



von uns
für Sie

Wohnungsbau-Genossenschaft Kiel-Ost eG



Winterausgabe 2012



Unser Kundenprofil.



So unterschiedlich die persönlichen Wünsche und Vorstellungen unserer Kunden auch sein mögen: Sie sind uns alle wichtig und verdienen unsere ganze Aufmerksamkeit. Aus langer Tradition und regionaler Verantwortung. Herzlich willkommen.

Markisen & Rollläden



Ihre durchdachte Technik und die unauffällige Ästhetik machen Markisen zur Visitenkarte von Haus und Terrasse. Über 300 verschiedene Stoffe stehen zur Auswahl.

Erleben Sie Rollläden, Sonnenschutz-Jalousien, Faltstores, Insektenschutzsysteme und Vordächer in unserer **neuen Fachausstellung**.

Jetzt informieren!

Jalousien · Rollläden · Markisen

STAAL
– Meisterbetrieb –

®

Mein Sonnenschutz



Seit über 30 Jahren Ihr kompetenter Partner in Sachen Sonnenschutz.

Kiel-Hassee · Stadtrade 18
zwischen Plaza und CITTI-Park

Tel. 0431-68 89 98
www.staal.de

EDITORIAL

Schon wieder ist ein Jahr viel zu schnell vorbeigezogen, und es sind nur noch wenige Tage bis Weihnachten. Die letzten Geschenke müssen besorgt, das Festessen eingekauft werden und die drei Weihnachtstage sollten so durchorganisiert sein, dass wir auch allen gerecht werden – eine hektische Zeit.

Momente der Ruhe, der Besinnung – sie sind selten in diesen Tagen.

Und dennoch: Es erfüllt uns wieder dieses ganz besondere Gefühl der Zusammengehörigkeit, der Geborgenheit. Wir freuen uns darauf - gerade in einer Zeit, in der Beruf und andere Zwänge des Alltags uns oft an unsere Grenzen bringen – endlich abschalten, zur Ruhe kommen!

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, ein frohes, liebevolles Weihnachtsfest und einen guten Start in das Jahr 2013.

Ihre Wohnungsbau-Genossenschaft Kiel-Ost eG

IMPRESSUM

**Wohnungsbau-Genossenschaft
Kiel-Ost eG**

Poppenrade 5, 24148 Kiel

Telefon: 0431-72400

Fax: 0431-7240123

info@wbg-kiel-ost.de

www.wbg-kiel-ost.de

Redaktion:

WbG Kiel-Ost eG

Layout:

werbung:hier, Kiel

Anzeigen:

I. Merle, WbG Kiel-Ost eG

Druckerei:

A.C. Ehlers

Medienproduktion GmbH, Kiel

Namentlich gekennzeichnete Artikel entsprechen nicht zwingend der Meinung der Redaktion. Alle Inhalte, Termine, Angaben ohne Gewähr. „Von uns für Sie“ erscheint 2x jährlich als kostenloses Magazin der WbG in Kiel.

Fotoquellen:

intern, s.media / pixelio.de,

Michael Staudinger / pixelio.de,

Benjamin Thorn / pixelio.de

Coverfoto:

sint / photocase.com

INHALT

INTERNES

Editorial 3

GEMEINSCHAFT

Wir gratulieren unseren Mitgliedern zum Geburtstag! 4

Ehrung langjähriger Mitglieder 4

Mitarbeiter News 5

Neue Satzung 5

Müllvermeidung und Mülltrennung 6

Wichtige Informationen für unsere Mieter! 7

WOHNEN UND LEBEN

Advents- und Weihnachtsschmuck 8

Die Geschichte des Schwanenseeplatzes 10

Rezepte-Ecke: Länderküche Irland 12

ALLERLEI

HEMPELS-Kicker im WM-Aufgebot 14

Erkältungen sinnvoll vorbeugen 15

Eine vergessene Frucht – Kreten 16

Rätsecke 17

Fahrenkrog Reiseberichte: Zypern 18

Pendlerportal 20

Manege frei für ein anderes Leben 22

LIFESTYLE

Filmtipp: Anna Karenina 24

Musiktip: MUSE - „The 2nd law“ 24

Buchtipp: Kieler Bilderschatz 25

➔ WIR GRATULIEREN UNSEREN MITGLIEDERN ZUM GEBURTSTAG!

80. GEBURTSTAG

Lisbeth Habermann, am 19. August
Theo Kraher, am 8. Oktober
Ernst-Günter Rehder, am 17. Oktober
Hilde Thater, am 1. November
Helmut Tiemann, am 6. Oktober
Elise-Johanna Zimmermann, am 9. Mai
Ingrid Biegemann, am 22. August

90. GEBURTSTAG

Agnes Blöhs, am 23. August
Eduard Drescher, am 24. Dezember
Walter Friedland, am 29. Oktober
Anneliese Poch, am 1. Dezember
Hildegard Schmidt, am 12. August
Karl-Heinz Schuster, am 21. September

98. GEBURTSTAG

Helma Howe, am 7. Februar

99. GEBURTSTAG

Wilhelmine Lange, am 15. März

85. GEBURTSTAG

Erika Kolb, am 23. November
Hannchen Mordhorst, am 10. Dezember
Sigrid Pahl, am 23. September
Ingeburg Rasmussen, am 19. September

96. GEBURTSTAG

Charlotte Fiedrich, am 29. Februar
Gerda Hildebrand, am 13. September
Erich Siebenlist, am 18. August

*Alles Gute
zum Geburtstag*

➔ EHRUNG LANGJÄHRIGER MITGLIEDER

DIESE MITGLIEDER SIND BEREITS IM HERBST 1962 DER GENOSSENSCHAFT BEIGETRETEN:

Horst Krater
Klaus Haase
Rolf Peters
Dorit Rüggeberg

Wir gratulieren zu 50 Jahren Mitgliedschaft und bedanken uns für Ihre Treue.

Herzliche Grüße von Ihrer Genossenschaft.

BESONDERE HOCHZEITEN

Der 18. Oktober 2012 war der Tag ihrer Eisernen Hochzeit. Ingrid und Werner Westphal, Peter-Hansen-Straße 128, begingen diesen besonderen Tag mit ihren Lieben im engsten Kreis.

Am 3. November 2012 haben Anita und Werner Schütz, Peter-Hansen-Straße 126, anlässlich ihrer Eisernen Hochzeit zusammen mit Kindern und Familie im AWO-Café ein wundervolles Fest gefeiert.

Auf diesem Wege gratulieren wir noch einmal recht herzlich zum seltenen Fest der Eisernen Hochzeit und wünschen noch viele schöne gemeinsame Jahre.

GÜNTHER WITT GmbH
Malereibetrieb

GW

➤ MITARBEITER NEWS

TIM LORENZEN

ist als neuer Auszubildender der WbG Kiel-Ost in das Berufsleben gestartet. Am 1. August 2012 hat er seine dreijährige Ausbildung zum Immobilienkaufmann begonnen. An dieser Stelle heißen wir ihn nochmals herzlich willkommen und wünschen ihm viel Erfolg!



➤ NEUE SATZUNG



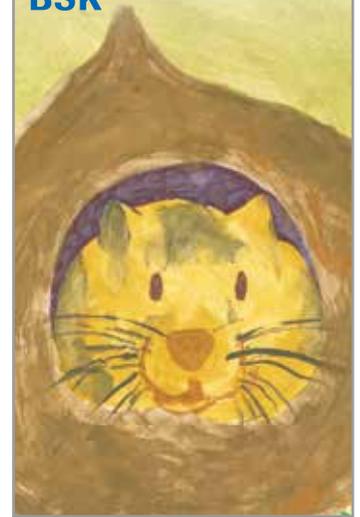
Die neue Satzung kann in der Verwaltung, in der Poppenrade 5, angefordert werden.

Jahreskalender von Kindern mit Behinderung

Jetzt kostenlos reservieren:
Tel. 06294 428170
E-Mail: kalender@bsk-ev.org
www.bsk-ev.org



Bundesverband
Selbsthilfe
Körperbehinderter e.V.



Gestaltung, Pflege Garten- und Landschaftsbau



Hinz Gestaltung GmbH

Mit bekanntem Team und Ansprechpartnern sind wir für Sie da. Für unsere Kunden sind wir ein starker Partner wenn es um die Bereiche:

- ➔ Gartengestaltung
- ➔ Gartenpflege
- ➔ Garten- und Landschaftsbau
- ➔ Winterdienst

...geht. In allen Bereichen verfügen wir über langjährige Erfahrung und umfangreiches Fachwissen.

Ihr Team von

Hinz Gestaltung

www.hinz-galabau-kiel.de

HINZ Gestaltung GmbH
Borsigstr. 19 - 24145 Kiel
Telefon (0431) 71 80 00 0
Telefax (0431) 71 80 05 0
info@hinz-galabau-kiel.de

➔ MÜLLVERMEIDUNG UND MÜLLTRENNUNG



s.media / pixelio.de

Der beste Müll ist der, der gar nicht erst entsteht. Die Entsorgung von Müll ist nämlich teuer und belastet die Umwelt. Auch Sie können die Entstehung von Müll von vornherein vermeiden, wenn Sie schon beim Einkauf die folgenden Dinge beachten:

- Mehrweg ist immer besser als Einweg.
- Verpacken Sie bereits verpackte Ware nicht noch zusätzlich.
- Nehmen Sie Körbe oder Taschen mit, um Ihre Einkäufe zu verstauen.
- Vermeiden Sie viele Mini-Portionspackungen.
- Kaufen Sie Nachfüllpackungen, wenn möglich.

Da sich Müll aber nicht gänzlich vermeiden lässt, achten Sie deshalb auf die ordnungsgemäße Mülltrennung. Dies kommt nicht nur der Umwelt, sondern auch Ihrem Geldbeutel zugute.

WAS GEHÖRT IN WELCHE TONNE?

Restabfall (schwarzer oder grüner Restabfallbehälter): Gekochte Speisereste, Ordner, Asche (kalt), Fotos, Glühlampen (keine Energiesparlampen),

Hausmüll, Keramik, Kosmetikabfälle, Kugelschreiber, Putzlappen, Schuhe, Straßenkehricht, Staubsaugerbeutel, Tapeten, Textilien, Windeln, Zigarettenkippen.

Bioabfall (braune Biotonne): Biomüll, rohe Obst- und Gemüsereste, Grünabfälle, Kaffeefilter, Teebeutel, Eierschalen.

Das gehört nicht in die Biotonne: Asche, Katzenstreu, Knochen, Straßenkehricht.

Altpapier (Blaue Tonne oder durchsichtiger Wertstoffsack): Papier, Pappe und Kartons, Briefumschläge, Brötchentüten, Schreibpapier, Zeitschriften.

Das gehört nicht ins Altpapier: Ordner, Back-, Transparent- und Kohlepapier, Fotos, Milch- und Getränkeverpackungen, Zellstofftücher, Hygienetücher.

Verpackungsmaterialien (gelber Sack): Verpackungen aus Kunststoff (z. B. Joghurtbecher, Flaschen, Folien), Verbundstoffe (Tetra Pak, z. B. Milch- und Saftkartons, Suppen- und Saucen-tüten, Konservendosen, Alufolie,

Getränkedosen, leere Spraydosen).
Erkennungszeichen: Grüner Punkt.

Altglas: Glasflaschen und Glasverpackungen wie Wein- und Saftflaschen, Marmeladengläser, Flaschen für Essig, Öl, Badezusatz.

Das gehört nicht in den Altglascontainer: Flaschenverschlüsse, Glühlampen, Energiesparlampen, Keramik, Porzellan, Steingut, Flachglas (Spiegel, Fensterglas).

Sondermüll (Wertstoffhof): Produkte für den Sondermüll sind oftmals mit einem Gefahrensymbol versehen wie z. B. Batterien, Energiesparlampen, Medikamente, Nagellackentferner, Farbreste, Spraydosen mit Restinhalt.

Sperrmüll (Terminvereinbarung mit dem städtischen Wertstoffhof): Größere Kunststoffteile, Matratzen, Möbelstücke, Stühle.

Das ist nicht für den Sperrmüll bestimmt: Elektrogeräte, Gartenabfälle, Renovierungsabfälle.

➔ WICHTIGE INFORMATIONEN FÜR UNSERE MIETER!

TREPPENHÄUSER SIND FLUCHTWEGE

Hausflure und Treppenhäuser sind für die Bewohner eines Hauses ein wichtiger Teil ihres Wohnumfeldes. Viele Mieter betrachten deshalb Hausflure und Treppenhäuser als Teil der eigenen Wohnung. Dabei kann die eigentliche Funktion, nämlich der Zugang zu den Wohnungen, in Mitleidenschaft gezogen werden. Oftmals wird auch vergessen, dass Hausflure und Treppenhäuser als Flucht- und Rettungsweg dienen. Im Falle einer notwendigen Flucht führt dieser Weg schnell und sicher in Freie. Sind Hausflure und Treppenhäuser verstellt, wird zum einen die Flucht im Notfall erschwert; zum anderen werden Rettungskräfte behindert, die mit ihrer Ausrüstung an Hindernissen vorbei müssen. Das kann wertvolle Zeit kosten.

Daraus ergibt sich ganz selbstverständlich, dass im Hausflur und in den Treppenhäusern keine Gegenstände abgestellt werden dürfen. So sind beispielsweise Fahrräder, Grünpflanzen, Garderoben, Schuhe, Schränke oder Ähnliches grundsätzlich nicht erlaubt. All das gehört in die Wohnung. Ebenso

wenig dürfen Dekorationsgegenstände in Fluren und auf den Treppen sowie Treppenabsätzen abgestellt werden. Diese Gegenstände behindern nicht nur den Flucht- und Rettungsweg, sondern stellen außerdem ein zusätzliches Brandrisiko dar und erhöhen die gefährliche Rauchausbreitung.

Eine Ausnahme stellen hier Rollstühle und Rollatoren dar. Ist ein Mieter hierauf angewiesen, darf er diesen im Flur abstellen. Auch für Kinderwagen gilt diese Ausnahmeregelung, wenn hierfür keine andere zumutbare Abstellmöglichkeit vorhanden ist. Gerade bei Rollstühlen, Rollatoren und Kinderwagen müssen die anderen Hausbewohner Rücksicht und auch geringere Behinderungen in Kauf nehmen. Aber selbst in diesen Fällen dürfen die Funktionen Zugang sowie Flucht- und Rettungsweg in den Fluren und Treppenhäusern nicht wesentlich beeinträchtigt werden.

Bitte halten Sie deshalb, auch in Ihrem eigenen Interesse, den Hausflur und das Treppenhaus frei.



Michael Staudinger / pixelio.de

➔ ADVENTS- UND WEIHNACHTSSCHMUCK



Alle Jahre wieder schmücken wir unser Heim zur Adventszeit. Alt hergebrachte Bräuche werden teils neu belebt, teils unbewusst von den Menschen fortgeführt.

Das warme Kerzenlicht beispielsweise versinnbildlicht das Sonnenlicht und das davon abhängige Leben. Es steht im christlichen Sinne aber auch für den Stern von Bethlehem, die Ankündigung Christi Geburt und die damit verbundene Hoffnung auf Erlösung und Frieden.

Das Immergrün wie Buchsbaum, Eibe, Mistel, Stechpalme, Tanne oder Kiefer wurden früher als Zaubermittel ins Haus geholt, um vor bösen Mächten des Winters zu schützen. Blattlose Zweige galten als segensbringendes Zaubermittel. Ruten stehen im Brauchtum für Lebenskraft und Fruchtbarkeit. In sie kann man die

Hoffnung auf neuergründendes Wachstum setzen.

Früchte, Gebäck und Zuckerzeug waren Opfergaben und Dank für die guten Mächte sowie Mittel zur Besänftigung der bösen. Der Samen in der Frucht verheißt Leben und Erneuerung. Stern und Engel verkünden die Geburt des Jesus Kindes.

Blüten wie die der angetriebenen Barbarazweige und Christrosen wurden als Wunder der Weihnacht angesehen, als Glücksverheißung durch die Geburt Christi.

Der Adventskranz steht am Anfang eines neuen Kirchenjahres, und die vier Kerzen kündigen das Licht der Weihnacht an.

Die Kegel- und Pyramidenform als Stilisierung des Baumes symbolisiert das Leben (gelesen im Florist 1, Gestaltungslehre und floristisches

Gestalten, Wundermann, Stobbe-Rosenstock).

Die Advents- und Weihnachtszeit ist von je her ein traditionelles Fest, deren Bräuche heutzutage in Zeiten von Hektik, Stress und Orientierungslosigkeit besonders zelebriert werden.

Wir als Floristen versuchen dies in der Gestaltung aufzunehmen und umzusetzen. Wir von IDEA VERDE (Die grüne Idee) stehen für Natur, Inspiration, Tradition, Handwerk und Liebe zum Detail.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen eine besinnliche Advents- und Weihnachtszeit.

Diese Dekotipps werden Ihnen präsentiert von:

IDEA VERDE
Besondere Floristik . Dik van den Honert

Als Spezialbauunternehmen für Dächer, Fassaden und Abdichtungen sind wir in Norddeutschland eine 1. Adresse. Mit unserem geschulten Führungspersonal und versierten Handwerkern bieten wir höchste Kompetenz und langjährige Erfahrung. Seit 1978 arbeiten wir unter gleicher Leitung. Rund um die Gebäudehülle liefern wir zuverlässige Qualität:

- Flachdächer
- Steildächer
- Fassaden
- Abdichtungen
- Klempnerarbeiten
- Wartungen

Haben Sie Fragen? Wir beraten Sie gerne!

Alfred Gabriel GmbH & Co. KG
Borsigstraße 10, 24145 Kiel-Wellsee
Tel.: 0431/711058
E-Mail: dachdecker-gabriel@t-online.de



Nach erfolgreichen Umbaumaßnahmen würden wir uns freuen, Sie in unserer Praxis begrüßen zu dürfen.

Zahnarzt Jacobsen
Zahnarzt Rothmaler

Tel. 0431/785001

Mo – Fr 8:00 – 12:00 Uhr
Mo – Do 14:00 – 18:00 Uhr

Schöne Zähne Zahnarztpraxis am Tröndelsee



Rothmaler
Zahnärzte

Ellerbeker Weg 137
24147 Kiel

Tel. 0431/785001
www.za-rothmaler.de



**Neuküchen
Arbeitsplattenaustausch
Gerätetausch
Küchenumbau
3-D Küchenplanung**

**Clara-Immerwahr-Str. 1
24145 Kiel
kay.keding@t-online.de**

➔ DIE GESCHICHTE DES SCHWANENSEEPLATZES

Wie der Schwanenseeplatz zu seinem Namen kam.

Der Schwanenseeplatz liegt direkt zwischen der Peter-Hansen-Straße, der Lütjenburger Straße und der Selenter Straße. Doch der Schwanenseeplatz hatte in der Vergangenheit einen anderen Namen.

Die Straße wurde am 30.01.1936 nach dem Deutschen Albert Leo Schlageter benannt, der als Soldat im ersten Weltkrieg gekämpft hat und danach als Spion und Saboteur für eine deutsche Widerstandsbewegung gegen die Besetzung durch die Franzosen vorgegangen ist. Während dieser Zeit verübte er mehrere Sprengstoffanschläge auf das Eisenbahnnetz im Ruhrgebiet, um die Transporte von Materialien nach Frankreich zu stören. Vor einem dieser Attentate wurde er von der

französischen Polizei festgenommen und am 26. Mai 1923 vor einem französischen Militärgericht zum Tode verurteilt.

Nach seinem Tod wurde er insbesondere vom politischen rechten Spektrum als Idol und Held gefeiert. Es gab sogar ein „Schlageter-Kult, in der er als „erster Soldat des 3. Reiches“ bezeichnet wurde. Während der Zeit der Nationalsozialisten wurden über 100 Denkmäler errichtet und Schlageter fand auch in mehreren Büchern und Gedichten Erwähnung. In diesem Zusammenhang hat die Straße auch am 05.03.1938 ihren neuen Namen „Schlageterplatz“ erhalten. Aufgrund der rechten Herkunft des Namens wurde die Straße anhand ihrer Lage zwischen dem Schwanenseepark I und II (heute Schwanenseepark und Stadtrat-Hahn-Park) am 04.07.1945 auf den Namen „Schwanenseeplatz“ umbenannt.





Gerüstbau Vogel

Gerüstbau VOGEL

KIEL 64 98 4-0



Jetzt zur
AOK
wechseln!

Abnehmen und fit bleiben –
www.aok.de/nw >> Online-Programm

AOK NordWest – Gesundheit in besten Händen.



ELEKTRO Hartwich

Service rund ums Haus

Elektrotechnik - Netzwerktechnik - Beleuchtungstechnik
Kommunikationstechnik - Kundendienst
Sicherheitssysteme - Antennenanlagen
Garagen- und Torantriebe



von Ihrem
Innungsfachbetrieb

ELEKTRO Hartwich

Hansaring 1 • 24145 Kiel

☎ 0431 - 71 21 49 📠 0431 - 71 44 07

www.elektro-hartwich.de

kontakt@elektro-hartwich.de



Rainer Pagel

Elektromeister

**... immer im Dienste
des Elektrohandwerks!**



Klausdorfer Weg 66 • 24148 Kiel • Telefon 72 45 02

➔ LÄNDERKÜCHE IRLAND

Kochen bedeutet für Andreas Hansen nicht nur Beruf, sondern Leidenschaft. "Ähnlich der japanischen Philosophie, kann nur mit Spaß an der Arbeit und vollem Einsatz das optimale Ziel, das perfekte Essen erreicht werden." Andreas Hansen ist der Chefkoch im Kieler Restaurant "James and the Cook" und stellt, für Sie, an dieser Stelle seine Lieblingsrezepte vor.

www.james-and-the-cook.de



FLEISCH GUINNESS-SCHMORTOPF

Rezept für ca. 6 Portionen

1000 g Rindfleisch
400 g Zwiebeln
2 Stk. Knoblauchzehen
40 g Mehl
330 ml Bier
200 g Möhren
1 Bund Petersilie
500 g Mürbeteig

weitere Zutaten:

Öl, Lorbeerblätter, Thymian, Brühe,
Weißkohl für "Irish stew"

Das Fleisch würfeln. Die Zwiebeln fein würfeln und in Öl braun anbraten. Den Knoblauch würfeln und kurz mit braten. In einem anderen Topf das Fleisch mit etwas Öl scharf anbraten. Die Hitze reduzieren und das Mehl zum Fleisch geben und gleichmäßig verrühren. Mit Bier und der gleichen Menge Brühe ablöschen und aufkochen lassen. 20 Minuten schmoren lassen. Die Möhren in Scheiben schneiden und mit den Zwiebeln zum Fleisch geben. Lorbeer, Thymian, Pfeffer und Salz zugeben und zugedeckt 30 Minuten schmoren lassen. 6 Soufflé Formen mit Butter einfetten, dann dünn mit dem Mürbeteig auskleiden. Etwas Mürbeteig zum abdecken aufbewahren. Das Ragout in die Formen füllen und 30 Minuten backen. Fertig zum servieren.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Nutzen Sie alle Möglichkeiten Ihres Kabelanschlusses!

- ✓ Top-Auswahl an TV- und Hörfunkprogrammen
- ✓ kostenlose HDTV-Sender
- ✓ abonmierbare digitale TV-Zusatzprogramme von **Cablevista**
- ✓ Highspeed-Internet Flatrate über **cablesurf.de**
- ✓ Telefon-Anschluss mit günstigem Minutenpreis oder als Flatrate von **cabelfon**



Wir sind für Sie da!

0180-2020810-200

(6 Cent/Anruf aus dem dt. Festnetz;
max. 42 Cent/Minute Anruf dt. Mobilfunknetze)

service@wtc-info.de
www.wtc.tv

WTC
WOHNEN & TELECOMMUNICATION
Partner der Wohnungswirtschaft

KURT GLÖCKLER

**Wichmannstr. 4
22607 Hamburg**

**Tel.: 040 / 88 15 99 81
Fax: 040 / 88 15 99 83**

**www.kurt-gloeckler.de
hamburg@kurt-gloeckler.de**



**Baudekoration
Fassadendämmung**

HEPELS-KICKER IM WM-AUFGEBOT

BEI DER DM IN BREMEN BELEGT UNSER TEAM DEN 7. PLATZ



Das HEMPELS-Fußballteam, 7. bei der Deutschen Meisterschaft: Vorn Dominic Schulz, der in das Aufgebot der Nationalmannschaft berufen wurde. Mittlere Reihe von links: Dennis, Ralle, Dominik. Hintere Reihe von links: Jerry, Marc, Ronny und Helge.

Foto: Armin Gehentges

Die Wohnungsbau-Genossenschaft Kiel-Ost eG unterstützt seit Herbst 2011 sehr erfolgreich das HEMPELS Straßenfußball-Team der Wohnungslosen.

Ziel ist es, Spaß am Fußball zu vermitteln, die soziale Integration der Sportler zu fördern und die Hemmschwelle zur Kontaktaufnahme mit sozialen Einrichtungen abzubauen.

In der Summe war es für unsere HEMPELS-Fußballer ein ausgesprochen erfolgreiches Wochenende: Bei der vergangenen September in Bremen stattgefundenen Deutschen Meisterschaft der Straßenfußballer belegten sie einen guten 7. Platz unter 24 teilnehmenden Teams.

Als Sieger erwiesen sich die „Dirty Devils“ aus Gifhorn, gefolgt von den beiden Hamburger Teams „Jugend hilft Jugend“ sowie dem Straßenmagazin Hinz&Kunzt. Bei der DM in Bremen waren unsere Fußballer nach dem ersten Tag sogar noch als Gruppenbestes Team in das Achtelfinale eingezogen.

Ausrichter des Turniers waren neben der auf Initiative von HEMPELS gegründeten Bundesvereinigung „Anstoß!“ für soziale Integration durch Sport der Fußball-Bundesligist Werder Bremen und der örtliche Verein für Innere Mission. Erstmals sei die seit 2006 jährlich ausgerichtete Meisterschaft von einem Fußballclub unterstützt worden, sagte „Anstoß“-Organisatorin Katrin Kretschmer. "Die Atmosphäre hier in Bremen

war total friedlich. Wichtig war auch, dass die Mannschaften viel Spaß hatten."

Während der Straßenfußball-Turniere würden die Teilnehmer vor allem als Sportler und nicht als wohnungslose oder suchtkranke Menschen wahrgenommen, ergänzte Kretschmer. „In den Teams und im Sport erfahren sie Zusammenhalt und entwickeln oft erstmals seit vielen Jahren wieder ein Bewusstsein für ihren Körper.“ Die nächste Deutsche Meisterschaft 2013 wird in Lübeck stattfinden.

epd/-pb

WOHNUNGSLOSEN-WM IN MEXIKO MIT DEUTSCHEN KICKERN

Bei der Mitte Oktober in Mexiko stattgefundenen Fußball-WM der Wohnungslosen 2012 ("Homeless World Cup") hat die deutsche Mannschaft den fünften Platz im Community Cup erreicht, was in der Gesamtplatzierung den 37. Platz bei knapp 50 teilnehmenden Ländern bedeutet. Ziel der Veranstaltung war es, auf die weltweite Armut und Wohnungslosigkeit aufmerksam zu machen. Mit ihren sportlichen Aktivitäten wollen die Teilnehmer zeigen, dass sie motiviert und engagiert sind.

epd



➔ ERKÄLTUNGEN SINNVOLL VORBEUGEN

Erkältungen gehören zu den häufigsten Infektionskrankheiten des Menschen. Verursacht werden sie durch Viren, die in kleinen Tröpfchen verpackt, in der Luft mit einer Geschwindigkeit von bis zu 900 Stundenkilometern herumfliegen. Entkommen kann man ihnen nicht.

Wer jedoch sein Immunsystem rechtzeitig stärkt, ist auf einen Virenangriff gut vorbereitet. Chronische Krankheiten, Nikotin, zu viel Stress, zu wenig Schlaf oder Bewegungsmangel schwächen unser Immunsystem. Einen nicht zu vernachlässigenden Einfluss auf unsere Immunabwehr hat auch die Ernährung. Fehlen beispielsweise bestimmte Mikronährstoffe, Vitamine oder Spurenelemente in unserer Nahrung, kann dies die Leistungsfähigkeit der Abwehrzellen beeinträchtigen.

Die Vitamine C, E und A fangen zellschädigende Sauerstoffradikale ab. Vitamin C (Sanddorn, Zitrone, Orange) ist für unser Immunsystem unverzichtbar. Es ist wichtig für die weißen Blutkörperchen, die für unsere Abwehr verantwortlich sind und verbessert die Aufnahme von Eisen.

Das Spurenelement Zink fördert die Bildung von Antikörpern und die Wundheilung. Zink ist einer der wichtigsten Mikronährstoffe und ein Bestandteil von mehr als 300 Enzymen. Besonders Senioren sollten auf eine ausreichende Zinkzufuhr achten.

Bei der Einnahme von Zinkpräparaten dürfen Eisen, Calcium oder Magnesium nicht gleichzeitig genommen werden, da sie die Aufnahme von Zink im Körper hemmen. Natürliche Zinklieferanten sind Camembert, Krabben, Austern und Bierhefe.

25 mg Zink pro Tag verbessern das Immunsystem. Doch Vorsicht, ab 50 mg Zink können als Nebenwirkungen Übelkeit und Erbrechen auftreten.



Park-Apotheke

Dieser Gesundheitstipp wird Ihnen präsentiert von der Park-Apotheke.

WAS KÖNNEN WIR NOCH TUN, UM UNSER IMMUNSYSTEM ZU STÄRKEN?

Regelmäßige Saunabesuche sowie Kneipp-Kuren oder Wechselduschen mit kaltem und warmem Wasser am Morgen sind Möglichkeiten, um das Immunsystem zu stärken. Ist der Infekt jedoch schon im Anflug, sollte man auf Saunieren und Sport verzichten.

HIER NOCH EIN PAAR WEITERE TIPPS

- Halten Sie ihre Füße warm und trocken.
- Sorgen Sie für ausreichend frische Luft. Die optimale Raumtemperatur beträgt 20 – 22° Celsius.
- Ausreichend trinken, damit die Nasen- und Rachenschleimhäute nicht austrocknen. Hierfür eignen sich Wasser und Saftschorlen sowie wärmende Kräuter- und Früchtetees.
- Waschen Sie sich in der Erkältungszeit so oft wie möglich die Hände.
- Meiden Sie Orte, an denen sich viele Menschen gleichzeitig aufhalten.

Sollte Sie doch eine Erkältung erwischen, erhalten Sie in Ihrer Apotheke Arzneimittel, die Ihnen Linderung verschaffen.

➔ EINE VERGESSENE FRUCHT – KRETEN

Der Herbst, die Erntezeit, ist für dieses Jahr Vergangenheit. Die Obsternte hätte besser sein können, das gilt auch für die Kreten.



Spätestens nun die Frage, was sind Kreten? Diese Frage ist heute berechtigt; sind Kreten doch selten geworden. Sie war eine der Heckenpflanzen in Schleswig-Holstein, oft verwechselt mit Schlehen und wurde vor ca. 500 Jahren hier eingeführt. Diente als Obstbaum und als Windschutz.

Der Busch hat ebenfalls lange Dornen, blaue, violette Früchte, etwas größer als die Schlehe und wächst in unseren Knicks und Hecken. Sie ist die Urpflaume, erkennbar auch an ihrem kleinen pflaumenartigen Fruchtkern. Geschmacklich hat sie mit der Schlehe auf Plattdeutsch „Muultrecker“ nichts gemein. Fruchtig und süß schmeckt die reife Krete, es bedarf anders als bei der Schlehe auch keinen Frost. Schnelligkeit bei der Ernte ist allerdings von Nöten, die heimische Vogelwelt betrachtet diese Früchte ebenfalls als Leckerbissen.

Unsere moderne Landwirtschaft hat wesentlich dazu beigetragen, diese Früchte zu verdrängen. Dem Busch der Krete muss

Zeit gelassen werden, um Früchte zu entwickeln, mindestens 7 bis 8 Jahre. In unserer Knicklandschaft bekommt er diese Zeit nicht mehr. Spätestens nach fünf Jahren werden die Büsche der Knicks gekürzt und damit gibt es keine Früchte.

Einige Gärtner haben bei uns dieses Gehölz und seine Früchte wieder entdeckt und pflegen sie in ihren Gärten. Manche vermeintliche Schlehe entwickelt sich zu einer Krete.

Der heimliche Favorit in unserem Haushalt ist dann auch durch ihren unverwechselbaren Geschmack die Kreten-Marmelade und der Saft.

Leider wie Eingangs schon beschrieben in diesem Jahr nicht so reichlich.



Wenn Sie Interesse haben, sich diese schöne Insel einmal näher anzusehen, empfehle ich Ihnen meinen Bericht über die Besichtigung von Hotels auf Zypern.

Vorweg gebe ich Ihnen den Tipp, auf Zypern immer Meerblick zu buchen. Nicht nur, dass das Meer zauberhaft blau-grün leuchtet - die Zimmer „nach hinten raus“ waren durch die Bank alles andere als empfehlenswert.

Ebenfalls nicht empfehlenswert sind „Economy-Zimmer“. Diese liegen meist zur Uferstraße und zur Nordseite.

Zypern ist bestens geeignet für einen Badeurlaub und bietet darüber hinaus nette Ausflugsziele und gelebte Geschichte. Damit ist Zypern eine echte Alternative zu den anderen Mittelmeerdestinationen.

Klimatisch ist die Insel in der Nebensaison sogar weitaus interessanter, da man dort von April bis Ende November baden kann.

Der Flughafen von Larnaca wird inzwischen leider nur noch montags mit Condor ab Hamburg direkt angefliegen, dafür zu attraktiven Flugzeiten.

Mein erster Eindruck vom Land ist sehr positiv – alles sehr sauber und gepflegt. Keine nervigen Souvenierverkäufer – auch

in Restaurants wurde ich stets sehr diskret gefragt, ob ich dort essen möchte. Die Straßen sind gut ausgebaut – gewöhnungsbedürftig ist der dortige Linksverkehr.

Die Hotels auf Zypern sind leider fast durchweg von außen im optischen Stil der 70er Jahre gehalten. Inzwischen wurden alle entkernt und innen sehr liebevoll umgebaut. Anders als in anderen Urlaubsregionen gibt es keine Bebauung „dicht an dicht“ – Platz am Wasser war und ist wohl immer genug da gewesen.

URLAUBSORTE AUF ZYPERN

Paphos

Der Ort Paphos ist ganzjährig ein lohnendes Reiseziel. Allerdings bietet es sich an, ein Hotel östlich von Paphos zu buchen, da hier die Infrastruktur deutlich besser ist, als auf der westlichen Seite. Paphos hat eine nette kleine Altstadt am Hafen mit freilaufenden Pelikanen, viel Kultur, Ausgrabungen, Mosaik, Kastell etc. Hier sind viele Deutsche zu finden. Die Strände sind zwar künstlich, aber nett angelegt. Zusätzlich haben fast alle Hotels großzügige beheizte Hallenbäder für Winterurlauber.

Pissouri

Ein Ort für den besonderen Gast. Das dortige Columbia Hotel ist einmalig schön und edel – die Golfplätze Secret Valley und Aphrodite Hills sind in der Nähe. Hier ist allerdings ein Mietwagen nötig, da es keine Busverbindung gibt.



Limassol

In der Mitte Zyperns gelegen ein guter Ausgangspunkt für Rundreisen und Wanderreisen. Für einen Badeurlaub jedoch eher nicht geeignet, da die Strände recht unattraktiv sind. Zurzeit befindet sich der gesamte Hafen in Bau.

Ayia Napa

Speziell in der warmen Jahreszeit – von April bis November – ein tolles Ziel für einen Badeurlaub. Durch eine vorgelagerte Insel ist der Strand von Nissi Beach wie eine Badewanne. Hier hat das Wasser bereits im April 22 Grad. Es gibt flach abfallende Sandstrände – toll für Familien. Jetski sind hier anders als an anderen Stränden sogar ungedrosselt erlaubt.

In der Innenstadt gibt es eine Partymeile, die sich hinter dem Ballermann auf Mallorca nicht verstecken muss. Dort gibt es die ganze Nacht Party bis in den Morgen in Clubs und Open-Air Discos – ein toller Tipp für Partyurlauber. Aber keine Angst: In der Strandregion bekommt man davon nichts mit – dort ist es ruhig. Das Publikum ist international und besteht aus Engländern, Russen und Deutschen.

Protaras

Ein kleinerer, sehr netter touristischer Ort mit schönen Stränden. Protaras liegt in der Nähe von Famagusta an der Demarkationslinie. Famagusta war bis zum Zypernkonflikt 1974 das touristische Zentrum Zyperns. Heute liegt Famagusta im türkischen Teil der Insel und besteht überwiegend aus einer abgesperrten Geisterstadt, in der die Hotelbunker der 60er Jahre verfallen. Sehr interessant zu sehen, aber immer noch ein wunder Punkt bei den Zyprioten.

Ein besonderes Erlebnis für Taucher: Wracktauchen. Die schwedische Fähre Zenobia ist auf Jungfernfahrt im Hafen

von Larnaca gesunken. Das Schiff liegt 18 bis 42 Meter tief. Die 104 LKW hängen zum Teil noch immer verzurrt an den Laderampen. Hier gibt es spektakuläre geführte Tauchgänge. Des Weiteren gibt es künstliche Riffe, Nacht-Tauchen in kleinen Wracks und keine gefährlichen Tiere.

AUSFLÜGE

Hier ein paar Beispiele für spannende Ausflüge auf Zypern:

Israel

Neu im Angebot ist ein Tagesausflug nach Israel mit unkomplizierter Einreise, da es für die Reisegruppe ein Gruppenvisum gibt. Lediglich ein Reisepass ist nötig.

Troodos Gebirge

Hier werden im Winter mehrere Skilifte betrieben. Allerdings ist das eher was für den kleinen Spaß zwischendurch, da es hier keine nennenswerten Pisten gibt. Ganzjährig ist das Gebirge gut geeignet zum Wandern. Es gibt eine schöne Landschaft, kleine Pilgerkapellen in Bergdörfern, Gasthöfe mit typischem zypriotischen Essen.

Bootsausflüge

Unter anderem kann vom Wasser aus die „Geisterstadt“ Varosha in Famagusta besichtigt werden. Dort verfällt seit 1974 ein riesiger Stadtteil Famagustas mit über 100 Hotels.

Doch es gibt nicht nur Geschichtliches zu erleben. Ebenso können Sie Schnorcheln und Baden in herrlichen Buchten.

FAHRENKROG

Yasmin Niegel

Genau mein Urlaub



➔ PENDLERPORTAL

Das Pendlerportal ist ein kostenloser Mobilitätsservice, der die Bildung von Fahrgemeinschaften vereinfachen und fördern soll. Leicht zugängliche Informationen sowohl über private Mitfahrangebote als auch die Angebote des Bus- und Bahnverkehrs werden kostenlos vermittelt.

WAS BRINGT'S?

- Kraftstoffkosten teilen / Geld sparen
- Umwelt schonen / Klima schützen
- Verkehrsbelastung verringern / Mobilität sichern
- Kontakte knüpfen / Stress vermeiden

SO FUNKTIONIERT'S

Unter www.pendlerportal.de erhalten Sie eine schnelle Übersicht über aktuelle Mitfahrangebote. Die Kontaktaufnahme erfolgt anonymisiert über das System. Namen und Adressen tauschen Sie erst dann aus, wenn Sie es für richtig halten; Datenschutz wird groß geschrieben.

KOSTENLOSE MITFAHR-APP FÜR IHR SMARTPHONE

Das Pendlerportal ist auch von jedem internetfähigen Smartphone oder Tablet PC nutzbar. Optimiert auf die technischen Anforderungen von iPhone, Android & Co. bietet die App schnell und komfortabel alle wichtigen Funktionen der bekannten Internetanwendung.



Fit durch den Winter

Zink und auch das wichtige Vitamin C stärken die körpereigenen Abwehrkräfte. Auch für eine gesunde Haut sowie als wichtiges Antioxidans zum Schutz der Körperzellen sind diese beiden Vitalstoffe notwendig und bilden deshalb eine sinnvolle Kombination für einen gesunden Stoffwechsel. So kommen Sie gut durch die kalte Jahreszeit und beugen Erkrankungen vor.

Wir beraten Sie gerne in unserer Apotheke.

Ihre Brigitte Knobloch



Park-Apotheke

Schwanenseeplatz 1
24148 Kiel
Tel.: (0431) 72 36 82
Fax: (0341) 72 85 24

Mo - Fr 08.30 - 13.00 Uhr
Mo, Di, Do 15.00 - 18.30 Uhr
Mi, Fr 15.00 - 18.00 Uhr
Sa 09.00 - 13.00 Uhr



Zink Verla® C
Beutel 20 Stück **4,95 €**

- Teppich
- Linolium
- PVC
- Laminat



Inhaber Th. Olschewski

Rosenweg 1 | 24245 Kirchbarkau | Mobil: 0177 / 31 60 799
Fax 04302 / 96 49 96 | E-Mail: bodenbelaege@gmx.net



Bodenbeläge
Th. Olschewski



Bauschlosserei

Mario Fritsche

staatl. gepr. Hochbautechniker

Wischhofstraße 1 - 3
Geb. 13
24148 Kiel

Tel : 0431/88 88 000

Fax : 0431/88 88 001

Für Ihre besonderen Wünsche
habe ich stets ein offenes Ohr
...sprechen Sie mich an!

Unsere Leistung:

Vordächer - Trennwände
Handläufe - Geländer
Treppen
Zier & Sicherheitsgitter
Blechbearbeitung

 Unternehmen mit Referenzen
www.perspektive-kiel.de

LEHMKUHL GmbH

Sanitärtechnik

Kaiserstraße 89 · 24143 Kiel

 **73 17 66**

www.lehmkuhl-sanitaer.de

 **73 41 39**

info@lehmkuhl-sanitaer.de

➔ MANEGE FREI FÜR EIN ANDERES LEBEN



Das Leben in einem Circus als Alternative zum Heimaufenthalt: Der Circus Ubuntu aus Schleswig-Holstein bietet Kindern und Jugendlichen, die zu Hause oder in der Schule nicht zurechtkommen, ungewöhnliche Chancen auf dem Weg in ein selbstbewusstes Leben.

Wenn Clemens Grabe erzählt, dass er früher in der Schule oder in Gruppen mit vielen Menschen nicht gut klargekommen sei, scheint das fast unvorstellbar. Denn heute sitzt der 14-Jährige ganz entspannt mitten im Gewusel auf dem Gelände der Circusschule Ubuntu in Horst bei Elmshorn. Seit knapp zwei Jahren lebt er dort. Geplant war zunächst eine einjährige Auszeit von der Schule, die vom Jugendamt begleitet wird und nach dem ersten Jahr verlängert wurde. „Am Anfang fiel es mir schwer hier zu sein. Ich wusste nicht, was auf mich zukommen wird“, erinnert sich Clemens an seine Anfangszeit in der Circusschule. Inzwischen sind selbst eigene Auftritte im Circus mit Jonglage und Diabolo – seinen beiden Lieblingsdarbietungen – Alltag für ihn.

Das Circusjahr ist eine Chance für Kinder und Jugendliche zwischen elf und 17 Jahren aus ganz Deutschland, die nicht im gewohnten Trott von Schule und Elternhaus mitlaufen können. In der Circusschule leben sie in eigenen Circuswagen und lernen neben schulischem Stoff auch Dinge, die es für den Alltag braucht: Verantwortung übernehmen, zusammen

arbeiten, Selbstbewusstsein entwickeln, sich einfühlen in andere Menschen. Die Kosten hierfür übernehmen die betreuenden Jugendämter.

„Viele gelten als unbeschulbar, manche waren vorher schon längere Zeit nicht in der Schule, andere waren einige Zeit in der Psychiatrie“, erzählt Sergio Terelle. Terelle ist Theaterpädagoge und pädagogischer Leiter der Circusschule. Einige der Kinder und Jugendlichen wollen Mobbing-Situationen in der Schule hinter sich lassen, andere ein schwieriges Elternhaus. Für alle gelte, dass das Circusjahr ihre persönliche Entwicklung voranbringe. Unterstützt wird Theaterpädagoge Terelle in seiner Arbeit von einer Heilpraktikerin, einer Förderlehrerin, zwei Heilpädagoginnen, einem Artisten und einem Schreiner. „Bei uns ist man nicht nur Lehrer oder Artist, die Grenzen sind viel fließender. Der Circus ist das, was uns hier zusammenhält.“

Mit Eltern und Freunden halten die Kinder und Jugendlichen auch während des Circusjahres regelmäßig Kontakt – es gibt feste Telefonzeiten, Besuche zu Hause, Freunde und Familie können im Circus vorbeischaun. Der Circus besucht mit seinem Frühjahrsprogramm auch immer die jeweilige Heimatschule der Kinder oder Jugendlichen, wo diese dann ihren Klassenkameraden begegnen.

Der Tagesablauf in der Circusschule ist klar strukturiert und umfasst neben dem regelmäßigen Circustraining zum Beispiel auch eine Tagebuchstunde, einen Morgenkreis, Hausputz oder handwerklich-künstlerischen Unterricht. „Wir haben auch eine zweistündige Einheit am Tag, die der normalen Schule sehr ähnelt“, so Sergio Terelle. Die meisten Unterrichtsinhalte werden jedoch im Alltag selbst vermittelt: Wie viele Flächen sind zu streichen? Wie schreibe ich Werbetexte und das Circusprogramm? Wie funktionieren die Kräfteverhältnisse in der Akrobatik? Wie baue ich einen Circuswagen aus?

Neben der Circusschule gibt es noch den eigentlichen Circus Ubuntu. Dort wird alles selbst gemacht – von der Musik über die Kostüme bis hin zum Programm für die jährliche Sommertournee, bei der die Circusschüler gemeinsam mit rund 40 weiteren Kindern und Jugendlichen aus der Region vier Wochen in Schleswig-Holstein und Niedersachsen unterwegs sind. Angeleitet und unterstützt werden die Kinder und Jugendlichen zwar von professionellen Trainern, doch sie alleine sind die Artisten in der Manege.

„Die Circusschule ist nicht mit einer normalen Schule vergleichbar. Wir erfüllen nicht die Schulpflicht und können die

normale Schule auch gar nicht ersetzen“, so Sergio Terelle. Die Circusschule sei aber eine gute Möglichkeit für Kinder und Jugendliche, in einem bestimmten Zeitraum viel zu lernen und sich weiter zu entwickeln. Anschließend würden sie dann persönlich gestärkt wieder in das Schulsystem zurückkehren, um dort einen Abschluss zu machen.

Nach der Zeit im Circus kehren alle Kinder und Jugendlichen – bis auf wenige Ausnahmen – in die früheren Schulen und in ihre Familien zurück. Ausnahmen können sein, dass ein Jugendlicher nach dem Circusjahr lieber in eine Einrichtung mit interner Heimschule wechseln möchte, statt zurück zu seinen Eltern zu ziehen. Oder er ist in der Zeit des Circusjahres der Schulpflicht entwachsen und beginnt direkt im Anschluss eine Ausbildung.

„Wir kennen kaum gescheiterte Biographien nach dem Circusjahr“, sagt Hans-Ulrich Rausch-Gurlitt, Geschäftsführer von Ubuntu. „Ein Jugendlicher beispielsweise ist Tänzer geworden und arbeitet heute am Broadway und für Beyoncé, zwei andere studieren zurzeit an renommierten Artisten- und Schauspielschulen in Berlin – beide galten früher sogar als Schulversager.“

Auch Clemens Grabe freut sich, im Herbst wieder in seine alte Klasse an einer Hamburger Realschule zurückkehren zu können. „Meine Freunde haben immer schon gefragt, wann ich denn endlich wiederkomme. Jetzt ist es soweit und ich werde zusammen mit dem Jugendamt sehen, ob es klappt, dass ich direkt in die neunte Klasse gehen kann.“

Text: Sabrina Gundert

UBUNTU – EIN LEUCHTTURMPROJEKT AUS SCHLESWIG-HOLSTEIN

Das Projekt des Ubuntu-Circusjahrs erhält in Schleswig-Holstein viel Anerkennung: 2009 wurde der 1995 gegründete Circus mit seinem Circusjahr als Leuchtturmprojekt ausgewählt – eine Auszeichnung, die an Projekte mit besonderer Strahlkraft im ländlichen Raum Schleswig-Holsteins vergeben wird und die mit einer finanziellen Förderung verbunden ist. „Der Circus Ubuntu und die Circusschule sind ganz besondere Projekte“, sagt Katharina Glockner, Regionalmanagerin in der AktivRegion Steinburg, in der Ubuntu zu Hause ist. „Mit der finanziellen Unterstützung wollen wir insbesondere das Konzept des Circus fördern. Was die Kinder gemeinsam auf die Beine stellen, ist einmalig. Genauso wie der ganzheitliche Ansatz der Circusschule.“

„Ubuntu ist ein echter Leuchtturm der Kinder- und Jugendarbeit in Schleswig-Holstein“, heißt es auch vom zuständigen Referatsleiter Hermann-Josef Thoben im Ministerium für

Energiewende, Landwirtschaft, Umwelt und ländliche Räume (MELUR). „Diese Jugendarbeit ist nicht nur einmalig in Schleswig-Holstein, sondern auch bundesweit vorbildlich“, so Thoben. Er weist darauf hin, dass sich die Kinder und Jugendlichen des Circus Ubuntu in diesem Jahr auf der Internationalen Grünen Woche in Berlin – als Vertreter der AktivRegion Steinburg und des Landes Schleswig-Holstein – einem breiten Publikum präsentieren durften. Auch auf Europaebene spielen die Ubuntu mittlerweile mit: Bei der Eröffnungsveranstaltung zu einer Ausstellung von Projekten der AktivRegionen im Europäischen Parlament in Brüssel, werden drei Circusschüler das Gelernte unter Beweis stellen.

Das Ubuntu-Circusjahr wird getragen vom Soziale Projekte e.V. und ist ein Kooperationsprojekt von Jugendhilfe und Schule und als freie Einrichtung der Jugendhilfe staatlich anerkannt. Es bietet alle Leistungen im Rahmen der Heimerziehung, der sozialpädagogischen Einzelbetreuung und Eingliederungshilfe. Aber auch Schüler, die ein Jahr lediglich Circusluft schnuppern möchten, können sich für das Circusjahr bewerben. Der tägliche Ganztagsunterricht orientiert sich an der Waldorfpädagogik und ist erlebnispädagogisch ausgerichtet. Für das in diesem Monat beginnende neue Circusjahr gibt es noch freie Plätze.

Informationen auf www.ubuntu.de oder bei Sergio Terelle unter (0 41 26) 39 55 12.

gun



FILMTIPP



ANNA KARENINA

Kinostart: 06.12.2012

Tolstois leidenschaftliches Liebes- und Ehedrama Anna Karenina gehört zu den ergreifendsten Romanen der Welt-literatur. Im Fokus der spannungsgeladenen Handlung, die Ende des 19. Jahrhunderts in Russlands feiner Gesellschaft spielt, steht die junge und bezaubernd schöne Anna Karenina (Keira Knightley), die in unwiderstehlicher Liebe dem Offizier Graf Vronskij (Aaron Taylor-Johnson) verfällt. Zerrissen zwischen dieser tiefempfundenen Leidenschaft, die ihr die Kraft gibt, aus der langjährigen glücklosen Ehe mit Aleksei Karenin (Jude Law) auszubrechen, und der Liebe zu ihrem Sohn, entscheidet sie sich schließlich für den Geliebten und verlässt ihre Familie. Als sie erkennt, dass sie für ihren „Fehltritt“ von der Gesellschaft geächtet wird, und sich mit der Zeit auch Graf Vronskij immer mehr von ihr entfernt, trifft sie eine bittere Entscheidung... Dem britischen Regisseur Joe Wright (Stolz und Vorurteil, Abbitte, Wer ist Hanna?) ist jetzt mit Anna Karenina eine epochale Neuverfilmung gelungen, die dem Geist der Vorlage gerecht wird und das atemberaubende Sittengemälde mit opulenten Bildern vor uns ausbreitet. Grandios besetzt mit Keira Knightley (Eine dunkle Begierde) in der Titelrolle, in ihrer – nach Stolz und Vorurteil und Abbitte – dritten Zusammenarbeit mit Joe Wright, dem mehrfach Oscar®-nominierten Jude Law (Unterwegs nach Cold Mountain, die Sherlock Holmes-Filme) und Newcomer Aaron Taylor-Johnson (Nowhere Boy, Kick-Ass). Das Drehbuch zu Anna Karenina schrieb Oscar®-Preisträger Tom Stoppard (Shakespeare in Love), ein Garant für einfühlsame, psychologische Charakterzeichnungen, Stil und dramaturgische Finesse.

EMPFOHLEN VON:

metro
Schulhof

www.metrokino-kiel.de

MUSIKTIPP



MUSE - „THE 2ND LAW“

„Bei allen natürlichen und technologischen Prozessen nimmt die Verfügbarkeit der verbleibenden Energie ab. In allen Energiesystemen, denen keine Energie zuströmt oder das isolierte System verlässt, steigt die Entropie des Systems. Energie strömt kontinuierlich, um konzentriert und zerstreut zu werden, sich auszubreiten, verschwendet und nutzlos zu werden. Neue Energie kann nicht erzeugt werden und hochwertige Energie wird zerstört. (Ein Perpetuum mobile zweiter Art ist somit unmöglich.) Eine Wirtschaft, die auf endlosem Wachstum basiert, ist untragbar und nicht nachhaltig.“

So ungefähr müsste man wohl den Text von „Unsustainable“ übersetzen, einer der wohl klanggewaltigsten Songs auf dem neuen MUSE-Album. So anspruchsvoll, wie die Aussage mancher Songs, ist auch die Musik der Briten. Wenn man bereit ist, in die Tiefe der Kompositionen abzutau-chen und diese wirken zu lassen, wird man begeistert sein.

Die drei Musiker Matthew Bellamy (Gesang, Gitarre, Piano), Christopher Wolstenholme (Bass, Gesang) und Dominic Howard (Schlagzeug) haben sich auf ihrem sechsten Studioalbum mächtig ins Zeug gelegt und ein Album mit 13 Titeln produziert, das aus Einflüssen der 80er, Alternative Rock, Dubstep, Klassik und Bellamy's einzigartigem Gesang ein ganz eigenes Süppchen kocht. Frisch und doch nicht völlig unerwartet, nach „The Resistance“ im Jahre 2009.

Aufgenommen wurde in London, Malibu und Hollywood. Bei vielen Songs spürt man den kreativen Freiraum, den sich eine Band auf dem Zenit des Erfolges herausnehmen kann.

Wer MUSE immer mochte und schon immer wissen wollte, wie Queen vielleicht 2012 klingen würde, sollte dieses Album kaufen.

EMPFOHLEN VON:

werbung:hier

www.werbung-hier.net

➔ BUCHTIPP

KIELER BILDERSCHATZ

von Jürgen Jensen
Euro 39,95

Dieser Band zeigt in über 500, meist bisher unveröffentlichten Abbildungen, einen Überblick über die in der alten Photographischen Sammlung der Gesellschaft für Kieler Stadtgeschichte überlieferten originalen Bilddokumente, ergänzt aus den Beständen des Kieler Stadtarchivs und der Schleswig-Holsteinischen Landesbibliothek.

Dem langjährigen ehemaligen Kieler Archiv- und Museumsdirektor Dr. Jürgen Jensen gelingt es eindrucksvoll, den Blick auf diesen einzigartigen Bilderschatz zu lenken. Ortsansichten, Schiffs- und Bürgerportraits dokumentieren den Weg des mittelalterlichen Kiels in eine neue Zeit, als sich die Stadt in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts in einem atemberaubenden Tempo zur Großstadt und Metropole Schleswig-Holsteins entwickelt. Das zeigt sich an dem sich verändernden Stadtbild, das ist in der Kieler Gesellschaft, das ist am Alltag und in Handel und Wandel abzulesen. Hafen und Marine werden zum bestimmenden Merkmal der Stadt.

Der Buchtitel verspricht nicht zu viel: es ist ein wahrer Bilderschatz.



EMPFOHLEN VON:

E&N

BUCHHANDLUNG

www.bookservice.de

PSD NeukundenPaket

■ **PSD GiroDirekt** mit Gehaltseingang, PSD OnlineBanking und PSD PostBox

- Kostenlose Kontoführung
- Guthabenverzinsung
- Günstiger Dispozins

■ Kostenlose **Mitgliedschaft**

■ **50 Euro Startguthaben**
(nach dem 1. Gehaltseingang)



SERVICE TEST	PSD Bank
	Kundenurteil sehr gut in den Kategorien:
	✓ Kundenzufriedenheit
	✓ Preis-Leistungs-Verhältnis
	<small>Im Vergleich: 18 Banken 3.685 Kundenurteile</small>
<small>www.ServiceValue.de</small>	<small>9 2012</small>

PSD Bank Kiel eG

- Kehdenstraße 12-16 in Kiel
- Rathausstraße 4 in Flensburg
- Feldstraße 57 in Heide
- Rathausplatz 11 in Henstedt-Ulzburg

www.psd-kiel.de · 0800/9 825 125



WISSEN WAS SINN MACHT



Kiel eG

OSTERN 2013

Unterbringung in
Doppelzimmer p. P. ab

€ 599,-

GOLF VON SORRENT

5-tägige Erlebnisreise in Italien, mit Lufthansa ab/bis Hamburg oder Hannover

Sorrent und Amalfi in Italien – eine Symbiose aus Lebensgefühl, Kultur und einzigartigen Landschaften. Bereits Goethe war von der Schönheit der Region am Fuße des Vesuvs hingerissen.

Die Halbinsel von Sorrent ist bereits seit 2.000 Jahren ein begehrter Urlaubsort. Das traumhafte Panorama auf den Golf von Neapel wird Sie faszinieren. Die Amalfiküste beeindruckt durch einmalige Panorama-

straßen und schmucke Orte an der Steilküste. Erleben Sie die Vielfalt der Region mit unzähligen gemütlichen Restaurants und Straßencafés, die geschichtsträchtige Stadt Pompeji sowie die unvergessliche Kraterlandschaft des Vesuvs. Zu Ostern erwarten Sie Prozessionen im historischen Stadtzentrum von Sorrent und zahlreiche Osterfeierlichkeiten.

Ihr Hotel: Hotel Parco del Sole ★★★★★ o. ä.

in Sorrent ist im klassischmediterranen Stil gestaltet und liegt am Stadtrand von Sorrent. Die 150 Zimmer sind komfortabel, im sorrentinischen Stil eingerichtet und verfügen über Bad oder Dusche/WC, Föhn, Telefon, Klimaanlage, Sat.-TV und Safe. Transferservice ins Zentrum.

Preise pro Person in EUR

Zimmerbelegung mit 2 Pers.	599,- Euro
Einzelzimmerzuschlag	200,- Euro
* Ausflugspaket (fakultativ)	125,- Euro
Reisetermine 28. März und 1. April 2013	

Hinweis: Änderung, Irrtum und Zwischenverkauf bleibt vorbehalten. Mindestteilnehmerzahl: Grundprogramm und Ausflugspaket jeweils 25 Personen / Änderungen möglich / Veranstalter: DERTOUR GmbH & Co. KG, 60424 Frankfurt/M.

Eingeschlossene Leistungen:

- ➔ Flug mit Lufthansa von HAM / HAJ via München oder Frankfurt nach Neapel und zurück
- ➔ Flughafensteuern, Lande- und Sicherheitsgebühren (Stand: 6/2012)
- ➔ ÖPNV-Coupon (An- und Abreise zum Flughafen innerhalb der Verkehrsverbände)
- ➔ Transfers im Zielgebiet
- ➔ 4 Nächte in der gebuchten Hotelkategorie
- ➔ 4 x Halbpension
- ➔ örtliche, deutschsprachige Reiseleitung
- ➔ Informationsmaterial, Reiseführer
- ➔ interessantes Ausflugspaket (fakultativ) u.a. nach Neapel, Pompeji und zur Amalfiküste

Fotos: DERTOUR



PSW-Reisen

Schleswig-Holstein GmbH

Weitere Informationen und Anmeldungen

PSW-Reisen Kiel

Max-Giese-Straße 22
24116 Kiel
Telefon 0431 - 17093
Telefax 0431 - 17092
psw-reisen.kiel@t-online.de

PSW-Reisen Lübeck

Hans-Böckler-Straße 2
23560 Lübeck
Telefon 0451 - 5021736
Telefax 0451 - 5021758
psw-reisen.luebeck@t-online.de

www.psw-tours.de

Unterbringung in
Doppelzimmer p. P. ab

€ 2.110,-

RUNDREISE SÜDINDIEN

PSW-Termin 11.11. bis 22.11.2013 / 11-tägige Rundreise ab / bis Hamburg mit Möglichkeit einer Badeverlängerung

Der idyllische Süden Indiens lockt mit dichtem Dschungel, dünnen Ebenen und kilometerlangen Sandstränden, an denen Besucher von der Sonne verwöhnt werden. Südindien gilt auch als

„echtes Indien“, da sich hier die eigene Kultur ohne Einwirkung von außen über Jahrhunderte frei entfalten konnte. Es gibt viel im faszinierenden Indien zu entdecken... begleiten Sie uns.

Leistungen die überzeugen:

- ➔ Emirates Linienflüge von Hamburg über Dubai nach Chennai und zurück von Cochin in der Economy Class
- ➔ Luftverkehrssteuer, Flughafen- und Flugsicherheitsgebühren
- ➔ Ausreisesteuer Indien
- ➔ aktueller Kerosinzuschlag (Stand 07/2012)
- ➔ Transfers, Ausflüge und Besichtigungen in klimatisierten, bequemen, landestypischen Reisebussen
- ➔ 10 Hotelübernachtungen in Zimmern mit Bad oder Dusche/WC
- ➔ 10 x Frühstück, 10 x Abendessen
- ➔ PSW-Reisebegleitung

Ihr Gebeco Mehr-Wert:

- ➔ Exklusive Deutsch sprechende Gebeco-Reiseleitung
- ➔ Zug-zum-Flug (2. Klasse)
- ➔ Interessante Stadtrundfahrt in Chennai & Cochin
- ➔ Heilige Stadt Kanchipuram
- ➔ „Französische Stadt“ Pondicherry
- ➔ Imposante Tempelstädte Chidambaram, Kumbakonam & Darasuram
- ➔ Faszinierender Brihadeswara Tempel in Tanjore
- ➔ Eindrucksvoller Tempelkomplex Srirangam in Trichy
- ➔ Unvergessliche Abendzeremonie im Sri-Meenakshi Tempel
- ➔ Erlebnisreicher Elefantenritt in den Cardamom-Bergen
- ➔ Vorführung des Kathakali-Maskentanzes in Cochin
- ➔ Eintrittsgelder
- ➔ Reiseliteratur
- ➔ Gebeco-Reiseinformationen

Preis pro Person:

im Doppelzimmer	2.110,- Euro
+ Einzelzimmerzuschlag	520,- Euro
+ Badeverlängerung*	540,- Euro

* inkl. Badeverlängerung bis 26.11.2013 (fakultativ) pro Person im Doppelzimmer

Hinweis: Änderung, Irrtum und Zwischenverkauf bleibt vorbehalten. Mindestteilnehmerzahl: 16 Personen / Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen und Hinweise der Gebeco. Diese finden Sie auch unter www.Gebeco.de.

PSW-Reisen

Schleswig-Holstein GmbH

Weitere Informationen:

PSW-Reisen Kiel

Max-Giese-Straße 22
24116 Kiel
Telefon 0431 - 17093
Telefax 0431 - 17092
psw-reisen.kiel@t-online.de

PSW-Reisen Lübeck

Hans-Böckler-Straße 2
23560 Lübeck
Telefon 0451 - 5021736
Telefax 0451 - 5021758
psw-reisen.luebeck@t-online.de

www.psw-tours.de

- Anstricharbeiten ■
- Tapezierarbeiten ■
- Fassadenbeschichtungen ■



- Treppenhausestriche
- Wärmedämmarbeiten
- Betoninstandsetzung

MALEREIBETRIEB

Telefon: (0431) 800 94 30 · Telefax: 800 94 31 · Holtenauer Str. 172 · 24105 Kiel · info@malereggers.de

Ihr neues Bad



**Besuchen Sie
unsere Ausstellung
im
Ellerbeker Weg 139!**

Wanne
auf Wanne!
REPABAD®

Ohne Ausbau der alten Wanne.
Ohne Schmutz und Fliesenschaden.
Acryl-Einsätze, Duschtrennwände, Reparaturen.
In den schönsten Farben und Formen.

Badewannen-Service Werner Köhler

Hagener Straße 2, 24148 Kiel, Telefon 72 94 73, Fax 72 94 90
Email: werner.koehler@badewannenservice-kiel.de
Web: <http://www.badewannenservice-kiel.de>



AbfallManagement · Nord

Ihr Ansprechpartner in Sachen Abfall

- Betreiben eines Recyclinghofes für die Annahme Ihrer Abfälle
- Gewerbeabfallentsorgung und Aktenvernichtung
- Entrümpelung und Sperrgutentsorgung
- Containergestellung von 5 - 36m³



Diedrichstraße 26 · 24143 Kiel
Tel. 0431 / 14 99 869
Fax 0431 / 14 99 871
E-Mail: info@amn-kiel.de
www.amn-kiel.de



Wohnungsbau-
Genossenschaft
Kiel-Ost eG

*Professionelles Management
Ihrer Immobilie
in Kiel und Umgebung.*

www.wbg-kiel-ost.de/hausverwaltung

0431-72400