

**Immobilien-
verkauf ist
Vertrauenssache.**

LB

**LANGNER | BURMEISTER
Immobilien**

Plön 04522-80 80 800
Kiel 0431-69 105 400
www.langner-burmeister.de

**TOP
IMMOBILIEN
2024
KIEL**

Für mehr Zeit im Grünen
Terrassendächer von Solarlux

HANS RATHJE
hans-rathje.de

SOLARLUX

**Kieler
EXPRESS**

am WOCHENENDE

JAHRGANG 34 · NR. 46 · C 45740 · ANZEIGEN 0431/903556 · VERTRIEB 9909-252 · 16. NOVEMBER 2024

Angebote 18.11. – 23.11. 2024
Unser Fleischermeister empfiehlt:

Deutsches Hühnersteak, zart und abgehangen	15,95 €/kg
Cordon Bleu eig. Herstellung, Geflügel o. Schwein	9,95 €/kg
Semerrolle aus der Keule, idealer Braten	10,95 €/kg
Schinkenkrustenbraten, natur oder gepökelt	7,95 €/kg
Putenschnitzel, für die leichte Kost	9,95 €/kg
Hähnchen Dönerfleisch 1000g TK	11,95 €/kg
Lammkeule, Stück oder Scheiben	15,95 €/kg

Angebot freibleibend

Bistro: Donnerstag, 21.11.24
**Gyros satt mit Krautsalat, Tsatsiki,
Pommes & Reis 12,- € 11-14 Uhr**
0431/2008232

Thomsen Fleischmarkt Edisonstraße 20, Kiel Tel: 0431 - 2008 233
Fleischmarkt: Mo. - Fr. 8. - 18 Uhr, Sa. 8 - 13 Uhr



Eiskunstlauf auf Weltklasseniveau ist untrennbar mit „Holiday on Ice“ verbunden.

FOTO: MARTIN MISERE

Auf zu spektakulären Horizonten

„Holiday on Ice“ kommt mit seiner neuen Show nach Kiel in die Wunderino Arena

KIEL. Mit der effektvollen neuen Show „Horizons“ ist „Holiday on Ice“ ab dem kommenden Freitag, 22. November, wieder zu Gast in Kiel in der Wunderino Arena. „Horizons“ macht die aufregende Atmosphäre der Groß-

stadt erlebbar und lädt das Publikum dazu ein, sie mit all ihrer Dynamik, ihren faszinierenden Orten und Menschen zu entdecken. Vom Glanz der City Lights bis zu den geheimen Ecken, die nur ihre Bewohner kennen, ist die neue

Eis-Show ein Kaleidoskop der Stadt voller Emotionen und Abenteuer. Im Mittelpunkt stehen die Menschen, die die Stadt zum Leben erwecken. Unterschiedlichste Charaktere begegnen sich an verschiedensten Plätzen, erzählen durch Musik und Bewegung ihre fesselnden Geschichten und machen ihre Stadt so zu einem Ort voller Magie und die Show zu einem Gemeinschaftserlebnis für alle Generationen.

Als besonderes Highlight werden Annika Hocke und Robert Kunkel, die Bronzemedailleengewinner der Eiskunstlauf-EM 2023, bei der Premiere in Kiel live on ice dabei sein. Neben einer ihrer Wettkampfkuren präsentieren die beiden Eiskunstläufer dem Publikum eine brandneue, exklusiv für „Holiday on Ice“ entwickelte Performance. In Harmonie mit den Darstellenden beeindruckt auch die technisch innovative Ausstattung der Show: Das dynamische und frei bewegliche Bühnenbild formt sich immer wieder zu neuen Szenarien und wird aktiv von den Darstellenden genutzt. Gleichzeitig lässt es das Publikum visuell in die verschiedenen Dimensionen der Stadt eintauchen. Auf dem Eis weitet sich die Perspektive von lebendigen Straßenszenen bis zu den schier endlosen Weiten und Horizonten aus glitzernden Wolkenkratzern. Durch spektakuläre Parcours-Einlagen und die Interaktion der Eiskunstläuferinnen und Eiskunstläufer mit dem Bühnen-

bild verschmelzen am Ende alle Elemente zu einem eindrucksvollen Gesamtbild. Kiel ist die zweite von insgesamt 22 Städten, in der „Holiday on Ice“ mit dieser neuen Show zu Gast ist. Insgesamt fünfmal wird die neue spektakuläre Show in der Kieler Wunderino Arena zu erleben sein: am Freitag, 22. November, ab 16 und ab 19.30 Uhr, am Sonnabend, 23. November, ab 15 und ab 19 Uhr sowie am Sonntag, 24. November, ab 13 Uhr. Tickets sind für Preise ab 38,40 Euro an den Vorverkaufsstellen oder über www.wunderino-arena.de zu bekommen.

„Holiday on Ice“ verlost 10x2 Tickets für die Premierenvorstellung von „Horizons“ am Freitag, 22. November, ab 16 Uhr in der Kieler Wunderino Arena. Schreiben Sie hierfür eine E-Mail an kielerexpress@kielermagazinverlag.de und schreiben sie in die „Betreff“-Zeile das Wort GRIMPEL - ohne dieses Wort in der „Betreff“-Zeile kann Ihre Mail nicht an der Verlosung teilnehmen. Damit die Tickets an der Kasse für die Gewinnerinnen und Gewinner hinterlegt werden können, benötigen wir außerdem Ihren Vornamen und Nachnamen. Aus allen E-Mails mit diesen Angaben, die bis Montag, 18. November, 12 Uhr, bei uns ankommen, lösen wir die Gewinnerinnen und Gewinner aus und benachrichtigen sie per E-Mail.

Kiel. Sailing.City.

**AUF GANZER
LINIE**

Der Dialog zur neuen Kiellinie

**Sa. 23. + So. 24.
November 2024**
10.00 BIS 16.00 UHR
REVENTLOUWIESE

kiel.de/kiellinie



Pfandhaus Nordstern
GOLD UND SCHMUCK ANKAUF
SOFORT BARGELD

BESUCHEN SIE UNS
Eisdorf-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>

**SPORTSclub
KIEL**

**NEUERÖFFNUNG
OKTOBER 2024**
EHM. MERIDIAN SPA

ALL-IN-MITGLIEDSCHAFT
49,90€ statt 29,90€

**ANGEBOT GÜLTIG FÜR DIE
200 SCHNELLSTEN
NEUANMELDUNGEN**

Im Sophienhof
www.sports-club.de/kiel

Nikolausstiefel-Suche in Plöner Geschäften

PLÖN. Auch in diesem Jahr haben die Kinder aus Plön und natürlich auch dem Umland wieder die Möglichkeit, an der großen Nikolausstiefel-Suche der Tourist-Info Plön teilzunehmen. „Es ist ganz wunderbar, dass sich wieder mehr als 30 Geschäfte in der Innenstadt an diesem vorweihnachtlichen Angebot für unsere Kleinsten beteiligen“, freut sich Caroline Backmann, Leiterin der Tourist-Info Plön. Die Kinder können ihre geputzten Stiefel von Montag, 18., bis Freitag, 22. November, jeweils zwischen 9 und 17 Uhr in der Tourist-Info Plön im Bahnhof abgeben. Das Team der Tourist-Info verteilt die Schuhe auf die teilnehmenden Geschäfte, wo sie liebevoll befüllt werden. Ab 6. Dezember stehen die Nikolaus-Schuhe dann in den Schaufenstern und warten auf ihre Abholung. Um die Suche nach den Stiefeln noch spannender zu gestalten, wird am Nikolaus-tag von 15 bis 17 Uhr ein Weihnachtsmann durch die Innenstadt flanieren und die Kinder bei ihrer Suche begleiten. Die Nikolausstiefel-Suche richtet sich an Kinder bis zu einem Alter von zehn Jahren.

Prüß
RAUM-AUSSTATTUNG
Gardinen Bodenbeläge Sonnenschutz
Gardinen-Dienst

abholen waschen
reinigen anbringen

Reinigung / Reparatur Lamellen Jalousien Plissees
24109 Kiel, Rudolf-Steiner Weg 1 Tel. 523777

EXPRESS - immer gut informiert

**„Was man tief in
seinem Herzen besitzt, kann man
nicht durch den Tod verlieren.“**
Joh. Wolfgang Goethe

• Waldfriedhof • Feuerbestattung
• Erdbestattung • Seebestattung

Wir sind an Ihrer Seite!
Kompetent, seriös und preiswert
in allen Angelegenheiten der Bestattung.

Förde
BESTATTUNGEN
Inh. Marco Böttger e.K.
674252
Sophienblatt 57 (Ecke Gablenzstr.)
24114 Kiel - www.foerde-bestattungen.de

**So günstig war
Photovoltaik noch nie!**

**Für unglaubliche 48 € im
Monat erhalten Sie von
uns eine 6 kW-Solaranlage
inklusive Montage.**

Ihr regionaler Photovoltaik-Anbieter

TRAVA SOLAR

Servicebüro Kiel
24111 Kiel, Wilmersdorfer Str. 30
04 31 / 69 10 77 19
www.trava-solar.de



OFENOUTLET
KIEL / MELDORF

**KAMINÖFEN
SOFORT
VERFÜGBAR**

Austausch
Alt-Öfen
bis 2024

- Ofenbau Meisterbetrieb
- Schornsteinbau
- Abholung und Versand jederzeit möglich
- Großer Showroom in Kiel und Meldorf

📍 Rendsburger Landstraße 196-198, 24113 Kiel

📍 Süderstraße 40 25704 Meldorf

🌐 www.ofenoutlet.eu
info@ofenoutlet.eu

📞 Kiel: 0431 6006748
Meldorf: 04832 95399222



ROHREINIGUNG
Horst Lassen GbR
Friedrichstraße 36 • 24534 Neumünster



- Rohrortung
- Hochdruckspülfahrzeug
- Dichtheitsprüfung

Sonn- und Feiertags 24 Stunden

NMS ☎ (0 43 21) 138 00 Kiel ☎ (04 31) 78 88 44

horst.lassen@rohrreinigung-lassen.de

Zwei Auszeichnungen für das „Studio“

KIEL. Beim Kinopreis des Bundes konnte sich vor wenigen Tagen in Frankfurt das Studio Filmtheater aus Kiel über gleich zwei Auszeichnungen freuen: Kulturstatsministerin Claudia Roth überreichte Dennis T. Jahnke und Matthias Ehr vom Studio Filmtheater Kiel nicht nur den Preis für

ein „Hervorragendes Jahresfilmprogramm 2023“, sondern zeichnete das Kino auch erneut für sein „hervorragendes Kurzfilmprogramm“ aus. Somit ist das Filmtheater am Dreiecksplatz wieder eines der Kinos mit dem besten Jahres- und Kurzfilmprogramm Deutschlands.

VOLKMANN'S FABELHAFTE WELT MANDELHÖRNCHENTAG

Diese Woche war wieder Mandelhörnchentag. Am Donnerstag. Der Mandelhörnchentag ist ein inoffizieller Feiertag, an dem es allerdings nicht gilt, das Mandelhörnchen an sich zu feiern, sondern eine Person, die für ihr Leben gern Mandelhörnchen gegessen hat. Den feiern ein paar Menschen und ich jetzt schon seit elf Jahren. Jedes Jahr wird

das Feiern ein bisschen leichter und unbeschwerter, auch wenn unser „Feiertag“ zeitlich immer mit dem Volkstrauertag und Totensonntag zusammenfällt – der November hat es mit traurigen Feiertagen wirklich in sich – und der Tod sucht sich sein Datum meistens ziemlich willkürlich aus. Ich persönlich finde es ein bisschen blöd, dass durch die

Nähe zu diesen offiziellen Feiertagen, unsere Mandelhörnchen-Liebhaberin fast um einen eigenen Feiertag gebracht wurde, aber sie sieht das, glaube ich, ein wenig anders. Dafür hat sie einfach



Ulrike Volkmann, Redaktion. FOTO: JAK KÖSTER

zu gern gefeiert. Und eben Mandelhörnchen gegessen. Und auch ich habe das am Donnerstag getan. Nur für sie. Denn ich hasse Mandelhörnchen. Und seit elf Jahren noch ein bisschen mehr.

Mitreden bei der Planung der Kiellinie

Die Stadt Kiel lädt zur Beteiligungswerkstatt auf die Reventlouwiese ein

KIEL. Mit einer zweitägigen Beteiligungswerkstatt auf der Reventlouwiese an der Kiellinie will die Stadt Kiel am Sonnabend, 23., und Sonntag, 24. November, noch einmal allen Bürgerinnen und Bürgern die Gelegenheit geben, sich mit ihren Ideen und Wünschen in die laufende Planung für die Neugestaltung der südlichen Kiellinie einzubringen. Der Bereich der Kiellinie nördlich des Berthold-Beitz-Ufers wird bei dieser zweitägigen Veranstaltung allerdings keine Rolle spielen. Stadtbaurätin Doris Grondke begründete das damit, dass für den nördlichen Bereich noch immer grundlegende Fragen offen sind. Nach wie vor wird für diesen Bereich vor allem darüber diskutiert, ob dort künftig noch Autos fahren dürfen sollen oder nicht. Die Beteiligungswerkstatt am 23. und 24. November, jeweils von 10 bis 16 Uhr, konzentriert sich



Es ist viel Platz auf der Reventlouwiese. Zur Kieler Woche wird sie schon lange jedes Mal zur Konzertwiese. Wie könnte man sie darüber hinaus nutzen? FOTO: KST

darum auf das bereits verbreitete Berthold-Beitz-Ufer und die Reventlouwiese. Anfang dieses Jahres hat die Stadt Kiel bereits ein Planungsbüro mit dem freiraumplanerischstädttebaulichen Rahmenplan und der Freianlagenplanung für diese Bauabschnitte be-

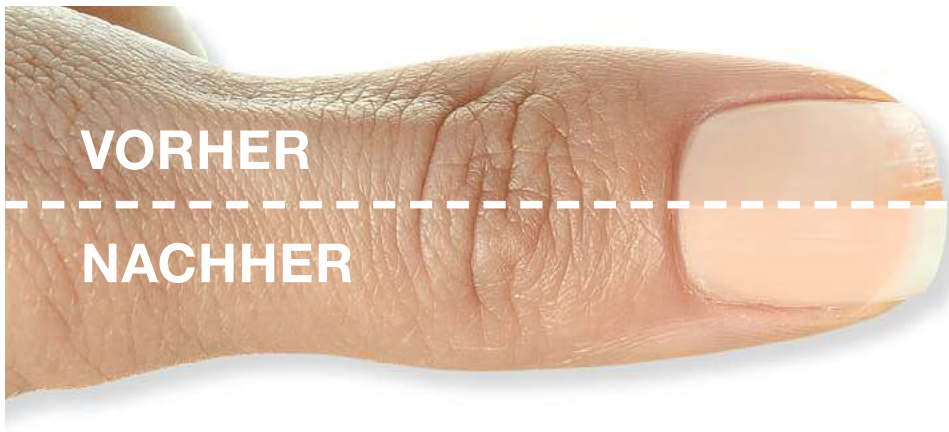
auftragt. Vereine, Verbände, städtische Ämter und das Kieler-Woche-Büro haben sich seither schon in das Verfahren eingebracht. Mit der Beteiligungswerkstatt sind jetzt noch einmal die Bürgerinnen und Bürger dran. Für die Veranstaltung ist ein Zelt auf der

Reventlouwiese aufgebaut. Neben Mitmachangeboten stellen die Planenden vom Büro „Studio RW“ an beiden Tagen um 11 und 14 Uhr den bisherigen Entwurf vor. Ein rund neun Meter langes Modell dient als Grundlage für den Austausch. kst

ANZEIGE

So gelingen feste Nägel

Apotheker empfehlen eine spezielle Nährstoffkombination.



Brüchige Nägel können schnell ungepflegt wirken und mindern unser Selbstbewusstsein. Dabei handelt es sich bei dem Problem viel häufiger um ein Ungleichgewicht im Nährstoff-Haushalt als um mangelnde Pflege...

Wer zu spröden oder brüchigen Nägeln neigt, fühlt sich in der Öffentlichkeit oft unwohl. Auch wenn die Frisur gut sitzt und das Outfit perfekt passt – die Hände werden lieber versteckt. Viele fürchten auch ungepflegt zu wirken. So berichtet eine Betroffene: „Viele glauben, ich kaue an den Nägeln. Das habe ich noch nie gemacht. Sie reißen einfach von allein ein.“ Tatsächlich können die eigenen Pflegeroutinen noch so gründlich und die Tipps aus dem Internet oder Bekanntenkreis noch so gut sein – oft ist es damit einfach nicht getan. Denn hinter den brüchigen Nägeln kann auch ein Ungleichgewicht

im Nährstoffhaushalt stecken. In diesen Fällen brauchen die Nägel statt äußerlichen Maßnahmen eine optimierte Versorgung von innen.

Das Problem an der Wurzel packen

Fragt man österreichische Apotheker, so ist deren klare Empfehlung Dr. Böhm® Haut Haare Nägel.* Die Tabletten sind nun



Mag. Dirk Meier, Nährstoff-Experte

Silizium – Warum ist es so wichtig für feste Nägel?

auch in Deutschlands Apotheken erhältlich und haben bereits viele Anwender überzeugt. Sie setzen mit wissenschaftlich belegten Mikronährstoffen genau dort an, wo äußerliche Pflege nicht hinkommt: direkt an der Nagelwurzel. Besonders hervorzuheben ist ihr hoher Anteil an Goldhirse. Dabei handelt es sich um einen pflanzlichen Silizium-Lieferanten, der bereits im Mittelalter

EXPERTEN-WISSEN

Silizium arbeitet im Körper wie ein Feuchtigkeitsspeicher – so auch in den Nägeln. Dadurch trocknen diese weniger schnell aus und werden nicht spröde bzw. brechen ab. Eine Studie zeigt: Nach mehrwöchiger Einnahme von Silizium erhöhte sich die Bruchfestigkeit deutlich.**

nicht ohne Grund unter dem Namen „Schönheitskorn“ bekannt war. Das darin enthaltene Silizium sorgt dafür, dass die Nägel mehr Feuchtigkeit speichern können, wodurch sie weniger schnell austrocknen und spröde werden. Weitere Inhaltsstoffe sind etwa MSM (ein natürlicher Schwefel) für Bruchfestigkeit sowie das „Schönheitsvitamin“ Biotin, das die Einlagerung des besagten Schwefels in die Nagelplatte zusätzlich unterstützt.

Ideal versorgt

Wichtig zu wissen: Während es zwar möglich ist, diese Nährstoffe auch über die alltägliche Ernährung zuzuführen, sind die nötigen Mengen dafür kaum in einem realistischen Speiseplan zu verwirklichen. Die Einnahme eines hochwertigen Nahrungsergänzungsmittels wie Dr. Böhm® Haut Haare Nägel hingegen leistet aufgrund der hohen Dosierung der einzelnen Inhaltsstoffe einen wesentlichen Beitrag zu festen Nägeln.

Unser Tipp:

Es empfiehlt sich eine kurmäßige Einnahme der Tabletten über 2 bis 3 Monate. So lange brauchen die Nägel in etwa, um sich zu regenerieren.

*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.;

Apotheken-Tipp bei brüchigen Nägeln



Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Silizium aus der Goldhirse als Feuchtigkeitsspeicher für die Nägel
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) + Biotin für bruchfeste Nägel
- ✓ Sichtbare und spürbare Ergebnisse



JETZT SPAREN: 2+1 GRATIS

3 Packungen zum Preis von 2 in praktischer Vorteilspackung.

Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Schönheitskur. Für Ihren Apotheker. 180 Stk. PZN 18851135



Das KN-Gewinnspiel-Team mit Lisa Knop (v.li.), Nadine Carstens, Maja Kaerkes und Helene Maibach freut sich auf viele kreative Einsendungen.
FOTO: FRANK PETER

Weihnachtliche Kreativität ist gefragt

Kieler Nachrichten rufen zum Gewinnspiel auf

KIEL. Für alle adventlich Kreativen haben die Kieler Nachrichten (KN) wieder ihr Weihnachtsgewinnspiel gestartet. Kinder und Erwachsene, die daran teilnehmen möchten, können ihr selbst gemachtes weihnachtliches Bild, ihr Festtags-Gedicht, ihre Weihnachts-Geschichte oder ein anderes selbst gemachtes weihnachtliches Kreativ-Werk noch bis zum 3. Dezember an die Kieler Nachrichten schicken. Zu gewinnen gibt es zum Beispiel eine Übernachtung im Schlafstrandkorb und eine Menge weiterer toller Preise, die den KN von ihren Kieler Partnerunternehmen zur Verfügung gestellt werden.

Das kreative Werk kann per E-Mail oder Post an die KN gesendet werden – also entweder an mediasolution@kieler-nachrichten.de oder an „Kieler Nachrichten, z. Hd. Lisa Knop, Fleethorn 1-7, 24103 Kiel“. Ganz wichtig und bitte nicht vergessen: den Namen, das Alter und die Adresse angeben! Die schönsten Werke werden nämlich am 24. Dezember mit Angabe des Namens und des Wohnortes der Künstlerin oder des Künstlers in einer Extra-Ausgabe der Kieler Nachrichten veröffentlicht. Bis zum 2. Januar können die KN-Leserinnen und -Leser anschließend darüber abstimmen, welches Werk gewinnen soll. Die Ausgezeichneten werden direkt von den Kieler Nachrichten informiert. Sollten noch Fragen offen sein, gibt es Antworten unter Tel. 0431/9032545. Mitarbeitende der Kieler Nachrichten und der Segeberger Zeitung dürfen nicht an der Aktion teilnehmen.





Schmerzen im Knie?

Wenn die Kniegelenke dauerhaft schmerzen, knirschen und weniger beweglich sind, greift man schnell zu Schmerzmitteln. Doch es gibt eine **Therapie ohne Nebenwirkungen**: Eine **Knieorthese** kann helfen, die Gelenke zu entlasten und zu stabilisieren, um die Beschwerden zu lindern.

Dauerhafte Knieschmerzen

Sie haben Knieschmerzen beim Gehen, Treppensteigen, Aufstehen oder nachts? Chronische Knieschmerzen weisen auf eine Arthrose hin. Dabei wird die schützende Knorpelschicht immer dünner und die Knochen reiben schmerzhaft aneinander. An dieser Ursache setzt die Knieorthese an. Sie öffnet den Gelenkspalt, damit die Gelenkflächen nicht mehr aneinander reiben.

Aktiv und mobil

Durch ein aktives Leben können Sie das Fortschreiten der Kniearthrose hinauszögern und operative Eingriffe vermeiden. Orthesen sind leicht, komfortabel und stören bei Bewegungen nicht. Sie entlasten das Gelenk und ermöglichen eine schmerzfreie Bewegung. Orthesen werden durch den Arzt verschrieben. Nach der Verordnung einer Orthese wird diese im Sanitätshaus individuell angepasst.

Orthesen-Testtage

Die Unloader One® X Knieorthese können Sie bei uns im Haus unverbindlich ausprobieren und sich von der schmerzlindernden Wirkung überzeugen. Unsere Experten beraten Betroffene und geben Tipps zur Kniegesundheit und zu Arthrose-Hilfsmitteln.

Gutschein

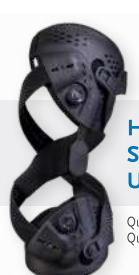
Jetzt kostenlos Knieorthese testen.



25.11.2024
Anmeldung unter 0431 / 6611266 oder online. Einfach QR-Code scannen und Ihren Termin auf unserer Website www.kriwat.de/knie-tag reservieren.



Kriwat GmbH
Königsweg 43-45
24114 Kiel
www.kriwat.de



Hilft bei Schmerzen im Knie. Unloader One® X
Quelle: www.rossur.com/de-de/
Quellenverzeichnis-Entlastungsorthesen

Schlager für Menschen mit und ohne Demenz

KIEL. Für Dienstag, 19. November, lädt die Anna Ellerbek/Wellingdorf in der Wahlestraße 26 in Kiel von 14.30 bis 16 Uhr Menschen mit und ohne Demenz zum Mitsingen im „Schlagercafé“ ein. Axel und

Kati Riemann begleiten bekannte Schlagerklassiker am E-Piano und projizieren alle Texte per Beamer, damit alle mitsingen können. Zur guten Laune gibt es Kaffee, Kekse und Klönschnack. Für die Teil-

nahme ist eine Anmeldung nötig bei Dagmar Richter vom Demenz-Netzwerk Kiel – entweder per E-Mail an anna.ellerbek.wellingdorf@diakonie-altholstein.de oder unter Tel. 0431/66876747.



KNUTZEN HOME

Die mit dem grünen Haus!

KNUTZEN HOME **SCHÖNBERG**
Eichkamp 18 • Tel. 04344 / 41 32 20

WIR FEIERN DEN UMBAU UNSERER FILIALE!

PRÄMIENWOCHE

IN SCHÖNBERG

Sichern Sie sich vom **18. bis 22. November 2024**

bis zu **1.000 € PREISVORTEIL**

mit unseren **Vorteilsgutscheinen** bei Ihrem Kauf!

*Die Verlosung gilt vom 18.11.-22.11.2024 für alle kaufenden Kunden in Schönberg. Jeder Teilnehmer darf nur einmal an der Verlosung teilnehmen. Die Rabattaktion gilt nur bei Vorlage der Anzeige und ist nicht kombinierbar mit anderen Rabatten und Werbeangeboten. Gültigkeit: 18.11.-22.11.2024. Irrtümer und Preisänderungen vorbehalten. Verwaltung: Knutzen Teppich-Hof GmbH · Parkallee 16 · 24782 Büdelsdorf

100 €
GUTSCHEIN*

Ab einem Einkaufswert von 500 €

200 €
GUTSCHEIN*

Ab einem Einkaufswert von 1.000 €

400 €
GUTSCHEIN*

Ab einem Einkaufswert von 2.000 €

1.000 €
GUTSCHEIN*

Ab einem Einkaufswert von 5.000 €



STRANDKORB-VERLOSUNG

unter allen kaufenden Kunden*



Wenn große Lkw die Höhenkontrolle vor dem Rendsburger Kanaltunnel auslösen, führt das jedes Mal zu Verkehrsproblemen.

FOTO: ULF DAHL

Infotafeln gegen Kanaltunnel-Sperrungen

KIEL/RENSBURG. Wenn vor dem Rendsburger Kanaltunnel ein Lkw die Höhenkontrolle auslöst, ist die betroffene Fahrtrichtungsröhre erst einmal dicht. Regelmäßig führt das zu längeren Staus. Mit einem neuen mobilen Verkehrsinformationssystem will der Landesbetrieb Straßenbau und Verkehr Schleswig-Holstein (LBV.SH) dieses Problem etwas kleiner machen. Ab voraussichtlich Montag, 18. November, werden die Verkehrsteilnehmenden an vier Stellen über LED-Tafeln über die aktuelle Verkehrssituation am Tunnel und die Höhenbeschränkung informiert. Das geschieht in mehreren Sprachen und richtet sich besonders an Lkw-Fahrer und -Fahrerinnen. Die LED-Tafeln stehen so weit vor den Tunnelfahrten, dass es noch möglich ist, abzubiegen, um gar nicht erst vor dem Tunnel zu landen. Platziert werden die Tafeln auf der B77 in Fahrtrichtung Süd und in Fahrtrichtung Nord sowie auf der B202 aus Kiel kommend und auf der B203 aus Fockbek kommend. Das Hauptproblem stellen

nach Angaben des LBV.SH vor allem solche Lkw dar, die normalerweise nicht durch den Tunnel fahren würden, dort aber landen, weil sie wegen einer Sperrung auf der A7 eine Umleitung fahren müssen – jedes Mal, wenn so eine Umleitung besteht, steigt die Zahl der Auslösungen der Höhenkontrolle im Rendsburger Kanaltunnel massiv an. Teil des Problems ist laut LBV.SH auch, dass viele große Lkw zu schnell fahren. Das kann zu einem Aufschwingen des Fahrzeugs oder auch zu einem Aufplatteln schlecht verzurrter Lkw-Planen führen. Selbst Lkw, die eigentlich durch den Tunnel fahren könnten, können dadurch für die automatische Höhenkontrolle zu groß wirken und völlig unnötig eine Sperrung auslösen. Darum gilt vor dem Tunnel ein Tempolimit. An zwei Standorten auf der B77 wird jeweils ein leicht verständliches Piktogramm errichtet, dass zusätzlich vor der Radarkontrolle warnt.

Aktuelles zum Kanaltunnel unter www.schleswig-holstein.de/kanaltunnel-rendsburg

Traglufthalle für Beachvolleyball

KIEL. Die erste Beachvolleyball-Traglufthalle des Landes steht auf dem Nordmark-Sportfeld in Kiel. Vor wenigen Tagen eröffnete Staatssekretärin Magdalena Finke die neue Halle des Schleswig-Holsteinischen Volleyball-Verbandes. Schleswig-Holsteins Beachvolleyballer und Beachvolleyballerinnen können darin nun auch im Winter trainieren und Wettkämpfe ausrichten. Die Halle

überspannt vier der insgesamt acht Beachvolleyballfelder, die mit Landesmitteln auf dem Nordmarksportfeld gebaut wurden. Kiels Sportdezernent Gerwin Stöcken sagte zur Eröffnung der neuen Halle: „Es freut mich sehr, dass nun endlich auch im Winter Beachvolleyball in Kiel trainiert werden kann. Das eröffnet auch dem hier ansässigen Bundesstützpunkt neue Möglichkeiten.“

Leber gut – alles gut: Info-Abend im UKSH-Gesundheitsforum

KIEL. Die Leber ist das zentrale Stoffwechselorgan des menschlichen Körpers. Bei Erkrankungen zeigen sich vielfältige Störungen. Die Symptome wie Abgeschlagenheit, Juckreiz und Druckgefühl im Oberbauch sind unspezifisch. Selten bestehen Schmerzen. Anläss-

lich des Deutschen Lebertags am 20. November informieren PD Dr. Carolin Zimpel und Dr. Rainer Günther ab 18 Uhr im UKSH-Gesundheitsforum über die Funktionen der Leber, und auf welche ersten Anzeichen einer Lebererkrankung man achten sollte und welche

Folgen eine unbehandelte Lebererkrankung haben kann. In den Vorträgen werden verschiedene Lebererkrankungen beleuchtet und erläutert, was man machen kann, um seine Leber zu schützen. Zu finden ist das Gesundheitsforum im Kieler Citti-Park am Mühlen-

damm im Erdgeschoss, vom CB-Modemarkt kommend, direkt gegenüber der Blutspende. Die Teilnahme ist kostenlos. Um Voranmeldung zu den Vorträgen über www.uksh.de/gesundheitsforum wird gebeten. Der Vortrag kann auch online verfolgt werden.



Auch auf dem Kieler Nordfriedhof ist eine Gedenkveranstaltung zum Volkstrauertag geplant. Dort sind unter anderem diese Soldatengräber von Gefallenen aus dem Ersten Weltkrieg zu finden.

FOTO: JENS RÖNNAU

Gedenken zum Volkstrauertag

KIEL. Der Volkstrauertag, zwei Sonntage vor dem ersten Advent, ist ein bundesweiter Gedenktag für die Kriegstoten und Opfer von Gewaltherrschaft auf der ganzen Welt. Traditionell wird an Millionen Gefallene beider Weltkriege sowie die Opfer politischer, religiöser oder rassistischer Verfolgungen aller Völker und Nationen erinnert, wodurch dieser Gedenktag stets auch aktuell bleibt. Mit Gedenkveranstaltungen und Kranzniederlegungen erinnern in vielen Orten im Land Organisationen, Verbände, Privatleute und Verwaltungen der früheren und aktuellen Opfer. Im Folgenden eine Auswahl:

Veranstaltungen am heutigen Sonnabend, 16. November

14 Uhr, am U-Boot-Ehrenmal Möltenort gedenken die Stiftung U-Boot-Ehrenmal Möltenort, der Verband Deutscher U-Bootfahrer, die U-Bootkameradschaft Kiel, der Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge, und die Gemeinde Heikendorf der auf See gebliebenen U-Bootfahrer und aller Toten beider Weltkriege.
15 Uhr, Nordfriedhof, Kiel: Am Hochkreuz gedenken der Kreisverband Kiel des Volksbundes Deutsche Kriegsgrä-

berfürsorge, die Bundeswehr, das Land Schleswig-Holstein und die Landeshauptstadt Kiel der Toten des Ersten und Zweiten Weltkrieges. Im Anschluss: Kranzniederlegung auf dem British War Cemetery.

Veranstaltungen am Volkstrauertag, Sonntag, 17. November

In Kiel:

9.30 Uhr, Kiel-Meimersdorf: Kranzniederlegung am Ehrenmal.
9.30 Uhr, Kiel-Rönne: Kranzniederlegung am Ehrenmal.
10 Uhr, Kiel, Eichhoffriedhof: Kranzniederlegungen am Ehrenmal für die Toten des Ersten und Zweiten Weltkrieges sowie für die Bombenopfer des Zweiten Weltkrieges und die Opfer des Nationalsozialismus.
10 Uhr, Kiel-Moorsee: Kranzniederlegung am Ehrenmal.
10 Uhr, Kiel-Wellsee: Kranzniederlegung am Ehrenmal.
10.30 Uhr, Kiel-Suchsdorf: Kranzniederlegung am Ehrenmal bei der Matthias-Claudius-Kirche, Alte Dorfstraße.
11.30 Uhr, Kiel-Dietrichsdorf: Kranzniederlegung am Ehrenmal auf dem Friedhof.
11.15 Uhr, Kiel-Pries: Kranzniederlegung am großen Kreuz auf dem Friedhof.

11.30 Uhr, Kiel, Dokumentations- und Gedenkstätte „Arbeitserziehungslager Nordmark“, Rendsburger Landstraße (gegenüber der Achterwehler Straße): Gedenken und Kranzniederlegung.
12 Uhr, Kiel-Elmschenhagen: nach dem Gottesdienst in der Friedhofskapelle Kranzniederlegung am dortigen Ehrenmal des Volksbundes.
12.30 Uhr, Kiel-Mettenhof: Kranzniederlegung am Ehrenmal.
15 Uhr, Kiel, Ostfriedhof: Kranzniederlegung am Ehrenmal.
Darüber hinaus gibt es viele kleinere, oft stille Zeremonien an vielen weiteren Gedenkstätten und Erinnerungsorten im Kieler Stadtgebiet.

In Preetz:

Zum morgigen Volkstrauertag, Sonntag, 17. November, laden die evangelische Kirchengemeinde und die Stadt Preetz zu einer gemeinsamen Gedenkveranstaltung zu Ehren der Opfer von Krieg und Gewaltherrschaft ein. Den Anfang macht ein Gottesdienst in der Preetzer Stadtkirche ab 9.30 Uhr. Anschließend ist um 11 Uhr die Kranzniederlegung am Ehrenmal im Wehrberg geplant. Die Rede dort hält Pastorin Ute Parra, das Totengedenken übernimmt Fregat-

tenkapitän Stefan Mödl. Für den musikalischen Rahmen sorgt das Blasorchester vom TSV Preetz.

In Kronshagen:

Die Gemeinde Kronshagen und der Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge laden alle Menschen in Kronshagen für den morgigen Volkstrauertag, 17. November, zur Gedenkveranstaltung ab 16 Uhr im Rathaus Kronshagen vor der offenen Gedenkstätte ein. Einleitende Worte spricht der Vorsitzende des Volksbundes Deutsche Kriegsgräberfürsorge Bürgermeister a. D. Wolf-Dietrich Wilhelms. Die Schülerinnen Amelie Meffert und Hannes Rehder vom Kronshagener Gymnasium tragen Gedanken junger Menschen zum Volkstrauertag vor. Die Ansprache hält Kreispräsidentin Sabine Mues. Die Totenerehrung nimmt Bürgervorsteher Bernd Carstensen vor. Die Veranstaltung wird traditionell musikalisch und gesanglich umrahmt vom Chor Kronshagen unter der Leitung von Chorleiter Imre Shalley. Die Veranstaltung endet mit Kranzniederlegungen am Ehrenmal vor der Ev.-luth. Christuskirche. Es erklingt nach der Kranzniederlegung das Trompetensolo „Der gute Kamerad“.

Unser Suchspiel

Irgendwo in dieser Ausgabe versteckt sich unser Exi. Mal schaut er hinter einem Bild hervor, mal verbirgt er sich zwischen den Artikeln. Wer aufmerksam sucht, kann ihn entdecken. Viel Spaß beim Suchen!

HOLIDAY ON ICE

HORIZONS

22.11. – 24.11.2024

WUNDERINO ARENA | KIEL

www.holidayonice.de

GASTSTARS

ANNIKA HOCKE & ROBERT KUNKEL

AM 22.11.24
16 UHR**

TICKETS

AB 38,40 €*

*Alle angezeigten Preise verstehen sich inkl. der gesetzlichen MwSt., Systemgebühr, VVK-Gebühr und Buchungsgebühr von max. 2,50 € je Ticket; zzgl. Versandkosten.
**Außer im Falle von Krankheit oder höherer Gewalt

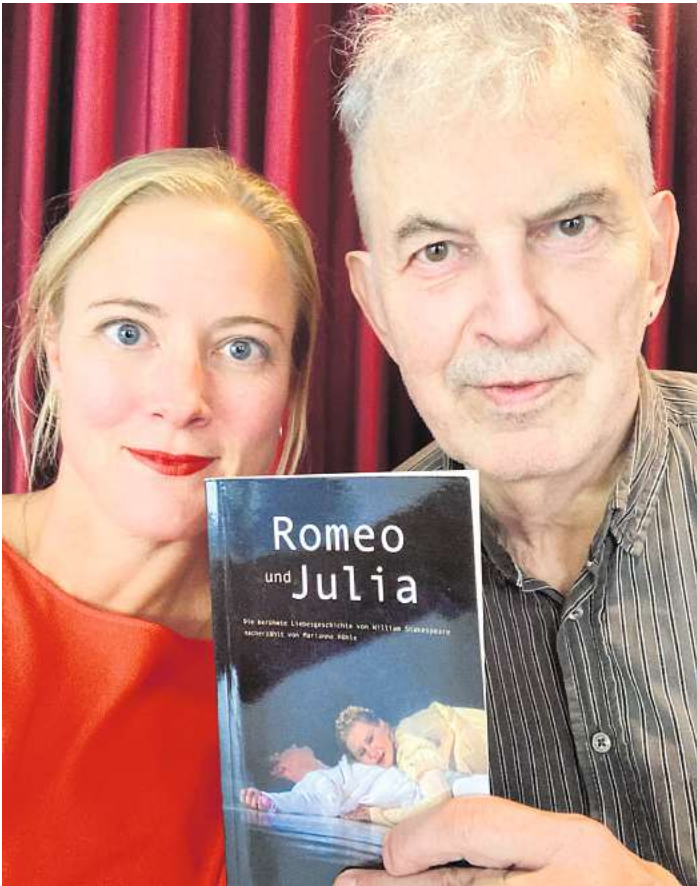
Was ist los in Kiel und der Region?

Zeit zum Stöbern ist am heutigen **Sonnabend, 16. November**, von 11 bis 15 Uhr im „Haus der Familie“ in **Kiel-Gaarden** im Karlstal 27a – das liegt in der Fußgängerzone. Neu in diesem Jahr sind Taschen in jeglicher Form auch für den Rollator. Grüne Kränze, Engel, Wichtel und handgeschöpfte Karten sind ebenfalls im Angebot. Jedes Teil ist ein Unikat, hergestellt von einer Frauengruppe im Haus der Familie zugunsten des Hauses der Familie. Wer möchte, kann außerdem ein eigenes Gesteck basteln oder auch Kaffee, Kuchen oder feurige mexikanische Suppe genießen.

Wer eine (fast) echte Prinzessin treffen möchte und gleichzeitig Spaß am närrischen Treiben hat, sollte am heutigen **Sonnabend, 16. November**, um 11.11 Uhr im Ratssaal des **Kieler Rathauses**, Fleethörn 9, sein, wenn die Kieler Stadtpräsidentin die Kieler Karnevalsprinzessin Margarete I. samt ihrem Gefolge empfängt und den Kieler Narren bis zum Aschermittwoch den Rathauschlüssel und die Amtsgeschäfte überlässt.

In der Bethlehem-Kirche, Möhrkestraße 9 in **Kiel-Friedrichsort**, sind am heutigen **Sonnabend, 16. November**, ab 17 Uhr die Sopranistin Cecilia Larsson und die Pianistin Beate Rüstemeier-Hergert mit Franz Schuberts wohl bekanntestem Liederzyklus „Winterreise“ zu erleben. Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird gebeten.

In der Reihe „JazzApart“ ist



Marie Kienecker und Norbert Aust lesen am Sonntag, 17. November im Kieler Kulturforum „Romeo und Julia“ in Einfacher Sprache.

FOTO: MARIE KIENECKER

am heutigen **Sonnabend, 16. November**, das „Hildegunn Øiseth Quartett“ zu Gast in **Plön**, und das ist etwas ganz Besonderes. Denn die norwegische Jazztrompeterin Hildegunn Øiseth hat Bigbänderfahrung in Schweden gesammelt, ist tief in den Township-Jazz rund um Kapstadt in Südafrika eingestiegen und hat auch Gemeinsamkeiten zwischen den Ragas in Pakistan und

der Folklore Norwegens entdeckt. Der Klang des norwegischen Ziegenhorns ist eine der besonderen Facetten des „Hildegunn Øiseth Quartetts“. Gemeinsam mit Espen Berg am Piano, Magne Thormodsæter am Bass und Per Oddvar Johansen an den Drums versprüht Hildegunn Øiseth ihre unbändige Spielfreude ab 20 Uhr im Kulturforum Alte Schwimmhalle Schloss Plön,

Schlossgebiet 1a. Tickets gibt es für 30 Euro, erm. 25 Euro an der Abendkasse und mit etwas Glück noch ein bisschen günstiger auf <https://kulturforum-ploen.reservix.de>

Romeo und Julia geht auch leicht verständlich. Das beweisen Marie Kienecker und Norbert Aust, am morgigen **Sonntag, 17. November**, ab 14 Uhr im Kulturforum an der Andreas-Gayk-Straße 31 in **Kiel**. Dort lesen sie William Shakespeares „Romeo und Julia“ in der Version in Einfacher Sprache von Marianne Höhle vor. Der Eintritt ist frei.

Unter dem Motto „Schläft ein Lied in allen Dingen“ singt der Chor Ratatouille am morgigen **Sonntag, 17. November**, ab 17 Uhr in der St.-Joseph-Kirche am Ostring 193 in **Kiel** ein Programm aus verschiedenen Genres sowie mit Gelegenheiten zum Mitsingen. Mit dabei ist das Duo Saitenschwung mit Piano und Cello. Der Eintritt ist frei.

Das Berliner Streichquartett Elaia ist mehrfach ausgezeichnet und eigentlich schon längst mehr als ein Geheimtipp. Am **Montag, 18. November**, sind die vier jungen Musikerinnen ab 19.30 Uhr im Rittersaal im Schloss **Plön** zu erleben. Im Gepäck haben sie ein kontrastreiches Programm mit Werken von Joseph Haydn, Dmitri Schostakowitsch und Johannes Brahms. Karten gibt es für 25 Euro, erm. 20 Euro, in Plön bei der Buchhandlung Schneider, Lübecker Straße 18, Tel. 04522/749900, und bei der Tourist-Info in der Bahnhofstraße 5, Tel. 04522/50950.

24h-Intensiv- und Beatmungspflege

Wir sind ein neuer Pflegedienst, der sich auf die 24h-Intensivpflege (außerklinische Beatmung) spezialisiert hat. Wir bieten hauswirtschaftliche Tätigkeiten im Raum **24103 Kiel** und im Raum Lütjenburg und Umgebung.

Wer sich bewerben will oder eine Betreuung, Beratung wünscht, kann sich an „24h-Intensivpflege“ wenden.

Wir suchen examinierte Kräfte (m/w/d) für den Raum Kiel.

Telefonnummer: 04381/4160674 oder 0176/22048776
Fr. Amirov E-Mail: 24h-intensivpflege@gmx.de

Auf dem historischen Schlotfeldthof am Burkamp in **Klein-Flintbek** ist am kommenden **Sonnabend, 23. November**, von 11 bis 18 Uhr wieder Weihnachtsbasar. Neben vielen schönen handgemachten Geschenkartikeln gibt es Bastel- und Mitmachangebote sowie ein vielfältiges kulinarisches Angebot, unter anderem von der Männerkochgruppe.

Eine zentrale Rolle in der arabischen Musik spielt das uralte Saiteninstrument Oud. Der syrische Musiker und Oud-Meister Nedal Aldaiekh wird am kommenden **Sonnabend, 23. November**, ab 18 Uhr im Café Jupiter, Kaiserstraße 51, in **Kiel-Gaarden** ein Konzert darauf spielen und so die feinen und facettenreichen Klänge der orientalischen Musik hautnah erlebbar machen. Der Eintritt ist frei.

Am besten jetzt schon Tickets sichern:
Das Einzigartige an der Band „Schmelztiegel“ sind ihre aus-

geklügelten Arrangements für traditionelle, teilweise nur wenig bekannte akustische Instrumente von Drehleier bis Cajon - von Tuba bis Udu-Drum, gepaart mit rockigen Klängen. In den Texten reichen sich auf eigenwillige Weise der spröde Humor des Nordens und echte Liedermacher-Sensibilität die Hand. Auch nach inzwischen 50 Jahren macht es sich die Band immer noch genüsslich zwischen allen Stühlen bequem. Zu erleben sind „Schmelztiegel“ am **Sonnabend, 30. November**, ab 20.30 Uhr im Savoy in der Schulstraße 7 in **Bordesholm**. Tickets gibt es für 20 Euro vorab über www.savoy-bordesholm.de oder an der Abendkasse.

Top-DJ Alex Christensen kommt zusammen mit dem „Berlin Orchestra“ im Rahmen seiner „Classical Dance Tour 2026“ am **27. März 2026** auch nach **Kiel** in die Wunderino Arena. Tickets gibt es auf alexchristensen.myticket.de und eventim.de sowie an den Vorverkaufsstellen.

47. Woche. Gültig ab 18.11.2024

REWE
Dein Markt

Mehr Angebote auf rewe.de

Wöchentlich über 300 Angebote!

Jetzt sparen
%

Deine Top-Angebote



Milram Müritzer Scheiben
55% Fett i.Tr.,
je 150-g-Pckg.
(1 kg = 9.93)

Aktion
1.49



Kinder Country
je 9 x 23,5-g-Pckg.
(1 kg = 8.46)

Aktion
1.79



Red Bull Energy Drink
versch. Sorten,
koffeinhaltig,
je 0,25-l-Dose
(1 l = 3.80)
zzgl. 0.25 Pfand

Aktion
0.95



Coca-Cola*,
Coca-Cola Zero*, Fanta
oder Sprite Mischkasten
versch. Sorten,
*koffeinhaltig,
je 12 x
1-l-Fl.-Kasten
(1 l = 0.83)
zzgl. 3.30 Pfand

Aktion
9.99



Patros Natur
Weichkäse,
je 180-g-Pckg.
(1 kg = 9.94)

Aktion
1.79



Kerrygold
Extra Ungesalzen
je 400-g-Becher
(1 kg = 8.23)

Aktion
3.29



Katjes
Fruchtgummi
versch. Sorten,
je 175-g-Btl.
(1 kg = 3.94)

Aktion
0.69
0.59



Freixenet
versch.
Sorten,
je 0,75-l-Fl.
(1 l = 5.32)

Knaller
3.99



Herta
Saftschinken
oder
Saftschinken
salzreduziert
je 100-g-Pckg.
(1 kg = 16.90)

Aktion
1.69
1.49



Knorr
Pasta Pot
Käse & Sahne,
je 63-g-Becher
(1 kg = 15.71)

Aktion
0.99
0.79



Knorr Fix
Bolognese Unsere Beste!
je 38-g-Btl. (1 kg = 10.26)

Aktion
0.39



Lorenz
Crunchips
Paprika,
je 150-g-Btl.
(1 kg = 8.60)

Aktion
1.29



Jacobs
Lungo Kaffee kapseln
Intenso
je 104-g-Pckg.
(1 kg = 42.69)

Aktion
4.44



Sheba
Katzen nahrung
versch. Sorten
je 85-g-Btl. (1 kg = 5.76)

Aktion
0.49



Lenor
Weichspüler
Aprilfrisch,
je 950-ml-Fl.
(1 l = 1.88)

Aktion
1.79

Bitte beachte unsere Öffnungszeiten am Markt. Angebote gültig bei REWE und REWE CENTER.

REWE Markt GmbH, Domstr. 20 in 50668 Köln, Namen und Anschrift der Partnermärkte findest du unter www.rewe.de oder der Telefonnummer 0221 - 177 397 77. Unser Unternehmen ist Bio-zertifiziert durch DE-ÖKO-006.

Druckfehler vorbehalten. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Aktionspreise sind zeitlich begrenzt. Verkauf nur solange der Vorrat reicht.

DAS WOCHENPROGRAMM VON VIER KIELER KINOS

PROGRAMM SA, 16.11.–FR, 22.11.2024



metro – Kino im Schloßhof
Holttenauer 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

metro – Kino im Schloßhof

Inzwischen laufen die Arbeiten für den Neubau des Dachstuhls über unserem Kinosaal. 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!



STUDIO Filmtheater

Alles für die Katz
Animation. FSK 0.
Kater Beckett wird in unerwarteter Gestalt wiedergeboren.
Mo 15:30

Alter weißer Mann
Komödie. FSK 6.
Um zu beweisen, dass er kein „alter weißer Mann“ ist, lädt Heinz Hellmich seinen Chef und weitere Gäste zu sich nach Hause ein.
Sa 20:30/So 17:30/Mo-Mi 18:00

The Apprentice – The Trump Story
Drama. FSK 12.
Di 20:30

Der Buchspazierer
Komödie. FSK 6.
Sa, So 12:45/Mo, Di 15:30

Forrest Gump
Drama. FSK 12.
Im Rahmen der Reihe Lichtperlen. Mit Einführung.
OmU (Engl.): Fr 22:30

Die Fotografin
Drama. FSK 12.
So 12:30/Di 15:30

In Liebe, Eure Hilde
Drama. FSK 12.
Sa 11:15/Mi 15:00

Kikis kleiner Lieferservice
Zeichentrick. FSK 0.
Lichtperlen Ghibli-Reihe. Mit Einleitung und Vorfilm.
So 12:00

Marianengraben
Tragikomödie. FSK 12.
Eine zu Herz gehende Geschichte über den Tod und darüber, am Leben zu bleiben.
Sa, Mi 15:00/So 17:45/Mo 18:15/Di 15:30

Neuigkeiten aus Lappland
Komödie. FSK 12.
Schräge Komödie, die die 1980er Jahre in ihrer ganzen Schönheit wieder auferstehen lässt: Niina demoliert das Fenster der „Lappland News“. Der Chef des Käseblättchens lässt sich überreden, den Schaden mit Artikeln wieder auszugleichen, heitere Themen vorausgesetzt! Sie aber glaubt, an einer großen Story dran zu sein. Hat niemand außer ihr den lauten Knall gehört?
Sa 18:00/So 19:45/Di, Mi 20:15
OmU (Finn.): Mo 20:15

Riefenstahl
Dokumentation. 121 Minuten. FSK 12.
Dokumentation über Leni Riefenstahl produziert von Sandra Maischberger.
Sa, So, Mi 15:00/Mo 15:30/Di 17:45

Die Schule der magischen Tiere 3
Kinderfilm. FSK 0.
Sa 13:45/So 15:15

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

The Substance
Horror. FSK 16.
Nimmt den toxischen Schönheitskult auf die Schippe.
OmU (Engl.): So 20:00

Thrill-Sneak
Vorpremiere eines Überraschungsfilms aus den „deftigen“ Genres, mit Verlosung und Kurzfilm.
Sa 23:00

Die Witwe Clicquot
Drama. FSK 12.
Über die erste Geschäftsfrau, die ein Champagnerhaus leitete.
Sa 16:00/So 17:30/Di, Mi 18:00
OmU (Engl.): Mo 18:00



FILMTIPP GLADIATOR 2

Action. FSK 16. 149 Minuten.
Der Film von Regisseur Ridley Scott ist die Fortsetzung der epischen Saga um Macht, Intrigen und Rache im antiken Rom. Vor Jahren musste Lucius den Tod des geliebten Helden Maximus durch die Hand seines Onkels miterleben. Jetzt muss er selbst das Kolosseum zu betreten, nachdem Rom von den tyrannischen Kaisern erobert wurde, die es nun mit eiserner Faust regieren. Die Zukunft des Reiches steht auf dem Spiel. Lucius muss sich auf seine Vergangenheit besinnen damit er seinem Volk den Ruhm Roms zurückgeben kann.
Sa, So 19:45/Di, Mi 20:30
OmU (Engl.): Sa 23:00+Mo 20:30

Kino in der Pumpe

Ich habe KIEL erlebt - Ein gefilmtes Leben zwischen 1939 und 1955
D 2024. 55 Min.
Nach ihrer erfolgreichen Dokumentation „Ich habe KIEL zu erzählen“ präsentieren die beiden Filmemacher Oliver Boczek und Gerald Grote ein faszinierendes und stimmungsvolles Bild der Stadt an der Förde.
Do, Fr 17:00

Seniorenkino: Radical – Eine Klasse für sich
Christopher Zalla. USA 2023. 122 Min.
Basierend auf einer wahren Geschichte.
Sa 14:00

Französische Filmwoche: Die leisen und die großen Töne
Emmanuel Courcol. F 2024. 103 Min. OmU.
Wenn Thibaut sein Orchester dirigiert, strömen die Menschen herbei. Dann aber eröffnen ihm die Ärzte ein schlimme Diagnose... Wunderbarer Film über das Leben! Nach dem Film lädt das Institut Français zu einem Empfang mit Büffet ein.
OmU: Fr 19:00

Französische Filmwoche: Vingt Dieux – Könige des Sommers
Louise Courvoisier. F 2024. 90 Min. OmU.
Das Spielfilmdebüt der französischen

Regisseurin Louise Courvoisier ist eine hinreißende Tragikomödie über die Liebe, das Landleben und die Tücken bei der Herstellung eines guten Käses.
OmU: Do 20:00

Psychoanalyse und Film: Rimini
Ulrich Seidl. A 2022. 114 Min.
Grandiose Darsteller und eine Hauptfigur, wie man sie nur selten im Kino zusehen bekommt! Im Anschluss Gespräch.
Di 18:30

In Kooperation mit Kunsthalle Kiel: Die toten Vögel sind oben
Sönje Storm. D 2022. 85 Min.
Gemeinsam mit dem SHKV und der Kunsthalle Kiel präsentieren wir diesen Dokumentarfilm über einen ungewöhnlichen Sammler.
Mi 18:00

Johatsu – Die sich in Luft auflösen
Andreas Hartmann & Arata Mori. J 2024. 86 Min. Dokumentarfilm.
In Japan verschwinden pro Jahr rund 100 000 Menschen. Der Film beschäftigt sich mit den Gründen, den Zurückbleibenden und dem Geschäft mit dem Verschwinden.
Sa, So 18:30

Milchzähne
Sophia Bösch. D 2024. 97 Min.
Im abgeschotteten Dorf, in dem Skalde und ihre Mutter leben, wird jeder Fremde als existentielle Bedrohung wahrgenommen. Eines Tages begegnet Skalde bei ihren Streifzügen einem fremden jungen Mädchen. Dystopisches Coming-of-Age-Drama.
Do 18:00

KIELversprechend
Präsentiert vom ZeitZeugenStudio e.V.
Die monatliche Kino-Revue, manchmal aufregend, manchmal anrührend, immer unterhaltsam!
So 16:00

David-Lynch-Retrospektive: Blue Velvet
David Lynch. USA 1986. 120 Min. OV.
Jeffrey Beaumont findet ein menschliches Ohr. Er bringt es zur Polizei, forscht aber auch selbst nach den Hintergründen. Es wird eine Reise in die dunkelsten Abgründe der Stadt und seines eigenen Begehrens.
OV: Mo 19:00

Motel Destino
Karim Ainouz. BRA 2024. 115 Min. OmU.
Neo-Noir auf brasilianische Art, voll von Licht, Körpern und Ekstase!
Nur OmU: Sa, So 20:00+Di, Mi 20:30

FILMTIPP MÜNTER UND KANDINSKY

Marcus O. Rosenmüller. D 2024. 125 Min. Mit Vanessa Loibl, Vladimir Burlakov, Julian Koechlin.
Anfang des 20. Jahrhunderts schickt sich das Liebespaar Gabriele Münter und Wassily Kandinsky 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 16:15/Mo, Di 16:00/Mi 15:45



Traum-Kino

Anora
Liebesfilm. USA 2024. Regie: Sean Baker. Mit Mikey Madison. 138 Minuten. FSK 16.
Die selbstbewusste Anora, eine junge Stripperin aus Brooklyn, erhält die Chance auf einen Ausstieg, als sie Ivan, den Sohn eines Oligarchen, kennenlernt und ihn kurze Zeit später spontan in Las Vegas heiratet. Als die Nachricht Russland erreicht, ist ihr Traum von einer besseren Zukunft jedoch in Gefahr: Ivens Eltern reisen nach New York, um die Ehe annullieren zu lassen. Regisseur Sean Baker (The Florida Project) erzählt mit „Anora“ eine überraschende Geschichte voller Lebenslust und Humor, die bei den 77. Filmfestspielen in Cannes die Goldene Palme als bester Film gewann. Von den schummrigen Sex-Clubs voll unerfüllter Träume bis zu den luxuriösen Appartements russischer Milliardäre: „Anora“ ist eine wilde Odyssee durch die Gegensätze der Gegenwart und kontrastreichen Genres, zwischen denen die Außenseiter des Lebens ihren persönlichen Silberstreif am Horizont entdecken. Die titelgebende Hauptrolle übernahm Mikey Madison (Once upon a time in Hollywood). Eine junge Lovestory, eine schräge Komödie, ein überraschender Independent-Film. Goldene Palme Festival Cannes 2024: Bester Film des Jahres!
Sa-Di 20:15



Die Unsichtbaren
Film über die Nazi-Zeit
So 13:00 Uhr

Lustiges Mitmachkino mit Petterson & Findus
60 Minuten. FSK 0.
So 15:30

Cranko
Film über den Ballett-Chreographen John Cranko.
Mi 20:15

Münter und Kandinsky
Künstlerfilm.
Do, Fr 20:15



FILMTIPP THE ROOM NEXT DOOR

Drama. Spanien 2024. Regie: Pedro Almodovar. Mit Julianne Moore, Tilda Swinton, John Turturro. 107 Minuten, FSK 12.
In ihrer Jugend waren Ingrid (Julianne Moore) und Martha (Tilda Swinton) als Mitarbeiterinnen derselben Zeitschrift eng miteinander befreundet. Doch dann sorgte das Leben dafür, dass sie sich aus den Augen verloren. Inzwischen arbeitet Ingrid als Autorin autofiktionaler Werke, Martha als Kriegsreporterin. Nach Jahren ohne Kontakt treffen die beiden Frauen in einer schwierigen, aber auch seltsam schönen Situation wieder aufeinander. Verfilmung des Romans „Was fehlt Dir?“ von Sigrid Nunez. Auf dem Venedig-Festival mit dem Goldenen Löwen als bester Film ausgezeichnet.
Sa-Di, Do, Fr 17:45
OmU: Mi 17:45
Weitere Infos www.traum-kino-kiel.de

NOCH IMMER EIN TABUTHEMA

Seit 8 Jahren Darmprobleme: Sarah G. erzählt von ihrer Reizdarm-Odyssee

Sarah G. ist 45 Jahre alt und schon seit einigen Jahren kämpft sie immer wieder mit Bauchschmerzen und Verdauungsproblemen wie Durchfall und Blähungen. Lange Zeit wusste sie nicht, was mit ihrem Körper los war – bis die Diagnose „Reizdarmsyndrom“ (RDS) endlich Klarheit brachte.

Das Reizdarmsyndrom ist eine der häufigsten funktionellen Magen-Darm-Erkrankungen, von der etwa 11 Millionen Deutsche betroffen sind.¹ Der „gereizte Darm“ kann sich dabei auf verschiedenste Arten äußern: Sowohl wiederkehrender Durchfall oder Bauchschmerzen als auch Blähungen und Verstopfung sind mögliche Symptome.² Diese können einzeln oder in Kombination auftreten und auch in Intensität und Dauer variieren.

Obwohl dieses Beschwerdebild so weit verbreitet ist, gestaltet sich die Behandlung oft schwierig. Auch Sarah G. musste auf ihrer langen Reise durch Arztbesuche, Ernährungsexperimente und alternative Heilmethoden viele Rückschläge hinnehmen. In diesem Artikel erzählt sie, wie sie ihren Alltag mit Reizdarm gestaltet hat und was ihr letztlich geholfen hat, ihre Symptome in den Griff zu bekommen.

Reizdarm: ein dauerhafter Begleiter

„In den letzten acht Jahren hat mich das Reizdarmsyndrom ordentlich auf Trab gehalten. So ziemlich nach jeder Mahlzeit oder auch nur nach einer Tasse Kaffee musste ich abwarten, ob

sich mein Reizdarm wieder meldete. Drei Mahlzeiten am Tag bedeuteten für mich: 3-mal täglich bangen, ob ich mich danach wieder schlecht fühle. Wenn sich mein Reizdarmsyndrom meldete, bedeutete das, dass ich von jetzt auf gleich eine Toilette aufsuchen musste, weil sich Durchfall ankündigte. Und der Stressfaktor, dass ich immer ausgerechnet dann aufs Klo musste, wenn ich gerade im Stau steckte oder ein Date hatte, kam noch hinzu – das war nicht gerade förderlich!



Aber als fast noch schlimmer empfand ich meine Bauchschmerzen. Ich spreche von wirklich schmerzhaften Bauchkrämpfen, die ich kaum ertrug.“

Ernährungsumstellung als Hoffnungsschimmer?

„Vor ein paar Monaten habe ich dann meine Ernährung auf FODMAP-arme Lebensmittel umgestellt, was zwar geholfen hat, aber nicht genug.“

Innovativer Ansatz: ein spezieller Bakterienstamm

„Doch dann habe ich ein Produkt mit einem bestimmten Bakterienstamm namens B. bifidum MIMBb75 ausprobiert. Ich war erst skeptisch, da ich zuvor bereits andere Bakterienstämme bzw.



sogenannte Probiotika ausprobiert hatte und mein Darm gar nicht gut darauf reagiert hat. Als ich mit der Einnahme begann, erwartete ich mir sehr wenig. Aber mittlerweile bin ich echt froh, dass ich dem Ganzen eine Chance gegeben habe.“

Ein neues Lebensgefühl

„Mehr als einen Monat später habe ich nun noch selten Reizdarm-attacken (zum Vergleich: davor litt ich mindestens 4-mal pro Woche an Durchfall oder Bauchkrämpfen) und die Bauchschmerzen sind in der letzten Zeit vielleicht nur noch 5-10% von dem, was sie früher einmal waren. Das ist so eine Erleichterung, das können Sie mir glauben! Ich weiß, dass es für das Reizdarmsyndrom kein Allheilmittel gibt, aber mir hat dieser Bakterienstamm wirklich geholfen –

ich bin echt begeistert. Ich werde eine weitere Packung nehmen, nur um sicherzugehen.“

B. bifidum MIMBb75 – was verbirgt sich dahinter?

Wissenschaftler nehmen heute an, dass häufig eine geschädigte Darmbarriere die Ursache von wiederkehrenden Darmbeschwerden ist. Bereits durch

kleinste Schädigungen der Darmbarriere, sogenannte Mikroläsionen, können Erreger und Schadstoffe in die Darmwand eindringen, den Darm reizen und Entzündungen hervorrufen. Die unangenehmen Folgen sind vielfältig – wiederkehrender Durchfall, oft gepaart mit Bauchschmerzen, Blähungen, teilweise Verstopfung.³ Genau hier setzt B. bifidum MIMBb75 an: Dieser besondere Bakterienstamm besitzt die einzigartige Fähigkeit, sich physikalisch an die Darmepithelzellen anzulegen – ähnlich wie ein Pflaster über einer Wunde. Unter diesem „Pflaster“ kann sich die Darmbarriere regenerieren, die Darmbeschwerden können abklingen.



Der patentierte Bakterienstamm B. bifidum MIMBb75 ist in seiner weiterentwickelten, hitzeinaktivierten Form exklusiv

Das FODMAP-Ernährungskonzept zielt darauf ab, schwer verdauliche Kohlenhydrate zu reduzieren, die bei Menschen mit Reizdarmsyndrom Beschwerden wie Blähungen, Bauchschmerzen und Durchfall verursachen. Zu den FODMAP-reichen Lebensmitteln zählen beispielsweise Äpfel, Milch, Weizen, Zwiebeln

und bestimmte Hülsenfrüchte. Die FODMAP-Diät besteht aus einer Eliminationsphase, in der



im Medizinprodukt Kijimea Reizdarm PRO enthalten.

Die Wirksamkeit des Bakterienstammes bei Reizdarmbeschwerden konnte sowohl in seiner ursprünglichen als auch in seiner hitzeinaktivierten Form in zwei Goldstandard-Studien eindrucksvoll unter Beweis gestellt werden.^{4,5} Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

Sarah G. ist dabei nicht die Einzige, die von der Wirkung des Bakterienstammes überzeugt ist, wie sich auch an zahlreichen positiven Online-Rezensionen zeigt. Der außerordentliche Erfolg des Produktes führte dazu, dass der Hersteller immer wieder Liefer-schwierigkeiten bekam und Kijimea Reizdarm PRO zeitweise ausverkauft war. Viele Kunden berichten, dass sie vorsichtshalber meist gleich die größte Packung kaufen, damit sie nicht Gefahr laufen, die Einnahme wegen ausverkaufter Ware unterbrechen zu müssen. Zuletzt war das Produkt jedoch wieder verfügbar.

Kijimea Reizdarm PRO ist rezeptfrei nur in Ihrer Apotheke oder direkt beim Hersteller unter www.kijimea.de erhältlich.

all diese Lebensmittel, die reich an FODMAPs sind, vermieden werden, und einer anschließenden Wiedereinführung, um individuelle Unverträglichkeiten zu identifizieren. Das Ziel ist es, nicht dauerhaft FODMAP-frei zu leben, sondern die eigenen Verdauungsbeschwerden mit dieser Ernährungsweise besser kontrollieren zu können.

¹Straub C et al. Arztreport 2019 – Pressemappe. 2019. • ^{2,3}Wood JD. Effects of bacteria on the enteric nervous system: implications for the irritable bowel syndrome. J Clin Gastroenterol. 2007;41 Suppl 1:S7-S19. doi:10.1097/MCG.0b013e31802f1331. • ⁴Guglielmetti S, Mora D, Gschwendner M, Popp K. Randomised clinical trial: Bifidobacterium bifidum MIMBb75 significantly alleviates irritable bowel syndrome and improves quality of life – a double-blind, placebo-controlled study. Alimentary pharmacology & therapeutics. 2011;33(10):1123-1132. doi: org/10.1111/j.1365-2036.2011.04633.x. • ^{5,6}Andresen V, Gschossmann J, Layer P. Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020;5(7):658-666. doi:10.1016/S2468-1253(20)30056-X. • Abbildung, Name und Alter der Betroffenen geändert.



Wie ein Pflaster für den gereizten Darm.

- ✓ Mit dem einzigartigen Bakterienstamm B. bifidum HI-MIMBb75
- ✓ Bei Reizdarmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen
- ✓ Wirksamkeit bei Reizdarm klinisch belegt⁶

Kijimea Reizdarm PRO
direkt beim Hersteller bestellen:



www.kijimea.de



Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

Geplagt von Gelenkschmerzen?

Diese rezeptfreien Arzneitropfen versprechen Hilfe!

Millionen Deutsche leiden immer wieder unter rheumatischen Gelenkschmerzen. Vor allem Knie, Hüfte oder Schultern bereiten vielen Probleme. Forscher suchten deshalb nach einer Lösung, die solche Gelenkschmerzen wirksam und schonend zugleich behandelt. Mit Erfolg! Der spezielle Wirkstoff Rhus toxicodendron erfüllt diese Kriterien: Er wirkt schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen und ist dabei gut verträglich. Sogar bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen verschafft er Linderung.

Wirkung ohne Umwege, individuell dosierbar

Wissenschaftler bereiteten den Wirkstoff in einer flüssigen Darreichungsform auf (Rubaxx Tropfen). Er wird somit direkt über die Schleimhäute aufgenommen und kann seine schmerzlindernde Wirkung ohne Umwege entfalten. Ein weiterer Vorteil der Tropfen: Betroffene können Rubaxx je nach Stärke ihrer Schmerzen individuell dosieren.

Gute Verträglichkeit

Die Arzneitropfen sind gut verträglich und schlagen nicht auf den Magen. Schwere Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln ebenfalls nicht. Rubaxx ist rezeptfrei in der Apotheke erhältlich.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx
(PZN 13588561)



RUBAXX. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Politiker reden über ihre Fehler

KIEL. Zur zweiten „Fuck-up-Night für die Demokratie“ lädt der Landesbeauftragte für politische Bildung für Dienstag, 19. November, ab 18 Uhr in die Pumpe, Haßstraße 22 in Kiel, ein. Politiker und Politikerinnen, die Fehler machen, bekommen das anschließend sehr oft genüsslich und ausgiebig von Vertretenden der Opposition um die Ohren gehauen. Ist das vielleicht einer der Gründe, warum es so schwierig zu sein scheint, politische und persönli-

che Fehler einzugestehen? Warum Skandalisierung und Häme selbst dann, wenn es eigentlich klüger wäre, über das, was falsch gelaufen ist, zu reden, um daraus für die Zukunft zu lernen? Bei der Demokratie-Fuck-up-Night in der Pumpe werden fünf mutige Spitzenpolitikerinnen und -politiker aus Schleswig-Holstein genau das tun: über ihre persönlichen und politischen Fehler sprechen, diese reflektieren und verraten, was sie und wir daraus lernen können.

Mit dabei sind Bildungsministerin Karin Prien (CDU), Thomas Losse-Müller, ehemaliger Vorsitzender der SPD-Landtagsfraktion, Lasse Petersdotter, Fraktionsvorsitzender von Bündnis 90/Die Grünen, Dr. Heiner Garg (FDP), ehemaliger Gesundheitsminister, und die stellvertretende Landtagspräsidentin Jette Waldinger-Thiering (SSW). Für die Teilnahme ist eine Anmeldung auf www.politische-bildung.sh unter dem Punkt „Veranstaltungen“ notwendig.

Ware für den Weihnachtsbasar gesucht

KIEL. In der Kita Elmschenhagen im Lechweg 59 beginnt am 25. November wieder der Weihnachtsbasar. Wer noch

Dinge hat, die er oder sie dort abgeben möchte, damit sie dort verkauft werden, kann noch bis zum 18. November

per E-Mail an ev.kita-elmschenhagen@altholstein.de mit dem Team der Kita Lechweg Kontakt aufnehmen.

Treffen der Selbsthilfegruppen

PLÖN. Die Zentrale Kontaktstelle für Selbsthilfe Kreis Plön (ZKS) lädt die Leitungen von Selbsthilfegruppen und -initiativen im Kreisgebiet zum diesjährigen Gesamttreffen ein. Geplant ist das Treffen für Donnerstag, 12. Dezember, ab 17.30 Uhr in den Räumen des DRK-Ortsvereins

Preetz in der Gasstraße 25. Im Rahmen des Treffens werden neue Entwicklungen in der regionalen Selbsthilfe und mögliche Neuerungen der Selbsthilfeförderung der gesetzlichen Krankenkassen Schleswig-Holsteins für das Jahr 2025 vorgestellt. Das Forum bietet den

Teilnehmenden zudem die Möglichkeit zum gruppenübergreifenden Austausch. Die Teilnahme am Treffen erfordert die vorherige Anmeldung bis zum 6. Dezember bei Claudia Ottow – entweder per E-Mail an ottow@drkploenerland.de oder unter Tel. 04342/90334020.

ANZEIGEN

Wirtschaftsleben

SONDERTHEMA



Aktuell hat Stefan Schulz viele silberne Tee- und Kaffeekannen sowie Kerzenleuchter im Sortiment. FOTO: JENNIFER RUSKE

Weihnachtliches, Schmuck und mehr

Im „Brunswiker Antik Pavillon“ gibt es neue alte Schätze zu entdecken

KIEL. „Mein Schwerpunkt liegt im An- und Verkauf von Uhren, Schmuck, Silber, Münzen sowie Porzellan von KPM und Meißner“, sagt Stefan Schulz, der im „Brunswiker Antik Pavillon“ auf 120 Quadratmetern ein großes Sortiment an Antiquitäten, Kunst und Schmuck anbietet. Angekaufte Stücke

werden nicht eingeschmolzen, sondern aufgearbeitet und wieder zum Verkauf angeboten. „Wir haben eine große Auswahl an altem und modernem Schmuck – wer ein Weihnachtsgeschenk sucht, wird hier fündig.“ In der Adventszeit bietet Stefan Schulz auch allerlei Dekoratives rund um

das Weihnachtsfest an, wie zum Beispiel alte Christbaumkugeln sowie Erzgebirgs- und Krippenfiguren. Stefan Schulz ist immer auf der Suche nach neuen alten Dingen – von Münzsammlungen über Antiquitäten bis Schmuck. Einfach ein Foto per Mail an antikpavillonkiel@gmx.de

schicken oder im Geschäft vorbeikommen. Öffnungszeiten: Dienstag bis Freitag 11 bis 18 Uhr und Sonnabend 10 bis 14 Uhr.

Brunswiker Antik Pavillon
Brunswiker Straße 50, Kiel
Tel. 0431/65949101
Tel. 0176/78339200
www.antik-pavillon-kiel.de

Immobilienverkauf ohne Makler

Marc und Bennet kaufen problembehaftete Immobilien direkt vom Eigentümer

KIEL. „Je schlechter der Zustand, desto besser“, sagen die beiden Kieler Immobilienprofis. Denn häufig ist der nicht wirklich repräsentative Zustand eines Objektes genau das Problem beim Verkauf. Weniger attraktive Immobilien lassen sich deutlich langsamer verkaufen, weil die potenziellen Käufer vor den bevorstehenden Sanierungsmaßnahmen zurückschrecken. Zudem muss bei Eigentumswohnungen der Verkäufer rein rechtlich dem Makler auch noch eine Innencourtage zahlen. Oft wollen Eigentümer von solch stark in die Jahre gekommenen, verwahrlosten oder mit überfordernden Mietverhältnissen vermieteten Wohnungen diese einfach nur noch loswerden. Genau hier setzen die

beiden Unternehmer aus Kiel an: „Wir kennen den Schmerz der Eigentümer sehr gut und haben uns genau darauf spezialisiert. Wir nehmen den Verkauf vom Notartermin an alle Kosten und Nöte ab“,



Eine notwendige Sanierung einer Wohnung stellt viele Eigentümer oft vor finanzielle, zeitliche und nervenaufreibende Probleme. Für die beiden Kieler beginnt hier ihre Passion. FOTO: WVS

erklärt Marc unkompliziert.

Nordlicht Projekt GmbH
Holtener Straße 322
Kiel
Tel. 0176/80127055
ahoi@nordlicht-projekt.de
www.nordlicht-projekt.de

Jubiläumsangebote bei Loch Optik

Seit 25 Jahren ist Optikermeister Heiko Loch für seine Kundschaft da

KIEL. Nach inzwischen 25 Jahren ist Loch Optik eine echte Institution in der Kieler Ringstraße. 1999 eröffnete Optikermeister Heiko Loch dort sein Geschäft und überzeugt seitdem seine Kundschaft mit der perfekten Mischung aus persönlichem Service, Top-Qualität und günstigen Preisen. Zum Jubiläum gibt es nun besondere Angebote: Aktuell kostet das Paar Gleitsichtgläser nur 79 Euro sowie das Paar Einstärkengläser nur 39 Euro. Verarbeitet werden jeweils Qualitätsgläser aus Kunststoff (+/-6dpt/2cyl), superentspiegelt und gehärtet und in hauseigener Meisterwerkstatt geschliffen. Tipp: Bei den Fassungen sind jetzt viele Einzelstücke deutlich reduziert!



Inhaber Heiko Loch (li.), Ralf Niemann und Charlotte Ladewig halten viele Schnäppchen für die Kundschaft bereit. FOTO: LOCH OPTIK

Diese Angebote gelten bis zum 29. November. Um Terminvereinbarung unter Tel. 0431/6794111 wird gebeten.

Loch Optik
Ringstraße 46, Kiel
Mo., Di., Do., Fr. 10-18 Uhr
Mi. 10-13 Uhr

Ihre Adresse für handwerkliche Meisterwerke

Polsterei Vier Jahreszeiten bietet maßgeschneiderte Lösungen



Geschäftsführer Josef Merljung (re.) mit seinem Bruder David bei der diesjährigen Bauen Wohnen Lifestyle Messe in der Wunderino Arena Kiel. FOTO: POLSTEREI VIER JAHRESZEITEN

KIEL. Die Polsterei Vier Jahreszeiten präsentiert sich als innovativer Partner für alle, die Wert auf Qualität, Design und Nachhaltigkeit legen. Mit über 13 Jahren Erfahrung in der Polster- und Möbelrestaurierung bieten die Profis maßgeschneiderte Lösungen, die jedes Möbelstück in ein Wohlfühlparadies verwandeln. Das Team aus erfahrenen Handwerkern und Designern versteht es, alte Möbelstücke mit neuem Leben zu füllen und moderne Akzente zu setzen. Ob es sich um die Aufarbeitung eines Erbstücks oder um die Neugestaltung eines Möbelstücks handelt – die Kunden stehen im Mittelpunkt. Die

Mitarbeitenden hören zu, beraten und setzen ihre Wünsche mit höchster Präzision um. Großer Wert wird dabei auf nachhaltige Materialien und umweltfreundliche Verfahren gelegt. Die hochwertigen Stoffe und Füllmaterialien stammen aus verantwortungsvollen Quellen, und regionale Produkte kommen zum Einsatz, wann immer es möglich ist. Mit über 12.000 verschiedenen Stoffen, Farben und Designs ist die Auswahl riesig. Zudem bieten die Profis eine Vielzahl von Polstertechniken an, darunter traditionelle Handwerkskunst sowie moderne Innovationen, die Komfort und Stil vereinen. Interessierte

können die Polsterei Vier Jahreszeiten persönlich kennenlernen – bei einem Besuch in der Kaistraße 90 in Kiel (nur mit Termin) oder bei einer Beratung bei ihnen vor Ort nach vorheriger Terminvereinbarung – telefonisch oder per E-Mail. Aktuell bietet die Polsterei 30 Prozent Erstkundenrabatt auf alle Arbeiten sowie auf Stoffe und Leder an – inklusive kostenloser Abholung und Lieferung.

Polsterei
Vier Jahreszeiten
Kaistraße 90, Kiel
Tel. 0176/74224443
galerie.vierjahreszeiten@freenet.de
www.polsterei-vierjahreszeiten.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.

STELLENANGEBOTE



Komm vorbei:
BewerberCafé
22. November, 17 - 19 Uhr

Pflege für unsere Pflege



Werde FEKler!



Lass den Kaffee nicht kalt werden... Komm vorbei, lerne uns kennen, stelle uns all deine offenen Fragen!
Wir freuen uns auf DICH!

• Speedbewerbung • Einblicke ins FEK • unverbindliches Kennenlernen
Friesenstraße 11, 24534 Neumünster

Fahrer (m/w/d)
zur Beförderung von Rollstuhlfahrern mit unseren speziell ausgestatteten Bussen, geringfügige Beschäftigung
Bezahlung nach TvöD E2
Stundenlohn mindestens 13,88 €
Ihre Bewerbung an:
bewerbung@wub-ottendorf.de
oder Tel 0431-5839951
Werk- und Betreuungsstätte für Körperbehinderte gGmbH
Ottendorfer Weg 22, 24107 Ottendorf

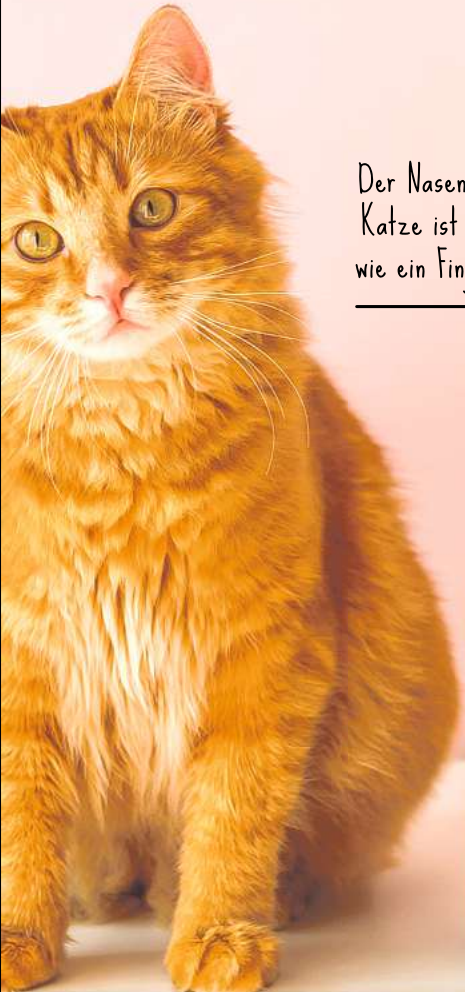
Steuerfachangestellte (m/w/d) gesucht
für Steuerkanzlei in Kiel in Voll- oder Teilzeit.
Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme!
SOZietät HARTZ
www.steuerberatung-hwh.de
☎ (04 31) 71 24 23

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

Regionale Nachrichten – Alexa weiß Bescheid.

Immer das Neueste hören.

- Aktuellste Nachrichten vorlesen lassen
- Mit dem regionalisierbaren Alexa-Skill Ihrer KN & SZ
- Für Amazon Echo, Amazon Echo Dot und via App



Der Nasenabdruck einer Katze ist so einzigartig wie ein Fingerabdruck ...



Entdecken Sie jetzt unseren Alexa-Skill!



STELLENGESUCHE

Fliesenleger mit Erfahrung sucht Job. ☎ 0176/80858519

Suche privat Gartenarbeit in Preetz und Umgebung; 0157/34888046

Maurer, Rentner sucht Arbeit ☎ (0179) 5765997

Laminatverl.su.Job ☎ 3 85 22 12

Maler sucht Job ☎ 5 34 32 58

Maler (Rentner) m. Erfahrungen sucht Tätigkeit. 0176/51884463

EXPRESS – KOSTENLOS – INFORMATIV – GUT!



www.kielerepress-online.de

ARBEITSANGEBOTE

Selbstständig arbeitende, empathische, zuverlässige Person für Alltagsbegleitung/ Seniorenbetreuung gesucht. Guter Stundenlohn! Telefonischer Kontakt ab 19Uhr ☎ 0152/53661479

Reinigungskraft (m/w/d) gesucht, 5:30 – 7:30 Uhr, Athletic Fitnessland, Tel. 0431-729606

Su. Putzhilfe! ☎ (0431) 3801377

Putzhilfe gesucht, Altenholz Stift, 1xWoche, ca. 2-3h ☎ 0176/871807

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“ & Rasenmäroboter.
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

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



Achtung: Gartenarbeiten aller Art mit Baumfällung ; 0163/2079571

Gehölzschnitt! 0431/5332711

Dachdecker hat Zeit! Reparaturen rund ums Haus, Dachentmoosung, First & Schornsteinarbeiten, Efeu-Entfernung, Dachrinnen-Reinigung ab 2 €/lfd. m, Flachdacharbeiten. Kostenlose Anfahrt & Beratung, Tel. 0176/58600541 Mo. - Sa.

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

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

Dachdeckerei preisgünstig!
☎ 0431/7759450

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

Kiel. Sailing.City.
Kiel

Ihre Perspektive
Kiel sucht engagierte Tagesmütter und Tagesväter



Ok, dich nehm ich!

kiel.de/kindertagespflege

Boden- und Parkettleger - Erledige Gartenarbeit, auch Schleifen von Parkett Baumfällung, inkl. Abfuhr zum Fa. Neve, Tel. 0177/2805321 Festpreis ☎ (0 157) 55386623



OLSEN REISEN
Urlaub zum kleinen Preis

Gehobener Urlaub zum Top-Preis



SPAREN BIS ZU 81,-
3 Tage ab **216,-**

 Norddeutschland, Breitenburg ★★★★★

Luxushotel in Holstein
Hotel Breitenburg

- 2 Übernachtungen m. Frühstück
- 1 x Frontcooking-Erlebnis mit Buffet
- 2 x Nachmittagsgetränk in der Bar
- 2 x Kaffee/Tee und Kuchen am Nachmittag
- Gratis Nutzung Spa (Inkl. 25€ Gutschein)

Direkt am Strand



SPAREN BIS ZU 24,-
3 Tage ab **166,-**

 Ostsee, Damp ★★★★★

Wellness Resort am Strand
Ostseehotel Midgard

- 2 Übernachtungen mit Frühstück
- 2 x Abendbuffet
- Soft Getränke beim Abendessen
- Eintritt in die Erlebnis- & Freizeitwelt
- Gratis Internet und Parken

Bestseller! Boltenhagen Zugreifen!



SPAREN BIS ZU 104,-
3 Tage ab **126,-**

 Norddeutschland, Ostseebad Boltenhagen ★★★★★

Gutshaus nahe der Ostsee
Gutshaus Redewisch

- 2 x Übernachtungen mit Frühstück
- 2 x 2-Gänge Menü
- Gratis Kaffee/Tee am Nachmittag
- 1 Flasche Wein zum teilen
- Gratis Nutzung von Sauna u. Fitness

Mit köstlichem 2-Gänge-Menü



SPAREN BIS ZU 21,-
3 Tage ab **126,-**

 Ostsee, Stralsund ★★★★★

Zwischen Hafen und Altstadt
Vienna House by Wyndham Baltic Stralsund

- 2 Übernachtungen mit Frühstück
- 1 x 2-Gänge Menü/Bufferet
- 1 Glas Wein/Bier zum Abendessen
- 1 x Nutzung Sauna
- Gratis Nutzung Fitness

- 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



GARTEN- & LANDSCHAFTSBAU
Roland Lauer Meisterbetrieb
 Garten Neu- und Umgestaltung,
 Gartenpflege, Tiefbau-, Pflaster-
 arbeiten, Zäune, Kellerwand-
 isolierung, Holzterrassen, Carport,
 Rollrasen, Winterdienst
 ☎ 0431/997 65 59
 lauerunggarten@gmail.com

Dachdeckerei Lars Schänig
 zuverlässig + günstig ☎ 0431/3182154

Achtung: Arbeiten rund ums Haus,
 wie Dacharbeiten 0163/2079571

Maler su. Job, ☎ 0177/4135831

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

Fa. Lauer Meisterbetrieb über-
 nimmt kleinere Abrissarbeiten,
 Rodungsarbeiten inkl. Entsorgung
Tel. 0431/9976559 oder
 lauerunggarten@gmail.com

MALERMEISTER
PATRICK LANGMAACK
 Tel. 0431/71 94 65 55
 Mobil (0176) 80 07 86 81
 www.malermeister-langmaack.de

**Gartenarbeiten und Baum-
 fällen, Heckenschnitt mit
 Entsorgung ☎ 0431/79949686**

**Baum- und Strauchschnitt sowie
 Baumfällung inkl. Entsorgung**
Fa. 0431 / 32 22 09

Erf. Maler/Parkettleger sucht Arbeit
 0431/5352278

Malermeister nimmt noch Auf-
 träge an Tel. 0431/16073748

Frau su. Putzjob auf 530€ im Büro
 mit Schlüssel. (0157) 52 715 598

Job gesu. v. Frau im privaten Pfl-
 gebereich ☎ (0157) 52 715 598

Frau su. Job für private Fußpflege
 ☎ (0157) 52 715 598

Profi-Heckenschnitt.
 ☎ (01522) 540 70 14

Obstbaumschnitt! 0431/5332711

EXPRESS
KOMMT AN
 www.kielerexpress-online.de

ANKAUF

Kaufe Teak-Möbel, Palisander,
 helle Eiche, u.a. Designmöbel.
 Zustand egal. ☎ 0157-77459274

**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

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

Kaufe Amateurfunk- und Radio-
 nachlässe, Tonstudiogeräte,
 Elektronenröhren, Verstärker,
 alte Computer usw.
 0174/7681154

Ankauf schlichter dänischer Teak-
 möbel, 60er J., Einzelstücke oder
 Kompletteneinrichtung, von Privat
 gesucht. ☎ 0171/7628888

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

Das Dampfross An- und Verkauf Eisenbahn und Modellbau

Gurlittplatz 1-3 • 24106 Kiel
0172-1567897

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

Suche und Kaufe Werkzeuge.
 Auflösung mögl. 0174/3449302

Ferngläser, optische Geräte, Arm-
 banduhren, Fotoapparate kauft
 ☎ 0431/242122

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

Kaufe Paletten, zahle bar!
 Tel. 0177/6878178

MÄRKLIN Eisenbahn und Modell-
 autos, auch alt, defekt oder Einzeltei-
 le gesucht. Tel. 0431/333877

Spielzeug von vor 1970 von privat
 gesucht (Auto, Flugzeug, Eisen-
 bahn, auch defekt) T. 0431 84270

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

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

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

Roland Stagepiano Typ: FP-7F-
 Super Natural- Piano- mit 88
 gewichteten Tasten. Mit Pedal und
 Keyboardständer. Neuwertig, war
 nur im Wohnbereich eingesetzt,
 500€ VHB. ☎ (04346) 41 21 07

Buggy "Hauck" 50 €, Winterfußsack
 30 €, Sommerfußsack 15 €, Spielebo-
 gen "Sternentaler" 25 €, zu verk., Top
 Zustand, ☎ 0431/1220985

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

TV-HIFI-VIDEO

Sony Sat. Surround Lautspr. Sys-
 tem akt., 75€. 1x 55" OLED 8 55-
 12 TV, gebr., Preis VB. Pioneer
 VSX 407 RDS Stereo Surround
 Receiver 85€; Human HD+ Re-
 ceiver 45€ + Karten-Rec.
 ☎ 0431/7197578

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

MÖBEL, HAUSRAT

Küche, L-Form ca. 2,5 x 2,5m, Fir-
 ma Nolte, Bj. ca. 2000, Erle-Optik
 hell u. glatt, Geräte z.T. 3 J. alt,
 VHB 1.000€. ☎ (0172) 67 57 452

Liebherr-Gefrierschrank, 4 Fächer,
 neuw., VHB 100 € ☎ 01577/5320989

COMPUTER, ZUBEHÖR

Computerprobleme? ☎ 6409327

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

BEKLEIDUNG

MAXI-Second-Hand-Mode
für starke Frauen, Gr. 42-60,
 Holtenauer Str. 204, Kiel

TIERMARKT

www.toypudel-kiel.de Toypudel
 Zwergpudel Premium Welpen
 Verkauf ☎ 0162/7134693

Wer betreut kurzfristig meine liebe
 Katze ? 0179/5765997

FAHRRÄDER

Kreidler Damen-Fahrrad, 50-er
 Rahmen, 7-Gang- Schaltung Nexus,
 grau-matt, tiefer Einstieg, mit Klingel
 u. Licht ☎ 0431/323123

VERLOREN/GEFUNDEN

Irak. Pässe verloren: Jawad Aziz
 Abdullah, A2395021; Nihayat Mo-
 hammed Ismael, geb. 1.7.1976,
 A 12931095; Aziz Jawad Aziz,
 geb. 4.3.1997; A 12034474; You-
 sif Jawad Aziz geb. 23.11.2010, A
 12034468; Abdulqader Jawad
 Aziz, geb. 4.2.1995, A 12931296;
 Omar Jawad Aziz, geb.
 30.11.2003, A 12821022; Su-
 maya Jawad Aziz, geb.
 28.9.2002, A 12931794; Sidra Ja-
 wad Aziz geb. 27.04.2017
 A12931185; ☎ (0 179) 4846721

Irakischer Reisepaß verloren:
 A 20177974, Yousif Hashim Fathi
 Fathi, geb. 01.01.2001 in Mosul
 ☎ (0163) 4 875 514

UNTERRICHT

Lesen und Schreiben trainieren?
 www.los.de www.losmobil.de

BEKANNTSCHAFTEN

Er, Mittsiebziger, nach 50 Jahren
 Partnerschaft alleine, sucht viel-
 leicht genau Dich für ein Leben
 auf Augenhöhe. Wenn Du auch
 nicht gerne alleine bist, gerne
 Fahrrad fährst, Schleswig-Hol-
 stein und Dänemark gerne erkun-
 dest, vielleicht schon immer ger-
 ne mit den Hurligrouten in Norwe-
 gen gefahren wirst (aber nicht al-
 leine), dann könnte ein Kennen-
 lernen für beide eine positive Er-
 fahrung sein. Antworten bitte nur
 mit Bild wären nett unter
 ☎ Z 232 867 oder What's App
 ☎ 0176/75890778

Single-Wandern-Preetz (ca. 2
 Std.) Treffpunkt jeden Sonntag 14
 Uhr, Marktplatz an der Uhr

Meine Anzeige im Kieler Express
 Chiffre Z 231302 am 20.10.24: Du
 (Ingeborg L.) hattest mir geschrie-
 ben, leider ohne Telefonnummer!
 Meine Nummer: 0176/59835276

Sympathischer Mann, schlank,
 1,90m groß, humorvoll, harmonisch,
 verlässlich, ehrlich, treu, liebevoll,
 sucht liebevolle Frau, für eine feste
 Beziehung. ☎ 0178/5128887

Spiel, Spaß & neue Leute :) Ich
 (m/50+) su. Leute für bunte Frei-
 zeitaktivitäten & nette Gespräche.
 SMS /WhatsApp 01520/1948823

Mann sucht Frau oder Pärchen.
 ☎ 0151-56183415 od. WhatsApp

Er sucht Sie für schöne Std., ohne
 Verpflichtungen, Alter egal, in
 Kiel. ☎ 01 57 38 09 43 40

Suche Frau für Sex. Bin jung und
 spontan, ☎ 0431/22101721

"Er Bi, sucht ihn" ☎ Z 233 980

Mann sucht TierliebhaberIn, Alter
 egal. ☎ 0151-56183415 od.
 WhatsApp

Toller Typ, sucht sie für schöne
 Sextreffen. ☎ (0151) 12 300 650

KONTAKTE

♥ Hausbesuche ☎ 0160/91555916

Hausbesuche ☎ 015754617476

ZU VERSCHENKEN

1 Ikea-Kommode, 3 Schubladen,
 älteres Modell; Garderobe (modern,
 neuw.); Schuhschrank (Drehfunktion,
 vorne Spiegel, hinten Schuhe, neuw.)
 an Selbstabholer in Heikendorf zu
 verschenken ☎ 01577/5320989

Fernsehergerät, Panasonic 120 cm,
 ohne Fehler, an Selbstabholer zu
 verschenken (0 431) 56 016757

Gästebett an Selbstabholer in HL zu
 verschenken 0341/37684

Jugendbett mit Matratze und Bett-
 kasten, ☎ 0157/51400967

VERSCHIEDENES

Tannengrün & Adventskränze
 - täglich frisch im Hofladen -
 Gut Augustenhof - 24251 Osdorf
 www.gut-augustenhof.de

Älteres Semester (EW& Geschich-
 te) sucht an WG-Gründung inter-
 essierte Studenten ab 35. Stu-
 diere ab Oktober 2025 in Kiel und
 würde -jenseits von Dauerparties
 und stetigem Stress um Lautstär-
 ken und Abwasch -gern nicht al-
 lein wohnen. 4-6 Zimmerwohnung
 muss noch gesucht und gefunden
 werden. Freue mich über e-mail
 (wiesengrund1@web.de) oder
 Anruf, Tel.ab 18.00h
 :0461/9788779

Besprechen von Gürtelrosen,
 Warzen usw., 04342/308901

Hole kostenlos Flohmarktartikel
 von Privat ab! ☎ 0152/09430848

Koffiehuus Laboe, 10.11., nach 16
 Uhr: Du standest mit ein paar Leu-
 ten am Tresen... Wir haben uns
 angelächelt! Wiedersehen?
 ☎ (04 342) 9 798

Hellsichtiges Medium bietet Un-
 terstützung in Umbruchsphasen
 des Lebens an. ☎ 0175/2025799

Glaube ohne Werke ist tot. Welcher
 Christ möchte armen, einsamen
 Menschen im Pflegeheim Freude
 u. Liebe bringen u. Gutes tun, wie
 z.B. Singen, Spaziergänge usw.
 ☎ 0176 - 43430 919

E-Schrott u. Kabel gs. KI 12802250

KLEIDERFLOHMARKT
 „DAMEN u. HERREN“
 SA 23.11.24 v. 16-19 Uhr
 Wo? Levensau 1, 24161 Levensau

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

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

Lösungswege finden durch Ein-
 zelaufstellungsarbeit. Telefon:
 04347/909838 od. 0175/2025799

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

Entrümpeln Keller u. Bo. 12802250

**FINDE DEINEN
 TRAUMJOB
 IM NORDEN.**

KÜSTENFISCHER.DE

#traumjobimnorden

Ein Angebot der

KN SZ

ENTWEDER OPEL MOKKA ODER OPEL CORSA //

**FINDE DEINEN FAVORITEN:
 FRAG DOCH EINFACH DELLO!**

UNSERE LEASINGANGEBOTE

für den Opel Mokka Elegance, 1.2 Direct Injection Turbo, 74 kW (100 PS), Start/Stop, Euro 6d Manuelles 6-Gang Getriebe, Betriebsart: Benzin	MONATSRATE	156 €
Kilometerleasing-Angebot: Leasingsonderzahlung: 1.000,- €, Gesamtbetrag: 6.604,84 €, Laufzeit (Monate)/Anzahl der Raten: 36, Anschaffungspreis: 23.276,29 €, Laufleistung (km/Jahr): 5.000. Überführungskosten: 1.199,- € sind separat an Ernst Dello GmbH & Co. KG zu entrichten.		
Kombinierte Werte gem. WLTP: Kraftstoffverbrauch 5,5 l/100 km; CO ₂ -Emission 124 g/km; CO ₂ -Klasse: D		

für den Opel Corsa, 1.2, 55 kW (75 PS), Start/Stop, Euro 6d Manuelles 5-Gang Getriebe, Betriebsart: Benzin	MONATSRATE	164 €
Kilometerleasing-Angebot: Leasingsonderzahlung: 0,- €, Gesamtbetrag: 5.900,76 €, Laufzeit (Monate)/Anzahl der Raten: 36, Anschaffungspreis: 18.214,49 €, Laufleistung (km/Jahr): 5.000. Überführungskosten: 1.199,- € sind separat an Ernst Dello GmbH & Co. KG zu entrichten.		
Kombinierte Werte gem. WLTP: Kraftstoffverbrauch 5,3 l/100 km; CO ₂ -Emission 120 g/km; CO ₂ -Klasse: E		

Ein unverbindliches Privatkunden-Angebot (Bonität vorausgesetzt) der Stellantis Bank SA Niederlassung Deutschland, Siemensstraße 10, 63263 Neu-Isenburg, für die Ernst Dello GmbH & Co. KG als ungebundener Vermittler tätig ist. Alle Preisangaben verstehen sich inkl. MwSt. Gesamtbetrag ist Summe aus Leasingsonderzahlung und monatlichen Leasingraten. Abrechnung von Mehr- und Minderkilometern (Freigrenze 2.500 km) sowie ggf. Schäden nach Vertragsende. Angebot gültig solange der Vorrat reicht.

Ernst Dello GmbH & Co. KG
 Niederlassung Preetz
 Kieler Str. 33, 24211 Preetz
 Telefon: 04342 85840
 www.opel-dello-preetz.de

DELLO
 Leistung von Mensch zu Mensch

Ernst Dello GmbH & Co. KG, Sitz: Nedderfeld 91, 22529 Hamburg.

KN

**DIE 5 WICHTIGSTEN THEMEN
 FÜR DEINE REGION**

Als Newsletter morgens in deinem Postfach.

Hier anmelden

5 in 5

Fünf Themen in fünf Minuten informiert für den Tag

Wissen, was Deutschland und die Region bewegt.

Kieler Nachrichten

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

HAUSHALTSAUFLÖ.

Entrümpelung! Besenrein zum Festpreis, Wertanrechnung mgl.
Fa. Thomas Graf - Umzug & Transport
Mo.-Fr. 0431 - 180020 • www.graf-umzug.de

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

Entrümpelung und Haushaltsauflösung mit Leidenschaft!
v. Dach-, Kellerräumen, Garten, Firmen-, Büroauflösungen u.v.m.
Kontaktieren Sie uns für eine fachgerechte Entrümpelung

P&M
Tel. 0178/3572606 o. 04342/2024966
info@entruempelung-pm.de www.entruempelung-pm.de

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

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

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

EXPRESS – immer gut informiert

GESUNDHEIT

TERMINE med. Fußpflege
Schaßstr. 12, 24103 Kiel
☎ 0431/67 21 29

Psycholog. Lebensberatung, ALLE Themen willkommen **01573/1295580**

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
Druck shz 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

Trägersauflage IV. Quartal 2024
Gesamtauflage 157.325 Exemplare

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbebotsaufkleber 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.



Beilagenhinweis

Unserer heutigen Auflage liegen Beilage der Firmen Aldi, Jysk und Familia 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, Poco, Denn's Biomarkt, Douglas, IT Werkstatt Burow, Girlisch IT System, Kik, Sonderpreis Baumarkt und Expert bei.

IMMOBILIEN ANZEIGEN

MIETGESUCHE

Wohnung o. kl. Haus ab ca. 80 m², unbedingt Küstennähe, von pension. Paar mit Hunden gesucht. Bitte alles anbieten! Verfügbarkeit bevorzugt. 01.01.25, W-App od. ☎ 0160-1701140

Feuerwehr Beamter sucht Wohnung, Haus in Heikendorf. Miete evtl. Kauf. ☎ 0162/1043417

Fitte Rentnerin 64 J., NR, mit ruhigem kl. Hund sucht in u. um Kiel ruhige kl. Wohnung ab März '25 für ca. 600€ warm. ☎ 0 16 21 00 23 12

Ärzte-Ehepaar aus Oldenburg sucht f. jüngste Tochter (Studentin, 23 J.) 1 Zi.-Whg., langfristiger Mietvertrag erwünscht. NR, keine Haustiere. ☎ 0174 - 7690791

Beamtin im Ruhestand su. 2-2½ Whg., ca. 60m², im Raum Kiel, bis 850,-€ WM ☎ A 234 202

Leitende Angest. im ö.D. sucht für ihre Tochter kl. Whg. od. App. in Uninähe. ☎ (0174) 98 23 406

2-Zi.-Whg. von einer sehr ruhigen und sauberen Mieterin (61 J.) in Kiel ges., WM ca. 600,- € (WBS), ohne Haustiere, 0172/7476079

Freundlicher, hilfsbereiter 62 J. Frührentner, su. bezahlbare 2-3 ZW m. kl. Garten/ Terrasse in Kiel. Helfe gerne im Garten, Besorgungen etc., ☎ (0173) 765 27 61

W, 57 j. Angest. ö. D. sucht 2 - 3 Zi. Whg. Nähe Wik. NR, keine Tiere, ruhig u. gepflegt (die Whg. u. ich) 0160/95440847

VERMIETUNGEN

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

Seit über 50 Jahren
HAUSVERWALTUNG WEG-VERWALTUNG
professionell – kompetent – vor Ort
OTTO STÖBEN
FREI 0800 7863236 IMMOBILIEN

3-Zi. Whg., 65 m², KM 650 €, Hgz. 100 €, Betriebskosten 150 €, Duschbad, Balkon, Kiel-Gaarden Helmholtzstr., ☎ 04322-9857

3-Zi.-Whg. in K-Hassee, ca. 80m², W-Bad, Balkon ☎ 0431/683676

FERIENDOMIZILE

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

IMMO GESUCHE

IHR MAKLER für Verkauf & Vermietung
OTTO STÖBEN
☎ 0431 6640344 IMMOBILIEN

Senior su. privat Bauplatz Festufer ca. 600m², keine Finanzierung. ☎ (0175) 52 44 081

Für ein umweltbewusstes Paar suchen wir eine Doppelhaushälfte mit einem Schuppen für Fahrräder

OTTO STÖBEN
☎ 0431 6640344 IMMOBILIEN

EINFACH EINFACH
Kostenloses WLAN für Schleswig-Holstein



- kein Account / Passwort
- kein Daten- / Zeitlimit
- automatischer Re-Login
= einfach digitaler leben

#sh_wlan
sh-wlan.de

Ein Beamter sucht eine helle Eigentumswohnung mit einer offenen Küche und guten Parkmöglichkeiten
OTTO STÖBEN
☎ 0431 6640344 IMMOBILIEN

Suchen zum Kauf schönes Einfamilienhaus in Schwentinental / Preetz oder Umgebung. Ggf. Tausch gegen moderne 4 Zimmer ETW möglich. 0151/64598068

Suchen: Häuser und Wohnungen in Kiel und Umland im Auftrag
Kostenlose Beratung
☎ 0431-99019338

Direkt zum Ziel – und zwar EXPRESS

KFZ-ANKAUF

Kaufe alle PKWs !!!
f. Im-/Export, heil, Motorschaden und defekt, zahle über Restwert
☎ 04 31/71 73 00 Firma oder ☎ 01 71/2 75 79 61

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

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

Barankauf v. PKW u. Transporter auch für den Export
Fa. Ostermann Klausdorfer Str. 71
24223 Schwentinental OT Raisdorf
Tel. 043 07-8 23 89 90

Alt/Unfallautos kft ☎ 0431/6667430
Alle POLOS! PJ 0171-9455980

MÄRKTE

Adventsmarkt "Schönes handgemacht" 16.+17.11. je 10-17 Uhr, Heitholmer Weg 19, 24109 Kiel

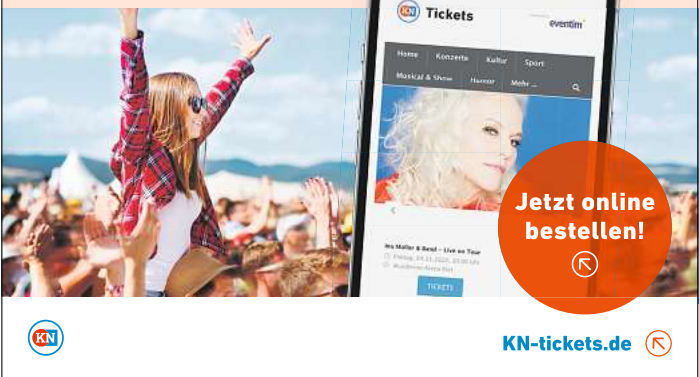
Trödel/Möbel PETER'S HOF
Harmsstr. 2a ☎ 0431/24856550

VERANSTALTUNGEN



30.11.2024 um 19.30 Uhr, Petruskirche Kiel
Tickets an allen bekannten VVK-Stellen, www.eventim.de, Tel. 01806 / 57 00 70

Mit einem Klick zum Event!
Wenn dabei sein alles ist.
• 24/7 in Echtzeit buchen und sofort drucken
• FanTickets erhältlich
• Mit Sitzplatzwahl



KN-tickets.de

KFZ-VERKAUF

4 WR auf Alu-Felg., Org.Rechn. vorh., 2 J. alt, Felg. ET 33., 215/65 R16 98 H, Firestone Winterhawk4 f. Tiguan, VHB, ☎ 0173/1656866

Elektro Auto, Mikrocar, Stadttauto bis 80 km/h, 4999€ MIT Akkus ☎ 0162/7134693

Opel Meriva 1600, BJ 07, 147 Tkm, Sitzhgz., TÜV 12/24, Klima, AHK, unfallfr., 2.900€. 0174/7860606

Alle POLOS! PJ 0171-9455980

WOHNMOBILE

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

www.kielerexpress-online.de

MOTORRÄDER

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

KFZ-ZUBEHÖR

4 W-Reifen auf Alu-Felge für Hyundai Santa Fe, Dunlop Winter Sport, 235/60R18, Preis 500€ VB ☎ 0170/3025171

4 kompl. Conti WR inkl. Felge/Radblende, M + S, erst 300 km, 195/65 R 15, Mercedes B Klasse, 220 €, ☎ 0177/2596405

CAMPING

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

15 YEARS THE 12 TENORS
22 Welthits • 12 Tenöre • 1 Show
CELEBRATION TOUR
13.01.25 • Mo 20h • KIEL • Wunderino Arena

MUSIK SHOW AUF EIS
MIT DEN MUSIK-HIGHLIGHTS AUS
EISKÖNIGIN 1&2
15.01.25 • Mi 19h • KIEL • Wunderino Arena

GRAND UKRAINIAN BALLET
presents
Schwanensee
Ballett auf allerhöchstem Niveau!
16.01.25 • Do 20h • KIEL • Wunderino Arena

THE MUSIC OF Harry Potter
LIVE IN CONCERT
05.02.25 • Mi 20h • KIEL • Wunderino Arena

THE MUSIC OF STAR WARS
Mit Leinwand-Animationen
LIVE IN CONCERT
06.03.25 • Do 20h • KIEL • Wunderino Arena

DER HERR DER RINGE & DER HOBBIT
Das Konzert
Großes Orchester, Solisten & Chor
10.03.25 • Mo 20h • KIEL • Wunderino Arena

GREGORIAN
DAS BESTE AUS 25 JAHREN
MASTERS OF CHANT
10.04.25 • Do 20h • KIEL • Wunderino Arena
TICKETS: www.highlight-concerts.com & allen bek. VVK-Stellen.

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

CAVALLUNA
PASSION FOR HORSES
GRAND MOMENTS
29. - 30.03.25
Kiel
Wunderino Arena
www.cavalluna.com

PARTY EXPRESS

Linedance und neue Grundkurse

Neu im Angebot der Tanzschule Tessmann ist Linedance, ein mitreißender Gruppen-

tanz, der in Reihen und Linien ausgeführt wird. Die nächsten Linedance-Kurse starten am 23. und 25. November. Ursprünglich aus den USA stammend, erfreut sich dieser Tanzstil weltweit großer Beliebtheit – Tendenz steigend. Die Tänze sind einfach zu erlernen und erfordern keinen Partner, sodass alle mitmachen können. Die nächsten Grundkurse für Er-



Die neuen Kurse für Teens starten im Januar.
FOTO: ISTOCK

wachsene (Gesellschaftstänze Standard und Latein) starten Mitte Januar. Zur Auswahl stehen fünf Wochentage mit unterschiedlichen Uhrzeiten, sodass der Tanzkursus zeitlich flexibel zusammengestellt werden kann. Im Vorfeld gibt es wieder kostenlose und unverbindliche Schnupperstunden.

den. Alle aktuell gültigen Termine sind auf der Homepage 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>

DIE DEALS DES JAHRES

BLACK MAX

JETZT GEHT'S LOS!



1-8 kg Füllmenge
1400 U/min

GO GREEN SPARSAMSTE ENERGIEKLASSE A

A ↑ G A

UVP 819.- 444.-

AEG Waschmaschine LAVAMAT LR6F66486

- ProTex Schontrummel • Nachlegefunktion • LED-Display • Restzeitanzeige • integrierte Flüssigwaschmittelspülung • ProSense Technologie • Programme und Optionen: Daunen, Eco, Hygiene, Outdoor/Impregnieren & Wolle/Handwäsche, Zeitsparen • Mengenautomatik • Inverter-Motor • Aquacontrol System mit Alarm • Art.-Nr.: 1380326

AquaStop
1400 U/min
1-9 kg Füllmenge

GO GREEN SPARSAMSTE ENERGIEKLASSE A

AquaStop mit lebens-langer Garantie

A ↑ G A

UVP 1109.- 555.-

BOSCH Waschmaschine WGG14409A

- Vario-Trommelsystem • Touch-Control-Bedienung • Endzeitvorwahl • Nachlegefunktion • Programmablaufanzeige • Restzeitanzeige • Flüssigwaschmittelsatz • ActiveWater Plus • Art.-Nr.: 1369502

LED-Licht
1-8 kg Füllmenge
Klasse A++ Energieeffizienz

GO GREEN **BESONDERS NIEDRIGER ENERGIEVERBRAUCH**

644.-

GELD ZURÜCK Cashback¹⁾ **73.-**
Preis nach Cashback **569.-**

BOSCH Wärmepumpentrockner WQG233D90

- Sensitiv-Drying-Trommelsystem • Nachlegefunktion • Daunen, HygienePlus, Knitterschutz, Schranktrocken, Sportwäsche & Finish Wolle • BxHxT: 59,8 x 84,2 x 64,8 cm • Energieeffizienzklasse A+++ (Energieeffizienzspektrum A+++ bis D) • Art.-Nr.: 1443889

A ↑ G B

Automatisches Türöffnungssystem für perfekt getrocknetes Geschirr

je 444.-

UVP 1139.-

Bauknecht Einbau-Geschirrspüler B0B D651A X

- 8 Spülprogramme • 4 Temperaturen • Startzeitvorwahl • Tab-Funktion • Display • Restzeitanzeige • Oberkorb höhenverstellbar • Besteckschublade • ActiveDry (automatisches Türöffnungssystem für perfekt getrocknetes Geschirr) • Vollwasserschutz • Warmwasseranschluss • bis 60 Grad • BxHxT: 59,8 x 82 x 55,5 cm • Art.-Nr.: 1451586, 1451592, 1451590

Inklusive 3-fach Teleskop Auszüge und Backblech

Klasse A Energieeffizienz
Glaskeramik

555.-

UVP 1259.-

SIEMENS Einbau-Herd-Set MKE2KA175

- Elektro-Backofen • Heizungsarten: Vario-Groß-flächengrill, Umluftgrill, Heißluft sanft & 3D Heißluft • 3 Backebenen • 66 l Garraum • 3-fach Teleskop-Auszug • Glaskeramik-Kochfeld • Glaskeramik-Kochzonen: 4 • Bräterzonen: 1 • Energieeffizienzklasse A (Energieeffizienzspektrum A+++ bis D) • Art.-Nr.: 1370553

LED-Licht
separate Temperaturregelung
SuperKühlen
BigBox

GENUSSGUTSCHEINE
IM GESAMT-WERT VON 90 €²⁾

Abb. geöffnet

599.-

GELD ZURÜCK Cashback¹⁾ **100.-**
Preis nach Cashback **499.-**

A ↑ G C

UVP 1259.-

BOSCH Kühl-/Gefrierkombination KGE36EICP

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

GO GREEN SPARSAME ENERGIEKLASSE B

separate Temperaturregelung
LED-Licht
BigBox
SuperKühlen

Abb. geschlossen

777.-

UVP 1639.-

SIEMENS Kühl-/Gefrierkombination EP39KGSXBA

- Abtauautomatik Kühlen • Umluftkühlung • Flaschenablage • Frische-Behälter: 2 • Glasablageflächen: 5 • Schubladen: 2 • Kühl-/Gefrierfach getrennt regelbar • BxHxT: 60 x 201 x 65 cm • Art.-Nr.: 1394908

LED-Licht
separate Temperaturregelung
SuperKühlen
BigBox
No Frost nie wieder abtauen
SuperGefrieren

Abb. geöffnet

888.-

UVP 1719.-

BOSCH Stand-Gefrierschrank GSN58AWCV

- Schubladen: 4 • digitale Temperaturanzeige • VarioZone (herausnehmbare Sicherheits-glasablagen für eine flexible Nutzung des Gefrierraums) • BxHxT: 70 x 191 x 78 cm • Art.-Nr.: 1324290

Alle Preise Abholpreise. Solange Vorrat reicht. Ohne Dekorationsartikel. Angebote gültig vom 15.11. bis 21.11.2024.

Irrtümer, Druckfehler, Zwischenverkauf und Liefermöglichkeiten vorbehalten.

MEDIMAX

Mehr Mensch Mehr Technik

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