

Ukraine-Demo
am Bahnhof

KIEL. Wer am kommenden Dienstag, 24. Februar, am späten Nachmittag am Kieler Hauptbahnhof ankommt oder abreisen will, wird dort vermutlich auf ungewöhnlich viele Menschen treffen. Denn der deutsch-ukrainische Verein Schleswig-Holstein „Rozmova“ hat für den Tag ab 17 Uhr zu einer Demonstration am Kieler Hauptbahnhof aufgerufen. Gemeinsam mit ihren Unterstützerinnen und Unterstützern wollen die Vereinsmitglieder anlässlich des vierten Jahrestages des Überfalls Russlands auf die Ukraine auf das dort andauernde Leid aufmerksam machen und zur Solidarität aufrufen. Bei Temperaturen im zweistelligen Minusbereich zerstört Russland mit Drohnen und Raketen gezielt die Strom- und Wärmeversorgung ziviler ukrainischer Wohngebiete.

Privatsphäre und Komfort mit ROMA Rollläden

HANS RATHJE
hans-rathje.de

roma

ROLLLÄDEN
RAFFSTOREN
TEXTILSCREENS

Kieler EXPRESS

am WOCHENENDE

JAHRGANG 36 · NR. 8 · C 45740 · ANZEIGEN 0431/55073733 · VERTRIEB 0431/990-9252 · 21. FEBRUAR 2026



Bisher kann die Kieler Verkehrsgesellschaft (KVG) erst viel zu wenige der bestellten neuen Elektrobusse einsetzen. Foto: Frank Behling

Zu wenige Busse für Kiel

KVG muss ihr Angebot vorerst auf einen Not-Fahrplan einschränken

KIEL. Die Kieler Verkehrsgesellschaft KVG kann derzeit nicht die nötige Anzahl an Bussen einsetzen, um alle Buslinien des eigentlich gültigen Fahrplans regelmäßig pünktlich bedienen zu können. Das Ergebnis haben viele Kielerinnen und Kieler in den vergangenen Wochen zu spüren be-

kommen: Verspätungen und Komplett-Ausfälle. Als Notlösung hat die KVG ihr Fahrplanangebot jetzt vorübergehend ausgedünnt – das Ziel: Zwar werden einige Haltestellen dann seltener angefahren, dafür aber wenigstens wieder zuverlässiger. Schwierigkeiten bereiten die

wetterbedingten Straßenverhältnisse und die zum Teil länger dauernden Wartungs- und Reparaturarbeiten der vorhandenen Busse, die zum Teil schon sehr viele Kilometer Laufleistung hinter sich haben. Das absolute Hauptproblem ist laut KVG aber die stark verspätete Lieferung von 50 neuen E-Bussen des Herstellers VDL. Inzwischen sei zwar rund die Hälfte der Fahrzeuge geliefert worden, jedoch nicht mangelfrei. Die anderen 25 neuen Busse sollen erst Anfang Mai in Kiel ankommen. „Die KVG steht hierzu in engem Austausch mit dem Hersteller, um sowohl eine zügige Mängelbeseitigung als auch eine frühere Lieferung zu erreichen“, heißt es in einer Mitteilung der Verkehrsbetriebe. Dass die Fahrplan-Notlösung mit Unannehmlichkeiten für viele Busnutzerinnen und -nutzer verbunden ist, ist den KVG bewusst, es gebe derzeit aber keine Alternative.

Dies sind die geänderten Taktungen, die seit Anfang dieser Woche in Kraft sind. Sie gelten jeweils von Montag bis Freitag:

- **Linie 11:** 6–20 Uhr durchgehend im 12-Minuten-Takt (statt 10 Minuten)
- **Linien 12/13:** Hauptverkehrszeit (HVZ) morgens 6–9 Uhr und nachmittags 13–18 Uhr im 12-Minuten-Takt (statt 10 Minuten)
- **Linien 14/15:** HVZ morgens 6–9 Uhr und nachmittags 13–18 Uhr im 12-Minuten-Takt (statt 10 Minuten)
- **Linie 31:** HVZ morgens 6–9 Uhr und nachmittags 13–18 Uhr im 20-Minuten-Takt (statt 15 Minuten)
- **Linien 32 und 34:** 6–20 Uhr durchgehend im 20-Minuten-Takt (statt 15 Minuten in der HVZ)
- **Linien 50/51:** 6–20 Uhr ganztägig im 20-Minuten-Takt (statt 15 Minuten)
- **Linien 61/62:** morgens 6–9 Uhr jeweils im 12-Minuten-Takt (statt 10 Minuten)
- **Linie X60:** 7–20 Uhr durchgehend im 20-Minuten-Takt (statt 15 Minuten)
- **Linie 81:** 6–20 Uhr durchgehend im 20-Minuten-Takt (statt 15 Minuten)

hend im 20-Minuten-Takt auf dem gesamten Linienweg (statt 15 Minuten zwischen CAU und Hauptbahnhof bzw. 30 Minuten zwischen Suchsdorf und Hauptbahnhof außerhalb der HVZ). Darüber hinaus kommt es auf den **Linien 5 sowie 41/42** aufgrund von Verknüpfungen und Anschlussbeziehungen zu weiteren Anpassungen und Fahrzeitverschiebungen. Auf den **Linien 2, 6, 14, 31, X60, 61 und 81** entfallen zudem einzelne Verstärkerfahrten.

Mittagstisch
Edisonstraße 20

BISTRO
im Fleischmarkt

Gerne mit Vorbestellung:
0431 / 2008232

23.02. – 27.02.2026 Mo. - Fr. 11.30 - 14 Uhr

Montag
Spanferkelbraten mit Kartoffelgratin, dazu Erbsen u. Wurzeln und Sauerkraut 11-14 Uhr 12,50 €

Dienstag
Kohlroulade mit Salzkartoffeln u. Bohnen 12,00 €

Mittwoch
Schnitzel satt 15,50 €

Donnerstag
Rinderroulade mit Salzkartoffeln oder Nudeln, dazu Rotkohl u. Rosenkohl 14,50 €

Freitag
Letzter Grünkohl der Saison 11-14 Uhr 13,00 €

Solange der Vorrat reicht

Bistro im Fleischmarkt Edisonstraße 20, 24145 Kiel
Mittagstisch unter: www.fleischmarkt-thomsen.de

22.019,00 € sparen.
Ihr Preisvorteil in Kiel.

Grand California DUNE 600.

z.B. der neue Grand California DUNE 600 Motor: 2,0 l TDI EURO VI-e SCR 120 kW Getriebe: Frontantrieb 8-Gang-Automatik, Volkswagen Code: N2YPXPQ, Fahrzeugpreis UVP: 91.999,00 €, California Kiel DUNE Preisvorteil: 22.019,00 €, Unser Hauspreis: 69.980,00 €¹

Abbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.
¹Alle Preise inkl. 19 % MwSt. und inkl. Werksabholungskosten bei Volkswagen Hannover zzgl. Zulassungsk. Ein Angebot der Schmidt & Hoffmann GmbH. Limitiertes Angebot.

Ihr Volkswagen Partner
Volkswagen Zentrum Kiel
schmidt&hoffmann mobilität Tel. 0431/66 44 444, californi-kiel.de

Städtisches KRANKENHAUS KIEL

**Erste Hilfe bei Kindern und Säuglingen:
Im Notfall richtig reagieren**

Infoveranstaltung am 24. Februar 2026, 18.00 - 19.00 Uhr

Programm, u.a.:

- Wiederbelebung Säugling: Schritt-für-Schritt-Anleitung
- Erste Hilfe bei Kindern mit praktischen Übungen

Medizinische Leitung:
PD Dr. Tobias Ankermann, Chefarzt Klinik für Kinder- und Jugendmedizin
Katja Schuh, Oberärztin Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Ort:
Städtisches Krankenhaus Kiel, Bildungszentrum, Hasseldieksdammer Weg 30

Anmeldung unter: anmeldung@krankenhaus-kiel.de

Folgen Sie uns auf:

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

Asbestsanierung BT33.17 Verfahren
Verlegung von Fußböden aller Art

Firma Ringleben

Tim Ringleben
Mobil: 0162 - 257 44 51
E-Mail: info@firma-ringleben.de
firma-ringleben.de

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

- **Waldfriedhof**
- **Feuerbestattung**
- **Erdbestattung**
- **Seebestattung**

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

Förde
BESTATTUNGEN
Inh. Marco Böttger e.K.
67 42 52
Sophienblatt 57 (Ecke Gablenzstr.)
24114 Kiel · www.foerde-bestattungen.de

EXPRESS KOMMT AN
www.kielerexpress-online.de

GOLDANKAUF

ZAHNGOLD (auch mit Zähnen) **GOLDSCHMUCK** **MÜNZEN** **SILBERSCHMUCK**

Batteriewechsel (bei Abgabe der Anzeige) **inkl. Markenbatterie je Uhr 2 €** (max. 10 Uhren pro Kunde!)

5x in Deutschland

Luxusuhren Ankauf
Rolex, IWC, Omega usw.

JUWELIER FRIEDMANN

Holstenstr. 51 (Asmus-Bremer-Platz) | 24103 Kiel
Tel.: 0431-64732936 | www.juwelier-friedmann-kiel.de
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9:00-18:00 Uhr · Sa. 9:00-16:00 Uhr

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

Knutzen

Ihr ZOOFACHMARKT
IHR HEIMTIERSPEZIALIST
IN KIEL & UMGEBUNG

Adelheidstraße 14 · Kiel
Tel. 0431-66 15 727

Redderkoppel 3-5 (im förde Baumarkt)
Friedrichsborn
Tel. 0431 - 54 48 85 65
www.knutzen-kiel.de

**Nur für kurze Zeit –
schnapp Dir den Schlafplatz-Deal!**

Bis zu 40% Rabatt

**auf alle vorrätigen
Hundebetten & Hundekissen –
da wedelt selbst der Preis!**

ZOO & Co.
Da geht's Tier gut

Aktion gültig bis zum 28.02.26 - nicht kombinierbar mit anderen Aktionen

Kindernotaufnahme umgezogen

KIEL. Um Baumaßnahmen auszuweichen, ist die Kindernotaufnahme des UKSH in Kiel vorübergehend umgezogen. Sie ist jetzt in den Räumen der Interdisziplinären Notaufnahme (INA) im Haus C auf dem Campus zu finden. Die Zufahrt zur INA erfolgt über den Schwanenweg in die Michaelisstraße 3. Der Weg ist ausgeschildert. Die Baumaßnahmen erfordern auch einen Umzug der Ambulanzen der Kinderkliniken in den kommenden Wo-

chen. Die Anmeldung zu den Ambulanzen bleibt im Erdgeschoss an gewohnter Stelle. Alle, die einen Termin für eine der Ambulanzen der Kinderkliniken haben, wenden sich bitte weiterhin zunächst dorthin. Das UKSH weist darauf hin, dass weiterhin die Kinderarzt- oder Hausarztpraxis in der Regel erste Anlaufstelle für erkrankte Kinder und Jugendliche ist. Der Kreißaal ist von den Baumaßnahmen laut UKSH nicht betroffen.

VOLKMANN'S FABELHAFTE WELT

Männermode

Männer in Strumpfhosen, Männer in Ganzkörperanzügen – mal hauteng mal in plusterweit, Männer in Abendanzügen und Männer in unmöglichen Anzügen. Ich hatte in den letzten zehn Tagen sehr viel mit Männermode zu tun und habe die erstaunlichsten Dinge zu sehen bekommen. Ich habe nämlich zum einen ziemlich viel Wintersport geschaut und war zum anderen auf dem Opernball. Fangen wir mit dem Wintersport an: Einige Sportarten fordern merkwürdige oder –seien wir ehrlich – entwürdigende Sportkleidung. Skeletton ist so eine Sportart. Oder Rodeln. Oder Eisschnelllauf. Diese Anzüge sind so eng, da kann man nix wegschummeln. Und auch nichts dazu. Das war nicht immer schön anzuschauen, aber häufig habe ich eine sehr positive

Überraschung erlebt, wenn sie sich dann aus ihren Ganzkörperkondomen herausgepellt hatten. Hübsche Kerle waren dabei. Sehr hübsche. Auch bei den Skifahrern, wenn sie dann so ohne Helm aus ihren Monsteranzügen herauslugten. Ganz athletisch. Und schön anzuschauen. Wie die Eiskunstläufer, die mich zudem noch mit Grazie und Anmut entzückten. Von Letzterer konnte ich beim Kieler Opernball schlechthin nur träumen: Liebe Kieler Männer, da muss mehr gehen. Auf einen Ball gehören dunkle (!) Abendanzüge, Schlips oder Fliege, ein anständiges Hemd (gern zugeknöpft) und vernünftige Schuhe. An dieser Stelle gehen Grüße raus an die zwei bestangezogenen Männer des Abends: Arne und Alex, ihr wart meine Highlights!



Ulrike Volkmann, Redaktion. Foto: KST

Ehrenamtlich für die Sicherheit von Senioren

Harlad Tibus klärt über die Maschen von Dieben und Betrugern auf

SCHÖNBERG. Harald Tibus ist 77 Jahre alt und ehrenamtlicher Mitarbeiter der Polizeidirektion Kiel, Sachgebiet 1.4 Prävention. Als der ehemalige Schiffsarchitekt und Bootsbaumeister damals in den Ruhestand ging, wollte er noch mal etwas ganz anderes machen. Also nutzte der Schönberger die 2014 vom Innenministerium geschaffene Möglichkeit, sich offiziell zum ehrenamtlichen Sicherheitsberater ausbilden und vereidigen zu lassen. Seitdem ist er als „Sicherheitsberater für Senioren“ (SfS) auf Wochenmärkten und bei größeren Veranstaltungen zu treffen, wo er Vorträge hält oder gemeinsam mit Kolleginnen und Kollegen der Polizei zur Sicherheit von Seniorinnen und Senioren im Straßenverkehr informiert oder erklärt, wie man miese Betrugsversuche erkennt und sich davor schützen kann – häufig sind es ebenfalls vor allem ältere Menschen, auf die es Kriminelle mit Maschen wie dem „Enkeltrick“ oder verschiedenen Arten von Trickdiebstahl abgesehen haben.

Bei den unterschiedlichsten Veranstaltungen steht Harald Tibus an seinem Info-Stand oder am Rednerpult und erklärt, wie sich speziell Seniorinnen und Senioren vor diebischen Griffen in Jacken- oder Hosentaschen, Handtaschen oder Einkaufswagen schützen können.



In den wärmeren Monaten des Jahres ist der ehrenamtliche Sicherheitsberater für Senioren Harald Tibus regelmäßig auch auf Wochenmärkten anzutreffen. Foto: Privat

Wie erkennt man falsche Polizisten, wie wehrt man sich gegen Kriminelle, die einen bestehlen wollen, während sie zum Beispiel mit einer Karte nach dem Weg fragen, Geld gewechselt haben wollen, vorher mit Eis oder Ketchup beschmutzte Kleidung reinigen wollen oder das Opfer antanzen?

Der ausgebildete Sicherheitsberater warnt vor Fremden an der Wohnungstür, egal ob in Polizeiuniform oder in Handwerkskleidung und vor allen Dingen vor den miesen Tricks der Wanderhandwerker, Spendensammler, „freundlichen“

Frauen mit Blumenstrauß und dergleichen. Und er erklärt auch, welche Anzeichen bei WhatsApp-Nachrichten auf Betrugsversuche hindeuten.

22-mal war Harald Tibus allein im vergangenen Jahr im Einsatz, „nebenbei“ ist er Vorsitzender der Interessengemeinschaft der Seniorenbeiräte im Kreis Plön und seit 14 Jahren im Vorstand des Seniorenbeirats Schönberg aktiv. Dafür dass der 77-Jährige im Ruhestand ist, hat er ganz schön was um die Ohren. Als Belastung scheint er das aber nicht zu empfinden: „Mir macht das Spaß“, sagt Harald Tibus. kst

Am Donnerstag, 19. März, hält Harald Tibus ab 15 Uhr im Rathaussaal in Schönberg einen Vortrag über die Abwehr von verschiedenen Betrugsmaschen und wie man sich innerhalb und außerhalb der eigenen vier Wände besser davor schützen kann. Daran teilnehmen können alle, die sich für das Thema interessieren, eine Anmeldung unter Tel. 04344/413262 ist aber notwendig. Unter dieser Nummer ist der Sicherheitsberater auch für Vortragsanfragen erreichbar.

City-Schnäppchen: Prag „de Luxe“

Prag inkl. Stadtführung/Stadtrundgang

- 1. Tag: Anreise nach Prag ins Hotel.
- 2. Tag: Stadtrundgang mit Reiseleitung durch die historische Altstadt. Sie sehen: Karlsbrücke, Wenzelsplatz, Pulverturm, Altstädter Marktplatz nebst Rathaus, Teynkirche, Sankt-Niklas-Kirche und entlang der „Pariser Straße“ mit wunderschönen Jugendstil-Fassaden gelangen Sie in die Josefs-Stadt, das ehemalige Judenviertel mit der ältesten Synagoge Prags und dem jüdischen Friedhof. Zum Mittagessen laden wir Sie in ein typisches Restaurant ein. Anschließend haben Sie die Möglichkeit, das bekannte Sliwowitz-Museum R. Jelinek zu besichtigen (gegen Aufpreis). Oder Sie nutzen den Nachmittag für eigene Entdeckungen.
- 3. Tag: Tag mit individueller Freizeit. Wir empfehlen Ihnen eine Moldau-Schiffahrt und einen Bummel zum Prager Burgberg mit dem berühmten Hradshin. Den krönenden Schlusspunkt des heutigen Tages sollte die herrliche Rundschau von der alten Schlosssteige auf die Türme der 113 Prager Kirchen, die der Stadt den Beinamen „Die 100-Türmige“ gaben, setzen.
- 4. Tag: Rückreise in die Heimatorte.

Inklusivleistungen

- Fahrt im modernen Fernreisebus ab Kiel, Preetz und Plön
- 3 x Übernachtung im First-Class-Hotel „NH Prague City“
- alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Föhn
- 3 x Frühstück vom Buffet
- 1 x 3-Gang-Mittagessen (in einem Restaurant)
- Stadtführung in Prag mit fachkundiger Reiseleitung
- viel Freizeit zum Stadt- und Shoppingbummel aufgrund der günstigen Lage Ihres Hotels
- City-Tax

gegen Aufpreis von € 25,- p.P. zubuchbar:
• Besuch des Sliwowitz-Museums R. Jelinek inkl. Probe von 3 Jelinek-Produkten und Finger Food

4-Tage-Reise

Reisetermin: 09.04. - 12.04.2026

NEU: Inklusive 1 x Mittagessen in einem typischen Restaurant!



Code: KE 135_02

p. P. im DZ nur € 419,90
EZ-Zuschlag € 239,-

Eintrittskarte Keukenhof inklusive



Code: KE 135_02

p. P. im DZ nur € 579,90
EZ-Zuschlag € 229,-

Tulpenblüte in Holland: Keukenhof und Amsterdam

Amsterdam mit Grachtenfahrt • Holschuhwerkstatt & Käserei

- 1. Tag: Anreise zu unserem Hotel im Raum Veluwe oder Amersfoort.
- 2. Tag: Heute besuchen Sie den Keukenhof. Bekannt als der schönste Frühlingspark der Welt in einer 32 Hektar großen Parkanlage. Hier erwarten Sie einzigartige Pavillons, Gartenanlagen mit überwältigender Farbenpracht und überraschende Kunstobjekte sowie Wasserspiele der besonderen Art. Im Anschluss unternehmen Sie einen Ausflug auf eine der Holzschuh- und Käsefarmen Hollands. Hier werden Sie typischen Gouda verkosten und zusehen können, wie die bunten Holzschuhe entstehen.
- 3. Tag: Heute entdecken Sie Amsterdam. Bei der Grachtenrundfahrt fahren Sie auf den unzähligen Kanälen wie der bekannten Heren-, Keizers- und Prinsengracht. Lassen Sie sich treiben und erkunden Sie die Weltstadt aus einer neuen Perspektive.
- 4. Tag: Fahrt durch die herrliche Landschaft Hollands zur Grenze, direkte Rückreise in die Heimatorte.

Inklusivleistungen

- Fahrt im modernen Fernreisebus ab Kiel, Preetz und Plön
- 3 x Übernachtung im komfortablen Hotel im Raum Veluwe oder Amersfoort
- alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, Telefon, TV
- 3 x Frühstück vom Buffet
- 3 x Abendessen als 3-Gang-Menü oder Buffet
- Eintrittskarte Keukenhof Lisse
- Grachtenrundfahrt in Amsterdam
- Besuch einer Holschuhwerkstatt & Käserei inkl. Verkostung
- City-Tax

4-Tage-Reise

Reisetermin: 29.03. - 01.04.2026



MTZ: 30 Personen, diese muss bis 3 Wochen vor Anreise erreicht sein.
Für mobilitätseingeschränkte Personen nicht geeignet.
Personalausweis erforderlich.

Reiseveranstalter:
Reisebüro Behrens GmbH
Riemannstraße 26 | 23701 Eutin
E-Mail: info@behrens-reisen.de

Beratung & Buchung (Mo.-Fr. 09:00 bis 17:00 Uhr)

04521-77937-61

Erste „Eingeloggt-Woche“ im Land

Über 100 kostenlose Kurse für Menschen ab 50 Jahren zu unterschiedlichsten digitalen Themen

KIEL. Mit der ersten „Eingeloggt-Woche“ in Schleswig-Holstein will die Körper-Stiftung von Montag, 16., bis Sonntag, 22. März, speziell Menschen ab 50 Jahren ein Bündel an ganz unterschiedlichen kostenlosen Lern- und Info-Angeboten machen, um offene Fragen zu Smartphones, Social Media, Umgang mit dem Laptop, Internet-Anschluss, Schutz vor digitalen Betrugsmaschinen, Online-Shopping, Künstlicher Intelligenz und mehr zu beantworten.

Über das Internet-Portal <https://sh.eingeloggt.net> können Firmen, Vereine, Verbände und andere Institutionen Kurse und Workshops zu digitalen Themen anbieten. Mehr als 110 Kurse hatten so bereits vor einigen Tagen ihren Weg ins Programm der „Eingeloggt-Woche“ gefunden. Sie sind über ganz Schleswig-Holstein verteilt, ein großer Teil davon ist in Kiel zu finden.

Das übersichtlich gestaltete Programm, ebenfalls auf der Seite <https://sh.eingeloggt.net>, gibt Infos zu jedem Workshop und ist auch mit Filterfunktionen ausgestattet. So können zum Beispiel gezielt alle Angebote in Kiel oder zum Thema Künstliche Intelligenz oder auch zu einem bestimmten Datum gefunden werden.

Das Themenspektrum ist schon bei den Angeboten in Kiel groß. So klärt zum Beispiel der Verein „SeniorenNet“ am Montag, 16. März, von 11.30 bis 13 Uhr beim Offenen Kanal Kiel in der Hamburger Chaussee 36 darüber auf, welche Angebote aus dem Bereich **Internet-Anschluss** und



Der Umgang mit dem Smartphone für Kommunikation, Social Media, Onlinebanking und mehr ist Thema zahlreicher Angebote zur „Eingeloggt-Woche“.

Foto: Claudia Hoehne

Telefonie für die Teilnehmenden jeweils sinnvoll sind. Die Kieler Anlaufstellen Nachbarschaft anna sind ebenfalls mit Angeboten dabei. Die anna Wellsee bietet am Dienstag, 17. März, von 10.30 bis 11.30 Uhr einen Online-Workshop zum Thema Phishing an: Wie gehen **Betrüger im Netz** vor? Woran erkennt man ihre Tricks? Wie kann man sich schützen?

Die meisten Angebote finden aber in Präsenz statt. So erklärt etwa die gemeinnützige Gesellschaft „ProRegio“ am Dienstag, 17. März, im Digitaltreff in der Holtenauer Straße 243, was **Bürgerwissenschaft** ist und wie sie funktioniert. Das „SeniorenNet Kiel“ klärt am Donnerstag, 19. März, von 13.30 bis 15 Uhr über Funktionsweisen, Vorteile und Fallen beim **Online-Shopping** auf. Eine ganze Reihe von Angeboten bietet allgemeine Antworten

zu persönlichen **Problemen mit Smartphone, Tablet oder Internet**.

In der anna Mitte am Walkerdamm 17 (Eingang Schülperbaum) geht es am Freitag, 20. März, von 10 bis 12 Uhr um die **elektronische Patientenakte** (ePA) und wie man eigentlich damit umgeht.

Wer etwas „tiefgründiger“ forschen will, kann ebenfalls am Freitag, 20. März, von 10.45 bis 11.45 Uhr beim Offenen Kanal Kiel in der Hamburger Chaussee 36 unter der Überschrift „Computern für Best-Ager – **Wir schlachten einen Laptop**“ herausfinden, woraus so ein Computer eigentlich besteht.

Zu diesen Beispielen und allen anderen kostenlosen Angeboten der „Eingeloggt“-Woche sind Infos im Online-Programm zu finden. Wenn noch weitere Kurse dazukommen, wird das Programm laufend aktualisiert.

Die Körper-Stiftung mit Sitz in Hamburg und Berlin wurde vom Hamburger Ehrenbürger und Unternehmer Kurt A. Körper (1909-1992) gegründet. Sie setzt sich für internationale Verständigung, Geschichtsbewusstsein, Demokratie und Austausch zwischen verschiedenen gesellschaftlichen Gruppen ein. Sie will den demografischen Wandel mitgestalten und Bildung und Wissenschaft ebenso fördern wie unternehmerisches Handeln und ganz allgemein das Handeln für das Gemeinwohl.

Gefördert wird die landesweite „Eingeloggt-Woche“ vom Landesministerium für Soziales, Jugend, Familie, Senioren, Integration und Gleichstellung, dem Landesministerium für Landwirtschaft, ländliche Räume, Europa und Verbraucherschutz sowie vom Sparkassen- und Giroverband für Schleswig-Holstein. kst

MARKANT Mittagstisch
...mit besten Zutaten, frisch für Sie zubereitet!

Täglich frisch ab 11 Uhr!

Auf Wunsch in der praktischen Mehrwegschale!

Montag	Hühnerfrikassee mit Reis	8- €
Dienstag	Frikadelle mit Prinzessbohnen, Kartoffelpüree und Rahmsauce	8,- €
Mittwoch	gefüllte Paprikaschote mit Reis	7,- €
Donnerstag	Rinderleber mit Zwiebelsoße, Kartoffelpüree und Apfelmus	8,- €
Freitag	Kohlroulade mit Kartoffeln und Soße	8- €
Samstag	Lauchcremesuppe	7,- €

Angebote vom 23.02. - 28.02.2026
Alte Weide 4 24116 Kiel / Philipp-Reis-Weg 2 24148 Kiel
Eiderkamp 1 24220 Flintbek

Neue Elternbroschüre zeigt den Weg

KIEL. Damit möglichst alle Kinder gleichberechtigt in der Kita oder Grundschule mitmachen können, bietet die Stadt Kiel eine Reihe von Unterstützungsmöglichkeiten an. Allerdings ist es für manche Eltern von Kindern mit besonderem Unterstützungsbedarf schwer, sich ohne Hilfe im Wust der gesetzlichen Regelungen und Zuständigkeitsbereiche zu orientieren, um herauszufinden, ob und wie sie Hilfen für ihr Kind in Anspruch nehmen können. In Kiel gibt es deshalb zwei sogenannte „Verfahrenslisten“ sowie Sprach- und Kulturmittlerinnen und -mittler, die den Eltern

den Weg durch den Behördenlabyrinth zeigen sollen. Zusätzlich hat die Stadt Kiel dafür jetzt auch noch eine neue, leicht verständliche Elternbroschüre herausgegeben. Sie informiert über die jeweiligen Antragswege und Ansprechpersonen, die bei Bedarf helfen können. Die Broschüre wird über Kitas, Grundschulen, Beratungsstellen, Eingliederungshilfe und andere Einrichtungen verteilt und steht auf www.kiel.de/uebergang auch zum Download bereit. Sie ist in Deutsch, Englisch, Türkisch, Arabisch, Russisch und Ukrainisch verfügbar.

EINKAUFEN
MIT DER

KNUTZEN HOME

KNUTZEN Deals

Coupons
im Wert von
1.560 €

GÜLTIG BIS 25.02.2026

Lassen Sie Ihren Wohntraum wahr werden!

Sie haben die Möglichkeit, von unserem neuen Couponheft zu profitieren! Es erwarten Sie **sechs attraktive Coupons**, die direkt beim Kauf an der Kasse oder bei unserem Fachberater eingelöst werden können – für noch mehr Freude bei Ihrem Einkauf.

Weitere Informationen finden Sie online auf **knutzen-home.de**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie bis zum 25.02.2026 einen einmaligen Rabatt. Der Betrag wird Ihnen nach Abgabe des Coupons von Ihrem Fachberater oder an der Kasse automatisch abgebogen. Gültig in allen Knutzen Home und Knutzen Teppich-Hof Filialen. Nicht mit anderen Rabattaktionen, wie z.B. unserer Homeline-Aktion, kombinierbar. Ebenfalls von der Aktion ausgenommen sind Kaufgutscheine, Dienstleistungen sowie Aufträge, die den Objekt-Bereich und das Innentüren-Sortiment betreffen. Verwaltung: Knutzen Teppich-Hof GmbH

KNUTZEN HOME Kiel
Asmusstr. 19-21 • Tel. 0431 74 808
Bahnhofstr. 14 • Tel. 0431 64 25 24
Kehrwieder 13 • Tel. 0431 73 84 15

KNUTZEN HOME Neumünster
Fehmarnstr. 14 • Tel. 04321 25 17 10
KNUTZEN HOME Schönberg
Eichkamp 18 • Tel. 04344 41 32 20

KNUTZEN TEPPICH-HOF Büdelsdorf
Neue Dorfstr. 68 • Tel. 04331 35 060
KNUTZEN TEPPICH-HOF Eckernförde
Rendsburger Str. 122 • Tel. 04351 76 95 60

Lasst die Bux flattern!

Am Donnerstag beginnt wieder der Kieler Umschlag

KIEL. Mit dem traditionellen Wecken des ehemaligen Kieler Bürgermeisters Asmus Bremer und seiner Frau Dorothea Katharina und dem anschließenden Hissen vom „Bürgermeister sin Bux“ beginnt am Donnerstag, 26. Februar, wieder der Kieler Umschlag. Bis Sonntag, 1. März, bietet das Innenstadtfest dann ein buntes Programm für die ganze Familie. Am Sonntag ist außerdem verkaufsoffener Sonntag: Von 13 bis 18 Uhr haben die Geschäfte der gesamten Innenstadt ebenso geöffnet wie der Sophienhof, die Galeria/Holsten-törn, der Citti-Park, Ikea, Möbel Höffner und Famila Kiel-Wik.

Der Marsch zum Wecken des Altbürgermeisters startet am Donnerstag, 26. Februar, um 16.30 Uhr am Holstenplatz. Zur Begleitung durch den Spielmannszug des TV Jahn Kiel-Elmschenhagen können alle dem Spektakel bis zum Stadtmuseum Warleberger Hof folgen. Wenn später auf dem Alten Markt die Bux vom Altbürgermeister gehisst ist, spendiert die Kieler Brauerei zum zünftigen Ansto-

ßen 100 Liter Freibier. Bereits um 11 Uhr öffnen am Donnerstag die Stände in der Kieler Innenstadt.

Für Freitag, 27. Februar, steht ab 13 Uhr der öffentliche, feierliche Empfang im Kieler Rathaus auf dem Programm. An den Ständen auf dem Alten Markt gibt es dazu mittelalterliche Speisen und Getränke, Schabernack, Gaukelei und „Sackpfeifengemetzel“. Auf dem Holstenplatz bieten die „Geschichtswerkstatt Barockoko“ und verschiedene Handwerker und Handwerkerinnen kostenlose Mitmachaktionen wie das „Kaltschmieden auf dem Amboss“ an.

Auf dem Holstenplatz ist das Handwerkerzelt zu finden: Dort lassen sich verschiedene Handwerksgesellen bei ihrer Arbeit über die Schulter schauen, dazu gibt es Speisen, Getränke und ein abwechslungsreiches Programm mit Live-Musik.

Wer Lust auf ein Piratenspektakel hat, ist auf dem Asmus-Bremer-Platz genau richtig. Hier sorgen die Piraten von „Klar zum Entern!“ und die Märchenerzählerin Octavia für eine spannende

Atmosphäre. Außerdem rundet „Der mit dem grünen Hut“ das bunte Programm auf dem Platz mit Spaß und Bewegung beim Mitmach-Zirkus ab.

Am Sonntagabend, 1. März, geht der Kieler Umschlag gegen 18 Uhr im Warleberger Hof zu Ende. Mit einer feierlichen Abschlusszeremonie, bei der Oberbürgermeister Dr. Ulf Kämpfer zu Gast ist, werden Asmus Bremer und seine Frau verabschiedet.

Parallel zum Umschlag läuft das Asmus-Bremer-Gewinnspiel: Dabei geht es darum, kleine Asmus-Bremer-Figuren in den Schaufenstern der Geschäfte in der Innenstadt zu zählen und die hoffentlich korrekte Zahl in den Flyer des Kieler Umschlags einzutragen. Erhältlich ist der Flyer in allen teilnehmenden Geschäften sowie im „Welcome Center Kieler Förde“ am Stresemannplatz 1-3. Dort kann der ausgefüllte Flyer bis Montag, 2. März, abgegeben werden.

Das komplette Programm des Kieler Umschlags ist unter www.kiel-sailing-city.de/kieler-umschlag zu finden.



Auch das Piratenspektakel auf dem Asmus-Bremer-Platz ist wieder Teil des Kieler Umschlags.
Foto: Jan-Michael Böckmann/Kiel-Marketing

WIRTSCHAFTSLEBEN

HIER HABEN SIE DIE MÖGLICHKEIT, IHR UNTERNEHMEN VORZUSTELLEN.

Anzeigen-Spezial

Zwischen Rabattversprechen und Realität

Küche & Co grenzt sich bewusst vom Massenmarkt ab

Wer heute eine Küche sucht, landet schnell bei großen Namen. Große Studios, große Versprechen, große Rabatte. Was dabei oft verloren geht, ist das Wesentliche: Zeit, Ehrlichkeit und ein fester Ansprechpartner. Bei Küche & Co läuft Küchenplanung anders. Hier übernehmen die Chefs persönlich die Beratung – von der ersten Idee bis zur fertigen Küche. Keine Mondpreise, keine

Scheinrabatte, keine wechselnden Ansprechpartner. Stattdessen transparente Angebote und Lösungen, die wirklich zum Leben passen. Ob Planung, Aufmaß oder eine Frage nach dem Kauf: Man weiß, wen man anspricht. Küche & Co arbeitet regional, mit kurzen Wegen und klarer Verantwortung. Entscheidungen werden hier nicht im Callcenter getroffen, sondern direkt vor Ort. Denn

eine Küche ist kein Aktionsprodukt. Sie ist eine Entscheidung für viele Jahre. Gut wenn man dabei jemanden an seiner Seite hat, der bleibt. „Gerade in einem Markt, der immer lauter wird, ist das für viele ein überzeugender Unterschied“, so die beiden Inhaber und Kücheneinrichtungsexperten Ralf Janoska und Stefan Schmidt. Küche & Co Kiel steht für individuelle Küchenplanung:

Persönlich. Ehrlich. Regional. Jetzt Termin vereinbaren.

Küche & Co Kiel
Sophienblatt 88-90, Kiel
Tel. 0431/26008660
www.kueche-co.de/kiel

Die beiden Inhaber Ralf Janoska (li.) und Stefan Schmidt übernehmen bei Küche & Co persönlich die Beratung.
Foto: Bettina Paetznick



Rotstiftpreise bei Loch Optik

Brillengläser zum Spartarif vom Kieler Meisterbetrieb

Loch Optik in der Ringstraße punktet bei der Kundschaft mit der hohen Servicequalität einer echten Meis-

terwerkstatt. Die erfahrenen Augenoptikermeister Heiko Loch und Ralf Niemann sind mit fachlichem Know-how zur Stelle und bieten von der kleinen Reparatur zwischen-

dem Paar Gleitsichtgläser kostet aktuell bei Loch Optik nur 79 Euro, das Paar Einstärkengläser 39 Euro. Verarbeitet werden Qualitätsgläser aus Kunststoff (+/-6dpt/2cyl), superentspiegelt und gehärtet und in hauseigener Werkstatt geschliffen. Bei den Fassungen sind derzeit außer-

dem viele Einzelstücke bis zu 60 Prozent reduziert – schnell sein lohnt sich! Diese Angebote sind gültig bis zum 6. März.

Loch Optik
Ringstraße 46, Kiel
Terminvereinbarung:
Tel. 0431/6794111

Heiko Loch (li.) und Ralf Niemann sowie Mitarbeiterin Charlotte Ladewig sorgen für besten Durchblick.
Foto: Loch Optik

Neustart für Sprint Cycles

Nils Kohlmeyer führt die traditionsreiche Fahrradwerkstatt weiter

Fahrradkette gerissen? Reifen platt? Bei Sprint Cycles in Kiel-Wik weiß man sein Zweirad in guten Händen. Die traditionsreiche Fahrradwerkstatt hat im Januar nach viermonatiger Pause unter neuer Leitung wieder geöffnet. Als Nachfolger von Peter Langhans übernimmt mit Nils Kohlmeyer ein erfahrener Branchenkenner und Werk-

stattleiter die Geschicke und macht Fahrräder aller Marken wieder fit für die Straße. Sein Fokus liegt auf professionellem Service für alle Fahrradtypen, Ersatzteile und Zubehör. Eine praktische Online-Terminbuchung, vergleichsweise kurze Wartezeiten, faire Preise für Inspektionen sowie ein „Plattfuß-Expressservice“ sind echte

Pluspunkte. Auch ein Neukauf ist möglich. „Hier setzen wir auf die Manufakturmarke Patria und bestellen auf Wunsch ein passgenaues Modell“, verrät Nils Kohlmeyer. Und welchen Tipp gibt der Fachmann noch mit auf den Weg? „Nach dem schneereichen Winter braucht die Kette Pflege und Öl, um Rost zu vermeiden. Streusalz ist Gift,

auch für die Motoren von E-Bikes. Entsteht durch mangelnde Pflege ein Schaden, greift die Gewährleistung oft nicht und es wird teuer“, warnt Nils Kohlmeyer.

Sprint Cycles
Holtenauer Straße 356, Kiel
Tel. 0431/565453
www.sprint-cycles.de
Mo.-Fr. 9-13 Uhr, 14-18 Uhr



Nils Kohlmeyer ist der neue Inhaber von Sprint Cycles.
Foto: Anneke Taute

Klangerlebnisse auf vier Rädern

Sparkassen- und Giroverband verschenkt Besuche des „musiculum Mobils“ für Kitas und Schulen

KIEL. Mit Trommeln und Trompeten, Geigen, Kontrabass, Reihharmonium, Klangwiege, einem faltbaren E-Piano und mehr bringt das „musiculum MOBIL“ Musik und Erlebnis direkt in Kitas und Grundschulen in ganz Schleswig-Holstein.

Der Sparkassen- und Giroverband des Landes unterstützt das Projekt bereits von Anfang an als Partner und Förderer. 2026 finanzieren sie 45 Einsätze des „musiculum MOBILS Schule“ und 30 Einsätze des „musiculum MOBILS Kita“ im Gesamtwert von 37.500 Euro.

Noch bis zum kommenden Sonnabend, 28. Februar, können sich Kitas und Grundschulen aus ganz Schleswig-Holstein für kostenlose Einsätze des „musiculum MOBILS“ melden. Die Bewerbung erfolgt ausschließlich auf www.musiculum-mobil.de über die Online-Formulare.

Das „musiculum MOBIL“ ist ein Projekt der Lern- und Experimentierwerkstatt „musiculum“ in Kiel. Die Kinder lernen auf spielerisch-experimentelle Weise Musikinstrumente kennen. Sie erfahren mehr über Schall, Klang und den Aufbau sowie die Funktionsweisen von Instrumenten.



Anne Hermans (v.li.), Lena Finck-Stoltenberg und Joscha Hentschke vom musiculum freuen sich mit Mirja Klotz vom Sparkassen- und Giroverband SH auf viele Bewerbungen um die kostenlosen Einsätze.

Foto: Frank Peter

„Mit unserem musikpädagogischen Konzept sprechen wir jedes Kind an – unabhängig von seinen sozialen und kulturellen Hintergründen oder körperlich-seelischen Einschränkungen“, erläutert Anne Hermans, die das „musiculum“ als Geschäftsführerin leitet.

Seit dem Start des Projektes 2017 war das „musiculum MOBIL Kita“ 2178-mal im Einsatz und hat über 63 000 Teilnehmende erreicht. Das „musiculum MOBIL Schule“ hat seit März 2025 bei bisher 61 Einsätzen rund 1820 Kinder erreicht. „Musikalische Bildung fördert

Kreativität, Selbstvertrauen und soziale Kompetenzen von Kindern. Mit unserem Engagement für das musiculum MOBIL Schule und Kita möchten wir möglichst vielen Kindern in Schleswig-Holstein ermöglichen, Musik aktiv und mit allen Sinnen zu erleben“, sagt Silke Boldt, Vorständin der Sparkasse Holstein.

Gemalte Ansichten zur Kieler Stadtgeschichte

KIEL. Gleich drei Gemälde mit Kieler Stadtansichten aus verschiedenen Zeiten hat die Fielmann AG dem Kieler Stadt- und Schiffahrtsmuseum geschenkt. Die Fielmann-Vertreterinnen Kerstin Lemke und Dr. Constanze Köster übergaben die großzügige Spende vor wenigen Tagen im Museum an Museumsdirektorin Dr. Sonja Kinzler und Depotleiterin Katrin Seiler-Kroll.

Die Gemälde stammen von Hinrich Wrage (1843-1912),

Gretel Riemann (1924-2012) und André Krigar, (geb. 1952). Um 1870 malte Wrage die „Häuser am Klosterhof“, Riemann hielt die „Ecke Gartenstraße/Legienstraße“ 1996 im Bild fest und Krigar malte seine Ansicht von „Kiel bei Nacht“ im Jahr 2000. Über 130 Jahre liegen also zwischen den Bildern und machen sie zu bildlichen Dokumenten der städtebaulichen Entwicklung in Kiel.

Um 1870 schuf Hinrich Wrage

eine Ansicht des damaligen Klosterkirchhofs mit seiner mittelalterlichen Bebauung. Der Blick geht von der heutigen Falckstraße auf das damalige Torgebäude des Klosterkomplexes.

Gretel Riemann hielt 1996 die Gebäude an der Kreuzung Gartenstraße/Legienstraße an einem regnerischen Tag fest. Die Künstlerin hatte zu dieser Zeit ihr Atelier quasi gegenüber in der Legienstraße. Das Kieler Stadt- und Schiffahrtsmuseum sammelt bereits seit 1977 gezielt Werke von Gretel Riemann als Zeugnisse der Stadtentwicklung.

Der zu den Norddeutschen Realisten gehörende André Krigar malte seine Nacht-Ansicht der ehemaligen Landesbank im Jahr 2000 im Rahmen der Freiluft-Malaktion „Kiel in Sicht“. Das Haus aus dem Jahr 1954 bestimmte die Silhouette des nach dem Krieg dort errichteten Banken- und Verwaltungsviertels.

Die Gemälde von Wrage, Riemann und Krigar werden temporär im Stadtmuseum Warleberger Hof im letzten Raum der Ausstellung „Gestern, Heute, Morgen. Perspektiven auf die Sammlung des Kieler Stadt- und Schiffahrtsmuseums“ präsentiert. In

diesem Raum werden die Neuzugänge in die Sammlung aus den Jahren 2023 bis 2025 gezeigt. Die drei aktuellsten Neuzugänge der Fielmann-Spende sind dort zunächst noch bis zum morgigen Sonntag, 22. Februar, auf Staffeleien zu sehen.



Dr. Constanze Köster (v.li.) und Kerstin Lemke übergaben für die Fielmann AG die drei Bilder an Dr. Sonja Kinzler und Katrin Seiler-Kroll vom Kieler Stadt- und Schiffahrtsmuseum.

Foto: LH Kiel/Arne Gloy

Glanzleistung im Kleinen

KIEL. Ein bislang noch weltweit seltenes Meisterstück in Sachen Endoskopie hat ein medizinisches Team am UKSH in Kiel vollbracht. Der Patient war ein erst 13 Tage alter Säugling, der mit einer Verengung im Zwölffingerdarm zur Welt kam. Dieser Darmabschnitt beginnt am Magen und ist der erste Abschnitt des Dünndarms. Unter Leitung des Kinderchirurgen Gennadii Ivanov und des Endoskopie-Spezialisten Dr. Claudio C. Conrad gelang es, durch den Mund des Säuglings ein sehr dünnes Endoskop bis zur Engstelle zu führen und sie mit einem Ballon zu erweitern. Bisher wird so eine angeborene Verengung des Zwölffingerdarms üblicherweise kurz nach der Geburt durch einen Bauchschnitt hindurch operiert. Für Neugeborene ist das ein großer Eingriff, der in

vielen Fällen eine intensivmedizinische Überwachung und einen längeren Heilungsverlauf nach sich zieht, bis der Darm wieder zuverlässig funktioniert. Für das endoskopische Vorgehen war gar kein Schnitt notwendig. Dank der besonders schonenden

Behandlungsmethode konnte das Kind bereits am Tag des Eingriffs wieder normal trinken. Ein längerer Aufenthalt auf der Intensivstation war nicht notwendig. Wenige Tage nach der Behandlung konnte der Säugling nach Hause entlassen werden.



Gennadii Ivanov (li.) und Dr. Claudio C. Conrad ist es gelungen, die angeborene Verengung des Zwölffingerdarms bei einem 13 Tage alten Säugling ohne chirurgischen Eingriff endoskopisch zu behandeln.

Foto: UKSH

**SCHUBERT**
GARTEN UND LANDSCHAFTSBAU
IHR HAUS UND GARTEN TEAM

Gartenarbeiten rund ums Haus.

Zum Jahresbeginn **30% Neukundenrabatt** auf alle Arbeiten.

Telefon: 0152 187 365 69
info@schubert-garten-und-landschaftsbau.de

**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

Bleistiftführerschein machen

KIEL-ELMSCHENHAGEN. Ab dem 3. März bietet das Familienzentrum Elmschenhagen wieder den Eltern-Kind-Kursus zum Bleistiftführerschein an. Achtmal geht es jeweils am Dienstag um den Umgang mit Bleistift und Papier, Radiergummi und Locher. Dabei wird auch schon ein bisschen Schule gespielt, und Hausaufgaben gibt es auch. Eltern er-

fahren, wie sie ihre Kinder zum Schuleinstieg unterstützen können. Abgeschlossen wird der Kursus mit der Bleistiftführerscheinprüfung. Teilnehmen können nur Kinder, die in diesem Jahr in die Schule kommen. Die Anmeldung ist möglich per E-Mail an familienzentrum.ehagen@altholstein.de oder unter Tel. 0431/2402965.

Schietsammeln in Schönberg

SCHÖNBERG. Auch die Gemeinde Schönberg macht in diesem Jahr wieder bei der landesweiten Umweltaktion „Unser sauberes Schleswig-Holstein“ mit. Am Aktionstag, Sonnabend, 7. März, werden dafür noch möglichst viele Helferinnen und Helfer gesucht, die Schönberg von achtlos weggeworfenem Müll befreien. Treffpunkt ist um

10 Uhr auf dem Parkplatz hinter dem Rathaus. Wer mit anpacken möchte, sollte Handschuhe und im Idealfall auch ein Sammelgerät mitbringen. Nach getaner Arbeit lädt die Gemeinde Schönberg alle Helferinnen und Helfer zu einem kleinen Imbiss im Sitzungssaal des Rathauses ein – als Dankeschön und Gelegenheit zum Austausch.

Jetzt Silberbesteck und Silberschmuck verkaufen!



Profitieren Sie von den hohen Edelmetallpreisen, indem Sie Silberbesteck, Silberschmuck, versilbertes Besteck, Zahngold, und Goldschmuck bei Zeitanker verkaufen! Einfach ohne Termin zu den Öffnungszeiten vorbeikommen. Bitte den Personalausweis mitbringen.

ZEITANKER

Inhaber Timo Keil
Holtenauer Straße 88 • Kiel
Tel. (0431) 565178
www.zeitanker.eu

montags – freitags
10-14 Uhr und 16-19 Uhr
samstags geschlossen

DAS KINOPROGRAMM VON VIER KIELER KINOS

SA. 21. – FR. 27.2.2026



**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

Traum-Kino

Sentimental Value
Drama. Norwegen 2025. Regie: Joachim Trier. Mit Stellan Skarsgard, Renate Reinsve. 135 Min. FSK 12.
Regisseur Joachim Trier gelingt ein vielschichtiges Meisterwerk über eine Familie, Beziehungen und Gefühle, die nur schwer in Worte gefasst werden können. Cannes Großer Preis der Jury. Europäischer Filmpreis: Bester Film. Golden Globe für Stellan Skarsgard. Nominiert für 9 Oscars: Bester Film des Jahres.
Sa-Di 18:00
OmU: Mi 18:00

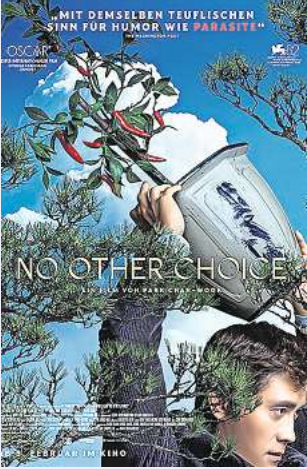


Checker Tobi – Die heimliche Herrscherin der Erde
Doku mit Tobias Krell. 97 Minuten. FSK 0.
Um ein Rätsel zu lösen, reist Tobi um die halbe Welt.
Sa, So 16:05

Astrid Lindgren – Die Menschheit hat den Verstand verloren
Dokumentarfilm. Deutschland/Schweden 2025. Regie: Wilfried Hauke. 98 Min. FSK 12.
Der Dokumentarfilm nähert sich der Autorin auf neue Weise, widmet sich ihren Tagebüchern, die zwischen 1939 und 1945 entstanden, und erzählt von der noch unbekannten Astrid Lindgren als Chronistin des Zweiten Weltkriegs.
Mo-Mi 16:05

Father Mother Sister Brother
Mit Tom Waits, Adam Driver, Cate Blanchett. 110 Min. FSK 12.
Drei Familiengeschichten von Jim Jarmusch, in Venedig ausgezeichnet mit dem Goldenen Löwen als bester Film.
Do, Fr 18:00, 20:00

No Other Choice
Drama. Südkorea 2025. Regie: Parl Chan-wook. Mit Lee Byung-hun. 139 Min. FSK 16.
Man-su hat sich mit viel Fleiß und harter Arbeit ein perfektes Leben geschaffen: Haus mit Garten, harmonische Ehe, talentierte Kinder und genug Zeit für sein geliebtes Bonsai-Hobby. Doch als KI plötzlich seinen Job ersetzt, müssen er und seine Familie auf allerlei Annehmlichkeiten verzichten: Die Tennisstunden der Gattin, das Netflix-Abo der Kinder und selbst die zwei treuen Golden Retriever können sie sich nicht mehr leisten. Und je länger Man-su vergeblich Bewerbungen schreibt, desto näher rückt auch der Verlust des geliebten Hauses. Schließlich begreift er: Nicht der Mangel an Jobs ist das Problem, sondern die Menge an Mitbewerbern. Man-su bleibt keine andere Wahl, als sich – auf sehr kreative Art und Weise – seiner Konkurrenten zu entledigen. Südkoreas Oscar-Kandidat.
Sa-Di 20:30
OmU: Mi 20:30
Weitere Info unter www.traum-kino-kiel.de



Studio Filmtheater

Die Ältern
Komödie. FSK 6.
Die neue Komödie von Sönke Wortmann.
Sa 20:30/So 20:00/Mo 16:00
Di, Mi 18:00

Ach, diese Lücke, diese entsetzliche Lücke!
Drama/Komödie. FSK 6.
Simon Verhoevens Verfilmung des gleichnamigen autobiografischen Bestseller-Romans von Joachim Meyerhoff.
Sa 17:30, 20:00/So 14:30, 17:30
Mo, Di 17:30, 20:00/Mi 17:30

Checker Tobi 3 – Die heimliche Herrscherin der Erde
Dokumentation. FSK 0.
Sa 12:30/So 12:15

Coexistence, My Ass!
Dokumentation. FSK 12.
OmU (Arab., Hebr., Engl.): Mi 15:30

Dust Bunny
Fantasy/Horror. FSK 16.
Ein zehnjähriges Mädchen verbündet sich mit ihrem Nachbarn, gespielt von Mads Mikkelsen, um sich gemeinsam



ihren inneren und äußeren Monstern zu stellen. Aurora ist überzeugt: Ein Monster hat ihre Familie verschlungen. Ihre letzte Hoffnung ruht auf dem unheimlichen Mann von nebenan – von dem es heißt, er töte „echte“ Monster.
Sa, Di, Mi 20:30
OmU (Engl.): Sa 23:00+So, Mo 20:30

Extrawurst
Komödie. FSK 12.
Sa 14:45/So-Di 15:00/Mi 18:00

Das Flüstern der Wälder
Dokumentation. FSK 0.
Eine Ode an Flora und Fauna der Vogesen, ein Brückenschlag zwischen Vater, Sohn und Enkel, zwischen Mensch und Natur.
Sa 12:30, 15:00/So 12:30, 14:45
Mo, Di 17:30/Mi 15:00

Jurassic Park
Abenteuer. FSK 12.
Reihe Lichtperlen, mit Einleitung.
OmU (Engl.): So 20:00

Kurzfilmtag Februar: Golden Shorts SciFi-Klassiker
Kurzfilme. FSK 12.
monatlicher Kurzfilmtag, tl. OmU.
Mo 18:30

Marty Supreme
Sport/Drama. FSK 12.
Nominiert für 9 Oscars! Timothée Chalamet als Tischtenniswunderkind Marty Mauser.
Do, Fr 17:00, 20:00

Prinzessin Mononoke
Anime. FSK 12.
Sa 17:00, 23:00/Di 15:00

Sneak-Preview
Überraschungsvorpremiere eines Films vor Bundesstart, mit Verlosung und Kurzfilm.
Mi 20:30

Therapie für Wikinger
Komödie. FSK 16.
So 17:15/Mo-Mi 15:00

Woodwalkers 2
Abenteuer. FSK 6.
Sa, So 12:30

Ach, diese Lücke, diese entsetzliche Lücke
Drama/Komödie. DE 2026. FSK 6. 137 Min.
Sa 17:30, 20:15/So 12:45, 16:45, 19:30/Mo 14:30, 17:15
Di 17:45/Mi 14:30

Ein Kuchen für den Präsidenten
Drama. Irak 2026. FSK 6. 105 Min.
Di 15:15

Woodwalkers 2
Fantasy/Abenteuerfilm. DE 2026. FSK 6. 102 Min.
Sa 13:15/So 14:30

Astrid Lindgren – Die Menschheit hat den Verstand verloren
Doku. DE 2026. FSK 12. 98 Min.
Mo 14:00/Di 13:15/Mi 15:00

Extrawurst
Komödie. DE 2026. FSK 12. 98 Min.
Sa 15:30/So 10:15, 12:10, 18:20
Mo 15:15

Die ??? und die Toteninsel
Jugendfilm. DE 2026. FSK 6. 104 Min.
Sa 15:15/So 16:00

Checker Tobi – Die heimliche Herrscherin der Erde
Abenteuer/Familienfilm. DE 2026. FSK 0. 93 Min.
Sa 11:00

Das Flüstern der Wälder
Dokumentation. FR 2026. FSK 0. 93 Min.
Michel Munier verbringt am liebsten Zeit in den Wäldern der französischen Vogesen. Sein Sohn, der Filmemacher Vincent Munier, begleitet ihn für diesen Dokumentarfilm bei seinen Wanderungen durch die dichten, schweisamsen Bäume, unter denen Michel mit einer besonderen Tanne auch sowas wie einen Freund gefunden hat.
Sa 13:30/So 12:20/Mo, Mi 18:10/Di 15:30

Das Flüstern der Wälder
Dokumentation. FR 2026. FSK 0. 93 Min.
Michel Munier verbringt am liebsten Zeit in den Wäldern der französischen Vogesen. Sein Sohn, der Filmemacher Vincent Munier, begleitet ihn für diesen Dokumentarfilm bei seinen Wanderungen durch die dichten, schweisamsen Bäume, unter denen Michel mit einer besonderen Tanne auch sowas wie einen Freund gefunden hat.
Sa 13:30/So 12:20/Mo, Mi 18:10/Di 15:30



Kino in der Pumpe

Souleymanes Geschichte
Boris Lojkine. FR 2024. 93 Min. OmU.
Mit Abou Sangare, Alphar Oumar Sow, Nina Meurisse.
Souleymane ist aus Guinea nach Frankreich geflohen und versucht verzweifelt, einen Asylantrag zu stellen. Mit Gelegenheitsjobs hält er sich mehr schlecht als recht über Wasser. Lediglich 48 Stunden verbleiben ihm noch, um seinen Antrag rechtzeitig einzureichen.
Nur OmU: Sa, Mi 19:45 + So 18:00 + Di 20:30

Splitter aus Licht
Mila Tessaieva, Marcus Lenz. DE/UKR/DK 2025. 93 Min. OmU.
Wie geht das Leben weiter, nachdem Besitzer abgezogen sind? Drei Jahre lang begleitet der Film fünf ganz verschiedene Überlebende in Butscha.
OmU: Sa 18:00

In Kooperation mit dem BDA: Architektur des Glücks
Michele Cirigliano, Anton von Bredow. DE/CH 2025. 79 Min.
Fast 100 Jahre lang lebte die Dorfgemeinschaft von Campione d'Italia von dem dort ansässigen Casino. 2018 machte das Casino Pleite und wurde geschlossen. Geblieben ist Tristesse, über der das Casino als sinnlos gewordener Koloss brütet. Am 24. zu Gast: Regisseur Anton von Bredow, nach dem Film Gespräch.
Mo, Di 18:30/Mi 18:00

Queerfilmnacht: Night Stage
Filipe Matzembacher & Marcio Reolon. BRA 2025. 119 Min. OmU.
Mit Gabriel Faryas, Cirillo Luna.
Der aufstrebende Schauspieler Matias hat eine heiße Affäre mit dem Politiker Rafael. Im sozialpolitisch konservativen Brasilien ein gefährliches Spiel, insbesondere weil Rafael sich anschickt, Bürgermeister von Porto Alegre zu werden. Doch gerade dieser Nervenkitzel wirkt auf beide wie ein Aphrodisiakum. Sexy Erotikthriller aus Brasilien.
OmU: Mo 20:30

Stanley-Kubrick-Retrospektive: Eyes Wide Shut
Stanley Kubrick. USA 1999. 159 Min. OmU.
Mit Tom Cruise, Nicole Kidman, Sky DuMont.
Bei Erscheinen insbesondere in den USA eher lauwarm aufgenommen, ist Eyes Wide Shut mittlerweile längst als einer der besten Filme der 1990er-

Stanley-Kubrick-Retrospektive: The Shining
Stanley Kubrick. GB 1980. 119 Min. OmU.
Mit Jack Nicholson, Shelley Duvall, Danny Lloyd, Scatman Crothers.
OmU: So 20:00

Seniorenkino light: Dann passiert das Leben
Neele Lena Vollmar. DE 2025. 122 Min.
Mit Ulrich Tukur, Anke Engelke, Lukas Ruppel.
Feinfühlige Auseinandersetzung mit dem Beginn des nächsten Lebensabschnitts!
Sa 14:00

Das Flüstern der Wälder
Dokumentation. FR 2026. FSK 0. 93 Min.
Michel Munier verbringt am liebsten Zeit in den Wäldern der französischen Vogesen. Sein Sohn, der Filmemacher Vincent Munier, begleitet ihn für diesen Dokumentarfilm bei seinen Wanderungen durch die dichten, schweisamsen Bäume, unter denen Michel mit einer besonderen Tanne auch sowas wie einen Freund gefunden hat.
Sa 13:30/So 12:20/Mo, Mi 18:10/Di 15:30



metro – Kino im Schloßhof

Marty Supreme
Biopic/Drama. USA 2026. FSK 12. 150 Min.
Der New Yorker Schuhverkäufer Marty träumt davon, Weltmeister im Tischtennis zu werden. Eigentlich ist er schon längst davon überzeugt, einer der weltweit Besten in diesem Sport zu sein. Deshalb ist es für ihn nur noch eine Frage der Zeit, bis die Realität nachzieht. Seine große Chance sieht er in einem Turnier in London. Aber dort unterliegt er im Finale dem Japaner Koto Endo. Doch Marty will sich noch nicht geschlagen geben und beginnt damit, das Geld für das nächste Turnier zusammenzukratzen. Dieses Mal muss es mit dem Sieg klappen, denn auf keinen Fall will Marty bis in alle Ewigkeit im Schuhladen seines Onkels versauern.
Mi 17:30 als Strick-Kino

Sneak Preview – Der Überraschungsfilm
???
Mo 19:45

Scarlet
Drama. Japan 2026. FSK 12. 118 Min.
Di 17:30

Historisches Kiel in Bildern 2. Folge Bildervortrag
Mit Wolfgang D. Kuessner geht es um Bilder von Kiel aus der Kaiserzeit. In der

Zeit von 1900 bis 1914 arbeiteten in der Stadt 50 Fotografen, die das Kiel in der Kaiserzeit im Bild festgehalten haben. Fotografie war damals eine komplizierte Angelegenheit für Profis. Handliche, einfach zu bedienende Fotoapparate gab es noch nicht.
Sa 16:00

„Wuthering Heights“ – Sturmhöhe
Drama. USA 2026. FSK 16. 136 Min.
Sa 17:45, 20:00/So 10:10, 19:45/Mo 20:00/Mi 17:15, 20:30
Di 20:00 als OmU

Die Ältern
Drama, Komödie. DE 2026. FSK 6. 104 Min.
Sa 17:45, 20:30/So 10:10, 20:30/Mo 17:30, 20:30/Di, Mi 20:30

G.O.A.T. – Bock auf große Sprünge
Animation. USA 2026. FSK 6. 100 Min.
Sa 10:45, 13:00/So 15:20, 17:30
Mo 12:30, 16:00/Di 13:00
Mi 13:45, 16:00

Der letzte Walsänger
Abenteuer/Animation. DE 2026. FSK 6. 91 Min.
Sa 11:30/So 14:10/Mo 13:15
Mi 13:00

Ach, diese Lücke, diese entsetzliche Lücke
Drama/Komödie. DE 2026. FSK 6. 137 Min.
Sa 17:30, 20:15/So 12:45, 16:45, 19:30/Mo 14:30, 17:15
Di 17:45/Mi 14:30

Ein Kuchen für den Präsidenten
Drama. Irak 2026. FSK 6. 105 Min.
Di 15:15

Woodwalkers 2
Fantasy/Abenteuerfilm. DE 2026. FSK 6. 102 Min.
Sa 13:15/So 14:30

Astrid Lindgren – Die Menschheit hat den Verstand verloren
Doku. DE 2026. FSK 12. 98 Min.
Mo 14:00/Di 13:15/Mi 15:00

Extrawurst
Komödie. DE 2026. FSK 12. 98 Min.
Sa 15:30/So 10:15, 12:10, 18:20
Mo 15:15

Die ??? und die Toteninsel
Jugendfilm. DE 2026. FSK 6. 104 Min.
Sa 15:15/So 16:00

Checker Tobi – Die heimliche Herrscherin der Erde
Abenteuer/Familienfilm. DE 2026. FSK 0. 93 Min.
Sa 11:00

Das Flüstern der Wälder
Dokumentation. FR 2026. FSK 0. 93 Min.
Michel Munier verbringt am liebsten Zeit in den Wäldern der französischen Vogesen. Sein Sohn, der Filmemacher Vincent Munier, begleitet ihn für diesen Dokumentarfilm bei seinen Wanderungen durch die dichten, schweisamsen Bäume, unter denen Michel mit einer besonderen Tanne auch sowas wie einen Freund gefunden hat.
Sa 13:30/So 12:20/Mo, Mi 18:10/Di 15:30



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



Zahngold & Altgold Ankauf in der

Holstenstraße
am
Asmus-Bremer-Platz

Entdecken Sie ungeahnte Schätze in Ihrer Schublade

Oft beginnt es mit einem kleinen Gedanken: „Was hat sich wohl alles in dieser Schublade angesammelt?“ Es geht nicht um alte Fotos oder Dokumente – sondern um all jene Schmuckstücke, Münzen, Uhren oder Goldgegenstände, die über Jahre hinweg gesammelt, geschenkt oder geerbt wurden. Ungetragener Schmuck, einzelne Münzen, Taschenuhren, Bruchgold oder Zahngold – oft liegen sie unbeachtet in Schubladen. Was auf den ersten Blick wie eine willkürliche Ansammlung wirkt, kann sich schnell als wahrer Schatz entpuppen.

Denn in solchen „gesammelten Werken“ schlummern oft Werte, die nicht nur materiell von Bedeutung sind, sondern auch finanzielle Potenziale bergen, die viele Menschen unterschätzen.

Bei Juwelier Friedmann laden wir Sie herzlich ein, genau hinzusehen – und das vermeintlich Unscheinbare einer professionellen Bewertung zu unterziehen.



Jetzt Gold in Geld umwandeln und vom hohen Goldpreis profitieren!

Alles mitbringen – nichts vorsortieren

Ein häufiger Fehler: Beim Durchsehen alter Schmuckschubladen wird vorschnell aussortiert. Einzelstücke, deren Wert man nicht sofort erkennt, landen oft in der „Wegwerf-Schale“. Doch genau das ist riskant – denn was wertlos erscheint, kann sich in Wahrheit als echtes Goldstück entpuppen. Eine abgenutzte Uhr mit kleinen Kratzern kann ein gesuchtes Sammlerstück sein. Unser Tipp: Bringen Sie alles mit. Nichts vorsortieren. Nichts wegwerfen. Ob Zahngold, Bruchgold, alte Armbanduhren, eine lose Goldkette, Einzelohrringe, Münzen oder scheinbar belangloser Schmuck – unsere Fachleute bei Juwelier Friedmann schauen sich jedes Stück genau an. Mit modernster Technik, wie der Röntgenfluoreszenzanalyse, bestimmen wir präzise den Materialgehalt, ohne die Stücke zu beschädigen.

Das Ergebnis der Analyse überrascht oft – selbst bei unscheinbaren oder beschädigten Gegenständen. Wert steckt häufig dort, wo man ihn nicht vermutet. Unser klarer Rat: Alles mitbringen – unsere Experten erkennen den wahren Wert.

Verkaufen lohnt sich – dank hoher Goldpreise

Gerade jetzt ist ein idealer Zeitpunkt, um über einen Verkauf nachzudenken. Der Goldpreis befindet sich auf einem sehr hohen Niveau, was bedeutet: Ihre gesammelten Stücke sind heute mehr wert als je zuvor. Eine professionelle Bewertung bei Juwelier Friedmann zeigt, dass aus vergessenen Schätzen oft bares Geld wird.

Wenn Erinnerungen plötzlich Wert entfalten

Viele Menschen besitzen Schmuckstücke, die seit Jahren ungetragen in Schubladen liegen. Oft sind es Erbstücke, Erinnerungsstücke oder Einzelteile, deren tatsächlicher Wert unbekannt ist. Gerade im Zusammenhang mit Nachlässen oder beim Wunsch nach Neuorientierung stellt sich die Frage: Was ist noch von ideellem oder materiellem Wert – und was könnte heute eine neue Chance bieten? Eine professionelle Bewertung schafft Klarheit und sorgt manchmal für große Überraschungen.

So berichtet etwa Frau Schmidt aus Kiel: „Ich hatte jahrelang eine Schatulle mit ungetragenem



Schmuck in der Kommode. Viel Modeschmuck – aber auch alte Ringe meiner Großmutter. Ich war wirklich überrascht, wie viel das gebracht hat. Jetzt gönne ich mir eine kleine Reise.“

Und Herr Meyer aus Kiel: „Ich hätte nie gedacht, dass diese paar Gramm Zahngold noch so viel wert sind. Die Teile lagen seit meiner Zahnsanierung in einer Schublade – jetzt ist daraus eine schöne Summe geworden.“

Kompetenz durch starke Partnerschaft

Bei Juwelier Friedmann profitieren Sie von langjähriger Erfahrung und der engen Zusammenarbeit mit einem der angesehensten Edelmetallverarbeiter Europas: Heimerle & Meule. Dieses Traditionsunternehmen steht seit 1845 für höchste Qualität und Seriosität im Bereich Gold und Edelmetalle. Diese Part-

nerschaft garantiert verlässliche Werte, faire Angebote und absolute Transparenz bei jeder Bewertung.

Eine faire Einschätzung – mit Fingerspitzengefühl

Unsere Bewertung bei Juwelier Friedmann ist kostenlos, unverbindlich und diskret. Unsere erfahrenen Fachberater nehmen sich Zeit für jedes einzelne Stück und erklären genau, worauf es ankommt. Neben dem Materialgehalt berücksichtigen wir auch Design, Zustand und mögliche Seltenheit – denn nicht jedes Stück ist nur „Altgold“. Mit modernster Röntgenfluoreszenzanalyse erkennen wir Legierungen und feine Unterschiede, zum Beispiel ob es sich bei einem Ring um echtes Weißgold oder nur versilbertes ist.

Unser Team freut sich auf Ihren Besuch!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



GOLDANKAUF



JUWELIER
FRIEDMANN

**Luxusuhren
Ankauf
Rolex, IWC,
Omega
usw.**

ZAHNGOLD
(auch mit Zähnen)

GOLDSCHMUCK

MÜNZEN

SILBERSCHMUCK



**5X
in
Deutschland**

Batteriewechsel
(bei Abgabe der Anzeige)
inkl. Markenbatterie
je Uhr 2 €
(max. 10 Uhren pro Kunde!)



Hier finden Sie uns!



Holstenstr. 51 (Asmus-Bremer-Platz) | 24103 Kiel

Tel.: 0431-64732936 | www.juwelier-friedmann-kiel.de | Öffnungszeiten: Mo. – Sa. 9.00 – 18.30 Uhr

A photograph of a seagull standing on a snowy ledge next to a puddle. The seagull has mottled brown and white feathers and a dark beak. The puddle reflects the surrounding environment, including the stone wall in the background. The wall is made of dark, rectangular stones. The ground is covered in snow, and there are some dark patches visible.

Lösungen der Vorwoche

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!

Vergangene Woche war Exi im unteren Foto auf Seite 2.

Ein neues Haus für das MRI

Kieler Lebensmittelforschung für den Bund soll örtlich näher an die Kieler Uni rücken

KIEL. Das Kieler Max-Rubner-Institut für die Erforschung von Wechselwirkungen zwischen Lebensmitteln und Mikroorganismen soll einen Neubau am Bremerkamp in der Nähe der Bibliothek der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel bekommen. Nach gegenwärtiger Planung soll der Betrieb in den neuen Laboren 2029 aufgenommen werden.

Was am Kieler Standort des Max-Rubner-Instituts (MRI) erforscht wird, hat direkte Bedeutung für die Ernährung aller Menschen in Deutschland. Denn das MRI ist eine Forschungseinrichtung des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft. Forschungsschwerpunkte sind der Ernährungsbereich und der gesundheitliche Verbraucherschutz. Das MRI liefert fachliche Grundlagen für die Entscheidungen, die im Bundesministerium getroffen werden. Seinen Hauptsitz hat das MRI in Karlsruhe, daneben gibt es weitere Standorte in Detmold, Kulmbach und Kiel.

In Kiel ist das MRI aktuell in der Hermann-Weigmann-Straße 1 untergebracht – wer schon mal in Kiel auf dem Schützenwall von der Autobahn in Richtung Exerzierplatz gefahren ist, hat das weiße Hochhaus auf der linken Seite sicher schon gesehen. Zum Kieler MRI-Standort gehört zum einen das „Institut für Mikrobiologie und Biotechnologie“. Dort werden Bakterien, Viren und Pilze erforscht, die dem Veredeln von Nahrungsmitteln dienen oder gesundheitsschädliche Auswirkungen haben können.



So ungefähr soll das geplante neue Max Rubner-Institut (MRI) in Kiel aussehen. Visualisierung: ksg GmbH

Zum Anderen geht es im „Institut für Sicherheit und Qualität bei Milch und Fisch“ genau um das, was bereits im Institutsnamen steht.

Der Neubau soll auf einer Nutzfläche von 6250 Quadratmetern barrierefreie Labore bieten, die höchsten Sicherheits- und Energiestandards entsprechen. Weil im MRI auch extrem empfindliche Messgeräte und Mikroskope verwendet werden, wird das

neue Forschungsgebäude laut Mitteilung der Bundesanstalt für Immobilienaufgaben weitgehend von seiner Umgebung entkoppelt. Das lässt sich zum Beispiel dadurch erreichen, dass das gesamte Gebäude oder besonders wichtige Labore darin auf speziellen Stoßdämpfern errichtet werden.

Den Zuschlag für die Planung, den Neubau und den Betrieb des neuen MRI-Standorts in Kiel hat

der Baukonzern „Hochtief“ erhalten. Im Rahmen einer „öffentlich-privaten Partnerschaft“ (ÖPP) wird „Hochtief“ das Gebäude nicht nur planen und bauen, sondern auch über einen Zeitraum von 30 Jahren betreiben und instandhalten. Insgesamt rechnet die Bundesanstalt für Immobilienaufgaben dafür über den gesamten Zeitraum mit Kosten in Höhe von 230 Millionen Euro.

Infoabend „Letzte Hilfe“

KIEL. Zur Betreuung sterbenskranker Menschen bietet die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft am Donnerstag, 26. Februar, den Informationsabend mit dem Titel „Letzte Hilfe“ an. Karoline Glasenapp und die Palliativpflegefachkraft Anja Ihben werden von 15 bis 19 Uhr Basiswissen und Orientierung vermitteln sowie praktische Handgriffe vorstellen, um Sterbenden beizustehen. Der Letzte-Hilfe-Kurs möchte dazu anregen, sich mit den Themen

Sterben und Tod aktiv auseinanderzusetzen und die Möglichkeit bieten, auf Fragen Antworten zu finden. Die Teilnehmenden sollen ermutigt werden, sich Sterbenden zuzuwenden und ihnen die Hand zu reichen. Die Veranstaltung findet in der Geschäftsstelle der Krebsgesellschaft SH, Alter Markt 1-2 in Kiel statt. Die Teilnahme ist kostenlos, aufgrund begrenzter Platzzahl ist eine Anmeldung über www.krebsgesellschaft-sh.de/termine notwendig.

Landfrauen rätseln und spenden

STOCKSEE. Den eigenen Spaß mit etwas Gutem für andere verbinden – das haben 36 ratelustige Landfrauen aus Ascheberg und Umgebung getan, als sie sich zum gemeinsamen Quizabend in Stocksee trafen. Das Startgeld – so viel war von Anfang an beschlossene Sache – sollte für einen guten Zweck gespendet werden. Nach

vier Fragerunden standen die Gewinnerinnen fest. Sie durften über die Vergabe der insgesamt 165 Euro entscheiden und verteilten das Geld an zwei Institutionen aus der Region: 110 Euro gingen an die „Löschfuchse“, das ist die Kinderfeuerwehr in Stocksee, die restlichen 55 Euro bekommen die Pfadfinder in Ascheberg.

Waffenverbotszonen ab April

KIEL. Wie die Stadt Kiel und die Polizeidirektion Kiel mitteilen, hat das Innenministerium des Landes die Einrichtung von drei geplanten Waffenverbotszonen in Kiel genehmigt. Somit sollen die Zonen ab April eingerichtet werden. Dazu gehört zum einen der Bereich rund um den Hauptbahnhof, den Bahnhofplatz, das Sophienblatt zwischen Ringstraße und Stresemannplatz, die Kaistraße zwischen Stresemannplatz und Platz der Kieler Matrosen, die Hörnbrücke sowie die Straße Am Germaniahafen ein-

schließlich Ernst-Busch-Platz. Eine weitere Waffenverbotszone wird im Stadtteil Gaarden eingerichtet und umfasst unter anderem den Vinetaplatz, die Johannesstraße, die Elisabethstraße, das Karlstal sowie angrenzende Straßen bis zur Gaardener Brücke. Die dritte Zone befindet sich in der Kieler Altstadt und betrifft die Flämische Straße zwischen Wall und Eggerstedtstraße sowie den Geh- und Radweg vor den Gebäuden Wall 48 bis Wall 58. Auf www.kiel.de/waffenverbot sind weitere Infos dazu zu finden.

Gesundheit

ANZEIGE

Megatrend in Deutschland angekommen: „Schlaf-Magnesium“ stürmt die Apothekencharts

Zu den „Neuprodukten des Jahres“ aufgestiegen: Baldriparan Magnesium PLUS wird zum Einschlaf-Star im Versandhandel

Magnesium als Einschlafhelfer ist in den USA längst ein Megatrend. Nun sorgt ein deutsches Präparat auch hierzulande für Furore: Baldriparan Magnesium PLUS wurde als eines der erfolgreichsten Neuprodukte 2025 im renommierten Online-Apotheken-Ranking³ ausgezeichnet. Profitieren Sie jetzt von diesem Boom: Viele Probleme im Schlaf könnten mit Magnesiummangel in Verbindung stehen. Die bekannte Schlafmarke setzt auf die optimale Kombination der Inhaltsstoffe. Wir decken auf, welche Rolle Magnesium und Melatonin beim Einschlafen spielen können.

Ob stressiger Alltag, Sorgen, schwierige Entscheidungen oder die Beziehung – welche Gründe Betroffene auch wachhalten, alle wünschen sich eine möglichst sanfte und zuverlässige Unterstützung, die **den Körper nicht belastet und den natürlichen Schlaf-Rhythmus wieder ins Gleichgewicht bringt**. Der neue Schlaftrend aus den USA ist daher erstmal nicht verwunderlich. Statt auf Schlaftabletten setzen dort viele auf das Mineral Ma-



gnesium. Aber lässt sich auch wissenschaftlich ein Zusammenhang zwischen Schlaf und Magnesium-Versorgung herstellen?

Welche Rolle spielt Magnesium?

Magnesium ist an über 300 verschiedenen Vorgängen im menschlichen Körper beteiligt.

Vielen ist bekannt, dass Magnesium eine normale Muskelfunktion im Körper unterstützt.¹ Gerade Menschen, die im Schlaf durch Muskelkrämpfe gestört werden, sind auf eine ausreichende Magnesiumzufuhr angewiesen. Magnesium trägt auch zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei¹, indem es

die Reizweiterleitung zwischen Nervenzellen fördert und an der Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin beteiligt ist. Außerdem fördert Magnesium eine normale psychische Funktion.¹ Wenn der Körper unter Stress viele Stresshormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies zu schlechte-

rem Schlaf. Wer regelmäßig unter Schlafproblemen leidet, sollte also seinen Magnesiumspiegel im Blick behalten.

Magnesium ist nicht gleich Magnesium

Wer glaubt, ein einfaches Präparat aus dem Supermarkt könne die nächtliche Erholung nachhaltig fördern, greift meist zur falschen Formel. Denn der Körper kann nicht jede Magnesiumverbindung gleich gut verwerten. Deshalb empfehlen Experten Magnesium-Komplexe – mehrere Magnesiumverbindungen, idealerweise ergänzt um Melatonin. Ein besonders wertvoller Baustein für den Abend ist z. B. Magnesiumbisglycinat. Es enthält die Aminosäure Glycin, die als „beruhigende Aminosäure“ gilt. Zudem ist diese Verbindung besonders hochwertig und besticht mit einer hohen Bioverfügbarkeit.

Die Formel macht den Unterschied

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Magnesiumformen ist eine wichti-

ge Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von Baldriparan, dem Nr. 1¹ Schlafexperten für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Mit Baldriparan Magnesium PLUS hat der Schlafexperte den Megatrend aus den USA nach Deutschland geholt. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. **Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.**² So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan
Magnesium PLUS
(PZN 19927389)

www.baldriparan.de

LESERREISEN

Unsere Reisehighlights für Sie!

Alle Reisen inklusive Fahrt im modernen Fernreisebus ab Kiel, Preetz und Plön

großes Getränkepaket
zum Abendessen inklusive!



EZ-Zuschlag € 99,-

p. P. im DZ nur € **669,⁹⁰**

Bad Kissingen – Entspannen im Wellness-hotel

Herzlich Willkommen im berühmten Kurort Bad Kissingen, wo Sie in einem schönen Wellness-Hotel entspannen können.

- **Leistungen** • Fahrt im modernen Fernreisebus
• 5 x Übernachtung im Komforthotel „Sonnenhügel“
• 5 x reichhaltiges Frühstück vom Buffet • 5 x Abendessen vom großen Buffet • großes Getränkepaket zum Abendessen ohne Begrenzung von 18.00-20.00 Uhr (Weißwein, Rotwein, Softgetränke, Biere) • täglicher Eintritt in die „Wasservelt“ im Hotel mit Innen- und Außenschwimmbekken • täglicher Zutritt zum „Saunagarten“ mit verschiedenen Saunen, Dampfbad und Ruhebereich • 1 x Leihbademantel pro Gast für Ihren Aufenthalt • Rundfahrt „Romantische Straße mit Rothenburg o.d.T.“ • Panoramafahrt in die Rhön mit Besuch des Klosters Kreuzberg

gegen Aufpreis buchbar: • Tagesfahrt Würzburg, p.P. 29,-

Bitte beachten: Die Kurtaxe ist direkt vor Ort im Hotel zu zahlen. Eintrittsgelder sind nicht im Reisepreis enthalten.

► **6-Tage-Reise** 24.03. – 29.03.2026

Top-Erlebnis



EZ-Zuschlag € 39,-

p. P. im DZ ab € **239,⁹⁰**

Musical-Reise „Starlight-Express“

Das erfolgreichste Musical der Welt mit First-Class-Hotel

Mehr als 37 Jahre unvergleichliche Musik, einmalige Kulissen, atemberaubende Geschwindigkeit, große Gefühle und jede Menge Rollschuh-Action. Lassen Sie sich von der Geschichte um die liebenswerte Dampok Rusty verzaubern, die gegen scheinbar übermächtige Gegner kämpfen muss und das Herz des schönen Erste-Klasse-Waggons Pearl gewinnen möchte.

- **Leistungen** • Fahrt im modernen Fernreisebus
• 1 x Übernachtung im First-Class-Hotel Mercure zentral in Bochum • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, Kabel-TV, Tel., Föhn etc. • 1 x reichhaltiges Frühstücksbuffet • Eintrittskarte PK 4 zum Musical am Samstag um 20.00 Uhr

gegen Aufpreis p.P. buchbar:

• Ticket PK 1: € 50,- • Ticket PK 2: € 40,- • Ticket PK 3: € 20

► **2-Tage-Reise**

04.04. - 05.04.2026 | 09.05. - 10.05.2026

NEU: Inklusive 1 x Mittagessen
in einem typischen Restaurant!



EZ-Zuschlag € 239,-

p. P. im DZ nur € **419,⁹⁰**

City-Schnäppchen: Prag „de Luxe“

Prag inkl. Stadtführung/Stadtrundgang

Die „Goldene Stadt Prag“ erwartet Sie im Frühling mit einem der schönsten Stadtbilder Europas in der 100-türmigen Moldau-Metropole, ein absolutes Juwel unter den Hauptstädten Europas mit unglaublich historischer Schönheit. Den Beinamen „Goldene Stadt“ trägt Prag durch seine prachtvoll restaurierten Häuser, Kirchen und Monumentalbauten.

- **Leistungen** • Fahrt im modernen Fernreisebus
• 3 x Übernachtung im First-Class-Hotel „NH Prague City“
• alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Föhn • 3 x Frühstück vom Buffet • 1 x 3-Gang-Mittagessen (in einem Restaurant)
• Stadtführung in Prag mit fachkundiger Reiseleitung
• viel Freizeit zum Stadt- und Shoppingbummel aufgrund der günstigen Lage Ihres Hotels • City-Tax

gegen Aufpreis von € 25,- p.P. zubuchbar:

• Besuch des Sliwowitz-Museums R. Jelinek inkl. Probe von 3 Jelinek-Produkten und Finger Food

► **4-Tage-Reise** 09.04. - 12.04.2026



EZ-Zuschlag € 29,-

p. P. im DZ nur € **139,⁹⁰**

Zum „Polenmarkt“ bei Stettin

mit First-Class-Hotel in Top-Lage

Erleben Sie eine fantastische Shoppingreise nach Stettin und zum großen Polenmarkt in Linken. Am ersten Reisetag können Sie nachmittags durch die alte Hansestadt Stettin spazieren. Am 2. Reisetag geht zum Polenmarkt in Linken mit preisgünstigen Waren wie Bekleidung, Lebensmittel, Zigaretten, Haushaltsartikeln usw.

- **Leistungen** • Fahrt im modernen Fernreisebus
• 1 x Übernachtung im Radisson-Blu Hotel • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Telefon • 1 x großes Frühstück vom Buffet • kostenlose Nutzung des Hotelschwimmbades • Freizeit zum Shopping und Bummeln in Stettin am 1. Tag nachmittags • Besuch des großen Polenmarktes in Linken am 2. Tag vormittags

Bitte beachten: Die City-Tax ist direkt vor Ort zu zahlen.

► **2-Tage-Reise**

11.04. - 12.04.2026 | 25.04. - 26.04.2026



EZ-Zuschlag € 109,-

p. P. im DZ nur € **319,⁹⁰**

„Zu Gast bei den Langen Kerls“ in Potsdam

mit großer Schlösser- & Seen-Schiffahrt und Erlebnis Berlin mit Schiffahrt auf der Spree

„Preußens Glanz & Gloria“, die Stadt der Schlösser und Parks und die Residenz-Stadt Friedrich des Großen können Sie genießen. In der herrlichen Flusslandschaft der Havel entdecken Sie zudem das Ensemble der berühmten Schlösser & Gärten, welches Sie während der großen Schlösser- & Seen-Schiffahrt erleben können.

- **Leistungen** • Fahrt im modernen Fernreisebus
• 2 x Übernachtung im Seminaris SeeHotel Potsdam mit Frühstücksbuffet • alle Zimmer mit Bad o. DU/WC, TV, Safe, WLAN kostenlos • Stadtrundfahrt Potsdam • Schlösser- und Seen-Schiffahrt • Schiffahrt in Berlin • City-Tax Potsdam

Bitte beachten: Eintrittsgelder sind nicht im Reisepreis enthalten.

► **3-Tage-Reise** 24.04. - 26.04.2026

Der Preisknüller!



kein EZ-Zuschlag

p. P. im DZ nur € **499,⁹⁰**

Zauberhaftes Erzgebirge – Oberwiesenthal

Getränke im Hotel „all inclusive“
großes Erlebnisprogramm

- **Leistungen** • Fahrt im modernen Fernreisebus
• 4 x Übernachtung im Komfort-Hotel mit Nebengebäude in Oberwiesenthal • alle Zimmer mit Bad o. Du/WC, TV, etc.
• 4 x Frühstück vom Buffet • 3 x Mittagssnacks mit Suppe im Hotel (12:00-13:00 Uhr) • 3 x Kuchenbuffet im Hotel inklusive Kaffee und Tee • 4 x abwechslungsreiches kalt-warmes Themenbuffet am Abend • „All-Inclusive-Getränke“ im Hotel von 10:00 – 23:00 Uhr (Wein, Bier, alkoholfreie Getränke)
• kostenlose Nutzung der hoteleigenen Sauna • Erzgebirgsrundfahrt mit Reiseleitung und Gelegenheit zur Fahrt mit der Schmalspurbahn, der Fichtelbergbahn von Oberwiesenthal nach Cranzahl • Panoramafahrt nach Karlsbad und nach Loket mit Reiseleitung

gegen Aufpreis von € 29,- p.P. zubuchbar: • Ausflug Prag

Bitte beachten: Die Kurtaxe ist direkt vor Ort im Hotel zu zahlen. Eintrittsgelder sind nicht im Reisepreis enthalten.

► **5-Tage-Reise**

26.04. - 30.04.2026 | 17.05. - 21.05.2026

Große Musik mit dem richtigen satten Sound

Das „Projektorchester SH“ spielt Musicalhits in Kiel und in Rendsburg

KIEL/RENSBURG. „Musical Highlights“ ist der Titel des diesjährigen Programms des „Projektorchesters Schleswig-Holstein“. Am Sonnabend, 28. März, ist das Orchester ab 19 Uhr in der Nordmark-Halle in Rendsburg. Auf dem Programm stehen dann Werke aus „Phantom der Oper“, „Cats“, „Elisabeth“, „Tanz der Vampire“ und mehr. Für die Gesangsparts hat sich das Riesenorchester weitere Verstärkung besorgt: „Wir konnten hochmotivierte Solistinnen und Solisten aus Schleswig-Holstein gewinnen, die das musikalische Erlebnis nochmals bereichern“, freut sich Orchesterleiter Thomas Keller.

Seit mittlerweile 15 Jahren versammelt der professionelle Dirigent in der musikalischen Wintersaison von September bis März Amateurmusikerinnen und -musiker aus dem ganzen Land und formt sie zum „Projektorchester Schleswig-Holstein“. Das Repertoire umfasst Filmmusik, Operette, Oper, Musicals, Märsche, Polka, Klassik und Originalkompositionen für große symphonische Bläserorchester. Viele der Aktiven spielen eigentlich in anderen Orchestern, die aber im Herbst und Winter in der



Bei zwei Konzerten wird das Projektorchester SH in Kiel und Rendsburg zu erleben sein.

Foto: Claudia Hoehne

Regel nur wenige Konzerte geben – so haben die Musikerinnen und Musiker Zeit dafür, gemeinsam mit neuen Kolleginnen und Kollegen im Projektorchester mal was anderes zu machen. Bezahlen müssen die Aktiven dafür nichts, und auch der Gründer des Projektorchesters Thomas Keller leitet es von Anfang an ehrenamtlich.

Dass er mit diesem einzigarti-

gen Orchester im fünfzehnten Jahr auch im gerade erst wiedereröffneten Konzertsaal am Kieler Schloss auftreten kann, ist für Keller „ein besonderer Moment“, wie er sagt – das Programm sei darum dem Anlass angemessen außergewöhnlich.

Auf Youtube haben die Konzertvideos des Projektorchesters inzwischen mehr als acht Millionen Klicks erreicht. Das Geld für

die Kosten des Orchesters kommt mit den jährlichen Konzerten zusammen.

Tickets für die beiden Konzerte in Kiel und Rendsburg kosten jeweils 20 Euro. Im Vorverkauf sind sie über eventim.de, am Ticketschalter im Citti-Park Kiel und in vielen Familia-Märkten zu bekommen. Unter www.projekt-orchester.net sind weitere Infos zu finden.

Ostereiermarkt im Künstlermuseum

HEIKENDORF. Der Frühling hält in diesem Jahr besonders früh Einzug im Künstlermuseum Heikendorf: Am Sonnabend, 28. Februar, und Sonntag, 1. März, lädt der jährliche Ostereiermarkt „Rund ums Ei“, traditionell fünf Wochen vor Ostern, zu einer farbenfrohen Entdeckungsreise ein.

Im malerischen Atelierhaus präsentieren rund ein Dutzend Ausstellerinnen ihre kunstvoll gestalteten und fantasievollen Osterei-Kreationen an liebevoll dekorierten Ständen. Der Markt zeigt eine beeindruckende Vielfalt an Techniken und Stilen. Mehrere Ausstellerinnen sind nach einer Pause wieder dabei, darunter die Goldschmiedin Heide Riedel, die Natureier kunstvoll mit feinem Draht bespannt. Ebenfalls wieder dabei sind Elisabeth Wagner mit ihren filigran perforierten Eiern und Jessica Hagen, die Scherenschnitte auf Natureier appliziert. Neben Bewährtem gibt es auch in diesem Jahr wieder Neues zu entdecken, zum Beispiel ukrainischer Petrykivka-Malerei, die dem Markt zusätzliche farbliche Akzente verleihen.

Viele der Ausstellerinnen lassen sich bei ihrer Arbeit über die Schulter schauen und geben Einblicke in ihre kunsthandwerklichen Techniken. Ergänzt wird das Angebot durch naturbelassene Eier in verschiedenen Größen, die als Dekoration oder als Ausgangspunkt für eigene kreative Ideen genutzt werden können. Ob traditionell, edel, verspielt oder modern: Für jeden Geschmack und jeden Geldbeutel

findet sich hier das passende kleine Kunstwerk für den heimischen Osterstrauch.

Ein kreatives Rahmenprogramm für alle Altersgruppen bietet an beiden Tagen jeweils von 11.30 bis 13 Uhr die Möglichkeit, selbst Ostereier zu gestalten. Ausgeblasene Eier können gern mitgebracht werden. Das Museum freut sich dafür über Spenden.

In der Veranda des Museums bietet sich bei Kaffee und Kuchen Gelegenheit zu einer entspannten Pause. Zudem lohnt sich ein erster Blick auf die neue Sonderausstellung „Roswitha Steinkopf – Schau mit anderen Augen“, die am 28. Februar um 17 Uhr feierlich eröffnet wird.

Das Künstlermuseum Heikendorf ist während der beiden Tage des Ostereiermarktes in der Zeit von 11 bis 17 Uhr geöffnet. Der Eintritt beträgt 6 Euro, Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre haben freien Eintritt.



An liebevoll dekorierten Ständen präsentieren die Künstlerinnen beim Ostereiermarkt ihre Arbeiten.

Foto: Künstlermuseum Heikendorf



ALNATURA
Super Natur Markt

10 % Rabatt*
zur Neueröffnung
Kirchhofallee 25
Vom 26.02. bis 07.03.2026

- Bio-Markt mit 100 % Bio-Lebensmitteln
- Regional: Obst, Gemüse und Backwaren
- Café-Bar: Getränke und Snacks

Wir freuen uns auf Sie!

24103 Kiel
Mo bis Sa 8–20 Uhr



alnatura.de/kiel

ALNATURA
Super Natur Markt

*Vom Rabatt ausgenommen sind Pfand, Gutscheinkarten, Bücher und Säuglingsanfangsnahrung. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen und solange der Vorrat reicht. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.

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

Noch **bis zum 8. März** läuft im Freya-Frahm-Haus in der Strandstraße 15 in **Laboe** Die Ausstellung „noch mehr meer ... und mehr“ mit Arbeiten von Ursula Wiese. An ihren Bildern arbeitet sie überwiegend in Acryl und trägt die Farbe mal mit dem Pinsel, mal mit dem Spachtel oder auch mit den Händen auf. Ihre Motive entstehen oft spontan und ohne Vorlage. Geöffnet ist die Ausstellung jeweils von Donnerstag bis Sonntag von 13 bis 18 Uhr und am Sonntag von 11 bis 18 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Im Vinetazentrum in der Elisabethstraße 64 in **Kiel-Gaarden** läuft am heutigen **Sonnabend, 21. Februar**, von 13 bis 16 Uhr wieder das „Reparatur-Café“. Wer gemeinsam mit den ehrenamtlichen Reparateuren einen Gegenstand wieder funktionsfähig machen möchte, kann über www.reparaturcafe-gaarden.de eines der Reparatur-Zeitfenster buchen. Wer bis 15 Uhr da ist, kann mit etwas Glück auch ohne Termin die offene Reparaturstunde von 15 bis 16 Uhr nutzen. Smartphones, andere Telefone und Videorecorder können nicht repariert werden.

Baby- und Kinderkleidung in

den Größen 50 bis 176, Umstandsmode, Babyausstattung, Spielzeug, Bücher, kurz: alles rund ums Kind, wird am heutigen **Sonnabend, 21. Februar**, von 15 bis 18 Uhr bei der „Storchbörse Langwedel“ in der Sporthalle **Langwedel** verkauft. Schwangere dürfen schon ab 14.30 Uhr Shoppen.

Georges Bizets Oper „Carmen“ als Swingfassung für drei Musiker und einen Erzähler? Das geht. Und zwar beeindruckend gut – das zeigt das Rüschenbaum-Trio am heutigen **Sonnabend, 21. Februar**, ab 20 Uhr im Binchen „FilmKunstTheater“, Albert-Mahlstedt-Straße 2 in **Eutin**. Während Wolfgang Griep augenzwinkernd die Geschichte um Liebeslust und Liebesleid, die seltsamen Paarungsrituale der spanischen Ureinwohner und die schädlichen Folgen des Rauchens erzählt, swingen sich Pianist Daniel Eberhard, Harald Rüschenbaum am Schlagzeug und Uli Fiedler am Bass durch die hinreißenden Carmen-Arien. Karten gibt es vorab für 14 Euro, erm. 12 Euro, bei „Baptistas Laden“ in der Lübecker Straße 10 in Eutin oder per e-Mail an kulturbund-eutin@gmx.de oder unter Tel. 04521/8581408.



Am 12. März in Kiel-Dietrichsdorf: szenische Lesung mit Jens Wawrczeck und Originalplakaten zu alten Hitchcock-Filmen.

Foto: Volker Graap

Weil Carina Kohrt, alleinige Schauspielerin im Stück „Haie küsst man nicht“, krank war, musste ihre Vorstellung am 14. Februar ausfallen. Der Ersatztermin ist am morgigen **Sonntag, 22. Februar**, ab 17 Uhr in der Lutherkirche, Kirchstraße 17 in **Kleinmeisdorf**.

Das Trio „Moments Musicaux“ mit Andrea-Elisabeth Recknagel an der Flöte, Claudia Gotthardt am Akkordeon und Bettina Günst

am Cello spielt am morgigen **Sonntag, 22. Februar**, ab 17 Uhr in der Raphael-Kirche in der Hofholzallee 25 in **Kiel** ein buntes Programm von Bach bis Piazzolla. Zum Konzert eröffnet auch eine Ausstellung mit Scherenschnitten der Cellistin Bettina Günst.

„Was wirklich zählt“ ist der Titel des aktuellen Buches von C. Juliane Vieregge, für das die Autorin mit verschiedensten Menschen über deren Werte gesprochen hat, um daraus 18 Geschichten zu schreiben, die Mut machen. Am **Montag, 23. Februar**, liest C. Juliane Vieregge ab 19 Uhr in der Buchhandlung „Fördeseiten“ in der Schönberger Straße 5-11 in **Kiel-Friedrichsort** aus ihrem Hoffnung machenden Buch. Der Eintritt kostet 12 Euro.

Fachlich hochspannend sind die Vorträge beim Nautischen Verein Kiel. Beim nächsten am **Mittwoch, 25. Februar**, ab 19 Uhr in der „Segler-Vereinigung **Kiel**“ an der Kiellinie 215 spricht die Geschäftsführerin der Gebr. Friedrich Schiffswerft über die zahlreichen Neuigkeiten des innovativen Unternehmens im Bereich Digitalisierung, additiver Fertigung, autonomer Navigation und Wege zur Klimaneutralität.



Damit die Betrachter ihre Bilder ganz unvoreingenommen interpretieren können, gibt Künstlerin Ursula Wiese ihnen keine Namen.

Foto: Ursula Wiese

Um eine Anmeldung über die Internetseite www.nautischer-verein-kiel.de wird gebeten.

Haben wir zu wenig Muße, also Zeit für eine autonome und freie Selbstbildung, um mit dem Tempo der gesellschaftlichen Veränderungen Schritt halten zu können? Könnte die Einführung eines Bedingungslosen Grundeinkommens zu einer Demokratisierung durch mehr Muße führen? Darüber spricht Dr. Manuel Franzmann auf Einladung der Schleswig-Holsteinischen Universitätsgesellschaft am **Donnerstag, 26. Februar**, ab 19.30 Uhr in der Agora des Schulzentrums **Lütjenburg**, Kieler Straße 30. Der Eintritt kostet 7 Euro, für SHUG-Mitglieder, Schülerinnen, Schüler und Studierende ist der Eintritt frei.

Ein Fest für alle Modellbau-Fans ist die „Modellbau Neumünster“ die am kommenden **Sonnabend, 28. Februar**, von 10 bis 18 Uhr und am **Sonntag, 1. März**, von 10 bis 17 Uhr in den Holstenhallen an der Justus-von-Liebig-Straße 2-4 in **Neumünster** bereits ihren 25. Geburtstag feiern kann. Wer Spaß an Modellbahnanlagen, Automodellen, ferngesteuerten Trucks und Treckern, Schiffen, rasanten Minirennwagen und anderen Besonderheiten im Miniaturformat hat, ist dort genau richtig. Die Modellbaumesse bietet viele Gelegenheiten zum Entdecken, Staunen und Fachsimpeln, auf mehreren, jeweils extra dafür eingerichteten Flächen zeigen ferngesteuerte Rennwagen, Geländefahrzeuge, Schienenfahrzeuge, Trecker, Lkw und Co., was sie drauf haben. Verschiedene Clubs präsentieren sich mit ihren liebevoll detailliert ausgeführten Modellen. An mehr als 50 Verkaufsständen gibt es neue und gebrauchte Modelle, Bausätze, Elektronik, Werkzeug, Literatur, Zubehör und mehr. Der Eintritt kostet 15 Euro. Kinder bis unter 14 Jahre zahlen 5 Euro, für Kinder unter sechs Jahren ist der Eintritt frei.

Am besten jetzt schon mal Tickets sichern:

Zum Konzert „Phil Harmonie“ speziell für Menschen mit Demenzerkrankung laden für **Mittwoch, 8. März**, ab 18 Uhr das Philharmonische Orchester Kiel

unter der Leitung von Constantin Schiffner und die Alzheimergesellschaft Kiel in die Petruskirche in der Weimarer Straße 3 in **Kiel** ein. Der Eintritt für dieses besondere Konzert, das sich gezielt an Menschen mit Demenzerkrankung und deren Angehörige richtet, ist frei. Die Alzheimergesellschaft freut sich aber natürlich über Spenden. Auf dem bewusst kompakt gestalteten Programm von einer Stunde stehen zudem klassische Werke von Mozart, Beethoven, Brahms und Prokofjew – vertraute Musik aus dem klassisch-romantischen Repertoire, die Erinnerungen wecken, Nähe schaffen und Augenblicke der Leichtigkeit schenken kann. Die kostenlosen Karten gibt es an den Theaterkassen, auf www.theater-kiel.de oder unter Tel. 0431/901901.

Jens Wawrczeck ist nicht nur die Stimme von Bob Andrews von den „Drei ???“, sondern auch ein begnadeter Künstler, wenn es darum geht, szenische Lesungen mit Leben zu erfüllen. Als selbst ernannter „Riesen-Alfred-Hitchcock-Fan“ nimmt er sich bei seinen Lesungen schon seit einiger Zeit die Romanvorlagen vor, nach denen der Krimi-Altmeister seine Filme schuf.

Im Rahmen des „Krimi Festivals Kiel“ liest Jens Wawrczeck am **Donnerstag, 12. März**, ab 18.30 Uhr in der Paul-Gerhardt-Kirche am Ivensring in **Kiel-Dietrichsdorf** aus der Romanvorlage zu „Immer Ärger mit Harry“ und schlüpft dabei stimmlich in die verschiedenen Charaktere. Natalie Böttcher begleitet die Lesung auf dem Akkordeon.

Parallel dazu läuft in der Kirche und im angrenzenden Gemeindesaal eine Ausstellung mit Original Filmplakaten zu Hitchcock-Klassikern wie „Bei Anruf Mord“, „Über den Dächern von Nizza“ oder „Die Vögel“. Ausgestellt werden sie von Volker Graap, der seit über 40 Jahren solche Kinoplate sammelt. Die Ausstellung beginnt schon am morgigen **Sonntag, 22. Februar**. Immer wenn Kirche und Saal für Veranstaltungen geöffnet sind, können die Plakate besichtigt werden. Tickets für die Lesung mit Jens Wawrczeck sind per E-Mail an kfk26@gmx.de oder bei Kiel-Marketing auf www.kiel-souvenirs.de zu bekommen.



Auch detailreiche Truck-Modelle mit originalgetreuen Funktionen sind auf der „Modellbau“ am Wochenende 28. Februar/1. März in Neumünster zu bewundern und in Aktion zu erleben.

Foto: Modellbau Neumünster



OLSEN REISEN

Urlaub zum kleinen Preis

Unser Bestseller! Direkt am Strand

SPAREN BIS ZU 48,-

3 Tage ab 206,-



Ostsee, Travemünde

★★★★

Kurzurlaub an der Ostsee Maritim Strandhotel Travemünde

- 2 x Übernachtungen mit Frühstück
- 2 x 3-Gänge Menü/Bufferet
- 2 x (0,2l) Getränke zum Essen inklusive
- Gratis Nutzung des Schwimmbads
- 2 x 1 Flasche Mineralwasser

Kurzurlaub im Komfort-Hotel

SPAREN BIS ZU 85,-

3 Tage ab 146,-



Westdeutschland, Bad Salzuflen

★★★★

Kurstadt Bad Salzuflen Best Western Plus Hotel Ostertor

- 2 x Übernachtungen
- 2 x Frühstücksbuffet
- 2 x Hauptgericht
- 2 x 1 Glas Wein/Bier zum Abendessen
- 2 x Nutzung Sauna

Harz-Auszeit mit Komfort

SPAREN BIS ZU 87,-

3 Tage ab 108,-



Harz, Bad Lauterberg im Harz

★★★★

Aktiv- & Wohlfühlhotel Heikenberg Hotel Heikenberg

- 2 x Übernachtungen
- 2 x Frühstücksbuffet
- 2 x 3-Gänge Menü/Bufferet
- 2 x 1 Glas Wein/Bier zum Abendessen
- 1 x 1 Begrüßungsgetränk

Natur & Aktivitäten für die ganze Familie

SPAREN BIS ZU 38,-

3 Tage ab 156,-



Nordholland, Assen

★★★★

Unvergessliche Tage in Assen De Bonte Wever Assen

- 2 x Übernachtungen mit Frühstück
- 2 x All Inclusive Service
- Zugang zu allen Einrichtungen des Hotels
- 1 x Kinderanimation
- Gratis Parken

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

www.olsen-reisen.de 0800 723 8001

Mo – Fr 9 – 17 Uhr, Sa – So 10 – 15 Uhr

Bestellcode: **express**

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





Juwelier Plottka kauft!

Bebelplatz 10 • 24146 Kiel-Elmschenhagen

Bei Fragen: 0431 - 79 93 90 09

Mo. - Fr. von 10.00 - 13.00 Uhr sowie Do. von 15.00 - 18.00 Uhr

und

CITTI PARK KIEL (OG, gegenüber von Schönfelder)

Mo. - Sa. von 9.00 - 20.00 Uhr

Bei Fragen: 0431 - 64 73 58 73

Goldrausch bei Juwelier Plottka:

viele Kunden ahnen nicht, was in ihren Schmuckkästchen für Werte schlummern. Wertvolle Rohstoffe – meist aus Großelternzeiten in Form von altem Goldschmuck, Zahngold und Silber liegen oft nur herum.

Juwelier Plottka nimmt Ihre Schätze gerne einmal genauer unter die Lupe und bewertet Ihre scheinbar wertlosen Dinge professionell und fair.

Was kaufen wir?

Altgold, Goldschmuck, Silber, Versilbertes, Münzen, sowie Luxusuhren Zinn, Bernsteinschmuck, Granatschmuck, vergoldeter Schmuck und Modeschmuck in größeren Mengen.

Was passiert damit?

Die meisten Gegenstände werden eingeschmolzen, andere werden weiterverkauft und bekommen somit eine zweite Chance auf dem Markt.

Muss mein Schmuck gereinigt sein?

Da vieles eingeschmolzen wird, bedarf es keiner Reinigung.



Muss der Schmuck sortiert sein?

Nein, sammeln Sie am besten alles zusammen und bringen es mit.

Ich bin mir nicht sicher, ob der geerbte Schmuck einen Wert hat. Kann ich trotzdem kommen?

Ja, eine Schätzung ist kostenlos und falls die Gegenstände keinen Wert haben, existiert kein Verkaufszwang.

Wir als traditionelles Familienunternehmen prüfen und bewerten Ihr mitgebrachtes Sammelurium seriös und transparent. Zahngold wird auch mit Zahn angekauft.

Goldschmuck kaufen wir in jeder Form, ob alte Goldbanduhren, breite Armbänder, Armreifen oder dünne Ketten.

Aber warum verkaufen?

In Zeiten von Rohstoff-Knappheit und hohen Edelmetallpreisen profitieren Sie und wir durchs Recycling. Vertrauen Sie nur dem Fachmann. Ebenfalls nehmen wir alte hochwertige Uhren: Rolex, Omega, Cartier und weitere Uhren auf Anfrage.

Höchster Goldpreis seit langem

Der richtige Zeitpunkt ist genau jetzt, um seine Schätze zur Bewertung vorbeizubringen. Momentan sind die Preise auf einem sehr hohen Niveau und Sie erhalten mehr dafür als in der Vergangenheit. Nicht selten verlassen Kunden freudig unser Geschäft, weil die ungetragenen

Schmuckstücke aus einem alten Kästchen so viel Wert sind, dass sich davon ein Urlaub geleistet werden kann. Auch Zahngold ist mehr wert, als die meisten denken.

Kostenlos und fair

Jede Bewertung Ihrer Schätze erfolgt fair, unverbindlich und 100% diskret. Das PlottkaTeam nimmt sich für jeden Kunden genügend Zeit, berät in Ruhe und das ganz einfach und ohne Termin.

Langjährige Erfahrung

Seit vielen Jahren steht das Team von Juwelier Plottka mittlerweile an drei Standorten.

Aufräumen lohnt sich. - Kommen Sie vorbei!



STELLENANGEBOTE

Zukunft gestalten beim Land!

Du stehst vor deinem Abschluss oder suchst eine neue und spannende berufliche Perspektive? Du willst einen krisenfesten Job, bei dem du noch dazu richtig was bewegen kannst? Dann ist der Öffentliche Dienst vielleicht etwas für dich!

Mit mehr als 30 verschiedenen Ausbildungs- und Studiengängen bietet dir das Land vielfältige Karriere-möglichkeiten. Ob Polizei, Gerichte und Staatsanwalt-schaften, ob Verkehrsplanung, Umweltbehörden und Finanzämter - hier steuerst du deine berufliche Zukunft mit Abwechslung und unter richtig guten Konditionen.



Informiere dich unter:
schleswig-holstein.de/karriere
@moin_karriere

Bewirb
dich jetzt!



Schleswig-Holstein. Der echte Norden.

Gutes aus Warleberg



GUT WARLEBERG
Teilzeit/Minijob

1 Auslieferungsfahrer/-in
&
1 Aushilfe zum
Verpacken/Sortieren
(m/w/d) gesucht

ab sofort vormittags für 1-2 Tage i.d.VV.

Kontakt: F.Kerlen 0177-
7859847, kerlen@warleberg.de

EXPRESS -
KOSTENLOS -
INFORMATIV -
GUT!

www.kielerexpress-online.de

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

Suchen Mitarbeiter (m/w/d) für
Altenbetreuung (Haushalt, Begleitung,
Gesellschaft) im Raum Kiel - Minijob
und/oder 80 Std./Mon., flexible
Arbeitszeiten. Tel. 0431/ 5323273

Reinigungskräfte für Russee 5.30 - 7.15
Uhr, Speckenbeker Weg ab 15 Uhr,
per sofort gesucht. Tel. 0171/6924657

EXPRESS - immer gut informiert

Lagerarbeiter (m/w/d) SHK
auf Minijob-Basis gesucht.
Gerne mit Erfahr. im SHK-Bereich.
Bewerbungen unter 04347-995900 o.
https://www.dau-flintbek.de/jobs/

Wir suchen freundliches, deutsch-
sprachiges, gründliches **Reini-
gungspersonal** f. Treppenreinigung.
Übertarifliche Bezahlung, teilweise
auf freier Zeiteinteilung. Fr. Ihlow,
Tel. 0174/1717077

FINDE DEINEN
TRAUMJOB
IM NORDEN.

KÜSTENFISCHER.DE

#traumjobimnorden

Ein Angebot der



KOMMEN SIE AN BORD!

STOLZ
Das Kaufhaus im Norden

Verkäufer (m/w/d)
für Textil und Hartwaren in Teilzeit

- ☞ Sie arbeiten gerne im Team und wollen gemeinsam Erfolge feiern?
- ☞ Sie lieben es Kunden glücklich zu machen?
- ☞ Sie lieben es kreativ zu sein und setzen unsere Produkte gekonnt in Szene?
- ☞ Sie brennen für den Handel und begeistern sich für Mode?

Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Wir bieten Ihnen:

- ☞ eine intensive Einarbeitung
- ☞ die Möglichkeit, Ihre Kreativität auszuleben und eigene Ideen einzubringen
- ☞ attraktive Mitarbeiter Rabatte - shoppen nach Lust und Laune
- ☞ Urlaubs- und Weihnachtsgeld

Werden Sie Teil unseres Teams und gestalten Sie den Erfolg aktiv mit!

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung:
jobs@kaufhaus-stolz.com



Kaufhaus Martin Stolz GmbH

Personalabteilung

Am Markt 2 - 6 · 23769 Fehmarn OT Burg

kaufhaus-stolz.com

STELLENGESUCHE

Bürokaufmann sucht Minijob im
Home Office. Erfahrung in
Büroorganisation, Schriftverkehr,
Datenpflege. Zuverlässig, strukturiert
und sicherer Umgang. 015164598068

Maurer, Fliesenleger, Steinsetzer
sucht Arbeit. ☎ 0172-5280225

Maler sucht Job ☎ 5343258

ARBEITSANGEBOTE

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

Unterstützung für ältere Dame in
Düsterbrook! Ich suche für unsere
Mutter eine fürsorgl. Betreuung in Ihrer
Wohnung, gern mehrmals in der Woche
stundenweise ☎ 0160/93211393

Winterdienst in Schwentinental
Klausdorf gesucht. Info: 0171/2693400

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“
& **Rasenmäähroboer**.

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 9 7 80 • Fax 99 78 22

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.

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

GARTEN- & LANDSCHAFTSBAU

Roland Lauer Meisterbetrieb
Garten Neu- und Umgestaltung, Garten-
pflege, Tiefbau-, Bagger-, Pflasterarbeiten,
Zaunbau Metall/Holz, Carport, Holz-
terrassen, Rollrasen, Gartendauerpflege
Anfragen gern per Mail.
☎ 0431/997 65 59
lauerundgarten@gmail.com

Obstbaumschnitt! 0431/5332711

Biete Fensterreinigung + Haushalts-
hilfe, mobil. 24223 + 10 km.
☎ 0157-55066854

Fa. Roland Lauer Meisterbetrieb
übernimmt Baum- u. Strauchschnitt,
Rodungen, Knickpflege, Bäume fäl-
len inkl. Abfuhr. Tel. 0431/9976559
Anfragen gerne per E-Mail:
lauerundgarten@gmail.com

Planen Sie Ihr Dach mit uns!
www.dachdeckerei-moeller.de
oder ☎ 0 43 30/99 42 44

Vom Maler enttäuscht?

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

Erf. Maler/Parkettleger 0431/5352278

EXPRESS - schnell das
Richtige finden

Boden- und Parkettleger -
Schleifen von Parkett
Fa. Neve, Tel. 0177/2805312

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

Gehölzschnitt! 0431/5332711

Malermeister N. Gliese

Sie suchen Kompetenz & Qualität?
0176/68489455 + 0431/28943030

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

**Rentnerteam (Maler, Fliesenleger,
Maurer)** sucht Arbeit ☎ 0152/51911055

EINFACH EINFACH
Kostenloses WLAN für
Schleswig-Holstein



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



sh-wlan.de

ANKAUF

**Das Dampfross
An- und Verkauf
Eisenbahn und
Modellbau**

Gurlittplatz 1-3 • 24106 Kiel
0172-1567897

Bandmaschine, Tonband, auch
defekt, gesucht. ☎ 0157-89601966

Ankauf Münzen und Medaillen:
5/10 D-Mark, Kieler Umschlags-
thaler, Gedenkmünzen sowie
Sammlungen, MDM o. a. Ver-
sandhäusern. ☎ 0172/2025935

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

**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**

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

**Modellbahner suchen Eisenbahn &
Zubehör. Anlage oder Sammlung. Auch
Modellfahrzeuge usw. 0175-777 44 99**

Wer verschenkt Angelsachen?
☎ 0163/3694092

VERKAUF

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

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

Trödel/Möbel PETER'S HOF
VK DVDs/Blu-Rays nur 1 €
Harmsstr. 2a ☎ 0431/24856550

Div. Vinyl-Schallplatten, versch.
Musikricht. zu verk. ☎0176-21807916

Der **KIELER EXPRESS** am
WOCHENENDE erscheint
jeden Sonnabend in Kiel
und Umland und wird
kostenlos an alle erreich-
baren Haushalte verteilt.

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

Verantwortlich:
Head of Distribution & Sales
Markus Gries

Design: Ralf Bassen
Redaktion und Grafik: KMW - 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 Preislise
gültig ab 1. Januar 2026
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 Richt-
linien von BVDA und BDZV
Trägerauflage I. Quartal 2026
Gesamtauflage 151.315 Exemplare

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



Beilagenhinweis
Unserer heutigen Auflage liegen
Beilagen der Firmen
Aldi und Familia bei.
Teilen unserer heutigen Auflage
liegen Beilagen der Firmen
Markant, Lidl, Edeka, Jawoll,
Netto, Penny, Netto ApS,
Norma, Rusta, B1 Baumarkt,
toom-Baumarkt, Expert,
Rossmann, Poco, Action, Roller,
Kaufhaus Stolz, Sconto, Küchen
Aktuell, Juwelier Herrmann, Rewe
und Ambulante Dienste bei.

JETZT MITMACHEN
GEWINNSPIEL

MEET & GREET

BIS ZUM 24.02.26 KOSTENLOSEN
NEWSLETTER ABONNIEREN

GONZALO PÉREZ DE VARGAS UND
LUKAS ZERBE AM 09.03.26
ZUM KABINEN-PLAUSCH TREFFEN



KURZ.KN-ONLINE.DE/MEET-GREET

Service-Team (MEDIMAX Schwentimental):

„AUFBAUEN,
EINBAUEN, ANSCHLIESSEN.
MACHEN WIR!“

MEDIMAX

UNSERE TIEFPREIS-ANGEBOTE

BOMANN
Waschmaschine WA 7161
• Programme und Optionen: Kalt
• BxHxT: 60 x 85 x 44 cm • Art.-Nr.: 1487849

1000 U/min
1-6 kg Füllmenge

199.-
UVP 399.-

A ↑ **G**

Amica
Einbau-Herd-Set EHC 937 011 E
• 62 l Garraum • Steam Clean • Beheizungsarten: Auftauen, ECO-Funktion, Umluft • Glaskeramik-Kochfeld mit 4 Kochzonen • Art.-Nr.: 1286136

Glaskeramik

349.-
UVP 519.-

A ↑ **D**

beiko
Kühl-/Gefrierkombi-
nation RCSA300K40SN
• Glasablageflächen: 4 • Obst-/Gemüsebehälter: 1
• Schubladen: 3 • BxHxT: 54 x 181,3 x 57,4 cm
• Art.-Nr.: 1450738

181,3 cm
Abb. geöffnet

Rauminhalt Kühlen: 204 l
Rauminhalt Gefrieren: 87 l

LED-Licht

279.-
UVP 609.-

E ↑ **G**

Bosch
Waschmaschine WGE0240A
• Start- und Endzeitvorwahl • Nachlegefunktion • ActiveWater Plus
• Programme und Optionen für Fein/Seide, Wolle/Handwäsche
• BxHxT: 59,8 x 84,8 x 58,8 cm • Art.-Nr.: 1443853

Aquastop
1400 U/min
1-7 kg Füllmenge

449.-
UVP 829.-

A ↑ **G**

Bosch
Waschmaschine WGE0240A
• Start- und Endzeitvorwahl • Nachlegefunktion • ActiveWater Plus
• Programme und Optionen für Fein/Seide, Wolle/Handwäsche
• BxHxT: 59,8 x 84,8 x 58,8 cm • Art.-Nr.: 1443853

Bosch
Einbau-Herd-Set EPH21BLACK
• Elektro-Backofen • 66 l Garraum • 5 Backebenen • Temperaturregelung: 50-270 Grad • Schnellaufheizung • Vollglas-Innentür
• 4 Glaskeramik-Kochzonen • 1 Bräterzone • 1 Zweikreis-Kochzone
• Art.-Nr.: 1481141

5 Backebenen
Temperaturregelung: 50-270 Grad
Glaskeramik

549.-
UVP 1169.-

A ↑ **D**

Bosch
Einbau-Herd-Set EPH21BLACK
• Elektro-Backofen • 66 l Garraum • 5 Backebenen • Temperaturregelung: 50-270 Grad • Schnellaufheizung • Vollglas-Innentür
• 4 Glaskeramik-Kochzonen • 1 Bräterzone • 1 Zweikreis-Kochzone
• Art.-Nr.: 1481141

Bosch
Bodenstaubsauger BGS05A220
• Beutelloser Betrieb • max. 1,5 l Behältervolumen Basisstation • 9m Aktionsradius • PureAir Hygiene Filter
• waschbar • 2in1-Zubehör • Bodendüse umschaltbar
• Teleskoprohr • Art.-Nr.: 1190793

700 Watt

77.-
UVP 194.-

Miele
Reinigungs-
tabletten
CVA 10 x 2,8g
• Art.-Nr.: 1294177

Passend dazu:

Miele
Kaffeevollautomat CM 5510 Silence
• 1 und 2 Tassenbetrieb • Kannenfunktion • einstellbare Brühtemperatur, Kaffeestärke & Wassermenge • One-Touch-Funktion für z.B. OneTouch for Two, Cappuccino, Cafe Latte & Latte macchiato • Wahl der Displaysprache möglich • 1,3 l Wassertank • Art.-Nr.: 1432410

OneTouch for Two, Cappuccino, Cafe Latte, Latte macchiato, Fach für zweite gemahlene Kaffeesorte

644.-
UVP 999.-

Miele
Kaffeevollautomat CM 5510 Silence
• 1 und 2 Tassenbetrieb • Kannenfunktion • einstellbare Brühtemperatur, Kaffeestärke & Wassermenge • One-Touch-Funktion für z.B. OneTouch for Two, Cappuccino, Cafe Latte & Latte macchiato • Wahl der Displaysprache möglich • 1,3 l Wassertank • Art.-Nr.: 1432410

1) Nur gültig beim Kauf eines Aktionsgerätes im Zeitraum vom 01.09.2025 – 28.02.2026. Höhe des Cashbacks abhängig vom gekauften Gerät. Weitere Infos und Teilnahmebedingungen unter www.bosch-home.de/exclusiv-cashback
2) Basierend auf internen Tests am Handteil gemäß IEC 62885-4, wobei der Staubsauger auf minimaler Leistungseinstellung eingeschaltet ist. Die Messung wird am entnommenen Handteil durchgeführt. 3) Kaufen und 30 Tage testen! Akku-Staubsauger: Duoflex HX1. Testen Sie jetzt den Miele Duoflex 30 Tage lang und überzeugen Sie sich von den herausragenden Stärken unseres Akku-Staubsaugers. Lesen Sie dazu unsere Teilnahmebedingungen unter: miele.de/duoflex-gzg 4) Gilt für Leistungsstufe 1 ohne angeschlossene Elektrobürste.

Siemens
Waschmaschine WG44G2Z
• super15°/30° und varioSpeed für bis zu 65% verkürzte Waschdauer
• Antiflecken-System • Outdoor-Programm • Nachlegefunktion
• Startzeitvorwahl • BxHxT: 59,8 x 84,5 x 59 cm • Art.-Nr.: 1448862

smartFinish
Aquastop
1400 U/min
1-9 kg Füllmenge

599.-
UVP 1149.-

A ↑ **G**

Siemens
Waschmaschine WG44G2Z
• super15°/30° und varioSpeed für bis zu 65% verkürzte Waschdauer
• Antiflecken-System • Outdoor-Programm • Nachlegefunktion
• Startzeitvorwahl • BxHxT: 59,8 x 84,5 x 59 cm • Art.-Nr.: 1448862

Bosch
Besteckschub-
lade SGZ6DB04
• Art.-Nr.: 1308767

Passend dazu:
49.99
UVP 152.-

A ↑ **G**

Unterbau-Variante
Vollintegrierte Variante

599.-
UVP 1599.-

A ↑ **G**

Bosch
Einbau-Geschirrspüler SMI4EBS02D
• 6 Spülprogramme • 5 Temperaturen • Startzeitvorwahl • dosier Assistent
• Drive-Motor • Home Connect • kompatibel mit Amazon Alexa & Google Assistant
• BxHxT: 59,8 x 81,5 x 57,3 cm • Art.-Nr.: 1455871, 1455869, 1455872

Bosch
Wärmepumpentrockner WQG233D91
• Sensitiv-Drying-Trommelsystem • Endzeitvorwahl • Nachlegefunktion
• Programmablaufanzeige • Restzeitanzeige • AutoDry • Beladungs-empfehlung • BxHxT: 59,8 x 84,2 x 64,8 cm • Art.-Nr.: 1468752

1-9 kg Füllmenge

649.-
UVP 1249.-

C ↑ **A**

GELD ZURÜCK
Cashback³⁾
Preis nach Cashback
73.-
574.-

Bosch
Wärmepumpentrockner WQG233D91
• Sensitiv-Drying-Trommelsystem • Endzeitvorwahl • Nachlegefunktion
• Programmablaufanzeige • Restzeitanzeige • AutoDry • Beladungs-empfehlung • BxHxT: 59,8 x 84,2 x 64,8 cm • Art.-Nr.: 1468752

Bauknecht
Waschmaschine WAT Smart ECO 12 C
• Toplader • Programmablaufanzeige • Restzeitanzeige • Programme und Optionen: Eco, Energiesparen, Flecken, Fresh Finish, Wolle, Mehrfachwasserschutz⁺ • BxHxT: 40 x 90 x 60 cm • Art.-Nr.: 1412460

1200 U/min
1-6 kg Füllmenge

399.-
UVP 559.-

C ↑ **A**

Bauknecht
Waschmaschine WAT Smart ECO 12 C
• Toplader • Programmablaufanzeige • Restzeitanzeige • Programme und Optionen: Eco, Energiesparen, Flecken, Fresh Finish, Wolle, Mehrfachwasserschutz⁺ • BxHxT: 40 x 90 x 60 cm • Art.-Nr.: 1412460

Miele
Bodenstaubsauger
Guard S1 Sunsetgelb
• Elektronische Saugkraftregulierung
• Staubbeutelwechselanzeige • Air Clean Filter
• 10m Aktionsradius • Bodendüse umschaltbar
• Fugendüse • Polsterdüse/-bürste • Saugpinsel
• Teleskoprohr • Art.-Nr.: 1460320

Inklusive Zubehör

144.-
UVP 199.-

Miele
Akku-Stielsauger
Duoflex HX1
• 2 Leistungsstufen • elektronische Saugkraftregulierung
• Wandhalterung • Li-Ionen-Akkusystem • Elektrobürste • Fugendüse • Polsterdüse/-bürste • Saugpinsel • Art.-Nr.: 1423006

30 TAGE
GELD-ZURÜCK-GARANTIE³⁾

Bis zu 55 Minuten Betriebszeit⁴⁾

222.-
UVP 339.-

Miele
Akku-Stielsauger
Duoflex HX1
• 2 Leistungsstufen • elektronische Saugkraftregulierung
• Wandhalterung • Li-Ionen-Akkusystem • Elektrobürste • Fugendüse • Polsterdüse/-bürste • Saugpinsel • Art.-Nr.: 1423006

Irrtümer, Druckfehler, Zwischenverkauf und Liefermöglichkeiten vorbehalten.

MEDIMAX

Mehr Mensch
Mehr Technik

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

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

Öffnungszeiten Mo - Sa 10 – 19 Uhr

P kostenlos