

PROBSTEER



DAS UNABHÄNGIGE FAMILIENWOCHENBLATT

PARTNER **der reporter**

www.probsteer.de · Tel. 0431 / 24 36 24

Mittwoch, 4. November 2015

Nr. 45

PROBSTEER

„Vollgas wie die Profis“

BVB Evonik Fußballschule trainierte den Heikendorfer Nachwuchs



Tilda und Kostja vom SV Hammer in Kiel – sie nutzten mit 73 weiteren Jungs und Mädchen den Ferienkurs, den die BVB Evonik Fußballschule anbot, um mit jeder Menge Spaß und professioneller Anleitung ihr Fußballkönnen zu verbessern. Lesen Sie mehr auf Seite 3!

TAXI

Heikendorf
Tel. (0431) 24 25 26

Fußpflege-Praxis

Gesa Stocker

24217 Schönberg · Lampsche Koppel 83

Und Zweigstelle:

24148 Kiel-Ellerbek · Posadowsky Str. 8

Termine unter 04344 - 819157 u. 0173 - 2429125



Rollladen Garagentore

· Insektenschutz · Markisen
· Terrassenüberdachungen
· Außenjalousien · Vordächer

Beratung, Aufmaß und
Angebot – kostenlos +
unverbindlich!

5 JAHRE
Garantie



Besuchen Sie die HEFA-Musterschau!

HANS EGGERT FAHL GmbH

www.hefa-fahl.de 24143 Kiel ...im Hause Knutzen!

Bahnhofstraße 14 · Tel. (0431) 2595863 Mo.-Fr. 8.30 bis 19 Uhr · Sa. 9 bis 16 Uhr

Probsteer

Der Hinbringer



Flughafen- & Kreuzfahrtransfer

Buchung & Preisabfrage

www.derhinbringer.de

0431-2407587

Transfers zu allen norddeutschen Flughäfen und Kreuzfahrterminals sowie Theatertransfers zu Musikalen und Opernhäusern, Transfers zu Messen und Feierlichkeiten, Sonderfahrten für Geschäftsleute.

Endlich
Zeit
für mich...

Wellness
Barsbek

Inh. Therapeutin für Massage, Wellness und Cellulite
Marion Stolley
Mühlenkamp 66 · 24217 Barsbek · Tel. 04344-413688
Termin nach telefonischer Vereinbarung

Heute mit dem Sonderthema

Wir
in Heikendorf

auf den Seiten 8 + 9.

Hundeschule • BARF

Hundebetreuung

Baltic DOGS Tel.: 0431 - 2108625
Korügen 5B – 24226 Heikendorf
www.baltic-dogs.com

klein & fein

Stoffe - Wolle - Geschenke - Mode

Teichtor 13 · Heikendorf
Tel. 0431 - 240 400 10

Öffnungszeiten:
Mo., Di., Do. Fr. 10-13 Uhr und 15-18 Uhr
Sa. 10-13 Uhr · Mi. geschlossen

**Das Geschenk für Nähbegeisterte:
Schneiderunterlage (90 x 60 cm)
statt 55 € jetzt nur 44 €**

J.v.Rohden
Rollladen & Markisen

**Rollladen
Garagentore**

Wintergartenbeschattungen
Terrassendächer Insektenschutz
Markisen Vordächer

Rollladen Reparaturservice

Tel: 0431 - 385 900 91
24226 Heikendorf

Einbruchschutz
durch Rollläden

Kunsthandwerker für Weihnachtsmarkt gesucht

Schönberg (t). Es werden noch Kunsthandwerker für den attraktiven Weihnachtsmarkt von regionaler Bedeutung der Gemeinde Schönberg gesucht. Er findet statt am 5. und 6. Dezember 2015! Der Veranstalter erhebt nur geringe Standgebühren! Kunsthandwerker senden bitte ihre Bewerbung postalisch mit

einer Angebotsbeschreibung und einem Foto an: Abteilung Kultur/Veranstaltungen, Eichkamp 24-26, 24217 Schönberg, oder per E-Mail an christina.scheu@gemeinde.schoenberg.de. Auf www.schoenberg.de/advent.html stehen Informations- und Bewerbungsunterlagen zum PDF-Download bereit.

Verbandsliga Nord-Ost

Heikendorfer SV – Rendsburger SV



So., 8.11.2015
Anstoß 14 Uhr

Veranstaltung der Landfrauen Schönberg

Schönberg (t) Der Land Frauen Verein Schönberg und Umgebung veranstaltet am Mittwoch, dem 11. November die Besichtigung des Druckzentrums der Kieler Nachrichten. Vor der Besichtigung gibt es Kaffee und Kuchen im Backhaus von Steißkal. Treffen: Um 13.45 Uhr auf dem Großparkplatz in Schönberg.

Dort werden Fahrgemeinschaften gebildet. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt! (Fahrtkosten 4 Euro pro Person). Gäste sind zu der Veranstaltung herzlich willkommen! Verbindliche Anmeldungen bitte bis 4. November bei Uta Finck (Tel. 04344/1092) oder per Email an landfrauen-schoenberg@gmx.de

Was brauchen die Demenzkranken?

Schönberg (t) Mit dieser Frage befasst sich am Donnerstag, dem 5. November um 18 Uhr der von

der Plöner Landrätin vor zwei Jahren ins Leben gerufene Soziale Kreis mit dem Schwerpunkt „Selbstbestimmtes Leben im Alter“. Die Veranstaltung findet im Festsaal der Betreuten Wohnanlage des Arbeiter-Samariter-Bundes im Stakendorfer Tor 6-10 in Schönberg statt. Zum Einstieg wird eine vom Kreis gebildete Arbeitsgruppe über die Entwicklung eines Gerontopsychiatriepfleges planen berichten. Anschließend geht es um die Frage „Was brauchen wir im Kreis Plön, um ein selbstbestimmtes Leben im Alter zu befördern?“. Besonders eingeladen zu dieser Veranstaltung sind alle Kommunalpolitiker und Kreistagsabgeordneten sowie Vertreter der Seniorenbeiräte und Pflegedienste sowie von Pflegeeinrichtungen. Aber auch andere interessierte Bürger sind herzlich willkommen. Um Anmeldung unter der Rufnummer 04344 / 4116-0 wird gebeten.

Schmidt's Party-Service

Tel. 04344-1247 • Fax -5686
Ratjendorfer Weg 11 • 24217 Schönberg

Angebot November-Dezember

Putenkeule

auf klassische Art

zarte und saftige Putenoberkeulen (ohne Knochen), tischfertig geschnitten und mit einer kräftigen Bratensoße angerichtet.

Dazu: Salzkartoffeln, in Butter geschwenkt, Rosenkohl und Rotkohl

Komplett pro Pers. € 10,50

Unser gesamtes Angebot finden Sie unter www.schmidts-party-service.de

Seit 1979 das unabhängige Wochenblatt für unsere Region



Dorfstraße 18 • 24226 Heikendorf
Telefon: (0431) 24 36 24 • Fax: (0431) 24 51 36
E-Mail: info@probsteer.de
Internet: www.probsteer.de

Herausgeber: Burg Verlag GmbH & Co. KG
Fehmarnsches Tageblatt
Burg, Gertrudenthaler Str. 3, 23769 Fehmarn

Erscheinungsweise: wöchentlich mittwochs

Anzeigenberatung: Manfred Baumgart, Stefan Taubitz, Marco Lützel

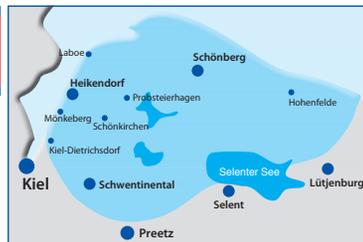
Druck: Druckhaus Walsrode GmbH & Co. KG, Hanns-Hoerbiger-Str. 6, 29664 Walsrode

Anzeigen und Beilagen nach Preisliste 1 vom 1.1.2015

Druckauflage 2. Quartal 2014: 30.877

Auflagenkontrolle durch Wirtschaftsprüfer nach den Richtlinien BVDA und BDZV

Unsere Partner:
der reporter Eutin/Malente, Tel.: (04521) 70 11 - 0, Fax: (04521) 70 11 33 • anzeigen@der-reporter.info
der reporter Plön/Preetz, Tel.: (0431) 24 36 33, Fax: (0431) 24 51 36 • buero@der-reporter.info



Verteilt in: Barsbek, Bendfeld, Brodersdorf, Dietrichsdorf, Dobersdorf, Fahren, Fiefbergen, Fargau – Pratzau, Flüggendorf, Gödersdorf, Heikendorf, Hohenfelde, Höhendorf, Krokau, Krumbbek, Köhn, Laboe, Lilienthal, Lutterbek, Mönkeberg, Oppendorf, Passade, Prasdorf, Pülzen, Schönberg, Probsteierhagen, Röbsdorf, Schlesien, Schönkirchen, Schwartbuck, Schwentinal, Stakendorf, Stein, Stoltenberg, Tökendorf, Wendtorf, Wisch – Ausgelegt in: Ellerbek, Lütjenburg, Preetz und Wellingdorf.

Für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht in jedem Fall die Meinung des Herausgebers wieder. Vom Verlag gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Sie können nur mit Genehmigung und gegen Zahlung einer Nutzungsentschädigung verwendet werden.

Anzeigen- und Redaktionsschluss: Montag um 12.00 Uhr

S U D O K U Welche Zahlen fehlen?

1						7
7		8				9
			5			8
3			9		8	
	8		6	2		
	2	5			9	3
9	7		3	8		5
		4		5	1	3
			2	4	6	

Die Auflösung des Sudoku finden Sie auf der Marktplatz-Seite

Trainieren wie die Großen

BVB Evonik Fußballschule zu Gast in Heikendorf

Heikendorf (jam) Vom 26. bis zum 30. Oktober gastierte die Evonik-Fußballschule des BVB in Heikendorf. Sechs hochqualifizierte BVB-Trainer trainierten insgesamt 75 Jungen und Mädchen zwischen 7 und 13 Jahren auf dem Gelände des Heikendorfer Sportvereins und sorgten damit für mächtig viel Spaß und Profi-Ambiente auf dem Sportplatz. Fünf Tage lang hieß es für die kleinen Spieler in Heikendorf „Vollgas wie die Profis“. Angelehnt an das Konzept des Nachwuchsleistungszentrums des BVB vermittelten Cheftrainer Michal Ziolo, Marcel Bieschke, Julia Farr, Benjamin Hartlieb, Tobias Nubbemeyer und Maik



Die kleinen Nachwuchskicker wurden mächtig gefordert und genossen das fünftägige Training. Fotos: Melzer



Tobias Nubbemeyer, Marcel Bieschke, Benjamin Hartlieb, Julia Farr, Michal Ziolo und Maik Weßels brachten die kleinen Fußballer zum Schwitzen.

Weßels den jungen Nachwuchskickern Tipps und Tricks, die auch die großen Stars in ihrer Jugendzeit gelernt haben. Die kleinen Fußballer trainierten in fünf Gruppen jeweils abwechselnd in zwei Trainingseinheiten pro Tag die Technikscherpunkte Torschuss und Kopfball, Dribbling, Passspiel, Tricks und Finten und Ballan- und Ballmitnahme. „In den Ferienkursen steht aber vor allem der Spaß im Vordergrund“, erklärte Julia Farr, eine der hauptamtlichen Trainerinnen der Evonik-Fußballschule. Zur Stärkung gab es zwischen den Trainingseinheiten ein frisch zubereitetes, gesundes und kindgerechtes Mittagessen im Vereinsheim. „Es gibt hier keine Pommes und Schnitzel – und generell ist immer Salat dabei“, so Farr. Bereits seit 2010 tourt die Evonik-Fußballschule des BVB durch die Welt. „Wir bieten fast 365

Tage im Jahr Kurse an“, erzählte Julia Farr. Neben Stationen

in Deutschland steht jedes Jahr auch ein Besuch in Japan auf dem Programm. Dass der Ferienkurs in Heikendorf Halt machte, verdankte der Verein vor allem der Lage. „Wir waren auf der Suche hier oben im Norden. Und hier in Heikendorf ist es schön und die Bedingungen sind super“, erklärte Farr. Auch ein Wiedersehen im nächsten Jahr sei nicht ausgeschlossen, so Farr weiter. Leider kam in diesem Jahr kein Torwarttraining zustande. „Das hätten mindestens sechs Anmeldungen sein müssen und die haben wir nicht zusammenbekommen“, erklärte Michael Voß, Medienkoordinator des Sportvereins. Zum Abschluss erhielt jeder Spieler eine individuelle Urkunde, einen Pokal und jede Menge schwarz-gelbe Fußballerfahrungen.



**INDIVIDUELL GEPLANT.
MEISTERHAFT GEBAUT.**

Klaus Prien GmbH
Tel. 0 43 48 / 91 27 20
Am Bahnhof 12 · 24232 Schönkirchen
www.prienbau.de



PRIEN BAU

IHR PARTNER FÜR NEUBAU, AN- & UMBAU UND SANIERUNG

WERU
Fenster und Türen fürs Leben

Nimm 3: Sparen Sie jetzt 70% auf den Mehrpreis der 3-fach-Verglasung*

Weru-Wärmeschutzglas-Aktion
Nimm 3
JETZT GUTSCHEIN ANFORDERN!

vom 01.10.15 bis 17.01.16

Nutzen Sie jetzt den Preisvorteil! Einfach ins Internet gehen auf www.weru.de und Gutscheine anfordern. Beim Kauf neuer Weru-Fenster wird der Gutschein angerechnet.

*Bei Vorlage des Gutscheins erhalten Sie, bis zum 17.01.2016, die Weru-PrimaTherm 3-Scheiben-Wärmeschutzverglasung (i3044) mit Edelstahlabstandshalter statt für 92,46€ jetzt für nur 27,74€ inkl. MwSt. pro m² Fensterfläche (bezogen auf den Glaslistenmehrpreis Wärmeschutzgläser). Gültig bis max. 30 Fenster. Nicht für Weru-Acento-Fenster. Keine Barauszahlung, nicht kombinierbar mit anderen Weru-Aktionen. Aktion ist nur in Deutschland gültig.

BeFa Fenster und Türen GmbH

Segeberger Landstr. 1
24145 Kiel
Tel. 0431 / 73 55 73
www.befa-kiel.de

Gesucht – gefunden!
Mit einer Anzeige im PROBSTEER kein Problem!

– Anzeige –

Wo jedes Training zum Erlebnis wird

Fitnesskette „clever fit“ jetzt auch in Schwentental

Schwentental (*jam*) Noch vor Inbetriebnahme des neuen „clever fit“-Fitnessstudios im Schwentental luden die Inhaber vergangene Woche zu einer großen Feier. Dabei konnten zukünftige und potentielle Kunden das neue Studio bei Sektempfang

merling, einer der Inhaber, während der Eröffnungsfeier. „Um Punkt 18 Uhr haben die Handwerker erst das Haus verlassen“, fügt Studioleiter Uwe Wessel hinzu. „Und es ist alles fertig geworden.“ Dass sich der Aufwand lohnte, konnten die Besucher



und Catering begutachten und sich schon im Vorfeld vom Team und den Geräten überzeugen. „Wir haben die letzten 24 Stunden durchgearbeitet und kaum geschlafen“, verrät Klaus Zim-

merling. Seit dem 1. November nun hat



Studioleiter Uwe Wessel freute sich über das rege Interesse bei der Eröffnungsfeier. Fotos: Melzer

das Studio seinen Betrieb aufgenommen und startet mit rund zehn Mitarbeitern in den Fitness-Winter.

„Das Team ist toll“, freute sich Zimmerling. Neben einem vielfältigen Angebot an Ausdauer- und Kraftgeräten verfügt das Studio über Vibrationsplattformen, moderne Sonnenbänke, eine „Wellsystem“ Massageliege und viele weitere Highlights wie WLAN-Zugang, Musik, jede Menge Flatscreens, eine Selbstbedienungsbar mit Mineralge-

tränken und eine gemütliche Lounge mit Zeitschriften.

Nach dem erfolgreichem Start geht es zum „Tag der Fitness“ am 15. November gleich mit dem nächsten Highlight weiter: Für jeden gelaufenen Kilometer spendet „clever fit“ 1 Euro für eine gute Tat vor Ort.

Im Studio im Gewerbegebiet kann seit dem 1. November von montags bis freitags von 6 bis 23 Uhr und samstags und sonntags von 9 bis 21 Uhr fleißig trainiert werden.



Dichtheitsprüfung
von Abwasserleitungen

Festpreis 250,-€ zzgl. MwSt.

Info's unter 0 45 21 - 7 97 82 00
Plöner Straße 89a • 23701 Eutin

GUSE
ABWASSESTECHNIK

Restaurant • Cafe • Bistro
Promenade 18
Schönberger Strand
04344-414848

Filou

Mittwoch, den 11.11.2015 ab 18.00 Uhr

Martinsgansessen -satt-



nur
€ 19,90
pro Person

serviert mit Rotkohl + Rosenkohl + Thüringer Klößen + Salatkartoffeln + Sauce

Wir bitten um Ihre rechtzeitige Reservierung.

www.Filou-Ostsee.de

Wer macht mit beim Krippenspiel?

Selent (*t*) Kinder ab 6 Jahren, die Lust haben beim diesjährigem Krippenspiel „Der verborgene Gast“ mitzuwirken, gerne singen und schauspielern, sind eingeladen, zu den Proben ins Gemeindehaus der Evangelisch-Lutherischen Kirchengemeinde in Selent zu kommen. Geprobt wird das

Krippenspiel immer montags, ab dem 9. November von 16 bis 17 Uhr.

Das Krippenspiel ist dann am 24. Dezember um 15 Uhr in der Selenter Kirche zu sehen. Das Krippenspielteam freut sich auf viele Teilnehmer, die das Stück mit gestalten möchten.

Photovoltaik- und Kleinwindkraftanlagen

Möglichkeiten der Eigenstromversorgung

Krummbek (*t*) Der Land- und Volkswirtschaftliche Verein Probstei lädt zum Vortrag am kommenden Montag, 9. November um 19.30 Uhr in Witt's Gasthof, Im Dorfe 9 in 24217 Krummbek ein. Referent Walter Eggersglüß

von der Landwirtschaftskammer Schleswig-Holstein informiert über die Möglichkeiten der Eigenstromversorgung aus Photovoltaik- und Kleinwindkraftanlagen. Gäste sind herzlich willkommen.

Welcome Treff und Deutschunterricht

Johannesgemeinde kümmert sich um Flüchtlinge

Heikendorf (t). Was einmal als gemütliche Kaffeerunde geplant war, ist heute ein sehr begehrter Treffpunkt für Flüchtlinge und Einheimische. Am Freitagnachmittag treffen sich meist junge Menschen aus verschiedenen Ländern zu fröhlichem Miteinander bei Spiel und Sport. Zu vor aber wird Deutsch gelernt, wie auch an vier anderen Tagen in der Woche. Den Unterricht erteilt unter anderen ein Deutschlehrer aus dem Iran, der in seiner Jugend in Deutschland studiert hat und nun das gleiche

Schicksal teilt wie seine zirka 30 Schüler. Die Termine für den Deutschunterricht sind: Montags von 10 bis 12 Uhr (Mittelstufe), dienstags von 10 bis 12 Uhr (Grundstufe), mittwochs von 10 bis 12 Uhr (Fortgeschrittene und Grundstufe) in zwei Gruppen, donnerstags von 10 bis 12 Uhr Einzelunterricht und freitags von 15 bis 16 Uhr Anfänger sowie 15 Uhr Welcome Treff. Und wenn's mit der deutschen Sprache noch nicht so recht klappt: bei Tischtennis, Kicker und anderen Spielen spielt das keine Rolle. Dazu

werden im Gottesdienstraum der Johannesgemeinde alle Stühle zur Seite geräumt, damit die Spielgeräte Platz haben. Hilfe in der Not leistet die Gemeinde aber auch in besonderen Notfällen. So wurde zusammengelegt, um die dringende Herzoperation des Vaters eines

Flüchtlings, für die die Familie die Kosten alleine nicht aufbringen konnte, in seinem Heimatland die Operation zu ermöglichen. Ein Herz für Fremde – so sieht die Johannesgemeinde ihre Aufgabe in Heikendorf, und das Echo von allen Seiten ermuntert sie, so weiter zu machen.

Benefiz-Filmvorführung

Heikendorf (t). Für Samstag, 7. November um 18.30 Uhr lädt die Roja-Gruppe der ev. - luth. Kirchengemeinde sehr herzlich zu ihrer nächsten Filmvorführung ins Gemeindehaus Neuheikendorfer Weg 4 ein. Nach dem Verzehr einer Suppe beginnt die Filmvorführung etwa um 19.15 Uhr. In dem beim deutschen Filmpreis ausgezeichneten Film geht es um eine türkische Gastarbeiterfamilie, deren Geschichte über drei Generationen nachgezeichnet wird.

Als der 6-jährige Cenk weder ins deutsche noch ins türkische Fußballteam gewählt wird, ist er

ratlos: „Wer oder was bin ich eigentlich- Deutscher oder Türke?“ Seine Cousine erzählt ihm die Geschichte der Einwanderung ihres Großvaters und das Einleben der Familie in Deutschland. Am Ende macht die ganze Großfamilie einen Ausflug zu ihren Wurzeln nach Ostanatolien. Dieser Film gibt in berührender Weise einen Einblick in das Leben derer, die ihre Heimat verlassen haben. Er lädt ein zum Nachdenken, man kann aber auch herzlich über ihn lachen und wer mag, auch weinen. Der Eintritt ist frei, Spenden zu Gunsten der Partnergemeinde Roja, Lettland, werden erbeten.

Großer St. Martinsumzug durch Heikendorf

Heikendorf (t). Der St. Martinstag erinnert an den Heiligen Martin von Tours, der der Legende nach mit einem frierenden Bettler seinen Mantel geteilt hat. Am Mittwoch, dem 11. November beginnt um 17.30 Uhr die Martins-Andacht in der evangelischen Kirche, Neuheikendorfer Weg 4. Von der Feuerwehr mit

Fackeln und einem Spielmannzug begleitet, folgen die Kinder mit Laternen, Eltern und Großeltern dem Ritter Martin hoch zu Ross durch Heikendorf. Im Anschluss an das Laternelaufen feiern alle ein fröhliches Laternenfest am Lagerfeuer, wobei auch für das leibliche Wohl gesorgt wird.

Freie Plätze im Motorsägekurs

Heikendorf (t). Die VHS Heikendorf bietet wieder einen Kursus zum Erwerb des Motorsägescheins (Theorie, Praxis, Erfolgskontrolle, ab 18 Jahre), an, unter der Leitung von Horst Hinz. Kursbeginn ist Freitag, 6. November um 16 Uhr im VHS-Gebäude, Schulredder 1, Parterre

Raum 55, die Kosten betragen 100 Euro. Zum zweiten Kurstag sollen die Teilnehmer in vollständiger, persönlicher Schutzausrüstung - Schnittschutzhose, Sicherheitsschuhe, Helm und eventuell Motorsäge, kommen. Anmeldungen unter www.vhs-heikendorf.de oder Tel. 0431 245163

Taizéandacht

Heikendorf (t). Am Freitag, 6. November findet 19 Uhr eine Taizéandacht in der evangelischen Kirche, Neuheikendorfer

Weg 4 statt. Es ist eine Stunde der Besinnung, der Stille und des Gebets mit meditativen Liedern im Ritus der Brüder von Taizé.

Frauenfrühstück

Heikendorf (t). Am Samstag, 7. November findet in der Johannesgemeinde Heikendorf (Baptisten) am Herrkamp 1, von 9 bis 12 Uhr ein Frühstück für Frauen statt. Es ist Gelegenheit in gemütlicher Atmosphäre über Lebens- und Glaubensfragen nachzudenken und sich auszutauschen. Die Referentin Beate Bösche spricht

zu dem Thema: „Schwierigkeiten werden zu Möglichkeiten – Die Freude am Leben neu entdecken“. Alle interessierten Frauen sind herzlich eingeladen und werden gebeten sich unter 0431-241886 bei R. Schunert anzumelden. Es wird ein Kostenbeitrag von 7 Euro erhoben und eine Kinderbetreuung angeboten.

Pass & Portrait Studio *Foto Nila*

„Süßer Fratz 2015“

Unsere Kinderaktion

Ist Ihr Kind zwischen 3 Monaten und 10 Jahren alt?

Dann kommen Sie zu uns und lassen Sie Ihren „Süßen Fratz“ kostenlos fotografieren!

Sie zahlen nur die Abzüge zum Aktionspreis!






Jedes Kind nimmt automatisch an der Schaufenster-Ausstellung teil und hat die Chance eins von drei Fotoshootings zu gewinnen!

vom 09. - 14. November
 Mo - Fr 9 - 18 Uhr
 Samstag 9 - 16 Uhr

Dorfstraße 17 (Rathauspassage), 24226 Heikendorf, Tel: 0431 / 237 88 54
 Mo-Fr: 9:00-13:00 & 14:00-18:00 Mi & Sa: 9:00-13:00 www.foto-nila.de

Sicherheit im eigenen Zuhause

Informationsveranstaltung des Seniorenbeirats Schönberg

Schönberg (jam) Am 5. November lädt der Seniorenbeirat der Gemeinde Schönberg um 15 Uhr zu einer Informationsveranstaltung unter dem Motto „Sicheres Zuhause?“ in den Rathaussaal in Schönberg ein. Harald Tibus, Sicherheitsberater für Senioren für den Kreis Plön und Kiel, trägt dabei Themen rund um ein sicheres Zuhause vor und steht für Fragen und Diskussionen zur Verfügung. Gerade jetzt zur dunklen Jahreszeit sei es besonders wichtig, das eigene Haus zu schützen, erklärt Harald Tibus. Wie schütze ich mich wirksam gegen Einbrecher, dubiose Haustürgeschäfte und



Telefonabzocke? Welche Geräte und Sicherheitsvorkehrungen sind dabei wichtig? Wie verhalte ich mich im Ernstfall? All diesen Fragen geht der Sicherheitsberater in seinem etwa einstündigen Vortrag nach. „Und dann können die Leute Fragen stellen und diskutieren“, erzählt er. Bei all der Ernsthaftigkeit des Themas will Harald Tibus aber seine Zuhörer nicht verängstigen. „Ich will warnen und berichten. Ich erzähle dabei, wie sie sich verhalten sollen, aber

ich möchte denen keine Angst machen“, erklärt er. „Das große Problem ist einfach, die Leute zu erreichen, die es betrifft. Und es ist wichtig, dass die Leute auch kommen.“ Während des Vortrags werden die Zuhörer mit Kaffee und Kuchen versorgt. Vor knapp zwei Jahren hat sich Harald Tibus von der Landespolizeidirektion Kiel zum Sicherheitsberater für Senioren ausbilden lassen. Seitdem hält er regelmäßig Vorträge und besucht seine Kunden auch privat, um deren Häuser auf Einbruchgefährdung zu untersuchen. Ehrenamtlich und kostenlos stellt er sein Wissen und seine Zeit zur Verfügung, um Senioren erfolgreich gegen Diebe und Betrüger zu schützen. Anmeldungen für die kommende Veranstaltungen werden auch kurzfristig noch unter der Telefonnummer 04344 4 13 262 entgegengenommen.

Friseurteam
G. Boller



Ab dem 1. November freut sich Frau Martina Mertins (ehem. Salon R. Teichmann) für Sie in unserem Salon tätig zu sein.

IHR FRISEURSATON
Gunter Boller
Anschützstraße 11 / Wolfgang-Hirthstr.
24232 Schönkirchen-Anschützensiedlung
Tel. 0431-201323
Dienstag bis Freitag 8.30 - 18.00 Uhr
Samstag 8.00 - 13.00 Uhr
- Parken vor dem Haus -

Gute Unterhaltung! „Schönberg-Talk“ am 6. November

Schönberg (t) Es gibt wieder interessante Gäste, Gespräche, Geschichten und Musik, wenn der langjährige Schönberger Bürgermeister Wilfried Zurstraßen und der Pianist, Kinder- und Jugendarzt Dr. Rüdiger Penthin zum zweiten Mal in diesem Jahr im Rahmen des Kulturprogramms „Schönberg-kulturell“ am Freitag, 6. November 2015, 19.00 Uhr zum Schönberg-Talk einladen. Die Premiere dieser neuen Veranstaltungsreihe fand vor einem halben Jahr im Kulturhaus Alte Apotheke statt. Die platzte aller-

dings aus allen Nähten angesichts der großen Publikumsresonanz. Darum findet die Talkshow jetzt im Schönberger Hotel Am Rathaus statt. Gäste sind dieses Mal unter anderem zwei besonders engagierte Probsteier Persönlichkeiten: der Bauer, ehemalige Bundestagsabgeordnete und Vorsitzende des Bundesverbandes Bioenergie Helmut Lamp und der Frauenarzt und Umweltaktivist Peter Zimmermann, Mitbegründer des Strompools Probstei und der einzige Schönberger Umweltpreisträger, der diesen Preis

gleich zweimal für sein ökologisches Engagement erhalten hat. Wenn in der Probstei gemordet wird, dann ist Ute Haese nicht weit. Die promovierte Politologin und Historikerin hat sich als Krimiautorin einen Namen gemacht. Mit ihrer Protagonistin, der Privatdetektivin Hanna Hemlock, sorgt die am Schönberger Strand lebende Schriftstellerin dafür, dass die literarischen Mordtaten aufgeklärt werden. Wie aus der Wissenschaftlerin die Schriftstellerin wurde, das wird sie beim Schönberg-Talk erzählen. Mit Matthias Stührwoldt, der in Stolpe im Kreis Plön Zuhause ist, haben Penthin und Zurstraßen einen Gast für ihre Talkshow gewinnen können, der an Vielseitigkeit kaum zu überbieten ist. Bio-Bauer auf einem 100 Hektar großen Hof, Schriftsteller mit einer Gesamtauflage von mehr als 100.000 Büchern, Entertainer, Comedian, und Gemeindevertreter in seiner Heimatgemeinde ist er auch noch. Mit jede Menge Geschichten aus dem bäuerlichen Alltag, garniert mit Witz und Humor, begeistert er ein Publikum weit über Schleswig-Holstein hinaus. Seine ganz persönliche Geschichte erfahren die Besucher des Schönberg-Talk. Der Eintritt zu der Veranstaltung ist frei. Erwünscht ist eine Spende für die Schönberger Tafel.

RATHAUS

PASSAGE
DORFSTRASSE 17
WWW.RATHAUSPASSAGE-HEIKENDORF.DE

<p>„Löwenzahn“ Petra Medeke Physiotherapie Tel. 0431/77563896</p>	<p>Dr. med. U. Barzantny Arzt für Allgemeinmedizin Altersmedizin Chirotherapie Palliativmedizin</p>
<p>Fahrradladen FREILAUF www.freilauf-heikendorf.de</p>	<p>Dr. E. Eschenbach Hals-Nasen-Ohrenarzt</p>
<p>Textilpflege chem. reinigen mangeln, waschen JOHNIGK</p>	<p>Pass & Portrait Studio HEIKENDORF foto.mila@kielnet.net www.foto-mila.de</p>
<p>Der Hörgeräte-Akustiker amplifon</p>	<p>Apotheke am Rathaus ...mit Sicherheit gut beraten! Tel. 0431/242576</p>
<p>Frank Speetzen Immobilien Verwaltung • Vermietung • Verkauf</p>	<p>abts + partner. Frauenärzte Heikendorf</p>
<p>PROVINZIAL M. Menzel</p>	

-Anzeige-

Ideen mit Pfiff - speziell und individuell

Deco(t)räume im Schönberger Schauland

Schönberg (los). Fachliche Beratung, kreative Ideen, exakte Ausführung: Service wird bei Raumausstatterin Iris Niederstrasser, Inhaberin der „Deco(t)räume“ groß geschrieben. Das Geschäft in der Fußgängerzone Knüll bedient ein weites Feld rund um die Gestaltung und Ausstattung von Räumen etwa mit Plissees, Jalousien, Rollos Raffrollos und Vertikalanlagen sowie Insektenschutz für die warme Jahreszeit. Über Aspekte wie Licht- und Sichtschutz hinaus geht es vor allem um die Wirkung der Räume, auf deren Ausstrahlung Iris Niederstrasser durch die Auswahl an Materialien, Farben und Strukturen sowie einen geschulten Blick für Proportionen Einfluss nimmt und für jeden Einrichtungsstil – Schlaf- oder Arbeitszimmer, Büro oder Praxis, Hotel oder Restaurant - eine geeignete Lösung findet. Gearbeitet wird in der eigenen Werkstatt. Dabei verwendet die Raumausstatterin ausschließlich hochwertige Materialien namhafter Hersteller. Pünktliche Lieferung und Montage – für Iris Niederstrasser eine Selbstverständlichkeit. Ein besonderes Plus ist zudem ihr Angebot, Gardinen zur Wäsche abzunehmen und wieder anzubringen und zu dekorieren. Der Herbst kleidet die Welt derzeit in prächtige Farben und wer



Iris Niederstrasser und Melanie Jahn, Inhaberrinnen von Deco(t)räume und Schauland, bieten ein breit gefasstes spezialisiertes Leistungsspektrum rund um ihre jeweiligen Schwerpunkte Raumausstattung und Stickerei.

mit dem Gedanken spielt, auch das eigene Domizil in neuem Glanz erstrahlen zu lassen, sollte eine Sonderaktion nicht verpassen: Insgesamt 10 Prozent Rabatt gewährt Iris Niederstrasser auf einen neuen Gardinenauftrag, wenn „der verdrehte Flyer“ mit ins Geschäft gebracht wird. Gültig sind alle Deco(t)räume-Faltblätter, deren Schriftbild nach dem Aufschlagen der Deckseite „auf dem Kopf steht“. Gültig ist die Aktion bis Ende des Jahres... Zeit genug für schöne Weihnachtsideen, etwa um den eigenen Wohnstil neu zu definieren und mit frischen Far-

ben ins neue Jahr zu starten. Die Stickereiwerkstatt Schauland, unter gleicher Adresse ansässig, ist vor allem auf die Veredlung von Textilien spezialisiert. Neben der Stickereiwerkstatt bietet Schauland aber auch für alle Handarbeitsbegeisterten, die gerne stricken, nähen, häkeln und sticken, ein spezielles Sortiment rund um Kurzwaren, Wolle, Garne und Stoffe an. Raumausstatterin Melanie Jahn hat in ihrem Laden mit der Maschinenstickerei ein besonderes Angebot entwickelt. „Alle Gewebe bis hin zu dünnem Leder können bestickt werden“, erklärt die Prasdorferin. Dabei werde Individualität groß ge-

schrieben. Der Gestaltungsspielraum ist breit gefächert: Bestickt werden Symbole und Logos, Schriftzüge sowie Signaturen, die Taufkleid und Babykapuze, Firmen- und Vereinsshirts, Servietten und Segelzubehör, Pferdedecken, Hundeleinen und sogar Motorradsitze oder Bootspolster. Textilien, T-Shirts und Taschen werden zu etwas Einmaligem, aus Standardartikeln werden ausdrucksstarke Unikate. Das schließt die Möglichkeit ganz persönlich gestalteter Präsente mit ein, selbst Hergestelltes bekommt bei Inhaberin Melanie Jahn den letzten Schliff und das „gewisse Etwas“. Wer also noch Geschenkideen „mit Pfiff“, Tipps, Beratung und

gute Anregungen sucht, sei es zur Hochzeit, zum Geburtstag, zur Taufe oder zu Weihnachten, sollte bei Schauland unbedingt vorbei schauen. Geöffnet ist das Geschäft in der Schönberger Fußgängerzone montags bis freitags von 9 bis 12.30 Uhr sowie 14.30 bis 18 Uhr, sonnabends von 9 bis 12.30 Uhr. Kontakt: Deco(t)räume (Iris Niederstrasser) und Schauland (Melanie Jahn), Fußgängerzone Knüll, 24217 Schönberg, Rufnummer 04344-6141. Info: Für die Sonderaktion von Deco(t)räume wird pro Gardinenauftrag je ein Exemplar des Flyers akzeptiert. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Max der Kugelkäfer

Schönberg (t). Im Rahmen von „Schönberg lässt die Puppen tanzen“ zeigt das Mapili Theater „Max - der Kugelkäfer“. Am Mittwoch, 11. November findet die Aufführung um 15 Uhr im Rathaus „Theater“, Knüll 4, statt. Der Eintritt kostet 3 Euro. Max - der Kugelkäfer, hat eine Kugel gerollt. Nicht irgendeine Kugel, sondern eine ganz besondere Mistkugel. Diese Kugel sieht nicht nur gut aus, nein, sie klingt auch gut. Denn



Max ist Trommler und auf der Suche nach jemandem, mit dem er Musik machen kann. Das aber ist gar nicht so einfach. Mist ist nicht jedermanns Sache und für Max beginnt eine Suche voller Abenteuer. Immer wieder eckt er an, zieht weiter und bleibt doch mit seiner Kugel alleine. Doch als er fast schon aufgeben will, taucht da wie aus dem Nichts plötzlich jemand auf, jemand mit dem Max im Traum nicht gerechnet hätte.



DECO(T)RÄUME
Iris Niederstrasser

schauland
STICKEREI & TEXTILIEN

- Gardinen + Plissees + Rollos
- Anfertigung und Montage
- individuelle Beratung vor Ort

- Stickmaschinenarbeiten
- Handarbeiten
- Heimtextilien

Fußgängerzone • Knüll • 24217 SCHÖNBERG • Tel. 04344 / 6141
www.decotraeume.de • www.schauland-stickerei.de



KNUTZEN
WOHNEN

PLISSEES,
ROLLOS & JALOUSIEN

Beratung, Aufmaß und Angebot unter der Nummer
04344 / 41 32 20
oder in unserer Filiale.

Knutzen Wohnen GmbH
Eichkamp 18 | 24217 Schönberg
www.knutzen.de

30%
RABATT AUF DIE
Sun*Light
KOLLEKTION



Wir in Heikendorf



-Anzeige-

20 Jahre Goldschmiedehandwerk

Heikendorf (t) Seit 20 Jahren ist Maren Vöge bereits Goldschmiedegesellin. Im Jahr 2002 hat Sie die Meisterprüfung bestanden und sich ein Jahr später in die Selbständigkeit gewagt. Seit dem Jahr 2007 ist Sie mit ihrem Hauptbetrieb in Heikendorf. Zudem gibt es eine Zweigstelle in

Niedersachsen. Die solide Auftragslage des Betriebes veranlasste Maren Vöge nach einer weiteren Fachkraft Ausschau zu halten. Seit September verstärkt nun die Goldschmiedegesellin Simona Kortenhuis das Team um die Goldschmiedemeisterin sowie Goldschmiede-



gesellin Christina Albrecht. Maren Vöge ist glücklich: „Ich freue mich sehr, diese beiden jungen Frauen gefunden zu haben und gemeinsam werden wir mit viel Elan und Spaß am Beruf die vielfältigen Schmuckwünsche unserer Kunden erfüllen und natürlich auch an der Umsetzung neuer Ideen arbeiten!“. Aktion in der Goldschmiede mit geänderten Öffnungszeiten: Die 20%-Ra-

batt-Aktion auf alle vorrätigen Schmuckstücke wird auf den November ausgedehnt. Im November und Dezember werden sich auch die Öffnungszeiten ändern: dienstags, mittwochs und donnerstags ist von zehn bis 14 Uhr geöffnet, an den Freitagen bis 18 Uhr und sonnabends von zehn bis 13 Uhr. Die Goldschmiede Maren Vöge ist in der Dorfstraße 5 in Heikendorf zu finden.



LBS

Ihr Bauspar- und Finanzierungsexperte

LBS-Bezirksdirektor **Dennis Schramm**
Teichtor 4, 24226 Heikendorf
Telefon 0431 74024
dennis.schramm@lbs-shh.de

Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause.

Ab sofort für Sie in Heikendorf!

Goldschmiede Maren Vöge

20% Rabattaktion im November auf alle vorhandenen Schmuckstücke!

Neue Öffnungszeiten für November und Dezember 2015:
Di, Mi, Do 10 - 14 Uhr
Freitag 10 - 18 Uhr | Samstag 10 - 13 Uhr
sowie individuelle Terminabsprache möglich.

Dorfstr. 5 • 24226 Heikendorf • Tel. 04 31 - 23 989 400
info@maren-voege.de • www.maren-voege.de



Sammlung der Förde Sparkasse Ausstellung im Künstlermuseum

Heikendorf (t) Ausgewählte Werke aus der Sammlung der Förde Sparkasse sind derzeit im Künstlermuseum Heikendorf zu sehen. Viele Bilder entstanden zwischen 1950 und 2000 und sind von

Künstlern aus Schleswig-Holstein geschaffen worden. Öffnungszeiten: Dienstags bis sonnabends 14 bis 17 Uhr, sonntags 11 bis 17 Uhr. Eintritt: Erwachsene 4, ermäßigt 3 Euro, Familienkarte 8 Euro.

Ibu-Lysin-ratiopharm 684 mg
Schnelle Wirkung bei akuten Schmerzen

20 Stück statt 8,50 €
5,95 €
Sie sparen 30%



Apotheke am Rathaus
...mit Sicherheit gut beraten!

Dorfstraße 17 · 24226 Heikendorf
Telefon 04 31 / 24 25 76 · Fax 04 31 / 24 34 11



Holsteiner Geflügelspezialitäten

Hausgemachte Salate & Fertiggerichte
Geflügel- und Wildspezialitäten
Täglich wechselnder Mittagstisch ab 3,90 €

Inh. Mandy Binzinger
Korügen 1, 24226 Heikendorf · Tel. 0431-57 09 80 80
www.gefluegel-und-wild.de



Umfrage:

„Wie verbringen Sie Ihre Freizeit im Herbst?“



Marion und Jana Czöczock (links) haben eine ganz unterschiedliche Freizeitgestaltung im Herbst. Marion Czöczock verbringt gern Zeit zu Hause und arbeitet dort in ihrem Garten. „Ich mache da eben all das Übliche, was man im Herbst zu tun hat“, erzählt sie.

Jana Czöczock geht hingegen gern im Herbstwald spazieren. Ihr großes Hobby, das sie auch im Herbst betreibt, ist aber Geocaching, eine Art Schnitzeljagd, bei der mit Hilfe eines GPS-Gerätes ein Schatz, der Geocache, in der freien Natur gesucht wird. „Da hat man ein Ziel vor Augen“, erklärt sie.



Katharina Deppe (rechts) nutzt die schöne Herbstzeit, um Skimützen zu häkeln. Damit hat sie alle Hände voll zu tun. „Ich häkel die für alle möglichen Freunde“, verrät sie. Und sie liebt es, im Herbst shoppen zu gehen. Ansonsten hat sie keine speziellen Herbstaktivitäten. Sie verbringt sehr viel Zeit auf dem Golfplatz in Kitzberg. „Aber da gehen wir bei jedem Wetter hin“, erzählt sie. „Auch im Herbst und Winter.“



Angelika und Manfred Jungnitsch (links) gehen im Herbst gern und viel spazieren. „Wir sind dann an unserer Küste unterwegs - von Mönkeberg bis Laboe“, erzählt Manfred Jungnitsch. „Der Fördewanderweg ist im Herbst besonders schön“, fügt Angelika Jungnitsch hinzu. Außerdem kümmern sie sich im Herbst um ihren Garten. „Der muss winterfest gemacht werden“, erzählt er. Und abends wir es dann gemütlich. „Wir sitzen dann vorm Kamin.“



Julia Pooch (links) ist auch im Herbst sportlich aktiv. Sie ist im Ruderverein in Kiel und genießt gern vom Wasser aus die tolle Herbstlandschaft. „Da wird auch schön im Herbst noch gerudert“, erzählt sie. Außerdem ist sie viel mit dem Rad unterwegs. An der Schwentine und an der Kieler Förde ist sie da besonders gern. „Das ist traumhaft schön“, schwärmt sie. „Und dann sind auch keine Touristen mehr unterwegs“, lacht sie.

Car-Port
 Autohandels GmbH
 0431-260 92 160
 verkauf@car-port-online.de
 www.car-port-online.de

Hobelring 6 · 24226 Heikendorf

CAR OFFICE
Stahmer
 0431-26092160
 info@car-office-stahmer.de
 www.car-office-stahmer.de

Martiny's
Wein & Feinkost

Passend zur
 Winterzeit:
Punsch
 &
Glühwein (rot/weiß)

Dorfstr. 15 · 24226 Heikendorf
 Tel. 0431-59187160
 info@martinys.de

Lesung

Heikendorf (t) Autorin Carola Thimm liest auf Einladung der Hospizbewegung am Dienstag, 10. November um 20 Uhr in der Gemeindebücherei aus ihrem Buch „Mein Leben ohne mich“, in dem sie ihre Wachkomaerfahrungen nach Erleiden eines Aneurysmas verarbeitet hat. Der Eintritt zu der Veranstaltung ist frei.

Seit 1987 Chemisch Reinigen - Mangeln - Waschen
 Textilpflege Johnigk Heikendorf • Inh. Beate Tietjens • Rathaus-Passage • Tel. 0431-242330

Spitzenqualität durch die **BÖWE-PER-Reinigung** 3-fach wirksamer als das billigere KWL-Reinigungsverfahren, welches bei fast allen Mitbewerbern im Großraum Kiel Anwendung findet, und handgebügelte Fertigung!
 Das ist Wellness für Ihre Garderobe, nicht zuletzt durch unsere Faserschutzrüstung!

Mein Service für Sie:

- Reinigen - Waschen - Mangeln

Ladenzeiten: Täglich 8.30 - 13.00 + 15.00 - 18.00 Uhr, Mi. bis 13.00 Uhr, Sa. 10.00 - 13.00 Uhr



Weihnachtsfeiern mit Genuss

Die Gastronomiebetriebe der Region bieten eine festliche Vielfalt an kulinarischen Genüssen und Räumlichkeiten

Lecker soll es sein, in schöner Atmosphäre, festlich und fröhlich, gute Stimmung und Platz

für alle – die Zeit der Weihnachtsfeiern steht wieder vor der Tür. Und natürlich soll auch die Weihnachtsparty mit den Kollegen, mit den Vereinskameraden, mit dem Kegelclub oder den Freunden ein echtes Highlight in der Vorweihnachtszeit werden – wichtig dabei ist, dass es allen schmeckt und dass sich alle wohlfühlen.

Lokalität für die Weihnachtsfeier möglichst frühzeitig gebucht werden, damit Sie auch wirklich ganz nach Ihren Vorstellungen feiern können.

scheiden müssen Sie sich leider selbst. Die Gastronomen stehen Ihnen dabei aber gern mit Rat und Tat zur Seite.

Die Gastronomiebetriebe in der Region mit ihren unterschiedlichsten Restaurants und Speisekarten bieten nicht nur eine unglaubliche Vielfalt an kulinarischen Genüssen sondern auch alles an Räumlichkeiten, was man sich nur wünschen kann. Ob fünf oder 50 Personen, Menü oder Buffet, Wein oder Bier – möglich ist alles, nur ent-

Wir haben für Sie auf dieser Seite ein paar Vorschläge zusammengestellt, wie es sich in jeder gewünschten Variation von rustikal bis festlich, von sportlich bis besinnlich herrlich weihnachtsfeiern lässt. Sicher ist auch für Sie das Richtige dabei – wir wünschen Ihnen viel Spaß und guten Appetit bei Ihrer Weihnachtsfeier!

DAS KLEINE STEAK HOUSE WERNHOLDS®
 Mönkeberg ☎ 0431-232300
 Mo. - Sa. 17.00 - 22.00 h, Küche bis 21.00 h
 So. u. Feiert. 12.00 - 22.00 h, Küche bis 21.00 h

Lassen Sie sich von unserem Sterne-Koch verwöhnen!

- Familienfreundliche Atmosphäre
- Großes Salatbuffet - Selbstbed. 4,90 €
- Parkplätze am Hause
- Saisonkarten und weitere extra Angebote
- extra Senioren Gerichte

Besuchen Sie uns auch auf facebook: Das kleine Steak House in Mönkeberg

Wir bitten um Reservierung!

November-Angebot:
GRÜNKOHLPLATTE
 mit Kasseler, Kochwurst, Schweinebacke u. Bratkartoffeln **14,90 €**

Genießen Sie - Küche in der Paus!
MITTAGSTISCH
 - Montag bis Freitag von 12.00 Uhr bis 15.00 Uhr -
 - Küche bis 14.30 Uhr -
Wählen Sie aus 5 Gerichten!
 unser Dauerbrenner: **Spare Ribs**
 600g 9,60 € | 800g 10,80 € | SATT 13,70 €
 Mo.-Do. 17.00 - 21.30 Uhr + So. 14.00 - 16.00 Uhr

Soll es in diesem Jahr mal die Italienische Küche sein? Oder köstlich knusprige Ente? Feinste regionale Küche? Eher gutbürgerlich, rustikal oder schick? Was auch immer Sie sich vorstellen, unter den Angeboten der hiesigen Gastronomie finden Sie garantiert die richtige Location mit der perfekten Speisekarte, denn die beides stimmen die freundlichen Inhaber gerne auf Ihre Wünsche ab. Denken Sie aber daran, rechtzeitig zu reservieren – denn obwohl bis Weihnachten noch einen Moment Zeit ist, sollte die



Filou Restaurant | Café | Bistro
 Promenade 18
 Schönberger Strand
 04344 - 414848

*Ihre Weihnachtsfeier schick und fein.
 Kommen Sie in unser geschmücktes Filou hinein.*

Verführerische Buffets mit regionalen Produkten, liebevoll zubereitet, oder Menüs mit leckeren Speisen sind nur ein Teil unseres vielseitigen Angebotes zu festlichen Anlässen. Wir freuen uns auf Sie.

Tel. 04344 - 414848
www.filou-ostsee.de

Schönkirchen
 Kiel 8502
 Klausdorf
 Ralsdorf
 Oppendorf
 Schwentin
 Flügendorf
 Ausflugslokal Oppendorfer Mühle

Ausflugslokal "Oppendorfer Mühle"

Unsere Küche empfiehlt im November:

Jedes Gericht für 7,90 €
Montag bis Freitag von 12.00 bis 19.30 Uhr

1. Ein Stück Karpfen (blau) mit Petersilienkartoffeln, Meerrettich und Sahne
2. Hähnchenschnitzel mit Salatrand und Pommes Frites
3. Rinderhacksteak mit Bratkartoffeln und Spiegelei
4. Schweinebraten mit Rotkohl und Kartoffelklößen
5. Grützwurst mit Apfelmus und Kartoffelschnee

Für Familien-, Betriebs- u. sonstige Feiern stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!
 Mühlenweg 9 · 24232 Schönkirchen · Tel. 04348/1628
 Küchen-Öffnungszeiten: täglich 12.00 bis 19.30 Uhr
Mittwochs Ruhetag!!!

Dithmarscher
 im Ausschank

– Anzeige –

Schönes zum Verwöhnen, Verschenken und Selberbehalten

Einkauf bei Kerzenschein mit Vorweihnachtsshoppping im Gesundheitszentrum am Löwen

Preetz (ed). Das Candlelight Shopping ist einer der schönsten Abende in der Preetzer Innenstadt – von Kerzen und Laternen erleuchtet lässt es sich hier ganz wundervoll auf roten Teppichen bummeln. So natürlich auch im Gesundheitszentrum am Löwen, denn das GZL am Markt lädt am Freitag bis um 21.30 Uhr und auch am Samstag, dem 7. November von 8 bis 13.30 Uhr zum großen Vorweihnachtsshoppping ein. Von der Apotheke über das Reform- wie auch das Sanitäts- haus bis hinein in die Parfümerie findet sich hier viel Schönes zum Verwöhnen, Verschenken und Selberbehalten – und das an beiden Tagen mit 20 Prozent vorweihnachtlichem Candlelight-Rabatt auf nahezu alles. „Wie die wunderbaren neuen Düfte hier bei uns in der Parfümerie“, strahlt Nicole Rainer. „Decadence“, der neue Duft von Marc Jacobs kommt im Handtaschenformat daher – und das im wortwörtlichen Sinne: Der Flakon ist einer Handtasche nach-

empfunden und sieht herrlich luxuriös aus. Und ebenso ist auch der Duft: Blumig, edel und frisch mit einer orientalischen Note. Wunder schön und opulent ist „Golden“ von Bulgari, ein warmer, kuscheliger Duft, in dessen Flakon sich der Schmuckdesigner Bulgari traumhaft verewigt hat. „Für die Herren ist „Strictly“ von Jil Sander eine tolle Geschenkidee“, empfiehlt Nicole Rainer, „sehr schön würzig und aromatisch.“ Pure Männlichkeit also. Etwas frischer, aber ebenso maskulin ist „Ultimate“ von Baldessarini. „Alle unsere Düfte gibt es in tollen Geschenksets“, so Bettina Krause aus der Geschäftsführung des GZL, „die den Duft in besonders schöner Verpackung bieten und immer noch eine kleine Überraschung bereithalten.“ Wer seiner Liebsten eine pflegende Freude machen möchte, dem empfeh-



len die Pflege-Expertinnen aus der Parfümerie das Sonic System von Clinique – eine Bürste, die mit Schalltechnologie die Haut strahlend schön und gesund reinigt. Eine Verjüngung der Haut in Lichtgeschwindigkeit erzielt die „Skin Absolute“ Day und Night von Filorga – „Ausstrahlung und Ebenmäßigkeit mit der Kraft des Saphirstaubes und dem dunklen Part des Meteoritenstaubes. Puschelige Wärmflaschen, aus besten Materialien in Deutschland hergestellt, sind für kleine

und große Kuschler eine wunderbare Geschenkidee – noch mehr Wärme spendet die schöne Medima-Wäsche für Tag und Nacht aus dem Sanitäts- haus. Duftend natürliche Geschenkideen finden sich auch im Reformhaus des GZL – hochwertige Naturkosmetik von Hauschka und Börlind, tolle Geschenk-Sets mit Duschgel und Bodylotion, mit Duft und Pflege machen Freude. Und in der Apotheke erwarten die Vorweihnachtsshopper die wirksamen Pflegelinien renommierter Hersteller wie Caudalie – mit der neuen Anti Ageing Pflegelinie – Eucerin oder La Roche Posay, die individuelle Pflege für jede Haut bieten. Zauberhafte Geschenke für die ganze Familie in entspannter Atmosphäre im ganzen Haus shoppen – wunderbar. Und zum Aufwärmen und Stärken kredenzt das Team des GZL zum Vorweihnachtsshoppping neben all diesen Geschenkideen für die Liebsten Bratwürstchen und heißen Raben.

VORWEIHNACHTS-SHOPPING

Fr. 6.11.15, 8.00 - 21.30 Uhr & Sa. 7.11.15, 8.00 - 13.30 Uhr



Parfümerie

Apotheke
Sanitätshaus
Reformhaus
Kosmetik / Kurmittel
Babyshop



GESUNDHEITZENTRUM AM LÖWEN

Schon jetzt
ans Schenken denken!

*Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt- und Reduzierungsaktionen. Keine Anwendung auf verschreibungspflichtige Arznei-/Hilfsmittel, Sonderpreise, Einkaufsgutscheine, Dienstleistungen, Bücher und Pfand.

GZL Gesundheitszentrum am Löwen GmbH, Löwen-Apotheke am Markt OHG
Markt 9-12, 24211 Preetz, www.gzl.de, 04342/71550



Bummeln bei Musik und Kerzenschein

am 6. November in der Preetzer Innenstadt



Kleinkunst, Klönschnack, Kulturelles

Preetz im Kerzenlicht

Preetz (los) Geselligkeit, Genuss, gemütliches Flair - alle Jahre wieder versteht es die Preetzer Geschäftswelt, die Zeit der immer länger werdenden Herbstabende mit dem beliebten Candlelight-Shopping als einer stimmungsvollsten Veranstaltungen zu versüßen. Am kommenden Freitag, 6. November ist es ab 18 Uhr wieder so weit: Im schummrigen Licht der einsetzenden Dämmerung wandelt sich die Innenstadt zu einem abendlichen Treffpunkt der ganz besonderen Art und lädt zu einem ganz entspannten Spaziergang, zum Genießen und gemeinsamen Erleben ein. Preetzer, Gäste und Besucher aus der weiteren Umgebung dürfen sich auf einen warmen Empfang in der Schusterstadt freuen, die sich zu dem Anlass schön geschmückt und mit ausgerolltem roten Teppich besonders ein-

ladend präsentiert. Im Licht unzähliger Windlichte und Laterne dürfen ein paar Stunden mit Muße genossen werden. Dafür hat sich das Team „Kirchenstraßengemeinschaft“ ein abwechslungsreiches Programm ausgedacht, das Preetz in buchstäblich anderem Licht erscheinen lässt. Den Auftakt gestaltet dabei Kirchenmusiker Julian Mallek, der in der Preetzer Stadtkirche im Rahmen eines Orgelkonzerts klangvoll in den Novemberabend einstimmt. Damit niemand die Gelegenheit dieses musikalischen Extras versäumt, soll auch der Weg von der Kirchenstraße bis zu dem geschmückten Gotteshaus beleuchtet und dafür liebevoll mit Kerzenlicht ausgestaltet werden. Musikalisch setzt sich der Abend bei Dieter Jensen, Jensen Raumgestaltung (Kirchenstraße 30)



mit der Michael Weiss Jazzband fort und mehrere „Open Air – Musikgruppen“, Trommeln und Blechbläser sorgen für gute Stimmung in den Straßen. Neben dem „Ramba-Zamba“ in der Innenstadt sind es aber auch Kleinkünstler, die mit Überraschungen aufwarten. Herbstzeit ist Erntezeit und so bietet die Schlachtereierie Habermann den ersten Grünkohl der

Saison an, der heiß und lecker zubereitet hier quasi zum Candlelight-Dinner bereit steht. Aber auch in vielen Läden und Geschäften, die an diesem Abend geöffnet bleiben, gibt es kulinarische Kleinigkeiten und Getränke. Welche Türen am Abend noch offen stehen, ist übrigens leicht zu erkennen: Denn alle diese Eingänge

sind mit einem roten Teppich und Kerzenlicht so ansprechend und charmant geschmückt, dass sie einfach zum Betreten, sich Umschauen und Staunen einladen. Wer durch die Läden bummelt, kann so manche Überraschung erleben, Neues, Ungewöhnliches oder auch Bewährtes für sich entdecken. So stellt die Postfelder Künstlerin Margit Huch-Brümmer in der Buchhandlung am Markt ihr neues Buch vor, das sie selbst geschrieben und gestaltet hat. Und auch das Heimatmuseum ist bis 21 Uhr geöffnet und bietet so Gelegenheit, sich in der aktuellen Petonke-Ausstellung zu vertiefen, die der Veranstaltung zusätzliches Lokalkolorit verleiht. Zu sehen sind hier heim- und ortsbezogene Fotografien der 50-er und 60-er Jahre von Wolfgang Petonke.

Kurz: Es gibt vieles zu entdecken, auszuprobieren und viel Gelegenheit zum gemütlichen Klönschnack, für Kontakte und Informationen – das romantische Candlelight-Shopping lädt dazu ein, die Seele einfach ein bisschen baumeln zu lassen, ganz genießerisch durch die Straßen zu schlendern und sich treiben zu lassen. Und vielleicht auch, um die Gedanken auf eine kommende, besinnliche Zeit zu richten, die in den Läden von Markt, Kirchen- und Lange Brückstraße bereits deutlich anklingt.



**Herbstaktion mit
Candlelight-Shopping**

am Freitag, 06.11.2015,
von 9:30 bis 21:30,
und
Sonnabend, 07.11.2015,
von 9:30 bis 13:00

10% Rabatt *
auf alle aktuellen
Herbst-Winter-Kollektionen

(*nur gültig am 06. u. 07.11.2015,
Reservierung ab heute möglich)

*
**Für Sie
im Midseason Sale**

Attraktive Einzelteile
bis - 30% reduziert

24211 Preetz - Bahnhofstr.6 - Tel. 04342-2637

ANKAUF & VERKAUF

Antik & Trödel

- ◆ **Goldschmuck, Bruchgold, Zahngold, Schmuck, Antikschmuck, Modeschmuck, Omaschmuck, 333er, 585er, 750er**
- ◆ **Silber: Schmuck, Bestecke, Leuchter, Schalen, Münzen, Dosen**
- ◆ **Bernstein in jeder Form und alter Weihnachtsschmuck**
- ◆ **Militaria: Orden, Ehrenzeichen, Dolche, Säbel, Fotos, Alben, Urkunden, Postkarten vor 1945**
- ◆ **Porzellan, Lampen, Meissen, Uhren, Möbel, Antikspielzeug, Bilder, Porzellanfiguren usw.**



BARGELD SOFORT!
Ankauf von ganzen Nachlässen

das STÖBERLÄDCHEN

Kirchenstraße 17 • Preetz (neben Etiling) • Tel. (0 43 42) 30 93 16
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9:30 - 13:00 Uhr und 15:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch Nachmittag geschlossen • Sa. 9:00 - 13:00 Uhr



9. Preetzer Candlelight-Shopping

**am 6. November 2015
bis 21.30 Uhr**

Wir laden Sie herzlich ein...

VILLA KINDERLAND | SCHUHHAUS KLINT
 JUWELIER RENSMeyer | WEINKONTOR 54
 PREETZER BÜCHERSTUBE | KOSTBAR
 JANNY'S EIS | PREETZER CAFÉSTUBEN
 GZL GESUNDHEITZENTRUM AM LÖWEN
 JARRE FOTO | WOHNEN & SCHENKEN
 MODEBOUTIQUE WALLUSHECK
 BRILLEN ROTTNER HEINZEL | WOLLKNÄUEL
 FLEISCHEREI HABERMANN | CUT & GO!
 RALPH BAHR BAGS & MORE | NATUR & CO.
 KAMINBAU FAHRENKRUG | PETERSDOTTER
 SHELLY'S NO. 11 ZIEHT MÄNNER AN | HOLD
 OPTIKER EGGERS | ETTLING BASTELBEDARF
 GOLDSCHMIEDE AN DER STADTKIRCHE
 WAS DAS HERZ BEGEHRT | WELTLADEN
 ATOLL/FORMSCHÖN | HEIMATMUSEUM
 REISEBÜRO PREETZ | DAS STÖBERLÄDCHEN
 TEE-ECKE | BUCHHANDLUNG AM MARKT
 LÖWENZAHN BIO-MARKT | ARKO CONFISERIE
 SCHUSTERSTADT PREETZ E.V. | FILUM
 JENSEN IHR MALER & RAUMAUSSTATTER

[bauen : wohnen : renovieren]

Meisterbetrieb
gunnar.pries
Bad | Sanitär | Heizung

Rührsbrook 56 | 24226 Heikendorf
Tel. 0431. 530 21 46 | Mobil 0177. 861 15 34
Fax 0431. 97 99 85 51
info@hallo-bad.de | www.hallo-bad.de

Mit uns haben Sie alles
gut be**DACHt!**

Tel. (04 31) 24 20 01
Mölfenorter Weg 14
24226 Heikendorf

DACHDECKEREI
BUSCH<sup>G
m
b
H</sup>
BAUKLEMPNEREI · FASSADENBAU

D. STEINERT
Maurer-, Betonbau-, Zimmerer-
und Ausbauarbeiten

- von der Reparatur bis zum schlüsselfertigen Eigenheim
- Komplettlösungen seit über 35 Jahren
- Wir suchen Baugrundstücke in guter Lage

24226 Heikendorf • Hammerstiel 7 • Tel. (0431) 24 87 60
Fax 2 48 76 60 • www.steinert-bau.de

Meisterhaft
Deutsche Bauwirtschaft

HANS BARRA
Straßen- u. Tiefbau
www.hans-barra-tiefbau.de
☎ 04 31/24 11 69

- ✓ Gehwegabsenkungen • Kellerabdichtungen
- ✓ Abbrucharbeiten • Hausanschlüsse
- ✓ Maurerarbeiten • Kanalisation
- ✓ Asphaltierungs- und Pflasterarbeiten
- ✓ Rohrpressungen und Kernbohrungen
- ✓ Reparaturen rund ums Haus



VISSEL
SIEGFRIED

Heinrich-Wöhlk-Straße 15 • 24232 Schönkirchen
Tel.: 0 43 48 - 5 33 • Fax: 0 4348 - 10 23

- Abbruch- und Erdarbeiten
- Stahlbeton - Kernbohrungen
- Stahlbeton - Sägearbeiten
- Astbestandsanierung und -entsorgung

www.siegfried-vissel.de

◆ Teppichböden
◆ Linoleum
◆ Parkett
◆ Designbeläge

Bodenbeläge
SGroße
böden

Teichtor 10 • 24226 Heikendorf
Tel. 0431 - 23 99 721 • Fax 23 99 723
e-mail: BSG-Heikendorf@t-online.de

Die Dachdeckermeister
MAYWALD
Dorothea-Erxleben-Str. 1 - 24145 Kiel-Wellsee
Haben Sie Probleme in diesem Bereich?
**Rufen Sie uns an:
Tel. 0431 71 9051**
... denn Sie haben es verdient, im Trockenen zu sitzen.

- Flachdach
- Steildach
- Fassaden
- Klempnerei
- Naturschiefer
- Dachflächenfenster

Bauunternehmen
BARWITZKI GmbH
Dachdeckerei • Zimmerei
Mauerwerk • Stahlbetonbau
Fachbetrieb für Energieeinsparmaßnahmen

...an alles gebACHT!

J.B.
MEISTERBETRIEB

Und was verbrauchst
Du auf den m²?

Ausgezeichnet vom Bau-
gewerbeverband und der
Innung mit dem Gütesiegel:
Meisterhaft
Baugewerbeverband
Schleswig-Holstein ★★★★★

**Qualität zum
fairen Preis!**

Kamp 2 • 24217 Schönberg • Telefon 0 43 44 / 41 41 832



Gesches Grün
Klaus Gesche - Inh. Frank Gesche
**Ihr Fachmann rund
um den Garten**


Gartencenter
Garten- und Landschaftsbau
Hammerstiel 2 • 24226 Heikendorf • Telefon (04 31) 24 33 68



Gesund & Fit

Beweglich durch die kalte Jahreszeit

Kreis Plön (t). Wenn es draußen ungemütlich wird, leiden viele

Menschen verstärkt unter schmerzenden Gelenken. Doch nicht allein Kälte und Feuchtigkeit sind die Ursache. Vielmehr liegt es daran, dass man bei schlechtem Wetter dazu neigt, zuhause zu bleiben und Aktivitäten wie Radfahren, Walken und Spaziergehen auf schönere Tage verschiebt. Aber gerade das kann für Arthrosepatienten fatal sein. Denn wenn man sich nicht bewegt, werden die Gelenke erst recht steif und schmerzen.



Effekt zu erzielen. Geeignet sind in der kalten Jahreszeit beispielsweise Aquagymnastik, Indoor-Cycling, asiatische Bewegungsformen wie Tai Chi und Qi Gong sowie moderate Einheiten auf dem Laufband oder auf dem Crosstrainer. Wer ins Fitnessstudio oder in ein größeres Schwimmbad geht, kann hier zudem die wohltuenden Wellnessangebote nutzen. So genießen viele Menschen mit nichtentzündlichen Gelenkbeschwerden eine Runde im warmen Whirlpool oder in der Sauna.

Zahnärzte

Dr. Joern Diercks
Heiko Evers

- Prophylaxe
- Implantologie
- Bleaching
- Vollkeramik

Mo.-Do.
08.00 - 20.00
Fr.
08.00 - 18.00

Am Schmiedeplatz 2
24226 Heikendorf
Tel 0431/241249

Heikendorfer Weg 81
24248 Mönkeberg
Tel 0431/23442

Neue Praxisräume im Ärztehaus!

Trainieren für die Gelenke

Regelmäßiges Training hingegen kräftigt Muskeln, Sehnen und Bänder und entlastet die Gelenke. Darüber hinaus wird die Produktion körpereigener Gelenkflüssigkeit angeregt und der Knorpel viel besser mit Nährstoff-

fen versorgt. Darum heißt es auch in der kalten Jahreszeit: Runter vom Sofa und in Bewegung kommen - zum Beispiel in einem Fitnesscenter oder im Sportverein. Dafür sollte man allerdings zuerst einmal so weit wie möglich schmerzfrei sein. Der Arzt kann hierfür geeignete Medikamente verschreiben oder Injektionen verabreichen. Wer nun motiviert loslegen möchte, sollte auf Gelenk schonende Sportarten setzen und dreimal wöchentlich trainieren, um einen positiven

Effekt zu erzielen. Geeignet sind in der kalten Jahreszeit beispielsweise Aquagymnastik, Indoor-Cycling, asiatische Bewegungsformen wie Tai Chi und Qi Gong sowie moderate Einheiten auf dem Laufband oder auf dem Crosstrainer. Wer ins Fitnessstudio oder in ein größeres Schwimmbad geht, kann hier zudem die wohltuenden Wellnessangebote nutzen. So genießen viele Menschen mit nichtentzündlichen Gelenkbeschwerden eine Runde im warmen Whirlpool oder in der Sauna.

Sicher im Winter unterwegs

Nicht nur die Kälte macht vielen Arthrosepatienten zu schaffen - oft wird es durch feuchtes Laub, überfrierende Nässe und Schnee auch gefährlich rutschig. Manche verunsichert zudem die früh einsetzende Dunkelheit. Um Stürze zu vermeiden, ist darum draußen Vorsorge angebracht. Hierzu zählen gut sitzende Schuhe mit rutschfester Profilssole. Bei Glatteis sind zusätzlich Spikes nützlich. Wenn möglich wählt man sorgfältig geräumte und gut mit Straßenlaternen beleuchtete Wege, und beim Bewältigen von oft schlecht gestreuten Treppenaufgängen sollte man sich immer gut am Handlauf festhalten.

-Anzeige-

Wandern im Herbst

**AOK empfiehlt:
Familienausflug gut vorbereiten**

Kiel (t) Im Herbst präsentiert sich die Natur oft noch mal von ihrer schönen Seite: Bunte, laubgefärbte Wälder, angenehme Temperaturen und klare Luft sind dann eine Einladung für alle Wanderfreunde, aktiv zu werden. Wandern gehört inzwischen auch zu den aktuellen Trendsportarten. Besonders Familien haben diese Freizeitaktivität für sich neu entdeckt. „Eine gute Vorbereitung ist dabei wichtig. Man kann gleichzeitig sportlich aktiv sein, sich entspannen und Zeit miteinander verbringen“, erklärt AOK-Niederlassungsleiter Jens Krügel aus Kiel. Außerdem ist Wandern gesund: Die Bewegung an der frischen Luft stärkt Herz, Kreislauf und Immunsystem, baut Stress ab, kräftigt Muskeln, Gelenke und Bänder, verbrennt Kalorien und macht gute Laune. Tipps für das Wandern mit Kindern in Kooperation mit dem Deutschen Wanderverband sind online unter www.aok.de/nw und unter www.wanderares-deutschland.de abrufbar.



Bei Sonnenschein und Glitzer-schnee kann ein gelenkfreundlicher Spaziergang auch im Winter Spaß machen. (djd)

AOK
Die Gesundheitskasse.
Der AOK Gesundheitstipp



Martina Wilke
Heilpraktikerin
für Psychotherapie



Neueröffnung nach Umzug

- Psychologische Beratung • Psychotherapie
- Entspannungskurse (Neue Kurse ab 9. November)
ab sofort im Zentrum von Heikendorf

Dorfstraße 11 • 24226 Heikendorf • Tel: 0431 - 908 986 23
www.zeitraum-heikendorf.de

Die Heilkraft der Bewegung Gesund ohne Medikamente

Die Fußreflexzonenmassage ist eine 4000 Jahre alte Heilmethode der Naturvölker aus Asien und Nordamerika. Die Schweizer Firma goFit GmbH Weinfelden hat diese Methode der Stimulierung der Fußsohlen neu entdeckt und weiterentwickelt. Bewegung wirkt Wunder! Unter Medizinern und Physiotherapeuten ist unbestritten: Der menschliche Körper muss aktiv bleiben. Dies gilt ganz besonders im Alter.

Professor Edward Senn ist ohne Zweifel einer der renommiertesten Spezialisten in Deutschland, wenn es um Physikalische und Rehabilitative Medizin. Er empfiehlt: „Bei gewissen Symptomen der **Fibromyalgie** sollte man zweimal täglich 20 Minuten auf der goFit-Matte gehen.“



Augenoptikermeister und staatl. geprüf. Augenoptiker Wilfried Hartwig empfiehlt die goFit-Matte Personen die u.a. an einer **Makuladegeneration** leiden. Seine Erfahrung: „Bei Makuladegeneration lässt die Sehleistung drastisch nach. Ich habe die Betroffenen auf die Matte gestellt und sie zwei Minuten darauf laufen lassen. Die anschließend gemessene Sehleistung war in allen Fällen deutlich verbessert. Menschen, die zu Beginn nur 20 Prozent Sehleistung hatten, konnten plötzlich Sehzeichen von 40 Prozent und mehr lesen!“

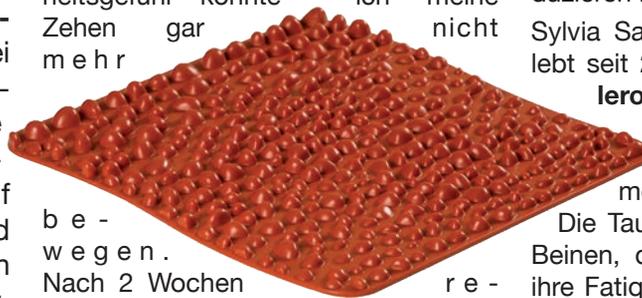
Der Apotheker **Josef Stuhler** von der Marien-Apotheke im bayeri-

schen Wertingen ist begeistert. „Ich habe sportbedingt Arthrose-Probleme in der Hüfte und im Knie. Seit ich regelmäßig die Matte nutze, geht es mir deutlich besser. Die Beschwerden werden nachhaltig gelindert.“

Der Heilpraktiker **Tilman Reinhardt** aus Eichenau testete die goFit-Matte im Selbstversuch. Er konnte erfolgreich seine **Knieprobleme, Fußbeschwerden** und schmerzhaften Reaktionen des äußeren Hüftmuskels therapieren. Sein Fazit: „Nach diesem gründlichen Versuch werde ich meinen Patienten die goFit-Matte guten Gewissens verordnen können.“

Maximilian K. aus Konstanz berichtet: „Im Januar 2000 wurde bei mir **Diabetes mellitus** festgestellt. Der Blutzuckerspiegel entgleiste immer öfter. Vor 2 Jahren wurde auch noch eine **Neuropathie** diagnostiziert.

Durch die Schmerzen und dem Taubheitsgefühl konnte ich meine Zehen gar nicht mehr



be-

wegen. Nach 2 Wochen regelmäßigem Gehen auf der goFit-Matte konnte ich mit den Zehen einen Bleistift vom Boden aufheben und nahm nach 2 Monaten 5kg ab.“

Dozent Dr. med. **Hansjörg Kuppardt** aus Leipzig, Sportmediziner und Facharzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin, war aktiver Langstreckenläufer. Ab 2010 hatte er erhebliche **Knieprobleme (Gonarthrose)**. Er übte täglich zweimal 10 Minuten auf der goFit-Matte. „Es war wie ein Wunder“, ist der Sportmediziner begeistert, „die Matte brachte mir endlich den Behandlungsdurchbruch. 2014 habe ich wieder intensiv trainieren können.“

Ruth R. aus Reutlingen läuft täglich auf der Matte. „Dank der Matte bin ich

goFit

das Original - die Gesundheitsinnovation
designed in Switzerland

- Anzeige -

PROBSTEER

als 91-jährige körperlich und geistig ausgesprochen rege. Die Schwindelanfälle durch einen Sturz sind innerhalb von 3 Wochen fast verschwunden und ich kann wieder ohne Hilfe größere Spaziergänge machen. Das ist wirklich ein Segen.“



Seit rund sieben Jahren leidet **Erich P.** unter **Morbus Parkinson (Rigor)**, auch **Muskelstarre** genannt. Das Gehen auf der Matte kombiniert er mit gezielten Übungen, die den Energiefluss im Körper zusätzlich positiv beeinflussen. „Es sei einfach ein gutes Gefühl, wenn sich die morgendliche Verkrampfung durch die goFit-Matte nachhaltig löst und er die Einnahme von Medikamenten reduzieren könne.“

Sylvia Sassonov ist Buchautorin und lebt seit 21 Jahren mit **Multipler Sklerose**. Seit sie ihre goFit-Matte regelmäßig anwendet, sind etliche ihrer MS-Symptome spürbar besser geworden:

Die Taubheitsgefühle in Armen und Beinen, die Gangunsicherheit, selbst ihre Fatigue (chronische Erschöpfung) hat nachgelassen.

Das Wirkprinzip der goFit-Matte ist denkbar einfach: Das Gehen auf der Matte hilft bei vielen Leiden und Beschwerden.

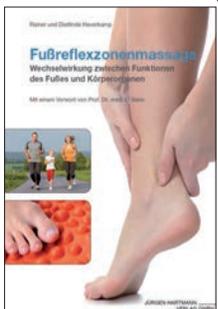
Warum sollte die goFit-Matte nicht auch Ihnen helfen?

 **hartwig**
Brillen & Optometrie

Dorfstraße 8-10 • 24226 Heikendorf
Tel. 0431-241312 • Fax 0431-241314
www.firma-hartwig.de

verantwortlich:
goFit GmbH
Weinfelden

Gesunde und kräftige Füße sind wichtig für unser allgemeines Befinden. Dieses Buch sagt Ihnen, wie sie mit regelmäßiger Fußreflexzonenmassage etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden tun können. Mit vielen Beispielen und Abbildungen.



Bauen & wohnen

FrISCHE LUFT IST DER BESTE SCHIMMELSCHUTZ

Dezentrale Lüftungsanlagen regulieren automatisch den Luftwechsel im Haus

Kreis Plön (t) Beschlagene Fensterscheiben sind ein Warnsignal: Verursacht wird dieser Effekt durch eine zu hohe Luftfeuchtigkeit in den Wohnräumen, die sich nicht nur auf den

Glasflächen, sondern auch auf den Wänden niederschlägt. Das wiederum kann geradezu ideale Wachstumsbedingungen für Schimmelpilze schaffen. Die gefürchteten Pilzsporen benötigen eine feucht-warme Umgebung. Mit einem richtigen und regelmäßigen Lüften kann man diesem Gesundheitsrisiko aber entgegenwirken.

► **AUSFÜHRUNG SÄMTLICHER ZIMMERER- UND DACH-DECKERARBEITEN**

Timm Schippmann
Zimmerei - Holzbau

Dorfstraße 119
24248 Mönkeberg
Büro 0431-78 58 058
info@zimmerei-schippmann.de

www.zimmerei-schippmann.de

Querlüftungsprinzip sorgt für Frischluft

Die Faustformel dazu lautet Querlüften: Dabei werden zwei gegenüberliegende Fenster für wenige Minuten vollständig ge-



öffnet. Kippstellungen hingegen sollte man vermeiden. Denn dadurch entsteht nur ein geringer Austausch mit der Außenluft. Doch nur die wenigsten halten

lletbetrieb. Während der eine frische Luft ansaugt, filtert und ins Zimmer abgibt, führt ein zweiter Lüfter die verbrauchte Luft ab. Geeignet sind solche Anlagen sowohl für den Neubau als auch für die Modernisierung. Zusätzliche Rohrleitungen sind nicht nötig, die Lüfter fügen sich somit unauffällig in den Wohnraum ein.

**HEIZUNG – SANITÄR
KOMPLETTBÄDER
LINNING**
Heikendorf, Tel. 24 16 93



Energieeffizientes Lüften

sich an diese Empfehlungen, um nicht die warme Luft nach außen abzugeben und dadurch Heizenergie zu verschwenden. Eine Alternative sind dezentrale Lüftungsanlagen. Sie arbeiten nach dem bewährten Querlüftungsprinzip mit zwei Lüftern im Paral-

Durch den konstanten Luftaustausch wird die Bildung von Feuchtigkeit und Schimmel verhindert. Die Bausubstanz wird geschützt und zugleich ein gesundes Raumklima gefördert. Anders als beim Stoßlüften geht keine wertvolle Heizenergie verloren. Eine dezentrale Lüftungsanlage sorgt für Frischluft im Raum, führt überschüssige Feuchtigkeit ab und kann somit die Bildung von Schimmel verhindern.

Schwichtenberg
Garten- und Landschaftsbau

- Pflasterarbeiten
- Baumpflege / Seilklettertechnik
- Schnitt- u. Fällarbeiten
- Gartengestaltung u. -pflege
- Dachbegrünung
- Teichbau

Nichts gedeiht ohne Pflege!

Neuheikendorfer Weg 148a 24226 Heikendorf Fon 0431 / 24 30 42
schwichtenberg.gala@gmail.com

Ein schönes Dach vom Fach



- Steildach
- Flachdach
- Schornsteinverkleidung
- Velux-Fenster

Jens Jahnke
Am Park 23
24253 Probsteierhagen
Tel. 04348 - 959950
Fax 04348 - 959470
Mobil 0170 - 2048926



Dachtechnik Laboe
Stephan Lassen

- Steildach
- Flachdach
- Gründach
- Solaranlagen

Freienfelde 6 24253 Röbsdorf
Tel.: 04348 - 91 31 790 · Bauklempnerei
Fax: 04348 - 91 31 791 · Fassadenbekleidung



Die Auto-Seite

Tipps für den Gebrauchtwagenkauf

Kreis Plön (dmd). Endlich hat man beim Autokauf den passenden Gebrauchten gefunden. Gut sieht er aus. Aber fährt er auch so? Die Probefahrt könnte es zeigen. Wer ganz auf der sicheren Seite sein möchte, schließt am besten mit dem Händler vor der Probefahrt eine schriftliche Vereinbarung. Dort sollte festgehalten werden, wann die Fahrt stattfindet, welche maximale Strecke zurückgelegt wird, wer im Schadensfall zahlt und wer die Kosten für den Kraftstoff übernimmt. Befinden sich bereits größere oder kleinere Schäden am Fahrzeug, sollten auch diese vor dem Start der Probefahrt schriftlich dokumentiert werden. Geht es dann los, ist es am besten, im Team zu fahren. Während der eine sich auf die Fahrt konzentriert, kann sich der Beifahrer ausführlich mit anderen Details beschäftigen, ohne durch den Verkehr abgelenkt zu sein. Sitzt man dann selbst am Steuer, heißt es zuerst, im Stand alle Funktionen auszuprobieren: die Hupe, Blin-

ker, Scheibenwischer, Innenlichter und Fluss der Gangschaltung im Stand. Um die Kupplung zu testen, wird das Auto gestartet und der dritte Gang eingelegt. Dann lässt man langsam die Kupplung kommen. Stirbt der Motor dabei ab, ist alles okay. Läuft er weiter, steht es nicht gut um diese Funktion. Bei der Kontrollfahrt sollte man darauf achten, wie sich das Fahrzeug beim Beschleunigen und beim Gangwechsel verhält. Flüssig oder holprig? Läuft beim schnellen Hoch- und Runterschalten alles glatt? Erzeugt das Überspringen von Gängen seltsame Geräusche? Akustisch erfährt man auch, ob die Stoßdämpfer, der eventuell vorhandene Turbolader und das Achslager okay sind. Auf einer geraden Strecke lässt sich die Spur gut testen. Einfach die Hände kurz vom Lenkrad nehmen. Führt das Auto geradeaus, prima. Auch die Bremsen zu testen ist ein absolutes Muss bei der Probefahrt. Ist die Wirkung auf beiden Seiten gleich oder

zieht das Fahrzeug nach rechts oder links während des Bremsvorgangs? Ganz am Schluss, am besten beim Rückwärtseinparken sollte man sich ganz auf den Lauf des Lenkrads konzentrieren. Läuft es fließend, knarzt es oder gibt es

andere Geräusche von sich? Wer all dies beachtet und sich für die Probefahrt viel Zeit nimmt, verhindert nicht zu hundert Prozent aber mit größerer Wahrscheinlichkeit, ein Fahrzeug mit möglichen Schäden zu erwerben.

AUTO *Galerie*

in Probsteierhagen GmbH

Kfz-Meisterwerkstatt für alle Fabrikate

Räderwechsel 19,95 €*

Gerne machen wir Ihnen auch ein Angebot für neue Reifen/Felgen

*gültig nur für PKW

Krensberg 2 • 24253 Probsteierhagen
Tel. 04348 / 91 91 10 • Werkstatt 91 91 12
www.autogalerie-probsteierhagen.de

WIR ZAHLLEN MEHR!

Sonderaktion für unsere ~~55~~ 24 sofort verfügbaren Neuwagen.



4.500€*

ÜBER DAT FÜR IHREN GEBRAUCHTEN



3.000€**

ÜBER DAT FÜR IHREN GEBRAUCHTEN

Kraftstoffverbrauch für alle Auris und Yaris Modelle kombiniert 5,6-3,3 l/100 km, CO₂-Emissionen kombiniert 130-75 g/km. Abbildung zeigt Sonderausstattung. Sie erhalten bei Kauf eines sofort verfügbaren Neuwagens mindestens 4.500 € (Auris*, Modell 2014), bzw. 3.000 € (Yaris**) über DAT für Ihren Gebrauchten. Aktion gilt bis zum 30.11.2015.



Flensburg • Husum
Rendsburg • Eckernförde
Kronshagen • Schwentinental

... den Norden nach vorn!

Auto Centrum Lass GmbH & Co. KG
autocentrum-lass.de
info@autocentrum-lass.de

Jetzt auch bei

Flensburg
Liebigstr. 14a • 04 61 - 90 38 00

Husum
Industriestr. 37 • 04 84 1 - 71 19 4

Rendsburg
Büsumer Str. 61-63 • 04 31 - 40 95

Eckernförde
Sauerstr. 15 • 04 31 - 42 48 1

Kronshagen
Eckernförder Str. 201 • 04 31 - 54 55 80

Schwentinental
Mergenthaler Str. 12 • 04 37 - 8 32 00



Qualitätsgebrauchtwagen aus der Region

Alle Fahrzeuge TÜV-geprüft – zum Teil mit Garantie • Finanzierung • Inzahlungnahme



Autohaus Estorff GmbH & Co.KG

Rautenbergstr. 38 • 24306 Plön
Tel. 04522 / 9011, Fax 9010,
info@estorff.de



Gebr. Jessen GmbH

Ihr Opel-Partner seit 1917!

Kieler Str. 33 / Klosterstr. 21
24211 Preetz
Telefon 04342/8584-0 • Fax 8584-25
opel.jessen@freenet.de
www.Opel-Jessen.de

MILKO HERBORTH MOBILE

Plöner Chaussee 22
24326 Ascheberg
Tel. 04526 / 33 99 80
www.herborth-mobile.de



Mobilität hat einen Namen

Kania GmbH
Industriestr. 8 • 23701 Eutin
Tel. 0 45 21 / 70 99 70

Autohaus DOOSE



Klüver Kamp 7 in Kalübbe
Tel. 0 45 26 / 5 98

www.mitsubishi-doose.de
E-Mail: mitsubishi-doose@t-online.de



Ihr Vertrauen ist unsere Motivation

OHLA-AUTOMOBILE GmbH

Freier Händler • Verkauf aller Marken

Kieler Straße 29 • 24321 Lütjenburg
Tel. 0 43 81 / 4 05 70 • www.OHLA.de



A3 Sportback 2.0 TDI, 02/11, 103 kW, 71 Tkm., schwarz, Attraction, Alcantra, LM16, ABS, ESP, CD, Einparkhilfe, Sitzheizung.
14.780,- OHLA-AUTOMOBILE



X1 sDrive 1.8d, 02/11, 105 kW, 82 Tkm. schwarz, Klimaautom., el. FH, LM, Tempomat, Einparkhilfe, CD, ABS, ESP, u.v.m.
20.980,- OHLA-AUTOMOBILE



Fiat 500 Lounge Automatik!, 08/11, 51 kW, 88 tkm., grau, Klimaautom., el. FH, LM 15, Panoramadach, Chrompaket, ABS, ESP, u.v.m.
7.980,- OHLA-AUTOMOBILE



Focus Kombi 1.6 Trend, EZ 2/05, 74 kW, 125.600 km Graphit-grau-met., Audiosystem 6000 CD, Nebelscheinwerfer integriert, ABS, ASR, el. FH v., Klima, ZV
4.990,- AH Kania

Focus CC 1.6 Trend, EZ 12/07, 74 kW, 77.900 km, met. luna, Audiosystem Sony CD MP3, Parkpilotsystem h., ABS, ASR, ESP, el. FH v. h., ZV m. FB Klima, Sitzhzg., el. Stahlklappdach
9.690,- AH Kania

S-Max 2.0 TDCi DPF Business Edition, EZ 4/14, 103 kW, 20.517 km, Pantherschwarz met., 3 Sitzreihen mit Einzelsitzen, Fahrassistens-System, Sitzhzg. v., Traveller Paket, el. FH, Tempomat, Power KeyFree-Startfunktion
24.890,- AH Kania



Jazz 1.2i Cool, EZ 12/06, 57 kW, grau metallic, Rad./CD, Klima, ZV m. FFB, el. FH + Spiegel
4.950,- AH Estorff



E240 Kombi, 3/01, 125 kW, schwarzem., Klima, Alu, Leder, Bose, Tempom., Winterräder, Sitzheiz.
2.999,- Herborth Mobile



Pajero edition 30, 03/14, 147 kW, silber, Leder, GSD, SV, ZV, 4WD, AHK, Klimaa., Sitzhzg., Privacy, Xenon, 7 Sitze
37.900,- AH Doose



Opel Movano Doka Pritsche L3 2,3 CDTI, 12/13, 91 kW, blau, 7-Sitzer, AHK 2,5 t, Nutzlast 1200 kg, 10.900 km, El. FH, ZV m. FFB, Rad./CD mit Bluetooth MwSt. ausweisbar
17.790,- AH Estorff



Vectra C Lim 3,2 GTS, 01/03, 155 kW, silber, 8 x Aluräder, Sportsitze, CD-Wechsler, Klima
3.799,- Herborth Mobile

Vectra 2.2. Lim., 10/05, 114 kW, silber, Klima, Navi, PDL, Winterräder
4.499,- Herborth Mobile

Astra 1.4 Caravan Edition, EZ 2/08, 66 kW, 85 tkm, silbermet., Airbag, ABS, Audiosystem CD 30, BC, Bremsassistent, ESP, Klima, Servo, ZV
6.890,- AH Kania

Corsa 1.2 16V ecoFLEX Edition 111 Jahre, Flex-Fix, ABS, Fahrerairbag, Beifahrerairbag, Klimaanlage, Radio, Servolenkung, Elektr. Fensterheber, Zentralverriegelung, Traktionskontrolle, Seitenairbag, Garantie, Tempomat, Bordcomputer, ESP, MP3, Nichtraucherfahrzeug, Multifunktionslenkrad, Elektrische Seitenspiegel, Isofix, CD
6.990,- AH Jessen

Corsa 1.4 i Satellite, 5-Türer, EZ 10/11, 64 kW, schwarz-met., Sitz/Lenkradhzg., Parkpilot, Tempom., LM-Felgen, Nebels., Klima, CD-Radio,
7.750,- AH Estorff



Zafira B 1.8 Edition 111Jahre, mit ABS, Alu, BC, CD, El. FH.+ Spiegel, ESP, HU/AU neu, Klima, Lichtsensor, Multi. Lenkr., Nichtraucherfahrzeug, Rad., Regensensor, Serv., Tempomat, ZV
7.990,- AH Jessen

Astra 1,6 Cosmo, 03/10, 85 kW, silbersee, Bi-Xenon/AFL+, Klimaautomatik, Sitzhzg., Tempomat, Alu, BC, Parkpilot v + h
9.950,- AH Estorff

Astra 1.4 ecoFLEX Selection, ABS, RA/CD, El. FH, ESP, Isofix, Klima, Schekcheftgepflegt, Tagfahrlicht, ZV
9.750,- AH Jessen

Meriva 1.4 ecoflex Design Edition, ABS, Fahrerairbag, Beifahrerairbag, Klimaanlage, Radio, Servolenkung, Elektr. Fensterheber, Zentralverriegelung, Nebelscheinwerfer, Wegfahrsperre, Traktionskontrolle, Seitenairbag, Garantie, Tempomat, Bordcomputer, ESP, MP3, Nichtraucherfahrzeug, Multifunktionslenkrad, Tagfahrlicht, Elektrische Seitenspiegel, Isofix, CD
10.490,- AH Jessen

Meriva Edition 1.4 Turbo, 11/11, 88 kW, muskatgrau, Navi, NS, BC, Tempomat, Klimaautom., el. FH, ZV m. FFB
10.950,- AH Estorff

Adam 1.2 Glam, Parkpilot, IntelliLink, Klimaautomatik, ABS, Fahrerairbag, Beifahrerairbag, Klimaanlage, Lederausstattung, Radio, Servolenkung, Elektr. Fensterheber, Alufelgen, Elektrische Sitze, Zentralverriegelung, Navigationssystem, Wegfahrsperre, Klimaautomatik, Traktionskontrolle, Seitenairbag, Garantie, Tempomat, Einparkhilfe, Bordcomputer, ESP, MP3, Nichtraucherfahrzeug, Multifunktionslenkrad, Tagfahrlicht, Elektrische Seitenspiegel, Bluetooth, Freisprecheinrichtung, Isofix, Einparkhilfe Sensoren hinten
11.990,- AH Jessen

Astra 1.6 Turbo Automatik, 12/10, 132 kW, schwarz met., 35 tkm, Leder schwarz, Klimaautomatik, Xenon AFL Licht, Alu, Nebel, Tempomat, Sitzhzg., Parkpilot v. + h., Navi
13.450,- AH Estorff

Corsa E Edition 1.4, 5 türig, 4000 km, 02/15, Geschäftswagen, Klima, ZV, ABS, CD Radio, HSA, Isofix, met. Lack, Start/Stopp
13.990,- AH Jessen

Astra 2,0 CDTI Innovation Automatik, 06/12, 121 kW, carbonschwarz, Bi-Xenon/AFL+, Klimaautomatik, Alu, Parkpilot, Sitz- u. Lenkradhzg., Tempomat
13.950,- AH Estorff

Insignia Sports Tourer 2.0 CDTI Automatik, EZ 05/09, 118 kW, silber, 47 tkm, Klima, Navi, Tempomat, Alu, Parkpilot, Nebel, AHK, Sportsitze
14.950,- AH Estorff

Opel Meriva 1.4 Style, Ganzjahresreifen, Sitzheizung, Parkpilot, ABS, Fahrerairbag, Beifahrerairbag, Klimaanlage, Radio, Servolenkung, Elektr. Fensterheber, Alufelgen, Zentralverriegelung, Nebelscheinwerfer, Wegfahrsperre, Klimaautomatik, Traktionskontrolle, Seitenairbag, Sitzheizung, Tempomat, Einparkhilfe, Bordcomputer, ESP, MP3, Nichtraucherfahrzeug, Multifunktionslenkrad, Tagfahrlicht, Elektrische Seitenspiegel, Bluetooth, Freisprecheinrichtung, Isofix, Einparkhilfe, Sensoren vorne, Einparkhilfe Sensoren hinten, CD
15.990,- AH Jessen

Astra Sports Tourer Energy 2.0 CDTI, 06/14, 121 kW, schwarzmet., Klimaautom., Alu schwarz, Sportsitze, Lenk u. Sitzhzg., NS, el. FH + Spiegel beheizb., Parkpilot v. + h., Tempomat, Freisprech u. Bluetooth
21.990,- MwSt. ausweisbar AH Estorff



Zafira Tourer Actice 2,0 CDTI, 04/14, 121 kW, schwarz metallic, AHK, Lenkrad- u. Sitzhzg., Sportsitze, Navi, Alu, Nebel, el. FH, ZV m. FFB, Rückfahrkamera, MwSt. ausweisbar
22.950,- AH Estorff

Cascada 1.4 Turbo ecoFLEX Start/ Stop Edition, EZ 06/15, 4.000 tkm, 103 kW, mahagonibraun metal., Lenkradheiz., Sitzheizung, vorn, Premium-Stoffverdeck braun, 18" LM Felgen, 600 IntelliLink, Servo, el. FH, Nichtraucher, Sportsitze, Isofix, Einparkhilfesensoren vorn + hinten uvm.
26.990,- AH Jessen



207 Sport 1.6i 16V, 03/07, 88 kW, silber, BC, ESP, Klima, Alu, Nebel, Sportsitze, Rad./CD
5.950,- AH Estorff



Fabia 1.4 16V Cool Edition, EZ 9/07, 59 kW, 122.900 km, Corridorot, ABS, Bremsassistent, Klima, Servo, Audiosystem, Zahnriemen neu
4.790,- AH Kania



Renault Scenic II 2.0 16V, EZ 05/05, 99 kW, Schwarz, Klima, Glasschiebedach, Leder, Alufelgen
3.999,- Herborth Mobile

Trafic Combi Authentique dci, EZ 06/13, 84 kW, 131.500 km, silber met., Einparkhilfe h., Klima, Freisprecheinrichtung, Licht-/Regensensor, Navi, ABS, ZV m. FB, AHK, 9 Sitzer
13.990,- AH Kania



Corolla 1.4, 11/02, 71 kW, silber, Alusommer-räder, Winterräder, Klima, Standheizung, sehr gepflegt
3.299,- Herborth Mobile



Golf IV, 2.0, Variant, 03/03, 85 kW, rot met., AHK, Klimaautom., Glasdach, Standheiz., Sitzheiz., Freisprech Tel., Winterpaket
3.999,- Herborth Mobile

VW Golf V 1.4 Lim. Autogas, 06/05, 55 kW, graumet, 5 Türen, Climatronic, Tempomat, Sitzhzg., Alu
5.499,- Herborth Mobile

VW Golf V 1.4, 02/08, 59 kW, graumet, 5 Türen, Alu, Klima, Sitzhzg., AHK 7.499,- Herborth Mobile

Golf Variant 1.2 TFSI, 03/11, 77 kW, silber, Climatronic, Sitzheizung, Parkpilot, el. FH v. + h., NSW inkl. statischem Kurvenlicht, Alu
12.950,- AH Estorff

Abkürzungen

ABS	Anti-Blockier-System
AHK	Anhängerkupplung
Alu	Alu-Felgen
AU	Abgas-Untersuchung
Bj.	Baujahr
DR	Dachreling
el.	elektrisch
FH	Fensterheber
FP	Festpreis
GSD	Glas-Schiebedach



Streifenwagen beschädigt

Polizei bittet um Hinweise

Schönberg (t). Vergangene Woche haben Unbekannte einen Streifenwagen der Schönberger Polizeistation beschädigt. Eine Scheibe wurde eingeschlagen, eine weitere beschädigt. Außerdem befinden sich mehrere Dellen am Fahrzeug. Die Polizei sucht nach eventuellen Zeugen, die etwas am Donnerstag beobachtet haben.

Die Beamten waren mit einem anderen Streifenwagen zwischen 19:20 Uhr und 00:05 Uhr mit anderen Einsätzen beschäftigt und somit nicht auf der Dienststelle. Während dieses Zeitraums haben Unbekannte den auf dem

Parkplatz der Dienststelle in der Ostseestraße geparkten Wagen beschädigt, indem die Seitenscheibe der Fahrerseite eingeworfen und die hintere rechte Scheibe beschädigt wurde. Darüber hinaus stellten die Polizis-

ten mehrere Dellen am Fahrzeug fest, die vermutlich durch Tritte entstanden sind. Es konnten Spuren gesichert werden, die nun ausgewertet werden. An dem Streifenwagen entstand ein Sachschaden von etwa 3.000 Euro.

Zeugen, die etwas beobachtet haben, werden gebeten, die Polizei unter der Rufnummer 04344 / 291 50 zu informieren. Außerhalb der Dienstzeiten werden Hinweise über 110 angenommen.

Automarkt

4 M&S Komplettreder Mercedes B, W245, Bj. 2005-2011, 3 Winter gefahren. VHB 300,- €, Tel. 0431-243210

Opel Corsa, 90 PS, Bj. 2012, 3-tür., 18000 km, da etwas verbaut nur 6000,- € bar. Tel. 0160 8558256

Suche Auto mit oder ohne Tüv, Tel. 0173-6319413

**Kaufe alle Pkw
heil oder defekt
0171 - 275 79 61
0431 - 71 73 00**

**Kleinanzeigen
aufgeben
www.probsteer.de**

**Kaufe Wohnmobile
und Wohnwagen
Tel.: 03944-36160
www.wm-aw.de Fa.**

**Barankauf
aller gepflegten
Gebrauchtwagen
Wir garantieren eine
seriöse Abwicklung
Autohaus 04 31 / 68 87 67**

Die Blätter fallen. Die Preise auch.



Golf Trendline BMT 1.2 TSI 63 kW (85 PS)

Kraftstoffverbrauch, l/100 km: innerorts 6,1/
außerorts 4,2/kombiniert 4,9/CO₂-Emissionen,
g/km: kombiniert 113. Effizienzklasse B.

Hauspreis: 13.980,- €¹

inkl. Erlebnisabholung in der Autostadt Wolfsburg

4.105,- € Preisvorteil.²

Golf Sportsvan Trendline BMT 1.2 TSI 63 kW (85 PS)

Kraftstoffverbrauch, l/100 km: innerorts 6,1/
außerorts 4,2/kombiniert 4,9/CO₂-Emissionen,
g/km: kombiniert 114. Effizienzklasse B.

Hauspreis: 16.980,- €¹

inkl. Erlebnisabholung in der Autostadt Wolfsburg

3.840,- € Preisvorteil.²

¹ Preis gilt nur bei gleichzeitiger Inzahlungnahme Ihres Gebrauchtwagens (ausgenommen Audi, SEAT, ŠKODA oder Porsche) mit mindestens 4 Monaten Zulassungsdauer auf Ihren Namen. ² Gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers für ein vergleichbar ausgestattetes Modell. Angebot gültig bis 27.11.2015. Nur solange der Vorrat reicht. Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis.



Das Auto.

Kath.
GRUPPE

Autohaus Kath GmbH

Ein Unternehmen der Emil Frey Gruppe Deutschland

Bordesholm, Kieler Str. 46, Tel. 04322/69 72-0*

Flensburg, Osterallee 207, Tel. 0461/31 99-96

Hamburg, Curslackner Neuer Deich 72, Tel. 040/725 61-10

Heide, Süderdamm 1-3, Tel. 0481/6800-0

Henstedt-Ulzburg, Norderstedter Str. 36, Tel. 04193/8901-0**

Husum, Andreas-Clausen-Str. 5, Tel. 04841/83 53-0

Kaltenkirchen, Porscherling 1, Tel. 04191/50 08-0

Kiel, Friedrichsorter Str. 74, Tel. 0431/39967-121

Preetz/Schellhorn, Plöner Landstr. 1-3, Tel. 04342/7672-0*

Rendsburg, Schleswiger Chaussee 26, Tel. 04331/701-222

* Volkswagen Agenturen

** Volkswagen Service-Betrieb

www.kath-gruppe.de



Probsteer Kalender

Termin-Annahme: Fax 0431-24 51 36 · E-Mail: info@probsteer.de



Donnerstag, 5. November 2015

Heikendorf. 15-16 Uhr, **Seniorenbeirat-Sprechstunde** im Rathaus, Raum E.06

Schönkirchen. 17-19 Uhr, **Begegnungscafe**, Flüchtlingshilfe Schönkirchen e.V., im Hörn-Huus

Freitag, 6. November 2015

Heikendorf. 10 Uhr, **wandern mit dem HSV**, ca. 10 km: Plön-entlang gr. Plöner See, Schöhsee + Höftsee. Fahrt mit PKW ab HSV-Parkpl.; Kosten pro Pers. 4 €

Stein. 10-11.30 Uhr, **Nordic Walking**, Treff: Sportheim

Schönberg. 19 Uhr, „**Schönberg-Talk**“, Menschen, Gespräche, Geschichten, Musik. Im Hotel Am Rathaus, Knüll 2. Eintritt frei, Spende für die Schönberger Tafel erwünscht. Veranstalter: Gemeinde Schönberg

Heikendorf. 19 Uhr, **Taizé-Anacht** in der ev. Kirche, Neuheikendorfer Weg 4

Heikendorf. 19.30 Uhr, **Vortrag**

„Marine in Kiel“, von Uwe Steinhoff. Auf dem HYC-Feuerschiff, Hafen Möltenort

Schönkirchen. 20 Uhr, **Konzert**: Carsten Lagner & Jens Kommnick, Chanson. Im Schmidt-Haus, Plüßkuhle

Samstag, 7. November 2015

Laboe. 10-13 Uhr, **Flohmarkt** mit Kaffee und Kuchenverkauf in der Grundschule Laboe, Schulstr. 1

Mönkeberg. 10-16 Uhr, **Ostuferschau der Rassekaninchenzüchter**, Basar + Kaffeeangebot. Hof Fischbeck, Dorfstr. 54; auch Sonntag. Eintritt frei

Schönkirchen. 15 Uhr, **Familien-Turmfest**, Gottesdienst im Anschluss Kaffee, Kuchen, Basteln, Pfadfinder mit Lagerfeuer. Ab 17 Uhr Laternelaufen, Marienkirche

Schönberg. 15 Uhr, **TSC-Folklore-Treffen**, ein buntes Programm von der Polka bis Irish Dance; Folkloretänze von Schweden bis Hawaii zum Zuschauen und Mittanzen. Großes Kuchenbuffet + Basar in der Tanzsporthalle, Strandstr. 40

Oppendorf. 18 Uhr, **Laternenumzug** der Siedlergemeinschaft Oppendorf, begleitet vom Spielmannzug NDTV Holsatia. Start: Wendehammer Ulmenweg, anschl. Stärkungen

Heikendorf. 18.30 Uhr, **Filmvorführung** über eine türkische Gastarbeiterfamilie. Veranstaltung der Roja-Gruppe ev. Kirchengemeinde. Vorweg wird eine Suppe gereicht, anschl. beginnt der Film im Gemeindehaus, Neuheikendorfer Weg 4

Sonntag, 8. November 2015

Dietrichsdorf. 10-13 Uhr, **Kinderkleidungs- u. Spielzeuggörse** in der Turnhalle des AWO-Stadtteilzentrums „Altes Volksbad“, Turmstr. 7. Veranstaltet vom Förderverein ev. Kita Noahs Arche

Montag, 9. November 2015

Stein. 10-11.30 Uhr, **Nordic Walking**, Treff: Sportheim

Probsteierhagen. 16-19.30 Uhr, **DRK-Blutspende** im ev. Gemeindehaus

Krummbek. 19.30 Uhr, **Vortrag**: „Möglichkeiten der Eigenstromversorgung aus Photovoltaik und Kleinwindkraftanlagen“, Ref. Walter Eggersglüß, Landwirtschaftskammer Schl.-Holstein. Dazu lädt der Land- u. Volkswirtschaftliche Verein Probstei in Witt's Gasthof, Im Dorfe 9, ein. Gäste sind herzlich willkommen

Dienstag, 10. November 2015

Heikendorf. 9-12 Uhr, **DRK-Frühstücksgruppe** für Menschen mit Demenz im Rathaus

Heikendorf. 18.30 Uhr, **MS Forelle - Open Ship**, im Hafen Möltenort

Heikendorf. 20 Uhr, **Lesung** „Mein Leben ohne mich“, Hospizbewegung Heikendorf, in der Gemeindebücherei

Mittwoch, 11. November 2015

Stein. 10-11.30 Uhr, **Nordic Walking**, Treff: Sportheim

CAPITOL Cine Center Preetz Tel. (0 43 42) 22 41

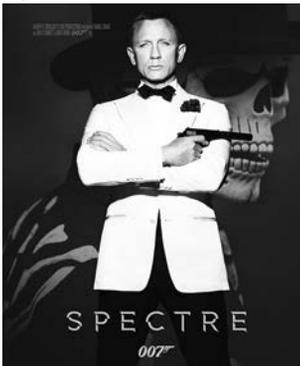
Ein modernes Verzeher-Kino in gemütlicher und gepflegter Atmosphäre!
Unser Programm ab Donnerstag, 5. November 2015:



Neu! Im Bundesstart
tägl. 14.45, 16.40 und 18.30 Uhr



tägl. 14.45 Uhr



Neu! Im Bundesstart
tägl. 14.30, 17.15 und 20.15 Uhr



tägl. 16.30 u. 20.30 Uhr,
Sa. nur 20.30 Uhr



tägl. außer Fr. u. Sa. 20.30 Uhr



Do., Mo. u. Mi. 17.15 Uhr



tägl. 14.45 u. 18.30 Uhr



Do., Mo. u. Mi. 20.30 Uhr



tägl. außer Fr. u. Sa. 20.30 Uhr



tägl. außer Sa. u. So. 14.30 Uhr



tägl. 14.30, 16.30 u. 18.30 Uhr



tägl. 20.30 Uhr



tägl. 14.45 Uhr



tägl. 16.30 u. 18.30 Uhr



tägl. 14.30, 16.30, 18.30 u. 20.30 Uhr



tägl. 17.15 u. 20.30 Uhr

AKTION

€ 349,-
statt € 479,-



MOTORSÄGE 435

Leichte, leistungsstarke Allround-Säge mit Smart Start® und LowVib™ Vibrationsdämpfungssystem.

40,9 cm³, 1,6 kW, 4,2 kg, Schwertlänge 38 cm

114 dB(A)*; 102 dB(A)**;
2,5/3,2 m/s²***

* Schallpegel gemessen/garantiert;
** Schalldruckpegel am Ohr;
*** Äquivalenter Vibrationswert (a_{hvw, eq})
vorderer/hinterer Handgriff



W. Doormann & Kopplin GmbH & Co KG
Ratjendorfer Weg 2-10
24217 Schönberg
Tel. 04344 41 11 0
Fax 04344 41 11 55
WWW.DOORMANN-KOPLIN.DE



Probsteer Immobilien

Ausführung sämtlicher
**Dach-, Wand-,
Bauklempnerarbeiten und
Sturmschädenbeseitigung**
Dachdeckerei Neumann
Tel. 04384 - 5939651
oder 0157 - 54 36 67 55

Meine Kunden warten
auf Angebote von mir.
Gesucht werden deshalb in
Laboe/ Probstei / Ostufer.
2 -3 Zi.Whg. für ältere Dame.
Reihenhaus mit kleinerem Grundstck.
EFH. 5/6 Zi für Fam. mit 3 Kindern auch
stark renovierungsbedürftig.
Mehrfamilienhaus, Grundstücke
auch mit Bestand. Diskret, schnell bis
zum Kaufvertragsabschluss.
Rutke Immobilien Laboe
04343 / 1260 oder 0170/3020890

Verliebt ins Meer!
Alleinst. Dame sucht schöne ETW oder kl. Haus
in Strandnähe, Kaufpreis bis 200.000,- Euro
Kiellinie-Immobilien
Rethsal 9, 24253 Probsteierhagen
Tel. 0 43 48 - 914 65 66

Wenn die Blätter fallen

Probstei (t). Der Herbst ist da:
Das Laub verfärbt sich und fällt
zu Boden. Was im Sonnenschein
schön aussieht, kann schnell zur

Gefahr werden. Denn im Herbst
sinken nicht nur die Temperatu-
ren, auch die Niederschläge neh-
men zu und feuchtes Herbstlaub

verwandelt Bürgersteige in rutschige Flächen. Da ist ein Unfall schnell passiert.

Kommunen können in ihren Satzungen festschreiben, ob und in welchem Umfang sich Hauseigentümer um die Reinigung der Fußwege kümmern müssen. Wer sich dieser Pflicht dauerhaft entzieht, begeht eine Ordnungswidrigkeit, die mit einer Geldstrafe geahndet werden kann. Den Eigentümern eines Mietshauses steht es offen, die Reinigungspflicht über den Mietvertrag an die Mieter weiterzugeben.

Ereignet sich ein Unfall, hat der nicht nur eine strafrechtliche Seite. Hier geht es auch um persönliche Haftung. Bricht sich ein Passant beispielsweise das Bein, weil vergessen wurde, die Blätter wegzufegen, muss der Verursacher für den Schaden aufkommen. Ohne Haftpflichtversicherung kann das teuer werden.

Kaufgesuche

Freundliche Familie (49J., 46J., 13J., 11J.) hat hier in Heikendorf ihre Heimat gefunden. Wir möchten gerne für immer hierbleiben u. suchen desh. z. Kauf ein schönes Haus od. Grundstck. in Heikend., Kitzberg, Möltenort, sehr gerne Wasserseite, traumhaft wäre ein kleiner Fördeblick. Wir freuen uns über Ihren Anruf, Tel. 0431-98379406

Sie möchten demnächst in Ihr neues altersgerechtes Wohndomizil investieren, können aber noch nicht gleich einziehen? Wir, nette u. solvente Familie, könnten kurzfristig Ihr Haus kaufen, sodass Sie sofort die finanz. Mittel zur Verfügung hätten, würden aber 1-2 Jahre mit dem Einzug warten können, bis Ihr Domizil verfügbar/ gebaut ist. Wir suchen ein solides Haus mit Grundstck., gerne Wasserseite in Heikendorf u. Ortsteile bis ca. 600.000 €. Auf Ihren Anruf freuen wir uns sehr. Tel. 0431-65718136

Kaufgesuche

Wir (Richter/Beamtin), suchen für unsere Familie in Heikendorf oder Mönkeberg Einfamilienhaus oder Baugrundstück, gerne auch Hinterlandbebauung, zum Kauf. Tel. 0176 49871957

Vermietung

FeWo, Sout., 90 qm, mit kl. Garten in Stein zeitweise zu vermieten. Tel. 040 6570203

Mietgesuche

Suche trockenen Lagerraum/Dachboden für Bücher und Kleider, ca 10 qm Tel: 0175/5205335

Frdl. Paar in d. 50ern sucht frdl. ruh. Whg. od. Haus z. Miete/Kauf. Tel. 0178 3397823

Suche eine Wohnung 1-2 Zimmer, zum 1.12.2015 oder 1.1.2016. Tel. 0176 81220796

VERKAUF | VERMIETUNG | INVESTMENT

VP VON POLL
IMMOBILIEN®



Wir suchen im Raum Kiel-Plön:
Bungalows und Einfamilienhäuser bis zu 550.000 €
und Eigentumswohnungen 2-6 Zimmer bis zu 750.000 €

Telefon: 0431 - 98 26 04 0

Probsteer Marktplatz

Kleinanzeigen-Annahme: Tel. 0431 24 36 24 • Fax 0431 24 51 36 • E-Mail: info@probsteer.de • www.probsteer.de

Ankäufe

Ferngläser, Fotoapp., Mikroskope, Uhren, Orden, Silber, Schmuck, Postkarten kauft: Tel. 0431 242122

Kaufe alte Autoprospekte und alte ADAC-Plaketten. Tel. 04348 9146172

Kaufe Flohmarktartikel und andere alte & schöne Dinge, einfach alles anbieten. Tel. 04348 9146172

Bekanntschaffen

RUNTER VOM SOFA-REIN INS LEBEN, Single, NR, mit Herz ab 50 J., Tel. 0176-41614221

Ü 65, Nichtraucher Singletreff mit Herz und Niveau Tel. 0171 - 700 93 63

**Partnersuche
erfrischend anders!**
Vorgestellt vom NDR-TV
und der Presse
Tel. 04 31 / 2 39 81 34 oder
www.partnerboerse-nord.de

Handwerk

Kleine Zimmerei aus Heikendorf: Carports, Dachstühle, Holzterrassen, Gauben, Anbau mit Bauantrag. Tel. 0431 6475844

Handwerk

**Schädlingsbekämpfung
und Holz-/Bautenschutz**
Lothar Anschütz GmbH
Kostenlose Inspektion
Tel. 04 31/23 14 74 oder
01 71/185 08 29

Mardergeschädigt?

Wespen, Ratten, Mäuse, Tauben, Schaben, Maulwürfe, Flöhe...
Holzschutz • Bautenschutz
IHK-geprüfter Schädlingsbekämpfer
Z. Swornowski
Tel. 04343/421984 oder 0172/9875283

**Malermmeister bietet günstig
Malerarbeiten aller Art an!**
Bei Ausführungsbeginn
vom 15.11.2015 - 31.01.2016
gewähren wir Ihnen
10% Nachlass
auf die Rechnungssumme
Tel. 04348 - 91 29 70
od. 04322-4160

Handwerk

Übernehme kleinere Reparaturen, Pflegearbeiten, Entrümpelung und Entsorgung im Innen-/Außenbereich. Haus- und Gartenservice **Thomas Kohlschmitt,** Langer Rehm 7, 24226 Heikendorf. Tel. 0431 2398787 od. 0176 52461744

Haushalts- und Nachlassauflösungen, Entrümpelungen usw. führt aus: Tel. 0176 67505398

Möbelmarkt

Seniorenbetten
große Auswahl
bei **ZZWICKERS**
Schönberg • 04344-3437

Sideboard Buche furniert, 4türlich, b. 2 m, t. 0,42 m, h. 0,88m Tel. 0179-3626090

Unterricht / Nachhilfe

Praxis-Pfiff
Am Herrkamp 14a,
24226 Heikendorf seit 1995
Qualifizierte Therapie bei Lese-Rechtsschreibschwäche und bei Rechenschwäche, Diagnostik und Beratung.
Diplom-Psychologin Brigitta Bilke
Info: Tel. 04 31/24 24 77
www.praxis-pfiff.de

Gitarrenunterricht bei Musikschuldzenten. Egal ob Anfänger oder Köhner mit Wunsch auf Verbesserung. Schülerorientiert mit Konzept und Spaß Tel. 04343 - 498171

Gitarrenunterricht Probsteierhagen, Fingerpicking / Flamenco. Tel. 04348 7461

Mami, Papi, jetzt hab ich Englisch kapier! Dank Sprachschule Kappenberg in Heikendorf, Tel. 0431-240 61 21

Mathematiker gibt Mathe-Nachhilfe für alle Klassenstufen. Tel. 04343 429840

Musikschule Klavier & Keyboard, Einzel- und Gruppenunterricht für Anfänger und Fortgeschrittene in Laboe. Tel. 04343 424732, Ilke Kalden

Trouble in MATHE oder ENGLISCH? Biete preiswerte, qualifizierte Nachhilfe im Einzelunterricht für Klasse 5 bis Abi; langjährige Erfahrung. Tel. 0431 - 723 112 (Mönkeberg, nahe Bus-Halt).

Verkäufe

4 WR auf Stahlfelge für Mini One, 175/65 R15, DOT 32/12, 175,- € VHB. Tel. 01575 3147117

Hochwertiges Kaminholz (frisch oder gelagert) zvk.! Lieferung möglich! 0175 4148596; www.Ho BriKo.de

Verschiedenes

VHS + Super 8 + Video + HI 8, Beta-max + Dias + MC auf DVD oder VHS von privat. Tel. 04348 2104093

Verschiedenes

KANZLEI AM IVENSRING
Abmahnung? Kündigung?
vom Arbeitgeber oder Vermieter?
Ihr Rechtsanwalt in Dietrichsdorf:
Stefan Kruber
Ivensring 19 * 24149 Kiel
Tel: 0431-203041 - Fax: 28063

Der Weihnachtsmann hat noch Termine frei. Tel. 0177-1435983F

Kopiere Ihre Video-Kassetten auf DVD, von privat. Alle Bandformate, erstklassige Qualität garantiert, ebenso für Super8- und N8-Filme auf DVD. Rufen Sie mich für weitere Infos oder Fragen einfach an. Tel. 04342 788528

Schmerzlich vermisst weißer, junger, gehörloser Kater seit dem 15.08. Bitte bitte melden Tel. 04348-8124

Sie haben Großes vor! Dann nutzen Sie Ihr gesamtes Potential! www.Kappenberg-Mentaltraining.de

Suche Weideflächen für Schafe nahe Heikendorf Tel.:0170-3380621

**Ihre Gardinenpflege
von Fachfrau**
Christa Schütt Fenstergestaltung
Heikendorf 0431-24907

www.rathauspassage-heikendorf.de

Lösung SUDOKU

1	9	6	2	4	8	3	5	7
7	5	8	1	6	3	2	9	4
2	4	3	5	7	9	1	6	8
3	1	7	4	9	5	8	2	6
4	8	9	6	3	2	5	7	1
6	2	5	8	1	7	9	4	3
9	7	2	3	8	6	4	1	5
8	6	4	9	5	1	7	3	2
5	3	1	7	2	4	6	8	9

PROBSTEER BEILAGENHINWEIS:

In Teilen dieser Ausgabe finden Sie eine Beilage von

- MÖWEN Apotheke
- Doormann & Kopplin
- Gesundheitszentrum am Löwen
- Deco Träume
- Continentale

Wir bitten um freundliche Beachtung.

Persönlich gut beraten

MÖLLERHERM IMMOBILIEN



Jetzt anmelden!

Rainer Sturm/pixelio.de

Kostenfreier Themenabend für Immobilienbesitzer
Immobilienverkauf: Worauf kommt es an? 4 Experten berichten.

Am Mittwoch, 11.11.2015 um 18.30 Uhr
in der Villa 78 im Niemansweg 78, 24105 Kiel.

Sammeln Sie rechtzeitig kompetente Informationen zum Immobilienverkauf, um die richtigen Entscheidungen treffen zu können.

Die Themen:

1. Ihre Immobilie in den Augen eines Gutachters. (Heiko Heldt, Dipl.-Ing. Architektur BOB, Dipl.-Wi. Ing. für Immobilienbewertung (FH))
2. Neues Gesetz für Energieausweise. Was brauche ich wirklich? (Matthias Fiedler, GEBK Gebäudeenergieberatung Kiel)
3. Das saubere Grundbuch und der Notarvertrag (Frank Beckröge vom Notariat Heer und Beckröge)
4. Die 10 wichtigsten Tipps zum Immobilienverkauf (Annegret Möllerherm, Inhaberin MÖLLERHERM IMMOBILIEN)

Herzlichst Ihre

Annegret Möllerherm



Mitglied im



☎ 0800 / 77 16 100

www.moellerherm-immobilien.de



Heikendorfer SV siegt spät

Verbandsliga Nord-Ost : TSV Plön – Heikendorfer SV 0:1 (0:0)

Heikendorf/Plön (t) Die Vorzeichen waren klar. Heikendorf musste gewinnen, um nicht in den Abstiegskampf zu geraten. Plön musste gewinnen, um noch reelle Chancen zu haben den Abstieg zu vermeiden. Dementsprechend engagiert gingen beide Teams in die Partie. Der HSV zeigte die bessere Spielanlage gegen hoch verteidigende Plöner. In der siebten Minute prüfte Jan Wieland Plön's Torwart Björn Alberts. blieb aber erfolglos. Dann setzte Donato Tripaldi seinen Volleyschuss zu hoch an (19.). Und auch Thomas Borreck's Versuch ging über das Gebälk (22.). Dann besaß der TSV Plön zwei gute Möglichkeiten in der Führung zu gehen. In der 29. min wurde Jens Henningsens Schuss gerade noch zur Ecke abgelenkt. Die zweite Chance war schon zwingender. Leichtes

durcheinander im Strafraum des HSV 16. Mehrere Plöner kamen zum Abschluss. Aber deren Versuche wurden von der Linie gekratzt oder entscheidend geblockt (34.). Nun war wieder Heikendorf an der Reihe. Aber sowohl Tripaldi (38.) als auch Maik Obels (41.) waren nicht genau genug, um die Führung noch vor der Pause zu erzielen.

Nach dem Seitenwechsel gab es Chancen hüben wie drüben. Plöns erster Versuch musste mal wieder auf der Linie geklärt werden (47.). Obels (52./53./57./80.) und Torge Philipowski (53.) schossen daneben oder wurden geblockt oder standen im Abseits. In der 62. schoss Plöns Lukas Frehe am kurzen Eck vorbei und fünf Minuten später schoss Philipp Grandt volley über das Tor. Dann übernahmen die Heikendorfer

vollends das Heft in die Hand. Die Schlussoffensive wurde gestartet. Erst scheiterten Thomas Borreck (74.) und Maik Obels (80.) abermals an Ihren Nerven, ehe Prenton Jashari zum Matchwinner avancierte. Die Ecke des eingewechselten Timur Yilmaz wurde am kurzen Pfosten verlängert und Jashari stand am zweiten Pfosten völlig blank und brachte das Spielgerät über die Linie (84.). Grosser Jubel beim Heikendorfer SV. Zu recht aufgrund der angespannten Situation. In der 87. hätte Obels den Sack dann vollends zumachen können, konnte den Plöner Keeper aber nicht überwinden. Ackerten vorbildlich: Marc Andre Hennings 31 – Alexander Rex 16, Patrick Hörhold 4, Arber Azemi



Siegtorschütze Prenton Jashari.

21, Torge Philipowski 6 – Jan Wieland 19, Johannes Göser 20 (64.: Timur Yilmaz 8) – Prenton Jashari 23, Thomas Borreck 10 (87.: Malik Ferhat 13), Donato Tripaldi 9 (70.: Leif Celik 17) – Maik Obels 11 – freuten sich auch über den Auswärtsdreier: Thomas Bohrmann 1, Ramazan Kaya 12.

Neue Angebote für Kinder im SSV Marina Wendtorf

Wendtorf (t) Im SSV Marina Wendtorf bewegt sich seit zwei Jahren wieder mehr. Die Mitgliederzahlen steigen stetig und Erfolge wie bei den Tenniskreismeisterschaften konnten gefeiert werden. Im letzten Winter wurde ein frühkindliche Ballschulung und eine Fußballspielstunde angeboten, welches zum Melden einer E-Jugendmannschaft führte. Nun wird in diesem Winter wieder ein Kurs frühkindliche Ballschulung für Kinder im Alter von 3 bis 5 Jahren angeboten – donnerstags von

13.30 bis 14.30 Uhr in der Wendtorfer Halle. Im Anschluss daran von 14.30 bis 15.30 Uhr findet für die gleiche Altersgruppe ein Tennismotorikkurs statt, der erste Erfahrungen speziell mit dem Tennisschläger und Ball vermittelt. Bei ausreichend Interesse können diese beiden Kurse auch dienstags von 13 bis 15 Uhr angeboten werden. Beide Kurse sind für Vereinskinder kostenlos. Nichtmitglieder können 2-3 Mal schnuppern, bevor sie dann in den Verein eintreten müssten, um an diesen tollen

Angeboten teilzunehmen. Die Kurse starten ab dem 12. November. Der SSV Marina Wendtorf bietet auch Familientennis an, bei dem Kinder, Eltern und Großeltern parallel in der Heikendorfer Tennishalle (Hammerstiel 8) freitags von 17 bis 18 Uhr trainieren. Ältere Kinder haben jetzt wieder die Chance – an allen Wochentagen – mit Tennistraining in kleinen Gruppen zu beginnen. Interessenten melden sich bitte bei Roland Heinrich, 0163/4708494 oder unter Roland.Caro@gmx.de.

Da auch bei den Fußballern ein großer Zuwachs zu verzeichnen ist, wurden für diesen Winter zwei Trainingsgruppen gebildet. Donnerstags von 16.30 bis 17.30 Uhr trainieren die 5 bis 8-jährigen, von 17.30 bis 19 Uhr die 8 bis 11-jährigen. Im kommenden Jahr ist beabsichtigt, bis zur D-Jugend hoch Mannschaften zu melden. Interessierte melden sich bitte bei Heinz Marten (04343/9639), bei Martin Behrens 0151/23472070 oder kommen einfach beim Training vorbei.

Sie haben auch ein leckeres Rezept? Dann teilen Sie es mit unseren Lesern!

Lieblingsrezepte unserer Leserinnen und Leser
für unsere Leserinnen und Leser

Guten Appetit!

Probsteer
Pottkieker

Hokkaido-Quiche für 4 Personen

- kann warm oder kalt serviert werden -

Zutaten: Für den Mürbeteig: 200 g Mehl (Weißmehl Typ 405, Vollkorn oder Dinkel), 100 g Butter oder Margarine, 1 Prise Salz, ca. 3-4 EL Wasser; Für den Belag: 1 Hokkaido-Kürbis ca. 700 g, 1 Zwiebel, 200 g Schinken, 1 Packg. Scheibletten, 1 Becher Schmand oder saure Sahne, 4 Eier, gehackte Kräuter (z.B. Petersilie, Schnittlauch, Basilikum), Salz, Pfeffer, Muskat sowie Tomatenscheiben zum Verzieren.

Zubereitung: Die Zutaten des Mürbeteigs kneten und 30 Min. kalt stellen. Den Hokkaido waschen, entkernen und ohne Schale in kleine Stücke schneiden. (Die Schale kann noch in eine Suppe verkocht werden!) Die Zwiebel und den Schinken würfeln und mit dem Kürbis in einer Pfanne anschwitzen und zur Seite stellen. Die Scheibletten würfeln. Den Schmand/saure Sahne mit den 4 Eiern verquirlen, mit dem Käse und Pfanneninhalt zusammengeben und mit Salz, Pfeffer, Muskat und gehackten Kräutern würzen. Den Mürbeteig in eine Springform füllen (26 cm, vorher mit Backpapier ausgelegen, Semmelbrösel einstreuen, Rand fetten), dann den Ei-Schmand-Kürbis-Belag draufgeben. Oben mit Tomatenscheiben verzieren. Im Backofen bei 180 Grad ca. 40 Min. backen. Evtl. zwischendurch mit einer Alufolie abdecken. Dazu schmeckt ein frischer grüner Salat!



Rezept von
Björn Drews
aus Rendsburg.

Wir freuen uns über Zusendung neuer Rezepte an E-Mail: redaktion@probsteer.de

Musikalische Veranstaltungen der Volkshochschule

Laboe (t) Musikfreunde können sich auf eine Veranstaltungsreihe im Beeke-Sellmer-Haus, Dorfstraße 6a in Laboe Mittwoch 4. und 18. November sowie am 2. Dezember freuen. Unter dem Veranstaltungstitel „Aus Böhmens Hain und Flur“ präsentiert Kirchenmusiker Eckhard Broxtermann ab 17.30 Uhr ein Programm zu Smetana, Dvorak und

Janacek. Eintritt 25 Euro, 10 einzeln.

„Tristan und Isolde“ - Auf den Spuren einer uralten Legende. Die Musik des Mittelalters, Rezitationen und Nacherzählungen nach dem Versroman von Gottfried von Straßburg (Zeit um 1210) stellen Holger Schäfer und Ralf Popken (Gesang und mittelalterliche Instrumente) am kom-

menden Sonnabend, 7. November um 18 Uhr auf Hof Wiese, Oberdorf 18 in Laboe vor. Eintritt: 12 Euro. Die Geschichten um Tristan und Isolde, ihre verbotene Liebe und ihr trauriges Ende sind unsterblich. Sie haben die Menschen durch die Jahrhunderte im Bann gehalten und zu großen Kunstwerken inspiriert. Holger Schäfer und Ralf Popken nehmen

sich der Legende an, in dem sie sie auf der Grundlage des um 1210 entstandenen Epos' des Dichters Gottfried von Straßburg in moderner Sprache und im originalen Mittelhochdeutsch nacherzählen. Nach der Art der mittelalterlichen Barden rezitieren und musizieren die beiden Musiker auf mittelalterlichen Instrumenten bei Kerzenschein.

Flohmarkt in der Grundschule Laboe

Laboe (t). Einen Flohmarkt mit Kaffee und Kuchenverkauf veranstaltet die Grundschule Laboe, Schulstraße 1, am kommenden

Samstag, 7. November in der Zeit von 10 bis 13 Uhr. Den Erlös aus dem Kuchenverkauf erhält der Förderkreis der Grundschule.

Tanztee in Laboe

Laboe (t) Am Sonntag, dem 8. November findet deshalb in der Laboer Gaststätte „El Meson Playa“ um 14.30 Uhr ein Tanztee für Senioren statt, die Musik aus ihrer Jugendzeit, etwa Schlager der 50-er bis 70-er Jahre mögen sowie

Freunde von Musik und Geselligkeit. Eintritt wird nicht erhoben, jedoch steht ein Sparschwein für den Musiker bereit. Weitere Auskünfte und Platzreservierungen sind unter 038874/22545 sowie 04522/9585 möglich.

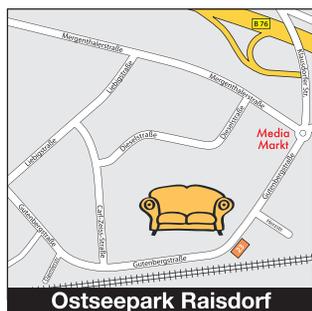
Einladung zum Familien-Turmfest

Schönkirchen (t). Das diesjährige Familien-Turmfest der evangelischen Kirchengemeinde, beginnt am kommenden Samstag, 7. November um 15 Uhr mit einem Gottesdienst in der Marienkirche, den Pastor Suhr halten wird, begleitet vom Kinder- und Jugendchor. Im Anschluss an den Gottesdienst gibt es Speisen und Getränke in der Kirche, auf der Empore wird

mit den Kindern gebastelt. Außerdem können sich die Besucher sehr gern über die Kirchensanierung informieren. Am Lagerfeuer der Pfadfinder kann Stockbrot gebacken werden, bevor gegen 17 Uhr das Laternelaufen mit den mitgebrachten Laternen startet. Gegen 17.30 Uhr Abschlussingen und Segen in der Kirche – alle sind herzlich eingeladen.

Boxspringbetten +++ Relaxedessel +++ Wohnlandschaften +++ Leder- und Stoffgarnituren+++ TV-Sessel

einfach bequemer sitzen ...



Jede dieser Garnituren

999 €



Funktionen und Nackenstützen gegen geringen Aufpreis. Ohne Dekoration. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.



Gutenbergstraße 23 . 24223 Schwentinental . Tel. (043 07) 82 35 53

**SONNTAG
GEÖFFNET**

08. NOVEMBER 2015
13-18 UHR

**CITTI-PARK
KIEL**

**NUR BIS
MONTAG**

**09.11.
2015**

20%

**RABATT AUF ALLE
OUTDOOR-JACKEN**

Gültig bis 09. November 2015. Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar. Keine Barauszahlung und keine nachträgliche Vergütung auf bereits gekaufte Ware. Ausgenommen sind die Marken Camel active, PME Legend, Hilfiger Denim und Mango.



**KIEL · CITTI-PARK
SCHWENTENTAL · OSTSEEPARK
2 x LÜBECK · FLENSBURG · HANNOVER**

cbmode.de

Probsteer

Bench.

CAMP DAVID

CMP
FALLI CAMPAGNOLD

derbe

DREI MASTER

DIDRIKSONS1913
Grundfund SWEDEN

JACK & JONES

khujo™

naketano
BEAVER NEW WORLD

ONLY

Wollstein

elkline

TOM TAILOR
EST. 1992

TOM TAILOR Denim

VERO MODA

u.v.m.