

NORDISCH



Lifestyle

AUSGABE 04/2025

Nordwind
küsst Spätsommer-
Goldfelder und
Küstenlicht

Wo Heimat auf Urlaub trifft

WWW.NORDISCHLIFESTYLE.DE



3 JAHRE

Wir feiern!

Danke für über 380.000m²
WILLER.WALD.

Schlautanken und Bäume pflanzen.

1 Liter = 10cm²
neuer
WILLER.WALD.
So mok wi dat.

Infos: schlautanken.sh

KIERSV. HOLSTEIN VON 1900

WillerWald-KlimaPartner

bft willer

So tankt der Norden.

Über 30x in Norddeutschland und auf schlautanken.sh



Wir sind Tanzschule!

Grundkurse Erwachsene

Samstag	06. September	14.00 Uhr
Sonntag	07. September	20.00 Uhr
Montag	08. September	21.00 Uhr
Dienstag	09. September	21.00 Uhr

Kostenlose und unverbindliche
Schnupperstunden
zum Kennenlernen vor Kursbeginn

Tanzen lernen beim Profi

- Gesellschaftstanzkurse für Erwachsene & Teens
- Discofox, Hochzeitskurse, West Coast Swing, Salsa uvm
- Line Dance und Tanzfitness
- Contemporary für Kinder von 6 bis 12
- Privatstunden



tanzschule tessmann ADTV
Kirchhofallee 25, 24103 Kiel | Telefon 0431 / 67 67 67
www.tanzschule-tessmann.de




DIE NÄCHSTE *Lifestyle*
ERSCHEINT ONLINE 26.09.2025
AB KW40 | (PRINT)
REDAKTIONSSCHLUSS 26.08.2025

Editorial

*Moin, liebe Leserinnen und Leser,
liebe Nordlichter und solche, die es im Herzen sind!*

Herzlich willkommen zur vierten Ausgabe von NORDISCH LIFESTYLE – dem Magazin für alle, die den Norden lieben und leben!

Wie schön, dass Du da bist – und gemeinsam mit uns in eine neue Ausgabe von NORDISCH LIFESTYLE eintauchst.

Der Sommer hat den Norden fest im Griff. Die Tage sind lang, das Licht golden, die Luft riecht nach Freiheit und Meer. Es ist Ferienzeit in Schleswig-Holstein – Zeit zum Durchatmen, zum Loslassen, zum Neuentdecken. Vielleicht bist Du gerade unterwegs zwischen Feldern und Küsten, barfuß am Strand oder mit dem Rad durch blühende Alleen. Vielleicht genießt Du einfach einen Moment der Ruhe auf dem Balkon oder im Garten.

Egal, wo Du bist: Diese Ausgabe ist für Dich. Für Deine Pause vom Alltag. Für Dein Herz, das den Norden liebt.

Wir freuen uns riesig, dass unsere Community weiter wächst – mit Menschen wie Dir, die sich nach Echtheit, Wärme und guter Energie sehnen. Genau das findest Du in den kommenden Seiten: Geschichten, die berühren. Begegnungen, die inspirieren. Orte, die Sehnsucht wecken. Und jede Menge nordische Lebensfreude, die Dich begleiten darf – ob im Strandkorb, im Zug nach Sylt oder beim Kaffee am Küchentisch.

NORDISCH LIFESTYLE ist kein Magazin zum schnellen Durchblättern – es ist ein kleines Stück Zuhause für unterwegs. Und ein liebevoller Reminder daran, wie viel Schönes direkt vor unserer Haustür liegt.

Also mach's Dir gemütlich, nimm Dir Zeit – und entdecke den Norden, wie Du ihn vielleicht noch nie gesehen hast.

Arno und Loan Heyne

und das gesamte Team von NORDISCH LIFESTYLE

*Abonniere
unseren Newsletter*



NORDISCHLIFESTYLE



MOIN@NORDISCHLIFESTYLE.DE



Inhalt

KÜSTENLEBEN

06 MEISTER IM
BÄUMESCHIESSEN
Arno und Loan Heyne

08 TOP HAARSTYLING-
TOOLS 2025
Sascha Kugler

10 TANZEN,
WIE DAS LEBEN TANZT
Inga Wilking
ADTV Tanzschule Tessmann

12 LILLE LEBT WEITER
NORDISCH LIFESTYLE

14 ROUTE 66 RENDSBURG
BORRMANN MOTORS
Arno und Loan Heyne

18 BLACK VOICE MATTER
Locke u2p

20 METTENHOFER
STADTTEILFEST
NORDISCH LIFESTYLE



DIE NÄCHSTE
ERSCHEINT ONLINE
26.09.2025
AB KW40 | (PRINT)

Lifestyle
REDAKTIONSSCHLUSS
26.08.2025

Wo Heimat auf Urlaub trifft

KÜSTENLEBEN

22 KARTOFFELGLÜCK ZUM
LÖFFELN, SCHICHTEN
UND GENIESSEN
Andrea Wichelmann

HEIMATHAFEN

26 BETRETEN VERBOTEN –
AUSSER FÜR UNS!
Meike Onusseit
Lütt & Plietsch

28 POCKET BUDDYS
Andrea Wichelmann

ANKERPUNKT

30 WIE MEINE GESCHICHTEN
LAUFEN LERNTEN
Marieke Fuhrmann

KLARSICHT

32 VISIONSSUCHE – REISE ZU DIR
Wini Britt Fuhrmann

34 ZWISCHEN UMBRUCH UND WUNDER
Wini Britt Fuhrmann

16 IMPRESSUM

MEISTER IM BÄUMESCHIESSEN!

5 JAHRE WILLER.WALD – MIT HERZ FÜR DIE ZUKUNFT



JAHRE



Zwischen Rasen, Rührung und Riesenspaß:

Der erste Schritt ins Kieler Holstein-Stadion – ein überwältigendes Gefühl. Der Rasen? So akkurat geschnitten, als hätte jemand zur Nagelschere gegriffen. Und mittendrin: Prominenz aus Politik, Fußball und Wirtschaft – vereint für ein Herzensprojekt, das mehr ist als eine symbolische Geste.

Ein herzliches Willkommen unter Freunden

Wir wurden offen, warmherzig und auf Augenhöhe empfangen – fast wie unter alten Freunden. Die Gastgeber: Anton Willers Geschäftsführung Axel Niesing und Georg Willer. Mit dabei: KSV-Geschäftsführer Wolfgang Schwenke, Trainer Marcel Rapp, die Spieler Adu Kelati und Shuto Machino – und natürlich Ministerpräsident Daniel Günther, wie immer bodenständig und herzlich. Und wer durfte nicht fehlen? Unser Leserliebling Thomas Willer – wie immer entspannt, nahbar und ganz er selbst.

Was uns besonders berührte: Auch Seniorchef Peter Willer war dabei. Mit wachem Blick, klarer Stimme und dem Stolz von fast einem Jahrhundert Unternehmertum. Seine Worte klangen nach, tief und echt: „Gradlinigkeit, Verlässlichkeit und Verantwortungsbewusstsein.“ Werte, die man nicht nur hören, sondern spüren konnte.

Ein Wald, der wächst – und Menschen verbindet

382.000 Quadratmeter Willer.Wald in nur fünf Jahren – das sind 53 Fußballfelder, die Schleswig-Holstein grüner machen. Und Holstein Kiel? Mit 3.454 gepflanzten Bäumen in den letzten fünf Saisons haben sich die Störche den Titel als **5-facher Deutscher Meister im Bäumeschießen** verdient. Denn für jedes geschossene Tor pflanzt Willer 11 Bäume im Willer.Wald. 121 Bäume davon gehen auf das Konto von Shuto Machino – beeindruckend, oder?

Doch damit nicht genug: Axel Niesing hat große Pläne. Bis zum 100-jährigen Firmenjubiläum soll die magische Marke von 1 Million Quadratmetern Waldfläche geknackt werden.

Was das Projekt so besonders macht: Der Willer.Wald ist kein grünes Feigenblatt, keine Marketingnummer. Er ist gelebte Verantwortung. Die Firma setzt zudem auf eFuels – eine echte Zukunftschance, die es erlaubt, bestehende Verbrenner klimafreundlich weiter zu nutzen. Das ist Innovation mit Bodenhaftung.



*Wer gemeinsam pflanzt,
sät mehr als nur Wald – er sät Hoffnung.*

BERICHT: ARNO UND LOAN HEYNE

Küstenleben

*„So mok wi dat!“ –
Reden allein reicht nicht*

Georg Willer bringt es auf den Punkt: „Reden reicht nicht. So mok wi dat.“ Und wie! Wolfgang Schwenke von Holstein Kiel ergänzt begeistert: „Es macht uns sehr stolz, Teil dieser großartigen Initiative zu sein.“ Ministerpräsident Daniel Günther wiederum schlägt die politische Brücke: „Schleswig-Holstein hat die glücklichsten Menschen, aber den geringsten Waldanteil. Das muss sich ändern!“ Sein Wunsch: die 12-Prozent-Marke bald zu knacken. Ein Ziel, das viele Schultern tragen – mit jeder gepflanzten Idee, mit jedem konkreten Baum.

*Bäumeschießen für
Fortgeschrittene (und Anfänger)*

Nach dem offiziellen Teil kam das sportliche Highlight: Bäumeschießen an der Willer.Wald-Torwand – für alle, die sich trauten. 32 Schüsse, 11 Bäume pro Treffer – macht 352 neue Setzlinge. Zugegeben: Wir waren nicht alle treffsicher wie die Störche – aber der Spaß war grenzenlos und der Ehrgeiz geweckt. Besonders schön: Peter Willer am Spielfeldrand, mit einem verschmitzten Lächeln und liebevollem Spott: „Ihr müsst Euch schon anstrengen – so wird das nichts!“ Ein Satz, der uns zum Lachen brachte und gleichzeitig motivierte.

*Stadionwurst, Wraps und
gute Gespräche*

Wie es sich für einen gelungenen Fußballnachmittag gehört, endete der Tag mit einer ordentlichen Portion Genuss – serviert von Budenzauber: Stadion-Currywurst, Wraps, kalte Getränke – alles, was das Herz begehrt. Doch noch wertvoller als das Essen waren die Gespräche. Mit engagierten Menschen, die Herz und Haltung zeigen. Menschen, die anpacken. Für unsere Heimat. Für unsere Zukunft.

Unsere Botschaft zum Schluss

Es war nicht nur ein Jubiläum. Es war ein Fest der Werte: Heimatliebe, Engagement, Gemeinschaft – und vor allem: gelebte Verantwortung. Und wir sagen ganz klar: Wenn ihr das Projekt Willer.Wald unterstützen wollt – tankt bei Anton Willer.

Jeder Liter zählt. Jeder Baum wächst. Jeder Beitrag macht einen Unterschied.



TOP HAARSTYLING-TOOLS 2025

MUST-HAVES FÜR TRAUMFRISUREN



Ob lässige Beach Waves, glänzende Slick-Looks oder voluminöse Locken – die richtigen Haarstyling-Tools machen es möglich! Es gibt neue, smarte Helfer, die das Styling schneller, einfacher und haarschonender machen. Hier kommen die Top-Styling-Tools, die du unbedingt kennen musst!



■ DER ALL-IN-ONE MULTI-STYLER VIELSEITIG & ZEITSPAREND

Der All-in-One Multi-Styler ist ein echtes Multitalent. Wellen, Glätten, Locken – und das alles mit nur einem Gerät. Multi-Styler vereinen Lockenstab, Glätteisen und Volumenbürste in einem Tool. Dank innovativer Heiztechnologie passt sich die Temperatur automatisch an, damit das Haar nicht unnötig geschädigt wird. Achte auf Modelle mit Keramik- oder Titanbeschichtung – die verteilen die Wärme gleichmäßig und sorgen für extra Glanz.



■ INTELLIGENTE GLÄTTEISEN HITZESCHUTZ MIT KÖPFCHEN

Der intelligente Glätteisen analysiert die Feuchtigkeit im Haar und passt die Hitze automatisch an, um Hitzeschäden zu vermeiden. Ob Slick-Look oder sanfte Wellen – das Ergebnis bleibt glänzend und geschmeidig. Modelle mit Ionen-Technologie helfen zusätzlich, Frizz zu bändigen und sorgen für seidig-glatte Haare.



8

www.nordischlifestyle.de

Küstenleben

■ LOCKENSTAB 2.0 AUTOMATISCH ZU PERFEKTEN WELLEN

Der Lockenstab 2.0 macht das Curling jetzt noch einfacher. Moderne, automatische Lockenstäbe ziehen die Strähnen selbst ein und drehen sie sanft in die perfekte Lockenform.

Dank individuell einstellbarer Temperatur und Zeit kreierst du weiche Beach Waves oder definierte Korkenzieherlocken in Rekordzeit.

Für lässige Sommerwellen den Lockenstab nach außen drehen – das sorgt für einen natürlichen, undone Look.



■ HAARTROCKNER MIT POWER UND PFLEGE SCHNELLES TROCKNEN OHNE AUSTROCKNEN

Der Haartrockner mit Power und Pflege ist ein Gamechanger. Heiße Luft war gestern! 2025 sind Haartrockner leistungsstark und gleichzeitig haarschonend.

Modelle mit High-Speed-Luftstrom und Thermokontrolle trocknen das Haar blitzschnell, ohne es auszutrocknen.

Einige Geräte geben sogar pflegende Ionen ab, die Glanz und Geschmeidigkeit verstärken.

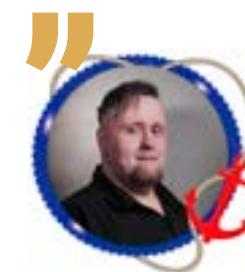
Diffusor-Aufsätze sind perfekt für Lockenköpfe, da sie die natürliche Wellenstruktur betonen und Frizz minimieren.



DIE HAARSTYLING-TOOLS TECHNIK TRIFFT TREND – FÜR DEINEN PERFEKTEN LOOK

Die Haarstyling-Tools 2025 setzen auf smarte Technik, um dein Haar schneller, schonender und schöner in Form zu bringen. Egal ob lässige Beach Waves, glänzende Looks oder Locken – mit den richtigen Helfern stylst du dich mühelos durch den Alltag.

Welches Tool wird dein neuer Favorit?



Gutes Styling beginnt nicht mit einem Trend - sondern mit dem richtigen Tool in deiner Hand.

BERICHT: SASCHA KUGLER



9

www.nordischlifestyle.de

TANZEN, WIE DAS LEBEN TANZT

WARUM DIESES HOBBY KÖRPER, GEIST UND
BEZIEHUNGEN BEWEGT



Ein Besuch, der mehr hinterlässt als Schritte

Fast jeder von uns war irgendwann einmal in einer Tanzschule. Oder kennt Menschen, die dort waren oder sind.

Aber warum eigentlich? Warum gehört Tanzen eben „einfach dazu“? Und warum „sollte“ man als junger oder auch nicht mehr ganz so junger Mensch den Schritt hierher wagen? Nun, die Antwort ist auf der einen Seite zwar sehr simpel, kann auf der anderen Seite aber auch sehr komplex werden.

Glücksmomente auf Musik

Fangen wir mit dem simplen Teil an: Tanzen macht Spaß. Wir be-

wegen uns zur Musik und das schüttet Glückshormone aus. Egal ob als Solotänzer*in oder im Paar – Tanzen bringt Freude und steigert das Selbstwertgefühl.

Mehr als nur Bewegung: Gemeinschaft erleben

Zusätzlich dazu kommt die Geselligkeit. Nur selten geht man zum Tanzen, um „nur“ zu tanzen. Man geht gemeinsam mit Freunden, lernt neue Leute kennen und pflegt so seine Kontakte. Das Getränk vorher, nachher oder in der Pause dient nicht nur der Aufnahme von Flüssigkeit, sondern begleitet das gemeinsame Klönen. Es wird sich über das Tanzen unterhalten, über den Tanzunterricht, Lieblingstänze, aber auch über den Alltag, Urlaubspläne und so viele andere Dinge.



Tanzkurse fürs Leben

Nicht zuletzt bereitet ein Tanzkurs auf die unterschiedlichsten Veranstaltungen vor. Dabei muss es nicht unbedingt der klassische Ball oder die Hochzeit sein. Durch das Erlernen von koordinierten Bewegungen zur Musik wird das Körpergefühl im Gesamten geschult – so profitiert auch der ganz normale Partybesuch davon.

Was viele allerdings nicht wissen (oder sich zumindest keine Gedanken darüber machen), ist, dass der Besuch des Tanzkurses so viel mehr positive Nebeneffekte als nur Spaß hat. Und das bringt mich zu dem komplexeren Teil der Antwort:

Wenn der Körper plötzlich spricht

Wer tanzen kann, lernt sich auf einer anderen Ebene mit dem eigenen Körper – und natürlich auch mit dem Partner / der Partnerin – auseinanderzusetzen.

Tanzen fördert die Balance und die Selbstwahrnehmung, hilft in der Kommunikation, baut gerade bei Jugendlichen das Selbstbewusstsein auf und verbessert die Körperhaltung. Das Ohr wird in Bezug auf Musik und Takt geschult und es werden neue Synapsen im Gehirn aufgebaut, die unterschiedlichen Zentren im Gehirn angeregt und miteinander vernetzt. Nicht umsonst sagt man, dass Tanzen Demenz und Alzheimer vorbeugt – viele Studien belegen dies.



Wer tanzt, hört für einen Moment auf, nur zu funktionieren - und beginnt, zu fühlen, zu leben und sich selbst zu begegnen.

BERICHT: INGA WILKING | ADTV TANZSCHULE TESSMANN

Küstenleben

Werte, die tragen - auch abseits der Tanzfläche

Zusätzlich dazu werden in einer Tanzschule gewisse Werte vermittelt. Dabei denke ich insbesondere an den gemeinsamen und respektvollen Umgang miteinander. Unabhängig von Geschlecht, Kultur, sexueller Orientierung, Religion oder Hautfarbe.

Tanzen ist inklusiv – und die meisten Tänzer*innen sind sehr offen und tolerant. So viele Gründe sprechen also für den Besuch einer Tanzschule und tragen dazu bei, dass Tanzen nach wie vor ein beliebtes Hobby ist. Und sicherlich würden sich noch viele, viele weitere Gründe finden.

Zweisamkeit auf dem Parkett

Unterm Strich bleibt, dass man sich mit diesem Hobby immer etwas Gutes tut. Insbesondere als Paar, wenn man eine gemeinsame Freizeitbeschäftigung sucht.

Denn wie viele Hobbys gibt es wirklich, die man miteinander und nicht nebeneinander macht? Bei dem man aufeinander angewiesen ist, denn alleine würde es so nicht funktionieren. Und bei dem man sich immer wieder neu aufeinander einlässt, das Vertrauen weiter aufbaut und eine gemeinsame Harmonie erfahren darf.

Ganz davon abgesehen: Wer möchte nicht gerne ein- oder zweimal pro Woche dem Alltag entfliehen, die Seele baumeln lassen und sich zu schöner Musik ein bisschen auspowern – am liebsten in angenehmer Gesellschaft?



LILLE LEBT WEITER

KIEL BEHÄLT SEINE BRAUEREI



David Ufer | CEO & Geschäftsleitung Lille



Die gute Nachricht für alle Bierliebhaber*innen in Kiel: Lille lebt weiter! Die Landgang Brauerei aus Hamburg führt die Lille Brauerei in Kiel fort – mit neuem Elan, einem engagierten Team vor Ort und ganz viel Lust auf frisches Kieler Bier.

Damit bleibt Kiel seine Brauerei erhalten, und das Lille bleibt, was es war: ein Ort für gutes Bier, für Begegnung und für echte nord-deutsche Braukultur.

*Die Brauerei lebt -
und das mit voller Kraft*

Ab sofort laufen alle geplanten Events wie gewohnt weiter. Die bekannte Eventhalle steht auch künftig für Veranstaltungen zur Verfügung – sie kann gemietet, gebucht oder direkt über uns gespielt werden.

Darüber hinaus planen wir viele eigene Veranstaltungen wie das beliebte Bingo am 1.8.25 oder das Pubquiz am 8.8.25, die frischen Wind in die Kieler Bierszene bringen und die Halle mit neuem Leben füllen.

Der Name bleibt - das Herz auch

Der Name „Lille“ bleibt bestehen. Auch die Identität und Atmosphäre, für die Lille immer stand, führen wir konsequent fort. Für die Gäste, Partner und Fans ändert sich: nichts – außer vielleicht, dass es noch mehr zu erleben und zu probieren geben wird.

Neue Leitung, vertraute Seele

Geführt wird die Lille Brauerei künftig von David Ufer, der als neuer CEO & Geschäftsleiter ein eigenes Team direkt vor Ort anführt. Wie auch Lille Bräu ist Schleswig-Holstein seit 2015 seine Heimat – als Ehemann und Vater von drei Kindern ist er fest in der Region verwurzelt.

David Ufer bringt über 19 Jahre Erfahrung in der Getränkebranche mit – unter anderem mit Marken wie Aloha Lemonade, Sierra Tequila, Parliament Vodka, San Miguel, Fever Tree und zuletzt 28 BLACK Energy, wo er über ein Jahrzehnt in verschiedenen Funktionen tätig war.

Ein Dankeschön an alle Treuen

Als Zeichen des Dankes und der Anerkennung für alle, die Lille über die Jahre hinweg die Treue gehalten haben – besonders in



*Manchmal braucht es einen Umweg,
damit das Herz wieder genau da ankommt,
wo es hingehört.*

BERICHT: REDAKTION NORDISCH LIFESTYLE

den schwierigen Zeiten rund um die Insolvenz – veranstalten wir am Freitag, den 25. Juli, ein Preopening.

Alle Bierpapier-Inhaber sind herzlich eingeladen, wir geben einen aus – als kleines Dankeschön und Entschädigung.

Danach geht es am 1.8.2025 los mit unserer großen Eröffnungsfeier mit Bingo und anderen Überraschungen.

*Auf ein neues Kapitel -
mit neuen Bieren für Kiel*

Künftig werden wir auch künftig neue, kreative Biere direkt in Kiel brauen, mit dem Anspruch, die Stadt weiter zu bereichern. Unser Ziel ist klar: Wir bringen die Brauerei zurück ins Leben – mit voller Kraft und echter Leidenschaft. Als erstes starten wir mit LiLa, dem Pils, das Lille gemeinsam mit Landgang eingebracht hat.

*Ein großes Dankeschön an alle
Beteiligten*

Das alles wäre nicht möglich gewesen ohne die Unterstützung von vielen denen das Projekt etwas bedeutet: Dem Vermieter der Familie Weisner, Dr. Helge Krüger, der das Unternehmen durch die Insolvenz begleitet hat und auch den Behörden der Stadt Kiel, die ihr Bestes für den Erhalt der Brauerei gegeben haben.

Lille lebt. Weiter.

*Für Kiel.
Für den Norden.
Für gutes Bier.*



Kontakt für Rückfragen:
David Ufer
CEO & Geschäftsleitung Lille
0162 3098 318
David@lillebraeu.de



ROUTE 66 BORRMANN MOTORS

WURST 'N DURST BEI BJÖRN BÖRNER IN RENDSBURG



Am 19. Juni wurde es laut, lecker und legendär bei Route 66 Borrmann Motors in Rendsburg – was als kleines Treffen geplant war, wurde zum vollen Erfolg.

*Wenige erwartet -
Hunderte gekommen*

„Da kommen nur eine Handvoll Leute“, sagte Björn Börner am Telefon.

Was dann kam, war kein Grillabend, sondern ein echter Szene-Treff: Strahlender Sonnenschein, ein Hof voller glänzender Karossen – und knapp 100 gut gelaunte Menschen, die gekommen waren, um Motoren zu hören, Würste zu essen, Benzingespräche zu führen und ein Gefühl zu erleben, das man mit dem Zündschlüssel

sel nicht einschalten kann: echtes Miteinander.

*Motorträume, Grillduft und
gute Gespräche*

Der Sound der V8-Motoren vermischte sich mit dem Klicken von Kameras, dem Zischen frisch gezapfter Biere und dem zufriedenen Murmeln rund um die Würstchenbude. Die Fahrzeuge – eine Parade amerikanischer Kraft – ließen Herzen höherschlagen: Mustangs, Chevys, Pickups, liebevoll gepflegt, stolz präsentiert.

Björn selbst war mittendrin: organisiert, begrüßt, vernetzt – und schuf eine Atmosphäre, in der Fremde schnell zu Bekannten wurden.



14

www.nordischlifestyle.de

Küstenleben

Zwischen Glanz und Grillkohle wurde nicht nur über PS diskutiert – es wurde gelacht, begrüßt, zugehört, gestaunt. Manch einer reiste mit dem Auto an, blieb aber wegen der Atmosphäre. Und mittendrin: Björn. Kein Lautsprecher, sondern ein Möglichmacher. Umgeben von einem kleinen Helferteam, das Organisation und Herzblut auf die Straße brachte.

*Björn sagt Danke -
und kündigt mehr an*

Björn selbst fasst den Abend so zusammen:

„Tolles Wetter, schöne Gespräche, viele neue Leute kennengelernt und lang nicht gesehene wiedergesehen. Vielen Dank auch an meine kleine Helfertuppe.“

Ein Abend, wie er im Buche steht – norddeutsch direkt, amerikanisch laut und menschlich nah.



*Manche Abende bleiben, weil sie sich
anfühlen wie Zuhause mit offener Garage.*

BERICHT: ARNO UND LOAN HEYNE



Route 66 Borrmann Motors
RENSBURG
WURST 'N DURST 2
RELOAD...
WERKSTATTABEND
Für US Cars und Oldies

Moin. Wir machen's NOCHMAL. Lernt uns kennen. Du hast Bock auf ne Wurst und 'n Kaltgetränk? Ein Klönschnack? Dann komm vorbei. Einfach eine gemütliche Zusammenkunft an der Firma: mit Grillwurst und Getränken unter Gleichgesinnten.
Viele Grüße Björn und Klaus

Am 21. August 2025 ab 17:30 Uhr
Lundener Str. 12 - 14, 24768 Rendsburg
Info per WhatsApp 0172 - 5623198

Wir übernehmen keine Haftung! Begrenzte Parkmöglichkeiten! Kein Zwang

KLAS IST AM START

www.nordischlifestyle.de

15



Impressum

NORDISCH LIFESTYLE VERLAG

Dorfstraße 22
24800 Elsdorf-Westermühlen

0 4332 212 95 90
hallo@nordischlifestyle.de
www.nordischlifestyle.de

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes

HERAUSGEBER

Arno Heyne | Loan Heyne

ANZEIGEN & BERATUNG

Arno Heyne
0152 23 34 02 34
arno@nordischlifestyle.de

SATZ & LAYOUT

Loan Heyne
0 4332 212 95 90
loan@nordischlifestyle.de

LEKTORAT

Loan Heyne

REDAKTION

Loan Heyne
0 4332 212 95 90
loanheyne@loarno.de

Arno Heyne
0152 23 34 02 34
arnoheyne@loarno.de

VERTEILERSTANDORTE

www.nordischlifestyle.de/verteiler

ALLE AUSGABEN

www.nordischlifestyle.de/archiv

AUFLAGE

300.000 p. a.

GASTAUTOREN UND REDAKTEURE

Andrea Wichelmann

Inga Wilking -
ADTV Tanzschule Tessmann

Marieke Fuhrmann

DIE NÄCHSTE

ERSCHEINT ONLINE

26.09.2025

AB KW40 | (PRINT)

Lifestyle

REDAKTIONSSCHLUSS

26.08.2025

Meike Onusseit
Lütt & Plietsch

Sascha Kugler
Sascha Kugler Beauty Lounge

Wini Britt Fuhrmann
Estrella Loba

weitere Gastautoren/Redakteure:
www.nordischlifestyle.de/unsere-crew

Die Inhalte dieses Magazins sind urheberrechtlich geschützt. Jede Nutzung, die über die gesetzlichen Bestimmungen des Urheberrechts hinausgeht, bedarf der vorherigen Zustimmung vom NORDISCH LIFESTYLE Verlag und ist andernfalls unzulässig und strafbar.

Wir übernehmen keine Gewähr für die Richtigkeit oder Aktualität der in diesem Magazin aufgeführten Kontaktdaten, Termine, Preise und Öffnungszeiten.

BLACK ARTIST VOICE MATTER FACTORY e.V.



Ruf uns an oder schreib uns auf Whatsapp! 01573-092 90 87

MIT DABEI SIND:

GEEFLOW (RAPPER, GOLD-PRODUZENT)

WU-TANG CLAN:

CAPPADONNA, MASTA KILLA, SHYHEIM, INSPECTAH DECK - UND VIELE MEHR

Schreib uns auf Instagram

@ARTIST.FACTORY.EV

Besuche unsere Website

WWW.ARTISTFACTORY-EV.DE



DIE TEILNAHME IST KOSTENFREI!

SH Schleswig-Holstein
Ministerium für Soziales, Jugend,
Familie, Senioren, Integration
und Gleichstellung

KENNST DU SCHON EINEN DER GRÖSSTEN FLOHMARKT KALENDER NORDDEUTSCHLANDS

HTTPS://NORDISCHLIFESTYLE.DE/FLOHMARKT

Lassen Sie sich keine Märchen erzählen.

Von der besten Beratung müssen Sie nicht 100 Jahre träumen!

Gesamtnote: 1,27 für die Beratung Baufinanzierung

Träumen Sie nicht weiter von der besten Beratung, sondern sichern Sie sich jetzt Ihren Beratungstermin ganz in Ihrer Nähe.

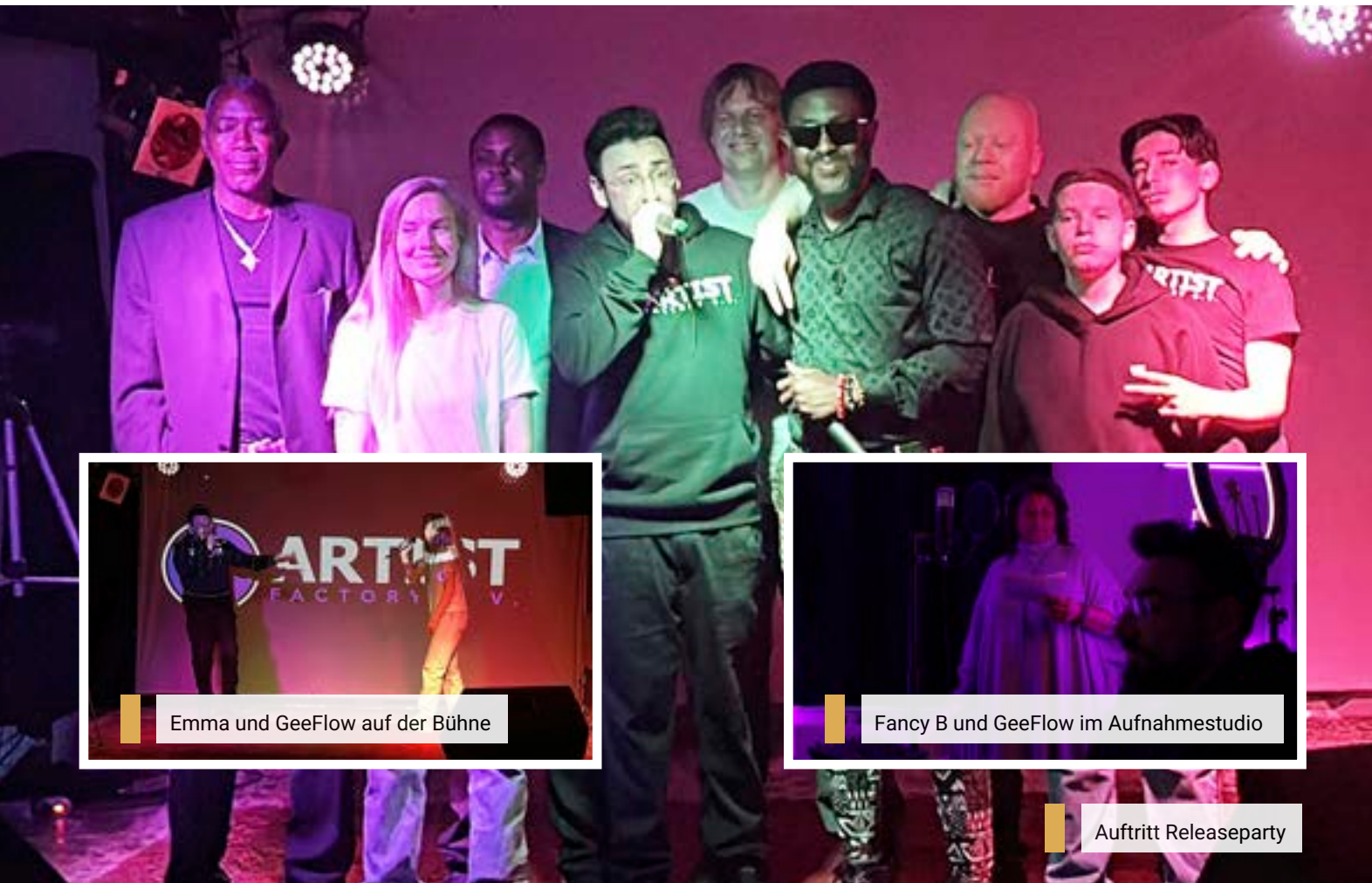
foerde-sparkasse.de Weil's um mehr als Geld geht.

Förde Sparkasse



BLACK VOICE MATTER

WIE ICH ZUR ARTIST FACTORY KAM – UND ZUM FEATURE MIT WU-TANG CLAN



Emma und GeeFlow auf der Bühne

Fancy B und GeeFlow im Aufnahmestudio

Auftritt Releaseparty

...so fand ich mich selbst auf dem Weg nach Neumünster in meinem Auto, begleitet von einem mulmigen Gefühl.

Eine neue Internetbekanntschaft hatte mich eingeladen, in einem Hinterhof an eine Metalltür zu klopfen. Da geht die Fantasie mit einem durch, aber die verlockende Aussicht, neue Menschen zu treffen, mit denen ich Musik produzieren kann, verdrängte schnell die Zweifel.

Also durchatmen:
„KLOPF KLOPF

Türkische Gastfreundschaft trifft Underground-Vibes

Was ich daraufhin erlebte, war die berühmte türkische Gastfreundschaft – gebündelt in einer Person. Ein herzlicher Empfang, ein voll eingerichtetes Studio und ein ehrliches, offenes Gespräch.

Schon an dem Abend war klar:
Ich, als regionaler Underground-Rapper mit einem Hang zu gesellschaftskritischen Themen, passe perfekt in dieses Projekt.

*Willkommen bei GeeFlow -
Produzent & Gründer von
Artist Factory*

Nun sitze ich hier bei GeeFlow, Produzent und Künstler des Black Voice Matter-Albums sowie Gründer des Artist Factory e.V.

Interview mit GeeFlow

Ich:

„GeeFlow, willst du kurz etwas zum Verein sagen? Was ist Artist Factory?“

GeeFlow:

„Mir ist durch meine Musik so viel Gutes widerfahren, wofür ich froh und dankbar bin. Ich möchte der Gesellschaft etwas zurückgeben. Artist Factory unterstützt Künstler, die bisher nicht die Chance oder die Mittel hatten, etwas auf die Beine zu stellen.“

Ich:

„Na, dann bin ich ja jetzt der Beweis, dass die Artist Factory funktioniert. Ein unbekannter Rapper bekommt einen Beat, um sich zu verwirklichen – und obendrein noch ein Feature mit Masta Killa von der berühmten amerikanischen Musikgruppe Wu-Tang Clan.“

GeeFlow:

„Genau so soll es sein.“

Das Projekt „Black Voice Matter“

Ich:

„Wie kamst du zu dem Black Voice Matter-Auftrag?“

GeeFlow:

„Da ich schon oft Berührungspunkte mit Rassismus hatte, weiß ich, wie wichtig die Verständigung zwischen Kulturen und Völkern ist, damit wir alle zusammen an einer gemeinsamen und friedlichen Zukunft arbeiten können.“

Als wir vom schleswig-holsteinischen Projekt „Maßnahmen für Teilhabe und Zusammenhalt (MaTZ)“ der Landesregierung gehört haben, haben wir die Synergien erkannt und uns erfolgreich beworben.“

Ich:

„Es ist schön zu sehen, wie Offenheit und Antrieb Früchte tragen. Wie ging es danach weiter?“

GeeFlow:

„Ich wollte nicht nur den Auftrag erfüllen, sondern auch qualitativ und musikalisch einen Hingucker produzieren. In jedem Track sollte die Seele des Musikers eingefangen werden.“

Ich:

„Ein großes Ziel. Hast du es umsetzen können?“



Manchmal führt dich ein Klopfen an einer Metalltür direkt zu deiner Stimme - und zu Menschen, die sie hören wollen.

BERICHT: LOCKE U2P

GeeFlow:

„Ja – mehr noch! Das Werk vereint nicht nur verschiedene Kulturen und Länder, sondern auch viele verschiedene Genres. So konnte die Vielfalt auch musikalisch einfließen.“

*21 Künstler
und viele neue Freundschaften*

Ich:

„So viele Künstler sind auf dem Album – wusstest du gleich, dass es so groß wird?“

GeeFlow:

„Oh nein, das allerdings nicht. Ich habe zwar für ein paar namhafte Feature-Rapper gesorgt, konnte aber nicht wissen, wie viele meiner Freunde und Bekannten mitmachen wollen.“

Schnell hatten wir ein Team aus 11 Leuten zusammen.

Womit ich nicht gerechnet habe, waren die neuen und mir unbekannten Musiker, denen wir auf dem Entstehungsweg begegnet sind. So habe ich 10 weitere Künstler kennengelernt – von denen ich nun viele meine Freunde nenne.

Insgesamt sind nun 21 Künstler auf dem Album.“

Ich:

„Stattliche Hausnummer. Kann man in Zukunft von mehr erwarten?“

GeeFlow:

„Definitiv.“

Derzeit laufen schon mehrere Nachfolgeprojekte. Ich will nicht zu viel verraten – aber Schleswig-Holstein hat uns beispielsweise einen besonders gesetzeskonformen Folgeauftrag anvertraut.“

Das Ergebnis?

Ich denke, das Produkt kann sich sehen lassen – aber das beurteilt ihr am besten selbst. Kontakt zu GeeFlow, mir oder anderen Künstlern? Gern!



Black Voices
Matter Album



Kontakt zu Locke



Kontakt zu
Artist Factory





DAS METTENHOFER STADTTEILFEST FEIERT SEIN 20. JUBILÄUM!



METTENHOFER STADTTEILFEST



Samstag, 27.9.2025
12 – 18 Uhr

auf der Parkwiese am
Heidenberger Teich.

12.00 Uhr
● Ökumenischer Gottesdienst
und Grußworte

ab 12.30 Uhr
● Kinderrallye
● Aufführungen
● Aerotrim
● Tanzperformance für Groß
und Klein
● Sport und Spaß
● Kulinarische Köstlichkeiten
● Infostände und vieles mehr...

Und dies wird gebührend gefeiert und zwar am Samstag, den 27.09.
von 12:00 bis 18:00 Uhr auf der schönen Parkwiese am Heiden-
berger Teich.

Nach einem ökumenischen Gottesdienst und den Eröffnungsre-
den kann gegen 12:30 Uhr an den Ständen nach Lust und Laune
gespielt, geschlemmt und gestöbert werden.

Ca. 45 Institutionen, Vereine, Verbände und Initiativen zeigen die
Vielfalt des Stadtteils.

Neben spannenden Informationen, kulinarischen Köstlichkeiten
und einem abwechslungsreichen Bühnenprogramm kommen be-
sonders die Kleinen auf diesem Familienfest auf ihre Kosten.

Auch in diesem Jahr gibt es eine Rallye für Kinder. Die Laufzettel
sind am Stand des Stadtteilbüros zu bekommen. An zahlreichen
Stationen können Stempel gesammelt und der volle Laufzettel (8
Stempel reichen!) dann gegen einen kleinen Preis eingetauscht
werden. Wir wünschen viel Freude dabei.

Ein besonderes Highlight in diesem Jahr wird die Tanzperformance
der freien Tanzkompanie Kiel „Der Clown tanzt“, die um 15:00 Uhr
im Amphitheater beginnen wird.

„Der Clown tanzt“ ist ein kulturpädagogisches Tanzprojekt für
Menschen jeden Alters in Kiel. Es vereint professionelle Bühnen-
kunst mit aktiver Publikumsbeteiligung – humorvoll, berührend
und inklusiv.

Das Projekt besteht aus einer Performance und einem anschlie-
ßenden Workshop. Im Zentrum steht ein Clown, der mit Hilfe einer
inspirierenden Tanzlehrerin und eines Theaters verliebten Tech-
nikers seine ersten Schritte in die Welt des Tanzes wagt. Es ent-
steht ein poetisches „Theater im Theater“, das das Publikum mit-
nimmt auf eine Reise voller Bewegung, Emotion und Fantasie.

Die Aufführungen werden von der Stadt Kiel gefördert und finden
2025 an unterschiedlichen Stadtteilen in Kiel statt und nun auch in
Mettenhof. Kunst wird so unmittelbar erlebbar: offen, lebendig, nah.

Das Mettenhofer Stadtteilstfest wird federführend vom Stadtteilbü-
ro Mettenhof in Kooperation mit einer Planungsgruppe realisiert.
Diese setzt sich aus hauptamtlichen Akteur*innen der Stadtteil-
konferenz, aus der Kinder- und Jugendarbeit, der Kirche, dem Ju-
gendamt, dem Mettenhofer Arbeitskreis für Kriminalitätsverhü-
tung und aus mehreren ehrenamtlich Engagierten zusammen.

Seien Sie bei diesem bunten Familienfest dabei und genießen Sie
einen tollen Tag bei uns in Mettenhof!

Liebe Mettenhofer*innen, liebe Gäste,
nach diesem Jahr möchten wir Sie wieder herzlich zum
Metttenhofer Stadtteilstfest einladen. Unter dem Motto „bunt und tolerant“
bieten rund 45 Akteure aus dem Stadtteil und Umgebung ein vielfältiges und
abwechslungsreiches Angebot für alle Familien.
Schauen Sie doch einfach vorbei, wir freuen uns auf Ihren Besuch!

BÜHNEPROGRAMM

12:00 Ökumenischer Gottesdienst	14:15 Kieler Kulturschule Kinderchor und Chor
12:25 Grußwort Gemein Stücken Stadtteil der Landeshauptstadt Kiel	14:40 Sportverein TuS H/M Hochturnen
12:30 Grußwort Kirsten Voß Ordnungsamt	15:00 Sportverein TuS H/M Hochturnen
12:35 Offizielle Eröffnung Grußworte in unterschiedlichen Sprachen und Eröffnung	15:30 Freie Tanzkompanie Kiel ab 15:00 Der Clown tanzt (im Amphitheater)
13:10 ASC Kiel KBH Cheerleader + Dancer Sportliche Darbietung	15:30 AOTV Tanzschule R. Knobloch Senioren / Profikursus
13:35 1. Latin Team Kiel e.V. Formationsauftritt	16:05 De fideles Kerls Jahresabschlussfeier
13:45 1. Latin Team Kiel e.V. Kinderformation	16:10 De fideles Kerls Jahresabschluss
13:55 1. Latin Team Kiel e.V. Eröffnung	16:40 Bündnis Eine Welt Hauptversammlung
	17:30 Fatality Crew Breakdance
	18:00 Ende der Veranstaltung

WO FINDE ICH WAS?



Was eine Nachbarschaft stark macht,
ist nicht nur, dass man Tür an Tür lebt -
sondern Herz an Herz.

BERICHT: REDAKTION NORDISCH LIFESTYLE



kiel.de/mettenhof



KOCHEN MIT DEA

KARTOFFELGLÜCK ZUM LÖFFELN, SCHICHTEN UND GENIESSEN

KÖSTLICHE FAMILIENREZEPTE MIT SEELE



KAUM EIN GEMÜSE HAT SO VIELE GESICHTER WIE DIE KARTOFFEL

Ob cremig, knusprig oder sogar süß – diese Knolle überrascht in jeder Rolle. Kaum ein Gemüse ist so vielseitig und beliebt wie die Kartoffel. Ob als knusprige Beilage, herzhaftes Hauptgericht oder sogar als süßer Kuchen – die Kartoffel überzeugt in jeder Form. Kein Wunder, dass sie für viele zu den absoluten Lieblingszutaten in der Küche gehört. Hier stellen wir euch ein paar leckere Kartoffelrezepte vor.

KARTOFFELAUFLAUF MIT HACKFLEISCH

EIN SELENWÄRMER FÜR ALLE

ZUTATEN:

- 1 kg vorwiegend festkochende Kartoffeln
- 1 mittelgroße Zucchini
- 2 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 500 g gemischtes Hackfleisch
- ½ Tube Tomatenmark
- 125 ml Wasser
- 4 TL gekörnte Brühe
- 100 ml Sahne
- 200 g geriebener Käse
- Etwas Öl zum Braten
- Salz
- Pfeffer

ZUBEREITUNG:

1. Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.
2. Kartoffeln waschen und ca. 20 Minuten in leicht gesalzenem Wasser kochen (am besten am Vortag).
3. Abgekühlt schälen und in Scheiben schneiden.
4. Zucchini waschen und in Scheiben schneiden.
5. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein hacken.
6. Öl in einer Pfanne erhitzen, Hackfleisch krümelig anbraten.
7. Zwiebeln und Knoblauch hinzufügen und mitbraten.
8. Tomatenmark einrühren, mit Wasser ablöschen.
9. 3 TL Brühe einrühren, ca. 5 Minuten köcheln lassen.
10. Auflaufform einfetten.
11. Hälfte der Kartoffeln und Zucchini einschichten, mit Hälfte der Hackmasse bedecken.
12. Restliche Kartoffeln, Zucchini und Hack darauf verteilen.
13. Sahne mit 1 TL Brühe erhitzen, darüber gießen.
14. Mit Käse bestreuen und ca. 30 Minuten backen.



KARTOFFELN IN KNOBLAUCH-SAHNESOSSE ZART, WÜRZIG UND ZUM VERLIEBEN

ZUTATEN:

- 800 g festkochende Kartoffeln
- 4 Knoblauchzehen
- 300 ml Sahne
- 100 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Butter
- 1 TL getrockneter Thymian
- Salz
- Pfeffer
- Frische Petersilie

ZUBEREITUNG:

1. Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. In gesalzenem Wasser ca. 10 Minuten kochen. Sie sollten leicht weich, aber nicht matschig sein.
2. Abgießen und beiseitestellen.
3. Knoblauch schälen und fein würfeln.
4. Butter in einer Pfanne schmelzen, Knoblauch darin bei mittlerer Hitze goldbraun braten.
5. Sahne und Gemüsebrühe zugießen, gut umrühren und aufkochen lassen.
6. Hitze reduzieren, Soße leicht köcheln lassen.
7. Thymian einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
8. Kartoffeln in die Soße geben, vorsichtig umrühren und ca. 5 Minuten bei niedriger Hitze ziehen lassen.
9. Mit frischer, gehackter Petersilie servieren.



EINFACHE KARTOFFEL- SUPPE

ZUTATEN:

- 1 kg mehlig kochende Kartoffeln
- 3 Karotten
- 1 Stange Porree
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Butter
- 1 Liter Gemüsebrühe
- 1 TL getrockneter Majoran
- Salz
- Pfeffer
- 150 ml Sahne (optional)
- 4 Wiener Würstchen oder Mettwurstchen

ZUBEREITUNG:

1. Kartoffeln und Karotten schälen und würfeln.
2. Porree waschen und in Ringe schneiden.
3. Zwiebeln und Knoblauch fein hacken.
4. Butter im großen Topf schmelzen, Zwiebeln und Knoblauch glasig anschwitzen.
5. Karotten und Porree zugeben, 5 Minuten anbraten.
6. Kartoffeln und Majoran hinzufügen.
7. Mit Brühe aufgießen, aufkochen, dann 20–25 Minuten köcheln lassen.
8. Suppe nach Wunsch grob oder fein pürieren.
9. Sahne für cremige Konsistenz einrühren.
10. Würstchen in Scheiben schneiden, 5 Minuten in der heißen Suppe ziehen lassen.



OMAS KARTOFFELKUCHEN EIN SÜSSES STÜCK NOSTALGIE

ZUTATEN:

- 250 g gekochte, ausgekühlte Kartoffeln
- 200 g gemahlene Mandeln
- 6 Eier
- 200 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 3 EL Puderzucker

ZUBEREITUNG:

1. Backofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Kartoffeln fein reiben.
3. Eier trennen, Eiweiß mit Zucker steif schlagen.
4. Eigelb aufschlagen, Kartoffeln, Mandeln, Salz und Vanillezucker unterrühren.
5. Eischnee vorsichtig unterheben.
6. Teig in gefettete, bemehlte Springform geben und glattstreichen.
7. 50–60 Minuten backen, bis goldbraun und fest.
8. Abkühlen lassen, mit Puderzucker bestreuen.



Die besten Rezepte sind die, die nach Kindheit duften, nach Heimat schmecken - und Menschen an einen Tisch bringen.

BERICHT: ANDREA WICHELMANN





**VESPA PRIMAVERA -
SONDERMODELL „OFFICINA 8“**



**PIAGGIO MP3 — FAHRBAR
MIT DEM PKW FÜHRERSCHEIN**



**KIELER
ROLLERMARKT**

Steekberg 5 • 24107 Kiel • Tel. 0431/3803320
www.facebook.de/kielerrollermarkt



UNSERE NORDISCH LIFESTYLE KALENDER

FÜR SCHLESWIG-HOLSTEIN
UND
HAMBURG

WEIHNACHTS-
MARKT



KARAOKE



EVENTS



JAHRMARKT



FLOHMARKT



BETRETEN VERBOTEN – AUSSER FÜR UNS!

EIN GEHEIMER WALDAUSFLUG



Ein exklusiver Ausflug ins geheime Waldparadies mit leisen Kindern, mutigen Hasen und großzügigen Waldarbeitern

Ein Schild, das neugierig macht

Manche Türen im Leben bleiben verschlossen. Manche Zäune sagen „Halt!“, und manche Schilder meinen es tatsächlich ernst. Doch dann gibt es da dieses eine kleine, verschmutzte Schild am Rand eines Waldstücks: „Betreten verboten.“ Ein Wink mit dem Zaunpfahl für alle – außer uns. Denn wir, jawohl, wir haben eine Sondergenehmigung. Offiziell, legal, und mit einem Hauch Abenteuer gewürzt.

Morgenlicht und Waldfreude

An jenem besonderen Morgen, als die Sonne so tat, als hätte sie das Wetter extra für uns eingereicht und genehmigt bekommen, zogen wir los. Mit Rucksack, Proviant und Tatendrang. Die ersten Sonnenstrahlen malten goldene Tupfer auf den Waldboden, und unser kleines Waldstückchen empfing uns wie alte Freunde.

Frühstück, Flüstern und flauschige Begegnungen

Erst mal ein Frühstück. Denn hungrig durch den Wald schleichen ist wie ohne Schuhe tanzen – geht, macht aber keinen Spaß. Frisch gestärkt machten wir uns auf die Pirsch. Auf leisen Sohlen, denn ich hatte den Kindern erklärt: „Nur wer leise ist, sieht Tiere.“

Und siehe da – pädagogisches Wunder oder Kindermagie – sie waren so leise, dass ich selbst erschrak, als plötzlich ein kleiner Hase aus dem Gebüsch lugte. Dann noch einer. Und – man mag es kaum glauben – eine ganze Hasenfamilie! Papa Hase (vermutlich, denn er sah aus, als trüge er Verantwortung und ein paar Sorgen) kam uns sogar ein paar Meter entgegen, taxierte uns mit einem Blick, der sagte: Ihr seid okay, aber ich nehm die Familie trotzdem mit, und hoppelte dann würdevoll davon.



Wahre Abenteuer beginnen da,
wo Respekt und Erlaubnis Hand in Hand
mit der Neugier gehen.

BERICHT UND BILDER: MEIKE VON LÜTT & PLIETSCH



Der Traktor und das große Abenteuer

Wir setzten unseren Weg fort, vorbei an einem verwunschenen Traktor, der offenbar beschlossen hatte, zum Mooskunstwerk zu werden. Wenn er ein bisschen länger steht, hat er bald ein eigenes Ökosystem auf der Motorhaube. Doch das Abenteuer wartete schon am nächsten Bachlauf: Auf der anderen Seite entdeckten wir Waldarbeiter – kernige Männer mit Äxten, Holz und gutem Gemüt. Aber erst mal mussten wir den Bach überqueren. Nicht mit Brücke, nicht mit Turnseil, sondern – natürlich – über einen wilden, halbvermoderten Baustaum, der wahlweise für Indiana Jones oder eine Elterngruppe mit Kindern gebaut worden war. Also: Einer nach dem anderen rüber, ich jeweils hinterher, schwitzend, beidend, balancierend. Wir haben's alle geschafft. Kein nasses Kind, kein verlorener Schuh – ein Wunder!

Herzenswärme auf der anderen Seite

Drüben gab's die Belohnung: Ein breites Grinsen von den Waldarbeitern und – zack – ein Holzscheit für jedes Kind. Als ich fragte, was man in so einem Moment sagt, kam prompt und stolz aus einem kleinen Mündchen: „Meins!“ Ein Kind mit drei älteren Geschwistern kennt eben die harten Regeln der Ressourcenverteilung.

Ein Versprechen an den Wald

Mit glühenden Wangen, glücklichen Gesichtern und dem Versprechen, vielleicht nächsten Mittwoch wiederzukommen (wir hätten dann auch Platz für mehr Holzscheite im Rucksack), verließen wir das Waldstück. Und während das Schild draußen weiter „Betreten verboten“ ruft, wissen wir: Manchmal öffnen sich Tore, wo andere nur Grenzen sehen. Und manchmal steckt das größte Abenteuer gleich hinter dem ersten Busch – samt Hasenfamilie, Traktorruine und einem liebevoll gereichten Stück Waldholz.

Und ja – wir kommen wieder. Sondergenehmigung sei Dank.



POCKET BUDDYS

KLEINE PÜPPCHEN FÜR GROSSE GEFÜHLE



Mutmacher aus der Hosentasche

Kennt ihr schon die kleinen, besonderen Mutmach-Püppchen? Jedes einzelne ist etwas ganz Besonderes – ein kleines Kunstwerk mit großer Wirkung.

*Ein liebevoller Begleiter
in schweren Momenten*

Vor vielen Jahren habe ich diese zauberhaften Püppchen schon für meine Kinder gestrickt.

Wenn jemand traurig war, eine Prüfung vor sich hatte oder sich einfach nur einsam fühlte, bekam er von mir ein kleines Püppchen. Dieses kleine Püppchen passte genau in eine Hosentasche – und war immer da, wenn man es brauchte.

*Zum Festhalten. Zum Zuhören.
Zum Trösten.*

Sie waren immer da: zum Festhalten und Zuhören. Ja, Pocket Buddys sind wunderbare Zuhörer – oder einfach da, um still Mut zu schenken und zu trösten.

So einzigartig wie unsere Kinder

Die kleinen Pocket Buddys dürfen überall mit dabei sein. Sie sind kleine Begleiter, beste Freunde – und können ganz unterschiedlich aussehen.

So unterschiedlich und besonders wie jedes unserer Kinder.



*Manchmal braucht es nur etwas kleines in
der Hand, um sich wieder ganz groß
zu fühlen.*

BERICHT: ANDREA WICHELMANN

Heimathafen

*Der Fantasie sind
keine Grenzen gesetzt*

Für jedes Kind lässt sich ein lieber Pocket Buddy finden. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt: Es entstanden kleine Piraten, lustige Hasen, Glücksschweinchen, Bärchen – oder einfach nur beste Kumpels.

*Jetzt auch für Große:
Tröstspender im Alltag*

Jetzt stricke ich diese kleinen Püppchen wieder – fast genauso wie damals für meine Kinder.

Eigentlich sind die liebenswerten Pocket Buddys nicht nur ideale Begleiter für Kinder.

Jetzt verrate ich euch ein kleines Geheimnis: Neulich hat mich ein kleines Glücksschweinchen zum Zahnarzt begleitet.

Die Wurzelbehandlung tat plötzlich nur noch halb so weh. Ich habe meinen Pocket Buddy ganz fest in der Hand gehalten – und mich nur noch darauf konzentriert. Das hat mir wirklich geholfen.

*Man ist nie zu alt
für einen kleinen Pocket Buddy.*



TANZEN IN KIEL - Dein Verein!

»WIR BEWEGEN EUCH...

- »...im Alter von 3 bis über 90 Jahren
- »...an 7 Wochentagen in 6 Sälen
- »...in über 130 Gruppen

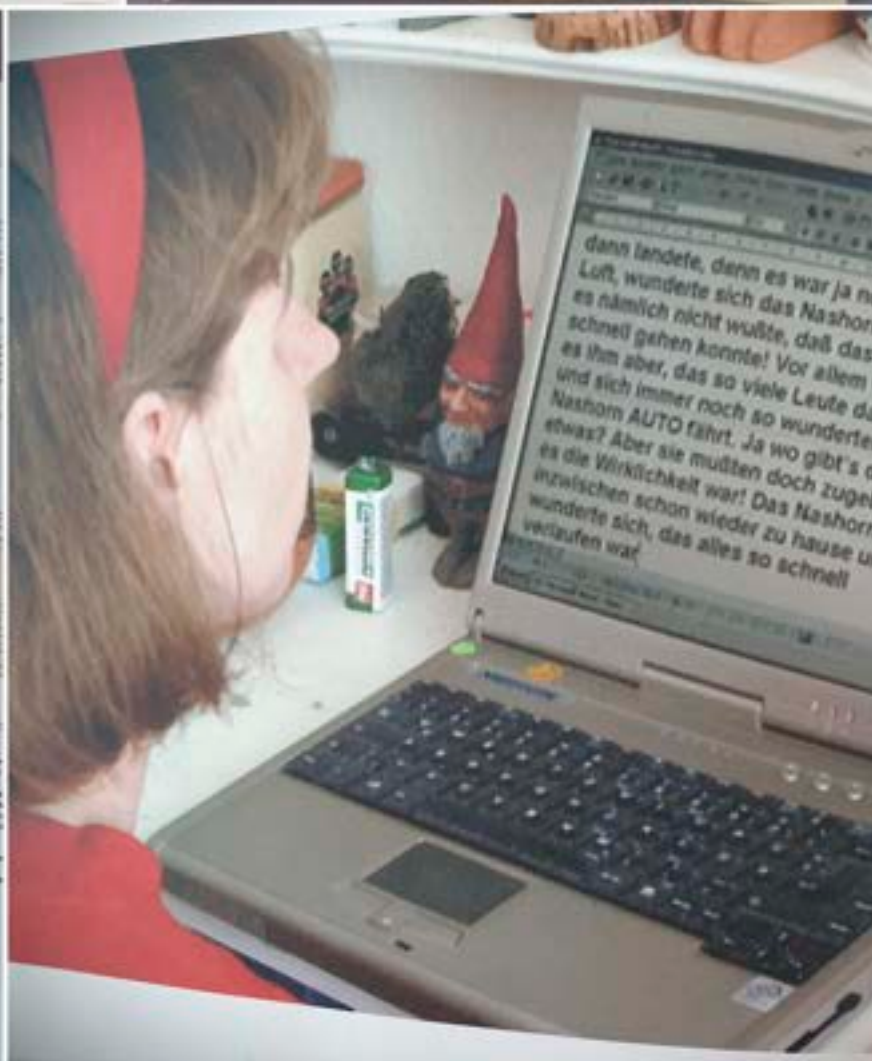
Gigantische Vielfalt mit über 20 unterschiedlichen Tanzsportarten!

www.tanzen-in-kiel.de

Tel. 0431 / 88 88 35 88 - verwaltung@tanzen-in-kiel.de

Nach den Sommerferien:
Viele freie Plätze im
Kreativen Kindertanz +
neue Gruppe
mittwochs um 15 Uhr





WIE MEINE GESCHICHTEN LAUFEN LERNTEN

KLEINER LAPTOP, GROSSE FANTASIE – UND VERLORENE GESCHICHTEN



Liebe Leserinnen und Leser,

in dieser Ausgabe möchte ich nochmal auf das Schreiben zurückkommen (ich habe ja schon eine Ausgabe über das Briefe schreiben veröffentlicht). Als ich noch ein Kind war, habe ich manchmal meine Ferien bei meinem Vater verbracht (er wohnt in Wilhelms-haven).

Da hatte ich so einige lustige Ideen, die ich in Geschichten um-wandelte und niedergeschrieben habe. Dafür durfte ich dann Pa-pas Laptop benutzen. So sind schon einige Geschichten wie „Das blaue Haus“, „Der wandernde Brief“, „Das laufende Telefon“ und noch viele weitere entstanden.

Papa, die Homepage und das große Verschwinden

Papa gefallen meine Geschichten so gut, dass er mir eine eige-ne Homepage eingerichtet hatte. Dummerweise hat Papa seine Homepage irgendwann gelöscht und dabei vergessen, dass mei-ne Seite mit den Geschichten, die er dort veröffentlicht hatte, da-durch auch verschwindet.

Hoffnung auf Rettung: Mamas Seite, Schwesterchens Plan

Dann hatte Mama eine neue Seite mit meinen Geschichten einge-richtet. Leider hat aber der Betreiber der Homepage vor kurzem seinen Dienst eingestellt. Daraufhin hat mein Schwesterchen nun sogar schon überlegt, ob sie meine Geschichten veröffentlicht (womit ich in der Tat mehr als einverstanden bin).

Außerdem möchte sie dafür sorgen, dass alle, die sich für mei-ne Geschichten interessieren, diese auch wieder im Internet vor-finden können. Papa hatte übrigens schon ein „Heft“ mit meinen Geschichten zusammengestellt.

Allerdings sind dort bei weitem noch längst nicht alle drin.

Von der Geschichte zum Brief

Aber leider fällt mir im Moment nicht das Geringste ein, um et-was Neues rauszubringen. Deshalb bin ich jetzt momentan von den Geschichten auf Briefe umgestiegen.

Denn das Briefe Schreiben gehört ja immerhin auch zu meinen Hobbys. Und außerdem Sorge ich so tatkräftig dafür, dass die deutsche Post ihre Existenz beibehält.

Briefe mit Herz, Bild und Sticker

Deshalb bin ich übrigens auch sehr froh und dankbar, dass es ne-ben den Briefkästen mit den kleinen Schlitten auch die größeren Briefkästen gibt. Außerdem ergänze ich die Briefe, indem ich in die Umschläge zusätzlich je ein Bild reinlege und sie von außen mit Stickern versehe.

Dazu erzähle ich euch in einer weiteren Ausgabe mehr. Dann wis-sen diejenigen, die Post von mir erhalten, nämlich auch gleich, dass der Brief nicht von einem Amt kommen kann, weil die Beam-ten bestimmt keine Sticker zum Schmücken der Briefumschläge verwenden würden.

Und Ihr?

Habt ihr auch schon einmal Geschichten geschrieben oder Bilder gemalt und verschenkt?

Liebe Grüße von

Eurer Marieke



Manchmal sind es gerade die verschwunde-nen Geschichten, die uns zeigen, wie wertvoll jedes geschriebene Wort ist.



BERICHT: MARIEKE FUHRMANN

VISIONSSUCHE – REISE ZU DIR

WER DU WIRKLICH BIST, ZEIGT SICH IM ALLEINSEIN



Überall auf der Erde gab es wohl schon immer zum Ende der Kindheit Ablösungsrituale vom Elternhaus, bevor ein junger Mensch eigenverantwortlich seinen Weg hinaus in die Welt beschritt.

Dabei ging es nicht nur darum, sich von der Familie abzunabeln, wozu verschiedene Formen des Cuttings dienten, sondern auch zu lernen, dem inneren Ruf zu folgen. Die Frage lautet: Wer bin ich, und was sind meine Lebensaufgaben?

Um Antworten auf diese wesentlichen Fragen zu finden, braucht es Zeit für Besinnung und Stille, um innerlich zur Ruhe kommen zu können.

Manches ahnen wir längst, aber anderes kann durch äußere Faktoren verschüttet oder ängstlich verdrängt worden sein. Eine Visionssuche trägt dazu bei, Klarheit in uns zu gewinnen.

Bevor es losgehen kann

Eine Visionssuche ist kein Spaziergang und erfordert eine lange, gute Vorbereitung. Es macht Sinn, im Vorwege Fragen zu formulieren, die eigenen Stärken und Schwächen zu notieren und zu überprüfen, wie gut man über längere Zeit allein sein kann.

Ein wesentlicher Teil der Vorbereitung ist die regelmäßige Tempelarbeit. Sie wird auch in den langen Tagen der Visionssuche einen wesentlichen Beitrag zum Gelingen leisten. Hilfreich bei der

Visionssuche ist außerdem das schamanische Reisen. Es wird an den Tagen in der Natur zeitlich einen großen Platz einnehmen.

Erst dann wird nach einem Zeitfenster geschaut, in dem sowohl die oder der Visionssuchende als auch der begleitende Mensch ausreichend Zeit für ein so großes Unterfangen haben.

Sieben Tage und Nächte mit sich selbst allein

Für die Visionssuche begeben wir uns an einen Ort in der Natur, an dem wir eine Woche lang möglichst ungestört sein können. Ich empfehle sieben Übernachtungen, mindestens aber drei. Am besten eignet sich ein abgelegener Platz im Wald, da es in Deutschland wohl kaum noch Strände gibt, die über mehrere Tage menschenleer sind.

An diesem Ort markiert der oder die Visionssuchende einen Kreis auf dem Boden. Der Radius sollte in etwa der Körpergröße entsprechen. Dieser Kreis wird für die Dauer der Visionssuche nicht verlassen. In diesen abgesteckten Raum werden lediglich drei Liter Trinkwasser pro Tag und ein möglichst guter Schlafsack mitgenommen.

Die Visionssuche beginnt, wenn die Begleitung sich für die nächsten drei bis sieben Tage verabschiedet.



Begleitung in Rufbereitschaft

Wer jemanden auf die Visionssuche vorbereitet und schließlich die Zeit für die Selbstkonfrontation als gekommen sieht, ist auch für die Begleitung zuständig, das heißt, er oder sie schlägt das eigene Lager in Rufnähe auf, um im Notfall ansprechbar zu sein.

Früher waren Menschen es gewohnt, allein in der Natur zu sein, und es gab deutlich weniger Ablenkung und Berieselung im Alltag. Heute sind die meisten froh, wenn sie wissen, dass da jemand in der Nähe ist, wenn sie ihren Ängsten begegnen.

Um für die Visionssuche alle Kräfte beisammen zu haben, kann eine vorherige Seelenrückholung sinnvoll sein.

Den eigenen Schatten begegnen

Ein Tag auf engem Raum mit nichts als sich selbst und seiner Wahrnehmung ist für manche schon eine zuvor leichtsinnig unterschätzte Herausforderung. Die erste Nacht im Freien bringt dann oft auch bereits Ängste zutage. Meiner Erfahrung nach schläft in dieser Nacht fast niemand.

Jedes Geräusch ist verdächtig, und irgendetwas Unheimliches lauert hinter nahezu jedem Busch und Baum. Der Sonnenaufgang bringt die ersehnte Erleichterung, und zum Glück sind die Nächte im Sommer in unseren Breiten kurz!



In der Tiefe der Stille
beginnt die Wahrheit zu sprechen.

BERICHT: WINI BRITT FUHRMANN



Die weiteren Tage sind neben der schamanischen Arbeit gefüllt mit einer Mischung aus Langeweile, Selbstzweifeln, ersten Erkenntnissen, inneren Ausflüchten, intensiven Wahrnehmungen und Beobachtungen, dem Wunsch aufzugeben und vielem, was wir sonst noch so im Alltag am liebsten ignorieren.

Hier gibt es kaum Ablenkung, und es ist endlich Gelegenheit, sich auf die Reise nach innen zu begeben. Unterstützung erhalten wir auch von unseren Krafttieren.

Visionen einladen

Meist erst am dritten oder vierten Tag ist unser Geist so entspannt und unser Widerstand so befriedet, dass wir beginnen klarer zu sehen und zu erkennen, wer wir sind.

Dann können wir Visionen einladen, um die beste Version unserer Persönlichkeit zu entdecken.

Allmählich kristallisiert sich heraus, wofür wir in diesem Leben angetreten sind und was wir in Zukunft gestalten und machen wollen, weil wir uns nun die Selbstermächtigung gegeben haben.

Wer sieben Nächte in seinem Kreis geblieben ist, wird mit großer Wahrscheinlichkeit mindestens die letzte in tiefem innerem Frieden genossen haben.

Weitere Wege zur inneren Klarheit

Wen eine Visionssuche überfordert, kann auch auf andere schamanische Methoden zurückgreifen, um seinen Lebenszielen näher zu kommen.

Tempelarbeit ist eine davon und verspricht neben dem schamanischen Reisen den größten Erfolg.

An die bahnbrechenden Erfolge der Visionssuche, die mitunter einer Initiation gleichen, werden sie allerdings nie heranreichen können.

Destruktive alte Bindungen lassen sich mit einem Cutting lösen. Das sollte am besten schon vor der Visionssuche erfolgen, um möglichst frei von Altlasten und dadurch offener für die ureigenen Lebensvisionen zu sein.

Von Tempelarbeit, Seelenrückholungen, schamanischen Reisen und Cuttings werde ich in weiteren Beiträgen berichten...



ZWISCHEN UMBRUCH UND WUNDER

KOSMISCHE CHANCEN ERKENNEN – UND MUTIG ERGREIFEN



Die energetische Verdichtung durch den vereinten Schwung der Planeten nach vorn hat in den letzten Wochen viele Menschen aus ihren Komfortzonen katapultiert und zum Teil stark herausgefordert. Das Entwicklungstempo bleibt rasant und macht es uns nicht gerade leicht, den Fokus auf das Wesentliche dauerhaft zu halten.

Das harmonische himmlische Dreieck aus Pluto (im Wassermann), Neptun und Saturn (im Widder) und Uranus in den Zwillingen wird uns im Laufe der kommenden Monate immer intensiver mit hohen kosmischen Frequenzen fluten. Es gilt also, sich mutig in diese ungewohnten Schwingungen einzugrooven und ruhig ab und an den Sprung ins kalte Wasser zu wagen, um das Leben neu zu entdecken.

*Was Jupiter, Venus & Lilith
jetzt in uns bewegen wollen*

Nun, da alle überpersönlichen Planeten so kurz hintereinander das Tierkreiszeichen gewechselt haben, ist die Auswahl an Themen riesengroß, mit denen wir uns beschäftigen können: Jupiter im Zeichen Krebs ermutigt dazu, sich mit der eigenen Vergangenheit auseinanderzusetzen und gegebenenfalls zu versöhnen.

Dazu gehört beispielsweise, sich die familiären Traditionen anzusehen und die emotionalen Muster zu erkennen, die daraus entstanden sind. Was nicht mehr dienlich ist, darf – und sollte! – verabschiedet werden.

In einer harmonischen Verbindung mit Lilith können sogar Schattenthemen erfolgreich geheilt werden, denn: Am 12. August gesellt sich Venus zu Jupiter – das kleine Glück begegnet also dem großen, was besonders für alle, die in der ersten Julihälfte geboren sind, glückliche Fügungen bedeuten kann.

*Wenn Gedanken fliegen lernen -
und der Frieden ins Herz zieht*

Uranus in den Zwillingen bringt derweil immer mehr Bewegung in unser Denken und eröffnet neue Dimensionen der Kommunikation. Bei hochsensiblen Menschen kann das urplötzlich telepathische Fähigkeiten zutage fördern.

Der Vollmond am 9. August birgt einiges Überraschungspotential sowie die Zeitqualität für große Taten voller kosmischer Weisheit. Vieles spricht für Friedensverhandlungen in diesen Tagen, was allerdings (nach einem Blick ins Gründunghoroskop der USA) an amerikanischen Interessen scheitern könnte.



*Was sich entfalten will,
hält kein Widerstand auf.*

BERICHT: WINI BRITT FUHRMANN

Verantwortungsbewusstes globales Denken gepaart mit weitreichenden Zukunftsvisionen sind gefragt – und der Anstand, endlich das Wohl ALLER über den ungesunden Profit einiger weniger zu stellen. Um konstruktive, für die ganze Erde segensreiche Entscheidungen zu erzielen, können wir die politisch Verantwortlichen jederzeit energetisch unterstützen.

Wenn jeder von uns sich ein kleines Ritual angewöhnt und im eigenen Umfeld weitergibt, können wir durchaus einen wertvollen Beitrag leisten und am Ende viel bewirken.

In den sozialen Medien kursiert eine schöne Idee: Denke oder spreche jedes Mal, wenn du ein Glas Wasser (oder Tee) trinkst: „Die Welt ist in Frieden, und ich bin es auch.“ Wenn Millionen und aber Millionen Menschen das mehrmals täglich tun, bekommt es Gewicht, das einen enormen Unterschied machen wird. Ich mache mit. Du auch?

*Wenn innere Freiheit wichtiger
wird als äußere Regeln*

Zu Neumond am 23. August dürfen wir uns die Frage stellen, wer oder was unsere inneren Glaubenssätze bestimmt. Sind wir frei und selbstbestimmt in unserem Handeln, oder haben wir gelernt, es vermeintlichen Autoritäten recht zu machen, weil ihre Expertise nicht in Frage gestellt werden darf?

Pluto fordert im Wassermann die Herrschaft des Volkes, das aus mündigen, freien Individuen besteht. Jetzt gilt es genau diese Mündigkeit zu beweisen. Beim letzten Eintritt Plutos in den Wassermann wurde der alte Adel vom Thron gestürzt. Dieses Mal könnte es den mit der gleichen Ungerechtigkeit an die Macht gekommenen Geld-Adel treffen.

*Ein Herbstanfang voller Herz,
Tiefe und echter Verbindung*

Der Vollmond am 7. September möchte spirituell werden. Nicht um Religionen, die Menschen durch ihre unvereinbaren Zugehörigkeiten trennen, soll es gehen, sondern um das Mitgefühl und die Liebe als Essenz aller Glaubensrichtungen.

Den Neumond am 21. September und das Herbstanfangsfest Mabon am Tag darauf verbringen wir am besten mit Freunden. Unerwartete Fülle kann uns in tiefgründigen Gesprächen und Begegnungen zuteilwerden. Es ist Zeit für Dankbarkeit.

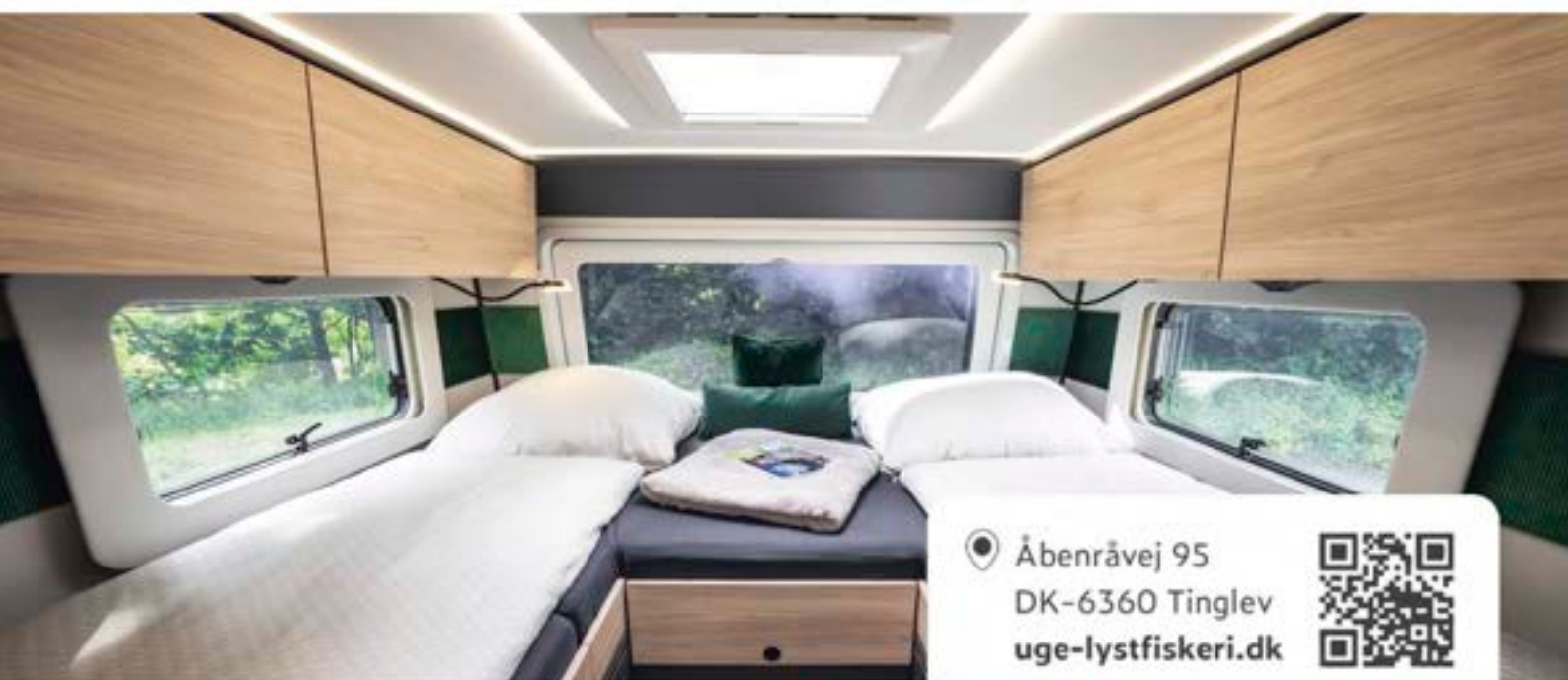




UGE CAMPING
& LYSTFISKERI

NEXT Stop.

Tank Camping in Dänemark
Camp-Relax-Fishing in Südjütland



Åbenråvej 95
DK-6360 Tinglev
uge-lystfiskeri.dk



Dein perfekter Camping-Trip mit TANK!



FRANKIA YUON PILOTE

WESTFALIA



Tank Reisemobile | Teichkoppel 40 | 24229 Dänischenhagen (bei Kiel)
T +49 (0)4349 919410 | tank-reisemobile.de

VERKAUF
WERKSTATT
ZUBEHÖR
VERMIETUNG