzigartigen Mischung aus Punk, Metal und Noise ebneten sie früh den Weg für zahlreiche andere Künstler – darunter Nirvana, deren Schlagzeuger Dave Grohl sich offen zu seinem Faible für die Melvins bekannte. Gegründet von Buzz Osborne und Schlagzeuger Dale Crover, stehen die Melvins seit über vier Jahrzehnten für kompromisslose

Klangexperimente, schwere Riffs und unkonventionelle Strukturen. Ihr Sound ist dabei so wechselhaft wie ihre Besetzungen: Live präsentieren sich die Melvins gerne in unterschiedlichen Formationen, manchmal sogar doppelt: als eigene Vorband in alternativer Besetzung. Mehr Infos und Tickets für 37 Euro zzgl. Gebühr erhältlich unter www.docksfreiheit36.de.

8. August, 19 Uhr
Große Freiheit 36, Hamburg

Foto: Melvins

LUCA SESTAK TRIO

Der junge Pianist Luca Sestak ist ein Phänomen – bereits mit elf Jahren wurde er zur Internetsensation. Mehrere Alben, zahlreiche Preise sowie Radio- und Fernsehauftritte folgten, ebenso Tourneen rund um die Welt. Mit jugendlicher Spielfreude und Charme bewegt er sich mühelos zwischen Jazz, Klassik, Pop, Blues und Funk. Auf seinem neuen Album „Lighter Notes“ zeigt Luca raffiniert, wie Chopin funky wird, Bach im Jazzclub spielt und Eigenkompositionen erschafft, die man so noch nicht gehört hat. Mit an Bord seines Trios sind Bassist Alexander Broschek und Schlagzeuger Nicholas Stampf. Jamie Cullum muss sich warm anziehen! Tickets gibt's für



Foto: Luca Sestak Trio

24 Euro zzgl. Gebühren unter www.flensburger-hofkultur.de.

7. August, 20.30 Uhr • Hof Reimann, Flensburg

ESCHENBACH & FRIENDS

Was verbindet den österreichischen Cellisten Kian Soltani, den griechischen Flötisten Stathis Karapanos und den niederländischen Geiger Niek Baar? Was veranlasst dazu, sie an einem Konzertabend zu versammeln, an dem sie nicht zusammen musizieren, sondern jeweils solistisch auftreten? Die Antwort auf diese Fragen ist Christoph Eschenbach, denn das Konzert steht ganz im Zeichen seines unermüdlichen Engagements für den musikalischen Nachwuchs, dem die Musikwelt nicht zuletzt die Entdeckung des Ausnahmepianisten Lang Lang oder der Geigerin Julia Fischer verdankt. Stets hielt und hält der Pianist und Dirigent, der im Februar dieses Jahres seinen 85. Geburtstag feierte, die Ohren auf, um neue Talente aufzuspüren, wobei ihn seine unerschöpfliche Neugier sowie sein untrüglicher Instinkt leiten. Die drei Solisten des Abends in der Rendsburger Christkirche, zwei von ihnen Gewinner des „Leonard Bernstein

Awards“, gehören zu der jüngsten Generation seiner Protégés. Nur folgerichtig, dass sie von Ehemaligen des Festivalorchesters begleitet werden, schließlich wird in diesem Ensemble, dessen Principal Conductor Christoph Eschenbach seit über 20 Jahren ist, auf unvergleichbare Weise der weltweite Orchesternachwuchs gefördert. Mehr Infos und Tickets: www.shmf.de
10. August, 19.30 Uhr • Christkirche, Rendsburg



Foto: Luca Piva



Foto: A.C.Him

A. C. HIM

Songs aus Irland und Schottland, gewürzt mit Country- und Folk-Rock, eigenen Titeln und spontanen Ideen – das ist A.C.Him. Mal laut, mal leise, mal zum Lachen, mal zum Weinen: ein packender Trip durch handgemachte Musik, authentisch und mit markanter Stimme sowie starkem Gitarrenspiel. Der Eintritt kostet 10 Euro. Anmeldung bis 7. August an kultur-am-rahmsee@langwedel-sh.de oder Tel.: 0175 / 415 05 64.

9. August, 20 Uhr • Sportheim, Langwedel

KARNEVAL DES GLÜCKS

Camille Saint-Saëns' berühmte Suite „Karneval der Tiere“ hat schon so manchen Autor beflügelt, darunter Lorient oder Sir Peter Ustinov. Auch der Schriftsteller und Publizist Roger Willemssen fand, dass Tiere die besseren Menschen seien, und schrieb 2013 eine eigene, äußerst charmante wie hintergründige Variante des Klassikers. Beim SHMF führt die renommierte Schauspielerin Katja Riemann durch dieses muntere tierische Fest: Hier treten die Bremer Stadtmusikanten als Boygroup auf, der Elefant wandelt als Crossover-Künstler zwischen Techno und Beethoven und die Fischer-Chöre singen im Aquarium! Mit ihren Trio-Kolleginnen Franziska Hölcher und Marianna Shirinyan feiert Katja Riemann den musikalischen Karneval und Willemssens scharfzüngige Wortkunst gleichermaßen. Im zweiten Teil kombinieren die drei Künstlerinnen dann Willemssens Text „Das müde Glück“ mit Musik von Strawinsky, Mozart und Elgar. Mehr Infos und Tickets: www.shmf.de

8. August, 19.30 Uhr • Kuhhaus, Altenhof



Foto: M. Knickriem



Foto: Erik Abel

ELIN ANNA LABBA

Jedes Frühjahr kehrt die 13-jährige Ingá mit Rentieren, Mutter und Tante in ihr „Sommerland“ im Nordwesten Schwedens zurück. Doch diesmal ist ihr Dorf verschwunden: Birken, Hütten, Hab und Gut liegen unter Wasser, geopfert für Wasserkraft und Profit. Mutter und Tochter reagieren unterschiedlich: Die eine kämpft für ihr Volk, die andere will dazugehören. Elin Anna Labba erzählt die noch immer wenig bekannte Geschichte der Sámi – ein eindrucksvolles Zeugnis von Selbstbestimmung und Verbundenheit mit der Natur. Elin Anna Labba, 1980 in Kiruna geboren, ist schwedisch-sámische Journalistin und Autorin. Ihr erstes Buch über die Zwangsumsiedlung der Sámi erschien 2020. Der Eintritt kostet 8 Euro. Mehr Infos unter www.literaturhaus-sh.de.

12. August, 18.30 Uhr • Stadtbücherei, Eckernförde

**MARKISEN
SOMMER AKTION 2025**
GÜLTIG AB 01.03. BIS 30.09.2025

/ 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

**MEINE
NEUE
KÜCHE**

**Küchenzentrum
Rendsburg**

24768 Rendsburg
Friedrichstädter Str. 26
Tel. (04331) 45063

www.kuechencentrum-rendsburg.de

JAN CHRISTOPHERSEN

Wer Schweden verstehen will, muss in die Bücher schauen. Dort findet man Namen wie August Strindberg, Selma Lagerlöf, Kerstin Ekman oder Tomas Tranströmer. Doch auch in der Musik steckt ganz schön viel Schweden drin: In diesem Jahr unternimmt der schleswig-holsteinische Autor Jan Christophersen in seiner eigens verfassten Erzählung „Eine Geschichte Schwedens in fünf Stücken“ einen ganz besonderen literarisch-musikalischen Ausflug in die schwedische Musik- und Landesgeschichte. Er reist durch Schweden auf

den Spuren von Abba, The Cardigans, Peter Bjorn and John, dem Esbjörn Svensson Trio und Lisa Ekdahl. Christophersen begibt sich auf eine Spurensuche durch Schweden, die Zeiten und die Musik. Mit Live-Musik!

Karten für diese musikalische Lesung im Rahmen des Literatursommers gibt es an der Tankstelle Rath sowie in der Coburg'schen Buchhandlung für 5 Euro. Mehr Infos unter www.literaturhaus-sh.de.

13. August, 19 Uhr • Tingleffhalle, Westerrönfeld



Foto Matthias Behrer



Foto: Kola Oslahusi

SEUN KUTI & EGYPT 80

Aus Funk, Jazz und afrikanischer Polyrhythmik entwickelte der nigerianische Musiker Fela Kuti den Afrobeat – den Soundtrack einer panafrikanischen Befreiungsbewegung. Heute führt sein Sohn Seun Kuti mit Egypt 80 das musikalisch-aktivistische Erbe fort. Seit seinem gefeierten Auftritt 2017 beim Sommerfestival auf Kampnagel hat er drei Alben veröffentlicht und eine Grammy-Nominierung erhalten. Nun kehrt er zurück – mit dem neuen Album „Heavier Yet (Lays the Crownless Head)“, produziert von Lenny Kravitz. Seun Kuti bringt im Rahmen des „Elbphilharmonie Sommers“ Reggae, Funk und Soul auf die Bühne des Hamburger Konzerthauses – und entfacht ein Feuer aus Rhythmus, Widerstand und Revolution. Mehr Infos und Tickets unter www.elbphilharmonie.de.

16. August, 20 Uhr • Elbphilharmonie, Hamburg

DIE BÜCHERWASCHMASCHINE

Als Auftakt von RiTA, dem Rendsburger Integrative Theaterfestival Accessibility, das vom 17. bis 24. August in der FamilienWerkstatt Rendsburg stattfindet, kommen Kinder und Junggebliebene in den Genuss einer zauberhaften Vorstellung. „Die Bücherwaschmaschine“ ist ein humoreskes, liebevolles Schauspiel, das mit Puppen erzählt wird. Es geht um die Geschichte der Bücher und wie wichtig sie für uns alle in unserem Alltag sind. Das Festival bietet noch viele weitere bunte Programmpunkte: Vorstellungen, kreative Workshops für Kinder von 5 bis 12 Jahren, ein Clown-Workshop für Erwachsene, eine Diskussion im Agora-Dialog „Kultur heute“ sowie offene Bühnen für Erwachsene und Jugendliche. Das Festival setzt auf inklusive Zugänge und kostenlose Teilnahme für sozial benachteiligte Kinder. Ziel ist es, die kulturelle Szene der Region zu stärken und Theater als demokratisches Instrument zu nutzen.

Mehr Infos und Theaterkarten: www.familienwerkstattrendsburg.de
17. August, 16 Uhr + 18. August, 9.30 Uhr •

FamilienWerkstatt, Rendsburg



Foto: Ducki Lachenmeier



Foto: Keops

BALTIC OPEN AIR

Das Baltic Open Air 2025 rockt vom 21. bis 23. August im Wikingerland Haddeby bei Schleswig. Drei Tage Metal, Rock und Folk treffen auf Wikinger-Flair und verwandeln das Gelände in ein episches Festival-Spektakel. Headliner wie Versengold, Feuerschwanz, Skindred, Subway to Sally, Knorkator, Gloryhammer und Keops (Foto) sorgen für donnernde Riffs und ausgelassene Stimmung. Zwei Bühnen bieten sowohl großen Namen als auch Geheimtipps Platz. Neben der Musik lockt ein authentisches Wikingerdorf mit Handwerk, Schaukämpfen und Marktständen. Fahrgeschäfte, ein bunter Metal-Markt sowie ein kulinarisches Angebot runden das Erlebnis ab. Wer es exklusiv mag, gönnt sich den limitierten VIP-Bereich mit Getränken, Mahlzeiten und Lounge-Zelt. Mehr Infos und Tickets unter www.baltic-open-air.de.

21. bis 23. August • Wikingerland Haddeby

THOMAS QUASTHOFF QUARTETT

Seit 50 Jahren steht Thomas Quasthoff (Foto Mitte) auf den Bühnen der Welt – als dreifacher Grammy-Gewinner, Bass-Bariton und eine der großen Künstlerpersönlichkeiten. 2012 beendete er seine klassische Gesangskarriere und widmet sich seither erfolgreich dem Jazz, der Rezitation, Schauspielerei und Moderation. Beim SHMF feiert er sein Bühnenjubiläum mit einem leidenschaftlichen Jazz-Konzert. Mehr Infos und Tickets unter www.shmf.de.

17. August, 19.30 Uhr • Stadeum, Stade

19. August, 19.30 Uhr • Freilichtbühne Krusenköppl, Kiel



Foto: Lukas Beck

BLUES NIGHT

Ein Abend voller Energie und Emotionen: Zum zweiten Mal erklingt Bluesrock aus Dänemark im Eiderland-Musik e. V. Die Band Blooz begeisterte bereits im vergangenen Jahr mit eindrucksvoller Präzision und unverwechselbarem Sound – eine Mischung aus traditionellem Blues und rockigen Elementen, die für Gänsehautmomente sorgte. Aufgrund zahlreicher Nachfragen kehrt die Formation nun zurück auf die Bühne und bringt frische Interpretationen sowie virtuoses Können mit. Diese Nacht bietet die Gelegenheit, mitreißende Live-Musik in besonderer Atmosphäre zu erleben. Der Eintritt ist frei, der Hut geht rum.

16. August, 19 Uhr • Eiderland-Musik e. V., Rendsburg



Foto: Blooz

ORIENT-EXPRESS

Er steht für Abenteuer und Reisefieber zwischen dunkelrotem Samt und edlen Messingbeschlägen: Am 4. Oktober 1883 setzte sich der Orient-Express am Pariser Gare de l'Est in Bewegung und begann seine legendäre Fahrt nach Konstantinopel. Dieses historische Ereignis inspiriert das Trio Wellcaru und den Cimbalon-Virtuosen L'ubomír Gašpar zu einer musikalischen Reise, die klassische Meisterwerke und Folklore vereint. Von Debussy und Satie in Paris über Fauré in Straßburg, bayerische Volksmusik in München und Wiener Walzer führt der Weg nach Budapest mit ungarischen Klängen, weiter zu Balkan-Rhythmen in Belgrad und gipfelt in einem farbenprächtigen Finale in Konstantinopel. Mehr Infos und Tickets unter www.shmf.de.

24. August, 19.30 Uhr • Schallplattenmuseum, Nortorf



Foto: Trio Wellcaru & Lubomir Gaspar

HOMMAGE AN UDO JÜRGENS

Über 100 Millionen verkaufte Tonträger, fast 60 Jahre Karriere und Songs, die jeder kennt – Udo Jürgens ist eine Musiklegende. In Eckernförde gibt es eine besondere Hommage: Karim Khawatmi, Original-Hauptdarsteller des Musicals „Ich war noch niemals in New York“, singt und moderiert den Abend. Von Udo Jürgens persönlich gecastet, begleitete Khawatmi später dessen letzte Tour als Fotograf. Heute steht er mit „Da Capo –

Udo Jürgens“ in Europas Arenen auf der Bühne. Am letzten Augustsamstag 2025 kommt er nach Eckernförde. Am Flügel begleitet, erklingen Welt-hits wie „Mit 66 Jahren“, „Aber bitte mit Sahne“ oder „Griechischer Wein“ – ergänzt durch Anekdoten aus Khawatmis Begegnungen mit Jürgens. Tickets sind für 47,40 Euro an allen bekannten VVK-Stellen erhältlich.

30. August, 20 Uhr • Stadthalle, Eckernförde



EWALD ARENZ

Am 28. August erwartet das Publikum im Studio Filmtheater ein ganz besonderer Literaturabend: Bestsellerautor Ewald Arenz liest aus seinem aktuellen Roman „Zwei Leben“ und weiteren Werken. Mit viel Charme, Tiefgang und Witz erzählt er von seinem Leben zwischen Klassenzimmer und Schreibtisch, gibt persönliche Einblicke in seinen kreativen Prozess und spricht über das, was ihn antreibt. Ein Abend voller Geschichten, Gedanken und Inspiration. Tickets sind im Studio Filmtheater für 17 Euro im VVK und für 20 Euro an der Abendkasse oder unter www.eventim.de erhältlich.

28. August, 20 Uhr • Studio Filmtheater, Kiel



Foto: Birkefeld

ECKERNFÖRDE SINGT

Norddeutschlands größtes Gesangsereignis gastiert im Ostseebad. Egal ob jung oder alt, talentiert oder talentfrei – beim Singen für alle ist jeder willkommen, der Spaß am Singen mitbringt. Mehrere hundert Menschen singen sich einen Abend lang durch ein buntes Repertoire aus Welthits der verschiedensten Genres. „Eckernförde singt“ ist ein unverbindliches Gesangsereignis, bei dem nicht die Perfektion, sondern die Begeisterung und Emotionalität des Singens im Mittelpunkt stehen. Zusammen mit dem Musiker und Chorleiter Sören Schröder kreieren Sänger wie Nicht-Sänger einen einzigartig stimmungsvollen Klang. Tickets gibt's für 19,50 Euro unter www.eckernfoerde-tickets.de.

31. August, 19 Uhr • Stadthalle, Eckernförde



Foto: Sören Schröder

MEERBLECH

Sieben professionelle Musiker aus ganz Deutschland mit Lebensmittelpunkt in Kiel gründeten in der Pandemie-Zeit das Ensemble MeerBlech. Mit viel Leidenschaft für Blasmusik, weltweiter Bühnenerfahrung als Berufsmusiker, Spaß am Musizieren und einem hohem musikalischen Niveau präsentiert MeerBlech ein breites Repertoire aus traditioneller und moderner Unterhaltungsmusik für Jung und Alt zum gemütlichen Beisammensein ebenso wie zum gemeinsamen Feiern.

Die Formation präsentiert sich in der klassischen 7er-Besetzung mit drei Trompeten, zwei Tenorhörnern/Posaunen, einer Tuba und einem Schlagzeuger. In der Konzertmuschel von Laboe darf sich bei diesem Konzert auf moderne Blasmusik der Extraklasse gefreut werden! Eintritt frei.

31. August, 15 Uhr • Konzertmuschel, Laboe



Foto: MeerBlech

DER GROSSE LORIENT-ABEND

LORIENT

Jetzt
rechtzeitig
Tickets
sichern!

„Urkomisch und meisterhaft
auf den Punkt gebracht –
zum Tränen lachen!“ (DIE WELT)

MIT GROSSBILD-LEINWAND

04.01.26 So, 14.30 Uhr

KIEL • Wunderino-Arena

18.01.26 So, 14.30 Uhr

LÜBECK • MuK

Tickets bei allen bekannten VVK-Stellen und
auf [eventim.de](https://www.eventim.de) bereits ab € 42,-

HELGE SCHNEIDER

Es ist bereits die soundsovielte Tournee des Superstars aus dem Ruhrpott. Mittlerweile hat er sogar Freude am Reisen: „Ja! Ich sehe mir alles genau an!“ Und so kommt Helge Schneider nun endlich auch wieder zu uns. „Ich suche immer Kontakt zu meinem Publikum. Und: Ich will, dass die Leute sich nicht mehr so ernst nehmen können. Sie sollen lachen. Wenn nicht, auch egal. Ich für meinen Teil finde vieles ja überhaupt nicht lustig. Aber das muss man verstehen. Ich sehe mich ja tagein tagaus im Spiegel. Doch Vorsicht! Der Schock könnte tief sitzen, wenn ich die

Perücke abziehe!“ Die Band zupft und dudelt die schönsten Kompositionen des virtuosen Entertainers – glücklicherweise hat er unzählige davon im Kopf. Und nun wird Helge Schneider auch noch 70: „Hätte ich nie gedacht, als ich geboren wurde, dass ich mal 70 werde! Was für eine willkommene Überraschung!“ Also: Wer Helge Schneider noch einmal sehen will, nix wie hin! Tickets gibt's für 50,90 Euro zzgl. Gebühr an allen bekannten VVK-Stellen sowie unter www.merz-vs.de.

31. August, 19 Uhr • Freilichtbühne Krusenköppel, Kiel



Foto: Helge Schneider



Fotos: Dani & Will Wilde / Dan Patlansky / Jovin Webb

GUITAR HEROES FESTIVAL

Nach der Sommerpause wird es im September gleich vier Tage lang musikalisch heiß in Gerd's Juke Joint in Joldelund: Das Guitar Heroes Festival geht in zwei neue Runden! Auftakt ist am 1. September mit dem US-Amerikaner Jovin Webb und Band – exklusiv für den Norden. Zweieinhalb Wochen später folgt vom 19. bis 21. September die Drei-Tages-Ausgabe mit Top-Acts wie Will Wilde (UK) mit fünfköpfiger Band, der Phil Bee Cocker Band (NL), Dan Patlansky (SA) sowie der Akustik-Show mit The Wildes feat. Dani & Will Wilde. Das Festival ist eine feste Institution für Blues- und Rockfans und bekannt für seine familiäre Atmosphäre. Mehr Infos auf jukejoint.joldelunder.de, Tickets gibt's an den bekannten VVK-Stellen.

1. September und 19. bis 21. September • Gerd's Juke Joint, Joldelund

HEINZ RUDOLF KUNZE

2025 feiert ein echter Klassiker großen Geburtstag: Heinz Rudolf Kunze bringt sein Kultalbum „Dein ist mein ganzes Herz“ zurück auf die Bühne – 40 Jahre, nachdem der Song erstmals die Charts eroberte und als einer der größten Hits der 80er-Jahre bis heute Generationen verbindet. Für diesen besonderen Sommer hat der Rockpoet eine Show vorbereitet, die keine halben Sachen macht: große Hits, große Bühnen und eine Verstärkung, die wie immer alles gibt! Kunze zeigt, dass außergewöhnliche Songs und kluge Texte kein Verfallsdatum kennen. Titel wie „Lola“, „Finden Sie Mabel“, „Aller Herren Länder“, „Ich glaub es geht los“, „Dies ist Klaus“ und natürlich „Dein ist mein ganzes Herz“ werden in einer energiegeladenen Show zelebriert, die alte und neue Fans zusammenbringt. Mehr Infos und Tickets gibt's unter www.eutiner-festspiele.de.

7. September, 19 Uhr • Seebühne, Eutin



Lüfte jetzt das Zeitspar-Geheimnis



★★★★★
„👍 Faszinierend,
wie schnell man kochen
kann und das sogar
frisch! So viele
leckere Ideen 😊“

Direkt bestellen: www.zaubermix.de/express



RENSBURGERleben ist eine Publikation aus dem Hause falkemedia.

falkemedia Regional GmbH

Geschäftsführung: Gesa Schimmer & Kathrin Wesselmann (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@kielerleben.de

Heiko Buhr, Marion Laß, Kathrin Mandel, Mareike Neumann, Maya Schukies, Sebastian Schulten, Isabelle Sester, Hanna Wendler, Kathrin Wesselmann, Natalie Zahnw

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:

Sandra Huege, Angelika Schwarz
Titelfoto: Rendsburg Tourismus und Marketing
Anzeigengestaltung: Nicolas Rexin

Vertrieb: Die RENSBURGERleben erhältst 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 Bilder und Manuskripte keine Haftung.
Eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden.

WIR SIND SCHLESWIG-HOLSTEIN!

Förde Fräulein - Der Blog

www.foerdefraeulein.de

Sylt Fräulein - Der Blog

www.syltfräulein.de

RENSBURGERleben

www.rensburgerleben.de

Lebensart im Norden

www.lebensart-sh.de

Tipps für Kids - Das Familienmagazin

www.tippsfuerkids.de

FIETE - Das Campusmagazin

www.fiete-kiel.de

Geht los! - Das Azubimagazin

www.gehtlos-sh.de

Rendsburgerleben

WWW.FALKEMEDIA.DE

Bei falkemedia erscheinen die Publikationen:

So is(s)t Italien (www.so-isst-italien.de)
BÜCHER (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.

DIE NÄCHSTE
Rendsburgerleben
erscheint am
29. August
Anzeigenschluss
20. August

AUS DER REDAKTION

„EINFACH MACHEN!“

Zwei Frauen, ein Unternehmen – und jede Menge Ideen im Gepäck. Seit Kurzem führen wir, Gesa Schimmer und Kathrin Wesselmann, gemeinsam die Nordmedien. Als Doppelspitze. Als Team. Und ja: Wir haben richtig Bock drauf!

Zugegeben: Als wir gesagt haben „Wir übernehmen dann mal die Geschäftsführung“, dachten wir kurz: Wie schwer kann's schon sein? Ein paar Meetings, ein bisschen Strategie, vielleicht ein Flipchart mehr im Büro. Spoiler: Es sind mindestens drei Flipcharts ge-

worden und eine ganz schöne Portion Verantwortung obendrauf. Aber ehrlich gesagt: Wir freuen uns darauf, denn wir kennen das Team, die Themen, unsere Kundinnen und Kunden seit vielen Jahren.

Wir glauben an Führung mit Herz, Hirn und Humor – und daran, dass man auch mal „Keine Ahnung, aber wir probieren's einfach“ sagen darf. Unser Motto? „Einfach machen!“ Nicht zu wechseln mit „planlos durch den Tag“, sondern eher: keine Angst vor neuen Ideen, keine endlosen Meetings und keine Führung von oben herab.

Was wir nicht wollen: Chefin spielen. Was wir wollen: möglich machen. Räume öffnen. Lachen, wenn's knirscht. Entscheidungen treffen, auch wenn's unbequem wird. Und zwischendurch mal fragen: „Was braucht ihr eigentlich von uns?“

Kurz gesagt: Wir machen das jetzt einfach. Und wir freuen uns auf alles, was kommt – mit euch, liebe Leserinnen und Leser, liebe Kundinnen und Kunden und natürlich mit dem besten Team der Welt – danke für euren Support, ihr seid einfach toll!

Eure Gesa und Kathrin

Kathrin und Gesa (v. l.) sind die neue weibliche Doppelspitze bei den Nordmedien



Foto: Sandra Huege



DAS NEUE MAGAZIN



**JETZT
ERHÄLTlich!**



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)



Rudersport

Musik & Show

Festmeile

25 SH Netz Cup

8.- 10.8.2025 in Rendsburg

Die besten
Ruder-Achter
der Welt

Neu dabei:
Frauen-
Doppelvierer

Ergo-
Atemschutz-
Cup

Triathlon
& Drachenboot-
rennen

Eintritt
frei!

Fr. **MAX GIESINGER**

Sa. **CHRIS NORMAN**

So. **MICHY REINCKE**

Mehr Informationen unter:
www.shnetzcup.de

 Schleswig-Holstein
Netz

Teil der
HanseWerk-
Gruppe

