

Attraktive Baugrundstücke in Schönberg.

www.baugebiet-schoenberg.de

Grundstücksgrößen ab 439m² - 1.268 m²

Jetzt anfragen:

LANGNER | BURMEISTER Immobilien

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

Für mehr Zeit im Grünen
Terrassendächer von Solarlux

HANS RATHJE
hans-rathje.de

SOLARLUX

Kieler EXPRESS

am **WOCHENENDE**

JAHRGANG 34 · NR. 47 · C 45740 · ANZEIGEN 0431/55073733 · VERTRIEB 55073731 · 23. NOVEMBER 2024

**Erfüllen Sie sich Ihren Traum schon zu Weihnachten:
Wir bauen innerhalb von 3 Wochen auf!**

Zum Saisonende:
12% Rabatt

Nelson Park Terrassendächer | Unser Servicebüro in Ihrer Nähe:
24226 Heikendorf, Binzer Weg 1
04 31 / 9 90 18 25 - nelsonpark-td.de



Direkt unter dem Startpunkt von Weihnachtswichel Kilian auf dem Rathausplatz steht in diesem Jahr der glitzernde und leuchtende Holstein-Kiel-Storch, der ganz bestimmt zu einem der besonders beliebten Motive für Selfies wird. FOTOS: JAN KÖSTER

Adventsstimmung auf den Weihnachtsmärkten

KIEL. In Kiel hat die Zeit der Weihnachtsmärkte begonnen: Der Weihnachtswichel fliegt wieder mit seiner Kogge über das Weihnachtsdorf auf dem Rathausplatz, auf dem benachbarten Asmus-Bremer-Platz dreht sich wieder die große Weihnachtspyramide,

der Holstenplatz glänzt im Schein der Lichterketten, vom Bernhard-Minetti-Platz duftet es weit in die Holtenauer Straße hinein nach Punsch und anderen Leckereien, und sogar am Bootshafen steht in diesem Jahr erstmals ein großes Zelt voller Weihnachtsstimmung.

Geöffnet sind die Weihnachtsmärkte noch bis zum 23. Dezember, der Markt auf dem Asmus-Bremer-Platz sogar noch bis zum 30. Dezember. Nur am morgigen Totensonntag, 24. November, bleiben die fünf Weihnachtsmärkte allerdings geschlossen.

Der neue Wintermarkt am Bootshafen öffnet wochentags von 12 bis 21 Uhr und am Wochenende von 12 bis 22 Uhr. Lokale und regionale Unternehmen bieten Gastronomie, Handwerk und Kleinkunst an. In einem 200 Quadratmeter großen Partyzelt soll es auch Musik von DJs, Quizabende und Karaoke geben.

Auf dem Holstenplatz und Asmus-Bremer-Platz bieten 70 Gastronomen und Kreative in ihren Buden und Ständen wieder eine breite Palette an Getränken, Leckereien und Geschenkartikeln an, neu dabei sind zum Beispiel Käsespätzle aus Österreich, hausgemachte Suppen, arabisches Gebäck und Dubai-Schokolade. Der große Hirsch, Santa Claus und viele kleine Waldtiere bilden weihnachtliche Fotomotive. An den Adventssonntagen gibt es für Kinder jeweils ab 14, 15 und 16 Uhr Puppentheater, und jeweils zwischen 15 und 17 Uhr ist dort der Weihnachtsmann unterwegs und verteilt Süßigkeiten. Für alle vier Adventssonntage lädt das Kieler Blechbläserensemble jeweils zwischen 16 und 17 Uhr zum gemeinsamen Adventssingen ein: am 1. und 15. Dezember auf dem Holstenplatz unter dem Baldachin und am 8. und 22. Dezember auf dem Asmus-Bremer-Platz. Gemütliche Weihnachtsdorf-Atmosphäre bietet das Weihnachtsdorf auf dem Rathaus-



Auf dem Asmus-Bremer-Platz dreht sich wieder die riesige Weihnachtspyramide.

platz, das von Sonntag bis Donnerstag von 11 bis 21 Uhr geöffnet hat sowie am Freitag und Sonnabend von 11 bis 22 Uhr. Neben den Geschenkartikeln und Leckereien, die im Weihnachtsdorf angeboten werden, verbreiten vor allem auch wieder das historische Kinderkarussell und der Wichtel Kilian gute Laune - Kilian fliegt wieder mehrmals täglich mit seiner von Rentieren gezogenen Kogge über den Rathausplatz hinweg. Nur klein, aber gemütlich ist der Weihnachtsmarkt auf dem Bernhard-Minetti-Platz, dort, wo Knooper Weg und Holtenauer Straße aufeinandertreffen. Von Sonntag bis Donnerstag ist von 13 bis 21 Uhr, am Freitag und Sonnabend von 13 bis 22 Uhr geöffnet.

seit 1972

Prüb

RAUM AUSSTATTUNG
Gardinen Bodenbeläge Sonnenschutz
Gardinen-Dienst abholen waschen reinigen anbringen

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

Städtisches KRANKENHAUS KIEL

Gutartige Vergrößerung der Prostata – Wasserdampf- ablation als neues schonendes Operationsverfahren

Infoveranstaltung am 26. November 2024, 18.00 - 19.00 Uhr

Programm, u.a.:

- Wann muss eine gutartige Prostatavergrößerung behandelt werden?
- Minimalinvasive Behandlungsalternative konvektive Wasserdampfablation

Medizinische Leitung:
PD Dr. Christof van der Horst, Leitung Klinik für Urologie

Ort:
Städtisches Krankenhaus Kiel, Bildungszentrum, Hasseldieksdamm Weg 30

Anmeldung unter: anmeldung@krankenhaus-kiel.de

Folgen Sie uns auf:

Einfach gut informiert ... „Ihr Städtisches in Kiel!“

SPORTS club KIEL

NEUERÖFFNUNG
NOVEMBER 2024
EHM. MERIDIAN SPA

ALL-IN-MITGLIEDSCHAFT
49,90 € statt 99,90 €

ANGEBOT GÜLTIG FÜR DIE 200 SCHNELLSTEN NEUANMELDUNGEN

Im Sophienhof
www.sports-club.de/kiel

Treppenlifte

Neu · Gebraucht · Miete

- Bandagen · Einlagen · Prothesen · Gesundheitsprodukte

Schwedendamm 20
24143 Kiel
0431 - 709950
www.green-kiel.de

Green
Das Sanitätshaus

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

**Angebote 25.11. – 30.11. 2024
Unser Fleischermeister empfiehlt:**

| | |
|---|------------|
| Deutsches Färsenrumpsteak, zart gereift | 23,95 €/kg |
| Rinderrouladen, a.d. Keule | 13,95 €/kg |
| Rinderhackfleisch laufend frisch | 8,95 €/kg |
| Beinscheiben Ossobuco, oder Suppe | 8,95 €/kg |
| Deutsches Suppenhuhn | 4,95 €/kg |
| Kasseler Nacken schier | 8,95 €/kg |

**Bistro: Mittwoch, 27.11.24
Hausgemachte Chicken Crossies mit Pommes
satt inkl. Nachtisch 11,50 €
11-14 Uhr 0431/2008232**

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

HALLMANN

25.11.–02.12.

BLACK DAYS

-50%
auf alles*

**PLUS:
Hörgeräte
ab 49 €!***

*Gültig von 25.11.–02.12.24 und in diesem Zeitraum gebuchte Termine bis 14.12.24, beim Kauf von Brillen, Meisterglas® Brillengläsern und Sonnenbrillen, ausgenommen Chanel, Dior, Gucci, Lindberg, Örgreen, Lunor, La Roche, Davidoff. Der 50% Rabatt wird automatisch vom Hersteller-UV-P abgezogen. Nur auf vorrätige Ware/Neuaufträge. Kann nicht mit anderen Aktionen, Paket- oder Komplettbrillenangeboten/Gutscheinen kombiniert werden. Wir behalten uns das Recht vor, diese Aktion zu verlängern. *Gültig beim Akku-Hörgeräte-Neukauf der Type Vista Blu B1-R RIC (Receiver-In-Canal), exkl. Ladestation für Vista B.R. Hersteller: Sonova AG. Zuzahlungspreise bei Kassenzahlung nach HNO-fachärztlicher Verordnung, zzgl. der gesetzlichen Zuzahlung von 10,-/Hörgerät. Angebot nicht mit weiteren Aktionen und Gutscheinen kombinierbar. Nur auf Neuaufträge. Nicht auf laufende Kundenaufträge anwendbar. Keine Barauszahlung möglich. Optik Hallmann GmbH, Große Str. 27, 24937 Flensburg

Kiel, im Citti-Park 1. OG • Kiel Schilksee, Langenfelde 121
Kiel, Holtenauer Straße 68
Gratis Tel: 0800/412 6000 • optik-hallmann.de

Jede Mandel ein Genuss
CLAUSEN'S
»Mandel Shop«
Tel. 0172/4588461

Ihre Mandelbrennerei aus Kiel
Seit über 50 Jahren auf dem Holstenplatz vertreten.

Gegen Abgabe dieser Anzeige sparen Sie auf die
100 g-Mandel-Packung 1,- €
Marzipan-Pralinen-Stangen im Angebot 5 Stück 11,- €

ROHRREINIGUNG
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

FH Kiel stellt Studienangebot vor

KIEL. Die Fachhochschule (FH) Kiel stellt Ende des Monats an zwei Tagen ihr Studienangebot auf dem Campus in Kiel-Dietrichsdorf vor. Am Donnerstag, 28., und Freitag, 29. November, können sich Studieninteressierte und Lehrkräfte ein umfassendes Bild von den 22 in Kiel angebotenen Bachelorstudiengängen machen. Mitarbeitende der Zentralen Studienberatung stehen für individuelle Gespräche zur Verfügung. Professorinnen, Professoren und Studierende berichten über Studieninhalte

und den Studienalltag an der FH Kiel, die Fachbereiche öffnen ihre Labore. Darüber hinaus gibt es Informationen zur Bewerbung um einen Studienplatz, zu Auslandssemestern, dem Orientierungssemester „Förde-Kompass“ für ingenieurwissenschaftliche Fächer, dem praxisbegleiteten Studium (studieren, arbeiten und Geld verdienen), Stipendien und studentischen Projekten. Das detaillierte Programm und die Möglichkeit zur Anmeldung sind unter www.fh-kiel.de/fit zu finden.

VOLKMANN'S FABELHAFTE WELT DER COUNTDOWN LÄUFT

Ich bin spät dran in diesem Jahr. Nein, nicht mit den Silvestervorbereitungen, die laufen auf Hochtouren. Aber die Adventskalenderproduktion ist irgendwie ins Stocken geraten. Besser gesagt, sie hat noch gar nicht begonnen. Und nun läuft mir die Zeit davon, denn der November hat mich ein bisschen ausgetrickst und ist für einen össeligen Schietwetter-Monat viel zu schnell vergangen. Und jetzt habe ich sommerweise auch noch eine Woche Urlaub und werde nicht dazu kommen, etwas zu

basteln. Denn ich glaube, dass die Leute in unserem schicken Wellness-Hotel etwas blöd aus der Wäsche schauen würden, wenn ich zwischen den Saunagängen im Ruheraum kleine Tannenbäumchen aus Filz ausschneiden oder beim Abendessen kleine Säckchen packen würde. Nee, da muss ich wohl noch an diesem Wochenende den Turbo ein- und einen Zahn zulegen. Kinobesuch ist gestrichen, ein entspannter Bummel über den Wochenmarkt ebenfalls. Stattdessen werde ich, während Sie jetzt hier gerade

ganz entspannt von meiner Not lesen, durch die Süßwarenabteilungen der Supermärkte streifen und ver-zweifelt in einem Bastelladen nach den letzten DIY-Inspirationen schauen. Am Ende könnte ich für das Geld sicherlich mindestens fünf Kalender eines bekannten Lübecker Marzipanherstellers bekommen, aber darum geht es ja nicht. Schön soll ein Ad-

ventskalender sein. Und selbst gemacht. Das ist wichtig. In meiner Weihnachtsstube hängt übrigens seit einigen Jahrzehnten ein Adventskalender, den meine Oma mir einst gebastelt hat. Das war noch Qualitätssarbeit. Ich hingegen pfusche. Und habe jedes Jahr ein neues Problem. Mal früher oder eben mal später. Wie dieses Jahr. Der Countdown läuft.



Ulrike Volkmann, Redaktion. FOTO: JANN KÖSTER

24 Tage bis zur Lösung

Neues „Die drei !!!“-Hörspiel im Adventskalender-Format

KIEL. „Die drei Ausrufezeichen sind gut, die drei Ausrufezeichen sind besser, die drei Ausrufezeichen sind unschlagbar!“ – Fans der Hörspielreihe „Die drei !!!“ kennen diesen Ausruf ganz bestimmt, mit ihm endet jeder knifflige Hörspiel-Fall, den die drei Jungdetektivinnen Kim Jülich, Fanziska „Franzi“ Winkler und Marie Grevenbroich gelöst haben. Für alle Fans der drei cleveren Mädchen gibt es jetzt passend zum Advent das Hörspiel „Wirbel im Weihnachtshotel“ im Adventskalender-Format mit genau 24 Kapiteln. Wer ab dem 1. Dezember jeden Tag ein Kapitel hört, den begleiten die drei beim Weihnachts-Countdown mit einer spannenden Geschichte rund um die magischste Zeit des Jahres. Erschienen ist dieses besondere Adventskalender-Hörspiel als Doppel-CD und im Streaming.



Die Reihe „Die drei !!!“ entstand 2006 als Buchreihe nach dem Prinzip der Jugendkriminalromane „Die drei ???“. Während die drei Fragezeichen aber Jungs sind, stecken hinter den drei Ausrufezeichen eben die

drei Mädchen Kim, Franzi und Marie, die als Team ihre Stärken zusammenbringen, um schwierige Kriminalfälle zu lösen. Die Inhalte der „drei !!!“ sind speziell für Mädchen geschrieben. Insgesamt haben die technick-



begeisterte Kim, die sportliche Franzi und die modebewusste Marie bereits in 110 Büchern ihr Können unter Beweis gestellt, knapp 90 davon sind inzwischen außerdem als Hörspiel erschienen.

Der Hörspielverlag Europa verlost 15 Exemplare der aktuellen Adventskalender-Doppel-CD „Wirbel im Weihnachtshotel“. Rufen Sie hierfür am Montag, 25. November, ab Punkt 10 Uhr unter Tel. 0431/9032361 beim Kieler Express an. Solange CDs zu vergeben sind, gewinnt jeder zweite Anruf. Die Gewinnerinnen und Gewinner können die CDs anschließend jeweils von Montag bis Freitag, 9 bis 16 Uhr, beim Kieler Magazin Verlag (KMW) in Kiel, Rathausplatz 1-2, abholen.

Unsere besten Winterreisen-Highlights 2025

Mit modernen Fernreisebussen ab Kiel, Preetz und Plön

Code: RB47-6

REISEBÜRO
Behrens

Buchbar auch im Internet:
SCAN ME



6-Tage Reise

Wintertraum Schwarzwald
Panorama-Zugreise • Schwarzwaldrundfahrt • Straßburg

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 5 x Übernachtung im Hotel „Roter Büh!“ im Schwarzwald • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Tel. • 5 x Frühstücksbuffet • 5 x 3-Gang-Abendmenü • Schwarzwaldrundfahrt mit Reiseleiter • Elsassrundfahrt mit Reiseleiter • Schwarzwald-Bahnen-Fahrten • Musikabend im Hotel

gegen Aufpreis buchbar:
• Tagesfahrt in die Schweiz nach Basel, p. p. € 22,-

Reisetermin:
• 14.01. – 19.01.2025

nur € **499,90**
EZ-Zuschlag: € 79,-

3-Tage Reise

Rügen im Winter
Inselrundfahrt • Stralsund • Fischland-Darß-Zingst

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 2 x Übernachtung im IFA-Hotel Binz • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, Föhn, TV, Tel. • 2 x Frühstücksbuffet • 2 x Abendbuffet inkl. 1 Tischgetränk • große Inselrundfahrt Rügen mit Reiseleiter • Anreise mit Besichtigung in der Hansestadt Stralsund • Rückfahrt über die Inselkette Fischland/Darß/Zingst mit Aufenthalt in Wustrow • Kurtaxe

Reisetermin:
• 31.01. – 02.02.2025

nur € **279,90**
EZ-Zuschlag: € 129,-

2-Tage Reise

Moulin Rouge! Das Musical
Das Top-Musical-Erlebnis in Köln mit First-Class-Hotel

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 1 x Übernachtung im First-Class-Hotel „Lindner am Dom“ zentral in Köln • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Tel., Föhn • 1 x Frühstücksbuffet • Eintrittskarte PK 4 zum Musical am Sonntag um 19.30 Uhr (höherwertige Eintrittskarten vorrätig)

Reisetermine:
• 19.01. – 20.01.2025p.P. im DZ € 229,90
• 09.02. – 10.02.2025p.P. im DZ € 239,90

ab € **229,90**
EZ-Zuschlag: € 49,-

2-Tage Reise

Zum „Polenmarkt“ bei Stettin
mit First-Class-Hotel in Top-Lage

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 1 x Übernachtung im Radisson-Blu Hotel • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Tel. • 1 x Frühstücksbuffet • kostenlose Nutzung des Hotelschwimmbades • Freizeit zum Shoppen und Bummeln in Stettin am 1. Tag • Besuch des großen Polenmarktes in Linken am 2. Tag vormittags

Reisetermin:
• 11.01. 12.01.2025

nur € **119,90**
EZ-Zuschlag: € 39,-

4-Tage Reise

Wintertage auf Usedom
Rundfahrten • Wasserschloss Mellenthin • Brauereibesichtigung

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 3 x Übernachtung im Dorint Resort Baltic Hills Usedom • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, Föhn, TV, Tel. • 3 x Frühstücksbuffet • 3 x Halbpension als 3-Gang-Abendessen oder Buffet • kostenfreie Nutzung des SPA-Bereiches mit Sauna • Rundfahrt Inselhighlight Usedom mit Reiseleiter • Ausflug Wasserschloss Mellenthin mit Reiseleiter • Brauereiführung mit Brotzeit im Wasserschloss Mellenthin

Reisetermin:
• 23.01. – 26.01.2025

nur € **449,90**
EZ-Zuschlag: € 159,-

2-Tage Reise

Musical-Reise „Starlight-Express“
Das erfolgreichste Musical der Welt mit First-Class-Hotel

Leistungen: • Fahrt im modernen Fernreisebus • 1 x Übernachtung im First-Class-Hotel Mercure zentral in Bochum • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Föhn • 1 x Frühstücksbuffet • 1 Flasche Mineralwasser auf dem Zimmer • Eintrittskarte PK 4 zum Musical am Samstag um 20 Uhr (höherwertige Eintrittskarten vorrätig)

Reisetermine:
• 11.01. – 12.01.2025
• 18.01. – 19.01.2025

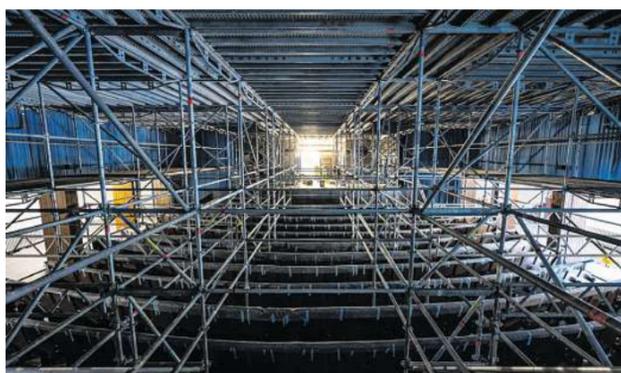
ab € **229,90**
EZ-Zuschlag: € 39,-

Mindestteilnehmerzahl 30 Personen. Für Mobilitätseingeschränkte Personen nicht geeignet. Bei Auslandsreisen Personalausweis erforderlich. Falls nicht ausdrücklich erwähnt, sind evtl. Tourismustaxen und Eintrittsgelder nicht im Reisepreis enthalten.

Fast geschafft!

Das Metro-Kino feiert Richtfest und hofft auf eine baldige Teil-Wiedereröffnung

KIEL. Es ist feucht, windig und ein bisschen neblig in der Kieler Wik, sodass man eigentlich nicht vor die Tür gehen, sondern lieber ins Kino gehen möchte. Trotzdem versammeln sich rund 60 Menschen nicht im, sondern hinter dem Metro-Kino im Innenhof des Gebäudekomplexes an der Holtenauer Straße, um dabei zu sein, als Zimmermeister Jesse Carsten im typischen Kieler November-Wetter hoch oben vor dem Giebel der neuen Dachkonstruktion des Traditionskinos seinen Spruch auf sagt, dem Haus Glück wünscht und ein Schnaps-glas zerschlägt. Im Sommer musste das Kino wegen des beschädigten alten Dachstuhls geschlossen werden.



Zwischen den Stuhlreihen steht im großen Saal das Gerüst, auf dem für die Zeit der Dacharbeiten eine provisorische Zwischendecke liegt. Sie schützt den Saal vor dem Wetter und erleichtert die Arbeiten am Dachstuhl darüber.

FOTO: ULRIKE VOLKMANN

Und während jetzt Jesse Carsten und sein Team von Impuls Holzbau gemeinsam mit den Kollegen der anderen an der

Sanierung beteiligten Gewerke einen „Kurzen“ trinken, fällt Metro-Geschäftsführer Jan-Per Sellmer wohl mehr als nur ein Stein vom Herzen. „Das ist ein großer Schritt“, sagt er sichtlich erleichtert. „Das Zusammenspiel aller Gewerke war einfach großartig, viele Firmen haben Aufträge verschoben, damit sie uns so schnell wie möglich helfen konnten. Wenn es so weitergeht, dann können wir vielleicht in der ersten Hälfte des kommenden Jahres auch den großen Saal wieder öffnen.“ Während der Sanierungsmaßnahmen musste das ganze Kino geschlossen bleiben, lediglich der Gastrobereich im vorderen Teil durfte öffnen. Viele Mitarbeitende verloren ihren Job oder mussten in Kurzarbeit gehen. „Doch fast alle sind zum Richtfest gekommen“, freut sich Jan-Per Sellmer und hat auch schon die ersten Zusagen bekommen, dass ein Teil des Teams beim Neustart wieder mit dabei sein wird. Der ist hoffentlich bald – wenn alle notwendigen Brandschutzauflagen erfüllt sind, sollen die beiden kleinen Säle bereits Ende November wieder öffnen. Wann sich der Vorhang im großen Saal wieder hebt, ist noch offen. Doch für Fans des Metros gibt es noch weitere gute Nachrichten: Wer sich ein Stück Kino-Nostalgie mit nach Hause nehmen möchte, für den gibt es ab sofort aus den alten Dachbalken gefertigte Adventskerzenständer fürs heimische Wohnzimmer im Kino zu kaufen. vmn



Von der Holtenauer Straße aus ist von den umfangreichen Arbeiten kaum etwas zu bemerken. Auf dem großen Kino-Anbau auf der Rückseite des Gebäudes ist inzwischen aber bereits der komplette neue Dachstuhl errichtet.

FOTO: NEXTPLAN GMBH

freie Termine **Physiotherapiepraxis Osteomed Amirov**

Physio und Manuelle Therapie Praxis
in der Holstenstraße 51-53, 24103 Kiel
TEL: 0431/88807478 oder 015561597056
Info@osteomed-amirov.de • www.osteomed-Amirov.de
Alle Kassen sowie Privat

- Physiotherapie und Krankengymnastik • Manuelle Therapie
- KPE - Lymphdrainage plus Bandagierung
- Massage • Rückenschule



An ihrem Stand in der Kieler Holstenstraße verkaufen die Kieler Lions und Leos wieder ihren frisch gekochten Punsch zugunsten der Kieler Seemannsmission.

FOTO: LIONS CLUB KIEL-OBEN

Punsch für karitative Zwecke

KIEL. Wer den Genuss eines heißen Bechers Punsch mit einem guten Zweck verbinden will, hat dafür in der vorweihnachtlichen Holstenstraße auf Höhe des Europaplatzes in Kiel fast während der ganzen Adventszeit Gelegenheit dazu. Unter anderem verkaufen die fünf Kieler Lions Clubs und die Leos an den Sonnabenden, 30. November, 7. und 14. Dezember, jeweils von 11 bis 19.30 Uhr ihren traditionell nach altem Rezept frisch gekochten leckeren Punsch mit und ohne Schuss und natürlich auch wieder den alkoholfreien „Kleinen Löwen“. Auch in die-

sem Jahr wollen die Lions und Leos mit dem Erlös aus dem Verkauf wieder die Kieler Seemannsmission mit ihren vielfältigen und wichtigen Aufgaben unterstützen. Überwiegend freiwillige Helferinnen und Helfer betreuen dort Seeleute aus aller Welt an Land und an Bord ihrer Schiffe. Die Seemannsmission bietet Kojenplätze in den Seemannsheimen, Hilfe im Umgang mit Hafenbehörden und Schiffsmaklern und versorgt die Seeleute mit Zeitungen, Telefonkarten und Stadtplänen. Einsatzorte sind die Holtenauer Schleuse, der Ostseekai und der Ostuferhafen.



KNUTZEN HOME

Die mit dem **grünen Haus!** **16 x in Schleswig-Holstein**

IMMER IN IHRER NÄHE UND ONLINE UNTER: WWW.KNUTZEN-HOME.DE

UNSER SERVICE FÜR SIE: EIGENE BODENLEGER, DEKORATEURE UND NÄHERINNEN, LIEFERSERVICE

DAS GAB ES NOCH NIE!



JUBILÄUMSKORB

- edle Bullaugen
- Lifter für leichtere Verstellung
- Doppelrollen 360° drehbar
- Stoff und Bezüge waschbar
- 2 Kissen extra
- 2-Sitzer
- nur solange der Vorrat reicht

UVP **2.399,-**
+ Haube **79,-**

Komplettpreis:
1.499,-

Mitnahmepreis



Plissees nach Maß

- Große Farbauswahl
- Individuelle Beratung
- Kostenloses Aufmaß
- Maßgenaue Anfertigung

Sun*Light
KOLLEKTION

bis zu

35%
RABATT

3x KNUTZEN HOME KIEL

- Asmusstr. 19-21 • Tel. 0431 / 74 808
- Bahnhofstr. 14 • Tel. 0431 / 64 25 24
- Kehr wieder 13 • Tel. 0431 / 73 84 15

KNUTZEN TEPPICH-HOF BÜDELSDORF

- Neue Dorfstr. 68 • Tel. 04331 / 35 060

KNUTZEN TEPPICH-HOF ECKERNFÖRDE

- Rendsburger Str. 122 • Tel. 04351 / 76 95 60

KNUTZEN HOME NEUMÜNSTER

- Fehmarnstr.14 • Tel. 04321 / 25 17 10

KNUTZEN HOME SCHÖNBERG

- Eichkamp 18 • Tel. 04344 / 41 32 20

2.500 KG ANHÄNGELAST PRIVAT-LEASING



MAZDA CX-60

- Voll-LED-Scheinwerfer
- Navigationssystem
- Geschwindigkeitsregelanlage
- Mi-Drive Fahrmodusselektor

Mtl. leasen ab
€ 289¹⁾

6 JAHRE MAZDA
GARANTIE

Energieverbrauch kombiniert: 5,0 l/100 km. CO₂-Emissionen kombiniert: 130 g/km. CO₂-Klasse: D. Weitere Informationen zur elektrischen Reichweite, Energiekosten, KFZ-Steuer und CO₂-Kosten finden Sie unter www.mazda.de/Energieverbrauch.

1) Ein Privat-Leasing-Angebot (Kilometer-Leasing) der Mazda Finance – einem Service-Center der Santander Consumer Leasing GmbH (Leasinggeber), Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach – für einen Mazda CX-60 e-Skyactiv D 200 Prime-Line | 3,3 l Diesel 147 kW (200 PS) bei € 289 monatlicher Leasingrate, € 6.900,00 Leasing-Sonderzahlung, 24 Monaten Laufzeit und 10.000 km Laufleistung pro Jahr. Bonität vorausgesetzt. Angebot ist gültig für Privatkunden und nicht mit anderen Nachlässen/Aktionen kombinierbar. Preise inkl. Überführungs- und zzgl. Zulassungskosten.

6 Jahre Garantie gemäß den Mazda Garantiebedingungen. Mehr Informationen finden Sie unter www.mazda.de/garantie.
Beispielfoto eines Mazda CX-60, die Ausstattungsmerkmale des abgebildeten Fahrzeuges sind nicht Bestandteil des Angebotes.

Süverkrüp

Autohaus Süverkrüp GmbH & Co. KG
www.sueverkruep.de - info@sueverkruep.de

Kiel
Holzkoppelweg 18
Tel. 0431 - 5 46 46 0

Rendsburg
Büsumer Str. 97 - 101
Tel. 04331 - 4 39 49 0

Flensburg
Gutenbergstr. 11
Tel. 0461 - 90 30 80



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!

Parkgebühren: Warnung vor gefälschten Aufklebern

KIEL. Die Stadt Kiel warnt aktuell vor gefälschten Bezahl-Aufklebern auf Parkscheinautomaten. Nach Angaben des Automatenherstellers Flowbird sind bisher unter anderem aus Berlin und Hannover Fälle ge-

meldet worden, bei denen der QR-Code, der zum Bezahlen gescannt werden kann, mit einer Fälschung überklebt wurde. Der Falsche Code führt nicht zur offiziellen easypark-App, sondern auf eine Fake-Seite. Die Stadt

rät, auch in Kiel beim Bezahlen am Parkscheinautomaten genau hinzuschauen. Die bisher erkannten Fälschungen hatten einen pinkfarbenen Rand. In einem Verdachtsfall sollte die Polizei hinzugezogen werden.

Geschenke-Spendenaktion der Kieler Stadtmission ist gestartet

KIEL. Die Kieler Stadtmission ruft jetzt wieder dazu auf, Weihnachtsgeschenke für bedürftige Kinder und Erwachsene zu spenden. Kiels Sozialdezernent Gerwin Stöcken eröffnete die diesjährige Benefizaktion mit der Übergabe des ersten Weihnachtsgeschenks. „Die Geschenke unterstützen Familien und Einzelpersonen, die nicht die finanziellen Mittel haben, um sich selbst oder ihren Liebsten zu Weihnachten etwas Besonderes zu gönnen,“ erklärte Stöcken, „durch die Spendenaktion können auch sie in der Weihnachtszeit kleine Augenblicke der Freude und Erholung erleben.“ Während sich viele Spendenaktionen primär an Kinder richten, möchte die Stadtmission Menschen ganz unterschiedlichen Alters unterstützen – darunter zum Beispiel wohnungslose Erwachsene und Kinder, die von der Inhaftierung eines Elternteils betroffen sind. „Während die Weihnachtszeit für so manchen mit Genuss und Überfluss verbunden ist, konfrontiert sie viele unserer Klientinnen und Klienten damit, woran es ihnen fehlt“, berichtete Geschäftsführerin Karin Helmer, „die liebevollen Geschenke zeigen ihnen, dass sie in ihrer Not nicht allein sind



Die Geschäftsführerin der Kieler Stadtmission Karin Helmer und Sozialdezernent Gerwin Stöcken starteten die diesjährige Geschenk-Sammlung der Stadtmission.

FOTO: JAN KÖSTER

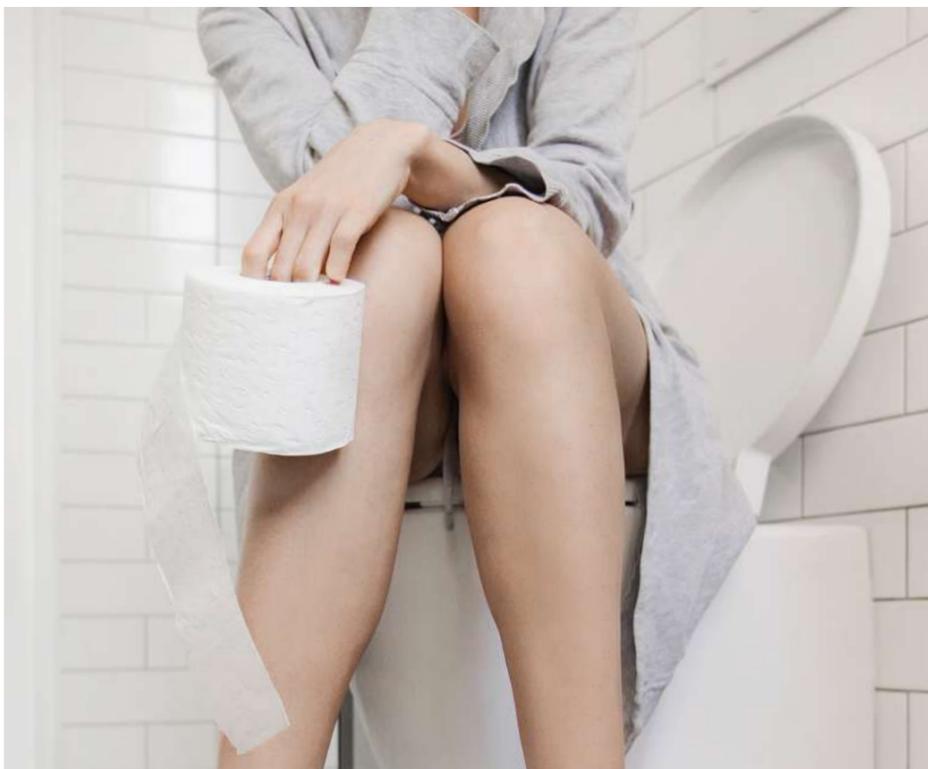
und dass es Menschen gibt, die sie unterstützen möchten.“ Damit alle Päckchen an passende Menschen weitervermittelt werden können, werden sie vor der Verteilung durchgesehen. Darum ist es wichtig, dass die Spenden in offenen Geschenkütten oder -kartons abgegeben werden. Das Geschenk sollte nur neue Artikel enthalten, für Kinder könnten das zum Beispiel Spielzeug oder schöne Schreibwaren sein, für Erwachsene vielleicht kuschelige Mützen, Schals oder festliche Deko wie Kerzen

und Lichterketten. Die Stadtmission bittet darum, keine Gebrauchtware und keine Lebensmittel einzupacken. Die Geschenke können bis einschließlich 13. Dezember an der Kasse des „ECHT.GUT.“-Kaufhauses der Kieler Stadtmission in der Hasseer Straße 49 in Kiel abgegeben werden. Die Öffnungszeiten sind montags bis freitags von 10 bis 18 Uhr und sonnabends von 10 bis 15 Uhr. Infos zum Sozialkaufhaus und zur Stadtmission sind unter www.echtgut-kiel.de zu finden.

ANZEIGE

Thema der Woche: Harter Stuhl

„Abführmittel waren keine Option für mich.“



Verstopfung und harter Stuhl sind für Betroffene eine wahre Last. Doch es gibt eine rein pflanzliche Option, um der Verdauung wieder den nötigen Schubs zu geben: Dr. Böhm® Darm aktiv aus der Apotheke.

Es gibt viele Gründe, warum der Darm plötzlich streikt – zum Beispiel Stress, Flüssigkeitsmangel oder auch die altersbedingte hormonelle Umstellung in den Wechseljahren. „Früher hatte ich maximal auf Reisen einen trägen Darm.

Während und nach dem Wechsel trat die Verstopfung aber immer häufiger auf. Auch bei meinen Blutdruckmedikamenten ist harter Stuhl eine der häufigsten Nebenwirkungen“, erzählt Barbara H. (59)*.

Abführmittel? Keine Option!

Der Toilettengang wird immer öfter zur Herausforderung und ist oft nur unter Schmerzen möglich. „Man weiß ja auch, dass man auf keinen Fall zu stark pressen darf, weil dadurch Hämorrhoiden entste-

hen können“, ergänzt Barbara H. Zu einem Abführmittel wollte sie dennoch nicht greifen: „Ich habe schon öfter gelesen, dass diese synthetischen Mittel einen Gewöhnungseffekt haben und der Darm dann irgendwann gar nicht mehr von allein arbeitet.“

Pflanzliche Innovation

Vor Kurzem fand Barbara H. das neue Dr. Böhm® Darm aktiv in der Apotheke – ein fruchtiges Getränk mit einer speziellen Kombination aus 5

pflanzlichen Ballaststoffen. Es sorgt im Darm insbesondere durch den enthaltenen Flohsamen für einen sanften Quellereffekt und eine normale Darmtätigkeit. Dadurch kann der Stuhl wieder besser abtransportiert werden und die Stuhlkonsistenz verbessert sich, sodass die Darmentleerung wieder angenehmer wird.

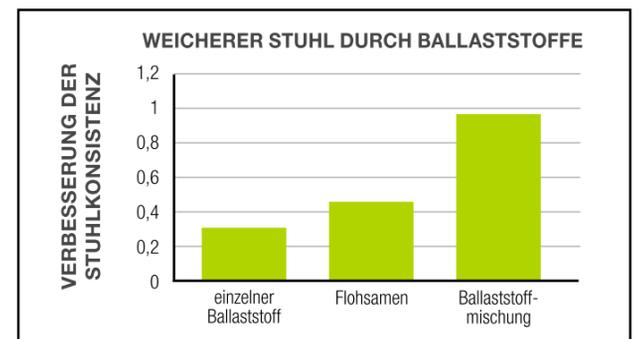
Wissenschaftlich belegt

Die Erfahrungen von Barbara H. decken sich mit aktuellen Erkenntnissen aus der Medizin. Denn auch die ärztliche Leitlinie empfiehlt bei hartem Stuhl im ersten Schritt eine Erhöhung der Flüssigkeits- aber auch der Ballaststoffzufuhr. Eine groß angelegte Studie (siehe Grafik) zeigt darüber hinaus: Den besten Effekt erzielt man mit einer Kombination mehrerer Ballaststoffe in möglichst hoher Dosierung.**

Einfach einzunehmen

„Neben der Tatsache, dass Dr. Böhm® Darm aktiv pflanzlich ist und ganz natürlich wirkt, finde ich vor allem die Anwendung sehr einfach. Es ist in kleinen Sachets vordosiert, wodurch ich immer die exakt richtige Menge zu mir nehme. Durch den fruchtigen Geschmack ist es auch sehr einfach zu trinken. Schon nach zwei Einnahmen spürte ich, dass meine Verdauung wieder ordentlich arbeitet“, so Barbara H.

*Name und Alter geändert. **Christodoulides S et al. Systematic review with meta-analysis: effect of fibre supplementation on chronic idiopathic constipation in adults. *Aliment Pharmacol Ther* 2016; 44 (2): 103–16.



Empfehlung aus der Apotheke

Dr. Böhm® Darm aktiv



PZN: 19251696 (6 Sachets) • PZN: 19105730 (20 Sachets)

Pflanzliche Lösung bei hartem Stuhl

- ✓ Angenehm weicher Stuhl¹
- ✓ Leichter und regelmäßiger Stuhlgang
- ✓ Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern

¹Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.

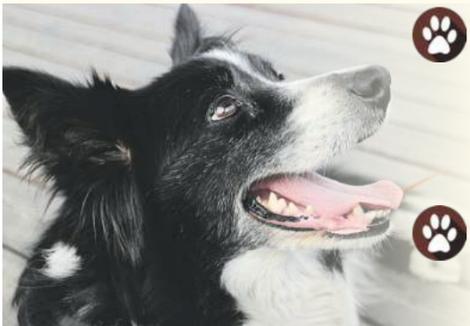


Große Wiedereröffnung - 28.11. - 30.11.2024 ZOO & Co. Knutzen in Kiel

Erlebe unseren frisch umgebauten ZOO & Co. Knutzen in Kiel!

Freue dich auf einen tollen Eröffnungsrabatt von
auf unser gesamtes Sortiment!

20%



- 🐾 29.11.2024 – Ernährungsberatung der Firma Brit (Hund & Katze)
– Promotion der Firma Canina alles rund um unsere Tierapotheke
– Zubehörpromotion der Firma Pet Lando
- 🐾 30.11.2024 – Ernährungsberatung der Firma Belcando (Hund)
– Zubehörpromotion der Firma Hunter

KISSENSCHLACHT

Ausgewählte Hundekissen
und -betten bis

40% reduziert!

AKTIONSANGEBOT

Aquarium
60er Set

statt ~~99.99~~ nur **59.99**

AQUARIUM- PFLANZEN

bis Preisgruppe 8
nur **3.99**

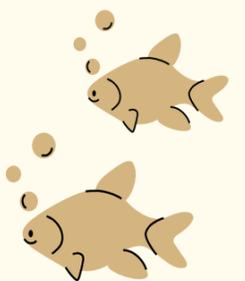
KRATZPAPPEN

-ausgewählt- für Katzen
bis zu

40% reduziert!

Tolle Aktionen erwarten dich

- 🐾 Erlebe unsere neue, große Auswahl an Hundebetten, -kissen und Kratzbäumen.
- 🐾 Entdecke unser attraktives und erweitertes Angebot der Tierapotheke, wo du alles für das Wohlbefinden deines Lieblings findest.
- 🐾 Aquarien- und Terrarien-Freunde können sich ebenso auf mehr Auswahl freuen, welche mit unserer besonderen Naturdekoration für Aquarien ergänzt wird.



Jetzt schon vormerken! Am 07.12.2024 von 10:00 – 17:00 Uhr
kommt Hundefotografin Nicole Lehr zu ZOO & Co. Knutzen
in Kiel. Komm vorbei und sichere dir tolle Bilder
von deinem Liebling – und ist ein super
Weihnachtsgeschenk!



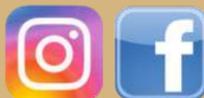
ZOO
& Co.

Da geht's Tier gut

KNUTZEN

Ihr ZOOFACHMARKT

Trede & von Pein GmbH
Adelheidstraße 14 • 24103 Kiel
www.zooundco-kiel.de



* Dieser Rabatt ist nur vom 28.11. bis 30.11.2024 bei ZOO & Co. Kiel, Adelheidstraße 14, 24103 Kiel gültig. Nicht mit anderen Rabatten und Sonderangeboten kombinierbar. Gilt nicht für lebende Tiere und nicht auf Artikel, die einer gesetzlichen Preisbindung unterliegen. Die maximale Rabatthöhe beträgt 20 %.

DAS WOCHENPROGRAMM VON VIER KIELER KINOS

PROGRAMM SA, 23.11.–FR, 29.11.2024



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



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



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



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

Kino in der Pumpe

Ich habe KIEL erlebt – Ein gefilmtes Leben zwischen 1939 und 1955

Oliver Boczek und Gerald Grote.
D 2024. 55 Min.
Das nächste faszinierende Kieler Stimmungsbild der Macher von „Ich habe KIEL zu erzählen“.
Sa, Mo-Mi 17:00

Milchzähne

Sophia Bösch. D 2024. 97 Min.
In einer nicht allzu fernen Zukunft wohnt die junge Skalde mit ihrer Mutter in einem archaischen Dorf, das sich komplett von der Außenwelt abschottet. Dann begegnet Skalde einem fremden jungen Mädchen. Dystopisches Coming-of-Age-Drama.
Sa, Mi 18:00

David-Lynch-Retrospektive: Wild at Heart

David Lynch. USA 1990. 125 Min. OV.
Der nächste Teil unserer David-Lynch-Retrospektive ist ein wildes, ungezähmtes Roadmovie mit Starbesetzung, das in Cannes die Goldene Palme gewann!
OV: Do 19:00

Filmisches Philosophieren:

How To Blow Up A Pipeline
Daniel Goldhaber. USA 2022. 104 Min.
OmU. FSK 16.
Agitatorisches, anarchisches und vor allem hochspannendes Politikino am Puls der Zeit!

FILMTIPP

QUEERFILMNACHT: CLOSE TO YOU

Dominic Savage. CAN 2023. 100 Min. OmU. Mit Elliot Page, Hillary Baack.

Sam ist vor Jahren aus seinem kanadischen Heimatdorf nach Toronto gezogen und lebt dort als Transmann.

Zum Geburtstag seines Vaters kehrt er nun erstmals zurück in die Heimat und erlebt eine Achterbahn der Gefühle – seine Familie schwankt zwischen Anerkennung und Sorge, seine alte Highschool-Flamme Katherine hat mit ihren ganz eigenen Dämonen zu kämpfen und ist immer noch verliebt in Sam. Elliot Pages Rückkehr auf die große Leinwand ist ein fulminantes und persönliches Drama, einfühlsam gespielt und kongenial inszeniert!

OmU: Mo 20:30

Im Anschluss Vortrag und Diskussion.
OmU: Di 18:30

Jeff Koons – A Private Portrait

Pappi Corsicato. ITA 2023. 80 Min.
Dokumentarfilm.
Hinter Jeff Koons bürgerlicher Fassade versteckt sich einer der außergewöhnlichsten Künstler der letzten Jahrhunderte. Mitreißender Dokumentarfilm über einen der teuersten lebenden Künstler.
Fr 18:00

Shambhala

Min Bahadur Bham. NEP 2024. 150 Min.
OmU. Mit Thinley Lhamo, Sonam Topden.
Die junge Pema feiert ihre Hochzeit und ist voller Vorfreude auf das Eheleben – wie in Nepal üblich, heiratet sie jedoch nicht nur einen Mann, sondern direkt auch seine Brüder, die unterschiedlicher nicht sein könnten. Majestätische Bilder und eine ungewöhnliche Geschichte!
OmU: Do 16:00+Fr 19:30
Weitere Termine folgen

Französische Filmwoche:

Le Comte de Monte Christo
Mathieu Delaporte und Alexandre de La Paterrière. F 2024. 180 Min. OmU.
Bildgewaltige Neuverfilmung des Meisterwerks von Alexandre Dumas.
OmU: So 15:00

Französische Filmwoche:

Es liegt an dir, Chéri
Florente Bernard. F 2024. 103 Min. OmU. Mit Charlotte Gainsbourg und José Garcia.
Turbulente Eherettungskomödie mit Starbesetzung.
OmU: Sa 20:00

Französische Filmwoche:

Ma Vie, Ma Gueule – Mein Leben, Mein Ding
Sophie Fillières. F 2024. 99 Min. OmU.
Eine Frau mittleren Alters steht plötzlich vor dem Nichts. Bewegende Persönlichkeitsstudie.
OmU: So 19:00

Französische Filmwoche:

Das kostbarste aller Güter
Michel Hazanavicius. F 2024. 81 Min. OmU.
Animationsfilm.
Bewegender Animationsfilm über eine Bauernfamilie, die während des Holocausts ein jüdisches Kind bei sich aufnimmt.
OmU: Mo 18:00

Französische Filmwoche:

Bolero
Anne Fontaine. F 2024. 120 Min. OmU.
Mitreißender Film über den Komponisten Maurice Ravel und die Premiere seines berühmtesten Stücks.
OmU: Mi 20:00

metro – Kino im Schloßhof

Die Arbeiten an unserem Dachstuhl sind schon weit vorangeschritten. Am 15. November konnten wir unser Richtfest feiern. Wir hoffen, in Kürze unsere beiden kleinen Säle wieder in den Spielbetrieb geben zu können. In Saal 1 wird die Unterdecke gerade von den Zimmerleuten angebracht, die Giebelwände werden vom Maurer ertüchtigt. Wir haben für unsere alten Dachbalken eine Nachnutzung: ab sofort bieten wir „Weihnachtskränze“ mit metro-Branding an!

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.



Traum-Kino

Münter und Kandinsky

Künstlerfilm. Deutschland 2024. Regie: Marcus O. Rosenmüller.
Mit Vanessa Loibl, Vladimir Burlakov. 125 Minuten. FSK 12.

Es ist die bewegende Geschichte einer dramatischen Liebe und zugleich ein Dokument epochaler Kunst: Anfang des 20. Jahrhunderts lebt und malt die gebürtige Berlinerin Gabriele Münter gemeinsam mit ihrer großen Liebe, dem Russen Wassily Kandinsky, im bayerischen Murnau am Staffelsee. Die Provinz wird zum Ausgangspunkt eines künstlerischen Aufbruchs in die Moderne der Malerei, die das Kunstverständnis revolutioniert und die lockere Künstlerbewegung „Der Blaue Reiter“ hervorbringt.

Sa-Mo 20:15



Die Weisheit des Glücks

Doku über den Dalai Lama.
Do, Fr 17:45

Die Fotografin

Mit Kate Winslet.
Do, Fr 20:15

Morgen ist auch noch ein Tag

Der Film aus Italien.
So 13:00 Uhr

Lustiges Mitmachkino

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

Cranko

Film über den Ballett-Choreographen John Cranko.
Di 20:15

Element of Crime in Wenn es dunkel

und kalt wird in Berlin
Mi 20:15

FILMTIPP

THE ROOM NEXT DOOR

Drama. Spanien 2024. Regie: Pedro Almodóvar. 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. Nachdem sie jahrelang keinen Kontakt mehr hatten, 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 17:45

OmU: Mi 17:45

Weitere Infos www.traum-kino-kiel.de

STUDIO Filmtheater

Alter weißer Mann

Komödie. FSK 6.
mit Jan Josef Liefers
Sa, Mo, Di 18:00, 20:30
So 15:00, 20:00/Mi 18:00

Der Buchspazierer

Komödie. FSK 6.
Sa, Mo-Mi 15:30/So 12:30

Finale Jugendfilmfest

Kurzfilme.
Mit den besten Kurzfilmen aus dem Nachwuchs der schleswig-holsteinischen Filmcommunity.
So 15:00

Die Fotografin

Drama. FSK 12.
Sa 13:00

Gladiator 2

Action. FSK 16.
Die Fortsetzung der epischen Saga um Macht, Intrigen und Rache im antiken Rom.
Sa 20:00/Di, Mi 20:30
OmU (Engl.): Sa 23:00+So 19:00
+Mo 20:30

In Liebe, Eure Hilde

Drama. FSK 12.
Sa 13:00/Di 15:30

Kikis kleiner Lieferservice

Zeichentrick. FSK 0.
Lichtperlen, Ghibli-Reihe.
Mit Einleitung und Vorfilm.
OmU (Jap.): Sa 22:45

Kurzfilmtag November: Helden des Alltags

Kurzfilme. FSK 12.
Monatlicher Kurzfilmtag, tlw. OmU.
Mo 18:30

Marianengraben

Tragikomödie. FSK 12.
Eine zu Herzen gehende Geschichte über den Tod und darüber, am Leben zu bleiben.
Sa 12:45/So 12:30/Mo, Mi 15:30

Neuigkeiten aus Lappland

Komödie. FSK 12.
Schräge Komödie, die die 1980er-Jahre in ihrer ganzen Schönheit wieder auferstehen lässt.
Sa 20:15/So 20:00/Di, Mi 20:30
OmU (Finn.): Mo 20:30

Riefenstahl

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

Die Schule der magischen Tiere 3

Kinderfilm. FSK 0.
Sa 15:00/So 14:45

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.): Sa 23:00

Die Witwe Clicquot

Biopic. FSK 12.
Über die erste Geschäftsfrau, die ein Champagnerhaus leitete.
Sa 17:45/So 17:30/Di, Mi 18:15
OmU (Engl.): Mo 16:00



„Orange Walk“ am „Orange Day“

Kieler Frauenverbände starten Aktionen zum Tag gegen Gewalt an Frauen

KIEL. Für den internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen, den „Orange Day“ am Montag, 25. November, sind auch in Kiel verschiedene Aktionen geplant. Unter anderem rufen Kieler Frauenverbände zur Demonstration auf.

Eingebettet sind die Kieler Aktionen in die internationale UN-Kampagne „Orange the World“, die jährlich zwischen dem 25. November und dem 10. Dezember weltweit Zeichen gegen Gewalt an Frauen und Mädchen setzt. Diese Gewalt ist weltweit eine der häufigsten Menschenrechtsverletzungen und betrifft Frauen und Mädchen unabhängig von Nationalität, Alter oder sozialem Status. Laut dem Bundeskriminalamt waren im Jahr 2023 in Deutschland knapp 133000 Frauen von Gewalt durch ihre Partner oder Ex-Partner betroffen – in 155 Fällen starben die Frauen als Folge davon.

Für den diesjährigen Orange Day hat sich in Kiel ein zivilgesellschaftliches Bündnis bestehend aus den Kieler Serviceclubs Zonta, Soroptimist und Soroptimist Kiel-Baltica, den DGB-Frauen und den Landfrauen Kiel gebildet, um gemeinsam Stärke zu zeigen und auszudrücken, dass Kiele- rinnen und Kieler jede Gewalt an Mädchen und Frauen ablehnen und aktiv dagegen vorgehen wollen.

Das Bündnis ruft alle Bürgerinnen und Bürger dazu auf, sich am 25. November ab 17 Uhr zur am „Orange Walk“ zu



Zum „Orange Day“ am Montag, 25. November, werden weltweit auch wieder öffentliche Gebäude orange beleuchtet. So sah vor ein paar Jahren zum Beispiel das Landesjustizministerium in Kiel aus.

FOTO: FRANK PETER

beteiligen. Der Protest-Walk startet am Kieler Hauptbahnhof. Alle Teilnehmenden sind aufgerufen, möglichst mit einem orangefarbenen Kleidungsstück und ausgestattet mit Trillerpfeifen und LED-Fackeln gemeinsam ein Zeichen zu setzen.

Die Demonstration führt durch die Innenstadt bis zur Abschlusskundgebung im Hiroshima-Park. Dort sprechen Landtagsvizepräsidentin Eka von Kalben und DGB-Nord Vorsitzende Laura Pooth.

Zum sechsten Mal starten die Kieler Zontians in diesem Jahr zudem ihre Beleuchtungsaktion. Dafür bitten sie Universitätsklinik, Ministerien, Firmen,

Banken und Verbände, ihre Gebäude orange zu beleuchten. „Mit unserer Beleuchtungsaktion wollen wir betroffenen Frauen und Mädchen zeigen, dass sie nicht allein sind. Und wir wollen ihnen Mut machen, eine Beratungsstelle aufzusuchen und sich Hilfe zu holen“ sagt Zonta-Präsidentin Juliane Rumpf.

Mit gesammelten und teilweise orange gefärbten Schuhen symbolisieren die Kieler Soroptimistinnen die 628 Frauen, die allein 2023 in Kiel Opfer von Gewalt wurden. An vielen Stellen in der Innenstadt werden die Schuhe zusammen mit Infomaterial auf das Hilfetelefon für Frauen und Mädchen

aufmerksam machen. Ein Teil wird am Montag auf der Treppe des Opernhauses den Hintergrund der Abschlusskundgebung des „Orange Walks“ bilden.

Die Gewerkschaftsfrauen des DGB wollen unter dem Motto „Schutz statt Schweigen-keine Toleranz für sexualisierte Belästigung am Arbeitsplatz“ entlang der Strecke des „Orange Walks“ mit Transparenten und Lichtkreisen auf die Frauen aufmerksam machen, die spätabends, nachts oder frühmorgens arbeiten. Am Gewerkschaftshaus wird auch in diesem Jahr 16 Tage lang die Flagge „Nein zu Gewalt an Frauen“ zu sehen sein.

Gottesdienst gegen sexualisierte Gewalt in St. Nikolai

KIEL. Zu einem Gottesdienst gegen sexualisierte Gewalt in kirchlichen Institutionen lädt der Ev.-Luth. Kirchenkreis Altholstein anlässlich des internationalen Tages gegen Gewalt an Frauen für Montag, 25. November, ab 17 Uhr in die Offene Kirche St. Nikolai in Kiel am Alten Markt ein. Der Gottesdienst richtet sich an Betroffene wie interessierte Menschen. Manuela Nicklas-Beck vom Verein Pebbles und Mitglied der Betroffenenvertretung im Beteiligungsforum Sexualisierte Gewalt in der EKD, wird im

Gottesdienst einen Impulsortrag halten. Zur Zusammenarbeit mit kirchlichen Vertreterinnen und Vertretern, sagt sie: „Kommunikation und daraus wachsendes Verständnis können die ersten Wege zu nachhaltiger Veränderung sein.“ Pröpstin Almut Witt hat den Gottesdienst mit vorbereitet: „Wir wollen nicht schweigen. Ich will nicht verschweigen, was im Raum unserer Kirche geschehen ist und geschieht“, betont sie. Die musikalische Gestaltung übernimmt Stefan Seidel am Saxofon.

„Tatort“-Dreharbeiten in Kiel

KIEL. Der letzte NDR-Tatort mit dem Kieler Kommissar Klaus Borowski, gespielt von Axel Milberg, wurde bereits Anfang dieses Jahres gedreht, nun folgen die Aufnahmen für den ersten Kieler Tatort mit Kommissarin Mila Sahin und der neuen Polizeipsychologin Elli Krieger, verkörpert von Karoline Schuch. Dafür laufen aktuell und voraussichtlich noch bis Anfang Dezember Dreharbeiten in Kiel und Umgebung. In dieser Zeit sind unter anderem Parkplätze am Hotel Mari-

tim, in der Faulstraße und der Kehdenstraße, unter der Gablenzbrücke, an der Kanalbrücke sowie einzelne Gehwege vorübergehend gesperrt. Der Tatort wird der erste sein, in der Borowskis bisherige Assistentin Mila Sahin (Almila Bagriacik) als seine Nachfolgerin die Ermittlungen leiten wird. Die Polizeipsychologin Elli Krieger ist die neue zweite Hauptrolle. Im Fernsehen wird diese Folge des Kieler Tatorts voraussichtlich 2026 zu sehen sein.

Kiel-Kalender für den guten Zweck

KIEL. Zugunsten der Kieler Palliativmedizin hat der Förderverein für Palliativmedizin Kiel auch in diesem Jahr wieder einen Kalender herausgebracht. Die Fotos stammen dieses Mal von Marie-Kristin Böhme, Mitarbeiterin des Interdisziplinären Zentrums für Schmerz- und Palliativmedizin. Die Motive zeigen Kiel

und Schleswig-Holstein. Der Kalender wird an verschiedenen Stellen wie in Apotheken, Geschäften oder Tankstellen sowie in der Interdisziplinären Schmerz- und Palliativstation am Campus Kiel ausliegen und kann gegen eine Spende erworben werden. Der Erlös fließt dann an die Palliativmedizin des UKSH, Campus Kiel.

Stadt Kiel sucht Vorschläge für Sportehrungen

KIEL. Die Stadt Kiel wird im Frühjahr 2025 wieder besonders erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler ehren. Dabei geht es dieses Mal ausschließlich um erwachsene Aktive. Infrage kommen erwachsene Sportlerinnen und Sportler, die in den vergangenen zwölf Monaten erste Plätze bei Deutschen Meisterschaften oder erste bis dritte Plätze bei Europa- oder Weltmeisterschaften belegt haben. Auch

wer einen Rekord mindestens auf nationaler Ebene aufgestellt hat oder sich für die Olympischen Spiele qualifizieren konnte oder in seiner Disziplin ganz besondere Anerkennung erworben hat, kann nominiert werden.

Die Urkunden und Medaillen für herausragende sportliche Leistungen werden im Frühjahr im Rahmen einer Feierstunde im Ratssaal überreicht. Die Nominierten müssen in

Kiel wohnen oder einem Verein angehören, der Mitglied im Sportverband Kiel ist. Sportvereine und Fachverbände können ihre Vorschläge noch bis zum 19. Januar einreichen – per Post an: Landeshauptstadt Kiel, Amt für Sportförderung, Postfach 1152, 24099 Kiel.

Die Formulare sind unter www.kiel.de/sportlerehrung zu finden. Weitere Infos gibt es bei Bedarf unter Tel. 0431/9013177.



Schreibwettbewerb „Junger Literaturpreis SH“

KIEL. Der Freundeskreis Literaturhaus Schleswig-Holstein ruft zum neunten Mal junge Schreibtalente zwischen 14 und 20 Jahren zur Teilnahme am „Jungen Literaturpreis Schleswig-Holstein“ auf. Der Wettbewerb richtet sich an Nachwuchsautorinnen und

Nachwuchsautoren, die ihre Leidenschaft für das literarische Schreiben entwickeln und ihre Kreativität entfalten möchten.

Texte können bis zum 28. Februar 2025 eingereicht werden. Die Teilnehmenden dürfen bisher keine eigen-

ständige literarische Veröffentlichung vorweisen und müssen in Schleswig-Holstein ansässig sein. Die Prosatexte dürfen maximal 3600 Wörter umfassen, thematische Vorgaben gibt es nicht. Alle Details zum Ablauf sind unter www.flsh-kiel.de zu finden.

CAU hat neue Präsidentin

KIEL. Der Senat der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel (CAU) hat Professorin Insa Theesfeld mit großer Mehrheit für das Amt der CAU-Präsidentin

gewählt. Die Agrarökonomin und Professorin für Agrar-, Umwelt-, und Ernährungspolitik nahm die Wahl an. Zurzeit ist sie noch an der Martin-Lu-

ther-Universität Halle-Wittenberg (MLU) Vizerektorin für Personal- und Organisationsentwicklung.

Nach ihrem Studium an den Universitäten Rostock, Hohenheim und Universitäten in Georgia (USA) und Montpellier (Frankreich) schloss Insa Theesfeld ihre Promotion und Habilitation an der Humboldt-Universität zu Berlin ab. Nach Tätigkeiten für außeruniversitäre Forschungsinstitute folgte 2014 ihr Ruf an die Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg (MLU). Zuvor war sie Forschungsdirektorin am Ostrom Workshop der Indiana Universität, USA. Theesfeld ist Mitglied in internationalen Fachgesellschaften und Wissenschaftsgremien, darunter die International Association for the Study of the Commons (IASC), deren Präsidentin sie bis 2023 war.



Professorin Insa Theesfeld ist die neue Präsidentin der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel.

FOTO: JÜRGEN HAACKS/UNI KIEL

California Days

28. bis 30. November

Alle Aktionsmodelle mit

0,0 % Finanzierung¹

Die California Modelle

Einsteigen, losfahren und dort bleiben, wo es gefällt. Der Natur nah und trotzdem alles dabei, was man braucht – das zeichnet die California Modelle aus.

- Der neue California
- Der Caddy California
- Der Grand California

California Days in Kiel

Vom 28. bis 30. November dreht sich bei uns alles um die Volkswagen California Modelle.

Einsteigen, probeliegen und mit unseren Beratern fachsimpeln – alles ausdrücklich erwünscht. Finden Sie heraus, welches California Modell zu Ihnen passt und sichern Sie sich Ihren exklusiven Messepreis.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Abbildung zeigt Fahrzeug mit Sonderausstattung gegen Mehrpreis.
¹ Nur im Aktionszeitraum vom 28.11. bis 15.12.2024.



California
ProfiPartner

Volkswagen Zentrum Kiel

Schmidt & Hoffmann GmbH · Königsweg 76-78 · 24114 Kiel
Tel. 0431 / 66 44 44 · info@california-kiel.de · california-kiel.de

Wieder viel Spaß auf Kufen

Am Germaniahafen in Kiel hat das Stadtwerke-Eisfestival begonnen

KIEL. Es ist wieder Stadtwerke-Eisfestival-Zeit in Kiel. Dieses Mal steht das Zelt mit der Eislauffläche und den Kunststoffbahnen für das Stockschießen bis zum 12. Januar am neuen Standort am Germaniahafen in Kiel. Dort bietet es den besten Blick aufs Wasser und ist vom Kieler Hauptbahnhof aus auch sehr gut zu Fuß zu erreichen.

Außer an Heiligabend und an Neujahr ist das Eisvergnügen durchgehend geöffnet. Parallel zum Schlittschuhlaufen verspricht das Stockschießen mit sicherem Tritt auf Kunststoffbahnen spannende Spiele mit der Familie oder dem Freundes- oder Kollegenkreis.

An acht Terminen, jeweils dienstags und mittwochs, lädt die vom Casino Kiel gesponserte Eisdisco von 18 bis 21 Uhr zur Schlittschuhparty mit wechselnden DJs ein. Für den 7. Januar ist von 14 bis 16 Uhr eine extra Kinderdisco geplant. Für Kindergeburtstage sowie für Firmen- und Weihnachtsfeiern können VIP-Räume mit direktem Blick auf die Kieler Förde mit und ohne Catering dazugebucht werden. „Event-Catering Kiel“ sorgt in der beheizten „Kajüte“ mit Speisen und Getränken für den kleinen Hunger.

Gedacht ist das Angebot des Stadtwerke-Eisfestivals für Schulklassen, Familien, Freizeitsport und Firmenveranstaltungen. Schulklassen können die Schlittschuhbahn bereits am Vormittag zu vergünstigten Konditionen erobern. Für Schulklassen gilt



Lilly Quentin (v.li.), Johannes Hesse, Hellen Hunklinger und Uwe Wanger von Kiel-Marketing sowie Stadtwerke-Vorstand Frank Meier und der Bahnbetreiber Fritjof Gotzian von interevent freuen sich auf ein neues Eisfestival mit vielen gut gelaunten Besucherinnen und Besuchern aller Altersklassen.

FOTO: KIEL-MARKETING

eine Helmpflicht, wer möchte, kann einen eigenen Reit- oder Fahrradhelm mitbringen. Für die notwendige Anmeldung von Schulklassen gibt es unter https://schulklassenanmeldung.interevent.de/kiel_2024 ein eigenes Anmeldeportal.

Zum Stadtwerke-Eisfestival gehören auch wieder die „Stadtwerke Kiel Masters“, bei denen sich Teams im Stockschießen auf der Kunststoffbahn messen. Die Vorrunden laufen am 2., 3., 6. und 7. Januar, die Halbfinale am 8. Und

9. Januar, das Finale ist für den 10. Januar geplant. Teams aus jeweils vier Personen können sich noch bis Ende November unter www.kiel-sailing-city.de/eisfestival anmelden. Während der „Stadtwerke Kiel Masters“ schließt die Schlittschuhbahn jeweils schon um 19 Uhr.

Wer übrigens eine der Vorstellungen von Holiday on Ice besuchen will, die vom 22. bis 24. November, also noch bis zum morgigen Sonntag, in der Kieler Wunderino Arena zu erle-

ben sind, und das Ticket dafür im Welcome-Center Kieler Förde am Stresemannplatz kauft, bekommt auf jedes Ticket 20 Prozent Rabatt. Alle Besucher und Besucherinnen der „Holiday on Ice“-Shows wiederum nehmen an einer Verlosung teil und haben die Chance, Saison-Tickets für das Stadtwerke-Eisfestival zu gewinnen. Alle Infos, Öffnungszeiten, Preise und die Buchungslinks für alle Angebote sind unter www.kiel-sailing-city.de/eisfestival zu finden.

Friedhofswanderungen zum Totensonntag

KIEL. Zum morgigen Totensonntag, 24. November, bieten vier städtische Friedhöfe besondere geführte Spaziergänge an, bei denen auch Raum für Musik und historische Fotos ist.

Der **Nordfriedhof** am Westring 481 lädt von 10 bis 15 Uhr zum Tag des offenen Friedhofs ein. An der Feuerschale ist Zeit für Gespräche bei Gebäck und Punsch. Um 13 Uhr beginnt auf dem Kapellenvorplatz ein Spaziergang mit dem Friedhofsleiter. Dabei erfahren die Teilnehmenden Wissenswertes über verschiedene Bestattungsmöglichkeiten und lernen den Friedhof kennen.

Auf dem **Ostfriedhof** am Klausdorfer Weg 277 stehen ab 10 Uhr bei Punsch und Gebäck Mitarbeitende der Friedhofsverwaltung für Fragen und Anregungen zur Verfügung. Treffpunkt für die Friedhofsführung ab 13 Uhr ist an der Kapelle. Um 14.30 Uhr beginnt das Choralblasen der Andreaskirche an der Kapelle. Im Anschluss findet eine Andacht statt.

Der **Friedhof Russee** in der Rendsburger Landstraße 445 ist ein idyllischer Stadtteilstädtchen mit einer beeindruckenden Pflanzenvielfalt. Beim Spaziergang mit Geschichte ab 13 Uhr lernen die Teilnehmenden diesen schönen Friedhof kennen. Alte Baumriesen, großzügige Staudenanlagen und schöne Blumenpflanzungen geben ihm den Charakter einer gepflegten Parkanlage. Er wurde angelegt als Dorffriedhof, und so kann man dort noch heute Dorfhistorie nacherzählen. Los geht es bei der Kapelle. Von

10 bis 15 Uhr zeigt der Verein „Geschichtskreis Rund um den Russee“ außerdem Bilder aus dem alten Dorf Russee.

Zu den schönsten Grünanlagen in Kiel gehört der **Alte Urnenfriedhof** in der Eichhofstraße 48a. Dort heißt es am Totensonntag von 10 bis 15 Uhr „Offenes Büro“. An der Feuerschale ist bei Gebäck und Punsch Zeit für Gespräche und Informationen rund um den Friedhof. Am Haupteingang startet um 13 Uhr der Spaziergang mit der Friedhofsleiterin. Dabei geht es um Bestattungsmöglichkeiten und sicherlich auch um Gräber bekannter Kieler Persönlichkeiten.

Infos zu den städtischen Friedhöfen sind unter www.kiel.de/friedhof zu finden.



Der Ostfriedhof wurde am 4. Juli 1909 eingeweiht. 1993 bekam er seinen markanten, von HDW-Lehrlingen gefertigten Glockenturm. FOTO: VOLKER REBEHN

Anzeige

Gesundheit aktuell

„Eltern können mit dem Vorlesen gar nicht früh genug anfangen“

AOK-Landesdirektorin Iris Kröner las in der Kita EinStein in Kiel vor

KIEL. „Immer wieder kracht die blöde Hütte zusammen, obwohl sich der kleine Troll so viel Mühe beim Bauen gibt.“ Gebannt lauschten die Kinder der Gruppe ‚Zaubersterne‘ aus der Kita EinStein im Kieler Stadtteil Neumeimersdorf den ‚Grolltroll‘-Erzählgeschichten, die von AOK-Landesdirektorin Iris Kröner vorgelesen und gezeigt wurden.

Anlass war der 21. ‚Bundesweite Vorlesetag‘ unter dem Motto „Vorlesen schafft Zukunft“, bei dem sich Kröner als Lesepatin engagierte. „Vielen Kindern wird zu Hause nicht vorgelesen. Dadurch entgeht ihnen nicht nur die schöne Erfahrung des Vorlesens, sondern auch eine wichtige Vorstufe zur eigenen Lesekompetenz. Eltern können mit dem Vorlesen gar nicht früh genug anfangen“, sagt Kröner. Denn Lesen können ist eine wichtige Fähigkeit, die die weitere Teilhabe am gesellschaftlichen Leben von Kindern prägt - und damit ihre Zukunft.

Vorlesen erweitert den Wortschatz

Der ‚Bundesweite Vorlesetag‘ gilt als das größte Vorlesefest Deutschlands. Wenn Vorlesen zum Familienalltag gehört, entwickeln auch kleine Kinder Interesse an Geschichten und bekommen Lust, selbst lesen zu lernen.



AOK-Landesdirektorin Iris Kröner engagiert sich als Vorlesepatin und las am heutigen ‚Bundesweiten Vorlesetag‘ den Jungen und Mädchen aus der Kita EinStein in Kiel aus ihren Lieblingsbüchern vor.

FOTO: KUSCHEL/AOK

„Mit dem Vorlesen möchten wir dazu beitragen, dass Kindern mehr und kontinuierlich vorgelesen wird. Vorlesen regt die Fantasie der Kinder an, erweitert ihren Wortschatz, trägt zu einem verständnisvollen Austausch in der Familie bei und fördert die persönliche Entwicklung der Kinder“, so Kröner.

Vorlesen als gemeinsames Familienritual

Nach den aktuellen Ergeb-

nissen des „Vorlesemonitors“, der jährlichen Studie zum Vorleseverhalten in Familien, wird 32,3 Prozent der ein- bis achtjährigen Kindern selten oder nie vorgelesen; 18 Prozent von ihnen nie. Besonders kritisch: In der Zeit vor der Kita und bei Schuleintritt wird selten bis nie vorgelesen. Konsequenz: Kindern, denen nicht regelmäßig vorgelesen wird, fehlt dadurch auch eine wichtige Unterstützung für ihre sprachliche Entwicklung.

Mit jeder Geschichte wachsen

Die Kita Einstein in Kiel-Neumeimersdorf engagiert sich bereits seit vielen Jahren, um die Lese-Motivation der Kinder zu fördern. „Als Kita ist es uns ein großes Anliegen, die Initiative zu unterstützen, weil auch wir die Kinder im frühen Umgang mit Büchern und Sprache fördern wollen und ihnen die Freude an Büchern und am Lesen mit auf den Weg geben möchten“, sagt Kita-Leiterin Melanie Krause.

Gripeschutzimpfung wird in Schleswig-Holstein immer weniger genutzt

KIEL. Die Gripeschutzimpfung wird in Schleswig-Holstein immer weniger genutzt. Das zeigt eine aktuelle Auswertung der AOK NordWest. Danach ließen sich im vergangenen Jahr nur 14,7 Prozent der AOK-Versicherten gegen Influenza impfen. Das war nach 2017 mit 14,2 Prozent der zweitniedrigste Wert in den vergangenen zehn Jahren.

Den höchsten Stand erreichte die Impfquote während der Corona-Pandemie: Im Jahr 2020 ließen sich insgesamt 19,1 Prozent der AOK-Versicherten gegen die Grippe impfen. „Die Bereitschaft, sich gegen die Grippe impfen zu lassen, ist in den letzten Jahren immer geringer geworden. Dabei ist die Impfung besonders für ältere und chronisch kranke Menschen unerläss-

lich“, sagt AOK-Vorstandschef Tom Ackermann. Der beste Zeitraum für eine Impfung sind die Monate Oktober bis Mitte Dezember. Für die Impfung muss von den Versicherten nur die elektronische Gesundheitskarte vorgelegt werden.

Die STIKO empfiehlt die Impfung neben Menschen ab 60 Jahren auch Personen mit erhöhtem Gesundheitsrisiko wie Schwangere und chronisch Kranke aller Altersgruppen, außerdem für medizinisches und pflegerisches Personal sowie Personengruppen mit umfangreichem Publikumsverkehr. Die Impfung kann bei allen niedergelassenen Ärzten und Ärztinnen wie in der hausärztlichen Praxis durchgeführt werden.



Der beste Zeitraum für die Gripeschutzimpfung sind die Monate Oktober bis Mitte Dezember. FOTO: AOK/COLOURBOX

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

Für den heutigen **Sonnabend, 23. November**, lädt das Bürgerhaus **Kiel-Mettenhof** in der Vaasastraße 43a wieder zum „Lichterzauber“ ein: Strahler, Lichter, Kerzen und Feuerschalen im Innenhof bringen das Bürgerhaus von 14 bis 19 Uhr zum Strahlen. Cafés, Stockbrot und Livemusik laden zum Verweilen ein, wer möchte kann kleine Geschenke basteln oder an den Ständen in der ersten Etage welche kaufen.

Bundespräsident a.D. Joachim Gauck liest in **Kiel-Elmschenhagen** aus dem hochaktuellen Buch „Erschütterungen“, das er gemeinsam mit Helga Hirsch verfasst hat: am heutigen **Sonnabend, 23. November**, ab 19 Uhr in der Stephanuskirche, Allgäuer Straße 1 in Kiel. Mit ein bisschen Glück gibt es an der Abendkasse noch Restkarten für 29 Euro, erm. 27 Euro.

Das Thalamus Theater spielt am heutigen **Sonnabend, 23. November**, ab 20 Uhr im Bürgerhaus **Kronshagen** in der Kopperpähler Allee 69 die Komödie „Sensemann und Söhne“ von Jan Neumann. In diesem Stück über unseren Umgang mit dem Tod geht es unter anderem um den Bestatter Heinrich Hensemman, der mit dem eigenen Sterben nichts zu tun haben will, und seine Tochter, die eigentlich in seine Fußstapfen treten will, sich aber vor Leichen fürchtet. Eine Kartenreservierung ist möglich per E-Mail an kontakt@thalamus-theater.de oder unter Tel. 0431/9089127.

Beim Weihnachtsmarkt im „Sportler Huus“, Alter Steenbecker Weg 24, in **Kiel-Suchsdorf** am morgigen **Sonntag, 24. November**, gibt es ab 13 Uhr handgefertigte Geschenke von Holzdeko über Naturkosmetik und Pralinen bis zum Förde Pils von Gröblbauer zu entdecken. Dazu gibt es Punsch, Waffeln und Kuchen. Der Zugang ist barrierefrei, der Eintritt ist frei.

Von klassischer Zupfmusikliteratur über zeitgenössische Werke bis hin zu populären Musikstücken reicht das Repertoire des traditionsreichen „Mandolinclubs Ellerbek von 1911“. Am morgigen **Sonntag, 24. November**, ist der Mandolinclub ab 16 Uhr im Konzert in der Bugenhagenkirche, Lütjenburger Straße 7 in **Kiel-Ellerbek** zu erleben. Der Eintritt ist frei.

Was tun, wenn die Kosten für Heizung und Energie zum Problem werden? Darüber informiert Beate Oedekoven von der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein am **Montag, 25. November**, ab 14.30 Uhr in der Anna Mitte im Walkerdamm 17 (Eingang Schülper Baum) in **Kiel**. Die Teilnahme ist kostenlos.

Zu einem Spielenachmittag mit Gesellschaftsspielen laden die Landfrauen Schönberg für **Dienstag, 26. November**, ab 15 Uhr in den Sitzungssaal im Rathaus **Schönberg**, Knüll 4, ein. Die Teilnahme ist kostenlos.

Wer mag, kann am **Mittwoch, 27. November**, ab 15 Uhr beim Spielenachmittag „Durch Berg und Tal“ im Lesesaal der Landesbibliothek in **Eutin** historische Reisespiele spielen. Gespielt wird auf originalen historischen Reisespielen aus der Sammlung der Landesbibliothek, die Brett- und Kartenspiele stammen aus den 100 Jahren zwischen 1850 und 1950. Wegen der begrenzten Platzzahl ist eine Anmeldung per E-Mail an info@lb-eutin.de oder unter Tel. 04521/788770 nötig.

Die Schauspielerinnen Linda Stach und Christina Dobirr lesen und spielen am **Donnerstag, 28. November**, zum letzten Mal das Live-Hörspiel „Wilde Reise

durch die Nacht“ von Walter Moers - ab 20 Uhr im „Hansa 48“ in der Hansastraße 48 in **Kiel**. Tickets gibt es für 16 Euro bei „Tix for Gigs“, an der Abendkasse kosten die Karten 18 Euro, erm. 12 Euro.

Claudia Clawien und Jonathan Buttman haben sieben Jahre lang mit ihrem Boot „Inti“ Atlantik und Pazifik besegelt. Am **Freitag, 29. November**, sind sie im Studio Filmtheater am Dreiecksplatz in der Wilhelminenstraße 10 in **Kiel** zu Gast, um das Buch „Sieben Farben Blau“ vorzustellen, das sie darüber geschrieben haben, und um mit einem aufwendigen Multivisionsvortrag von ihren Reisen zu berichten. Tickets gibt es für 19,90 Euro, erm. 16,90 Euro über www.studio-filmtheater.de oder direkt im Kino.

Das Turmhügelburg Museum, Nienthal 10 in **Lütjenburg**, lädt für den kommenden **Sonnabend, 30. November** zum traditionellen Adventsmarkt mit abendlicher Andacht ein. Von 11 bis 17 Uhr präsentieren Händler mittelalterliche Waren, Kunsthandwerk aus Holz, Handgestricktes, Töpferwaren und Bienenwachprodukte in den Häusern des Museums und in der Burganlage. Der Burgmönch „Bruder Stephan“ macht die religiöse Welt des Hochmittelalters lebendig, im Märchenzeit erzählt Burghardin „Orianna“ Geschichten und Sagen für Kinder und Erwachsene. Den Abschluss macht ab 19 Uhr eine Andacht im Kerzenschein, die von Kantor Ralf Popken geleitet und musikalisch begleitet wird. Der Eintritt zum Adventsmarkt ist frei.

Wenn eine grimmige Mutter ins Lehrerzimmer der Schule ihres Sohnes eindringt und die anwesenden Lehrkräfte mit Waffengewalt dazu zwingt, über die vom Scheitern bedrohte Abiturzulassung ihres Sohnes zu diskutieren, dann ist das Theater - und zwar das Stück „Eingeschlossene Gesellschaft“ von Jan Weiler, das am kommenden **Sonnabend, 30. November**, ab 20 Uhr beim Verein „Maritimes Viertel“ in der Arkonastraße in **Kiel-Wik** zu erleben ist. Auf der Bühne spielt das Ensemble vom Werkstatt-Theater Kiel. Karten gibt es für 17 Euro, erm. 12 Euro vorab über www.werkstatt-theater-kiel.com oder unter Tel. 04348/9281.

Am besten jetzt schon Tickets sichern:

„**Kokubu - The Drums of Japan**“ ist nach eigenen Angaben eine der größten Trommelshows der Welt. Am **25. Februar 2025** ist Kokubu mit dem neuen Programm „Sound of Life“ zu Gast in **Eckernförde** in der Stadthalle, um das Publikum mit auf eine magische Japan-Reise zwischen artistischem Trommelsturm und zarten Bambusflötentönen zu nehmen. Dabei sind die furiosen Rhythmen und die kraftvolle Athletik von Kokubu auch Ausdruck sehr alter japanischer Tradition. Tickets sind über www.reservix.de und an den bekannten Vorverkaufsstellen zu bekommen.

Ja, sie war gerade erst, aber wer möchte, kann schon jetzt Tickets für die nächste **Polizei-show** in der Wunderino Arena in **Kiel** am **8. November, 2025** kaufen. Tickets gibt es unter www.wunderino-arena.de und an den üblichen Vorverkaufsstellen. Noch bis zum 31. Dezember gibt es die Tickets mit einem Frühbucher-Rabatt von 5 Euro.

Sarah Connor kommt am **13. März 2026** nach **Kiel** in die Wunderino Arena. Tickets gibt es bereits über www.eventim.de und an den sonstigen Vorverkaufsstellen.



Die japanische Trommelshow „Kokubu“ kommt zwar erst im Februar nach Eckernförde, Tickets dafür gibt es aber schon.

FOTO: KOKUBU

XXX Lutz BRÜGGE

BLACK SHOPPING WEEK

200%

ZUSÄTZLICH

AUF FAST ALLE

Hauspreis mindestens

40%+

unter UVP (1) + S)

Exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber

25%

auf die Marken

Gültig von 28.11. bis 01.12.2024!

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

Exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber

- Möbel
- Küchen
- Matratzen
- Gardinen
- Leuchten
- Teppiche
- Heimtextilien
- Babyzimmer
- Baby-Exklusivmarken
- Haushaltswaren & Accessoires

ILDE/48-4-e Für Druckfehler keine Haftung. Im Online Shop wird immer der beste Endpreis angezeigt (mit „Aktion“ gekennzeichnet) - unabhängig jeglicher Rabattaktionen. Marktplatz-Verkäufer/Drittanbieter sind von allen Aktionen ausgenommen. Die XXXLutz Möbelhäuser, Filialen der BDSK Handels GmbH & Co. KG, Mergentheimer Straße 59, 97084 Würzburg. 1) Auf den UVP bei mit „Hauspreis“ gekennzeichneten Artikeln. Ausgenommen: siehe S). Gültig bis mindestens 01.12.2024. 2) Exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber. Im Möbelbereich auf mit „Hauspreis“ gekennzeichnete Artikel. Ausgenommen: siehe S). Bei XXXLutz Schulenburg keine Baby-Artikel platziert, aber bestellbar. Bei XXXLutz Schulenburg in Flensburg keine Teppiche platziert, aber bestellbar. Soweit anwendbar, Kombination mit dem „Hauspreis“ möglich, darüber hinaus keine weiteren Konditionen möglich. Gültig bis mindestens 01.12.2024. 3) Baby-Exklusivmarken Jimmy Lee, My Baby Lou, Avelia und Patinno. 4) Gültig bei Neuaufträgen. Ausgenommen: Artikel in dieser Werbung in der Ausstellung als „Bestpreis/Bester Preis“ gekennzeichnete Artikel, Blomus, Boxxx, Depot, JAB, Joop!, Teppiche, Leifheit, Musterring, Paldi, Soehnle, Tilo, Tom Tailor Teppiche und Vorwerk, bereits reduzierte Ware, Saisonartikel, Badzubehör, Elektro-Kleingeräte, Gutscheinkauf und Bücher. Keine Barauszahlung. 5) Gültig bei Neuaufträgen, exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber. Ausgenommen: in dieser Werbung angebotene Ware, in der Ausstellung als „Bestpreis/Bester Preis“ gekennzeichnete Artikel, bereits reduzierte Ware sowie Saisonartikel. Soweit anwendbar, Kombination mit dem „Hauspreis“ möglich, darüber hinaus keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig von 28.11.2024 bis 01.12.2024.

57x in Deutschland!

MEIN MÖBELHAUS. MEIN ONLINE SHOP. **XXX Lutz**

STELLENANGEBOTE

Ostseeklinik Schönberg-Holm

Die Ostseeklinik Schönberg-Holm ist eine Fachklinik für Rehabilitation einschl. AHB/AR und Prävention und behandelt Patienten mit Erkrankungen des Herzens und des Kreislaufs, der arteriellen Gefäße, der Atemwege und der Bewegungsorgane.

Wir suchen zum nächstmöglichen Termin einen

Mitarbeiter (m/w/d) für den Reinigungsdienst
in Teilzeit (30 Std./Wo.), Arbeitszeit: 5:00-11:30 Uhr
sowie

Mitarbeiter (m/w/d) für den Reinigungsdienst auf geringfügiger Basis
Arbeitszeit: Sa. und/oder So. 9:30-14:00 Uhr

Idealerweise verfügen Sie über Berufserfahrungen im Reinigungsbereich, sind teamfähig und besitzen ein ausgeprägtes Hygienebewusstsein. Der freundliche Umgang, insbesondere mit den Patienten, ist für Sie selbstverständlich.

Wir bieten einen sicheren, saisonunabhängigen Arbeitsplatz sowie geregelte Arbeitszeiten. Die Nutzung des Schwimmbades und der med. Trainingstherapie sowie die Teilnahme an sportlichen Aktivitäten (Bodytoning, Bowling usw.) sind möglich. Kooperation mit JobRad.

Wenn Sie unser Team unterstützen möchten, dann richten Sie Ihre Kurzbewerbung bitte an die

Ostseeklinik Schönberg-Holm
- Personalabteilung -
An den Salzwiesen 1
24217 Ostseebad Schönberg
www.ostseeklinik.com
Bewerbung@ostseeklinik.com

Für telefonische Auskünfte steht Ihnen Frau Härtel aus dem Personalbüro unter der Tel.-Nr. 04344/37-1030 gern zur Verfügung.

vater GRUPPE

Minijobber zur Pflege der Außenanlagen (m/w/d)

Vater Holding GmbH | Schwentinental
Ab sofort | Minijob

Ob Hecken stutzen, Rasen mähen oder den Außenbereich in Schuss halten: bei uns gestaltest Du mit Herz und Hand.

+49 431 79966 1030
karriere@vater-gruppe.de

KvSH Kassenärztliche Vereinigung Schleswig-Holstein
KÖRPERSCHAFT DES ÖFFENTLICHEN RECHTS

Wir suchen, zunächst befristet, für unsere allgemeinärztliche und kinderärztliche Anlaufpraxis in Kiel

eine medizinische Fachangestellte (m/w/d) oder einen Gesundheits- und Krankenpfleger (m/w/d)
geringfügige Beschäftigung (Minijob), Kennziffer: 24065

Ausführliche Informationen zur Stelle unter www.kvsh.de/karriere

Senioren- und Therapiezentrum Lotti-Huber-Haus GmbH

Attraktives Gehalt TOP-Mitarbeiter-vorteile!

Wir suchen zur Verstärkung

Pflegefachkraft (m/w/d) – für Tag- / Nachtdienst

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Senioren- und Therapiezentrum Lotti-Huber-Haus GmbH
Saarbrückenstr. 48, 24114 Kiel
Frau Regina Hoedt

(0431) 260 44 – 200

Bewerbung per E-Mail an: einrichtungsleitung@lotti-huber-haus.de

FINDE DEINEN TRAUMJOB IM NORDEN. KÜSTENFISCHER.DE

#traumjobinnorden

EIN ANGEBOT DER **Kieler Nachrichten** **Segeberger Zeitung**

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

Kfz-Mechaniker (m/w/d)
zur Verstärkung unseres Teams gesucht.

Auto Center Kiel GmbH
Eckernförder Str. 332 • 24119 Kronshagen
Tel.: 0431 / 541051

Allrounder (m/w/d*) für einen Kunden aus dem öffentlichen Dienst gesucht. FS erforderlich, Randstad Kiel, Küterstraße 8, 24103 Kiel, zeynep.ipek.bicak@randstad.de, Tel.: 0431-99 79 50

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

Gesundheit

ANZEIGE



Migräne? Setzen Sie an der Ursache an!

Jahrelange Migräne-Attacken, teilweise bis zu 72 Stunden trotz der Einnahme verschiedener, oftmals verschreibungspflichtiger Medikamente. Daniel B. konnte diesen Leidensweg hinter sich lassen – mit dem rezeptfreien Arzneimittel Formigran (Apotheke, rezeptfrei): „Die Wirkung hält mindestens 24 Stunden. Oftmals ist nur noch eine zweite Einnahme nötig, danach ist die Migräne-Attacke am zweiten Tag gestoppt.“

Formigran kann die bei Migräne erweiterten Blutgefäße im Kopf auf Normalgröße verengen und so die Ursache der Migräne bekämpfen. Bereits nach zwei Stunden kann die maximale Wirksamkeit erreicht werden. Zudem bekämpft Formigran auch Begleitsymptome wie Übelkeit, Licht- oder Lärmempfindlichkeit.

Formigran – die Nr. 1 bei Migräne.

Für Ihre Apotheke:
Formigran
(PZN 02195485)



www.formigran.de

*Absatz nach Packungen, OTC Arzneimittel mit Naratriptan und Almotriptan; Quelle: Insight Health, MAT 12/2022 • Vor der Einnahme sollte Rücksprache mit einem Arzt gehalten werden. • Abbildung Betroffenen nachempfunden, Name geändert.
FORMIGRAN 2,5mg Filmtablette. Wirkstoff: Naratriptan (als Naratriptanhydrochlorid). Akute Behandlung der Kopfschmerzphasen von Migräneanfällen mit und ohne Aura. Enthält Lactose. www.formigran.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.
• PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

NEU: Hochdosiertes CBD Gel mit 900 mg CBD begeistert Anwender

CBD boomt. Das begehrte Cannabidiol (CBD), das aus der Hanfpflanze gewonnen wird, wird immer beliebter. Wissenschaftler bestätigen: CBD ist ein Wirkstoff mit vielfältigem medizinischen Nutzen und teils noch ungeahntem Potenzial. Wir erklären, was dahintersteckt und wieso ein CBD-Produkt als Kosmetikum aus der Apotheke Anwender begeistert.

Der älteste Hanf-Fund in Europa liegt in Deutschland und wird auf 5500 v. Chr. datiert. Damals war jedoch noch nicht zu erahnen, dass insbesondere der Cannabistoff CBD einmal einen Siegeszug in der Wissenschaft antreten würde. Heute ist ein regelrechter CBD-Boom ausgebrochen.



„Ich habe mir von Rubaxx sehr viel versprochen und was soll ich sagen: Es ist wunderbar zum Auftragen. Ich spüre die Erleichterung jeden Tag! Es tut mir einfach gut, dieses Rubaxx Cannabis Gel!“
(Marianne H.)



Kein Wunder, denn anders als der ebenfalls bekannte Cannabistoff THC (Tetrahydrocannabinol), der für die berausende Wirkung der Cannabisdroge verantwortlich ist, macht CBD weder „high“ noch abhängig. Sogar die WHO (Weltgesundheitsorganisation) stuft CBD als sichere Substanz mit einem geringen Risiko ein.¹ Zahlreiche Studiendaten deuten bereits darauf hin, dass CBD einen äußerst vielfältigen therapeutischen Nutzen haben könnte.

Deutsche Forscher entwickelten erstes Gel mit höchstem CBD-Gehalt pro Tube

Auch ein deutsches Forscherteam hat sich umfassend mit den vielfältigen Cannabissorten beschäftigt. Mittels eines speziellen CO₂-Verfahrens konnten sie aus der besonderen Cannabissorte sativa L. hochwertiges, reines CBD isolieren und mit ei-

ner Dosierung von mindestens 900 mg CBD in einem speziellen Gel aufbereiten.

Sie brachten nicht nur das erste Gel mit dem höchsten CBD-Gehalt pro Tube in deutschen Apotheken auf den Markt, sondern stellten auch sicher, dass es unter strengen deutschen Pharmastandards hergestellt wird.

Basierend auf ihrem Fachwissen über natürliche Pflanzen- und Inhaltsstoffe reicherten die Wissenschaftler das wertvolle Cannabis CBD Gel mit Menthol und Minzöl an – für eine angenehm pflegende Formulierung bei beanspruchten Muskeln! Dieses hochdosierte CBD Gel ist heute unter dem Namen Rubaxx Cannabis CBD Gel in der Apotheke vor Ort oder online erhältlich.

Im Netz findet man inzwischen zahlreiche positive Erfahrungen von begeisterten Anwendern. So berichtet eine Anwenderin über das CBD Gel: „Ein sehr gutes Produkt! Schon nach kurzer Anwendung hat sich ein beeindruckender Erfolg eingestellt. Durch die einfache Handhabung und praktische Verpackung kann man es immer dabei haben. Das Preis-Leistungs-Verhältnis ist sehr gut.“

IN IHRER APOTHEKE ERHÄLTlich

NEU
Vorteilsgröße mit
**900 mg
CBD**



Für Ihre Apotheke:
**Rubaxx Cannabis
CBD Gel**
(PZN 18731655)



www.rubaxx-cannabis.de

¹WHO Report Finds No Public Health Risks Or Abuse Potential For CBD. To date, there is no evidence of recreational use of CBD or any public health related problems associated with the use of pure CBD. • Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält ca. 900 mg CBD, kein THC. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert

SUCHEN KÜCHENKRAFT
(m/w/d) für einen Kindergarten in Schwentental, leichte Tätigkeit. Arbeitszeit ist von 11 Uhr bis 14 Uhr. Nähere Infos bei Frau Dunse, Gebäudeservice Elster GmbH & Co. KG, Tel. 0172 / 9916624

STELLENGESUCHE

Fliesenleger mit Erfahrung sucht Job. ☎ 0176/8085819

Erf. Maler, Frührentner sucht Arbeit ☎ 0178/5075411

Dachdecker sucht noch Arbeit: ☎ 0157/55386655

Laminatverl.su.Job ☎ 3 85 22 12

Maler sucht Job ☎ 5 34 32 58

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

ARBEITSANGEBOTE

Selbstständig arbeitende, emphatische, 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

Suche Hausdame, 60-80 J., für anfallende Tätigkeiten im Haushalt, Schriftverkehr. PKW Bedingung. ☎ Z 235 166

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
Koehly 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

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

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

Gehölzschnitt! 0431/5332711

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

Vom Maler enttäuscht?
Malermeister berät umfassend und arbeitet zuverlässig. Malermeister Sirko Dobke 04348/91 36 48 + 0173/6 11 10 16
Maler su. Job, ☎ 0177/4135831

Profi-Heckenschnitt.
☎ (01522) 540 70 14

Malermeister nimmt noch Aufträge an Tel. 0431/16073748

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

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

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

Dachdeckerei Lars Schänig
zuverl.+günstig ☎ 0431/3182154

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

Putzfee su. Arbeit (Fensterreinigung) in 24223 + Preetz. 01783353609

Obstbaumschnitt! 0431/5332711

Dachdeckerei preisgünstig!
☎ 0431/7759450

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

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.

Gartenarbeiten und Baumfällungen, Heckenschnitt mit Entsorgung ☎ 0431/79949686

Erf. Maler/Parkettleger sucht Arbeit 0431/5352278

EXPRESS KOMMT AN
www.kielerexpress-online.de

ANKAUF

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

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

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

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

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

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

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

Suche und Kaufe Werkzeuge. Auflösung mögl. 0174/3449302

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

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

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

MÄRKLIN Eisenbahn und Modellautos, auch alt, defekt oder Einzelteile gesucht. Tel. 0431/333877

Kaufe Paletten, zahle bar! Tel. 0177/6878178

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

VERKAUF

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

Weihnachtsglocken v. Hutschenreuther, 7 cm, v. 1985-2015 im Karton, nur komplett, Preis VB. ☎ (04346) 6222

ADVENT IM EIDERTAL

SONNABEND, 30. NOVEMBER 2024
10:00 BIS 16:00 UHR

EIDERHEIM
AN DER BAHN 100 · 24220 FLINTBEK
landesverein.de/eiderheim

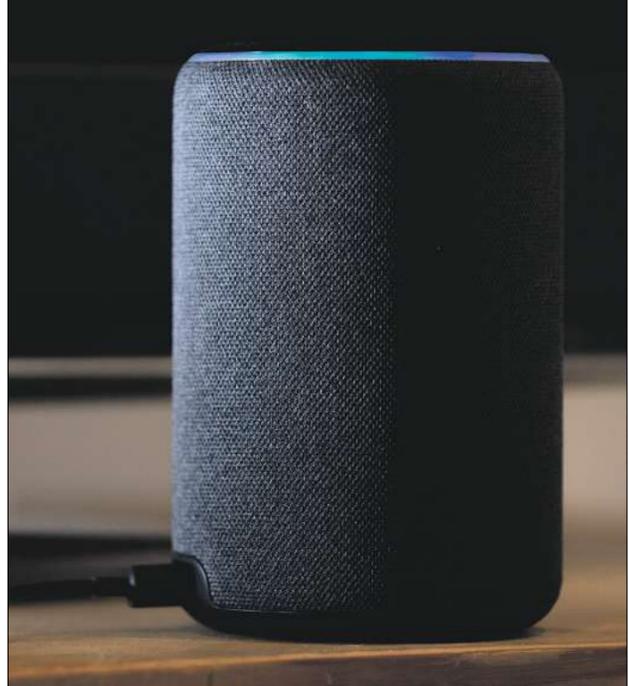
DER LANDESVEREIN
FÜR MENSCHEN MIT MENSCHEN

EXPRESS KOMMT AN
www.kielerexpress-online.de

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

Hier ist die tägliche Zusammenfassung aus deiner Region ...



Entdecken Sie jetzt unseren Alexa-Skill!



Apollo

Bis zu **50%** auf Brillen, Sonnenbrillen und Brillengläser¹

Feiern Sie mit uns **20 Jahre Apollo in Kiel**

apollo.de

^{1,2} Angebote nicht kombinierbar mit anderen Aktionen und nur gültig bis 11.12.2024. ¹ Ausgenommen sind reduzierte Artikel, die Marken Prada, Prada Linea Rossa, Miu Miu, Ferrari Cavallino, Brunello Cucinelli, Jimmy Choo, Moncler, Persol, Stelless sowie ausgewählte Fassungen der Marken Ray-Ban und Oakley. Ein Angebot der Apollo-Optik Holding GmbH & Co. KG, Alte Rother Straße 2, 91126 Schwabach.

📍 Apollo in Kiel · Holstenstraße 86

Unsere Angebote:

| | | |
|---|---|---|
| Bis zu 50% auf Brillen, Sonnenbrillen und Brillengläser ¹ | Bis zu 25% auf alle iWear® Kontaktlinsen und Pflegemittel ² | 15% auf iWear Direct® Kontaktlinsen-Lieferservice |
|---|---|---|

PFANDHAUS NORDSTERN
GOLD UND SCHMUCK ANKAUF
SOFORT BARGELD

Wir kaufen, beleihen und verkaufen:

SCHMUCK
Gold-, Silber, Brillantschmuck und Uhren

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

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

RINGE
Trau- und Verlobungsringe, Individualanfertigungen

UHREN
Uhren aller Marken

AUTOS
Autos aller Fabrikate

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

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

Fehlkauf Rollstuhl, nicht elektr., neu, VB 500€ ☎ 0431/28932118

Verk. Wäschemangel Miele B895D u. großer Sabo Rasenmäher 51 Vario, Preis VS. ☎ 04340-1296

MÖBEL, HAUSRAT

Rosenthal Porzellan "Flash one", 27 Teile, Preis VS, ☎ (04 342) 8 004 595

COMPUTER, ZUBEHÖR

Computerprobleme? ☎ 6409327

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

TIERMARKT

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

AUS DER REGION - FÜR DIE REGION

www.kielerexpress-online.de

UNTERRICHT

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

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

BEKANNTSCHAFTEN

Junggebliebener, vorzeigbarer Er, 66J., 1,73m, mag gemütliche Zweisamkeit und gemeinsame Unternehmungen. Ich suche eine warmherzige, ein wenig verrückte Sie bis ca. 62J. für den Rest des Lebens und freue mich auf Dich: nobbnyck57@gmail.com

Weihnachten und Silvester alleine ist für mich keine Option. M., Mittsiebziger, sucht passendes weibliches Gegenstück für alles, was zu zweit mehr Spaß macht. Gemeinsam Fahrradtouren, Urlaube bevorzugt an der Nordsee, auch mal ein Musical-Besuch würde mir Spaß machen. Und wenn Du dann noch vom Kieler Ostufer kommst oder aus dem Kreis Plön, wäre das perfekt. Sollte ich bei Dir Interesse geweckt haben, bitte melden nur mit Bild bei What's App ☎ 0176/75890778 oder ☎ Z 235 081

Weihnachtssongs singen u. spielen in Kiel. Info: (0176) 74718438

Ich, männlich, 1,86m, 80kg leicht, sportlich, nicht unattraktiv möchte Sie gerne für nette Liebschaft kennenlernen. 0179/5295032

Junggebliebene Sie sucht Anschluss an eine Freizeitgruppe für gemeinsame Unternehmungen, 65+. Freue mich über neue Kontakte. ☎ (0 177) 320 95 96

Junggebl. Sie, 60 J./1,70m groß, schlank sucht netten, gepf. Mann zw. 55 u. 65, f. eine gemeinsame Zukunft. Bitte nur ernstgem. Zuschr., Foto wäre toll, an ☎ Z 235 013

Paar 60/62 sucht Paar für eine ehrliche Freundschaft Reden Spass haben (kein Sex), wo die inneren Werte noch zählen und keine materiellen. E Mail: invit@web.de

Herz an Herz, NR-Singletreff KI-Ost su. Verstärkung m/w mit PKW. Info: ☎ (0176) 747 18 438

Netter Mann, groß, schlank, in den 70ern, sucht liebevolle Sie für eine harmonische Zweisamkeit. Ich freue mich auf deinen Anruf. ☎ (0152) 25 810 436

Nette Frau, Mitte 70J./1,74m, su. frdl. M. nur für herz. Freusch.+ Frzt ☎ 0431 5709990

Ski-Urlaub '25! Ich, weibl., 55+, möchte los. Wer noch? Bitte melden: elchy27@gmx.de

Lebensfrohe Sie 68J., jungbl. su. einen ehrl. u. liebev. Mann (bis 75J.) für gemeinsame Unternehmungen. Ich bin offen, unternehmungslustig u. genieße d. Leben in allen Facetten. Wenn Du das Lachen u. die kleinen Abenteuer des Alltags schätzt, freue ich mich auf Deine Antwort. ☎ Z 235 028

Er sucht Sex! ☎ 01 57 38 09 43 40

Charismatischer, humorvoller Er, 58J./1,87m, sucht eine bezaubernde Frau für niveauvolle Treffen. ☎ Z 234 443

MoinMoin aus Kiel :) Ich (m/50+) su. nette Leute für bunte Freizeitaktivitäten u. nette Gespräche :) SMS/WhatsApp 01520/1948823

KONTAKTE

Joy! ☎ (0174) 2006209

♥ Hausbesuche ☎ 0160/91555916

Trans Pam Rush A/P ☎ (0 176) 62 832 173 Service von A - Z

ZU VERSCHENKEN

Brauner Lederhocker (f. Senioren) an Selbstabholer zum verschenken. ☎ (0 176) 67 564 620

Gästebett an Selbstabholer in Schilksee zu verschenken 0431/37684

Bodenfliesen, Terrakotta, neu, ca. 17 m², zu verschenken an Selbstabholer. ☎ (0 431) 688 266

Diverse Möbel zu verschenken; Selbstabh. ☎ 0176/78903213

VERSCHIEDENES

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

Besprechen von Gürtelrosen, Warzen usw., 04342/308901

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** **KN**

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

Hole kostenlos Flohmarktartikel von Privat ab! ☎ 0152/09430848

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

Frische gesägte Nordmantannen direkt vom Produzenten. Auch zum Selberschlagen. - Hofladen geöffnet - Gut Augustenhof, 24251 Osdorf www.gut-augustenhof.de

Adventsmarkt in 24211 Rastorf, Rastorferr Bahnhof 6. Wir bieten an: Adventskränze und Gestecke, Deko u. Geschenkartikel aus Holz

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

Weihnachtsmarkt am 24.11. ab 13 Uhr im Sportler Huus Suchsdorf, Alter Steenbeker Weg 24. Kreative Geschenkideen für Mensch und Tier warten auf neue Besitzer. Punsch, Waffeln, Kuchen und Herhaften runden das Angebot ab. Der Eintritt ist frei.

Freie Stellplätze in Halle für Oldtimer, Autos, Wohnmobile und Boote im Gewerbegebiet in Schönberg ☎ 0 17 16 24 29 26

Entrümpeln Keller u. Bo. 12802250

DIREKT ZUM ZIEL - UND ZWAR EXPRESS
www.kielerexpress-online.de

Ho Ho! Erf. Weihnachtsm. hat noch Termine frei! ☎ 0176/51541452

Der Weihnachtsmann hat in Kiel und Umgebung noch Termine frei ☎ 0155/61810515

E-Schrott u. Kabel gs. KI 12802250

Wohnhaus kaufen: Familie mit 2 kleinen Kindern sucht Wohnhaus, 130 qm, zum Kauf. Kiel oder Ostufer-Umgebung. ☎ 01 51 53 97 94 18

Lösungswege finden durch Einzelaufstellungsarbeit. Telefon: 04347/909838 od. 0175/2025799

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

Holstein Fans: wer kann mich, ab Kiel, am 29.11.24 zum St. Pauli Spiel mitnehmen? Hin/Rückfahrt. Liebe Grüße ☎ 01590/1159114

HAUSHALTAUFLÖ.

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

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

Haushaltsauflösung am 23. + 24.11. von 11-15 Uhr in Heikendorf, Schrevenborner Weg 11a. Es gibt Möbel, Tischwäsche, Erzgebirgskunst, Käthe Kruse Puppen, Porzellan u.v.m

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 92
Mobil: 01 76-31 77 47 26

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

FINDE DEINEN TRAUMJOB IM NORDEN.

KÜSTENFISCHER.DE

KN SZ

IMMOBILIEN ANZEIGEN

MIETGESUCHE

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

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

1-2 Zi.-Whg. ges. 0151 59 978 592

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

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

Ruhige 1½ - 2-Zi.-Whg von berufst. Frau (gelernte Gärtnerin) in Kiel-West/Umland, gern Altholz-Klausdorf zum 1.3.2025, langfristig gesucht ☎ (0 431) 32 905 630

VERMIETUNGEN

Container als Lagerraum

im Raum Altholz/Dänischenhagen zu vermieten. - 24/7 - sauber und trocken Preis auf Anfrage.

☎ 0175/1233394

Nachmieter gesucht! 60 m², 2 Zi., EBK, Bad, Diele, 2 Balkone, 1. OG, helle Räume, ruhige Lage, KM 600€ + NK, Strandstr. 216a, 24217 Neuschönberg; Besichtigungn. tel. Absprache unter ☎ 0175/1191130 o. 04344/6661

Zu vermieten: Sehr schöne, helle, sonnige Wohnung in Molfsee, ca. 50 m², Südbalkon, Vollbad, Keller- und Trockenraum, Kfz.-Stellplatz, 480,- € und Nebenkosten ☎ 0171/4104163

Immer zuerst informiert - mit KN+.

Ihr regionaler Nachrichten-Vorsprung.

- + Exklusive Reportagen, Analysen, Hintergründe
- + Bilder, Galerien, Videos
- + Monatlich kündbar

Jetzt anmelden auf KN-online.de/+

KN SZ

OLSEN REISEN

Urlaub zum kleinen Preis

Eine halbe Stunde von Lübeck entfernt

Ostsee, Travemünde ★★★★★

Ferienort auf dem Priwall

SlowDown Hotel Travemünde

- 2 Übernachtungen mit Frühstück
- 1 x am Anreisetag 12-Gänge Tapas-Tour
- 1 x 1 Fl. Sekt bei Anreise pro Zimmer
- 1 x 1 Begrüßungsgetränk
- 1 x 1 Fl. Wasser bei Anreise pro Zimmer

3 Tage ab **166,-** SPAREN BIS ZU 52,-

Toller Blick über die Küste

Nordsee, Dagebüll ★★★

Strandhotel an der Nordsee

Strandhotel Dagebüll

- 2 Übernachtungen
- 2 x Frühstücksbuffet
- 1 x 3-Gänge Menü
- 1 Fl. Wein auf dem Zimmer
- Kostenloses Parken & Internet

3 Tage ab **106,-** SPAREN BIS ZU 58,-

Bestseller! TOP-Preis...

Mecklenburger Seenplatte, Schwerin ★★★

Wunderschönes Schwerin

Hotel Rabenstein

- 2 Übernachtungen
- 2 x Frühstücksbuffet
- 2 x 2-Gänge Menü
- Kostenloses Parken
- Kostenloses Internet

3 Tage ab **136,-** SPAREN BIS ZU 98,-

Mit Frühstück und vielen Extras

Nordsee, Büsum ★★★

Günstiger Nordseeurlaub

Hotel Hafen Büsum

- 2 Übernachtungen mit Frühstück
- 1 x Lunchpaket & 1 Getränk
- 1 Fl. Wein bei Anreise pro Zimmer
- 2 x Kaffee, Tee und Kekse
- Gratis Nutzung des Spa

3 Tage ab **136,-** Guter Preis

- 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: Risikovo Autoferien AG, Hinterbergstrasse 17, CH-6330 Cham

DRV MITGLIED

3,5-Zi.Whg., 79 m², Wolperdingstr., zum 1.1.25, Netto 1.100 € + 300 € NK, ☎ 04324-8816120

FERIENDOMIZILE

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

EXPRESS – immer gut informiert

IMMO GESUCHE

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

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

IMMOBILIEN-ANGEB.

Sehr schönes EFH (Typ Bungalow, BJ 2002) in Engelau (Nähe Lütjenburg) zu verkaufen, 80 qm Wohnfläche, 3 Zimmer, Bad, Gästewc, Carport, schöner Garten. Tel.: 0171-5221321

Waldwiese Seniorenresidenz Kiel, 42 m², 169.000 €, Schwimmbad, Parkanlage, Diakonie, o. M. ☎ Z 235 165

Maritim-Residenz 2 Zi.-Whg., 71 m², Fördeblick, 182.000 €, o. M., Wohnrecht, z. verk. ☎ Z 235 164

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

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

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 sh:z Schleswig-Holsteinischer Zeitungsverlag GmbH & Co. KG
Zustellung/Vertrieb: WLK Werbemittel Logistik Kiel GmbH
Edisonstr. 3, 24145 Kiel
Telefon: (0431) 9909-252
Fax: (0431) 9909-259
www.kielerexpress-online.de

Verantwortlich: **Head of Distribution & Sales** Markus Gries
Design: Ralf Bassen

Redaktion und Grafik: KMV – Kieler Magazin Verlag GmbH
Kontakt an die Redaktion: kielerexpress@kielermagazinverlag.de
Tel.: (0431) 903 2365
Briefanschrift: Redaktion KIELER EXPRESS
Postfach 1111, 24100 Kiel

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

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

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

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werberverbandsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „**bitte keine kostenlosen Zeitungen**“ an Ihrem Briefkasten anzubringen. Ideal wäre auch ein zusätzlicher Hinweis unter Angabe Ihrer Anschrift an unseren Vertriebspartner 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, Sonderpreis Baumarkt, Expert, GP Plön, Hagebaumarkt Schönkirchen, Hagebaumarkt Siemens, Reno, Rossmann, Richter Baustoffe, Futterhaus, Action, Deichmann, Krümet, Juwelier Herrmann, Brunnen-Apotheke, Getränke Hoffmann und Dehner bei.

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

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

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

KFZ-VERKAUF

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

Opel Olympia, Bj.52, KW 29/PS 39, 3-G.-Getriebe, 2-trg. Limousine usw., 9.800 € VB. 0431/38678737

Alle POLOS! PJ 0171-9455980

WOHNMOBILE

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

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

2 PKW-Anhänger mit TÜV, 1 Koffer 1000,- €, 1 Alu 125 x 250 cm, 500,- € zu verkaufen ☎ (0 157) 75396621

4 WR auf Alu-Felg., Org.Rechn. vorh., 2 J. alt, Felg. ET 33, 215/65 R16 98 H, Firestone Winterhawk4 VHB 300 €. ☎ 0173/1656866

WASSERFAHRZ.

Neptun 22 Segelyacht, Kiel Yacht 1,05 m, L: 7m, 5 SP, Trailer, Preis 9.100 € VB. 0431/ 38678737

CAMPING

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

EXPRESS – IMMER GUT INFORMIERT

www.kielerexpress-online.de

FLOHMÄRKTE

FLOHMARKT bei Kaufland Mettenhof (alles unter Dach) Skandinavienstrand 299
1. Dezember 2024
Info: 0431 / 33 69 88 oder 0176 / 7471 64 46
www.geide-flohmarkte.de

MÄRKTE

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

EINFACH EINFACH
Kostenloses WLAN für Schleswig-Holstein



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



sh-wlan.de



FOTO: ISTOCK

Tanzkurse und Privatstunden

In der Tanzschule Tessmann starten immer wieder neue Discofox-Kurse und Tanzkurse, in denen man binnen kurzer Zeit bestens vorbereitet wird für das festliche Tanzen auf einer Hochzeit oder „Fit für Party & Ball“. Das Programm dieser Kurse wird kompakt (1x 150 Minuten) vermittelt oder auf zwei Termine (2x 75 Minuten) verteilt. Neu im Angebot ist Linedance, ein mitreißender Gruppentanz, für den kein Partner erforderlich ist. Die nächsten Linedance-Kurse starten am 23. und 25. No-

vember. Gefragt und beliebt sind auch die Privatstunden. Diese werden ganz persönlich auf das Tanzpaar abgestimmt und ermöglichen somit einen ganz individuellen Einzelunterricht. Termine hierfür sollten bitte rechtzeitig vorher abgestimmt und gebucht werden.
Alle aktuell gültigen Kurs-

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>

REISEVERANSTALTER

DER RIESEBYER
Omnibusbetrieb-Reisedienst Karin Kreutzer GmbH & Co. KG
Hufeisenweg 1a · 24354 Rieseby · Tel. 04355-314 · Fax: -1026 · www.der-riesebyer.de
*** Reisen mit der persönlichen Note! ***
*** Ein Reise-Gutschein vom Riesebyer – das ideale Geschenk zu Weihnachten ***
Tagesfahrten
26.01. + 23.02. Musicals in Hamburg: Disneys Der König der Löwen oder Disneys HERCULES oder & Julia - Das Musical oder MJ - Das Michael Jackson Musical ab € 154,- / € 138,- / € 143,- / € 156,-
09.02. Comödie Lübeck - Vorstellung „Nein zum Geld!“ € 62,-
15.02. Internat. Musikparade Hamburg - Militär- und Blasmusik in einer spektakulären Show € 118,-
15.02. Hansa-Varieté-Theater Hamburg: Artistik, Show, Unterhaltung inkl. Karte PG 1 € 112,-
15.02. Ohnsorg Theater Hamburg: Komödie „Annas Sloopstuv - Entführung auf Bestellung“ Karte PK1 € 81,-
01.03. „Heiße Ecke“ - Das St. Pauli Musical im Schmitz Tivoli Hamburg ab € 109,-
01.03. „Die Königs schenken nach!“ - Das Kiez-Musical im Schmidt Theater Hamburg ab € 96,-
Aus unserem Reiseprogramm
13.01.-23.01. Stammgast-Tage in der Helenenquelle in Bad Wildungen: Kur-Anwendungen, Unterhaltungsprogramm „Wilder Westen“ VP ab € 1.199,-
24.01.-26.01. Grüne Woche - Berlin inkl. Stadtrundfahrt, Transfer Grüne Woche, exkl. Eintrittskarte ÜF € 298,-
04.02.-11.02. Kur-Reise „Kennenlernen-Winterwoche“ in Bad Wildungen - 2 Kurpakete zur Wahl VP ab € 719,-
11.02.-25.02. Winterkur in Bad Wildungen - 2 Kurpakete zur Auswahl VP ab € 1.215,-
08.03.-15.03. + 15.03.-22.03. Kur- & Erholungsurlaub in Swinemünde - versch. Hotels zur Wahl HP ab € 599,-
08.03.-15.03. + 15.03.-22.03. Kur- & Erholungsurlaub in Kolberg - verschied. Hotels zur Wahl HP ab € 579,-
Buchung, Informationen und Kataloganforderung unter
Telefon 04355-314 oder www.der-riesebyer.de

Möller REISEDIENTST
Reisen ist unsere Welt
Erlebnis-Reisen in der Luxus-Royal-Class
04.12. - 05.12.24 Weihnachtszauber auf Schloss Bückeberg & Hameln ÜF 199,-
05.12. - 06.12.24 Dänischer Advent in Kopenhagen ÜF 269,-
13.12. - 15.12.24 Schloßweihnacht auf Dyck – Aachen – Münster – Düsseldorf ÜF 299,-
22.12. - 28.12.24 Weihnachten im Schwarzwald: Titisee – Freiburg – Gengenbach HP 879,-
22.12. - 27.12.24 Weihnachten in Würzburg: Maritim Hotel mit Bamberg & Rothenburg HP 989,-
23.12. - 26.12.24 Ostfriesische Weihnachten – 4* Hotel Frisia in Leer HP 619,-
23.12. - 27.12.24 Festliche Weihnachten in Leipzig – TOP Hotel The Westin HP 929,-
28.12. - 03.01.25 Silvesterfest im Schwarzwald m. Colmar & Triberger Weihnachtszauber HP 969,-
30.12. - 01.01.25 Silvester in Berlin: Stars in Concert „Las Vegas live!“ im Estrel Hotel HP 599,-
30.12. - 02.01.25 Silvester in Ostfriesland – Hotel Falderpoort in Emden HP 619,-
30.12. - 01.01.25 Musical „Starlight Express“ an Silvester ab HP 516,-
30.12. - 01.01.25 Silvesterfahrt ins „Blaue“ HP 516,-
25.01. - 26.01.25 Berlin: Revue im Friedrichstadtpalast/Musical Kudamm 59 ab ÜF 309,-
15.02. - 17.02.25 Verdi-Wochenende in Leipzig: „La Traviata“ & „Otello“ ab ÜF 449,-
26.02. - 03.03.25 Winterzauber der Schweizer Bahnen: Glacier- & Bernina-Express HP 1089,-
05.03. - 16.03.25 Nordlichtzauber in Norwegen: Polarlichter, Huskys & magische Lotofen HP 2395,-
08.03. - 14.03.25 Venedig – Perle der Adria: 4* Hotel im Zentrum ÜF/HP 1085,-
19.03. - 23.03.25 Schneeflockchenreise ins Erzgebirge – 3* Ahorn Hotel HP 499,-
27.03. - 08.04.25 Frühling auf Sizilien: Taormina – Agrigento – Ätna – Lip. Inseln HP 1899,-
Die schönsten Tagesfahrten
26.11. + 15.12.24 Weihnachtsmarkt Rostock 46,-
28.11.24 Mecklenburger Adventsmärkte: Schwerin & Ludwigslust 46,-
29.11. + 13.12.24 Weihnachtliches Entenessen & Adventszauber in Lüneburg 74,-
29.11. + 15.12.24 Weihnachtsmarkt auf Gut Basthorst (inklusive Eintritt) 49,-
04.12.24 Altenländer Gänseschmaus & weihnachtliches Städtchen 46,-
05.12. + 18.12.24 Adventsbummel & Christmas-Shopping in Bremen 46,-
05.12.24 Pommernente & Weihnachtszauber in Schwerin 69,-
05.12.24 „Mit dem Schiff zum Weihnachtsmann“ - Minikreuzfahrt über die Ostsee nach Rostock 83,-
06.12. + 19.12.24 Wunderschöne Weihnachtsstadt Lüneburg 45,-
10.12. + 29.01.25 Hansa Varieté Theater in Hamburg ab 95,-
11.12.24 Gänsebraten & Weihnachtszauber in Celle 75,-
11.12. + 02.02.25 Musicals: König der Löwen – Michael Jackson – Herkules – & Julia ab 132,-
12.12.24 Jule-Buffer & dänischer Weihnachtszauber in Tondern 81,-
17.12.24 Winterhuder Fährhaus: „Die Söhne Hamburgs feiern Weihnachten 2024“ mit Stefan Gwidis, Joja Wendt und Rolf Claussen ab 120,-
24.12.24 Heiligabend in Dithmarschen (inkl. Kaffee + Bes. Christmette + Weihn.-Menü) ... 128,-
03.01.25 Konzert in der Elbphilharmonie: „Die 12 Cellisten der Berliner Philharmonie“ .. ab 145,-
08.11. + 09.11.25 Let's Dance: Die Live-Tour 2025 in der Barclays Arena Hamburg .. ab 159,-
24536 Neumünster · Kieler Str. 319 - 321
☎ (04321) 9377-0 · www.moellers-reisedienst.de

Rendsburger Antikmarkt
Sa., 30. 11. 10 - 17 Uhr
So., 01. 12. 10 - 17 Uhr
Nordmarkhalle
Willy-Brandt-Platz 1
- indoor - Eintritt 2,50 € -
RENSBURG www.rd-tm.de
Tourismus + Marketing

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

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

Raz Gregory M Kelly & THE BEST OF HARLEM GOSPEL
Mit den beliebtesten und bekanntesten Gospelliedern
16.01.2025 - 20 Uhr - Kiel - Petruskirche
Tickets an allen bekannten VVK-Stellen, www.eventim.de
www.rgv-event.com, Tel. 0180/6050400

SAND IRINA TITOVA
SANDMALEREI LIVE
Queen of SAND
Sprecher: Sky du Mont
NEUE SHOW
ES WAR EINMAL IN HOLLYWOOD
17.01.2025, 20 Uhr, Kiel - Petruskirche
Tickets an allen bekannten VVK-Stellen und unter www.eventim.de, Tel.: 0180/6570070

Mit einem Klick zum Event! Wenn dabei sein alles ist.
• 24/7 in Echtzeit buchen und sofort drucken
• FanTickets erhältlich
• Mit Sitzplatzwahl
Jetzt online bestellen!
KN-tickets.de

DIE DEALS DES JAHRES

BLACK MAX 1.0



LG OLED evo AI

Auch erhältlich mit Wandhalterung statt Standfuß für die flache Wandmontage: OLED55G48LW

OLED evo 4K
139 cm (55")



1499,-

UVP 2799,-

LG OLED55G49LS

• 4K Ultra HD • 4K AI Upscaling • Dolby Vision™ • Twin-Tuner für Aufnahme • 4.2 Soundsystem • Dolby Atmos® • 60 Watt maximale Gesamtleistung • kompatibel mit Amazon Alexa, Google Assistant • WebOS-Betriebssystem • AMD FreeSync Premium Technologie • USB-Recording • USB-TimeShift • AirPlay 2 • Bluetooth® • WiFi 6 • Art.-Nr.: 1441950, 1441951

LG OLED evo AI

Auch erhältlich mit Standfuß statt Wandhalterung: OLED65G49LS

OLED evo 4K
164 cm (65")



1899,-

UVP 3999,-

LG OLED65G48LW

• 4K Ultra HD • 4K AI Upscaling • Dolby Vision™ • Twin-Tuner für Aufnahme • 4.2 Soundsystem • Dolby Atmos® • 60 Watt maximale Gesamtleistung • kompatibel mit Amazon Alexa, Google Assistant • WebOS-Betriebssystem • AMD FreeSync Premium Technologie • USB-Recording • USB-TimeShift • AirPlay 2 • Bluetooth® • WiFi 6 • Art.-Nr.: 1441947, 1441948



LG
OLED55C47LA I
OLED65C47LA I
OLED77C47LA

• 4K OLED evo TV mit brillanten Bildern, perfektem Schwarz und satten Farben • α9 Gen7 4K AI-Prozessor mit zahlreichen AI-Funktionen für bestmögliche Bildqualität und optimalen Sound • Filmmaker Mode™, Dolby Vision™ und Dolby Atmos® für kinogleiches Entertainment • webOS24 und Magic Remote-Fernbedienung für einfache und komfortable Bedienung • Flüssiges Gaming mit bis zu 4K @ 144 Hz, Nvidia G-Sync™ und AMD FreeSync™ • Art.-Nr.: 1441952, 1441949, 1441946

LG OLED evo

OLED evo 4K
139 cm (55")



1099,-

UVP 2399,-

OLED evo 4K
164 cm (65")



1399,-

UVP 3199,-

OLED evo 4K
195 cm (77")



1999,-

UVP 4599,-

UHD-4K
139 cm (55")



879,-

UVP 1299,-

LG 55QNED87T6B

• 4K AI Upscaling • 4k QNED • Edge LED-Backlight (Rahmen) • Hybrid Log Gamma (HLG) • 2.0 Soundsystem • 20 Watt maximale Gesamtleistung • kompatibel mit Amazon Alexa, Google Assistant • Internet-Zugriff auf Online-Dienste • AMD FreeSync Premium Technologie • USB-Recording • USB-TimeShift • AirPlay 2 • WLAN • WiFi 5 • Art.-Nr.: 1439547



LG Soundbar DS70TR

• 5.1.1 Kanal-System • 500 Watt maximale Gesamtleistung • separater Subwoofer • aktiv • drahtlos • High Dynamic Range (HDR) • 4K Ultra HD Passthrough • Nachtmodus • Dolby Atmos • Dolby Digital Plus • Dolby TrueHD • per App steuerbar • USB-Anschluss • Fernbedienung • Wandhalterung • Art.-Nr.: 1441965

399,-

UVP 599,-



LG Soundbar DS95TR

• 9.1.5 Kanal-System • 810 Watt maximale Gesamtleistung • separater Subwoofer • aktiv • Surround-Lautsprecher drahtlos • 4K Ultra HD Passthrough • Nachtmodus • Dolby Atmos • Dolby Digital Plus • Dolby TrueHD • per App steuerbar • kompatibel mit Amazon Alexa • USB-Anschluss • Fernbedienung • Wandhalterung • Art.-Nr.: 1439565

1079,-

UVP 1799,-



LG Mobiles
Soundsystem XL7S

• USB-Anschluss • Netzbetrieb • 1 x 8" Woofer für satten Bass • Art.-Nr.: 1404198

319,- UVP 599,-



LG Mobiles
Soundsystem XL9T

• USB-Anschluss • Netzbetrieb • 2 x 8" Woofer für satten Bass • Art.-Nr.: 1441966

529,- UVP 799,-

Irrtümer, Druckfehler, Zwischenverkauf und Liefermöglichkeiten vorbehalten.

MEDIMAX

Mehr Mensch
Mehr Technik

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

MW Electronic Schwentinal GmbH, Im Ostseepark, Mergenthalerstr. 24, 24223 Schwentinal, Tel. 04307/82166-0

Öffnungszeiten Mo - Sa 10 - 19 Uhr

kostenlos