

Bokhorst- Wankendorfer Rundschau



Unabhängige Zeitung für Belau, Großbarrie, Rendswühren, Ruhwinkel, Schillsdorf, Stolpe, Tasdorf und Wankendorf
Amtliches Bekanntmachungsblatt des Amtes Bokhorst-Wankendorf und der amtsangehörigen Gemeinden.

Anzeigenannahme:
Telefon 0 43 26 / 6 18
Fax 0 43 26 / 18 99

Die Amtlichen Bekanntmachungen beginnen auf Seite 2

Der 38. „Kleider- und Spielzeugmarkt Bornhöved“ steht vor der Tür

Am **Samstag, den 28.09.2019**, findet der bewährte „Kleider- und Spielzeugmarkt Bornhöved“ statt. Von 09:00 - 12:00 Uhr können die Besucher in der Mensa der Svantana Schule Bornhöved (Jahnstrasse) stöbern. Verkauft werden gut erhaltene, vorsortierte Kinderbekleidung für Herbst und Winter, Auto-Kindersitze, Fahr- und Laufräder, funktionsfähiges Spielzeug sowie alles Weitere rund ums Baby & Kind.

Schwangere haben die Möglichkeit ohne Begleitung bereits ab 08:30 Uhr in Ruhe einzukaufen. Taschen werden am Eingang kostenlos zur Verfügung gestellt. Eigene Taschen können aus organisatorischen Gründen nicht benutzt werden. Für das leibliche Wohl sorgt der Kinderchor Bornhöved, dem außerdem die Umsatzspende (10% Helfer / 15% Verkäufer) zu Gute kommt. Wir freuen uns auf Euch!



michael eggers
hoerakustikmeister

HÖRSYSTEME • GEHÖRSCHUTZ

Bornhöveder Landstraße 1
24601 Wankendorf

Telefon 04326-9999480

Öffnungszeiten

Mo. - Fr. 08:30 - 14:00 Uhr

www.eggers-hoerakustik.de

Fenster und Türen Für Ihr anspruchsvolles Zuhause



Kurt Starke 70 Jahre
Bauelemente aller Art

Kuhberg 27 · 24619 Bornhöved
Tel. 0 43 23 / 64 54
Fax 0 43 23 / 61 19 · www.Kurt-Starke.de

- Effizient in Wärmedämmung und Schallschutz
- Höchste Qualität und Funktionalität
- Viele Variationen und Farben

SCHÜCO BAUELEMENTE



**Garten- und
Landschaftspflege
Vertikutieren
Rasenpflege
Pflanzbereiche**

Tel. 0 43 94 / 993 93 34
Mobil 0173 / 9762274

GEMEINDE TASDORF
Der Bürgermeister

Einladung zur Bürgerbeteiligung

Tasdorferinnen und Tasdorfer gestalten die Zukunft Ihrer Gemeinde

Vieles funktioniert heute in der Gemeinde sehr gut. Es gibt zahlreiche Menschen, Vereine und Gruppierungen, die ihr Engagement einbringen und Tasdorf zu einer lebenswerten Gemeinde machen. Aber wie sieht die Zukunft für Tasdorf aus? Die Gemeinde hat ein Ortskernentwicklungskonzept beauftragt, um damit die Grundlage zu schaffen, Tasdorf vor dem Hintergrund des demografischen Wandels auch in Zukunft attraktiv und lebenswert zu erhalten. Insbesondere folgende Themen werden im Ortskernentwicklungskonzept bearbeitet:

- die Gestaltung des Öffentlichen Raums
- die Weichenstellung für eine nachhaltige Wohnentwicklung
- die Erhaltung der Identität der Gemeinde
- die Sicherung der Daseinsvorsorge
- der Umgang mit Baulücken und Nachnutzungen

Mit Unterstützung des beauftragten Büros GLC Glücksburg Consulting AG wollen wir im Rahmen einer Bürgerversammlung Ihre

Ideen, Anregungen und Initiativen zur Entwicklung der Gemeinde aufnehmen und diskutieren. Die Gemeinde Tasdorf lädt Sie herzlich zur Bürgerversammlung am

**24. September 2019
von 19.30 Uhr
bis ca. 21.30 Uhr auf den
Hof Voigt, Olenhof 3,**

ein. Wir wollen Sie über die bisherigen Schritte des Ortskernentwicklungskonzeptes informieren, mit Ihnen Stärken und Schwächen der Gemeinde diskutieren und Ihre Ideen aufnehmen.

Aus den Ergebnissen der Bürgerversammlung sollen Ziele und ein Leitbild für die Gemeinde erstellt sowie konkrete Projekte entwickelt werden, für die Fördermittel beantragt werden können. Wir haben heute die Chance, Tasdorf positiv zu entwickeln. Nutzen Sie diese und bringen Sie sich ein. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Hans-Heinrich Sievers
Bürgermeister

CordesHaus
Bauunternehmen

Tel.: 04342-9033015
t.steinhausen@cordeshaus.de

CordesHaus
Bauunternehmen



Doppelhaushälfte zu verkaufen

- in Ruhwinkel (Schönböken)
 - Wohnfläche: 118 m²
 - Grundstücksgröße: 550 m²
 - offene Küche - moderne ansprechende Ausstattung - Fußbodenheizung - ausbaureserve im Dachboden
- Kauf direkt vom Bauträger

Preis: 295.000 €

Küchenperle
Jetzt schon dran denken!
KUH
Große Weihnachtsfeier mit DJ
Fr. 29.11. + Sa. 30.11.2019
Firmen, Vereine, Freundeskreise
Tisch reservieren und mit anderen Gruppen aus der Region feiern!
MEHR ALS NUR PARTY-SERVICE...
Küchenperle - Britta Müller Tel.: 04326 / 715
Fichholz 11 info@kuechen-perle.de
24601 Ruhwinkel www.kuechen-perle.de

VOLLTREFFER

DER Sportlertreff präsentiert:
auf dem Jahnplatz, Wankendorf

Verbandsliga Ost

Sonntag, 22. September

geöffnet
ab 14.00 Uhr

FSG Saxonia
Probsteier SG 2012
Anstoß: 15.00 Uhr

VERLEGT
NEUER TERMIN

geöffnet
ab 14.00 Uhr

Samstag, 5. Oktober
FSG Saxonia
MTV Dänischenhagen
Anstoß: 15.00 Uhr

Spezialisten für:

Plissees & Jalousie

Altenweg 74 - Bornhöved - 043231 UR 55 - raumgestaltung-petersen.de



Amtliche Bekanntmachungen

Sitzung der Gemeindevertretung der Gemeinde Belau

Am **Donnerstag, den 26.09.2019** findet um **19:30 Uhr** im Bistro Café, Perdöler Mühle, 24601 Belau eine öffentliche Sitzung der Gemeindevertretung statt.

Tagesordnung

Öffentlicher Teil

- 1 Eröffnung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
- 2 Beschlüsse zur Tagesordnung
- 3 Protokoll Nr. 2 vom 20.06.2019
- 4 Bekanntgabe der Beschlüsse aus dem nichtöffentlichen Sitzungsteil vom 20.06.2019
- 5 Mitteilungen
- 6 Anfragen
- 7 Einwohnerfragezeit I
- 8 Genehmigung über- und außerplanmäßiger Ausgaben BV/491/2019
- 9 Einheitsbuddeln- Die große Baumpflanzaktion zum Tag der deutschen Einheit
- 10 Einwohnerfragezeit II

Die nachfolgenden Tagesordnungspunkte werden bei entsprechender Beschlussfassung voraussichtlich unter Ausschluss der Öffentlichkeit behandelt.

- 11 Bau- und Grundstücksangelegenheiten

Belau, den 10.09.2019

gez. **Jörg Engelmann, Bürgermeister**

Sitzung der Gemeindevertretung der Gemeinde Ruhwinkel

Am **Montag, den 23.09.2019** findet um **19:30 Uhr** im Feuerwehrgerätehaus, Am Teich 4, 24601 Ruhwinkel, OT Schönböken eine öffentliche Sitzung der Gemeindevertretung statt.

Tagesordnung

Öffentlicher Teil

- 1 Eröffnung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
- 2 Beschlüsse zur Tagesordnung
- 3 Protokoll Nr. 3 vom 17.06.2019
- 4 Bekanntgabe der Beschlüsse aus dem nichtöffentlichen Sitzungsteil vom 17.06.2019
- 5 Mitteilungen
- 6 Anfragen
- 7 Wasserversorgung Ruhwinkel; gebührenrechtlicher Jahresabschluss 2015 bis 2018 BV/463/2019
- 8 Genehmigung über- und außerplanmäßiger Ausgaben BV/498/2019
- 9 Naturdenkmal Lindenallee- Nachpflanzungen
- 10 Einwohnerfragezeit

Die nachfolgenden Tagesordnungspunkte werden bei entsprechender Beschlussfassung voraussichtlich unter Ausschluss der Öffentlichkeit behandelt.

- 11 Anfragen und Mitteilungen
- 12 Vergabeangelegenheit Fußbodenbeschichtung Feuerwehrgerätehaus Schönböken BV/477/2019

Ruhwinkel, den 10.09.2019

gez. **Manfred Markmann, Bürgermeister**

Sitzung der Gemeindevertretung der Gemeinde Stolpe

Am **Mittwoch, den 25.09.2019** findet um **20:00 Uhr** im Dorfgemeinschaftshaus Stolpe, Depenauer Weg 5, 24601 Stolpe eine öffentliche Sitzung der Gemeindevertretung statt.

Tagesordnung

Öffentlicher Teil

- 1 Eröffnung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
- 2 Beschlüsse zur Tagesordnung
- 3 Protokoll Nr. 3 vom 20.06.2019
- 4 Bekanntgabe der Beschlüsse aus dem nichtöffentlichen Sitzungsteil vom 20.06.2019
- 5 Mitteilungen
- 6 Anfragen
- 7 Einwohnerfragezeit I
- 8 Neue Energien im Bereich Feuerwehrgerätehaus/ Dorfgemeinschaftshaus bzw. Quartiersentwicklung
- 9 Ausbau Dorfstraße/Wiesenweg
- 10 Antrag der WGS Fraktion - Aufhebung der Straßenausbaubeitragssatzung
- 11 Entwurfs- und Auslegungsbeschluss 1. Änderung B-Plan Nr. 11 Auf dem Kamp BV/474/2019
- 12 Aufstellungsbeschluss 14. Änderung F-Plan Kräuterpark BV/475/2019
- 13 Aufstellungsbeschluss B-Plan Nr. 18 Kräuterpark BV/476/2019
- 14 Über- und außerplanmäßige Ausgaben BV/502/2019
- 15 Informationen zur Kita-Reform 2020
- 16 Wasserversorgung Stolpe; gebührenrechtlicher Jahresabschluss 2017 und 2018 BV/466/2019
- 17 Offene Punkte Ortsbesichtigung- u.a. Beleuchtung Nettelau/Mißmaabener Weg
- 18 Einwohnerfragezeit II

Die nachfolgenden Tagesordnungspunkte werden bei entsprechender Beschlussfassung voraussichtlich unter Ausschluss der Öffentlichkeit behandelt.

- 19 Anfragen und Mitteilungen
- 20 Bau- und Grundstücksangelegenheiten
- 20.1 Anbau Feuerwehrhaus Stolpe
- 21 Schulangelegenheiten

Stolpe, den 11.09.2019

Holger Bajorat, Bürgermeister

Aufruf zur Online-Abstimmung Deutscher Engagementpreis 2019 Das Amt Bokhorst-Wankendorf informiert

Über 31 Millionen Menschen engagieren sich in Deutschland für das Gemeinwesen. Ihr Engagement verdient unsere Anerkennung. Mehr als 700 Wettbewerbe und Preise zeichnen in Deutschland das freiwillige Engagement in den verschiedenen Bereichen des öffentlichen Lebens aus. Die Preisträgerinnen und Preis-

träger dieser Auszeichnungen können für den Deutschen Engagementpreis – den Dachpreis für bürgerschaftliches Engagement – vorgeschlagen werden. 617 herausragend engagierte Menschen und ihre Organisationen aus ganz Deutschland sind in diesem Jahr für den Deutschen Engagementpreis nominiert. Anfang September entscheidet eine hochkarätige Fachjury über die Preisträgerinnen und Preisträger in fünf Kategorien. Alle anderen Nominierten haben die Chance auf den mit 10.000,00 € dotierten Publikumspreis.

Aus Schleswig-Holstein, sind u. a. folgende Projekte nominiert:

- **Schenke ein Lächeln!** (Kiel)
- **SAVING LIFE** (Arbeiter-Samariter-Bund Schleswig-Holstein e. V., Kiel)
- **Bürgerstiftung Region Rendsburg**
- **Schule ohne Rassismus - Schule mit Courage** (Verein der Freunde und Förderer des Städtischen Gymnasiums e. V., Bad Segeberg)

Eine Übersicht über alle Nominierten aus Schleswig-Holstein finden Sie unter: www.deutscher-engagementpreis.de/engagiertensuche; Engagiertensuche. Hier können Sie in der Listenansicht unter Bundesland „Schleswig-Holstein“ auswählen, um sich alle Nominierten aus Schleswig-Holstein anzeigen zu lassen. Oder Sie gehen direkt in die Kartenansicht, dort können Sie reinzoomen und sehen auf der Karte genau, wo die Nominierten herkommen.

Wankendorf, d. 12.09.2019

Amt Bokhorst-Wankendorf, Der Amtsvorsteher

EINLADUNG

Hiermit lade ich Sie zur nachfolgenden Sitzung ein.

Sitzung des Bauausschusses des Schulverbandes Sventana Bornhöved

Mittwoch, 25.09.2019 um 19:30 Uhr

**Aula der Sventana-Schule Bornhöved,
Jahnweg 6, 24619 Bornhöved**

Tagesordnung

Öffentlicher Teil

1. Eröffnung der Sitzung, Feststellung der Ordnungsmäßigkeit der Einladung und Feststellung der Anwesenheit und Beschlussfähigkeit
2. Einwendungen zur Niederschrift der Sitzung vom 21.05.2019
3. Beschlüsse zur Tagesordnung
4. Mitteilungen
5. Anfragen
6. Einwohnerfragezeit
7. Beratung über die Errichtung einer Zaunanlage des Schulwaldes an der B430
8. Grünpflegearbeiten im Schulwald
9. Beratung über die Sanierung bzw. Erneuerung der Be- und Entlüftungsanlage in der Sporthalle
10. Vorbereitung Haushalt 2020

gez. **Stefan Bein, Vorsitzender**



TSV Wankendorf

www.tsvwankendorf.de

FSG Saxonia/Fußball A-Jugend

Ihr Auftaktspiel gewann die A-Jugend in einem nervenaufreibendem Spiel mit 5:4 gegen den Harmsdorfer SV. Spielerisch überlegen machte die Mannschaft es unnötig spannend. Nach einer 3:1 Führung durch Nicolas, Justin und Malte geriet man unnötig 3:4 in Rückstand. Mit zwei Toren sorgte Germa Schwarz dafür das die Punkte doch bei uns blieben. Eine starke geschlossene Mannschaftsleistung zum Saisonauftakt. Nächste Woche geht es wieder um 15 Uhr auf dem Platz am See gegen Klausdorf/Raisdorf II. Fußball

E1-Jugend

Drei Punkte gegen Padenstedt. Am Samstag reisten wir nach Padenstedt. Bereits um 10:00 Uhr war Anstoß. Gleich in der 2. Minute konnten wir das erste Tor erzielen.

Durch schöne Passfolgen und Disziplin zwischen den Spielern, konnten wir weiter Tore in der ersten Halbzeit vermelden. Auch in der zweiten Halbzeit ging es munter mit dem Tore schießen weiter. 15 Minuten vor Schlusspfeiff wurde dann mit einem Kind weniger auf dem Feld gespielt, um den Gegner die Möglichkeit zu bieten, ebenfalls Tore zu schießen. Leider ohne Erfolg. Und so stand es zum Schluss 0:8 für die FSG Saxonia. Es spielten: Fabio, Matze (1), Jonas (1), Christoph (3), Tommes (1), Jona (1), Janek (1), Finn M., Hennes

1. Herren

Nach gutem Beginn und der schnellen 2:0-Führung durch die Tore von Fabian Makus (5.) nach guter Vorarbeit von Sebastian Worbs und Dominik Schiffer und dem 18 m-Schuss von Sebastian Worbs (10.) hätte das neu formierte FSG-Team von Trainer Ralf Hartmann den Sack frühzeitig

gegen defensiv eingestellte Gäste aus Kiel zumachen können. Aber der Schuss von Tobias Jantzen (16.) verfehlte nur knapp das Tor, während Murat Ocak (17.) nach guter Vorarbeit von Fabian Makus das leere Tor leider nicht traf und so das sichere 3:0 vergab. Im weiteren Spielverlauf gaben die Kieler ihre defensive Ausrichtung auf und machten mehr Druck, so dass die FSG sporadisch Konter fuhr, allerdings ohne Abschluss. Kurz vor dem Pausenpfeiff dann nach einer Rudelbildung im FSG-Strafraum ein unnötiges Foulspiel der FSG-Defensive direkt an der Strafraumgrenze. Obwohl Keeper Matthias Balzer die Ecke ahnte und noch kurz mit einer Hand am Ball war, versenkte Rockefeller Konneh-Tandoh. den fälligen Foulelfmeter. Mit einem knappen 2:1-Vorsprung ging es in die Kabinen

Kurz nach Wiederanpfiff gleich die erste Möglichkeit für Fabian Makus, der am Tor vorbeizog. Auf der Gegenseite vereitelte Keeper Matthias Balzer zunächst den Rückstand, war dann aber machtlos, als die Gäste aus Kiel nach einem schnellen Konter über rechts erneut durch Rockefeller

Konneh-Tanoh den 2:2-Ausgleich erzielten. Danach gab es noch mehrere gute Einschussmöglichkeiten auf beiden Seiten, aber keine weiteren zählbaren Erfolge. Als sich in der zweiminütigen Nachspielzeit alle im Jahnstadion schon mit dem Unentschieden abgefunden hatten, mit dem beide Seiten hätten gut leben können, kamen die Gäste aus Kiel nach einer guten Kombination wieder über rechts und halberzigem Verteidigen auf Seiten der FSG nochmals zu einer Chance, die sie im dritten Versuch durch Muhammed Aslan zum 3:2-Lastminute-Sieg nutzten. Große Freude bei den Gästen, Niedergeschlagenheit und Enttäuschung bei der FSG schon zum zweiten Mal hintereinander. Aber wer vorne seine Chancen nicht verwertet und dann noch um so ein Tor "bettelt", darf sich über die späte Niederlage nicht wundern.

Unterm Strich sehr schade, aber Kopf hoch, Männer, es kommen auch wieder bessere Tage.

Kleintierzuchtverein Wankendorf und Umgebung von 1962



Einladung

zur Impfstoffausgabe

am Mittwoch, den 26. September 2019 von 18.00 bis 19.00 Uhr in Wankendorf, Seestraße 1A.

Aufgrund der Erkrankung von Horst haben wir an diesem Termin nur unsere Impfstoffausgabe, damit die Hühner auch weiterhin ihren Impfschutz behalten.

Raumpflegerin in Wankendorf

zu sofort zur Reinigung
von Treppenhäusern
gesucht.

Wöchentlich 7 Stunden.

Tel. 0175 2251028

Fa. Heinzelmännchen

EDEKA GOTHMANN

Gothmann – der ist GUT-MANN!

Abgabe in haushaltsüblichen Mengen. Angebote gültig bis 21.09.2019

Kieler Tor 42 · Bornhöved · Tel. 0 43 23/90 04 57
Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 7.⁰⁰ - 21.⁰⁰ Uhr



www.edeka.de/nord.



· Außer-Haus-Lieferung · Cashback ab 10 € · Warmer Mittagstisch

PREIS PARADE UNSERE TOP 3

Söhnlein Brillant Sekt
 versch. Sorten, 0,75-l-Flasche (1l = 2,96)
 Sie sparen 42%
 vorher 3,89
2,22

Popp Brotaufstrich
 verschiedene Sorten z.B. Geflügelsalat,
 150-g-Becher (100g = 0,53)
 Sie sparen 27%
 vorher 1,09
0,79

Golden Toast
 Toast, 500-g-Packung (1kg = 1,54)
 Sie sparen 40%
 vorher 1,29
0,77

Unser Partyknüller

in Gutfleisch-Qualität aus Meisterhand

Putengeschnetzeltes „Bombay“ 1,7,8,a
 Ab 15 Personen
 Putenfiletgeschnetzeltes mit Curry und gemischten Früchten, mit Wild- & Langkornreis oder Baguette
11,00

Party-Service vom Fachteam - das ist anders. Gothmann hat Gutfleisch.

Wir bieten alles, was eine gelungene Veranstaltung zum Hit werden lässt.

Canapés · Suppen · Kalt/warme Buffets · Menüs für alle Jahreszeiten · Braten und warme Gerichte · Aufschnittplatten · Beilagen und Desserts · Leihinventar

Unsere Partyservice finden Sie unter:
www.Gothmanns-Partyservice.de und auf [Facebook](https://www.facebook.com/edeka.gothmann)

Wir streichen die Preise! Nur gültig am: **Fr. 19.09., Sa. 20.09., So. 21.09.**

Schweinefleisch-Pfanne Gyros Art, SB-verpackt, 900-g-Packung (1kg = 5,54) **4,99** (SUPERGUT)

Kölln Müsli od. Haferfleks verschiedene Sorten z.B. Müsli Schoko, 600-g-Packung (1kg = 2,98) **1,79** (SUPERGUT)

Rama Original od. Balance 500-g-Becher (1kg = 2,22) **0,88** (SUPERGUT)

Teekanne Kräuter- od. Früchtetee verschiedene Sorten z.B. Minze, 45-g-Packung (100g = 2,47) **1,11** (SUPERGUT)

Wein-Genuss Baden Spätburgunder trocken, 6 x 0,75-l-Flasche (1l = 2,00) Einzelpreis: 1,99 (1l = 2,65) **9,00** (SUPERGUT)

Täglich frischer Mittagstisch

- Fr., d. 20.09. Gulasch** mit Nudeln und Gewürzgurke Portion **5,50** €
- Mo., d. 23.09. Kartoffelsuppe** mit 1 Würstchen Portion **4,00** €
- Di., d. 24.09. Bratwurst** mit Kartoffeln u. Petersiliensauce ... Portion **4,20** €
- Mi., d. 25.09. Königsberger Klopse** mit Kartoffeln Portion **4,50** €
- Do., d. 26.09. Rindfleisch** in Meerrettichsauce mit Kartoffeln .. Portion **5,50** €

Ihr Gothmann-Team wünscht guten Appetit!

Ein Monats-Essenplan liegt für Sie im Laden bereit. Alle Gerichte frisch gekocht aus eigener Herstellung.

Allergene: 1 = Gluten 2 = Krebstiere 3 = Eier 4 = Fische 5 = Erdnüsse 6 = Sojabohnen 7 = Milch 8 = Schalenfrüchte 9 = Sellerie 10 = Senf 11 = Sesamsamen 12 = Schwefeldioxid 13 = Lupinen 14 = Weichtiere
Zusatzstoffe: a = Konservierungsstoffe b = Geschmacksverstärker c = Antioxidationsmittel d = Farbstoff e = Phosphat f = Süßungsmittel g = koffeinhaltig h = chininhaltig i = geschwärzt j = Phenylalaninquelle

Heidelbeeren Klasse I aus Peru, 125-g-Packung (100g = 0,89) **1,11**

Speisekartoffeln festkochend, vorwiegend festkochend od. mehlig kochend, aus Deutschland, 7,5-kg-Sack (1kg = 0,27) **1,99**

Arla Kærgården verschiedene Sorten, 250-g-Becher (100g = 0,52) **1,29** (Sie sparen 41% vorher 2,19)

Dr. Oetker Pizza Die Ofenfrische oder **Culinaria** tiefgefroren, verschiedene Sorten z.B. Die Ofenfrische Schinken-Ananas, 410-g-Packung (1kg = 4,85) **1,99** (Sie sparen 26% vorher 2,69)

Erasco Eintopf oder **Familiensuppe** verschiedene Sorten z.B. Hühner Nudel-Topf, 800-g-Dose (1kg = 1,99) **1,59** (Sie sparen 38% vorher 2,59)

Haribo Lakritz od. **Fruchtgummi** versch. Sorten z.B. Color-Rado Dark Mix, 200-g-Beutel (100g = 0,30) **0,59** (Sie sparen 37% vorher 0,95)

Gourmet Gold Katzennahrung verschiedene Geschmacksrichtungen 85-g-Dose (100g = 0,39) **0,33** (Sie sparen 32% vorher 0,49)

7UP*, Pepsi*, -light*, -Max*, Schwip Schwap* od. **-ohne Zucker*** *koffeinhaltig, 1,5-l-PET-Flasche zzgl. 0,25 Pfand (1l = 0,33) **0,49** (Sie sparen 50% vorher 0,99)

Minchner Weißwurst, 100 g **0,79**

Paulaner Oktoberfest Bier 20 x 0,5-l-Flaschen, Kiste/Abholpreis zzgl. 3,10 Pfand (1l = 1,30) **12,99** (Sie sparen 27% vorher 17,99)

Weizenbiertgläser ca. 0,5-l-Fassungsvermögen, 2er-Packung **1,99** (Sie sparen 50% vorher 3,99)

Tafeläpfel Elstar aus Norddeutschland oder **Golden Delicious** aus Italien, Klasse I, 1-kg **1,99**

Pflaumen dunkel, rot oder gelb aus Italien, Klasse I, 1-kg **1,49**

Danone Activia Joghurt oder **Fruchtpüree** versch. Sorten z.B. Joghurt Erdbeere 4 x 115-g = 460-g-Packung (1kg = 2,41) **1,11** (Sie sparen 44% vorher 1,99)

Leerdammer niederländischer Schnittkäse in Scheiben versch. Sorten z.B. Original, 45% Fett i. Tr., 140-g-Packung (100g = 0,71) **0,99** (Sie sparen 33% vorher 1,49)

La Belle französischer Torten Brie aromatisch-nussig im Geschmack, 50% Fett i. Tr., 100-g im Stück **0,59**

Slanke Anke holländischer Schnittkäse 35% Fett i. Tr., 100-g im Stück **1,19**

Gut von Holstein Holtseer oder **Küsten Tilsiter** deutscher Schnittkäse, 100-g im Stück **0,89**

Rotwildkäse schweizer Schnittkäse mild-würziger leicht säuerlicher Geschmack, 55% Fett i. Tr., 100-g im Stück **1,89** (Sie sparen 17% vorher 2,29)

Iglo Fischstäbchen od. **Backfischstäbchen** tiefgefroren, 450/364-g-Packung (1kg = 4,87/6,02) **2,19** (Sie sparen 35% vorher 3,39)

Maggi Idee für... Fix od. **Natürlich & Bewusst** versch. Sorten z.B. Fix für Thai Curry mit Nudeln, 34-g-Beutel (100g = 1,44) oder **Koch Doch Würzmischung** versch. Sorten z.B. Chili con Carne, 48-g-Beutel (100g = 1,02) **0,49**

Milka Tafelchokolade versch. Sorten z.B. Alpenvollmilch, 270-g-Tafel (1kg = 6,85) **1,85** (Sie sparen 38% vorher 2,99)

Zewa Ultra Toilettenpapier 4-lagig, 8 x 150-Blatt / 8 x 135-Blatt-Packung **2,49** (Sie sparen 28% vorher 3,49)

Colgate Zahncreme Max White od. **Sensation White** 75-ml-Tube (100ml = 1,32) **0,99**

Hohes C Fruchtsäfte verschiedene Sorten, 1-l-PET-Flasche **0,99**

Astra oder Holsten verschiedene Sorten, 27 x 0,33-l-Flaschen, Kiste/Abholpreis zzgl. 3,66 Pfand (1l = 1,01) **8,99**

Helbing Kümmel 35% Vol., 0,7-l-Flasche (1l = 9,51) **6,66** (Sie sparen 39% vorher 10,99)

Captain Morgan Spiced Gold Rum, 35% Vol. oder **White Rum** 37,5% Vol., 0,7-l-Flasche (1l = 12,84) **8,99**

Fachfleischerei

Gepökelter Krustenbraten aus dem Schinken, 1 kg **4,44**

Frischer Lachsbraten vom Schwein, beste Qualität, 1 kg **5,99**

Schweine- oder Paprikagulasch 1 kg **4,99**

Dicke Fleischrippen frisch/geräuchert, ohne Schwarte, im Stück, 1 kg **3,99**

Entrecôte-Steak zart gereifte Spitzenqualität, 100 g **1,99**

Gem. Hackfleisch vom Schwein und Rind, 1 kg **4,99**

Vordereisbein gepökelt, 1 kg **2,49**

Frische deutsche Kalbshinterhaxe ideal zum Schmoren, 100 g **0,99**

Pastetenauflschnitt 2 verschiedene Sorten, 100 g **0,99**

Rinderrouladen oder Schmorbraten aus der Jungbullenkeule, 1 kg **8,99**

Katenmettwurst od. Knoblauchsalami 100 g

- Fleisch & Wurstwaren in Bedienung! -

Förderverein Alte Schmiede Bornhöved



Poesie trifft Fotografie

Horst Detering aus Bornhöved liest im Rahmen der SE-Kultur-Tage eigene Kurzgeschichten und Gedichte in historischer Umgebung.

Als „Alltagspoesie“ bezeichnet er die Ergebnisse seiner Gedankenaufflüge, in denen er seine Eindrücke des Lebens zum Ausdruck bringt.

Mit eigenen, textbezogenen Fotos auf der Leinwand unterstreicht er die jeweiligen Impressionen, so dass auch die Augen an der Lesung teilhaben.

Mit Vorder- und Hintergründigem, erstaunlichen Wendungen und Tiefgang auf den zweiten Blick möchte er die Zuhörer am

Donnerstag, den 19. September um 19.00 Uhr in der „Alte Schmiede Bornhöved“ Kuhberg 13, 24619 Bornhöved

überraschen.

Lauschen sie, schauen sie und lassen sie sich mitnehmen. In Verbindung mit seinen Fotografien bringt er die Zuhörer zum Schmunzeln, zum Nachdenken und zum Staunen.

Veranstalter der Lesung sind der Förderverein Alte Schmiede Bornhöved und die Gemeinde Bornhöved.

Der Eintritt ist frei

Schipphorst:
Hilfe für Garten, Hecke, Busch, Baum, Laub, Dachrinne usw. gesucht.
Flex. Zeiteinteilung
Tel. 043 94/99 19 03

Anzeigenannahme



043 26/6 18

Wofür leben wir,
wenn nicht dafür,
uns gegenseitig das
Leben leichter zu machen.

**Wählergemeinschaft
Stolpe-Depenau**

Öffentliche Fraktionssitzung

Die nächste öffentliche Fraktionssitzung ist am:

**Dienstag, den 24.09.
um 19:30 Uhr im DGH
Stolpe, Depenauer Weg.**

1. Begrüßung
 2. Durchsprache und Diskussion der öffentl. Tagesordnungspunkte der Gemeinderatssitzung
 3. Anfragen und Bürgermeinung
 4. Verschiedenes
- Jeder Bürger ist herzlich willkommen sich in die Diskussion einzubringen!

**Jg. Familie sucht EFH/DHH
bis 295.000 €**

**Handwerker sucht Altbau
EFH/DHH bis 165.000 €**

**Resthöfe mit Weide od.
Ackerfläche bis 450.000 €**

**EIDER-IMMOBILIEN GmbH
Tel. 0431/ 647 39 60**

www.eider-immobilien.de

**LandFrauenVerein
Bokhorst
und Umgebung**

Erntefest

Dienstag, 8. Oktober um 19.00 Uhr im Gemeindehaus Bokhorst: „Rund um den Hollunder“ ein selbstgestalteter Abend, mit Gerichten, Geschichten und Mythen rund um den Hollunder. Frau Martina Lange-Görns wird wieder an der Gestaltung mitwirken.

Advent in Uelzen & Celle

mit Besuch der Zuckerrübenfabrik 2 Tage; **06.- 07. Dezember 2019** In diesem Jahr haben wir für die Adventszeit eine Reise nach Uelzen geplant, wo wir u. a. die Zuckerrübenfabrik besuchen werden. Abgerundet wird diese Reise durch den Besuch der Weihnachtsmärkte in Uelzen und Celle.

Anmeldung bitte bis zum 1. Oktober und weitere Informationen bei Heike Lange (Tel.: 04394/867). Informationen über den Verein sowie die nächsten Veranstaltungen finden Sie auch unter www.landfrauen-bokhorst.de

Notdienste

Arzte für Allgemeinmedizin/Kinderärzte/Frauenärzte
Der ärztliche Notdienst für den Bezirk Bornhöved/Trappenkamp/Wankendorf/Stocksee ist zu erfragen

montags	von 18.00 Uhr	bis	dienstags	8.00 Uhr
dienstags	von 18.00 Uhr	bis	mittwochs	8.00 Uhr
mittwochs	von 13.00 Uhr	bis	donnerstags	8.00 Uhr
donnerstags	von 18.00 Uhr	bis	freitags	8.00 Uhr
freitags	von 13.00 Uhr	bis	samstags	8.00 Uhr
samstags	von 8.00 Uhr	bis	sonntags	8.00 Uhr
sonntags	von 8.00 Uhr	bis	montags	8.00 Uhr

Notdienst-Zentralnummer: 116 117 (kostenfrei)

Der Notdienst der Apotheken kann über die Tel.-Nr. 22 8 33 von jedem Handy ohne Vorwahl erfragt werden sowie über das Festnetz 0137/888 228 33. Im Internet steht die folgende Webseite zur Verfügung: www.apothekennotdienst-sh.de

Allgemeinärztliche Anlaufpraxis: AK Segeberger Kliniken GmbH, Krankenhausstr. 2, Bad Segeberg (Mo., Di., Do. v. 19-21 Uhr, Mi. u. Fr. 17-21 Uhr, Sa., So., Feiertag 10-13 Uhr u. 17-21 Uhr)

Kinderärztliche Anlaufpraxis: Kinderklinik Friedrich-Ebert-Krankenhaus Neumünster, Zugang Boostedter Straße, gegenüber Amtsgericht (Mi. u. Fr. 17-19 Uhr, Sa., So., Feiertage 10-13 u. 16-19 Uhr)

Augenärztlicher und HNO-ärztlicher Bereitschaftsdienst: Sprechstunden Mi. u. Fr. (außer feiertags) 16-18 Uhr, Sa., So., Feiertag 10-12 Uhr.

Die diensthabende Praxis erfragen Sie bitte unter der Tel.-Nr.: 116117

Zahnärztlicher Notdienst Der zahnärztliche Notdienst kann unter Tel.: 04192/2014367 oder 04342/4142 für den Kreis Plön erfragt werden.

Retungsleitstelle Notruf/Rettungsleitstelle 112 Krankenförderung/Rettungsdienst 04551/19222

AWO-Pflege-Telefon Mo. bis Fr. 7.00 bis 19.00 Uhr Tel.: 04323/919606

Sämtliche Notdienste/ärztliche Bereitschaftsdienste finden Sie im Internet unter notdienst-ploen.de auf der Seite des Kreises Plön.

Amtsverwaltung Bokhorst-Wankendorf

Kampstraße 1 · 24601 Wankendorf
Telefon (0 43 26) 99 79-0 · Telefax (0 43 26) 99 79-99
e-mail: post@Amt-Bokhorst-Wankendorf.de
Internet: www.amt-bokhorst-wankendorf.de

Sprechstunden der Amtsverwaltung

Montag 8.30 bis 12.00 Uhr · Mittwoch 8.00 bis 12.00 Uhr
Donnerstag 14.00 bis 18.00 Uhr · Freitag 8.30 bis 12.00 Uhr
und gerne nach Vereinbarung

Telefon-Durchwahlnummern

- | | |
|--|---|
| - Jörg Engelmann 99 79 - 15
Amtsvorsteher | - Sandra Bestmann 99 79-12
Liegenschaften, Bauverwaltung |
| - Ralf Bretthauer 99 79 - 16
Leitender Verwaltungsbeamter | - Antje Golling 99 79-32
Gewerbsteuer, Grundsteuer und Hundesteuer |
| - Kirsten Berlin-Tietgen .. 99 79 - 15
Vorzimmer | - Yvonne Seidler 99 79 - 31
Grund- und Hundesteuer, Gewerbesteuer |
| - Ilona Kraus 99 79-91
Infozentrale | - Wasser- und Abwassergebühren und Vollstreckung |

Bereich I: Ordnung, Personenstandswesen, Soziales, Schulen

- | | |
|--|--|
| - Anja Rautenberg 99 79 - 35
Leiterin
Ordnungswesen, Kindergärten | - Marc Teegen 99 79-34
Bauleitplanung, Städtebauförderung stellv. Bauverwaltung |
| - Kirsten Daling 99 79-17
Asylangelegenheiten | - Mirko Witt 99 79 - 21
Amtskasse |
| - Nadine Delfs 99 79 - 14
Personalwesen | - Frauke Mißfeldt 99 79 - 37
Bauverwaltung |
| - Heinz Michalske .. 0162 9807303
Flüchtlingskoordinator .. 99 79 39 | - Carsten Kaiser 99 79-22
Ingenieur |
| - Tanja Hansen 99 79 - 38
Wohngeld, Grundsicherung, Soziales, Buchstabe P-Z | - Thorsten Baack 99 79-33
Hochbautechniker |

Grundschule Wankendorf und Umgeb.

- | | |
|---|------------------------------|
| - Katrin Klüver,
komm. Schulleiterin | 23 83 |
| - Daniela Prietz, Sekretariat | 23 83 |
| - Fax | 2558 |
| - Roman Müller,
Hausmeister | 0170-9292485 |
| Außenstelle Schipphorst, Rendswühren | |
| - Tel. | 0 43 94 / 2 40
(auch Fax) |
| Außenstelle Hüttenwohld, Schillsdorf | |
| - Tel. | 0 43 94 / 5 59 |

- | | |
|---------------------------|-------|
| Außenstelle Stolpe | |
| - Telefon | 14 42 |
| - Fax | 18 64 |

- | | |
|---------------------------------|----------------------|
| Grundschule Großharrrie | |
| (Außenstelle der GS Bönebüttel) | |
| - Tel. | 0 43 94/275 |
| - Fax | 0 43 21 / 6 02 20 56 |
| Bauhof/Klärwerk | 25 09 |

Gleichstellungsbeauftragte

Birgit Steenbuck-Matzen, Tel. 0 43 26 / 99 79-0
jeden letzten Donnerstag im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr

Familienzentrum Wankendorf Frau Anke Schirm

Mo., Mi., Do. 08:00-13:00 Uhr (telefonisch)
Di. 11:00-16:00 Uhr (persönlich Kirchtor 18a in Wankendorf) Telefon: 0160 96290878

Jobcenter im Kreis Plön (Leistungen nach SGB II/Arbeitslosengeld II/Sozialgeld).
Das Jobcenter hat seinen Sitz in 24306 Plön, Behler Weg 23,
Telefon: 0 45 22/764 61 00 Fax: 0 45 22/764 61 20

Sprechzeiten: Mo. - Fr. 8.00-12.30 Uhr, zusätzlich Do. 14.00-18.00 Uhr

Aufnahme von Rentenansprüchen/Rentenberatung

Jeweils am zweiten Mittwoch eines Monats durch den Versichertenberater

Horst Schade (zuständig in Angelegenheiten der BfA und LVA)

Terminvereinbarungen (verbindlich): Kirsten Berlin-Tietgen - 99 79 - 15 oder bei Sabine Friedel, Versichertenälteste, Termine unter 0151/26940357

Wichtige Rufnummern

- | | | | |
|---|---------------------|--|-------|
| Polizei-Notruf | 1 10 | Ganztagsbetreuung an der Schule Wankendorf | 25 87 |
| Feuerwehr | 1 12 | Betreute Grundschule Stolpe | 14 42 |
| Polizeistation Wankendorf | 0 43 26 / 667 98 80 | Polizei und Feuerwehr können auch kostenfrei von Telefonzellen aus alarmiert werden. | |
| Schiedsmann und Mediator des BDS Jörg Baumhauer | 04326/98601 | | |

Störfallmeldungen im Trink- und Abwasserbereich

außerhalb der Dienstzeiten erhalten Sie Hilfe bei Trinkwasserfällen in den Gemeinden Belau, Ruhwinkel, Stolpe und Wankendorf unter der Notfallnummer **0800/ 4990444**

Im Abwasserbereich der Gemeinden Belau, Stolpe, Wankendorf und in den Ortsteilen Schönböken und Tanneneck - Notfallnummer **0171 5534353**

Volkshochschule Wankendorf

Termine:

bitte anmelden.

Sprachen

Mo 23. Sept. Neu! Englisch / 60Euro / Plätze frei... / 18:30-19:30 Uhr Üben von Gesprächen in Alltagssituationen

Do 26. Sept. 2019 Schwedisch Anfängerkurs Ülätz frei!!!

18:00 Uhr, Grundschule Wankendorf 60 Euro

Fr. 27.09.19

Filzkurs

18 :30 – 21 :00 Uhr 1. Teil

Sa 28.09.19

Filzkurs

10:00 – 15 :00 Uhr 2. Teil

Grundschule Wankendorf

Plätze frei!!!

Sa 19. Okt. 2019

Fischereischein-Lehrgang

Plätze frei!! 8:30 Uhr

Grundschule Wankendorf

Di 29. Okt. 2019

Sütterlin – deutsche Schrift-lesen Plätze frei!!

19-20 Uhr, Grundschule Wankendorf / 5 Abende/ 5 Euro

Sa 16. Nov. 2019

Wie schminke ich mich richtig?

10-13 Uhr, Grundschule Wankendorf Plätze frei!!!!

Sa 28. Sept. 2019

Landschaftsfotografie

9-17 Uhr, Grundschule Wankendorf Plätze frei!!!

Gesundheit

22. Okt. 2019

Tai Chi für Anfänger

Plätze frei, 20-21 :30 Uhr

Schule Wankendorf 5 Abende

Sa 9. Nov. 2019

Workshop – Dein Inneres Kind entdecken

15-17:30 Uhr -Das Schattenkind-

Sa 16.Nov.2019

Das Sonnenkind-

15-17:30 Uhr, Anmeldungen erforderlich!!!

Kochen

Mi 23. Okt. 2019

Irish schottische Küche

Plätze frei!! 18:30 Uhr, Grundschule Wankendorf und Umgebung

8/10 Euro

Kreativ-Kurs

Do 26. Sept.2019

Fröbelsterne herstellen –

19-21 Uhr, Johanniter, Theodor-Storm-Str. 6, Wank

PLATT

Do 14. Nov. 2019

Niederd. Bühne Preetz – "Opa is de beste Oma"

19:30 Uhr, Hotel & Restaurant Schlüter Wankendorf

Eintritt: 7,00 Euro

Kartenverkauf: Tabakwaren-

Schlüter c/o REWE und Hotel &

Restaurant Schlüter, Dorfstr. 14,

Wank. oder per e-mail. bei der

VHS, Kartenverkauf läuft bereits

Kinder/ Jugendliche

Sa 14. Dez. 2019 Plätzchen

backen - Plätze frei!!!!

14-16 Uhr, Grundschule Wankendorf 5 Euro

Neu!!!! - Englisch

Üben von Gesprächen in Alltagssituationen

Wir üben das Sprechen von Alltagsthemen: Einkaufen/Hotel/ im

Restaurant bestellen/ Essen und Trinken u.v.m.

Mo 23. Sept. 2019 s. unter Termine

Tai Chi - 5 Abende zum Kennen lernen Anfängerkurs

Tai Chi wird heute in erster Linie zur Gesunderhaltung und zur

Steigerung des Wohlbefindens genutzt. Tai Chi wirkt sich positiv

auf vielerlei Beschwerden aus. Hier können Sie Tai Chi ausprobieren. Kommen Sie.

Datum: Dienstag, 22. Oktober

2019, 20:00Uhr -21:30 Uhr

Ort: Grundschule Wankendorf und Umgebung

Gebühr: 40,00 Euro für 5 Abende

Leitung: Dietmar Witte

Fröbelsterne

Wer kennt sie nicht –die Fröbelsterne und hat sich noch nicht

daran getraut sie zu basteln. In diesem Kurs können Sie es kennenlernen und herstellen für den

eigenen Gebrauch. Die Fröbelsterne sehen nicht nur gut aus, sondern sind eine gute Deko für

drinnen und draußen.

Datum: Donnerstag, 26. September

2019, 19:00 Uhr

Ort: Johanniter, Theodor-Storm-Str. 6, Wankendorf

Gebühr: 3 Euro

Ltg.: Elke Heldt und Karin Eggers

Anmeldungen nehmen entgegen: Ingrid Sönnichsen, Wankendorf

Tel. 04326-2138

Sabine Meier, Wankendorf Tel. 04326-1804

Email: ksoennichsen@t-online.de

Warum Bewegung in jedem Alter wichtig ist

Älterwerden sportlich nehmen
Man sollte das Älterwerden sportlich nehmen und damit die Tatsache akzeptieren, dass man nicht mehr so viel „wegstecken“ kann wie früher. Wichtig ist nun, die altersgemäße Fitness möglichst lange zu erhalten. Genau dafür ist regelmäßige Bewegung die nachweislich effektivste Methode.

Hinzu kommt noch eine ausgewogene Ernährung und die Vermeidung von Übergewicht. Effektiver lässt sich ein gewisses Maß an Jugendlichkeit im Alter nicht bewahren. Körperliche Aktivität verhilft dem Körper zu allen Ressourcen, die er zur Bewältigung der Alterungsprozesse braucht, und ist außerdem das beste „Medikament“ gegen schlechten Schlaf.

Sportliche Bewegung macht Spaß, schenkt Erfolgserlebnisse und bringt mit gleichgesinnten Menschen zusammen. Schweiß und den Kreislauf auf Trab bringen, überhaupt die ganze Energie des Körpers spüren, all das ist außerordentlich gesund – für den Körper und den Geist.

Wenn Sie regelmäßig Sport treiben, verbessern Sie nicht nur Ihre Chancen auf anhaltende Gesundheit. Als gut trainierter Sechzigjähriger werden Sie beispielsweise auch einem Vierzigjährigen, der sportlich nicht aktiv ist, in Sachen körperlicher und geistiger Frische weit überlegen sein.

Bewegung hilft bei körperlichen Beschwerden

Mit regelmäßiger Bewegung bleiben Sie nicht nur in Form und beugen einer Vielzahl von Krankheiten vor. Gute Erfolge können Sie auch dann noch erzielen, wenn es bereits zwickelt und zwackt. Nicht selten ist Sport ein wichtiger Bestandteil medizinischer Behandlungen. Bewegung hilft bei fast allen gesundheitlichen Beschwerden, die mit zunehmendem Alter häufiger auftreten.

Zum Beispiel bei

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Bluthochdruck
- Diabetes mellitus Typ II
- Rückenbeschwerden
- Osteoporose
- Arthrosen
- Übergewicht

• Beschwerden in den Wechseljahren u.a.

Früher forderte man kranke Menschen auf, sich bloß nicht anzustrengen. Inzwischen hat man erkannt, dass lang andauernder Bewegungsmangel außerordentlich gesundheitsschädlich ist und noch krank machen kann. Körperliche Aktivität kräftigt den gesamten Organismus. Bewegung wirkt sich positiv auf die Durchblutung der Organe aus, sie stärkt das Herz, senkt erhöhten Blutdruck, reguliert die Fett- und Zuckerwerte des Blutes, kräftigt die Skelettmuskulatur, erhöht die Knochendichte, hilft Übergewicht abzubauen und kann einen Großteil der Beschwerden während der Wechseljahre lindern. Nach Operationen oder einer längeren, krankheitsbedingten Bettruhe gehört ein leichtes körperliches Aufbaustraining fast immer zur vollständigen Gene-

sung.

Auch im hohen Alter fit und selbständig

Das Problem vieler alter Menschen besteht in ihrem oft extrem reizarmen Alltag, insbesondere wenn sie allein leben. Nicht wenige gehen kaum noch vor die Tür, teils weil sie sich aus Angst vor Stürzen nicht mehr trauen, teils weil ihre besorgten Angehörigen ihnen jeden „unnötigen“ Weg ersparen wollen. Viele sitzen den ganzen Tag in ihrem Sessel, starren aus dem Fenster oder auf die Mattscheibe ihres Fernsehers, erhalten kaum noch Besuch und beschäftigen sich vornehmlich mit ihrer einstmals aktiveren Vergangenheit...

Kein Wunder, dass nicht nur der Kopf vieler hochaltriger Menschen wegen der geringen sozialen Ansprache gewissermaßen einzudämmern droht, auch ihre Muskeln verlieren mit der Zeit jede Spannkraft und Elastizität. Die Folge: Mehr als ein Drittel aller über 65-jährigen stürzt einmal im Jahr, bei den über 80-jährigen ist es sogar fast die Hälfte. Insgesamt werden jedes Jahr rund fünf Millionen Stürze älterer Menschen gezählt, wobei es in jedem zehnten Fall zu behandlungsbedürftigen Verletzungen kommt: Rund 200.000 Krankenhausaufenthalte von Seniorinnen und Senioren gehen auf das Konto von Stürzen im häuslichen oder institutionellen Umfeld.

Mit Bewegungstraining Stürze vermeiden

Wenn man merkt, dass die Kräfte nachlassen und es zunehmend schwerer fällt, alltägliche Verrichtungen wie einkaufen, kochen, die Wohnung sauber halten, sich waschen und baden selbstständig auszuführen, kann auch ein Bewegungstraining helfen.

Mit zwei kleinen Tests kann man feststellen, ob man noch sicher genug auf den Beinen ist:

- Wer mehr als fünfzehn Sekunden braucht, um fünfmal ohne die Hilfe der Arme von einem Stuhl aufzustehen und sich wieder hinzusetzen, ist ein dringender Fall für gezieltes Krafttraining. Trainierte Muskeln sind besser geschützt vor Überlastungen und Unfällen. Außerdem erhöht Krafttraining die Knochendichte und schützt deshalb vor osteoporosebedingten Brüchen.

- Mindestens fünf Sekunden sollte man ohne Probleme wie ein Seiltänzer auf einer Linie stehen können. Anderenfalls sind Übungen zu Koordination und Gleichgewicht dringend angeraten.

Das Bewegungstraining sollte mindestens zwei Mal in der Woche zwanzig bis dreißig Minuten lang stattfinden, sonst bringt es nicht den gewünschten Erfolg. Experten sind sich darin einig, dass ein gezieltes und regelmäßiges Bewegungstraining, am besten in der Gruppe, die beste Gewähr ist für ein möglichst lange selbstständiges Leben. Sicherheit und Bewegung heißt die Parole, nicht Sicherheit statt Bewegung.

Quelle: www.richtigfit-ab50.de

Mit dem Auto in den Urlaub:

Checkliste für eine Reise ohne Haken

Ulm, 26.07.2007 – Sommerferien, endlich steht der Urlaub bevor. Die Unterkunft ist gebucht und die Koffer sind gepackt. Es kann losgehen. An alles ist gedacht - wirklich an alles? Vor lauter Freude auf die schönen Tage vergessen viele, das Fahrzeug auf seine Reise-tauglichkeit zu prüfen. „Doch Vorsicht“, warnt LIQUI MOLY-Anwendungstechniker Dietmar Schmid, „wer vor Urlaubsantritt das Auto nicht überprüft, kann sein blaues Wunder erleben.“ Pannen schmälern das Urlaubsvergnügen, deshalb sollten die wenigen Prüfschritte am Wagen obligatorisch abgehakt werden, rät Herr Schmid und gibt folgende Tipps:

- Der Behälter fürs Wasser der Scheibenwischanlage sollte randvoll sein. Scheibenreiniger nicht vergessen, der schafft klare Sichtverhältnisse. Am besten eine Flasche zum Nachfüllen einpacken. Die gibt es platzsparend als Konzentrat. Auf Polycarbonat-Verträglichkeit achten. So können bei Fahrzeugen mit Scheinwerferreinigungsanlage keine Spannungsrisse an der Verglasung entstehen. Gerade in südlichen Ländern empfiehlt sich zusätzlich Insektenentferner.

- Nicht nur, wenn's in heiße Länder geht: Unbedingt den Kühlmittelstand prüfen und wenn nötig auffüllen.

- Bei der Batterie sind zwei Dinge wichtig: Der Säurestand und der Ladezustand. Den Säurestand kann man selbst kontrollieren und gegebenenfalls mit destilliertem Wasser richtigstellen. Bei wartungsfreien Batterien erübrigt sich das. Den Ladezustand testet die Werkstatt oft kostenlos. Das dauert nur wenige Minuten. Ein Tausch während der Urlaubsreise ist lästig und kann teuer werden. Zur Sicherheit gehören Starthilfekabel zum Überbrücken in den Kofferraum.

- Laut Straßenverkehrsordnung muss der Fahrer vor jeder Fahrt

den Zustand der Beleuchtung des Pkw prüfen. Bevor es auf weite Reise geht, ist das besonders zu beherzigen. Glühlampen zum Wechseln an Ort und Stelle lohnen sich. Die gibt es oft im Set für Scheinwerfer, Blinker, Brems- und Rücklichter. In einigen Ländern ist das Mitführen eines Lampensets Pflicht!

- Schönes Wetter gehört zu einem gelungenen Urlaub, aber Regentage lassen sich nicht ausschließen. Darum unbedingt vergewissern, ob die Wischblätter der Scheibenwischer in einem guten Zustand sind. Klare Sicht schafft Sicherheit und ein spannendes Fahren.

- Lästig und vor allem gefährlich ist eine Reifenpanne. Häufige Ursache von geplatzten Pneu ist zu geringer Luftdruck. Ein voll besetztes und beladenes Auto benötigt entsprechend hohen Reifenfülldruck! Angaben über den richtigen Luftdruck findet man in der Tankklappe oder im Handbuch zum Fahrzeug.

- Das Öl ist das Blut des Motors. Deshalb ganz wichtig: Den Ölstand ablesen. Einfach den Messstab herausziehen oder, wie bei modernen Autos möglich, den Pegel an einer Anzeige im Cock-

pit ablesen. Wie beides funktioniert, ist im Handbuch beschrieben. Vorsicht! Der Motor muss sich in betriebswarmen Zustand befinden. Ein kalter Motor ergibt einen falschen Messwert, da sich Öl bei Wärme noch ausdehnt. Zu viel Öl kann den Motor schädigen. Nach häufigem Kurzstreckenbetrieb ist darauf zu achten, dass Kraftstoffrückstände im Öl erst verdunsten, wenn das Öl Betriebstemperatur erreicht hat. Deshalb sollte nach einer Fahrstrecke von ca. 150 km der Ölstand erneut geprüft werden. Es empfiehlt sich, etwas Öl als Reserve im Kofferraum mitzuführen. Für unterwegs gibt's den handlichen 1-Liter-Kanister. Welches das passende Nachfüllöl ist, steht in der Betriebsanleitung des Fahrzeugs. Eine Hilfestellung bietet der Ölwegweiser unter www.liquimoly.de.

- Erkundigen Sie sich vor Ihrer Urlaubsfahrt über gesetzliche Vorschriften der verschiedenen Länder, die Sie durchqueren oder in das Sie fahren. Bußgelder aufgrund fehlender Warnwesten, nicht eingeschaltetem Licht oder zu hoher Geschwindigkeit würden das Urlaubsvergnügen unnötig trüben.



Ölstand-Messung

Wie Sie einen Sonnenbrand behandeln



Zeigen sich die ersten Symptome eines Sonnenbrandes, sollten Sie sofort reagieren. Auf keinen Fall sollten Sie abwarten, ob der Sonnenbrand noch schlimmer wird oder ob es bei einer kleinen Rötung bleibt. Empfehlenswert ist es, bei den ersten Anzeichen, etwa wenn Sie merken, dass die Haut spannt, 1000 Milligramm Acetylsalicylsäure einzunehmen. Der Wirkstoff hemmt die Entzündungsbotenstoffe und kann somit eine Verschlimmerung des Sonnenbrandes verhindern. Empfehlenswert sind außerdem

Gels oder Lotionen mit Hydrocortison, die Sie – je nach Dosierung – rezeptfrei in der Apotheke bekommen. Bei heftigeren Symptomen wie einer Blasenbildung oder Fieber sollten Sie einen Arzt aufsuchen. Dieser kann Ihnen bei Bedarf stärkere Medikamente verschreiben.

Quark als Hausmittel bei Sonnenbrand

Bei einem Sonnenbrand ist es wichtig, dass die Haut ausreichend gekühlt wird. Dadurch wird der Schmerz gelindert und die Entzündung gehemmt. Kühlpacks aus dem Gefrierfach sind

allerdings eher nicht zur Behandlung geeignet. Greifen Sie besser zu Leinentüchern, die Sie in kaltes Wasser tauchen. Nehmen Sie außerdem ausreichend Flüssigkeit – am besten Wasser – zu sich, da der Haut durch den Sonnenbrand viel Flüssigkeit entzogen wird.

Ein beliebtes Hausmittel gegen Sonnenbrand sind Kompressen mit Quark oder Joghurt. Dank ihrer leichten Kühle lindern sie die Schmerzen, allerdings haben sie im Gegensatz zu Hydrocortison-Salben keine entzündungshemmende Wirkung. Außerdem können durch die Bakterien in den Milchprodukten Infektionen ausgelöst werden, weshalb Sie auf solche Hausmittel besser verzichten sollten.

Um einen entzündungshemmenden Effekt zu erzielen, können Sie auf Produkte mit Kamille oder Aloe Vera zurückgreifen. Testen Sie vor der Anwendung einer entsprechenden Salbe oder Creme jedoch, ob Sie auf die Inhaltsstoffe eventuell allergisch reagieren.

BvS Bürgerverein Schönböken

Termine für den Schwimmbus

Auch in diesem Jahr wird der Bürgerverein den Schwimmbus begleiten. Dieser bringt die Einwohner der Gemeinde Ruhwinkel im Winter alle zwei Wochen ins Schwimmbad am Stadtwald in Neumünster. **Die Termine sind (immer freitags):**

11. Oktober, 08. November, 22. November, 06. Dezember, 20. Dezember, 03. Januar, 17. Januar, 31. Januar, 14. Februar, 28. Februar, 13. März, 27. März
Abfahrt jeweils **18 Uhr** ab Ortsteil Ruhwinkel, dann Baschenberg und Torhaus Schönböken.

Es muss nur der Eintritt für das Schwimmbad (Preis: Euro 3,80) bezahlt werden. Die Busfahrt bezahlt wieder die Gemeinde Ruhwinkel. Rückfahrt am Schwimmbad um 20:30 Uhr.

Weitere Termine des Bürgervereins:

Laternelaufen Fr 25.10. - 18:30 Uhr Feuerwehrgerätehaus
Kaffee ab 60 Sa 26.10. - 15 Uhr Feuerwehrgerätehaus
Skat & Knobeln Fr 15.11. - 19:30 Uhr Feuerwehrgerätehaus

Reit- und Fahrverein Wankendorf und Umgeb. e.V.

Bericht zur Reiterrallye 2019

Am 8. September gingen in diesem Jahr 46 Reiter mit ihren Pferden und Ponys an den Start der etwa 12 km lange Rallyetrecke. Das erste Team machte sich bei bestem Wetter um 9.00 Uhr auf den Weg.

Gleich zu Beginn wurden, noch auf dem Reitplatz, die Gelassenheit der Pferde und Ponys sowie deren Vertrauen in ihren jeweiligen Reiter/in geprüft. Es musste durch eine enge Gasse aus Sprungständern gespickt mit bunten Poolnudel geritten werden. Und das am besten noch im Trab um möglichst viele Punkte zu erhalten.



Anschließend ging es auf die Strecke durch den Grund zum alten Bahndamm und dann in Richtung Missmaßener Weg. Dort angekommen führte die Strecke über den Hof der Familie Haberland zur Bahnhofstraße in Stolpe. Weiter ging es entlang des Kielerkamper Weges nach Nettelau, von dort durch die Felder bei Gut Löhndorf und wieder zurück zur Bahnhofstraße in Stolpe und zum Reitplatz.

Im Verlauf der Strecke war dann die geistige und körperliche Fitness und Geschicklichkeit von Pferd und Reiter gefragt. So mussten z.B. gegurgelte Lieder erraten werden und das Pferd/Pony rückwärts eine kleine Steigung bewältigen. Auch zwei

Schätzfragen, ein Fühlspiel, sowie Papierflieger falten und zielgenau werfen waren Stationen der diesjährigen Rallye.

Nach den letzten Stationen auf dem Springplatz, bei denen zum einen zwei geschmückte Cavalettis überwunden werden musste und zum anderen Bänder im Trab von in einem Zirkel aufgestellten Stangen abgerissen werden mussten, schloss die Rallye mit einem Quiz ab. Alle an den Start gegangenen Teilnehmer brachten die Rallye erfolgreich zu Ende und konnten sich anschließend mit Würstchen und Kuchen stärken.

Nach Auswertung aller Ergebnisse lagen in diesem Jahr wieder zwei Teams mit gleicher Punktzahl auf dem ersten Platz, so dass erneut die endgültigen Gewinner in einem Stechen gefunden werden mussten. Leider zogen pünktlich zur Siegerehrung dicke Wolken auf, aus denen es dann auch reichlich regnete und die zuletzt ins Ziel gekommen Teams noch ordentlich nass werden ließ. Der guten Stimmung tat dies aber keinen Abbruch. Die Sieger und Platzierten möchten wir auch hiermit noch einmal herzlich beglückwünschen:

1. Doris Willecke-Günther und Elius Görth
2. Finja Wolters und Fenja Flüge
3. Helke Rackow und Bente Rackow
4. Lina Noodt und Leni Tümmeler
5. Saskia Dumke und Julia-Sophie Carstensen
6. Conny Helwig und Inga Jatho

Wir bedanken uns bei allen Teilnehmern und Helfern, die zu dieser erfolgreichen Rallye beigetragen haben und freuen uns auf eine ebenso tolle Rallye im nächsten Jahr.

Bei Rückfragen stehe ich Ihnen gern jederzeit zur Verfügung.

*Annemarie Stephan
Schriftwartin*



ACHTUNG! Geänderte Annahmeterminen:

Aufgrund der bevorstehenden Feiertage, gelten folgende Annahmeterminen für Anzeigen- und Textmanuskripte:

für die 41. Woche 2019

(Erscheinungstag Do., 10.10.2019)

bis Mi., 02.10.2019, 10 Uhr

Später eingehende Manuskripte können leider nicht berücksichtigt werden.

Wir bedanken uns für Ihr Verständnis.

khm
VERLAG KG

Duo „Nymphetamin“ – 2. Konzert in Dersau

Am 22. Sept. 2019 um 17.00 Uhr gibt das Duo "Nymphetamin" aus Rostock ein erneutes Konzert in der Christuskirche in Dersau.

„Nymphetamin“ spielen Lieder von/für/über Frauen und Menschen, über die Liebe, die Eifersucht und die Suche nach einem Hauch von Heimat, der uns im Alltagstrott ein wenig Ruhe zwischen die Schläfen bringen möge. Marie-Luise Böning und Lena Schmidt konzertieren seit 2012 als mehrfach ausgezeichnetes Chanson-Duo norddeutschlandweit.

Inga Hamann als Veranstalterin freut sich auf Zuhörer von nah und fern. Eintritt 12 Euro



Rommé Club Wankendorf

Die Joker 09



feierten ihr 10jähriges Jubiläum
Am 21. August starteten zehn Damen und Herren des Wankendorfer Rommé-Clubs um 9.00 Uhr mit einem Busunternehmen nach Kappeln.

Bei strahlendem Sonnenschein erreichten wir gegen 11.15 Uhr die kleine Stadt an der Schlei.

Nach einem Mittagessen ging es gegen 13.45 Uhr mit der Nostalgiebahn nach Süderbrarup; der dort auf uns wartende Bus fuhr uns dann zum Raddampferschiff. Bei Kaffee, Kuchen und Eis konnte man herrliche Blicke aufs Wasser und vorbeiziehende Ortschaften werden; auf dem Oberdeck genossen wir den herrlichen Ausblick und das Einlaufen des Schiffes in den Kappeler kleinen Hafen. Gegen 19.00 Uhr war dieser schöne Tag beendet. Wer Lust hat uns kennenzulernen schaut einfach mal unverbindlich vorbei. Jeden Dienstag um 19.00 Uhr im Wankendorfer Familienzentrum (AWO).



Dorfgemeinschaft Belau/Perdoel/Vierhusen e.V.

Seniorensparte

Am **Mittwoch, den 02. Oktober** um 14.30 Uhr findet wieder ein Spielnachmittag im Belauer Feuerwehrgerätehaus statt.

Ob Karten-/ Brett- oder Gesellschaftsspiele wird kurzfristig entschieden. Natürlich mit Kaffee und Kuchen. Wir freuen uns auf einen schönen Nachmittag.

Lichter erstrahlen in Belau

Am **Samstag, den 5. Oktober** beginnt um 19.30 Uhr, begleitet durch die Klänge des Bläserorchesters Wankendorf, unser diesjähriger Laternenumzug durch die Gemeinde Belau. Treff- und Ausgangspunkt des Umzuges ist das Feuerwehrgerätehaus. Der Zug bewegt sich zwischen Steinbergkoppel im Norden und dem Hof Stöltzing im Süden. Die Absicherung übernimmt wieder in bewährter und dankenswerter Weise die Freiwillige Feuerwehr Belau. Im Anschluss an den Umzug wird natürlich auch für das leibliche Wohl gesorgt. Würstchen im Brötchen sowie kalte und heiße Getränke laden zu einem Abendimbiss nach dem Umzug ein. Für unsere „Lütten“ natürlich wieder gratis. Ihr, liebe Majestä-

ten, bringt bitte eure Schärpen mit. Sie werden nach dem Umzug für das nächste Jahr eingesammelt. Damit der Umzug besonders schön zur Geltung kommt, ist geplant, kurzfristig die Straßenbeleuchtung auszuschalten. Besonders schön wäre es, wenn wieder viele Anwohner ihre Gärten oder Fenster mit Lichtern schmücken würden.

Wir freuen uns auf einen hell erleuchteten Umzug durch unser Belau.

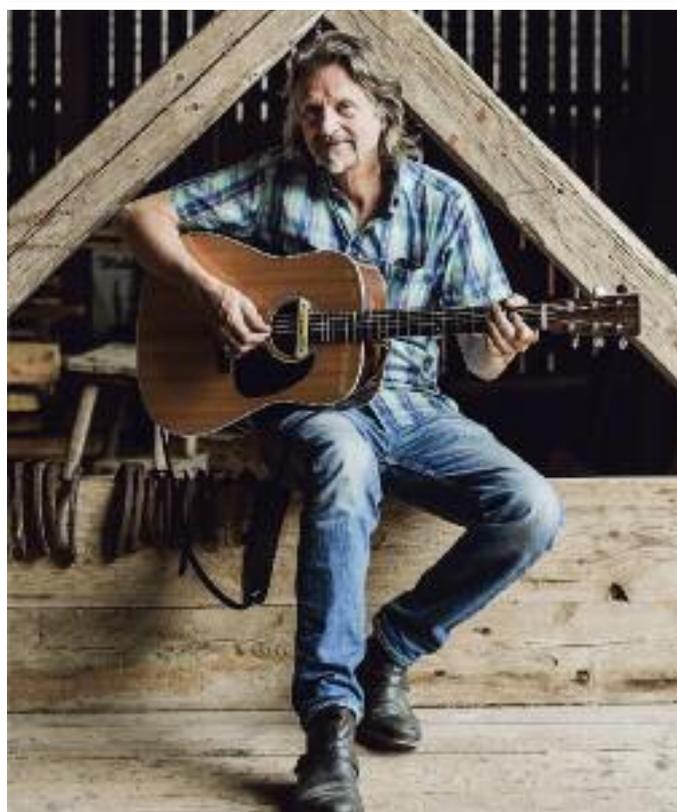
Ausflug in den Hansa-Park

Am **Sonntag, den 29.9.** fährt der Dorfverein Belau/Perdoel/Vierhusen in den Hansa-Park nach Sierksdorf.

Wir starten um 9.00 Uhr am Buswendeplatz, um dort in Fahrgemeinschaften zu starten.

Für alle Kinder/Jugendliche, die Mitglied in der Dorfgemeinschaft sind, wird an diesem Tag der Eintritt vom Dorfverein bezuschusst. Wir können leider nicht die Aufsichtspflicht für Kinder ohne Begleitperson übernehmen. Daher freuen wir uns, wenn auch viele Erwachsene mitkommen. Nichtmitglieder sind herzlich willkommen.

Stolpe kulturell



Ray Cooper kommt wieder nach Stolpe

Nach seinem letztjährigen, umjubelten Konzert im DGH kehrt der britische Sänger, Songschreiber und Multi-Instrumentalist Ray Cooper auf die Stolper Bühne zurück. Am **Donnerstag, den 26. September um 19.30 Uhr** wird er neben Songs aus seinen bisher

erschienenen drei Soloalben auch etliche neue Lieder präsentieren – zu Gitarre, Mandoline und Cello. Wer Ray Cooper im letzten Jahr verpasst hat, sollte sich diese Gelegenheit nicht entgehen lassen. Der Eintritt ist frei; für den Künstler geht der Hut rum.

Schreiben Sie uns, welcher Artikel Sie besonders interessiert hat.

Artikel:

auf Seite:

Name:

Straße, Hausnr.:

PLZ/Wohnort:

Einfach ausschneiden, auf eine Postkarte kleben und einsenden an den khm-verlag, Postfach 6, 24599 Wankendorf.

Schleswig-Holsteinischer Heimatbund - Ortsverein Bornhöved und Umgebung -

Fritz Bache, Kurt Fürst, Werner Kracht, Hans Person, Fritz Sammann – sagen Ihnen diese Namen etwas? Ältere Bornhöveder wissen gleich Bescheid: es sind die Namen von Gewerbetreibenden aus Bornhöved, die vor gar nicht langer Zeit neben vielen anderen, durch ihren Betrieb für die Versorgung der Bornhöveder Bevölkerung sorgten. In den Jahren ab 1950 gab es in Bornhöved zahlreiche Betriebe. An den Straßen Kuhberg, Kieler Tor, Mühlenstraße und Linden-

straße war in fast jedem Haus ein Geschäft oder Handwerksbetrieb – nicht mehr viele sind davon heute noch übrig geblieben. Das Heimatmuseum „De ole Rökerkaat“ erinnert in einer Sonderausstellung

Handel & Gewerbe

mit über 100 großformatigen Bildern an die vielen Gewerbetreibenden jener Zeit. Das Heimatmuseum ist geöffnet jeweils sonntags von 15:00 bis 18:00 Uhr. Der Eintritt ist kostenlos.

Ev.-Luth. Kirchengemeinde Wankendorf

Jubiläumsjahr 2019: 125 Jahre Kirchbau

Wochenspruch zum 14. Sonntag nach Trinitatis:

„Lobe dem Herrn, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat.“ Psalm 103,2
Wir laden herzlich ein zum Gottesdienst am Sonntag, 22. September, um 10 Uhr, mit Pastor Ralf Jenett. In diesem Gottesdienst feiern wir auch gemeinsam das Abendmahl.

Anschluss an diesen Gottesdienst kann, wer mag, sich beim Kirch-Café über das Gehörte austauschen und Kontakte knüpfen. Gesammelt wird für die Krankenhaus-Seelsorge im Kirchenkreis; das Dankopfer ist bestimmt für unseren Bastel-Spiel-Kreis.

Festsonntag

„125 Jahre Kirchbau“

Dieser 8.9. ließ die zahlreichen Besucher gleich zu Beginn, im bunten Festgottesdienst mit Propst Erich Faehling, dem schwungvollen TSV-Blasorchester, verschiedenen Gemeindevmusikern sowie einem Geburtstagskuchen und -ständchen das lebendige Gemeindeleben spüren, das sich vor allem dem Einsatz vieler Freiwilliger verdankt. So gab es draußen bald leuchtende Kinderaugen bei lebendigen Schafen, der Raupe Blau, angeleitetem Basteln und mehr, fröhliches Miteinander in verschiedenen Zelten, bei rundum selbst gemachten bunten Buffets und Cocktails, beim Pfadfinder-Lagerfeuer mit Stockbrot, bei lustigen Loopeballs, beim Saft-Pong und schließlich beim Grillen mit christlichen Bikern. Je ein Preisrätsel für Kinder und Erwachsene machten nicht nur auf den Kirchenraum, sondern auch auf aktuelle Gemeindeangebote aufmerksam. Erhellende Führungen über den Friedhof und in der Kirche, auch Lieder zum Mitsingen, dazu freundliche Grußworte, Taizé-Gebet und Schnupper-Hauskreisstunde zeigten, wie vielseitig unsere Kirchengemeinde lebt. Ein vor der Kirche enthüllter Gedenkstein nennt nun die vier politischen Orte, aus denen in der Regel Menschen in unseren Kirchbau kommen. Volker Griesse gab mit Auszügen aus seiner neuen Chronik erste Einblicke in „125 Jahre Kirche Wankendorf“. Wer wollte, konnte dieses Buch, das es auch im Buchhandel gibt, gleich vom Büchertisch erwerben. Auch schön genähte Taschen und fein gearbeitete Kirchen-Schwibbögen konnte man als Erinnerung an diesen Tag der Begegnungen mit nach Hause nehmen.

Allen, die dieses besondere Fest so liebevoll mit vorbereitet, gefördert und durchgeführt haben, ein riesiges herzliches Dankeschön!
Gemeindenachmittag 55+/-
Mittwoch, 18.9., 15 Uhr, Gemeindehaus: Kurt Altherr erzählt zum

Familienzentrum Wankendorf

Musikkurs Wankendorf

mit allen Sinnen – Musik beginnen. Dienstag Nachmittag im FamZ

Unter diesem Motto bietet die Kreismusikschule Plön unter der Leitung von Roman Garske ab sofort einen Musikkurs für Kinder zwischen 18 Monaten und 4 Jahren an. Die Kinder lernen spielerisch und singend die Percussion-Instrumente des Orff-Instrumentariums, sowie elementare Tanzformen kennen. Für weitere Informationen und um die Uhrzeit zu erfahren, wird um eine Mail an garske@kms-ploen.de gebeten.

KREATIVTREFF „DIY“: am 18.09. von 19.30-21.30 Uhr - an diesem Abend soll in netter Runde schönes und kreatives entstehen

Vortrag: „Pubertät- Was nun...?“ Die Pubertät ist eine Zeit des Wandels und eine aufregende und spannende Zeit für Kinder und ihre Eltern. Am 26.9. um 19.30 Uhr im Familienzentrum Elternkurs: Starke Eltern-starke Kinder® ab dem 4.Nov. 2019 um 19.30 Uhr (10Abende) Starke Eltern – Starke Kinder® ist ein Kursangebot für alle Mütter und Väter, die mehr Freude, Leichtigkeit und zugleich mehr Sicherheit in der Erziehung erreichen möchten. Hatha-Yoga für Erwachsene Im Yoga geht es nicht darum, auf dem Kopf zu stehen, sondern mit beiden Beinen fest auf dem Boden.

Yoga auf dem Stuhl: Montag, 10.30-11.30Uhr

Harta-Yoga: Montag 18-19.Uhr, Donnerstag 18.30-20Uhr
Informationen und Anmeldungen bei Andrea Seefeld, Freitag 10-11Uhr unter: 0176 - 95645072

Beratungsangebote im Familienzentrum

Alle Beratungen sind absolut vertraulich und kostenlos.

- **„Alle an Bord“:** Hilfe bei der Suche nach Ausbildung, Arbeit, Sprachkurs für Geflüchtete 045217900774 oder specht@zbbss-sh.de

- **Schwangerenberatung:** 04522-505126 oder 04348-917321, dienstags und mittwochs ab 9Uhr im Familienzentrum und nach Vereinbarung

- **Suchtberatung:** 04342-76270, Termine nach Vereinbarung

- **Erziehung / Lebensberatung:** 04342-71734, 14-täg. donnerstags von 14-18 Uhr

- **Migrationsberatung:** 04342-7879010 dienstags

- **Frau und Beruf:** 04522-5039514 od. 0173-7736912

- **Ivkm-sh. EUTB** Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung: Frau Steil, 0431-90889914 od. 0176-87901662

- **Kurberatung/Mutter-Kind-Kuren:** 08001656650

- **Krebsberatung:** 04348-917323, Termine nach Vereinbarung

- **Rentenberatung:** Versicherten-älteste DRV Nord Sabine Friedel, Tel.: 0151/26940357

Rufen Sie uns gerne an: unter 0160-96290878 oder 04326-2899550

www.famz-wankendorf.de,

persönlich Mo. 10 -12 Uhr, Di. von 9 Uhr – 15 Uhr, Mi. 10 -12 Uhr und Do. 10-12 Uhr; weitere Termine gerne nach Vereinbarung.



Ev.-Luth. Heilig-Geist-Kirche Bokhorst

www.kirchebokhorst.de

kirchenbuero@kirchebokhorst.de

Tageslosung

Donnerstag, den 19.9.

„Der HERR zog vor ihnen her, am Tage in einer Wolkensäule, um sie den rechten Weg zu führen, und bei Nacht in einer Feuersäule, um ihnen zu leuchten.“

2. Mose 13,21

Kirchenbüro, Di-Do, 9-12 Uhr

Donnerstag, den 19.9.

Krabbelgruppe 9.30 Uhr

DRK Spielenachmittag 14 Uhr

Posaunenchorproben ab 16 Uhr

Freitag, den 20.9.

Musikkäfer 9.30 Uhr

Musikkäfer 16 Uhr

Pfadfindertreffen 16.30 Uhr

Sonntag, den 22.9.

Gottesdienst, Musik: Elfriede Jacobsen 10 Uhr

Montag, den 23.9.

DRK Vortrag Herz außer Takt-Vorhofflimmern, Prof. Dr. med. Schuchert FEK NMS 19 Uhr

Dienstag, den 24.9.

Vorkonfirmandenunterricht 17 Uhr

Chorprobe Joy4Soul 19.30 Uhr

Mittwoch, den 25.9.

Babymusik 9.30 Uhr

Seniorenkreis 15 Uhr

Melodika (ab 6 Jahren) 15.30 Uhr

Musikbären 16.30 Uhr

Donnerstag, den 26.9.

Krabbelgruppe 9.30 Uhr

Posaunenchorproben ab 16 Uhr

Mittag ohne Grenzen am ersten Freitag des Monats

Der nächste offene Mittagstisch für jung und alt findet am 4.10. im Gemeindehaus statt. Speiseplan und Preise für den kommenden Termin: (Zubereitet und geliefert wird das Essen von der Firma „Tischlein deck dich“.)

4. Oktober; (Essensausgabe 12-13 Uhr)

Hauptgericht: (6,- €/ Portion) Kohlroulade mit Hackfleischfüllung und Salzkartoffeln, dazu ein buntes Gemüsetatar.

Vegetarisch: (6,- €/ Portion) Gefüllte Wirsingblätter mit Champignonfarce, dazu Süßkartoffelspalten und buntes Gemüsetatar

Kinderteller: (3,- €/ Portion) als Erwachsenenportion (6,- €/ Portion) Kleine Frikadellen mit Salzkartoffeln und gestovten Erbsen und Möhren

Die Anmeldung muss bis spätestens 27. September erfolgen. Krankheitsbedingte Abmeldungen sind noch am Veranstaltungstag bis 9 Uhr möglich.

Info und Anmeldung: Kirchenbüro Tel. 04394 / 357 Email: kirchenbuero@kirchebokhorst.de

Herz außer Takt-Vorhofflimmern Viele, vor allem ältere Menschen, berichten häufig über unregelmäßigen und/oder schnellen Herzschlag, der sie im Alltag erheblich stört und sie dann deutlich weniger leistungsfähig werden lässt. In der Veranstaltung wird vor allem die Herzrhythmusstörung Vorhofflimmern besprochen, die nicht nur störend ist, sondern auch bei unzureichender Behandlung auch das Risiko für ein Schlaganfall erhöht. Es werden ausführlich die verschiedenen Therapiemöglichkeiten dargestellt, um die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden des Patienten zu er-

halten bzw. wiederherzustellen und um einen Schlaganfall vorzubeugen.

Erfahren Sie mehr durch den Vortrag von Herrn Prof. Dr. med. Scheuchert

23.9. – 19 Uhr
Gemeindehaus Bokhorst
Kirchenweg

Ein Mitarbeiter des Deutschen Roten Kreuz NMS wird eine Einführung in die Hrz-Kreislauf-Wiederbelebungsübungen für Laien mit praktischen Übungen geben

„Spielenachmittag“ Angebot DRK 14 Uhr

Jeden 3. Donnerstag im Monat: Spielenachmittag mit Antje; Die Hausarbeit erledigt - keine Lust, schon wieder den Fernseher anzuschalten – allein spazieren gehen? Warum nicht wenigstens einmal im Monat Geselligkeit und Ablenkung bei Gesellschaftsspielen suchen? Ob Brett- oder Kartenspiele, da ist für jedermann etwas dabei. Und - auch in fortgeschrittenem Alter kann man noch neue Spiele für sich entdecken. Einfach mal reinschauen und vielleicht Ihr Lieblingsspiel mitbringen. Die Gruppe freut sich auf SIE. Zur Stärkung reichen wir Kaffee, Tee oder Wasser.

Ort: Gemeindehaus, Kirchenweg - Bokhorst, Kosten: keine

Filmvorführung „Bis an die Grenze“

Am Dienstag, den 1. Oktober um 19 Uhr, zeigen wir in unserer Kirche den Dokumentarfilm „Bis an die Grenze“. Moderiert wird er von dem Filmemacher Claus Oppermann, der bereits uns durch den Film „Schnee von gestern“ bekannt ist. Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird gebeten.

Kurz zum Inhalt: Es ist Sonntag, der 13. August 1961. Ganz Berlin steht unter Schock. Eine Stadt, ein Land wird geteilt. Die Regierung der DDR legt den Grundstein für das "hässlichste Monument der Welt": Die Mauer. Familien wurden zerrissen, Paare getrennt, Menschen eingesperrt. Ereignisse, die um die Welt gehen.

Und die Berliner und ihre Besucher halten das Unfassbare auf Foto und Film fest. Sie drehen eigene Dokumentarfilme über das Leben in einer veränderten Umgebung aus nächster Nähe. Die Sammlung dieser Zeitdokumente aus hunderten bisher unveröffentlichten Schmalformaten (von 8mm bis 16mm) beschreibt auf eindrucksvolle Weise wie sich das Leben von einem auf den anderen Tag vor und hinter der Mauer änderte. Diese einmaligen wiederentdeckten Privatfilme, die noch nie in der Öffentlichkeit gezeigt worden sind, geben der ehemals geteilten Stadt eine bislang unbekannte Perspektive.

Der Dokumentarfilm erzählt anhand dieser besonderen unbekannteren Aufnahmen aus privater und persönlicher Sicht vom Mauerbau in Berlin 1961, über das Leben an der innerdeutschen Grenze bis hin zum emotionalen Mauerfall 1989.

Besonders würden wir uns freuen, wenn wir in dem Zuschauerkreis Zeitzeugen begrüßen könnten, die uns an ihren Erlebnissen teilhaben lassen wollen.

Hinweis in eigener Sache ...

Wir möchten darauf hinweisen, dass Beiträge, die uns per e-mail gesendet werden, parallel auch als Fax übermittelt werden müssen.

Dieses ist aus produktionstechnischen Gründen leider unumgänglich. Um eine Veröffentlichung zu gewährleisten bitten wir um Beachtung und hoffen auf Ihr Verständnis.

Wenn die Kraft versiegt, die Sonne nicht mehr wärmt,
dann ist der ewige Frieden eine Erlösung.

Ein liebes Herz hat aufgehört zu schlagen.

Christel Carstens

geb. Mischeé

* 4. Dezember 1930 † 9. September 2019



In Liebe und Dankbarkeit
Doris und Reinhard
mit Björn und Tim
Heike und Dieter
mit Alexandra und Christiane
Wilfried
Gudrun und Willy

Die Urnentrauerfeier mit anschließender Beisetzung
findet am Donnerstag, dem 26. September 2019,
um 13.00 Uhr in der Kirche zu Wankendorf statt.



LandFrauenVerein
Wankendorf & Umgeb.
www.landfrauen-wankendorf.de

„Meine brennende Liebe“

Die Vortragsveranstaltung des LfV Wankendorf (33 Teilnehmerinnen), zum Thema „Meine brennende Liebe“, am 3.9., wurde eröffnet von der Märchenerzählerin Heide Hansen.

Sie begann den Abend, in dem sie ein Gedicht über Freunde und Freundschaft rezitierte und mit dem Märchen „Die weiße Feder“ fortfuhr. Die Nesselhemden, durch die der Bann der Prinzen aufgelöst wurde, schafften die Verbindung zum Thema „Brennnessel“. Die Naturpädagogin Martina Lange-Görn berichtete über die interessante Pflanze, die viele gute Eigenschaften hat. Sie dient als Wirtspflanze für viele Nessel-falter. Kann sowohl zu Papier und zu Wolle verarbeitet werden.

Im praktischen Teil wurde Farbe hergestellt und zu kleinen Kunstwerken verarbeitet. Den selbsthergestellten Brennnesselfrischkäse ließen wir uns auf Baguette Stückchen munden. Nach dem Märchen „Vom Nuss-zweig“ traten wir gegen 21:30 Uhr den Heimweg an.



Ortsverein
AWO Wankendorf

Preisskat und Preisknobeln

Wir laden am **Sonnabend, den 21.09.** zum öffentlichen Preisskat und -knobeln in den Bürgertreff 18 in Wankendorf ein. Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen. Wir beginnen um 15 Uhr. Wer vorher noch Kaffeetrinken möchte, sollte etwas früher kommen. Der Einsatz beim Preisskat beträgt 7,00 €, beim Preisknobeln 5,00 €. Es wird um schöne Preise gespielt.

Außerdem laden wir zum **Buchgesprächskreis** am **23.09.** ein. Er findet um 19.30 Uhr im Bürgertreff, Kirchort 18 in Wankendorf statt. Jeder Teilnehmer kann ein oder auch mehrere Bücher mitbringen, die er dann vorstellt und eventuell auch verleiht. Weitere Infos bei E. Eggers, Tel. 04323 6281.

Wie üblich fährt U. Huth, Tel. 04326 – 778 sie zum Kaffee- und Spielenachmittag am Freitag. Wenn Sie abgeholt werden möchten, rufen sie gerne an.

GAST
BESTATTUNGEN



GAST BESTATTUNGEN INH. CHRISTIAN POHL
Luttenrade 3
24376 Achberg
Telefon 043 26 1551
www.gast-bestattungen.de



Ev.-Luth.
Kirchengemeinde Bornhöved

„Lobe den Herrn, meine Seele,
und vergiss nicht, was er dir
Gutes getan hat.“ Psalm 103, 2
Erntegaben für das Erntedankfest am 29.09.2019

Über Erntegaben zum Ausschmücken des Altarraumes würden wir uns sehr freuen. Erntegaben werden nach dem Erntedankgottesdienst gegen eine Spende für „Brot für die Welt“ abgegeben. Falls Sie etwas dazu beitragen möchten, setzen Sie sich bitte mit dem Kirchenbüro (04323) 901211 in Verbindung. Die Öffnungszeiten des Kirchenbüros sind Montag - Freitag 10 - 12 Uhr, Donnerstag ist geschlossen. Für alle Gaben danken wir Ihnen!

Projektchor probt wieder!

Der Projektchor hat mit den Proben für das diesjährige Advent-Konzert begonnen und trifft sich immer mittwochs um 18.30 Uhr im Martin-Luther-Haus.

Der Projektchor übt in diesem Jahr die kleine Kantate zur Adventzeit „Gelobt sei, der da kommt“ von Klaus Heizmann ein. Der Stil des Stücks ist traditionelle klassische Kompositionstechnik mit einigen neuen Stilelementen. Das Adventskonzert findet am Sonntag, den 8. Dezember 2019 um 17 Uhr statt.

Termin also unbedingt vormerken - zum Mitsingen und Zuhören! Neue Mitsängerinnen und Mitsänger sind herzlich willkommen.

Herbstbasteln für Kinder

Freitag, 20.09.2019, 15:30 – 18:00 Uhr, HEJ

Malen und Musik, Workshop

Freitag, 20.09.2019, 18-19:20 Uhr, HEJ, Leitung: Marco Dobrott, Kosten € 5,-

Sonntag, 22.09.2019 – Erntefest auf dem Gut Stockseehof

10 Uhr Gottesdienst zum Erntefest, Pn. Weinbrenner

„Eine musikalische Sommerreise“ Musik vom Barock über Andenfolklore und afrikanische Duette bis zu irischen Melodien - Sonntag 22. September 2019, 17:00 Uhr, Vicelin-Kirche St. Jakobi,

Unter dem Namen Trio Flautinuo haben sich drei Musikerinnen zusammengeschlossen, um mit Kammermusik in kleinen, eher selten gespielten Besetzungen zu konzertieren.

Das gemeinsame Studium an der Musikhochschule Lübeck und die große Spielfreude haben Alexandra Hoppe (Lutterbek) und Elisabeth Rübcke (Plön) mit Blockflöten sowie Annika Hagemeyer (Lübeck) mit Gitarre vor einiger Zeit als Trio zusammengeführt.

Der Jahreszeit entsprechend spielen sie bunte Programme mit Werken aus verschiedenen Epochen Ländern und Stilrichtungen, solistisch und im Ensemble. Dabei möchten sie das Publikum mit hinein nehmen in die faszinierende Klangwelt der Gitarre und Vielfältigkeit schöner Holzflötenklänge.

Der Eintritt zu unseren Konzerten

ist frei - über Spenden freuen sich die Musizierenden
Bibelgesprächskreis:
Montag 23.09.2019, Martin-Luther-Haus

Senioren-aktiv-Frühstück,
Mittwoch, 25.09.19 9-11 Uhr,
Martin-Luther-Haus

Offene Kirche
Die Vicelin-Kirche St. Jakobi Bornhöved ist vom 01.04. bis 15.10. täglich von 10-17 Uhr geöffnet. Vom 16.10. bis 31.03. kann der Kirchenschlüssel während der Öffnungszeiten des Kirchenbüros dort abgeholt werden. Wenn Sie eine (Gruppen-)Führung wünschen, ist dies selbstverständlich nach vorheriger Terminabsprache unter der Tel. 04323-901211 möglich.

So erreichen Sie uns:
Kirchenbüro - Tel. 04323-901211,
Fax 04323-901217 - Öffnungszeiten Mo- Mi + Fr von 10:00 bis 12:00 Uhr oder nach telefonischer Absprache.

Pastorin Egner - 04323-901214
Pastorin Weinbrenner - 04323-901215

Frau Rochau - 04323-901212
Vicelin-Kindergarten Bornhöved,
Frau Stumpf, 04323-6464
Friedhofsverwaltung - Tel. und Fax 04323-6770, Öffnungszeiten: Mo: 14-15 Uhr, Mi: 9-10 Uhr, Fr: 9-10 Uhr,

Ausführliche Hinweise zur Erreichbarkeit finden Sie im Gemeindebrief.

Regelmäßige Veranstaltungen:
Alle Kleinkinder- und Krabbelgruppen:

Spieltreffen ab 3 Jahren jeden 3. Dienstag im Monat, jeweils von 15.30 bis 17.00 Uhr, Martin-Luther-Haus, Frau Dobrott (Tel. 804879)

Krabbelgruppen:
montags, 10:00 Uhr - 12:00 Uhr dienstags, 10:00 Uhr - 12:00 Uhr, Martin-Luther-Haus, für Kinder ab 6 Mon.

Blockflötenconsort Vierklang:
dienstags, 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr, Martin-Luther-Haus, Frau Gutbier.

Posaunenchor:
dienstags, 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr, Martin-Luther-Haus, Frau Yoo

Teamerschulung:
mittwochs, 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr, HEJ, Claudia Rochau

Konfirmanten:
2. Samstag im Monat, 9.30-13.30 Uhr, HEJ, Team

Gospelchor:
mittwochs, 20:00 Uhr, Martin-Luther-Haus, Frau Yoo

Kirchenmäuse für Kinder von Klasse 1-5, Leitung Sandra Nordmann

mittwochs, 16:00 – 18:00 Uhr, Martin-Luther-Haus - Neuaufnahmen sind derzeit nicht möglich, da die Gruppe voll ist. Rücksprache mit Frau Nordmann Tel. 900705

Kirchenchor:
mittwochs, 18:30 -20:00 Uhr, Martin-Luther-Haus, Frau Yoo

Kinderchor:
donnerstags, 15:00 -16:00 Uhr, Martin-Luther-Haus, Frau Yoo

Waldfriedhof

Bothkamp an der Eiderquelle
Urnenbestattungen unter Bäumen
im Quellgebiet der Eider

Informieren Sie sich bei unseren
kostenlosen Waldführungen

Samstag, 21.09.2019 um 11.00 Uhr

Samstag, 05.10.2019 um 11.00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz (Schaufel)



www.ruheforst-eiderquelle.de

04394-513



Bestattungsinstitut Riecken

Seit 1925

Ihr Bestatter
im Amt Bokhorst-Wankendorf,
sowie auf allen anderen Friedhöfen
und im Ruhe-Forst Bothkamp

Ansprechpartner: Helmut Riecken
Erdbestattungen · Feuerbestattungen
Seebestattungen · Überführungen
Erledigungen aller Formalitäten

Telefon 0 43 26 / 12 79 oder 0 43 26 / 12 33
Mobil 0171 / 410 58 77

Es ist schwer einen Menschen zu verlieren, aber es tut gut zu wissen, wie viele unsere Mutter, Schwiegermutter, Oma und Uroma

Christa Münnich

* 21.10.1931 † 26.08.2019

gerne hatten.

Unser besonderer Dank gilt:

- dem Hausarzt Dr. Gottschalk für die jahrelange tolle ärztliche Versorgung
- der Nachbarin Fr. Eichberger für ihre hilfreiche Unterstützung
- der Pastorin Jenett für die würdevolle Trauerfeier und die tröstenden Worte
- den Trägern
- dem Bestattungsunternehmen Gast, insbesondere der Frau Molt, für die tolle Hilfe
- den Verwandten, Nachbarn und Freunden sowie allen, die in so großer Anzahl auf vielfältige Weise ihre Anteilnahme zum Ausdruck brachten und unserer lieben Mutter das letzte Geleit gaben.

In stiller Trauer
Die Familie