Wolle und Hobby
Kiel GmbH&Co. KG
Strickgarn
100 % Schurwolle
große Farbauswahl
50 g
1 kg = 90.00 €
4.50
Neu im Sortiment
Tolle Geschenkartikel von
Wrendale Design
Ringstr. 37–39, 24114 Kiel
Tel.: 0431 - 717 49 47
Mo.–Fr. 9–18 Uhr · Sa. 9–14 Uhr
www.wolleundhobby.de

Für mehr Zeit im Grünen
Terrassendächer von Solarlux
HANS RATHJE
hans-rathje.de

Kieler EXPRESS
am WOCHENENDE
JAHRGANG 34 · NR. 43 · C 45740 · ANZEIGEN 0431/903556 · VERTRIEB 9909-252 · 26. OKTOBER 2024

Kunstwerk auf 1292 Fliesen

Gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern aus Kiel und Nortorf schufen Yeongbin Lee (v.li.), Jihae An und Jakob Grebert das geflieste Kunstwerk an der Hörnbrücke. FOTO: KST

KIEL. Wer in Kiel vom Bahnhof aus über die Hörnbrücke geht, kann jetzt auf dem Ostufer auf einer ehemals grauen Betonwand unterhalb des Hochhauses farbige Motive entdecken: das Kunstwerk „Wenn Menschen Haifische wären". Es besteht aus fünf Fliesen-Bildern, umrahmt von sieben grafischen Darstellungen von Wasserbewegungen. Geschaffen hat diese Fliesen-Wandkunst die Kunst-Gruppe „hada – Werkstatt für Gemeinwohl" gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern aus Kiel und Nortorf. Die Workshops mit ersten bis zehnten Klassen an der Kieler Lilli-Martius-Schule, der Friedrich-Junge-Schule, ebenfalls in Kiel, sowie der Gemeinschaftsschule Nortorf fanden bereits zur Zeit der Corona-Pandemie und noch mit Maske statt. Auch die Auswahl und Vorbereitung des endgültigen Standorts an der Hörn brauchte anschließend ihre Zeit.

Die Zeichnungen der Kinder und Jugendlichen wurden zu großen Bildern zusammengesetzt und von den hada-Mitgliedern Jihae An, Jakob Grebert und Yeongbin Lee in künstlerischer Handarbeit mittels traditioneller Aufglasur-Malerei auf keramische Fliesen übertragen. Ergänzt werden diese Fliesen-Bilder durch großformatige, ebenfalls geflieste grafische Darstellungen von Yeongbin Lee, die ihre optische Wirkung schon auf eine gewisse Entfernung entfalten, während die vielen Details der von den Schulen gestalteten Fliesenflächen besser aus der Nähe wirken. Als Inspiration für die Schulworkshops dienten jeweils literarische Vorlagen, in denen Themen wie Wasser und Umweltveränderungen eine zentrale Rolle spielten. Auch der Titel des Gesamtkunstwerks lehnt sich an die Parabel „Wenn die Haifische Menschen wären" von Berthold Brecht an.

Die wetterfest gebrannten Fliesen mit speziellem Schwimmbad-Kleber auf die Betonwand aufzubringen, war die Aufgabe von Auszubildenden aus dem Regionalen Berufsbildungszentrum Walther-Lehmkuhl-Schule in Neumünster.

Finanziert wurde das Kunstprojekt aus verschiedenen Fördertöpfen. Daniela Henfling vom Verein „Netzwerk für revolutionäre Ungeduld" begleitete das Projekt bei der Planung und Umsetzung.

Städtisches KRANKENHAUS KIEL
Endokrinologie: Schilddrüsenerkrankungen mit großer Wirkung auf den Körper
Infoveranstaltung am 29. Oktober 2024, 18.00 - 19.00 Uhr
Programm, u.a.:
• Welche Beschwerden sind typisch für eine Unter- und Überfunktion?
• Hashimoto: Was ist bei dieser Autoimmunerkrankung zu beachten?
Medizinische Leitung:
Dr. Lisa Jochimsen, Oberärztin Chirurgische Klinik
Martina Meier-Höfig, Oberärztin 3. Medizinische Klinik
Ort:
Städtisches Krankenhaus Kiel, Bildungszentrum, Hasseldieksdammer Weg 30
Anmeldung unter: anmeldung@krankenhaus-kiel.de
Folgen Sie uns auf:
Einfach gut informiert ... „Ihr Städtisches in Kiel" !

Treppenlifte

Neu · Gebraucht · Miete
· Bandagen · Einlagen · Prothesen ·
· Gesundheitsprodukte ·
Schwedendamm 20
24143 Kiel
☎ 0431 - 70 99 50
www.green-kiel.de
Green Das Sanitätshaus

Im Sophienhof
www.sports-club.de/kiel

LiKE
Leben in Kroog und Elmschenhagen
Heute mit Sonderseiten!

seit 1972
Prüß
RAUMAUSSTATTUNG
Gardinen Bodenbeläge Sonnenschutz
Gardinen-Dienst abholen waschen reinigen anbringen
Reinigung / Reparatur Lamellen Jalousien Plissees
24109 Kiel, Rudolf-Steiner Weg 1 Tel. 523777

EXPRESS – KOSTENLOS, INFORMATIV, GUT
www.kielerexpress-online.de

Gutschein-Rabatt-Aktion vom 01.11. bis 30.11.2024
Bei Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie 5,- € Rabatt
auf Ihre Gesamtrechnung, gültig von Montag bis Donnerstag, außer an Feiertagen.
Pro Tisch ein Gutschein einlösbar.

Asiatisches Spezialitätenrestaurant
Theodor-Heuss-Ring 136 · 24143 Kiel
Tel.: 0431-77 59 19 37 · www.wangsu.de/Kiel
Öffnungszeiten:
täglich von 11.30 bis 23.00 Uhr
Alle Speisen gibt es auch zum Mitnehmen.
Wang-Su 金冠大酒店

ANZEIGEN – INFORMATIONEN – TIPPS – EXPRESS
www.kielerexpress-online.de

Angebote 28.10. – 02.11. 2024
Unser Fleischermeister empfiehlt:
Steakhüfte, Stück oder Scheiben 17,95 €/kg
Rinderroulade aus der Keule 13,95 €/kg
Zwiebelsenfbraten 7,95 €/kg
Gyros, Schweinefleisch geschnitten 7,95 €/kg
Tafelspitz, zum Kochen oder Schmoren 13, 95 €/kg
Putenoberkeule 6,95 €/kg
Angebot freibleibend
Bistro: Montag, 28.10.2024 Gyros satt 12,- €
Dienstag 29.10. Schnitzel satt 14,50 €
Mittwoch 30.10. Rinderleber satt 10,- €
11-14 Uhr 0431/2008232
Thomsen Fleischmarkt Edisonstraße 20, Kiel Tel: 0431 - 2008 233
Fleischmarkt: Mo. - Fr. 8. - 18 Uhr, Sa. 8 - 13 Uhr

KNUTZEN
Ihr ZOOFACHMARKT
Adelheidstraße 14 · Kiel
Tel. 0431-66 15 727
An der Schanze 49-51 · Friedrichsort
Tel. 0431-54 48 85 65
www.knutzen-kiel.de

IHR HEIMTIERSPEZIALIST IN KIEL & UMGEBUNG

BEI ABGABE DES COUPONS ERHALTEN SIE
20 % RABATT AUF 2 ARTIKEL
Ausgenommen Gutscheine, Sonderangebote, reduzierte Ware, Lebendtiere, Aquarien und Bücher mit Preisbindung.
Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Pro Person nur 1 Gutschein einlösbar. Gültig ab Erscheinen bis zum 09.11.2024.

Polstermöbel . Schlafsofas . Sessel . Esstische . Couchtische . Stühle . Sideboards . Vitrinen

POLSTER-PROFI.de
Gutenbergstr. 23
Ostseepark Schwentinental

DGS Probsteierhagen stellt sich vor

PROBSTEIERHAGEN. Kinder, die bis zum 30. Juni 2025 sechs Jahre alt werden, sind im nächsten Schuljahr schulpflichtig. Um Eltern die Wahl der Schule zu erleichtern, stellen sich viele Schulen mit eigenen Veranstaltungen vor – so auch die Dörfergemeinschaftsschule (DGS) im Wulfsdorfer Weg 6 in Probsteierhagen: Sie bietet am Mittwoch, 6. November, ab 19 Uhr einen Informationselternabend in der Schule an. Teilnehmen können auch Eltern, die mit ihren Kindern nicht im Einzugsgebiet der Schule wohnen. Sollten sie ihre Kinder an der DGS anmelden, entscheidet später die Schulleitung, ob es möglich ist, sie aufzunehmen oder nicht. Zusätzlich bietet die DGS Probsteierhagen am Montag, 11. November, von 15 bis 17 Uhr einen Tag der offenen Tür an, bei dem Eltern und Kinder die Schule sowie deren Angebote und Lehrkräfte kennenlernen können.
Wer sein Kind im Zeitraum vom 11. bis 15. November jeweils zwischen 7.30 und 12 Uhr an der DGS anmelden möchte, muss daran denken, die Geburtsurkunde und den Nachweis des Masernschutzes des Kindes dabeizuhaben.

VOLKMANNS FABELHAFTE WELT
ACH, GUCK!

„Zeitunglesen ist out." „Ich informiere mich nur noch online.", „Mich interessieren nur die Sonderangebote." – Als Zeitungsredakteur muss man so einiges aushalten und die Kommentare im Bekanntenkreis ertragen. Selbst einige Freunde sind so ehrlich und sagen einem, dass sie selten bis gar nicht mehr Zeitung lesen. Das schmerzt. Umso mehr habe ich mich am vergangenen Sonntag gefreut, als ich eine Nachricht von einem alten Freund erhielt, der seit fast zwei Jahrzehnten in München lebt – die große Liebe zum FC Bayern hat ihn an die Isar verschlagen, an der er später dann auch noch andere Lieben finden sollte. Nun besuchte der gute Mann aber seine Familie im hohen Norden und tat das, was man tun muss, wenn man mal wieder in der Heimat ist: Er las die Zeitung! Und fand das Konterfei seiner alten Schulfreundin auf der Seite zwei. Was für eine Überraschung. Erst für ihn, dann auch für mich, denn Dank meiner sich niemals wechselnden Handynummer erreichten mich nicht nur liebe Grüße, sondern zudem auch noch ein überaus charmantes Kompliment. Wie schön, dass es doch ein paar altmodische Zeitungsleser und -leserinnen wie meinen Freund (und Sie) gibt. Da macht das Schreiben doch gleich wieder viel mehr Spaß!

Ulrike Volkmann, Redaktion. FOTO: JAN KOSTER

Befragung für den Kieler Mietspiegel

KIEL. In Kiel hat die diesjährige Befragung von Mieterinnen und Mietern sowie Vermietern und Vermieterinnen für die Neuerstellung des Mietspiegels der Landeshauptstadt Kiel begonnen. Dafür sind nach dem Zufallsprinzip 3000 Haushalte ausgewählt worden, die in diesen Tagen ein Anschreiben mit personalisiertem Zugangsschlüssel für die Online-Befragung bekommen. Die Stadt Kiel hat das ALP Institut für Wohnen und Stadtentwicklung GmbH mit der Erhebung beauftragt. Der Mietspiegel 2025 wird später kostenlos allen zur Verfügung stehen, die zum Beispiel wissen wollen, ob eine Miethöhe ortsüblich ist oder nicht. Die Teilnahme an der Befragung ist verpflichtend. Dafür ist der mitgeteilte persönliche Zugangsschlüssel unter www.alp-institut.de/kiel einzugeben. Alternativ besteht die Möglichkeit, einen Papierfragebogen anzufordern und auszufüllen. Dieser kann dann gebührenfrei an das ALP Institut zurückgesendet werden. Die Daten werden anschließend anonym ausgewertet.

Hubertusmesse in Giekau

GIEKAU. Die Kreisjägerschaft Plön veranstaltet gemeinsam mit der evangelisch-lutherischen St.-Johannes-Kirchengemeinde Giekau am Freitag, 1. November, ab 19 Uhr die diesjährige Hubertusmesse unter der Leitung von Pastor Günther Suckow in der Giekauer Kirche, Seestraße 2.
Im Anschluss an die Messe, die vom Parforcehorn Bläserkorps Diana Plön unter der Leitung von Christel Fischer begleitet wird, blasen die Probsteier Jagdhornbläser im Fackelschein unter der Leitung von Erwin Janke vor der Kirche Jagdsignale und -märsche.
Die Hubertusmesse feiern die Jägerinnen und Jäger zu Ehren ihres Schutzpatrons, des Heiligen Hubertus, Pfalzgraf von Burgund. Er gilt als Begründer einer nachhaltigen und waidgerechten Jagd, die Respekt und Achtung vor der Schöpfung anmahnt.

Sperrung der A7 in Richtung Norden

Vom 15. bis 18. November - Umleitung beginnt bereits bei Neumünster

BÜDELSDORF. Im Zusammenhang mit dem Neubau der Rader Hochbrücke über den Nord-Ostsee-Kanal wird die Fahrbahn der A7 in Richtung Flensburg von Freitag, 15. November, 21 Uhr, bis Montag, 18. November, 5 Uhr, ab dem Kreuz Rendsburg gesperrt. Die Auffahrt Rendsburg/Büdelsdorf in Fahrtrichtung Flensburg ist bereits ab Donnerstag, 20 Uhr, gesperrt. Das teilt die Autobahn GmbH des Bundes mit.
In den zurückliegenden Monaten wurden im Bereich der Großbaustelle für die Rader Hochbrücke bereits mehrere Mittelstreifenüberfahrten sowie Baustellenzufahrten und Fahrbahnverbreiterungen nördlich und südlich des Kanals angelegt. Die Fahrbahn in Richtung Hamburg ist in Teilen bereits neu asphaltiert worden. Jetzt ist die Strecke in Richtung Flensburg dran. Auf der Richtungsfahrbahn Flensburg sollen nördlich und südlich der Anschlussstelle Rendsburg/Büdelsdorf, und dort auch auf der Auffahrts- und Ausfahrtsrampe, umfangreiche Fahrbahnsanierungen erfolgen.
Die Umleitung für den Durchgangsverkehr in Richtung Norden erfolgt bereits ab der Ausfahrt Neumünster-Nord über die L328 vorbei an Nortorf auf die B77 bei Jevenstedt, durch den Kanaltunnel Rendsburg und bis zur Anschlussstelle Schleswig-Jagel. Große Lkw können diese Umleitung wegen der Höhenbeschränkung im Kanaltunnel aber nicht nutzen.
Die jetzt geplanten Straßenarbeiten in Kombination mit der mehrtägigen Sperrung waren eigentlich schon für September vorgesehen. Trotz der Verzögerung zeigt sich die Autobahn GmbH zufrieden:
„Mit dem Ersatzneubau für die Rader Hochbrücke erfolgt ebenfalls der sechsstreifige Ausbau der A7 verbunden mit der Herstellung umfangreicher Lärmschutzmaßnahmen. Die Arbeiten der Bietergemeinschaft um die Implenia Construction GmbH herum, mit der ZSB Zwickauer Sonderstahlbau GmbH sowie der Plauen Stahl Technologie GmbH für das erste Teilbauwerk der neuen Rader Hochbrücke gehen gut voran", heißt es in der Pressemitteilung der Gesellschaft.
Wetterbedingte Verschiebungen der geplanten Arbeiten sind möglich.

Der Bau der neuen Rader Hochbrücke kommt gut voran. FOTO: AUTOBAHN GMBH/WOHLFROMM

PARTY EXPRESS

Neue Kurse starten jetzt! FOTO: ISTOCK

Schnuppertanzen und neue Grundkurse Erwachsene

Bereits ab Sonntag, 27. Oktober, gibt es in der Tanzschule Tessmann mehrere Termine für eine kostenlose und unverbindliche Schnupperstunde zur Auswahl. Unentschlossene Paare können hier ausprobieren, wie schnell man sich unter professioneller Anleitung auf dem Tanzparkett wohlfühlt. Die Schnupperstunde für Singles bietet die Möglichkeit, eine passende Tanzpartnerin oder einen Tanzpartner kennenzulernen, mit der/dem man dann einen Tanzkursus machen könnte.
Ab Sonnabend, 2. November, also gleich nach den Herbstferien, gehen neue Grundkurse für Erwachsene an den Start. Hier stehen die Gesellschaftstänze (Standard und Latein) auf dem Programm. Alle aktuell gültigen Kurstermine sind stets auf der Homepage der Tanzschule zu finden. Dort kann man sich auch bequem online anmelden.

Tanzschule Tessmann
Kirchhofallee 25, Kiel
Tel. 0431/676767
www.tanzschule-tessmann.de

tanzschule tessmann ADTV
Tel. 0431/676767 – Kirchhofallee 25 · Kiel
http://www.tanzschule-tessmann.de

Informationsabend zur Schilddrüse

KIEL. Um Erkrankungen der Schilddrüse geht es bei der Patienteninfoveranstaltung des Städtischen Krankenhauses Kiel: „Endokrinologie: Schilddrüsenerkrankungen mit großer Wirkung auf den Körper" am Dienstag, 29. Oktober, ab 18 Uhr im Bildungszentrum des Krankenhauses im Hasseldieksdammer Weg 30. Unter anderem geht es um Fragen wie: Welche Beschwerden sind typisch für eine Unter- und Überfunktion? Hashimoto – Was ist bei dieser Autoimmunerkrankung zu beachten? Wann ist eine Schilddrüsen-OP notwendig? Wann muss eine Schilddrüse entfernt werden, und wie läuft das ab? Es gibt auch Zeit für individuelle Fragen. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung per E-Mail ist notwendig an anmeldung@krankenhaus-kiel.de

Deftiges aus dem großen Pott

Benefiz-Erbsensuppe und -Labskaus beim Modehaus Nortex

NEUMÜNSTER. „Die Marine kocht“ heißt es am heutigen Sonnabend, 26. Oktober, von 10.30 bis 17 Uhr noch einmal beim Modehaus Nortex im Grünen Weg 9-11 in Neumünster: Nortex und die IV. Logistikschule der Bundeswehr in Plön laden dazu ein, Labskaus und Erbsensuppe frisch aus großen Pötten im Zelt zu genießen. Der Erlös der Benefizaktion wird komplett gespendet: In diesem Jahr werden die Lebensretter der Deutschen Lebensrettungs-Gesellschaft, kurz DLRG, in Schleswig-Holstein unterstützt. „Manche Mahlzeit schmeckt dann am besten, wenn sie in großen Mengen zubereitet wird. Darin sind die Köche der Logistikschule der Bundeswehr besonders geübt: Ihre Erbsensuppe und ihr Labskaus stehen bei vielen unserer Kundinnen und Kunden sehr hoch im Kurs“, sagt Nortex-Verkaufsleiter Andy Grabowski. Labskaus, der Mix aus Fleisch und Kartoffeln, oft serviert mit Roter Bete, Spiegelei und Matjes, ist für viele Menschen eine echte norddeutsche Delikatesse. Diejenigen, die das anders sehen, können sich für Erbsensuppe entscheiden. Die hat bei Nortex sogar schon eine lange Tradition – als deftige Mahlzeit gibt es sie schon lange jede Woche am Sonnabend im Nortex-Café-Bistro. Firmengründer Richard Ohlhoff ließ es sich zu seiner Zeit nicht nehmen, sie selbst zu würzen. Am heutigen Sonnabend übernehmen das Hauptbootsmann Andreas Hähnel und sein Team.

Lecker und deftig: Das Team der IV. Logistikschule der Bundeswehr in Plön serviert heute bei Nortex in Neumünster Labskaus und Erbsensuppe. FOTO: NORTEX

WIRTSCHAFT IN DER REGION

Pop-Klassiker in sakralem Sound

KIEL. Mit Sakralen und östlich-orthodoxen Gesängen, aber auch vielen Klassikern der Popmusik sind die „Magic Gregorian Voices“, sieben bulgarische Ausnahmesänger in Mönchskutten, am Dienstag, 12. November, ab 20 Uhr in der Kieler St.-Nikolai-Kirche am Alten Markt zu erleben. Fest in der Tradition der orthodoxen Kirchenmusik und der Gregorianik des Mittelalters verwurzelt, spannt das Ensemble den Bogen von geistlichen Liedern der Renaissance und des Barocks bis zu zeitlosen Pop-Juwelen wie „Halleluja“ von Leonard Cohen, „The Sound of Silence“ von Simon & Garfunkel oder „Amazing Grace“ von Andrew Lloyd Webber. Tickets gibt es bei www.reservix.de und an den bekannten Vorverkaufsstellen.

VERLOSUNG

Die Veranstaltenden verlosen 10x2 Karten für das Konzert von „Magic Gregorian Voices“ am 12. November in der St.-Nikolai-Kirche in Kiel. Rufen Sie hierfür am Montag, 28. Oktober, ab Punkt 10 Uhr unter Tel. 0431/9032361 an. Solange Tickets zu vergeben sind, gewinnt jeder zweite Anruf.

Ein Markenzeichen der „Gregorian Voices“ sind die Mönchskutten der Sänger. FOTO: MIRO LIVE UG

Auch als Weihnachtsgeschenk macht sich der aktuelle „Gutscheinbuch.de Schlemmerblock“ gut. FOTO: VGM

Wiederholung: Verlosung „Gutscheinbuch.de Schlemmerblock 2025“

Liebe Leserinnen und Leser, in der vergangenen Woche mussten wir unsere telefonische Verlosung des begehrten aktuellen „Gutscheinbuch.de Schlemmerblocks“ wegen eines Defekts unserer Telefonanlage leider abbrechen. Darum sind alle Schlemmerblöcke noch da, und wir wiederholen die Verlosung – allerdings dieses Mal ausnahmsweise per E-Mail.

VERLOSUNG

Schreiben Sie uns dafür eine E-Mail an kielerexpress@kielermagazinverlag.de und teilen Sie uns mit, dass Sie einen der Schlemmerblöcke gewinnen möchten.

Ganz wichtig: Schreiben Sie in die Betreffzeile das Wort **GRIMPEL**.

Teilnehmen können nur E-Mails, die genau dieses Wort in der Betreffzeile enthalten. Eine Teilnahme per Telefon ist nicht möglich. Pro teilnehmender Person wird nur ein „Gutscheinbuch.de Schlemmerblock 2025“ vergeben.

An der Verlosung nehmen alle E-Mails teil, die spätestens bis Montag, 28. Oktober, 12 Uhr, in unserem Postfach kielerexpress@kielermagazinverlag.de angekommen sind.

Die Gewinnerinnen und Gewinner benachrichtigen wir ebenfalls per E-Mail und schreiben Ihnen dann auch, wann und wo sie Ihren „Gutscheinbuch.de Schlemmerblock 2025“ abholen können.

Viel Glück!

BESTPREIS GARANTIE
KNUTZEN HOME
Die mit dem grünen Haus! 16 x in Schleswig-Holstein
IMMER IN IHRER NÄHE UND ONLINE UNTER: WWW.KNUTZEN-HOME.DE
UNSER SERVICE FÜR SIE: EIGENE BODENLEGER, DEKORATEURE UND NÄHERINNEN, LIEFERSERVICE
BIS ZU 50
JUBILÄUMSRABATTE*
AUF AUSGEWÄHLTE PRODUKTE
BODENBELÄGE · TEPPICHE · GARDINEN · FARBEN · TAPETEN
SONNENSCHUTZ · INSEKTENSCHUTZ · BETTEN · MATRATZEN
MÖBEL · ACCESSOIRES
Gültig bis 31.10.2024
*Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar.
3x KNUTZEN HOME KIEL
Asmusstr. 19-21 • Tel. 0431 / 74 808
Bahnhofstr. 14 • Tel. 0431 / 64 25 24
Kehrwieder 13 • Tel. 0431 / 73 84 15
KNUTZEN TEPPICH-HOF BÜDELSDORF
Neue Dorfstr. 68 • Tel. 04331 / 35 060
KNUTZEN TEPPICH-HOF ECKERNFÖRDE
Rendsburger Str. 122 • Tel. 04351 / 76 95 60
KNUTZEN HOME NEUMÜNSTER
Fehmarnstr.14 • Tel. 04321 / 25 17 10
KNUTZEN HOME SCHÖNBERG
Eichkamp 18 • Tel. 04344 / 41 32 20

Gruppenbild mit den Neuen: Landrat Björn Demmin (v.li.) Holger Schöning, Bürgermeister Blekendorf, Karsten Kruse, Bürgermeister Hohwacht, Bärbel Winter-Claus, Geschäftsführerin KSA, Sven Petersen, Bürgermeister Wahlstorf, Jan Stölten, Bürgermeister Bönebüttel und Manfred Koch, Bürgermeister Giekau.

FOTO: KLIMASCHUTZAGENTUR IM KREIS PLÖN

Fünf Neue für die Klimaschutzagentur

PLÖN. Die vom Kreis Plön initiierte Klimaschutzagentur hat Zuwachs bekommen: Zum Oktober sind die fünf Gemeinden Bönebüttel, Blekendorf, Giekau, Wahlstorf und Hohwacht als neue Gesellschafter der als GmbH aufgestellten Agentur beigetreten. Damit sind nun insgesamt 14 Gemeinden Teil der Klimaschutzagentur.

Die Zusammenarbeit zwischen der „Klimaschutzagentur im Kreis Plön GmbH“ und den Gesellschaftergemeinden zielt darauf ab, lokale Klimaschutzvorhaben zu initiieren und umzusetzen, um die CO_2-Emissionen zu reduzieren und Maßnahmen zur Klimaanpassung zu ergreifen. Die Agentur übernimmt dabei zentrale Leistungen, um die sich sonst jede Gemeinde für jedes Vorhaben selbst kümmern müsste. Die Gemeinden sollen so von höherer Effizienz und insgesamt geringeren Kosten bei solchen Verfahren profitieren.

„Mit dem Angebot der Klimaschutzagentur haben wir scheinbar einen Nerv getroffen. Wir haben bereits weitere Beitrittsanfragen für das kommende Jahr. Gemeinden können jedes Jahr im April oder Oktober der Agentur beitreten“, erklärt Bärbel Winter-Claus, Geschäftsführerin der Klimaschutzagentur im Kreis Plön GmbH.

Die fünf Gemeinden traten der Agentur im Rahmen der jüngsten Gesellschafterversammlung im Plöner Kreishaus bei. Gründungsmitglieder waren im April dieses Jahres die Gemeinden Stolpe, Tasdorf, Belau, Wankendorf, Rendswühren, Schillsdorf, Laboe und Fiefbergen.

Das „Entdieseln“ der Bahn läuft

Auch auf der Strecke zwischen Kiel und Eckernförde fahren jetzt Akku-Züge

KIEL/ECKERNFÖRDE. Nach erfolgreichem Probebetrieb sind jetzt auch auf der Bahnstrecke zwischen Kiel und Eckernförde innovative Akkuzüge im Einsatz und lösen größtenteils die bisherigen Dieselfahrzeuge ab. Im Rahmen einer gemeinsamen Probefahrt machten sich vor wenigen Tagen Ministerpräsident Daniel Günther und weitere Gäste aus Politik und Verwaltung zusammen mit Nah.SH-Geschäftsführer Dr. Arne Beck sowie den Nordbahn-Geschäftsführern Dr. Karsten Steinhoff und Holger Kratz ein Bild von den neuen Fahrzeugen auf der Strecke.

Ähnlich wie E-Busse auf der Straße müssen die Akkuzüge nur ab und zu mit dem Stromabnehmer auf ihrem Dach an eine Oberleitung „andocken“, um ihre Akkus aufzuladen. So können diese Züge vollelektrisch auch auf Strecken fahren, auf denen es keine Oberleitung gibt. Ein paar Ladepunkte müssen allerdings noch fertiggestellt werden. Bis die Arbeiten für die Ladeinfrastruktur in Kiel-Hassee abgeschlossen sind, werden darum immer noch auch Dieselfahrzeuge zwischen Kiel und Eckernförde unterwegs sein.

Wenn alle der elf vorgesehenen Linien voll mit Akkuzügen befahren werden können, spart das laut Nah.SH für jährlich 10,4 Millionen Zug-Kilometer rund zehn Millionen Liter Diesel und 26 000 Tonnen CO_2 ein. Mit der Strecke RE72 Kiel-Eckernförde haben die Akkuzüge den Betrieb auf der achten Bahnlinie in Schleswig-Holstein aufgenommen. Auf den Strecken Kiel-Lübeck-Lüneburg (RE83/RB84) und Kiel-Oppendorf (RB76) starteten die ersten der Akkufahrzeuge im Oktober 2023. Die Linien Rendsburg-Kiel (RB75), Büsum-Heide-Nemünster (RB63), Neumünster-Bad Oldesloe (RB82) und Flensburg-Schleibrücke Nord (RE72) folgten in diesem Jahr. Bis Mitte Dezember sollen die Akkuzüge auch noch auf den Linien Husum-Kiel (RE74), Husum-St. Peter-Ording (RB64) und Kiel-Schleibrücke-Süd eingesetzt werden.

Nah.SH-Geschäftsführer Dr. Arne Beck bezeichnete den Betriebsstart auf der Strecke zwischen Kiel und Eckernförde als Meilenstein: „Land und Nah.SH sind bei der Ausschreibung der Akkunetze unbekannte Wege mit einer neuen Technologie gegangen. Wir haben es mit unseren Partnerunternehmen geschafft, in relativ kurzer Zeit die Voraussetzungen bei der Infrastruktur dafür zu schaffen und können den Bahnverkehr im echten Norden jetzt Stück für Stück entdieseln“, sagte er.

Gemeinsam probierten Nordbahn-Geschäftsführer Dr. Karsten Steinhoff (v.li.), Ministerpräsident Daniel Günther, Nah.SH-Geschäftsführer Dr. Arne Beck und Nordbahn-Geschäftsführer Holger Kratz das Fahrgefühl im Akku-Zug aus.

FOTO: NORDBAHN/AXEL HEIMCKEN

WIRTSCHAFT IN DER REGION

ANZEIGE

Zu viele Haare in der Bürste?

Spezielle Nährstoffe schenken Hoffnung.

Eine volle Haarpracht – wer wünscht sie sich nicht? Leider ist nicht jeder von Natur aus mit vollem, kräftigem Haar gesegnet. Stattdessen sind die Haare oft dünn und gehen aus. Hier kann es sinnvoll sein, sich die Nährstoffversorgung genauer anzusehen.

Der Verlust von Haaren ist für viele eine schwer verdauliche Tatsache. Da ist es auch kein Wunder, dass man es mit der Angst zu tun bekommt, wenn sich vermehrt Haare in der Bürste, im Waschbecken oder auf dem Kissen finden. Wichtig zu wissen: Der tägliche Verlust von bis zu 100 Haaren ist ganz normal. Denn glücklicherweise bildet unser Körper regelmäßig neue Haare. Hier gilt es so früh wie möglich im Wachstumszyklus anzusetzen, um das neu heranwachsende Haar zu unterstützen, bevor es aus der Kopfhaut sprießt. Denn gerade in diesem Stadium kann etwa eine Unterversorgung mit Vitaminen und Spurenelementen ein Problem darstellen. Doch welche Nährstoffe braucht die Haarwurzel für ein gesundes Haarwachstum?

Wirkstoff-Empfehlung

Hierzu zählt etwa das Silizium, das in besonders hohem Ausmaß in der heimischen Goldhirse oder Kieselerde enthalten ist. Dieses speichert im Körper Feuchtigkeit, wodurch die Haare weniger schnell austrockenen und dadurch schwerer abbrechen. Auch die natürliche Schwefelquelle MSM ist wichtig: sie ist ein essenzielles Strukturelement von Elastin, Keratin und Kollagen und somit der Hauptbestandteil unserer Haare. Nicht zuletzt brauchen unsere Haare auch Selen.

Was Apotheker empfehlen

In idealer Kombination vereint finden sich diese Wirkstoffe aktuell nur in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten. Das Präparat kommt aus Österreich, wo es bereits seit Jahren das mit Abstand meistverkaufte Produkt für volles Haar ist.* Seit geraumer Zeit ist es auch in unseren deutschen Apotheken erhältlich. Anwender berichten von sichtbaren Ergebnissen nach wenigen Wochen.

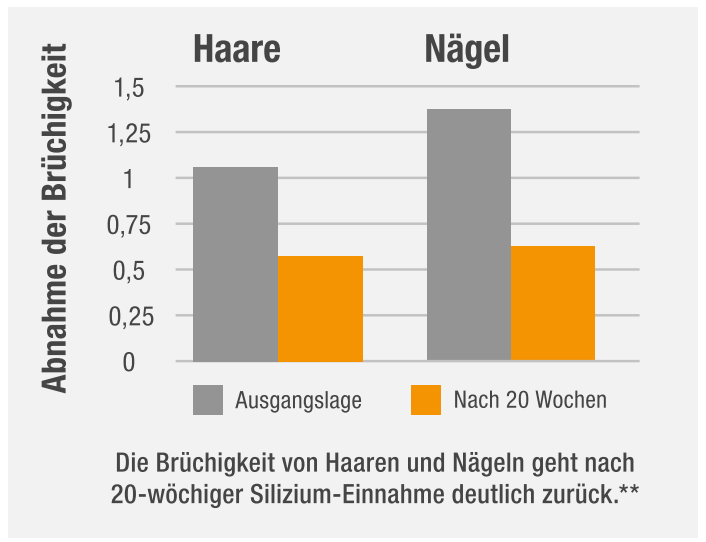
Vorteil gegenüber Shampoos

Häufig werden bei dünnem oder brüchigem Haar äußerliche Pflegeprodukte (z.B.: Shampoos) empfohlen. Optisch erzielen diese zwar einen kurzfristigen Effekt, im Vergleich zu einer sinnvoll dosierten Nährstoffkombination können sie aber die generelle Haarstruktur nicht beeinflussen. Meistens wirken die Haare nur deshalb glänzender und voluminöser, weil das jeweilige Pflegeprodukt eine Silikon-Schicht rund um die Haare bildet. Dr. Böhm® Haut Haar Nägel hingegen stärkt die Haare langfristig von innen.

Tipp: Für den idealen Effekt sollten die Tabletten über einen Zeitraum von 2 bis 3 Monaten hinweg eingenommen werden.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 08/2024.

**Barel A et al. Effect of oral intake of choline-stabilized orthosilicic acid on skin, nails and hair in women with photodamaged skin. Arch Dermatol Res 2005; 297 (4): 147-53.;



Die Brüchigkeit von Haaren und Nägeln geht nach 20-wöchiger Silizium-Einnahme deutlich zurück.**

Jetzt sparen!
2+1 GRATIS

3-MONATS-KUR
in der Vorteilspackung:
3 Packungen (à 60 Stk.) zum Preis von 2 Packungen.

Gültig solange der Vorrat reicht. **Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Schönheitskur.**
Für Ihren Apotheker. 180 Stk. **PZN: 18851135**

Versteckt und scheu lebt die nachtaktive Haselmaus am liebsten in dichtem Gestrüpp. FOTO: SLOWMOTIONGLI/ADOBE STOCK

Die Haselmaus ist das Naturparktier 2025

EUTIN. In jedem Jahr kürt der Naturpark Holsteinische Schweiz das Naturpark-Tier des Jahres. Nominiert und ausgewählt werden Tiere, die in der von Wäldern, Seen und Hügeln geprägten Landschaft des Naturparks heimisch sind und aufgrund ihrer Population, ihrer besonderen Merkmale und ihrer Rolle im gesamten Naturgefüge für ein Jahr einen besonderen Fokus verdienen. Erstmals wurden für das Jahr 2025 drei Tiere nominiert: der Neuntöter, ein Zugvogel, der sich vom Frühjahr bis zum späten Sommer in unserer Region heimisch fühlt, die Goldwespe, die zu den schillerndsten Insekten im Naturpark gehört, und die Haselmaus, die gar keine Maus, sondern ein Bilch – wie der Siebenschläfer – ist.
Die Wahl zum Naturpark-Tier des Jahres 2025 konnte die Haselmaus für sich entscheiden. Das nachtaktive Tier lebt bevorzugt in dichten Hecken und Wäldern mit Unterwuchs mit unterschiedlichen Gehölzen. Unsere Knicklandschaften sind daher prädestiniert als Lebensraum. Der Naturpark Holsteinische Schweiz ist neben dem Herzogtum Lauenburg und dem Naturpark Aukrug einer der Hotspots für Haselmäuse in Schleswig-Holstein.
Haselmäuse selbst kann man nur schwer entdecken, meist findet man ihre Spuren in Form von leeren Haselnüssen mit kreisrunden Löchern und kleinen Spuren der Zähne. Ihre Sommernester verstecken die Bilche in Brombeer- oder Schlehengestrüpp, Winternester bauen sie lieber bodennah.
In Schleswig-Holstein gilt die Haselmaus als selten, anspruchsvoll, was ihren Lebensraum angeht und störungssensibel. Insofern war es eine kleine Sensation, als kürzlich ein Tierökologe der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein auf der Grünbrücke Kiebitzholm über die A21 nördlich von Bad Segeberg erstmals eine dort nistende Haselmaus entdeckte. Die Stiftung Naturschutz wertet das als Zeichen dafür, dass Grünbrücken über Autobahnen tatsächlich eine Vernetzung von Lebensräumen über Autobahnen hinweg sein können. Allerdings musste sich der Naturlebensraum auf der Grünbrücke in diesem Fall erst 18 Jahre lang entwickeln, bis dort jetzt direkt auf der Brücke eine Haselmaus nachgewiesen werden konnte.

Anleger Friedrichsort fällt aus

KIEL. Wegen laufender Kampfmittelsondierungen kann der Fähranleger Friedrichsort schon seit Wochen nicht nach dem regulären Fahrplan angefahren werden. Weil dort aber immer noch erhebliche Mengen an alten Munitionsresten gefunden werden, fällt der Anleger jetzt ganz aus, und zwar voraussichtlich bis Weihnachten. Als Ersatz ist folgende Verbindung eingerichtet: Das Norddreieck der Fährlinie F1 fährt von Laboe/Möltenort zum Anleger Bellevue und zurück. Von dort pendelt ein Bus zur Haltestelle „An der Schanze“. Alle Fahrten der F1 werden mit einem Busanschluss versehen. Oberstes Ziel ist es aber, die Schulen in Friedrichsort zu Schulbeginn – erste Schulstunde – und zu Schulschluss – sechste und achte Schulstunde – zu erreichen. Die genauen Fahrpläne für die Fähre und den Bus werden auf der Internetseite der SFK unter www.sfk-kiel.de veröffentlicht. Die Kampfmittelsondierungen sollen zum Jahresende beendet sein. Danach wird die SFK zunächst den Anleger Friedrichsort wieder planmäßig anlaufen können, bevor voraussichtlich im zweiten Quartal 2025 die eigentlichen Bauarbeiten erledigt werden können.

Gruppenangebote für belastete Kinder

KIEL. An Kinder, die von Trennung und Scheidung der Eltern betroffen sind, richten sich zwei Angebote der Kieler Erziehungsberatungsstellen im November. Bei „... aber ich hab‘ doch beide lieb!“ geht es darum, dass Kinder im Alter von acht bis zwölf Jahren die Möglichkeit bekommen, in einem geschützten Raum über ihre Gefühle und Bedürfnisse zu sprechen und in der Gemeinschaft einen Umgang mit der schwierigen Situation zu finden. Die Gruppe trifft sich vom 4. November bis 10. Februar immer montags von 15.30 bis 17 Uhr und wird von der Sozialpädagogin Sabine Schüller und dem Psychologen Jörg Winter geleitet.
Beim zweiten Angebot, den „Wellenreitern“, wird Raum für das oftmals tabuisierte Thema psychische Erkrankungen und die damit verbundenen Gefühle gegeben. Vor allem geht es darum, wie Kinder damit umgehen können, wenn ihre Eltern psychisch belastet oder erkrankt sind. Diese Gruppe trifft sich vom 7. November bis zum 23. Januar jeweils am Donnerstag von 15.30 bis 17 Uhr. Die Leitung haben die Sozialpädagogin Lena Jesußek und die Psychologin Maike Daffinger. Beide Angebote laufen bei der Erziehungsberatungsstelle Süd-Ost in der Kaiserstraße 100 in Kiel. Für weitere Infos, die Möglichkeit, ein unverbindliches Vorgespräch zu vereinbaren oder sich anzumelden ist die Beratungsstelle per E-Mail an anmeldung-eb@kiel.de, über www.kiel.de/erziehungsberatung oder unter Tel. 0431/805373 erreichbar.

Hochgenuss mit Restrisiko

Fachwissen und sichere Artenkenntnis schützen beim Pilzesammeln

KIEL. Feuchtes Wetter, aber immer wieder noch mal Temperaturen im zweistelligen Bereich: Das ist bestes Wetter für das Wachstum von Steinpilz und Co. Viele Menschen nutzen das, um sich selbst eine Pilzmahlzeit im Wald zu sammeln. Doch in jedem Jahr gibt es dabei wieder Fälle von Vergiftungen, weil Sammlerinnen oder Sammler aus Unkenntnis giftige Pilze gesammelt und verzehrt haben. Die AOK Nordwest mahnt darum auch in diesem Jahr wieder zur Vorsicht beim Pilzesammeln.
„Auch in Kiel gibt es jetzt sehr viele giftige Pilze, die den essbaren Exemplaren ähneln. Die Unterscheidung ist für unerfahrene Pilzsuchende nicht immer einfach und endet manchmal mit einer schweren Pilzvergiftung“, warnt AOK-Serviceregionsleiter Stefan Kölpin.
Von den tödlich verlaufenden Pilzvergiftungen in Mitteleuropa gehen die meisten auf den Knollenblätterpilz zurück. Dieser wird von unerfahrenen Sammlern nicht selten mit dem Champignon verwechselt und verursacht potenziell lebensgefährliche Pilzvergiftungen. Innerhalb von 24 Stunden kommt es häufig zu heftigem Erbrechen, starken Bauchschmerzen und Durchfall. Ein Kind kann schon nach dem Verzehr von nur einem Knollenblätterpilz sterben. Insgesamt gibt es in Deutschland mehrere Tausend Pilzarten, von denen rund 200 giftig sind. Wer nur wenig Fachkenntnis hat, sollte darum keine Pilze sammeln. Ein gutes Bestimmungsbuch und die Anleitung durch Pilzsachverständige oder sehr erfahrene Sammler sind gute Wissensquellen und unbedingte Voraussetzung für ein sicheres Pilzesammeln. Auf www.dgfm-ev.de bietet die Deutsche Gesellschaft für Mykologie umfangreiche Informationen dazu.
Und wenn es trotzdem schiefgeht? „Wer nach dem Essen eines Pilzgerichts Übelkeit, Schmerzen, Schwindel oder Missempfindungen verspürt, sollte sofort einen Arzt aufsuchen oder gleich direkt in ein Krankenhaus gebracht werden“, so Kölpin. Den Pilz oder Reste davon unbedingt mitnehmen, um den „Übeltäter“ schnell identifizieren zu können.
Tipps im Fall einer möglichen Vergiftung gibt auch das Team der Giftnotrufzentrale, die unter Tel. 0551/19240 zu erreichen ist. Weitere Infos sind unter www.giz-nord.de auf der Webseite der Giftnotrufzentrale zu finden.

Nur wer sich gut genug auskennt, um essbare Pilze von ihren giftigen Doppelgängern unterscheiden zu können, sollte Pilze sammeln gehen. FOTO: FOTO: AOK/COLOURBOX

PROGRAMM SA, 26.10.–FR, 1.11.2024

DAS WOCHENPROGRAMM VON VIER KIELER KINOS

metro – Kino im Schloßhof
Holtenauer Str. 162 - 170
Tel: 0431 – 220 789 0
www.metrokino-kiel.de
kontakt@metrokino-kiel.de

Kino in der Pumpe – Kommunales Kino
Haßstraße 22
Tel: 0431 – 200 76 50
www.diepumpe.de
kino@diepumpe.de

STUDIO Filmtheater am Dreiecksplatz
Wilhelminenstraße 10
Tel: 0431-98 28 101
www.studio-filmtheater.de
kino@studio-filmtheater.de

Traum-Kino
Grasweg 19
Tel: 0431- 5444514
www.traumgmbh.de
kino@traumgmbh.de

Kino in der Pumpe

Queerfilmnacht: What A Feeling
Kat Rohrer. AT 2024. 110 Min. Mit Caroline Peters, Proschat Madani, Anton Noori.
Marie-Theres versucht ihren Kummer in der nächsten Bar zu ertränken und stolpert so nicht nur in Bigis Lesbenbar, sondern auch in eine stürmische Nacht mit Fa. Als sie am nächsten Morgen aufwacht, enden ihre Erinnerungen auf dem Nachhauseweg mit der neuen Bekanntschaft. Ob danach wohl noch etwas zwischen den beiden geschehen ist? Eine wilde Romanze beginnt...
Mo 20:30

E.1027 – Eileen Gray und das Haus am Meer
Beatrice Minger, Christoph Schaub. CH 2024. 87 Min. Dokumentarfilm über die Designerin.
Die irische Designerin Eileen Gray baut 1929 ein Refugium an der Côte d'Azur. Als Le Corbusier das Haus entdeckt, ist er fasziniert und besessen. Eine Geschichte über die Macht des weiblichen Ausdrucks und den Wunsch der Männer, ihn zu kontrollieren.
Sa, Di, Mi 18:15

Halloween-Special:
Carrie – Des Satans jüngste Tochter
Brian De Palma. USA 1976. 98 Min. OmU. Mit Sissy Spacek, Piper Laurie, John Travolta.
Die Schülerin Carrie wird gemobbt und von ihrer tyrannischen Mutter unterdrückt. Beim Abschlussball soll alles anders werden, doch was wie der schönste Abend von Carries Leben beginnt, endet in einem Inferno. Die beste aller Stephen-King-Verfilmungen auf der großen Leinwand!
OmU: Do 19:00

In a Violent Nature
Chris Nash. CAN 2024. 94 Min. Mit Ry Barrett, Andrea Pavlovic, Cameron Love.
Ein Slasher-Film der anderen Art: Statt wie gewöhnlich einer Gruppe Teenagern auf der Flucht vor einem unbekannten Killer zu folgen, dreht der Film die Formel um und erzählt aus der Sicht des Killers.
Do 21:00

David-Lynch-Retrospektive:
Der Elefantenmensch
David Lynch. USA 1980. 123 Min. OmU. Mit Anthony Hopkins, John Hurt, Anne Bancroft, John Gielgud.
Der grausame Schausteller Bytes stellt auf Jahrmärkten seine größte Attraktion aus: den durch eine seltene Krankheit missgestalteten John Merrick, genannt „Der Elefantenmensch". Der angesehene Chirug Dr. Treves beschließt, sich des Gepeinigten anzunehmen. Tatsächlich kann Merrick im Hospital ein Zimmer beziehen. Schon kann er darauf hoffen, ein würdevolles Leben führen zu können – bis sadistische Geschäftemacher herausfinden, wo er sich aufhält.
So 18:30

Ich habe KIEL erlebt – Ein gefilmtes Leben zwischen 1939 und 1955
Oliver Boczek und Gerald Grote. D 2024. 55 Min.
Nach ihrer erfolgreichen Dokumentation „Ich habe KIEL zu erzählen" haben die beiden Filmemacher Oliver Boczek und Gerald Grote nun eine weitere Familiengeschichte in Szene gesetzt und präsentieren gleichzeitig ein faszinierendes und stimmungsvolles Bild der Stadt an der Förde.
Sa, Mo-Mi 17:00

Antifa – Schulter an Schulter, wo der Staat versagte
Marco Heinig und Steffen Maurer. D 2024. 97 Min. Dokumentarfilm.
Fünf Aktivistinnen und Aktivisten reflektieren kritisch die Vergangenheit der Antifa-Bewegung und geben einen Ausblick in die Zukunft antifaschistischer Solidarisierungsprozesse.
Fr 18:30

FILMTIPP
MÜNTER UND KANDINSKY
Marcus O. Rosenmüller. D 2024. 125 Min. Mit Vanessa Loibl, Vladimir Burlakov, Julian Koechlin.

Anfang des 20. Jahrhunderts weht ein frischer Wind durch die Kunstszene: Gabriele Münter und Wassily Kandinsky sind ein Liebespaar und schicken sich an, die Kunst in Mitteleuropa für immer zu verändern. Im malerischen Murnau am bayerischen Staffelsee erfinden die beiden die künstlerische Moderne. Dieses packende Biopic erzählt die Lebens- und Liebesgeschichte von Gabriele Münter, die sich in den älteren Kandinsky verliebte und gemeinsam mit ihm zum Vorzeigepaar des Expressionismus' wurde. Hervorragend gefilmter und historisch akkurater Film über zwei wegweisende Künstler!
Sa, Di, Mi 20:00/So, Fr 16:00/Mo 18:15/Do 16:30

metro – Kino im Schloßhof

Die nötigen umfangreichen Vorbereitungen sind abgeschlossen, die eigentlichen Arbeiten für den Austausch des beschädigten Dachstuhls über unserem Kinosaal konnten beginnen. Wir arbeiten gemeinsam mit den beteiligten Gewerken und Behörden unter Hochdruck daran, die Kinos so bald wie möglich wieder mit Leben zu füllen. Wir freuen uns auf ein Wiedersehen mit euch – und dann immerhin auch in renovierten Sälen und mit verbesserter Ausstattung. Aber auch in der Zwischenzeit werden wir weiter für Begegnung und kulturellen Austausch sorgen: Unsere Live-Veranstaltungen laufen an verschiedenen Ausweichorten weiter, zum Teil wird auch unser Kino-Foyer zum Ort für Comedy.

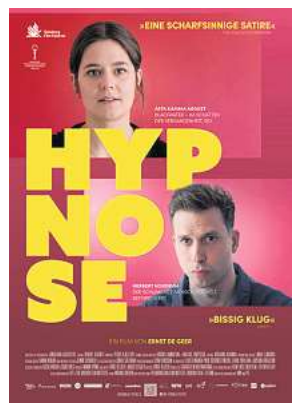
Alle aktuellen Informationen zu den Veranstaltungen und Austragungsorten sind auf unserer Website unter www.metrokino.kiel.de zu finden.

Das Metro Kino bedankt sich bei allen Gästen für ihre Geduld und Unterstützung während dieser spannenden Phase und blickt optimistisch auf die kommenden Monate.
Unser Kinotresen ist montags bis freitags von 17 bis 19 Uhr für euch geöffnet sowie sonnabends von 10 bis 12 Uhr.

Unser Café „Das Retro." ist außerdem täglich von 9 bis 21 Uhr geöffnet.
Wir freuen uns auf euren Besuch!

Traum-Kino

Hypnose
Tragikomödie. Schweden 2023. Regie: Ernst De Geer. Mit Asta Kamma August, Herbert Nordrum. 98 Minuten. FSK 6.
Vera und André sind ein junges Liebes- und Geschäftspaar. Gemeinsam haben sie eine revolutionäre „App für Frauen*Gesundheit" entwickelt und bekommen die Chance, diese auf einem Pitching-Event vorzustellen. Am Tag zuvor versucht Vera, durch eine Hypnosetherapie mit dem Rauchen aufzuhören. Doch statt von der Sucht befreit sie sich von allen gesellschaftlichen Konventionen. Ohne Hemmungen startet sie in das Wochenende mit den Investorinnen und Investoren und stellt dabei nicht nur ihre Karriere und ihre Beziehung, sondern auch alle um sie herum auf die Probe. Der Film wirft einen scharfen Blick auf soziale Mechanismen: Wie viel Individualität kann unsere Gesellschaft vertragen?
Sa-Di 17:45
OmU: Mi 17:45

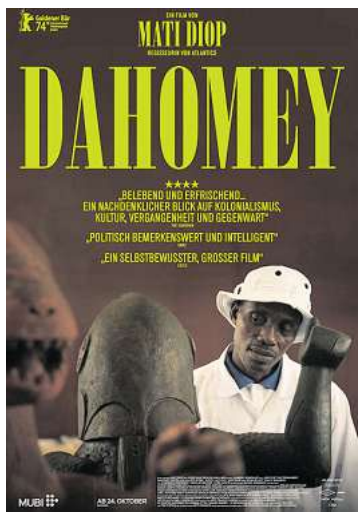


Element Of Crime in: Wenn es dunkel und kalt wird in Berlin
Sa 21:45

Cranko
Spielfilm über den Choreographen John Cranko.
So 13:00/Mi 20:15

Lustiges Mitmachkino mit Pettersson und Findus
60 Min. FSK 0.
So 15:30

Anora
Gewinner von Cannes.
Do, Fr 17:45, 20:30



FILMTIPP
DAHOMEY
Doku. Senegal/Frankreich 2024. Regie: Mati Diop. 67 Minuten. FSK 0. Nur OmU.
Regisseurin Mati Diop beleuchtet weitreichende Fragen zu den Themen Aneignung, Selbstbestimmung und Restitution aus einer gegenwärtigen Perspektive. Der Film dreht sich um 26 Kunstschätze aus dem Königreich Dahomey, die Paris verlassen und in ihr Herkunftsland zurückkehren sollen: die heutige Republik Benin. Mati Diop stellt aus vielfältigen Blickwinkeln die Frage, wie diese Artefakte in einem Land aufgenommen werden sollen, das sich in ihrer Abwesenheit stark verändert hat. „Dahomey" ist ein bewegendes und zugleich einzigartiges Zeitdokument, das ebenso faszinierend und wichtig ist. Ausgezeichnet mit dem Goldenen Löwen der Berlinale 2024: Bester Film des Jahres.
OmU: Sa-Di 20:15
Weitere Infos www.traum-kino-kiel.de

STUDIO Filmtheater

Alles für die Katz
Animation/Kinderfilm. FSK 0.
Kater Beckett wird in unerwarteter Gestalt wiedergeboren.
Sa, Mo, Mi 13:15/So 13:00

Die Addams Family
Horror-Komödie. FSK 12.
Im Rahmen der Reihe Lichtperlen mit Einleitung und Vorfilm.
So 15:00

The Apprentice – The Trump Story
Drama. FSK 12.
Der Film erzählt zum ersten Mal die wahre Geschichte von Donald Trumps Aufstieg zur Macht.
Sa, Di, Mi 20:30
OmU (Engl.): So 20:00+Mo 20:30

In Liebe, Eure Hilde
Drama. FSK 12.
Nach der wahren Geschichte von Hilde und Hans Coppi, die für ihren Widerstand gegen das NS-Regime 1942 hingerichtet wurden.
Sa 15:15, 20:30/So 15:00, 17:30/Mo-Mi 15:30, 20:30

Der Buchspazierer
Komödie. FSK 6.
Die Verfilmung des Bestsellers
Sa, Mo-Mi 15:30, 18:00/So 17:30

Die Fotografin
Drama. FSK 12.
Nach wahren Begebenheiten.
Sa, Mi 17:45/So 17:30
OmU (Engl.): Mo 17:45

Fuchs und Hase retten den Wald
Animations. FSK 0 .
Über die besten Freunde Fuchs und Hase, die ihre Heimat, den Wald, vor einer Überflutung retten.
Sa, Mo 13:30/So 13:15/Di, Mi 13:30, 15:30

Joker: Folie À Deux
Drama/Musical. FSK 16.
mit Joaquin Phoenix und Lady Gaga
So 20:00/OmU (Engl.): Mo 20:30

Kurzfilmtag Oktober: Arbeit & Ekstase
Kurzfilme. FSK 12.
Monatlicher Kurzfilmtag, tlw. Original mit dt. Untertiteln.
Mo 18:30

Masel Tov Cocktail+Kippa
Kurzfilme. FSK 12.
Zwei Kurzfilme im Rahmen des Monats gegen Antisemitismus.
Di 18:00

Die Schule der magischen Tiere 3
Kinderfilm. FSK 0.
Der dritte Teil der beliebten Kinderbuchverfilmung.
Sa 13:00, 15:15, 18:00/So 12:30, 15:00
Mo 15:15/Di, Mi 13:15, 15:15

Sneak-Preview
Vorpremiere eines Überraschungsfilms, mit Verlosung und Kurzfilm.
Mi 21:00

Thrill-Sneak
Vorpremiere eines Überraschungsfilms aus Genres wie Horror, Psychothriller & Co., mit Verlosung und Kurzfilm.
Sa 23:00

Trick 'r Treat
Horror. FSK 18.
Schauriges Halloween-Event der Reihe Mondo Grindhouse.
Nur OV (Engl.): Mi 23:00

FILMTIPP
THE SUBSTANCE
Horror. 141 Minuten. FSK 16.
Elisabeth Sparkle ist eine ehemalige A-Prominente, die ihre Blütezeit hinter sich hat und plötzlich aus der eigenen Fitness-Fernsehsendung gefeuert wird. Sie ergreift die Chance, die ihr eine neue Droge bietet: The Substance. Eine Injektion genügt und sie wird vorübergehend als wunderschöne Mittzwanzigerin namens Sue wiedergeboren. Die einzige Regel? Elisabeth und Sue müssen sich die Zeit teilen: genau eine Woche im einen Körper, dann eine Woche im anderen. Die perfekte Balance. Was kann schon schiefgehen? Coralie Fargeats schonungslose Cannes-Sensation ist auch eine Satire auf den toxischen Schönheitskult.
Sa, Di 20:30
OmU (Engl.): Sa 23:00+So 19:45

OmU: Original mit dt. Untertiteln – OmeU: Original mit engl. Untertiteln – OV: Original ohne Untertitel

Zum 70. Mal: Spaß, Show, Infos und Musik

KIEL. Mit ihren beiden diesjährigen Shows in der Kieler Wunderino Arena am Sonnabend, 9. November, ab 13.30 und ab 18 Uhr feiert die Polizeishow ihren 70. Geburtstag. Wieder sind Beamte der Landespolizei und Mitglieder der Feuerwehren mit dabei, um zu zeigen, was sie sonst noch so draufhaben, außer täglich für die Sicherheit der Menschen im Land zu sorgen. Ingo Oschmann moderiert auch in diesem Jahr die spannend aus Action, Information, Musik und Spaß gemischte Show für die ganze Familie.
Als „Sportschau der Polizei“ gab es die Veranstaltung 1952 zum ersten Mal. Damals traten die Polizisten tatsächlich in Disziplinen wie Leichtathletik, Handball, Kunstkraftsport und Leistungsturnen gegeneinander an. Im Laufe der Jahre entwickelte sich die Schau dann immer mehr zu einem beliebten Showevent, an dem nicht nur Polizisten, sondern auch andere Einsatzkräfte wie Feuerwehr und Verkehrswacht teilnehmen. Ergänzt wurden die Veranstaltungen mit Beiträgen zu den vielseitigen Bereichen der Polizei und Feuerwehr. Und auch regionale Vereine haben schon lange ihren festen Platz in der Show.
Dieses Mal wird es unter anderem Einblicke in die Einsatzlagen der 1. und 2. Einsatzhundertschaft zu sehen geben sowie einen Auftritt der Diensthundeführer mit ihren vierbeinigen Kollegen. Unverzichtbar bei jeder Show ist die Motorradstaffel der Polizei Hamburg mit modernen und historischen Motorrädern.
Tickets sind über www.wunderino-arena.de und an den bekannten Vorverkaufsstellen zu bekommen.

Sie müssen einfach dabei sein: Die Artistinnen und -Artisten der Motorrad-Staffel der Hamburger Polizei.
FOTO: UWE BÖHM

ANZEIGEN

Wirtschaftsleben

SONDERTHEMA

Klassik-Beraterin Ruth König mit den Oktober-Monatsempfehlungen. FOTO: MATTHIAS MASCH

Ein Kleinod für Klassikliebhaber

Seit über 28 Jahren bei Ruth König fündig werden

KIEL. Auch im Streaming-Zeitalter bleibt „RUTH KÖNIG KLASSIK“ eine echte Institution für Klassik- und Jazzliebhaber. Seit 28 Jahren führt Ruth König ihren Laden in der Dänischen Straße mit großer Leidenschaft.
Doch wie findet man die passende Musik in einer Welt voller Angebote? Durch persönliche Beratung! Ruth König, mit ihrer jahrzehntelangen Erfahrung, hilft, das perfekte Album zu entdecken – sei es eine Neuerscheinung, ein Klassiker oder eine seltene Aufnahme. Bei ihr ist Musik keine Massenware, sondern ein Erlebnis. „Musik verdient Zeit und Aufmerksamkeit“, sagt Ruth König. Ihr Geschäft lädt zum Stöbern und Hören ein. „Vergleichen Sie verschiedene Aufnahmen und tauchen Sie in die Welt der Klassik ein.“ Wer das Richtige gefunden hat, kann es direkt mitnehmen oder sich nach Hause liefern lassen. Telefonische Beratung und Bestellservice gehören ebenfalls zum Angebot.
Im Oktober empfiehlt Ruth König Grigory Sokolovs Interpretationen von Purcell und Mozart sowie Jonas Kaufmanns „Puccini: Love Affairs“ mit Anna Netrebko. Warum nicht wieder einmal vorbeischauen und sich von Ruth Königs Erfahrung und Leidenschaft inspirieren lassen?

RUTH KÖNIG KLASSIK
Dänische Straße 7, Kiel
Tel. 0431/ 95 280
www.ruth-koenig-klassik.de

Sie haben das Unternehmen, wir die Reichweite: Jeden Sonnabend haben Sie die Möglichkeit, Ihr Unternehmen in Zusammenhang mit besonderen Ereignissen im Kieler Express am Wochenende vorzustellen. Buchen Sie eine Advertorial-Fläche und erzählen Sie unseren Leserinnen und Lesern, was bei Ihnen ansteht. Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter 0431-903 2545.

SCHWENTINENTAL
OSTSEE PARK®
Der Norden kauft ein!

VERKAUFSOFFENER SONNTAG

27. Oktober 2024
12–17 Uhr

HERBSTZAUBER

Wenn es an einem Sonntagvormittag im Ostseepark Schwentinental nach Bratwurst und Zuckerleckereien duftet, die Menschen ihre Tapeziertische mit allerhand gebrauchten Dingen zum Verkauf in der Mergenthalerstraße 14–18 aufstellen und leuchtende Kinderaugen auf die vielen Spielaktionen schauen, dann ist es wieder so weit: An diesem Tag ist verkaufsoffener Sonntag von 12 bis 17 Uhr im Ostseepark Schwentinental. Ein buntes Familienprogramm und einen Flohmarkt haben die Macher dazu auf die Beine gestellt, damit all jene den Sonntag nutzen können, mal „in Ruhe“ einkaufen zu gehen, die unter der Woche dafür keine Zeit finden können. Fernab von Job, Schließzeiten in der Kita und Freizeitaktivitäten lädt der verkaufsoffene Sonntag dazu ein, ganz entspannt die vielen Geschäfte, die an diesem Tag geöffnet haben, zu besuchen, ausführlich zu stöbern und sich von den vielen freundlichen und kompetenten Mitarbeitern beraten zu lassen. Guter Service und ein ebenso vielfältiges wie reichhaltiges Angebot zeichnen den Ostseepark Schwentinental von jeher aus. Das Warenangebot reicht von Drogerieartikeln, Haustierbedarf, Spielwaren, Bekleidung, Möbel, Lebensmittel, Bodenbelägen bis hin zu Autos. Außerdem gibt es Sportstudios, Erlebnisgastronomie und vieles mehr, sodass für jeden das Richtige dabei ist. Am verkaufsoffenen Sonntag gewähren viele Einzelhändler attraktive Rabatte und Aktionen, zudem versprechen die vielen Programmpunkte einen bunten und vergnüglichen Familientag.

ANGEBOTE FÜR GROSS UND KLEIN
Während auf dem Flohmarkt von 6 bis 16 Uhr nach tollen Dingen gestöbert werden kann, können sich die Kinder auf der großen Spiel- und Aktionsfläche vor CB nach Herzenslust im Klettergarten vergnügen, beim Quattro-Highjump ungewohnte Höhen erleben, Seifenblasen machen, sich beim Jenga XL oder einem Riesen-Schach vergnügen und sich kostenlos schminken lassen. Da macht der Einkaufsbummel mit den Eltern gleich viel mehr Spaß. Und die sind auch ganz entspannt, denn: Der Ostseepark Schwentinental ist problemlos mit dem ÖPNV zu erreichen, Busse und auch die Bahn fahren von Kiel aus in angenehmer Taktung nach Schwentinental.
Über top-aktuelle Angebote informieren zum verkaufsoffenen Sonntag übrigens die große LED Walls in den Hauptzufahrten zum Ostseepark, auf denen zusätzlich auch die neuesten Nachrichten aus den Kieler Nachrichten zu erfahren sind.
Auf diese Weise ist ein großer Einkaufsspaß garantiert. Viel Spaß beim verkaufsoffenen Sonntag im Ostseepark!

FLOHMARKT IM OSTSEEPARK
Omas altes Geschirr, Schallplatten, CDs, Bücher, Kleidung, Hausrat und natürlich jede Menge Kinderspielzeug: Auf dem Flohmarkt im Ostseepark Schwentinental kann von 8 bis 16 Uhr allerhand aus zweiter Hand erstanden werden. An den zahlreichen Ständen bieten private Händler ihre Waren an und freuen sich auf möglichst viele und freundliche Kundinnen und Kunden, die ihre Waren zu schätzen wissen. Feilschen ist dabei natürlich erlaubt, solange der Preis fair und realistisch bleibt.

SPIELSPASS FÜR DIE KLEINEN
12 BIS 17 UHR VOR CB
Da es sich bei einem verkaufsoffenen Sonntag um einen Familientag handelt, sollen die Lütten natürlich nicht zu kurz kommen. Und die finden „Shoppen“ in der Regel ja nicht ganz so spannend. Damit der Familiensegen nicht schief hängt, gibt es für die kleinen Besucher natürlich auch jede Menge zu tun und zu entdecken. Auf der großen Spiel- und Eventfläche können sie sich deswegen von 12 bis 17 Uhr nach Herzenslust vergnügen. Etwa im Klettergarten oder auf dem Quattro-Highjump, bei dem vier Personen gleichzeitig bis zu neun Meter in die Höhe springen können. Im Kinder-Klettergarten können bis zu acht Kinder gleichzeitig gesichert auf vier Brücken und auf Hindernissen ihre Geschicklichkeit testen. Unter den Brücken ist der Klettergarten begehbar, sodass die Eltern immer in der Nähe sein können. Romantisch und verspielt wird es beim Kinderschminken und beim Seifenblasen machen. Einmal wie Prinzessin Lillifee oder wie ein Regenbogen-Einhorn durch den Ostseepark laufen und mit Seifenblasen die anderen Besucherinnen und Besucher erfreuen. Dank des Spielmacher-Teams ist das an diesem verkaufsoffenen Sonntag möglich. Die Schminkprofis verwandeln die kleinen Besucherinnen und Besucher in kleine Kätzchen, Seeräuber oder Fantasiegestalten. Einfach anstellen und anmalen lassen! Und wer dann immer noch Energie übrighat, der powert sich auf der 8×8 Meter großen Hüpfburg aus. Die vier Meter hohen Seitenwände sowie ein begleitender Spielmacher sorgen dafür, dass niemand herausfallen kann. Und trotzdem: immer schön Rücksicht auf die anderen Kinder nehmen!

FOTO: SPIELMACHER

FOTO: PIXABAY

SPIELMACHER EVENT
Ob Jonglieren, Hüpfen, Schminken oder Klettern – für Kinderspaß ist an diesem Tag auf jeden Fall gesorgt. Die Profis vom Spielmacher Event sind von 12 bis 17 vor CB für die Lütten da.

FLOHMARKT
Entlang der Mergenthalerstraße 14–18 kann bereits von 6 Uhr morgens an auf dem Flohmarkt gefeilscht und gekauft werden. Dort bieten Privatpersonen allerhand Nützliches wie Unnützes, kleine Schätze und Liebhaberstücke an. Von Büchern über Kleidung bis hin zu Kleinmöbeln und Kinderspielzeug ist hier alles zu finden.

SCHWENTINENTAL
OSTSEE PARK®
Der Norden kauft ein!

FLOHMARKT 6 BIS 16 UHR
MERGENTHALERSTRASSE 14-18

Sonntag geöffnet

27. Oktober 2024 **12–17 Uhr**

HERBSTZAUBER

Herbstlicher Spaß und Aktivitäten für Groß und Klein im Ostseepark Schwentinental. Tolle Angebote sowie kostenfreie Events wie z. B. Quattro-Highjump, Kinderklettergarten, Spielburg, Kinderschminken und vieles mehr erwarten Sie zu einem stimmungsvollen und familienfreundlichen Einkaufserlebnis. Herzlich willkommen.

Die hier eingetragenen Unternehmen haben es im Verbund ermöglicht, den verkaufsoffenen Sonntag zu realisieren. Eine Initiative der Interessengemeinschaft Ostseepark Schwentinental. Bitte informieren Sie sich vorab, welche Unternehmen an dem verkaufsoffenen Sonntag teilnehmen (Plakataushang in den Geschäften).

Und was ist sonst so los in Kiel und der Region?

Noch **bis zum 3. November** können Besucherinnen und Besucher im Citti-Park am Mühlendamm in **Kiel** in die Welt der Heldinnen und Helden aus Agenten- und Detektivfilmen eintauchen: Die Ausstellung „Top-Secret – Streng geheim“ zeigt während der Öffnungszeiten Hilfsmittel, Tricks und getarnte Dinge, die beim Lüften von Geheimnissen oder beim Überführen von Tatverdächtigen helfen können. Wer mag, kann spielerisch selbst zu einem Detektiv werden oder als Geheimagent versuchen, den kniffligen Lasertunnel zu durchqueren.

Das Dörfergemeinschaftshaus in **Schwartbuck** wird am heutigen **Sonnabend, 26. Oktober**, von 11 bis 16 Uhr wieder zum großen „Bücher-Kaufhaus-Markt“ des Landfrauenvereins Hessenstein. Nach Kategorien sortiert, werden Bücher aller Art angeboten.

Henning Pertiet ist ein begnadeter Pianist, der mit Jazz, Blues und Boogie-Woogie das Klavier zum Glühen bringt. Außerdem ist er der Neffe von Gottfried Böttger, mit dem er mehrfach gemeinsam in der Alten Meierei am See in **Postfeld** aufgetreten ist. Am heutigen **Sonnabend, 26. Oktober**, ist Henning Pertiet allein zurück in der Alten Meierei, um unter der Überschrift „In Memoriam Family Boogie“ eigene Stücke zu spielen, aber auch welche, die er zusammen mit Gottfried Böttger auf Konzerten gespielt und auf CD eingespielt hat. Karten können per E-Mail an info@alte-meierei-am-see.de oder unter Tel. 04342/84477 reserviert werden.

Am heutigen **Sonnabend, 26., und morgigen Sonntag, 27. Oktober,** sowie am kommenden **Sonnabend und Sonntag, 2. und 3. November,** eröffnet das **Gut Traventhal** wieder die Reihe der Weihnachtsmärkte auf den Gütern. Jeweils von 10 bis 18 Uhr bieten rund 100 Ausstellende ihre Waren an. Für Kinder gibt es Ponyreiten, die Kindereisenbahn und das alte Hexenhaus, und der Weihnachtsmann liest aus seinem goldenen Buch. Die Lamas sind mit dabei, und Frau Holle lässt es schneien. Dazu kommt ein vielfältiges kulinarisches Angebot von Erbsensuppe über Kuchen bis zu Bier aus der Landbrauerei. Der Eintritt kostet 6 Euro, für Kinder bis zwölf Jahre ist der Eintritt frei. Das Parken ist kostenlos.

Die katholische St-Heinrich-Kirche in der Feldstraße 172 in **Kiel** lädt für den morgigen **Sonntag, 27. Oktober**, bereits ab 15.30 Uhr zur „Gospelkiche“ ein. Für den kraftvollen Gesang sorgt die dänische Gospelsängerin Sofie Hermind aus Kopenhagen zusammen mit dem Gospelchor „Rich Sound“.

Der Blues- und Boogie-Woogie-Pianist Henning Pertiet ist heute Abend in der Alten Meierei in Postfeld zu erleben.

FOTO: PETER PORIKIS/OLDDIGITALEYE

Am **Montag, 28. Oktober**, ab 19 Uhr, läuft in der Pumpe, Haßstraße 22 in **Kiel**, das Theaterstück „NSU-Monologe“ mit anschließender Diskussion. Die Terrorgruppe „Nationalsozialistischer Untergrund“ (NSU) hatte vor 2011 mehrere Bombenanschläge verübt und neun Menschen ermordet. „NSU-Monologe“ von Regisseur Michael Ruf ist dokumentarisches, wortgetreues Theater, das die Geschichten dreier Familien erzählt, deren Angehörige vom NSU ermordet wurden. Mal behutsam, mal fordernd liefert das Stück intime Einblicke in ihren Kampf um die Anerkennung der Wahrheit. Bei der anschließenden Diskussion sind Dr. Sally Riedel vom Verein MOSAIQ, Prof. Dr. Melanie Groß von der Fachhochschule Kiel und Seda Başay-Yıldız, die Anwältin der Nebenklage der Familie von Enver Şimşek, mit dabei. Der Eintritt ist frei.

Die Bogenabteilung der Schützengilde Gut Schuß Demühlen lädt für **Mittwoch, 30. Oktober**, ab 17.30 Uhr wieder zum jährlichen Halloween-Schießen auf dem Gelände in der Quarnbeker Straße 14 in **Kiel** ein. Hauptattraktion im Programm ist wieder das Geister-Bogenschießen. Die Gildeschwestern und Gildebrüder sorgen für Grillwurst, Stockbrot, Kuchen und Punsch mit oder ohne Schuss. Besonders gern gesehen sind Teilnehmende im Halloween-Kostüm, aber das ist kein Zwang.

„Gesund trotz Frau: Das weibliche Gesundheitsrisiko“ ist der Titel des Vortrags der Hamburger Oberärztin Birte Leykum am **Mittwoch, 30. Oktober**, ab 19 Uhr im Freya-Frahm-Haus, Strandstraße 15 in **Laboe**. Hintergrund ist die gemeinsame Gesundheitskampagne von Landfrauenverband und Ärztekammer Schleswig-Holstein, die sich für eine frauenspezifischere Medizin einsetzt. Frauen, so die Veranstaltenden, werden zu oft wie Männer behandelt, was dazu führt, dass Frauen verspätet in der Notaufnahme, im Herzkatheterlabor und auf dem OP-Tisch ankommen oder auch Medikamente in falscher, nämlich männlicher Dosierung erhalten. Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten. Eine Anmeldung per E-Mail an info@freya-frahm-haus.de ist notwendig.

Die junge koreanische Pianistin Seonghyeon Leem hat noch nicht einmal ihr Musikstudium abgeschlossen und ist doch schon eine international gefragte Solistin. Am **Mittwoch, 30. Oktober,** ist sie ab 19 Uhr auf dem Hof Brache in **Wielen** mit Werken von Bach, Haydn, Liszt, Brahms, Rachmaninow und Strawinsky zu erleben. Der Eintritt kostet 25 Euro, erm. 15 Euro. Tickets gibt es bei der Buchhandlung Schneider, Lübecker Straße 18 in Plön, bei der Touristinfo in Preetz, Mühlenstraße 9, oder unter Tel. 04342/81090.

„Augenbetäubend“ schrill und bunt waren viele Kino- und Fernsehwerbungen in den 1980er-Jahren. Bei einem Filmabend über die Werbewelt dieser Zeit erzählt der Kieler Filmemacher Gerald Grote am **Donnerstag, 31. Oktober**, ab 18 Uhr im Schifffahrtsmuseum Fischhalle, Wall 65, in **Kiel** von Musik, Moden und Marotten sowie in vergnüglichen Anekdoten auch davon, welche Waren wichtig waren. Der Abend bezieht sich auf die Ausstellung „Kaufrausch. Konsum und Warenwelten der 1980er-Jahre“, die derzeit im Stadtmuseum läuft. Um Anmeldung unter Tel. 0431/9013428 wird gebeten. Der Eintritt ist frei.

Ach ja, übrigens: Am **Donnerstag, 31. Oktober**, ist auch Reformationstag. Oder für andere: Halloween. Das Team vom Schloss **Eutin** hat sich für Halloween entschieden und bietet an diesem Tag ab 13 und ab 15 Uhr die Grusel-Führung „Mörderische Geschichten“ mit schauderhaften Kapiteln aus der Schlossgeschichte an. Die Teilnahme an der Führung kostet 4 Euro zuzüglich zum Eintritt von 10 Euro, erm. 6 Euro. Eine Anmeldung zur Führung unter Tel. 04521/70950 ist sehr empfehlenswert.

Den Stummfilm-Klassiker „Das Phantom der Oper“ von 1925, begleitet vom vollen Sound der Kirchenorgel, gibt es am **Donnerstag, 31. Oktober**, ab 19.30 Uhr, im stimmungsvollen Ambiente der St.-Nikolaus-Kirche, Rathausstraße 5, in **Kiel** zu erleben. Die Orgel spielt Regionalkantor Werner Parecker.

Rund 14 000 Bücher und andere Medien aller Arten und Themenbereiche für alle Altersgruppen bieten die Büchereivereine Dietrichsdorf und Suchsdorf sowie der Förderverein der Kinderbücherei Schützenpark noch einmal von **Freitag, 1., bis Sonntag, 3. November**, auf der „Herzog-Friedrich-Brücke“ im Sophienhof in **Kiel** an. Stöberzeiten sind am Freitag und Sonnabend von 10 bis 20 Uhr und am Sonntag von 13 bis 18 Uhr. Aus den Einnahmen des Bücherflohmarktes werden Aktionen der drei Vereine finanziert und neue Literatur für die betreffenden Büchereien angeschafft.

In der Sozialkirche in Kiel-Gaarden, Stoschstraße 52, bringt in der Reihe „Church goes Rock“ am **Freitag, 1. November**, ab 20 Uhr die norddeutsche Singer-Songwriterin Lini ihr Publikum mit ihren Liedern von Abenteuerlust, Freundschaft und Liebe zum Zuhören, Genießen und vielleicht sogar ein bisschen zum Tanzen. Ab 19 Uhr sind die Kirchentüren offen, das Café Feuerherz sorgt für Snacks und Getränke. Die Sozialkirche ist barrierefrei, und der Eintritt zum Konzert kostet nichts.

Am besten jetzt schon Tickets sichern:

Das **Oratorium „Elias“ von Felix Mendelssohn Bartholdy** führt die Stadtkantorei Rendsburg unter der Leitung von Volker Linhardt am **Sonntag, 17. November**, ab 17 Uhr in der Christuskirche in **Rendsburg** auf. Verstärkt wird die Kantorei durch weitere Stimmen und Mitglieder der Kieler Philharmoniker. Karten gibt es ab 20 Euro über www.eventfrog.de oder an der Abendkasse.

Mit ihren persönlichen Interpretationen von Gospel-Klassikern von „Down by the Riverside“ bis „Oh Happy Day!“ sind die „**New York Gospel Stars**“ auch in diesem Jahr wieder in Deutschland unterwegs. Am **Freitag, 17. Januar 2025**, sind sie ab 20 Uhr in der Nikolaikirche in **Kiel** am Alten Markt zu erleben. Mit ihren Gospels wollen die „New York Gospel Stars“ die „gute Botschaft“ weitergeben, ihre Liebe zu Gott feiern und sie mit anderen teilen. Tickets gibt es für 35 Euro über www.lb-events.de sowie an den Vorverkaufsstellen und unter Tel. 0234/9471940.

In der Stadthalle in **Eckernförde** ist am **12. März 2025** ab 20 Uhr die aus Dänemark stammende Sängerin **Gitte Haenning** mit ihren Lieblingssongs aus mehr als erfolgreichen 60 Bühnenjahren zu erleben. Tickets sind an den bekannten Vorverkaufsstellen und über www.ma-cc.com zu bekommen.

Im Januar kommen die „New York Gospel Stars“ wieder in die Kieler Nikolaikirche.

FOTO: MAKIS PHOTOGRAPHY/LB-EVENTS

OLSEN REISEN
Urlaub zum kleinen Preis

Ostsee, Damp ★★★★
Wellness Resort am Strand
Ostseehotel Midgard
- 2 Übernachtungen mit Frühstück
- 2 x Abendbuffet
- Soft Getränke sind beim Abendessen inkl.
- Eintritt in die Erlebnis- & Freizeitwelt
- Gratis Internet und Parken

Norddeutschland, Harrislee ★★★★
Wellness mit Pool
Hotel des Nordens
- 2 Übernachtungen mit Frühstück
- 2 x 3-Gänge Menü/Buffet
- 1 Tasse Kaffee
- Gratis Eintritt Aquapoint
- 1 Fl. Wasser bei Anreise pro Zimmer

Ostsee, Wismar ★★★★
Special Offer Wismar
Wyndham Garden Wismar
- 2 Übernachtungen
- 2 x Frühstücksbuffet
- 2 x 3-Gänge Menü/Buffet
- Gratis Nutzung von Sauna und Pool
- Kostenloses Parken am Hotel

Nordsee, Dagebüll ★★★
Strandhotel an der Nordsee
Strandhotel Dagebüll
- 2 Übernachtungen
- 2 x Frühstücksbuffet
- 1 x 3-Gänge Menü
- 1 Fl. Wein auf dem Zimmer
- Kostenloses Parken & Internet

- Mehr als **2.500** Angebote von **850** Hotelpartnern
- Jährlich über **275.000** zufriedene Gäste
- Über 20 Jahre Erfahrung in der Reisebranche
- Professionell, kompetent und freundlich

www.olsen-reisen.de 0800 723 8001
Mo – Fr 9 – 17 Uhr, Sa - So 10 – 15 Uhr
Bestellcode: express

• Preis p.P. im Doppelzimmer • Ausgebuchte Termine vorbehalten • Anbieter: Risskov Autoferien AG, Hinterbergstrasse 17, CH-6330 Cham

DRV MITGLIED

STELLENANGEBOTE

Du bist handwerklich geschickt, arbeitest selbstständig, eigenverantwortlich und lösungsorientiert?
Dann bist du bei uns genau richtig!
Wir suchen jemanden, der*die sich um die Kontrolle, Instandhaltung und um anfallende Reparaturen unserer Spielgeräte und der gesamten Anlage (Innen- und Außenbereich) kümmert.
Wir bieten: Flexibles und eigenständiges Arbeiten außerhalb unserer Öffnungszeiten auf Mini- oder Midi-Job-Basis.
Melde Dich gerne persönlich vor Ort, unter 0431/6006796 oder schicke eine kurze Bewerbung an **buero@sumsum-kiel.de**. Wir freuen uns auf Dich!

Steuerfachangestellte (m/w/d) gesucht
für Steuerkanzlei in Kiel in Voll- oder Teilzeit.
Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.
SOZIETÄT HARTZ
www.steuerberatung-hwh.de
☎ (04 31) 71 24 23

Aushilfskräfte für den Lagerbereich (keine körperlich schwere Arbeit) ab nachts 2.00 Uhr / 5.00 Uhr oder nachmittags gesucht. Telefonische Bewerbung: 0431/53008-100.

Wir suchen für unsere Spielhalle in Kiel **nettes Servicepersonal (m/w/d).** ☎ 0176/31043970

Reinigungskraft für EFH, in Dorf Pries, 14-tägig für 3 Std., gesucht. ☎ (0 431) 393 420

aktiv Gebäudedienste GmbH
Ein tolles Team braucht Verstärkung!
Zur Schulreinigung suchen wir in **Kiel** zuverlässige (m/w/d) mehrere
Reinigungskräfte
Arbeitszeit: Mo. - Fr. täglich ab 13:30 Uhr, Mini-Job-Basis oder 3 Stunden, **Std. Lohn € 13,50**
Arbeitszeit: Mo. - Fr. täglich ab 13:00 Uhr, 3 Stunden, **Std. Lohn € 13,50**
Schlüsselstelle/ Revier Arbeitszeit: Mo. - Fr. ab 17:00 Uhr, 1,75 Stunden, **Std. Lohn € ab 13,50**
Bewerben Sie sich telefonisch unter:
Tel.: 0172-4351250
oder per Mail: g.calik@aktiv.de

STELLENGESUCHE

Poln. Handwerker su. Arbeit: Fliesenleger, Spachtelarbeit, Tapezieren, Maler, Laminat, 01726613046

Fliesenleger mit Erfahrung sucht Job. ☎ 0176/80858519

Erf. Maler, Frührentner, sucht Arbeit. ☎ 0178/5075411

Suche privat Gartenarbeit in Preetz und Umgebung; 0157/34888046

Laminatverl.su.Job ☎ 3 85 22 12

Maler sucht Job ☎ 5 34 32 58

ARBEITSANGEBOTE

Haushaltshilfe für DHH, 1x pro Monat in Kiel-Wellingdorf ab sofort gesucht ☎ (0172) 4010970

Putzfrau (m. Anmeldung) gesucht. ☎ (0 431) 3 801 377

ARBEITSGESUCHE

Gärtnermeister
übernimmt Gartenarbeiten jeder Art. **Baumfällung**, Stubben fräsen, **Büsche & Hecken** schneiden inkl. Abfuhr oder **Schreddern**, Pflasterverlegung, Zäune ziehen, Gartenneuanlagen sowie Carports, Gartenhäuser & Schuppen aufbauen.
Rollrasen „Kieler Rolle“ & Rasenmähroboter.
B. Wackernagel, ☎ 04340/9826
info@botanica.sh, www.botanica.sh

Erd- u. Pflasterarbeiten
führt aus
Koechly GmbH & Co. KG
Hüttenkamp 2b • 24536 Neumünster
Tel. 0 43 21 / 9 97 80 • Fax 99 78 22

Boden- und Parkettleger - Schleifen von Parkett Fa. Neve, Tel. 0177/2805321

Friesenwälle! 0431/5332711

Gartengestaltung Kern
führt fachgerecht und preiswert aus: Gartenpflege, Rasenneuanlagen, Hecken- u. Baumschnitt, Baumfällung inklusive Abfuhr, Pflasterarbeiten, Baggerarbeiten, Zaunanlagen, Winterdienst.
Alles mit kostenloser Beratung!
25 Jahre KERN
24229 Kiel-Dänischenhagen
Teichkoppel 30
Tel.: 0431/ 14 16 4
www.gartenbau-kern.de

EXPRESS – KOSTENLOS, INFORMATIV, GUT
www.kielerexpress-online.de

Vom Maler enttäuscht?
Malermeister berät umfassend und arbeitet zuverlässig. Malermeister Sirko Dobke
04348/91 36 48 + 0173/6 11 10 16

Obstbaumschnitt! 0431/5332711

Dachdeckerei Lars Schäning
zuverl.+günstig ☎ 0431/31821 54

Fa. Lauer Meisterbetrieb übernimmt kleinere Abrissarbeiten, Rodungsarbeiten inkl. Entsorgung **Tel. 0431/ 9976559 oder lauerundgarten@gmail.com**

Maler su. Job, ☎ 0177/4135831

Heckenschnitt inkl. Abfuhr
Fa. 0431 / 32 22 09

Dachdeckerei preisgünstig!
☎ 0431/7759450

Bei Antworten auf Chiffre-Anzeigen bitte immer die Chiffre-Nummer auf dem Umschlag vermerken!

Profi-Heckenschnitt.
☎ (01522) 540 70 14

Gartenarbeiten und Baumfällen, Heckenschnitt mit Entsorgung ☎ 0431/79949686

Fa. Roland Lauer Meisterbetrieb führt aus: Bäumefällen, Knickpflege, Baum- und Strauchschnitt, inkl. Abfuhr. Winterdienst. **Tel. 0431 /9976559 oder lauerundgarten@gmail.com**

Erf. Maler/Parkettleger sucht Arbeit 0431/5352278

Erfahrener Dachdecker sucht Arbeit. ☎ 0151/1090 7012

Fensterputzer, 015 736 631 451

Ich biete Pflegehilfe und /oder Haushaltshilfe an, gerne im Bereich Belvedere 015566 059 637

Abbruch & Entkernung
Fa. Kern ☎ 0431/14 16 4

Gartenarbeiten aller Art mit Baumfällung 0163/2079571

GARTEN- & LANDSCHAFTSBAU
Roland Lauer Meisterbetrieb
Garten Neu- und Umgestaltung, Gartenpflege, Tiefbau-, Pflasterarbeiten, Zäune, Kellerwandisolierung, Holzterrassen, Carport, Rollrasen, Winterdienst
☎ 0431/997 65 59
lauerundgarten@gmail.com

Schleifen und Verlegen von Parkett und Dielen + Laminat, www.janneck-kai.de Tel. 0160/94773232

Malermeister nimmt noch Aufträge an Tel. 0431/16073748

Heckenschnitt, Bäume fällen mit Entsorgung ☎ 0 152/ 59 119 999

Dacharbeiten aller Art, wie Dachreinigung ☎ 0163/2079571

EXPRESS – SCHNELL DAS RICHTIGE FINDEN
www.kielerexpress-online.de

Malermeister N. Gliese
Sie suchen Kompetenz & Qualität?
0176/68489455 + 0431/28943030

Bäume fällen, Heckenschnitt
☎ 04340/9443 Fa. Arndt

ANKAUF

Kaufe alte Möbel, Ölbilder, Münzen, Gold-, Silber-, Modeschmuck, dän. Teakmöbel, Alt- und Zahngold, Tafelsilber, Porzellan, Uhren, Pelze, Nachlässe, Militaria 1.+2. Weltkrieg
Kiel 0171 / 368 36 80

Porzellan Figuren und Service, Schiffsmodelle, Gemälde und Bestecke und andere schöne Dinge. Thomas. 0173 2 11 02 74 oder 0431 7 85 85 69

Achtung! 1. und 2. Weltkrieg, kaufe Orden, Abzeichen, Uniformen, Fotos, Helme, Dolche usw. zum Höchstpreis, Kiel. 0171/5213008

Suche und Kaufe Werkzeuge. Auflösung mögl. 0174/3449302

XXXLutz BRÜGGE
MEGA Tage
Nur bis Samstag **02.** November

XXXLutz Gutschein **250 €** 2) + S)
bei Kauf ab **1.000 €**
zusätzlich
Hauspreis mindestens 40% unter UVP 1) + S)
Gutschein nur gültig in unseren Filialen, bis 02.11.2024.

XXXLutz Gutschein **500 €** 2) + S)
bei Kauf ab **2.000 €**
Gutschein nur gültig in unseren Filialen, bis 02.11.2024.

XXXLutz Gutschein **1.000 €** 2) + S)
bei Kauf ab **4.000 €**
Auf viele Artikel. Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

IN **ALLEN** ABTEILUNGEN
15% 3) + S)
Exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber
XXXL Taschen-Aktion
AUF FAST **ALLE**
☑ Gardinen ☑ Leuchten ☑ Heimtextilien ☑ Baby-Exklusivmarken ☑ Haushaltswaren & Accessoires

XXXLutz dodenhof Kaltenkirchen | Auf dem Berge 1 | 24568 Kaltenkirchen | Tel.: (030) 25549558-0 | Öffnungszeiten: Mo.-Sa. 10.00-19.00 Uhr | kaltenkirchen@xxxlutz-dodenhof.de

XXXLutz Neumünster | BAB Neumünster Mitte | Freesenburg 8 | 24537 Neumünster | Tel. (030) 25549256-0 | Öffnungszeiten: Mo-Fr. 10.00 - 19.00 Uhr, Sa. 9.00 - 18.00 Uhr | info.neumuenster@xxxlutz.de

ILDE44-4-e Für Druckfehler keine Haftung. Im Online Shop wird immer der beste Endpreis angezeigt (mit „Aktion“ gekennzeichnet) - unabhängig jeglicher Rabattaktionen. Marktplatz-Verkäufer/Drittanbieter sind von allen Aktionen ausgenommen. Die XXXLutz Möbelhäuser, Filialen der BDSK Handels GmbH & Co. KG, Mergentheimer Straße 59, 97084 Würzburg. 1) Auf den UVP bei mit „Hauspreis“ gekennzeichneten Artikeln. Ausgenommen: siehe S). Gültig bis mindestens 02.11.2024. 2) Gültig bei Neuaufträgen für Möbel, Küchen und Matratzen, Haushaltswaren & Accessoires, Heimtextilien, Leuchten, Gardinen, Teppiche, Babyzimmer sowie die Baby-Exklusivmarken Jimmy Lee, My BabyLou, Avelia und Patinio. Im Möbelbereich auf mit „Aktionsrabatt“ gekennzeichnete Artikel. Ausgenommen: siehe S). Soweit anwendbar, Kombination mit dem „Hauspreis“ möglich, darüber hinaus keine weiteren Konditionen möglich. Gutschein gilt nur in unseren Filialen. Pro Einkauf und Kunde nur ein Gutschein einlösbar. Gültig bis 02.11.2024. 3) Exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber auf Haushaltswaren & Accessoires, Gardinen, Leuchten, Heimtextilien sowie die Baby-Exklusivmarken Jimmy Lee, My Baby Lou, Avelia und Patinio, die in die Tasche passen. Ausgenommen: siehe S). Bei XXXLutz Schulenburg keine Baby-Artikel platziert, aber bestellbar. Bei XXXLutz Schulenburg in Flensburg, Blankenburg und Goslar keine Teppiche platziert, aber bestellbar. Soweit anwendbar, Kombination mit dem „Hauspreis“ möglich, darüber hinaus keine weiteren Konditionen möglich. Pro Einkauf und Kunde nur ein Gutschein einlösbar. Gültig bis 02.11.2024. Einkaufstasche „XXXL Shopping Bag“, ca. 53 x 40 x 22 cm (83500010) für 1,- € erhältlich. S) Gültig bei Neuaufträgen. Ausgenommen: Artikel in dieser Werbung, in der Ausstellung als „Bestpreis“/„Bester Preis“ gekennzeichnete Artikel, Blomus, Boxxx, Depot, JAB, Joop! Teppiche, Leifheit, Musterring, Paidi, Soehnle, Tilo, Tom Tailor Teppiche und Vorwerk, bereits reduzierte Ware, Saisonartikel, Badzubehör, Elektro-Kleingeräte, Gutscheinkauf und Bücher. Keine Barauszahlung.

FINDE DEINEN TRAUMJOB IM NORDEN. KÜSTENFISCHER.DE
#traumjobimnorden
EIN ANGEBOT DER Kieler Nachrichten Segeberger Zeitung

LiKE
Leben in Kroog und Elmschenhagen

Seniorenеinrichtungen
Probewohnen mit Hotelcharakter
für 1200,- € verwöhnen wir Sie vier Wochen in
Kiel-Mitte: Andreas-Gayk-Haus, Tel.: 0431-260140
Kiel-Hassee: Prof. Weber-Haus, Tel.: 0431-6481976
Wir sind Montag ab 8 Uhr für Sie erreichbar.
KIELER STADTKLOSTER
1 2 5 7
Menschlichkeit ist unsere Stärke! www.stadtkloster.

Immobilien-Verkauf kann so einfach sein.
OstseeMakler
Gutschein
für eine kostenlose Immobilienbewertung
Gettorf, Mühlenstraße 7
www.ostseemakler.de T (04346) 363 988 - 0

DER FAHRRAD PARTNER
André Meinlschmidt
Öffnungszeiten:
Mo., Di., Do., Fr.: 9.30-18.30 Uhr
Mitt., Sa.: 9.30-13.00 Uhr
Kieler Weg 182, 24145 Kiel
Telefon: 04 31 - 7 09 89 16

Schöne Bäder · Moderne Heizungen
LISCHEWSKI GmbH
VERSORGUNGSTECHNIK
Ihr Vaillant Kompetenzpartner
Ellerbeker Weg 64-66, 24147 Kiel
Tel.: 0431-781216 · Laboe 04343-4 24 90 30
E-Mail: info@lischewski.de
www.lischewski.de
Vaillant Kompetenzpartner. Ausgezeichnet.

AUTOMEISTER
Wilhelm Spahr KG
Reparatur- und Reifenservice
für alle Fahrzeugmarken und -typen
Tel. (04 31) 66 88 00
AUTOMEISTER
Wilhelm Spahr KG
Preetzer Straße 302 · 24147 Kiel
Fax (04 31) 78 15 72
E-Mail: info@automeister-spahr.de

GUT BERATEN – GELD GESPART
TOP PREISE
Apotheke Am Bebelplatz
Bebelplatz 11 • 24146 Kiel
Telefon: 0431 / 78 17 18 • Fax: 0431/78 17 11
E-Mail: hello@bebelplatz-apotheke.de
Unsere Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 8.30 – 18.30 Uhr
Sa. 9.00 – 13.00 Uhr
Hansa Apotheke
Langer Rehm 22 • 24149 Kiel
Telefon: 0431 / 288 90 • Fax: 0431/20 53 77
E-Mail: hello@hansa-apotheke-kiel.de
Unsere Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 8.00 – 19.00 Uhr
Sa. 8.00 – 14.00 Uhr
www.hansa-apotheken.de
-39% 21,18 €*** 13,49 € Voltaren Schmerzgelforte 2,32% Gel*, 100 g
Bei Jugendlichen über 14 Jahren und Erwachsenen: Zur lokalen, symptomatischen Behandlung von Schmerzen bei akuten Prellungen, Zerrungen oder Verstauchungen in folge eines stumpfenTraumas, z. B. Sport- und Unfallverletzungen.
-35% 16,99€*** 10,99 € WICK MediNait Erkältungssirup für die Nacht*, 90 ml
Zur symptomatischen Behandlung von gemeinsam auftretenden Beschwerden wie Kopf-, Glieder- oder Halsschmerzen, Fieber, Schnupfen und Reizhusten infolge einer Erkältung oder eines grippalen Infekts.Enthält 18 % Vol.-Alkohol.
-40% 9,97€*** 5,99 € PROSPAN® Hustenliquid*, 100 g
Löst den Schleim und lindert den Hustenreiz. Zur Besserung der Beschwerden bei chronisch-entzündlichen Bronchialerkrankungen; akute Entzündung der Atemwege mit der Begleiterscheinung Husten.
Gültig vom 01.11.2024 bis 30.11.2024
15% RABATT
Auf einen Artikel Ihrer Wahl. Nur ein Gutschein pro Person. Dieser Gutschein ist nicht kombinierbar mit anderen Rabattaktionen. Die prozentualen Ersparnisse beziehen sich auf die Altpreise der Hansa Apotheke und der Apotheke am Bebelplatz. Ausgenommen sind verschreibungspflichtige Medikamente und Zuzahlungen.
Preisgarantie¹
Sollten Sie einen rezeptfreien Artikel aus unserem aktuellen Flyer in einer anderen Vor-Ort-Apotheke günstiger angeboten bekommen, erhalten Sie bei uns den gleichen Preis gegen Vorlage des Werbeangebots dieser Apotheke.
Ausgenommen sind verschreibungspflichtige Arzneimittel, die in Apotheken in Deutschland einen einheitlichen Abgabepreis haben und der Buchpreisbindung unterliegende Bücher.
MIT UNSEREN BONUS-TALERN ZAHLT SICH IHRE TREUE AUS!
Sprechen Sie uns gerne an.

Die gefilzte Kiel-Maus gehört zu den beliebten Waldhof-Produkten. Sie gibt es in den verschiedensten Ausführungen als Koch, Matrose, Feuerwehrfrau oder zum Schulanfang.
FOTOS: MARIE-CHRISTIAN-HEIME

Liebevoll Handgemachtes

Marie-Christian-Heime laden zum Waldhofbasar am 9. November ein

KROOG. Die Herbststimmung bei einem Bummel genießen und dabei gleichzeitig schon an Weihnachten denken? Das lässt sich beides beim Waldhofbasar der Marie-Christian-Heime verbinden. In diesem Jahr findet der traditionelle Markt am Sonnabend, 9. November, von 12 bis 17 Uhr in Kroog statt. Der Eintritt ist frei.

Alljährlich lockt der Basar mehrere tausend Menschen aus Kiel und der Umgebung auf den Waldhof im Rönner Weg 75. Kein Wunder, denn zum einen lädt das weitläufige Gelände am Rönner Forst zum gemütlichen Bummel durch die herbstliche Natur ein. Zum anderen lassen die heimeligen Cafés und Teestuben auf dem Waldhof-Gelände mit ihrem Angebot aus leckeren hausgemachten Torten, Waffeln und Crépes und die Küche sowie die Wohnbereiche, in denen vielfältige regionale und saisonale Leckereien wie Grünkohl, Rübenmus, Kürbissuppe, Chili con Carne, Grillwürstchen sowie weitere traditionelle Köstlichkeiten serviert werden, keine kulinarischen Wünsche offen. Selbstgebackene Kekse in vielen Variationen und andere hausgemachte Köstlichkeiten hat die Cafeteria vorbereitet. Die Kindertagesstätten auf dem Gelände laden zu selbstgemachten Torten und Kuchen in die Kultur- und Begegnungsstätte ein.

Natürlich gibt es auch die liebevoll und individuell gefertigten künstlerisch-handwerklichen UNIKATE aus den Werkstätten des „ManuFact“, dem UNIKAT und von Dütt & Datt zu sehen und zu kaufen. Wer schon auf der Suche nach Mitbringseln und Geschenken zu Weihnachten ist, wird beim Basar sicherlich fündig. Die Besucherinnen und Besucher erwartet eine riesige Auswahl von Produkten, die in den Werkstätten der diakonischen Einrichtung für Menschen mit einer seelischen und/oder geistigen Behinderung sowie im Arbeits- und Beschäftigungsbereich ManuFakt von Hand gefertigt wurden.

Mit dabei sind Unikate unter anderem aus der Kreativwerkstatt, der Schneiderei und Weberei, der Töpferei, der Holzwerkstatt, der Metallwerkstatt und anderen mehr.

Für Spannung ist auf dem Basar mit einer großen Tombola mit vielen attraktiven Preisen gesorgt. Außerdem erwartet die Besucher ein Bücherflohmarkt.

Auch für Kinder hat das Waldhof-Team wieder eine Menge vorbereitet: Mit vielen Aktionen wie Kerzenziehen, einem Spaziergang mit den Eseln vom Eselhof Hüsby oder Stockbrot backen wird sicherlich keine Langeweile aufkommen. Auf dem großen Spielplatz kann getobt, geklettert und geschaukelt werden. Für die Kleinsten gibt es einen Still- und Wickelraum auf dem Gelände.
Aufgrund der hohen Besucherzahlen in den vergangenen Jahren beginnt der Basar bereits um 12 Uhr, damit allen ein entspannter Rundgang über den Basar ermöglicht wird. Die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln wird empfohlen. Weitere Informationen unter www.marie-christian-heime.de

Auf dem Basar gibt es handgemachtes Geschirr und andere Unikate aus den verschiedenen Werkstätten und Arbeitsgruppen.

Adventskalender-Aktion im Familienzentrum

ELMSCHENHAGEN. Was wäre das Warten auf den Weihnachtsmann ohne Adventskalender? Wer immer nur für andere die 24 Kalender-Türchen befüllt, hat jetzt die Chance, selbst einmal überrascht zu werden. Das Familienzentrum Elmschenhagen, Lechweg 59, lädt zu einem Mitmach-Adventskalender ein. Die Idee dahinter: Jeder der 24 Teilnehmenden übernimmt ein Türchen. Die Nummern verteilt das Familienzentrum. Die eigene kreative Idee wird dann insgesamt 24 mal umgesetzt, in kleine Tütchen verpackt und mit der Nummer versehen. Am Ende erhält jeder Teilnehmer 24 unterschiedliche Überraschungen. Bis zum 19. November müssen die Tüten in einem Schuhkarton im Familienzentrum im Lechweg abgegeben werden. Ab dem 28. November können die Adventskalender abholt werden. Die Anmeldung und Nummernvergabe läuft bis zum 17. November unter Tel. 0431/2402965 oder per Mail unter Familienzentrum.Ehagen@altholstein.de

Trinitatisgemeinde diskutiert über die Zukunft

ELMSCHENHAGEN. Wie sieht die Zukunft der Trinitatisgemeinde aus? Wie werden sich die Standorte entwickeln? Über diese Fragen will die evangelische Gemeinde am Sonntag, 3. November, mit ihren Mitgliedern im Gemeindesaal der Stephanuskirche, Allgäuer Straße 1, diskutieren. Das Team möchten erste Überlegungen vortragen und diskutieren – und freut sich auf eine rege Teilnahme. Vorab gibt es ab 11 Uhr einen Gottesdienst mit Pastor Georg Alexy unter Mitwirkung des Trinitatis-Chores und

Gesprächsangebot am Weltmännertag

ELMSCHENHAGEN. Männer – glücklich und gesund in schwierigen Zeiten?“ Dieser Frage wollen Interessierte am Weltmännertag, 3. November, bei einem Gesprächsnachmittag in der Kulturstation Toweddern, Hultschiner Straße 43, nachgehen. Krisen und Unsicherheiten in der Welt nehmen zu und machen vielen Männern zu schaffen. Doch wie kann Mann trotzdem gut drauf sein – und das auch bleiben? Ab 15 Uhr ist der Kieler Psychotherapeut Johannes Vennen zu Gast bei der Kulturinitiative Elmschenhagen und gibt praktische Antworten auf viele Fragen. Als erfahrener Männertherapeut zeigt er Wege auf, wie Männer sich wappnen können, um mit positiver Energie durch herausfordernde Zeiten zu gehen. Dabei stützt er sich auf die Prinzipien der Positiven Psychologie – einer Wissenschaft, die sich damit beschäftigt, wie Männer ihre Stärken nutzen und ein erfülltes Leben führen können. Er gibt konkrete Tipps und erklärt bewährte Strategien aus seiner Praxis. Zu dem Nachmittag sind nicht nur Männer eingeladen, auch deren Partnerinnen sind willkommen. Der Eintritt ist frei, ein Hut geht rum. Weitere Infos gibt es bei der Kulturinitiative Elmschenhagen unter kulturinitiative-elmschenhagen.de

Der Friedhof Elmschenhagen bietet auf 14 Hektar Parkanlage einen Ort der Erholung und Ruhe sowie der Einkehr und des Gedenkens an die Verstorbenen. FOTO: JÜRGEN SCHINDLER

Der Friedhof Elmschenhagen

Ort für Spaziergänge und stilles Gedenken

ELMSCHENHAGEN. Die Bäume auf dem Friedhof Elmschenhagen färben sich bunt, Blätter rascheln beim Gehen entlang der Alleen, Ruhe kehrt ein. Beim Spaziergang durch den sage und schreibe 14 Hektar großen Park zeigt sich der Herbst von seiner schönen Seite.

Schon gut 150 Jahre ist es her, dass in unmittelbarer Nähe zur Maria-Magdalenen-Kirche die erste Beerdigung stattgefunden hat. Ein Gedenkstein erinnert daran. Aus dieser Zeit existieren sonst nur noch wenige Grabmale. Gleich an der Kapelle stoßen die Besucher auf kunstvolle Steine und auf die Statue eines jungen Mädchens, das versonnen auf einem Sockel sitzt.

Apropos Kapelle: Das ursprüngliche Gebäude wurde im Zweiten Weltkrieg zerstört. Die heutige Thomaskapelle ist 1950 eingeweiht und in den 1970er-Jahren erweitert worden. Aus dem Zweiten Weltkrieg zurückgeblieben sind die Bunker unter dem Friedhof. Für bis zu 2500 Menschen dienten die Gänge damals als Schutz vor den Bombenangriffen der Alliierten. Heute hausen dort vor allem Fledermäuse.

Der Friedhof ist natürlich aber auch Ort der Ruhe, der Einkehr und des Gedenkens an die Verstorbenen. Am Volkstrauertag, **Sonntag, 17. November**, wird der gefallenen deutschen Soldaten des Ersten Weltkriegs und der Opfer von Krieg, Gewaltherrschaft und Terrorismus gedacht. Die evangelisch-lutherische Trinitatisgemeinde lädt aus diesem Anlass ab 11 Uhr zu einer Andacht in die Friedhofskapelle Elmschenhagen ein.

Am **24. November** (Ewigkeitssonntag) um 11 Uhr ist Gottesdienst in der Maria-Magdalenen-Kirche mit Pastorin Inga von Gehren und dem Trinitatis-Chor. Die Gemeinde gedenkt der Verstobenen des vergangenen Kirchenjahrs.

Bühne frei: Open Stage in der Kulturstation

ELMSCHENHAGEN. „Bühne frei“ heißt es am 22. November, ab 19.30 Uhr in der Kulturstation Toweddern, Hultschiner Straße 43. Wer Lust hat, sich auf der Open Stage vor Publikum zu präsentieren, kann sich bei der Kulturinitiative Elmschenhagen melden. Der Eintritt ist frei, für die Künstlerinnen und Künstler geht der Hut rum. Weitere Infos und Anmeldungen unter info@toweddern.de

Neues Angebot im Lebensraum

Adventgemeinde bereichert Elmschenhagen mit ihrem Programm

ELMSCHENHAGEN. Seit zwei Jahren ist die Adventgemeinde in Elmschenhagen zu Hause. Der Neubau in der Preetzer Straße ist bezogen, nun geht es darum, den neuen Lebensraum mit Angeboten zu füllen. Mit drei Schwerpunkten will die Gemeinde das kulturelle und soziale Leben in Elmschenhagen bereichern.

„Wir sind aus der Waitzstraße nach Elmschenhagen gezogen“, sagt Anja Englert von der 1912 in Kiel gegründeten Freikirche der Siebenten-Tag-Adventisten, so der vollständige Name der Adventgemeinde. In der Preetzer Straße 315 hat die Gemeinde einen barrierefreien Neubau errichtet und vor rund einem Jahr bezogen. „Seitdem sind wir dabei, uns zu vernetzen und unseren Platz im Gefüge des Stadtteils zu finden.“ Denn die neuen Räume sind nicht nur für die Mitglieder der evangelischen Freikirche gedacht, sondern auch für Angebote, die in den Stadtteil hineinwirken. Welche das sein könnten, darüber haben sich Anja Englert und ihr Mann Edgar Machel zusammen mit einer Arbeitsgruppe Gedanken gemacht. „Wir haben ein Programm für unseren ‚Lebensraum‘ entwickelt.“

Mit den Bereichen Lebenstreff, Lebensthema und Lebensart hat das Team drei Schwerpunkte ausgemacht, die sich vielfältig mit Inhalten füllen lassen. „Beim Lebenstreff geht es um lebenspraktische Dinge dazu gehört zum Beispiel der Workshop ‚Arbeiten mit Leder‘ (30. Oktober, 6. und 13. November, jeweils 18 Uhr) oder der Kursus ‚kreatives Nähen‘, der am letzten Mittwoch des Monats jeweils um 16 Uhr stattfindet“, sagt Anja Englert. Unter dem Stichwort Lebensthema werden Vorträge und Coachings zu finden sein. Anja Englert bietet hier unter anderem ein kostenloses Lebenshilfe-Coaching „Chaos im Leben – wir sortieren gemeinsam“ an. Termine gibt es auf Anfrage. Bei Lebensart dreht sich alles um das Thema Kultur und Kunst. Dazu gehört zum Beispiel der Reisevortrag „Der Balkan“ am 30. November, ab 19 Uhr oder das gemeinsame Adventssingen am 14. Dezember ab 16 Uhr in der Preetzer Straße 315. Dort finden auch jeden Sonnabend ab 10 Uhr die Gottesdienste der Adventgemeinde statt. Alle weiteren Infos zu den Terminen und Anmeldungen gibt es per Mail unter lebensraum.kiel@gmail.com

In der Preetzer Straße 315 hat die Adventgemeinde einen barrierefreien Neubau errichtet. FOTO: ADVENTGEMEINDE

LiKE Leben in Kroog und Elmschenhagen

Sie möchten Ihr Unternehmen in einer der kommenden Ausgaben des **LiKE** mit einer Anzeige präsentieren?

Dann rufen Sie uns gerne an: **Jörg Reese,** Medienberater Telefon **0431/903-2526** oder schreiben Sie eine E-Mail an **joerg.reese@kieler-nachrichten.de**

Bosch Car Service
FÜR IHR AUTO TUN WIR ALLES!
Paulus Technik GmbH & Co. KG
Tel. 0431/7800-0
info@paulus-kiel.de
www.paulus-kiel.de
BOSCH Service
Eberspächer Webasto

Care-Team Kiel
Ihr ambulanter Pflegedienst

Bürgermeister-Drews-Str. 16
24119 Kiel-Kronshagen
Tel.: 0431-54777143
Landecker Weg 51a
24147 Kiel
Tel. 0431-66877600
e-mail: info@care-teamkiel.de
www.care-teamkiel.de

STEILDACH
FLACHDACH
PHOTOVOLTAIK
VELUX® PARTNERBETRIEB
Dachdeckerei PIRCH
Preetzer Chaussee 138 · 24146 Kiel-Elmschenhagen
neben der Central Apotheke
Tel. 04 31/7 99 60 49 · www.dachdeckerei-pirch.de

Das Beste für Ihre Augen
das Beste für Ihr Sparschwein
100 % Qualität
Keine Gebühren
Null Zinsen
– garantiert -

UNSER BRILLEN ABO
OPTIK ERBEN
24146 Kiel-E‘hagen - Bebelplatz 9 - 0431-787271

Howe-Fiedler-Stiftung
Die Stiftung für Kieler. Mehr Lebensqualität im Alter.
Sie benötigen Unterstützung?
• Sie sind über 65 Jahre
• Sie wohnen in Kiel
• Sie sind finanziell eingeschränkt
• Sie fühlen sich allein
Bitte melden Sie sich unter
Telefon 0431 53 00 70 25
post@howe-fiedler-stiftung.de
www.howe-fiedler-stiftung.de

guttau® Immobilien pflegen. Werte erhalten.
0431-78 05 80
www.guttau.de · info@guttau.de
Abschleifen und Versiegeln von Fußböden
Büro-, Laden- und Fassadenreinigung
Teppich- und Polsterreinigung
Bauschluss- und Grundreinigung
Hausmeisterservice und Winterdienst
Glas- und Rahmenreinigung
Brand- und Wasserschadensanierung
Gebäudesanierung, Aktenvernichtung

Ankauf schlichter dänischer Teakmöbel, 60er J., Einzelstücke oder Kompletteinrichtung, von Privat gesucht. ☎ 0171/7628888

Briefmarken, Sammlungen aus Nachlass, Räumung - Erbe von Sammler ges., ☎(0173) 2745793

Alte Orden v. 1800 - 1945 und - Militärsachen von privat gesucht. Kein Händler, komme mit aktuellem Bewertungskatalog. ☎ (0163) 890 53 11

Modelleisenbahn ges. alle Gr. u. Hersteller. ☎ (04 326) 980 076

Suche 5/10 DM Münzen / Olympia 1972 / Sammlungen gesucht / Umschlagsthaler / Briefmarken / Ich freue mich auf Ihren Anruf. N. Kröning ☎ 0 17 22 02 59 35

Ferngläser, optische Geräte, Armbanduhren, Fotoapparate kauft ☎ 0431/242122

Münzen, Banknoten, Briefmarken von Sammler gesucht. ☎ 04347/9286

Kaufe Paletten, zahle bar! Tel. 0177/6878178

SCHALLPLATTEN - alle Formate v. pr. gesucht ☎ 01 51 68 56 34 93

VERKAUF

TREPPENLIFTE
Tel. 0431/70 99 50, www.green-kiel.de

Velux
Dachdeckerei Pirch
Tel.: 68 23 17 oder 799 60 49

Teddystoffe / Steiff und Zubehör zu verkaufen. ☎ (04 340) 1 471

Orig. Schottenrock, grau-kariert, neu, Gr.40/42, 45€. 04344-5503

Verkaufe Leichtgewichts-Rollstuhl, nicht elektrisch, nagelneu, noch nie gebraucht, NP 500€ für 300€ VB, ☎ (0 431) 289 321 18

Miele Trockner, Geschirrsp., WaMa, à 150€, ☎04347/4560

Brillantringe von Privat zu verkaufen. ☎ (04 340) 1 471

Strandkorb, grün-weißer Bezug, 150,- €, 22 "Was ist was"-Bücher f. Kinder, zus. 10,- € ☎ 0157/72900529

Hochwert. Magnetfeldsystem geg. Schmerzen, 2 Geräte, f. 299€ u. 1890€, zu verk. ☎ 0177/6727200

TV-HIFI-VIDEO

Sony Sat. Surround Lautspr. System akt., 75€; Pioneer VSX 407 RDS Stereo Surround Receiver, 85€; Human HD+ Receiver 45€ + Karten-Rec. ☎ 0431/7197578

ANTIQUITÄTEN

Vk. 1000 Klassik-LP's, hochw., Ladenwert 9.000€ (VHB), Liste verlangen ☎ 0157/34523033

COMPUTER, ZUBEHÖR

Computerprobleme? ☎ 6409327

Mit meinem PC geh ich zu TSP oder TSP kommt zu mir. 0431/3643510, www.tsp-it.de

VERLOREN/GEFUNDEN

Reisepass (A17390455), Mohammed Salih Shaimaa Ahmed M. Salih, geb. am 11.01.87 im Irak, am 21.07.24 verloren ☎ 0174/6283627

Reisepass verloren, Naz Nayal Kanaan, Pass-Nr.: G2449244, geb. am 9.11.2006 im Irak, ☎ 0176/32213352

UNTERRICHT

Oberstudienrätin im Ruhestand gibt Nachhilfe in Englisch, auch zur Vorbereitung auf MSA und Abitur. Raum Süd-Kiel ☎ 0151/75085849

BEKANNTSCHAFTEN

Ich, weibl., 73, stelle hier die Frage: "Gibt es noch irgendwo einen Mann bis 75 J., der die 3 L's genauso liebt wie ich?" Ich möchte mich gern noch einmal verlieben, ohne das man mir wehtut. Wenn du dich angesprochen fühlst, dann melde dich bitte. Eine Antwort mit Bild wäre schön, aber keine Voraussetzung. Wenn nicht jetzt, wann dann? Auf was wartest du noch? ✉ Z 231 993

Welche nette, ältere Dame - aus Eckernförde - kann meinem Bruder (77 J., mit Hund) wieder neuen Lebensmut schenken? Kein Sex. ✉ Z 231 704

Wenn Du toller M., um 70 J./ 1,80 m auch ohne Sex leben kannst, dann trau dich und melde dich bald bei ebensolcher Frau in Kiel unter rudrani@t-online.de

Gut erhaltender, attraktiver, schlanker, niveauvoller Er, Bi, sucht ein aufgeschlossenes Paar, gerne auch Alter für traumhafte, prickelnde Momente und Stunden zu dritt. Diskretion ist selbstverständlich, finanzielles Interesse ausgeschlossen. Nur Mut! Meldet euch unter: 0162/3484948 oder schriftlich unter: ✉ Z 231 986

Ich, weibl., 59 J., mit noch nicht abgelaufenem Haltbarkeitsdatum, suche Ihn, aufgeschlossen, für alle schönen Dinge des Lebens. Angebote unter: ✉ Z 231 801

Lust auf neue Leute? Wer (ü45) hat auch Lust auf Spielen, Schnacken und bunte Freizeitaktivitäten? :) SMS / WhatsApp 01520/1948823

Keiner muss alleine sein, Single-Treff, 66+, mobil mit PKW, NR, suchen Verstärkung. ☎ 0179 - 6039938

Seriöser Er sucht sie für schöne Sextreffen. ☎ (0151) 12 300 650

Ich, m 71 bin seit 20 Jahren alleinerziehender Vater. Jetzt zieht mein Kind aus. Um nicht in der Zukunft ganz allein zu sein, suche ich auf diesem Weg eine weibliche Person, die mehr Wert auf ein harmonisches Zusammensein als auf körperliche Nähe legt. Alles braucht seine Zeit, gerne auch Immigrantin. ✉ **Z 232 136**

Moin moin,
wer hat Lust, unsere -noch- kleine Freizeitgruppe (Mitte 40 bis Ende 50) zu verstärken ? :-) Wenn ihr auch Lust habt auf Kino, Theater, Essen gehen, DVD/Bluray, Austellungen, Cafe`s, Bowlen usw., meldet euch . WA 0151/41203459

Dauerhafte Bettbez. gesucht! Er, 52J., 1,72m, 71 kg, schlk., kurze, dunkelbl. Haare, ledig, Single, aus Kiel, liebevoll, respektvoll, mit Herz & Humor, sucht Dich, weibl., Single, zw. 35 - 55J., für eine dauerhafte, sexy Bettbez. (o. f. I.) bei mir oder bei Dir. WhatsApp/SMS ☎ (0173) 81 788 38

Er sucht sie,zum Sex (alter egal) in Kiel ☎ 01 57 38 09 43 40

Welche Frau möchte mit mir, M61, an einem Advent essen gehen? ☎ 0162/8912917

ER 63/1,78 sucht Tanzpartnerin für Grundkurs in Kiel. Whats App 0178/6911838

Er, 59 J., sucht dominante Frau. ☎ 0176/63247709

PFANDHAUS NORDSTERN
GOLD UND SCHMUCK ANKAUF SOFORT BARGELD

Wir kaufen, beleihen und verkaufen:

SCHMUCK
Gold-, Silber, Brillantschmuck und Uhren

EDELMETALLE
Gold- und Silbermünzen, Bruchgold, Silberbesteck, Zahngold, Edelmetalle allg.

ELEKTRONIK
Notebooks, Handys, Smartphones, Spielkonsolen, Fernseher, Kameras, etc.

RINGE
Trau- und Verlobungsringe, Individualanfertigungen

UHREN
Uhren aller Marken

AUTOS
Autos aller Fabrikate

BESUCHEN SIE UNS
Elsdorf-Westermühlen
Osterdahl 1 | Tel. 04332 - 991736
Rendsburg
Alte Kieler Landstr. 68 | Tel. 04331 - 7704530
Kiel
Exerzierplatz 8 | Tel. 0431 - 98265864 oder
24H Online https://pfandhausnordstern.com

Schlager singen mit Senioren, 66+, NR, Kiel Ost, suchen Verstärkung, ☎ (0179) 60 399 38

M., 73 Jahre, sucht genau Dich für eine gedeihliche Zweisamkeit. Bei gemeinsamen Urlauben Deutschland erkunden, gerne auch Fahrradtouren. Ich bin großer Freund von Nord- und Ostsee, Zuschriften bitte NUR MIT BILD ✉ Z 231 583

Ehemal. Schiffsoffizier, 77 J., Witwer, gut situiert, gepflegt, reiselustig, sucht ein nettes Gegenstück mit Humor und Lebensfreude. Freundliche Zuschrift an: ✉ Z 232 248

Rubensfrau 51J., 1,75m, viels. interessiert, lebenslustig, symp. sucht gr., ehrl. Mann ab 50 J. für Liebesbeziehung. ✉ Z 232 179

Netter Er sucht Frau für erotische Treffen. SMS ☎ 0151- 43517456

Suche Frau für schöne Stunden mit Massage ☎ (0173) 6 498 833

EXPRESS – IMMER GUT INFORMIERT
www.kielerexpress-online.de

KONTAKTE

Joy! ☎ (0174) 2006209

♥ Hausbesuche ☎ 0160/91555916

ZU VERSCHENKEN

Klavier von P. Schmidt & Sohn, aus Zeitz gegen Abholung in Mönkeberg zu versch. ☎ (0 171) 6 883 110

Essgeschirr, weiß, Goldrand, 38 Teile, ☎ (0 431) 583 406

VERSCHIEDENES

Hole kostenlos Flohmarktartikel von Privat ab! ☎ 0152/09430848

ENTRÜMPELUNG Besenrein! ☎ 0173-9250841

18.10.2024, 17:05 Uhr, RB84 Kiel - Lübeck. Suche die große Dame mit Humor. Sie lachten auch über den "Blumenmann" und sind in Bad Malente ausgestiegen. Darf ich Sie wiedersehen? ☎ (0160) 98027000

Bespreche Gürtelrose, Flechten, Haut, Nerven u.a. Krankheiten. 04347/909838 od. 0175/2025799

Wir holen gerne kostenlos Ihre Flohmarktarti kel und Kleidung ab ☎ 0172/6650351

Wer verschenkt Angelruten und Zubehör? ☎ (0151) 577 50 328

Erf. Kartenlegerin begleitet Sie in Umbruchzeiten u. Lebensfragen. ☎ 04342/308901

Zeugen gesucht! Unfall am 21.10. um ca. 16.45 Uhr. Schülperbaum Kreuzung Exerzierplatz. ☎ 0170/ 4728263 oder 0431/ 3740 200

Maritime Gesangsgruppe sucht Sänger und Akkordeonspieler ☎ (0 431) 72 15 04

Wem hat die Wüstenrot-B. die Bonuszinsen n. ausgezahlt? ✉ Z 232 016

Besprechen von Gürtelrosen, Warzen usw., 04342/308901

EU-Führerschein o. MPU, legal u. alle Klassen. 0152/57141651

E-Schrott u. Kabel gs. Kl 12802250

Entrümpeln Keller u. Bo. 12802250

HAUSHALTSAUFLÖ.

Haushaltsauflösungen & Entrümpelungen, Umzüge
Tel. 04335 / 37 39 631 • Mobil 0174/65 45 699

Entrümpelung! Besenrein zum Festpreis, Wertanrechnung mgl. **Fa. Thomas Graf • Umzug & Transport Mo.-Fr. 0431 - 18 00 20 • www.graf-umzug.de**

Entrümpelung!
MM-Transport-Kiel
Tel.: 04 31-28 97 92 92
Mobil: 01 76-31 77 47 26

Haushaltsauflösungen, Entrümpelungen, besenrein – zuverlässig + preiswert Inzahlungn. v. Möbeln/ Hausrat, Telefon 0431/671115 (Mo.–Fr.) Fa. M. Nuppenau, Umzüge + Möbeltransporte

Haushaltsauflösungen – Entrümpelung, erledigen wir gerne für Sie. ☎ 0160/94837215 www.klarschiffkiel.de

NAH – SCHNELL – INFORMATIV – KOSTENLOS – EXPRESS
www.kielerexpress-online.de

IMMOBILIEN ANZEIGEN

MIETGESUCHE

Zwei Studenten/Leistungssportler (Kader Segelsport) suchen 2-3 Zi-Whg. nahe Uni ca. 900€ warm, Einzugstermin flexibel möglich. Kontakt: heindlfromm@gmx.de

4-5-ZW, Blücherpl. & angrenzende Stadtteile von zuverlässiger Familie (Beamtin, unbefr. beschäftigt, 2 Kinder) gesucht, WM bis 2000€ ☎ 01 76 64 00 69 01

Ruh. 3 Zi.-Whg. im Raum Kiel von ält. Ehepaar, NR, ohne Kinder u. Tiere, ges. ☎ 04340 / 5150496

2-Zi.-Whg, 40-50 m², EBK, WM 550-650€ ges. ☎ 0151/44684555

Anzeige

Gesundheit aktuell

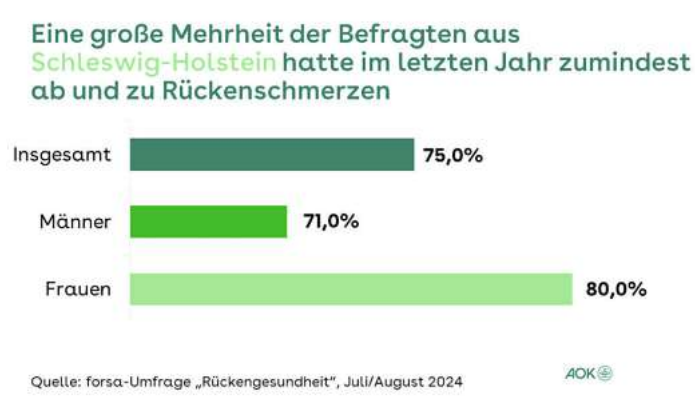
AOK-Umfrage: 75 Prozent der Bevölkerung in Schleswig-Holstein leiden unter Rückenschmerzen

Schmerzmittel reduzieren – mehr Bewegung in den Alltag bringen

KIEL. Eine große Mehrheit der Menschen in Schleswig-Holstein leidet unter Rückenbeschwerden. Das geht aus einer repräsentativen forsa-Umfrage im Auftrag der AOK NordWest hervor. Danach gaben 75 Prozent der befragten Bürgerinnen und Bürger an, im vergangenen Jahr zumindest ab und zu Rückenschmerzen gehabt zu haben. Ein Drittel der Betroffenen musste deshalb sogar einen Arzt aufsuchen und 19 Prozent häufig Schmerzmittel einnehmen, um ihren Alltag zu bewältigen. „Rückenschmerzen schränken die Lebensqualität erheblich ein. Um vorzubeugen, hilft nachweislich regelmäßige körperliche Aktivität“, sagt Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NordWest. Doch trotz dieses Bewusstseins gaben 60 Prozent der Befragten im nördlichsten Bundesland an, ihren inneren Schweinehund nicht überwinden zu können, um sich für ihre Rückengesundheit regelmäßig zu bewegen.

Das Kreuz mit dem Kreuz: Rückenschmerzen sind eine der häufigsten Volkskrankheiten. Nach einer aktuellen AOK-Umfrage leidet eine große Mehrheit der Menschen in Schleswig-Holstein darunter.

FOTO: COLOURBOX/AOK



Volkskrankheit

Rückenschmerzen gehören zu den bedeutenden Volkskrankheiten in Schleswig-Holstein. Insgesamt waren 857.000 Menschen im Jahr 2022 deshalb in ärztlicher Behandlung, das entspricht 29,2 Prozent und damit fast einem Drittel der Bevölkerung. Allein bei den Versicherten der AOK NordWest sind im vergangenen Jahr deshalb 798.153 Fehltage angefallen.

Schmerzen im unteren Rücken

Nach der aktuellen forsa-Umfrage leiden die Mehrheit der von Rückenschmerzen Betroffenen unter Rückenschmerzen im unteren Rücken beziehungsweise in der Lendenwirbelsäule oder dem Kreuzbein (83 Prozent). 46 Prozent der Betroffenen hatten Rückenschmerzen im Nackenbereich oder der Halswirbelsäule. Nicht immer erfordern Rückenleiden einen Besuch in der Arztpraxis und die Einnahme von Schmerzmedikamenten. Dies hängt meist von der Intensität der Schmerzen und den damit verbundenen Einschränkungen ab.

Risikofaktoren

Über die Risikofaktoren für Rückenschmerzen ist die Mehrheit der Menschen in Schleswig-Holstein sehr gut im Bilde: 94 Prozent sagen richtigerweise, dass Übergewicht die Rückengesundheit negativ beeinflussen kann. Ähnlich hoch ist mit 93 Prozent auch der Anteil, die die einseitige Sitzposition als korrekten Risikofaktor benennen.

Bewegung hilft: Das beste Mittel der Wahl

Was zur Stärkung des Rückens beiträgt, ist in der Bevölkerung weitestgehend bekannt. Der Umfrage zufolge wissen 98 Prozent der Befragten, dass regelmäßige Bewegung das beste Mittel für einen gesunden Rücken ist. Aber nur 54 Prozent der Befragten setzen diese körperliche Aktivität im Alltag um.

Probleme in der Umsetzung

Trotz des Wissens gelingt es vielen Menschen nicht, mehr Bewegung in ihren Alltag zu bringen. Nur 42 Prozent der Befragten kümmern sich ihrer Meinung nach ausreichend um ihre Rückengesundheit. „Die Gründe der Passivität sind vielseitig, aber mit Blick auf die Herausforderungen des Alltags auch ein Stück weit nachvollziehbar“, sagt Ackermann.

„Rücken? Mach ihn stärker!“

Laut AOK braucht es daher niedrigschwellige Trainingskonzepte.

Im Rahmen ihrer neuen Kampagne „Rücken? Mach ihn stärker!“ hat die Gesundheitskasse mit dem ‚AOK-Rückentrainer‘ ein entsprechendes Modul entwickelt. Die Trainingseinheiten stehen auch Nicht-Versicherten kostenlos im Internet zur Verfügung: aok.de/rueckentrainer.

VERMIETUNGEN

BIETE LAGERRÄUME ZW BAD SEGEBERG UND LÜBECK
Biete neuen Lagerraum von 6, 9 und 12 m², trocken, sauber, abschließbar, belüftet, mit Beleuchtung. Die Räume befinden sich in einer vollisolierten, neuen Halle. Die Räume haben bis zu 4,5 m hohe Decken.
11,-€ pro/m². Die Abrechnung erfolgt monatlich und NICHT alle 4 Wochen, wie es bei den ganzen Anbietern üblich ist. Verkehrsgünstige Lage zwischen Lübeck und Bad Segeberg. 5 min zur A20 und B432.
Keine Mindestlaufzeit und monatlich kündbar. Keine Strom- oder versteckten Kosten. Selbstverständlich täglich zugänglich.
Gerne direkt anrufen unter:
0176-61795441

Kl. Wohnung 1,5 - 2 Zi. v. Tischlermeister, 61 J. (v. Privat) in Kiel und Umgeb., zu mieten gesucht. Ich führe einen tierfreien, 1-Personen-NR-Haushalt, suche, eine Whg bis 650€ WM für ein dauerhaftes Mietverhältnis. Ich lebe in gesicherter wirtschaftl. Existenz, finanziell unabh., sowie in geordneten Verhältnissen. Gern genommen wird auch renovierungsbed. Altbau. Bei ev. anfallenden Arbeiten im Haus stehe ich gern hilfreich zur Verfügung. Erwähnenswert wäre noch, dass ich die Whg als dauerhaften Wohnsitz nutzen möchte. Also nicht aus berufl. Gründen. Kein Wochenendheimfahrer. Angebote erbeten unter 0163-3317732

Appartement 28 m², Olympiazentrum, Vollaustatt., für 6 Mon., All-in inkl. NK, 890€ ☎ 0170-2369322

Nachmieter gesucht! 60 m², 2 Zi., EBK, Bad, Diele, 2 Balkone, 1. OG, helle Räume, ruhige Lage, KM 600€ + NK, Strandstr. 216a, 24217 Neuschönberg; Besichtigung, Sa, 26.10.24, 11-14Uhr o. ☎ 0175/1191130 o. 04344/6661

Container als Lagerraum
im Raum Altenholz/Dänischenhagen zu vermieten.
- 24/7 - sauber und trocken
Preis auf Anfrage.
☎ 0175/1233394

FERIENDOMIZILE

2,5-Zi-FeWo in Bad Sachsa, nur an NR zu verm. ☎ (0 431) 12843043

IMMO GESUCHE

Suche schöne Anlageimmobilie, MFH oder ETW, in Kiel o. Umland. Preis offen. ☎ (0 170) 4009948

Suche ETW zum Kauf von privat. ☎ (0 431) 55 60 79 15

Junge Familie aus Raisdorf sucht zum Kauf schönes Einfamilienhaus in Schwentinental / Preetz oder nähere Umgebung. Ggf. Tausch gegen moderne 4 Zimmer ETW möglich. 0151/64598068

Paar mit Kind sucht Bauernhaus oder Villa in Kiel u. Umgebung, m. großem Grdst., gern ab 1.000 m². ☎ (0 160) 968 15 734

IMMOBILIEN-ANGEB.

Hans Schütt
Immobilien GmbH
T. 0431 9069 60 | info@schuett.de
Kleiner Kuhberg 2-6 | 24103 Kiel

Verkaufen oder vermieten?
Dafür haben wir jemanden!

Jetzt kostenloses Beratungsgespräch mit Einschätzung Ihrer Immobilie vereinbaren.

Kapitalanlage v. Privat: 4 vermietete Wohneinheiten in Gütlsdorf Preisanfrage: ☎ 0179/3957921

EINFACH EINFACH
Kostenloses WLAN für Schleswig-Holstein

#sh_wlan
sh-wlan.de

Der KIELER EXPRESS am WOCHENENDE erscheint jeden Sonnabend in Kiel und Umland und wird kostenlos an alle erreichbaren Haushalte verteilt.

Verlag Kieler Zeitung,
Verlags- und Druckerei KG-GmbH & Co.
Fleethörn 1-7, 24103 Kiel
Telefon: (0431) 90 30
Redaktionsschluss: Dienstag, 12 Uhr
Tel. Anzeigenannahme:
(0431) 550 73 73 3
Druck sh:z Schleswig-Holsteinischer Zeitungsverlag GmbH & Co. KG
Zustellung/Vertrieb: WLK Werbemittel Logistik Kiel GmbH
Edisonstr. 3, 24145 Kiel
Telefon: (0431) 9909-252
Fax: (0431) 9909-259
www.kielerexpress-online.de

Verantwortlich:
Head of Distribution & Sales
Markus Gries

Design: Ralf Bassen

Redaktion und Grafik: KMV – Kieler Magazin Verlag GmbH

Kontakt an die Redaktion:
kielerexpress@kielermagazinverlag.de
Tel.: (0431) 903 2365

Briefanschrift:
Redaktion KIELER EXPRESS
Postfach 1111, 24100 Kiel

Anzeigen und Beilagen
nach Preisliste
gültig ab 1. Januar 2024
Anzeigenschluss: Dienstag, 18 Uhr

Vom Verlag gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Sie können nur mit Genehmigung und gegen Zahlung einer Nutzungsentschädigung anderweitig verwendet werden.

Auflagenkontrolle
durch Wirtschaftsprüfer nach den Richtlinien von BVDA und BDZV
Trägerauflage IV. Quartal 2024
Gesamtauflage 157.325 Exemplare

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis **„bitte keine kostenlosen Zeitungen“** an Ihrem Briefkasten anzubringen.
Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis unter Angabe Ihrer Anschrift an unseren Vertrieb per Mail an wlk@wlk-kiel.de damit wir unsere Boten davon in Kenntnis setzen können. Weitere Informationen finden Sie auch auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de.

AUFLAGEN KONTROLLE DER ANZEIGEN BLÄTTER BDZV/BVDA

Beilagenhinweis
Unserer heutigen Auflage liegen Beilage der Firmen Aldi, Jysk, Höffner und Famila bei.

Teilen unserer heutigen Auflage liegen Beilagen der Firmen Markant, Lidl, Edeka, Netto, Jawoll, Penny, Rusta, Netto ApS, Roller, B1 Baumarkt, toom Baumarkt, Norma, Kaufhaus Stolz, Expert, Poco, Getränke Hoffmann, Krümet, Action, Hagebaumarkt Schönkirchen, Herz-Apotheken, Douglas, Kleinefenn Optik, Hagebaumarkt Siemsen, Getränke Partner, NKD und Jeans Fritz bei.

REISEVERANSTALTER

Möller's REISEDIENST
Reisen ist unsere Welt
Erlebnis-Reisen in der Luxus-Royal-Class

25.11. - 28.11.24	**Kunstausstellung: „Caspar David Friedrich“ in Weimar**	ÜF 499,-
29.11. - 01.12.24	**Berlin im Advent –** Hotel im Zentrum	ÜF 259,-
30.11. - 01.12.24	**Weihnachtsidylle in Aarhus**	ÜF 235,
30.11. - 01.12.24	**Kunstausstellung „Impressionismus im Norden“** in Hannover & Braunschweig	ÜF 229,-
04.12. - 05.12.24	**Weihnachtszauber auf Schloss Bückeburg & Hameln**	ÜF 199,-
05.12. - 06.12.24	**Dänischer Advent in Kopenhagen**	ÜF 269,-
13.12. - 15.12.24	**Schloßweihnacht** auf Dyck – Aachen – Münster – Düsseldorf	ÜF 299,-
13.12. - 15.12.24	**Leipzig mit Weihnachtsoratorium –** TOP Hotel The Westin	ab ÜF469,-
14.12. - 15.12.24	**Berlin: Revue im Friedrichstadtpalast / Musical Kudamm 59**	ab ÜF 285,-
22.12. - 28.12.24	**Weihnachten im Schwarzwald:** Titisee – Freiburg – Gengenbach	HP 879,-
22.12. - 27.12.24	**Weihnachten in Würzburg:** Maritim Hotel mit Bamberg & Rothenburg	HP 989,-
23.12. - 26.12.24	**Ostfriesische Weihnachten –** 4* Hotel Frisia in Leer	HP 619,-
23.12. - 27.12.24	**Festliche Weihnachten in Leipzig –** TOP Hotel The Westin	HP 729,-
23.12. - 27.12.24	**Weihnachtlicher Ostseezauber:** 4* Hotel Wyndham Garden Wismar	HP 799,-
28.12. - 03.01.25	**Silvesterfest im Schwarzwald** mit Colmar & Triberger Weihnachtzauber	HP 969,-
30.12. - 01.01.25	**Silvester in Berlin:** Stars in Concert “Las Vegas live!“ im Estrel Hotel	HP 599,-
30.12. - 02.01.25	**Silvester in Ostfriesland –** Hotel Faldernpoort in Emden	HP 619,-
30.12. - 01.01.25	**Musical „Starlight Express“ an Silvester**	ab HP 516,-
30.12. - 01.01.25	**Silvesterfahrt ins „Blaue“**	HP 516,-
25.01. - 26.01.25	**Berlin: Revue im Friedrichstadtpalast / Musical Kudamm 59**	ab ÜF 309,-
26.02. - 03.03.25	**Winterzauber der Schweizer Bahnen:** Glacier- & Bernina-Express	HP 939,-
05.03. - 16.03.25	**Nordlichtzauber in Norwegen:** Polarlichter, Huskys & magische Lofoten	HP 2395,-

Die schönsten Tagesfahrten

30.10.24	**Bremerhaven:** Klimahaus oder Auswandererhaus (inklusive Eintritt)	72,-
03.11. + 10.12.24	**Hansa Varieté Theater in Hamburg**	ab 99,-
07.11.24	**Leckerer Grünkohl an der Elbe & Edelbrennerei**	85,-
07.11.24	**Erlebnis Hamburger Flughafen** (inkl. Vorfeld-Rundfahrt + Frachtzentrum + Werksfeuerwehr + Mittagessen)	€ 84,-
09.11.24	**Martinsgansessen in Nordfriesland & Flensburg** (inklusive Stadtführung)	77,-
02.11. + 10.11.24	**Weihnachtsmarkt auf Schloss Gavnø** (inklusive Eintritt)	89,-
11.11.24	**Werksbesichtigung: Mercedes-Benz in Bremen**	69,-
11.11.24	**Martinstag im Kehdinger Land & Stade**	79,-
11.11.24	**„Ganz, Gans“ lecker am Martinstag in Dithmarschen mit Büsum**	79,-
11.11.24	**Martinsgans & Lübeck**	83,-
13.11.24	**„Riverdance – Das Original!“ –** atemberaubende irische Tanzkunst	ab 134,-
14.11.24	**Dithmarscher Wildbuffet mit Büsum**	85,-
15.11. + 12.12.24	**Jule-Buffet & dänischer Weihnachtszauber in Tondern**	81,-
23.11.24	**Fischerschmaus in Hamburg & Nachtwächterrundgang mit Punsch**	88,-
23.11.24	**Künstlerkolonie Worpswede mit Kunsthandwerkermarkt**	65,-
11.12. + 21.12.24	**Musicals:** König der Löwen – Michael Jackson – Herkules – & Julia	ab 132,-

24536 Neumünster • Kieler Str. 319 - 321
☎ (04321) 9377-0 • www.moellers-reisedienst.de

DER Riesebyer
Omnibusbetrieb-Reisedienst Karin Kreutzer GmbH & Co. KG
Hufeisenweg 1a · 24354 Rieseby · Tel. 04355-314 · Fax: -1026 · www.der-riesebyer.de
*** Reisen mit der persönlichen Note! ***

Tagesfahrten

10.11.	**Musicals in Hamburg: Der König der Löwen** oder **Hercules** oder **& Julia**	ab € 153,- / € 142,- / € 142,-
23.11.	**Entenbuffet** und **Eintritt für den Weihnachtsmarkt auf Gut Pronstorf**	€ 76,-
01.12.	**Weihnachtsdorf Wanderup** - Ein ganzes Dorf als Gastgeber	€ 29,-
07.12.	**Entenbraten-Essen** und **Weihnachtsmarkt in Celle**	€ 75,-
07.12.	**Weihnachtsmarkt im Schloss Eutin** - ca. 4 Stunden Aufenthalt in Eutin	€ 29,-
08.12.	**Gänsebraten-Essen** inkl. Vorspeise und Dessert und **Weihnachtsstadt Tondern (DK)**	€ 68,-
14.12.	**Historischer Weihnachtsmarkt in Hamburg** und Gelegenheit zum Einkaufsbummel	€ 37,-
14.12.	**Weihnachtsmarkt und Shopping in Lübeck**	€ 35,-
09.02.	**Comödie Lübeck – Vorstellung „Nein zum Geld!“**	€ 62,-
15.02.	**Internat. Musikparade Hamburg** - Militär- und Blasmusik in einer spektakulären Show	€ 118,-
10.05.	**Schlagernacht am Kalkberg in Bad Segeberg** inkl. Eintrittskarte PK 1	€ 109,-
17.05.	**SANTIANO-Konzert „Auf nach Doggerland!“** am Kalkberg in Bad Segeberg inkl. Karte PK 1	€ 127,-

Aus unserem Reiseprogramm

30.11.-01.12.	**Weihnachtszauber auf Schloss Bückeburg und Weihnachtsmärkte in Hannover**	ÜF € 209,-
06.12.-08.12.	**Advent in Dresden** mit Striezelmarkt und Stadtführung	ÜF € 339,-
23.12.-27.12.	**Weihnachten im MARITIM-Hotel Bad Wildungen,** Stadtführung, Edersee-Rundfahrt	HP € 875,-
24.01.-26.01.	**Grüne Woche - Berlin** inkl. Stadtrundfahrt, Transfer Grüne Woche, exkl. Eintrittskarte	ÜF € 298,-
15.03.-24.03.	**Finnisches Winterabenteuer:** Polarkreis, Hundeschlitten, Nordlichtsafari	HP € 2.039,-

Buchung, Informationen und Kataloganforderung unter Telefon 04355-314 oder www.der-riesebyer.de

MOTORMARKT

KFZ-ANKAUF

KAUFEN ALLE PKW
0431/38670434, 0176/31125613 · Busse, Gelände- & Unfallwagen, Zustand u. km egal, zu Höchstpreisen. 24 Std. erreichbar, SMS mgl.

Kaufe alle PKW u. LKW für Export mit od. ohne Schaden. ☎ 04 31-23 75 26 22

Älteres Ehepaar sucht Wohnmobil od. Wohnwagen jeder Art. Zahle Bar. Herr Braun. 0155/103 66 179

Bastler sucht Autos ab Bj. 95
Fa. Tel. 7394515 od. 0173/9008816

Alle POLOS! PJ 0171-9455980

Alt/Unfallautos kft ☎ 0431/666 74 30

Camper su. Wohnmobil od. Wohnwagen zum Kauf. 0173 8426923

KFZ-VERKAUF

Alle POLOS! PJ 0171-9455980

E220 CDI, Bj. 06, 390 Tkm, Tüv 10/26, Repar.bed. (ABS, Einspritz., Blechschd.) 2990,- VHB ✉ A 232 272

WOHNMOBILE

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen 03944 - 36160 www.wm-aw.de Fa.

MOTORRÄDER

Ankauf von Gebrauchtmotorrädern Bergmann & Söhne, Havelstr. 2 NMS, ☎ 04321/55866916

Suche alte Mofa, Motorrad Zündapp Hercules Kreidler Puch usw Zustand egal teile.tel 04335 2677495 oder 0178 7870957

Ankauf von Gebrauchtmotorrädern Bergmann & Söhne, Havelstr. 2 NMS, ☎ 04321/55866916

CAMPING

Älterer Wohnwagen gesucht, auch ohne TÜV. ☎ 0421/641236

EXPRESS – immer gut informiert

VERANSTALTUNGEN

LANDGESTÜT TRAVENTHAL
GESTÜTS-WEIHNACHT
26. + 27. Okt.
2. + 3. November
Frau Holle, Weihnachtsmann, Ponyreiten
23795 Traventhal (bei SE) • www.landgestuet-traventhal.de
HISTORISCHER 1873 HENGSTSAAL

Trödel/Möbel PETER'S HOF
Harmsstr. 2a ☎ 0431/24856550

www.kielerexpress-online.de

FLOHMÄRKTE

FLOHMARKT
So. 27.10. Gettorf Fußgängerzone
Do. 31.10. Schönberg Fußgängerz. verkaufsoffener Donnerstag
So. 03.11. Toom Baumarkt Kiel
0171 / 6 28 29 86

Kiel-Flohmarkt.de
So., 27.10. Schwentinental
Raisdorf Autopflege Kiel Fichtner/Harmsen
ab 6 Uhr, T. 0171/2001156

MÄRKTE

Basar " Handarbeit mit Herz" i. d. Räumen der Anlaufstelle Nachbarschaft-ANNA, Bebelplatz 3, Emschenhagen. Sa., 02.Nov. 24, 11-16 Uhr. Mehrere Aussteller, es gibt Würstchen u. Kaffee u. Kuchen - Herzlich Willkommen!

Deine Bahn wird elektrisch. Ohne Oberleitung.
Fahr bequem und sauber im ersten Akku-Netz der Welt.

Alle Vorteile:

nordbahn | NAH.SH

Schleswig-Holstein.
Der echte Norden.

Zeit für den Farbwechsel!

Über 300 blaue Briefkästen und NordBrief-Verkaufsstellen in der Region.

Ob Privat- oder Geschäftskunde - mit unseren regionalen Briefmarken stellen wir Ihre Post auch **deutschlandweit** zu!

Unsere Briefmarken finden Sie in allen Verkaufsstellen oder in unserem Online-Shop. Nutzen Sie unsere Standortsuche, um NordBrief auch in Ihrer Nähe zu finden.

Erfahren Sie mehr unter **www.nordbrief-ostsee.de**

NordBrief
Ihre Post in guten Händen

Sonja (Sauberfrau):

”MEIN FRISCHE-KICK FÜR ZUHAUSE!“

SteamCare (glättet Textilien schon beim Waschen)

1-8 kg Füllmenge

1351 U/min

GO GREEN SPARSAMSTE ENERGIEKLASSE A

A↑G A

399.-

UVP *629.-*

Bauknecht Waschmaschine WM Elite 8FH A

• Startzeitvorwahl • Nachlegefunktion • Display • Programme und Optionen: Allergie, Clean+, Eco, Energiesparen, Flecken, Steam Hygiene • Dynamic Inverter Motor • Mehrfachwasser-schutz+ • BxHxT: 59,5 x 85 x 60,5 cm • Art.-Nr.: 1364450

Aquastop

1400 U/min

1-9 kg Füllmenge

GO GREEN SPARSAMSTE ENERGIEKLASSE A

A↑G A

549.-

UVP *1129.-*

SIEMENS Waschmaschine WG44G2Z90

• Touch-Control-Bedienung • Endzeitvorwahl • Nachlegefunktion • LED-Display • Trommelreinigung • Beladungsempfehlung • IQdrive-Motor • BxHxT: 59,8 x 84,5 x 63,2 cm • Art.-Nr.: 1451565

GO GREEN ERSETZEN SIE IHREN ALTEN TROCKNER MIT ENERGIEKLASSE B UND SPAREN SIE 1935 € ENERGIEKOSTEN 1)

1-8 kg Füllmenge

Klasse A+++ Energie-effizienz

599.-

UVP *1489.-*

SIEMENS Wärmepumpentrockner WT47W680

• SoftDry-Trommel • LED-Trommelinnenbeleuchtung • selbstreinigender Kondensator • Kondenswasserableitung • Kondenswasser-Ablaufschlauch • BxHxT: 59,8 x 84,2 x 59,9 cm • Energieeffizienzklasse A+++ (Energieeffizienzspektrum A+++ bis D) • Art.Nr.: 1150133

A↑G C

je **449.-**

UVP *919.-*

Bauknecht Einbau-Geschirrspüler BOI D541A S

• 8 Spülprogramme • 4 Temperaturen • Startzeitvorwahl • Display • Restzeitanzeige • Optische Betriebsanzeige - Lichtpunkt am Boden • ActiveDry • Vollwasserschutz • Warmwasseranschluß • BxHxT: 59,8 x 82 x 55,5 cm • Art.-Nr.: 1451585, 1451591, 1451589

Auch mit Backwagen für 749 € bestellbar

Klasse A Energie-effizienz

649.-

UVP *1356.-*

SIEMENS Einbau-Herd-Set EP211KV1V

• 71 l Garraum • 5 Backebenen • Clip-Teleskopauszug • Temperaturregelung: 50-275 Grad • Schnellaufheizung • Glaskeramik-Kochzonen: 4 • Zweikreis-Kochzonen: 1 • Energieeffizienz-klasse A (Energieeffizienzspektrum A+++ bis D) • Art.-Nr.: 1381322, 1370542

GO GREEN SPARSAME ENERGIEKLASSE A+

Klasse A+ Energie-effizienz

2-fach Backauszug

Glaskeramik

Auch mit Induktion für 1199 € erhältlich

899.-

Miele Einbau-Herd-Set

UVP *1099.-*

TwinSet Comfort (H 2459 E + KM 6003 LPT)

• 76 l Garraum • 5 Backebenen • Schnellaufheizung • Clean-Glass-Tür • 2-fach Teleskop-Auszug • Vorschlagstemperaturanzeige • Glaskeramik-Kochzonen: 4 • Bräterzonen: 1 • HiLight-Beheizung • Energieeffizienzklasse A+ (Energieeffizienzspektrum A+++ bis D) • Art.Nr.: 1444800, 1444801

Rauminhalt Kühlen: 122 l
Rauminhalt Gefrieren: 53 l

A↑G E

je **249.-**

UVP *399.-*

BOMANN Kühl-/Gefrierkombination KG 320.2

• Abtauautomatik Kühlen • Glasablageflächen: 3 • Obst-/Gemüsebehälter: 1 • Schubladen: 3 • BxHxT: 49,5 x 143 x 56,2 cm • Art.Nr.: 1324882, 1324885

Rauminhalt Kühlen: 214 l
Rauminhalt Gefrieren: 94 l

eismann GENUSSGUTSCHEINE IM GESAMT-WERT VON 90 € 2)

699.-

GELD ZURÜCK Cashback 3) 100.-
Preis nach Cashback 599.-

A↑G C

UVP *1259.-*

BOSCH Kühl-/Gefrierkombination KGE36EICP

• Rauminhalt Kühlen/Gefrieren: 214 l / 94 l • Schubladen: 2 • davon Frische-Zone: 22 l • Abtauautomatik Kühlen • Flaschenablage • Frische-Behälter: 1 • Glasablageflächen: 4 • Obst-/Gemüsebehälter: 1 • digitale Temperaturanzeige • BxHxT: 60 x 186 x 65 cm • Art.-Nr.: 1297571

Rauminhalt Kühlen: 268 l
Rauminhalt Gefrieren: 103 l

A↑G C

je **699.-**

UVP *879.-*

LIEBHERR Kühl-/Gefrierkombination CNsdc 5723-20

• Abtauautomatik Kühlen • Glasablageflächen: 5 • Obst-/Gemüsebehälter: 1 • VarioSafe • Schub-laden: 3 • VarioSpace • Eisbereiter für Eiswürfel • digitale Temperaturanzeige • Sabbatmodus • SmartDevice fähig • per App steuerbar • BxHxT: 59,7 x 201,5 x 67,5 cm • Art.-Nr.: 1440897, 1436389

Alle Preise Abholpreise. Solange Vorrat reicht. Ohne Dekorationsartikel. Angebote gültig vom 25.10. bis 31.10.2024.

Irrtümer, Druckfehler, Zwischenverkauf und Liefermöglichkeiten vorbehalten.

1) Die Übersicht veranschaulicht die möglichen Einsparungen (in €) bei der Nutzung von Wäschetrocknern der Energieeffizienzklassen (EEK) A+++ gegenüber Geräten der EEK B anhand der jeweiligen Grenzwerte der EEK A+++ (177 kWh/Jahr) im Vergleich zum Grenzwert der EEK B (561 kWh/Jahr) in der Beladungsklasse 8kg bei einer angenommenen Nutzungsdauer von Hausgeräten von 12 Jahren bei einem angenommenen Strompreis von 0,42€/kWh. Die angenommene Nutzungsdauer ist nicht als vereinbarte Beschaffenheit oder Garantieversprechen in Bezug auf die zu erwartende Lebensdauer von Siemens Geräten zu verstehen.
2) Aktionszeitraum: 01.09.2024 bis 31.12.2025. Alle Infos zur Aktion unter www.eismann.de/bosch/mk
3) Aktionszeitraum vom 01.09.2024 bis 28.02.2025. Weitere Informationen und Teilnahmebedingungen unter www.extraklasse.de/extra-bonus

MEDIMAX Mehr **Mensch** **Mehr** Technik

ALLE ANGEBOTE FINDEN SIE AUCH AUF WWW.MEDIMAX.DE/SCHWENTINENTAL

MW Electronic Schwentinental GmbH, Im Ostseepark, Mergenthalerstr. 24, 24223 Schwentinental, Tel. 04307/82166-0 Öffnungszeiten Mo - Sa 10 – 19 Uhr P kostenlos