

WiSe 2023/24

KOST'NIX!

# FIETE

DAS CAMPUS-MAGAZIN

## KÜNSTLICHE INTELLIGENZ

Revolution in Hörsaal und  
Arbeitswelt oder spooky  
Technologiekrampf?  
Wir wollen's wissen!

**KÜNSTLICH,  
KRYPTISCH,  
KRITISCH**

### Take care!

Stressfrei studieren  
durch Selbstfürsorge

### Nach'm Studium

Promovieren, gründen  
oder Zukunft gestalten?

### Kultur-Rausch

Party in Kiels hippesten  
Kneipen, Bars & Clubs



Kiel-Marketing

Kielerleben

Förde Fräulein

Kultur Rausch

# MACH NICHT IRGENDWAS!

**Mach was Sinnvolles:  
Versorge Kiel mit Energie**



**Starte deine  
Karriere bei den  
Stadtwerken Kiel**



# Liebe Studis,

Großes beginnt oft im Kleinen. Auch und vor allem in Wissenschaft und Technologie sind die Ideen zu den größten Errungenschaften einst in Hinterzimmern, Garagen oder in dunklen Büros ausgetüftelt worden. So oder ähnlich stellen wir es uns auch vor, wenn es um Künstliche Intelligenz geht. Genau genommen war es vor über 65 Jahren, im Sommer 1956, als sich eine kleine Gruppe von Wissenschaftler\*innen in New Hampshire traf und über eine Theorie sinnierte, nach der Computer lernen und sogar menschliches Denken nachahmen könnten. Im Juli prägte John McCarthy erstmals den Begriff, der heute in aller Munde ist: „Ich begann meine Arbeit über Künstliche Intelligenz 1956, und ich hatte keine Ahnung, wie schnell sich das entwickeln würde. Es waren und sind noch immer schwierige konzeptionelle Probleme zu lösen, bevor es Computerprogramme geben wird, die so intelligent sind wie Menschen.“ (Quelle: Deutschlandfunk.de). Die Jahre danach waren vielversprechend, von schachspielenden Computern bis hin zu einem Programm, das bei der US-Quizshow „Jeopardy!“ gewann ...

Und doch sitzen wir heute hier und kommen aus dem Staunen nicht mehr heraus: Mit ChatGPT hat Sam Altman eine Revolution angestoßen, die sich auf fast alle Bereiche des Lebens auswirken könnte. Auch wir in der Redaktion sind mit den großen Fragen beschäftigt: Wie können wir es nutzen? Ersetzt es unseren Job? Müssen wir uns fürchten? Und wo führt das alles hin? Sagen wir mal so: Gänzlich beantworten werden wir das nicht können. Aber wir werden auf den folgenden Seiten einige Denkanstöße geben und uns mal genauer ansehen, wie weit die Kieler Hochschulen in Sachen KI schon sind.

Was wir allerdings ganz sicher beantworten können, sind Fragen nach den coolsten Events in Kiel (ab Seite 60) oder wieso man bei Minusgraden in der kalten Ostsee surfen geht (S. 70).

Außerdem versorgen wir dich mit den News von Fachhochschule, Muthesius und CAU und verraten dir die wichtigsten Basics für dein Studienleben (ab Seite 20).

Wer schon etwas weiter im Studium ist und noch keinen Plan hat, was danach kommt, sollte sich am besten unsere An-die-Arbeit-Rubrik mal genauer ansehen. Ab Seite 40 informieren wir dich über coole Jobs und Möglichkeiten, in den Berufsalltag zu starten.

So oder so wünschen wir dir viel Spaß beim Lesen, beim Entdecken und natürlich vor allem bei deinem Studium: Egal, ob du am Anfang stehst oder schon auf das Ende zusteuerst – wir sind an deiner Seite!

*Ramona Dabringer, Finja Thiede  
und die FIETE-Crew*



Teamwork makes the FIETE work: die beiden Chefredakteurinnen Finja Thiede und Mona Dabringer (v. l.)

# 056

Tipps, Events und Adressen für einen nordisch-nicen Kieler Winter



# 046

Saskia Weber-Stiehl über ihren Weg zum Dokortitel



# 020

Tipps für dein Studileben & brandaktuelle News aus deiner Hochschule

# 016

Welche KI-Tools taugen was? Unsere Top 7 für Studis



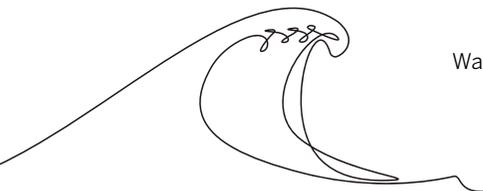
# 040

Job gesucht? Kein Problem!

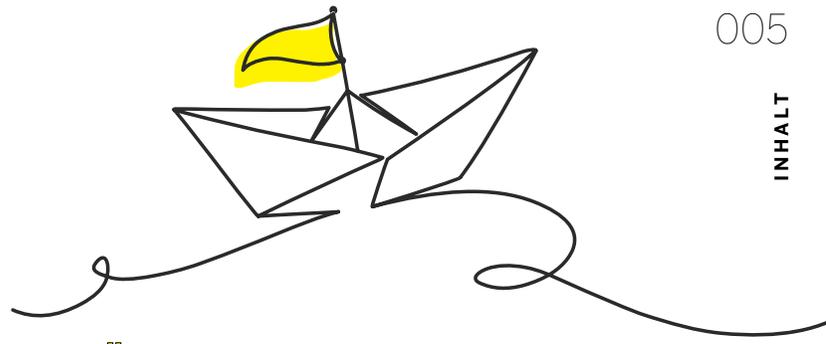


# 012

Was kann KI, was kann sie nicht? Insider Leonid Kock verrät's!



# INHALT



## KÜNSTLICH, KRYPTISCH, KRITISCH

### THE FUTURE IS NOW

- 010** Künstliche Intelli...was?
- 011** Blick in die Zukunft: Künstliche Konkurrenz?
- 012** Ein Insider im KI-Talk
- 014** Best of KI-Fails
- 015** So händeln die Kieler Hochschulen KI
- 016** Coole Tools zum Ausprobieren
- 018** Was Seegrass mit KI zu tun hat

## UNIVERSUM

### STUDILEBEN, BESTES LEBEN. ODER SO.

- 022** Die besten Spots rund um den Uni-Campus
- 024** Basic-Studi-Knowledge: Versicherungen & Nebenjobs
- 026** Smarte Studentin mit smarterer Idee: Pumpskin
- 028** Aktuelles von der CAU
- 032** Das geht an der FH Kiel
- 034** News und Events an der Muthesius
- 036** Selbstfürsorge im Studium
- 038** Wohntipps für Kieler Studis

## AN DIE ARBEIT

### OHNE MOOS NIX LOS

- 042** Tipps für die Bewerbung
- 043** Praktikum für Orga-Kings & -Queens
- 044** Für dich getestet: Kieler Coworking-Spaces
- 046** Saskia Weber-Stiehl übers Promovieren
- 048** Schleswig-Holsteins Überflieger erobern das Silicon Valley
- 050** Arbeitgeberin: Stadt Kiel
- 052** So klappt's mit der Selbstständigkeit
- 054** Der echte Norden: Jobs beim Land

## FÖRDE FEELING

### STEIFE BRISE, WILDE WELLEN, VOLLE HERZEN

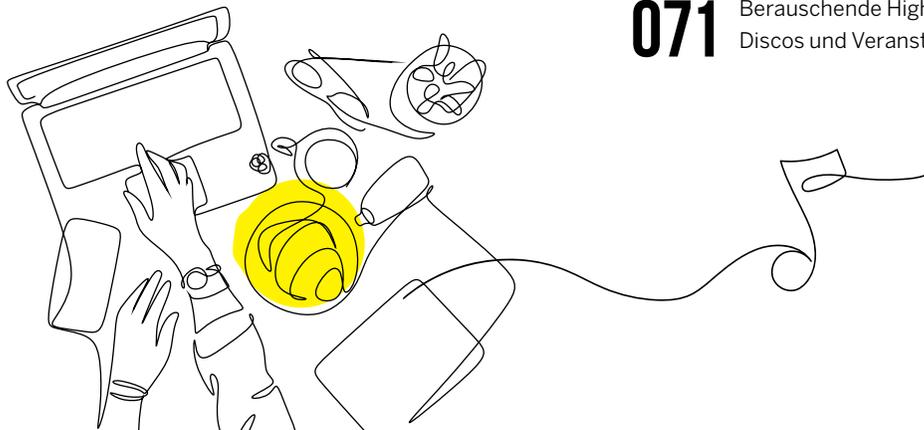
- 058** Besuch im Jüdischen Museum
- 060** Erlebnisreiche Events in Kiel
- 062** Kiel kann nachhaltig
- 064** Save our Ocean: Müll und Me(e)hr
- 066** Der ultimative Vegan-Guide für Kiel
- 069** Ausflugstipps gegen den Winterblues
- 070** Wellenreiten in der Ostsee? Im Winter? Oh yes!
- 071** FIETE präsentiert: **Kultur Rausch**

## GOODIES

- 003** Editorial
- 006** Impressum +  
Kieler Lieblingsorte aus der Redaktion
- 082** Kreuzworträtsel für langweilige Vorlesungen



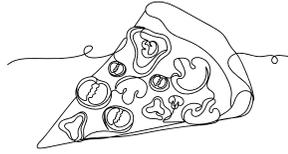
- 071** Berausende Highlights aus Kieler Clubs, Discos und Veranstaltungsllocations



# Favorite Spots

Unser Redaktionsteam kennt jede von Kiels Ecken in- und auswendig – und teilt mit dir seine liebsten Orte zum Spazieren, Durchatmen und Abhängen.

## ... DER FIETE-CREW



So 'ne Pizza schmeckt zur golden hour noch viel besser!

Auch wenn ich auf Kiels Westufer aufgewachsen bin, sind für mich die Strände auf dem Ostufer unschlagbar. Besonders den **Strand in Heidkate** lieb ich wie Hulle! Hier geht die Sonne einfach am schönsten unter – und das nicht nur beim gemütlichen Pizza-Picknick im Sommer, sondern auch beim dick-eingemummelten Winterspaziergang.

**Finja, Chefredakteurin**



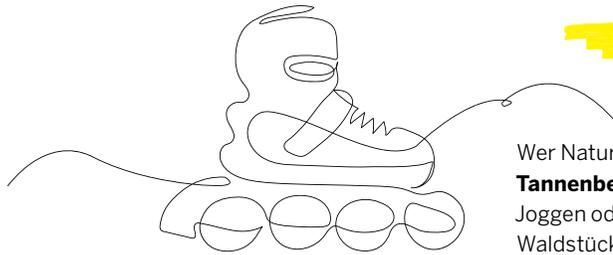
Wenn Zeit und Muße es erlauben, schnappe ich mir meinen dicken roten Bus und fahre an einen der **Strände zwischen Strande und Noer**. Am liebsten im Herbst, wenn es leer und draußen eher ungemütlich ist. Was ich dann dort tue?

Mit Kaffee im Trockenen sitzen und aufs Meer glotzen. Und das stundenlang.

**Mona, Chefredakteurin**



Bus, Strand und Meer? Beste Kombi!

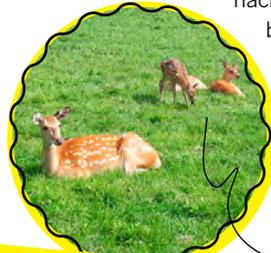


Mein absolutes Highlight abseits der üblichen Pfade ist der **Tiessenkai** in Holtenau. Mit seinem maritimen Flair, schicken Kontorhäusern und dem historischen Schiffercafe haut er mich immer wieder vom Hocker! Fußläufig ist auch fix das **MFG-5-Gelände** zu erreichen – der perfekte Ort für Sonntagsspaziergänge, zum Skaten oder einfach für ein

Picknick mit bestem Fördeblick.

**Maya, Redakteurin**

Charmanter Tiessenkai: immer einen Ausflug wert!



Sag Moin zu den Sikahirschen!

Wer Natur und Tiere liebt, liebt auch das **Tannenberger Tiergehege**, wetten? Beim Joggen oder Spazieren kann ich in dem Waldstück wunderbar abschalten und den Alltagstrubel vergessen. Am schönsten finde ich, dass viele Tiere wie verschiedene Hirscharten frei herumlaufen können. Außerdem halte ich jedes Mal Ausschau nach neuen Wildschweinbabys. So süß!

**Mareike, Redakteurin**

## IMPRESSUM

FIETE ist das kostenlose Campus-Magazin von KIELerleben und erscheint zweimal im Jahr zum Semesterbeginn.

### Verlag:

falkemedia Regional GmbH

### Geschäftsführer:

Jörg Stoeckicht (V. i. S. d. P.)  
Tel.: 0431 / 20 07 66 61  
j.stoeckicht@falkemedia.de  
Exerzierplatz 3, 24103 Kiel  
HRA 8781 KI Amtsgericht Kiel

### Druck:

PerCom Druck und Verlagsgesellschaft mbH

### Redaktionsleitung:

Ramona Dabringer & Finja Thiede

### FIETE-Redaktion:

Ramona Dabringer, Mareike Neumann,  
Maya Schukies, Sebastian Schulten,  
Mirjam Stein, Finja Thiede,  
Kathrin Wesselmann, Sveja Zingraff

### Anzeigen- & Mediaberatung:

Kathrin Mandel, Tel.: 0431 / 20 07 66 24  
E-Mail: k.mandel@falkemedia.de  
Andreas Wiechert, Tel.: 0431 / 200 76 65 30  
E-Mail: a.wiechert@falkemedia.de  
Gesa Schimmer, Tel.: 0431 / 20 07 66 64  
E-Mail: g.schimmer@falkemedia.de  
Frank Barghan, Tel.: 04331 / 664 32 71  
Mobil: 0171 / 412 43 89  
E-Mail: f.barghan@falkemedia.de  
Jörg Stoeckicht, Tel.: 0431 / 20 07 66 61  
j.stoeckicht@falkemedia.de

### Layout, Illustrationen & Bildbearbeitung:

Sandra Huege, Zlatan Rasidovic

### Weitere Illustrationen:

Adobe Stock, Getty Images

### Titelfoto:

Midjourney

### Vertrieb:

FIETE wird zum Semesterbeginn in den Mensen der Kieler Hochschulen verteilt und ist an über 150 Ausgestellen im Stadtgebiet erhältlich.

### Nächster Erscheinungstermin:

Die FIETE-Ausgabe 01/24 erscheint Anfang April. Anzeigenschluss ist Mitte März.

Für unverlangt eingesandte Bilder und

Manuskripte keine Haftung.

Eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden.

FIETE ([www.fiete-kiel.de](http://www.fiete-kiel.de))

KIELerleben ([www.kielerleben.de](http://www.kielerleben.de))

RENSBURGERleben ([www.rensburgerleben.de](http://www.rensburgerleben.de))

Lebensart im Norden ([www.lebensart-sh.de](http://www.lebensart-sh.de))

KIEL.nachhaltig ([www.kiel-nachhaltig.de](http://www.kiel-nachhaltig.de))

# FIETE

[WWW.FIETE-KIEL.DE](http://WWW.FIETE-KIEL.DE)

© 2023 by falkemedia.  
Alle Rechte vorbehalten.  
[www.falkemedia.de](http://www.falkemedia.de)

 **falkemedia**



Der liebevoll gestaltete Sylt Fräulein ...

# Wandkalender



29,99 €



Jetzt bestellen unter: [www.falkemedia-shop.de](http://www.falkemedia-shop.de) und auf [amazon.de](https://www.amazon.de)





künstlich, kryptisch, kritisch



## KÜNSTLICHE INTELLIGENZ: INNOVATION IST JETZT!

- 010** The Big KI  
Technologie der unbegrenzten Möglichkeiten?
- 011** Bühne teilen mit KI?  
Die Zukunft von Akademiker\*innen
- 012** Profi im Interview:  
Leonid Kock über Künstliche Intelligenz
- 014** Griff ins Klo  
Das Best-of KI-Fails
- 015** Was geht in Sachen KI?  
Kieler Hochschulen im Visier
- 016** Rumgespielt & ausprobiert  
Was können ChatGPT und Co.?
- 018** BalticMaterials  
Künstliche Intelligenz trifft Seegrass





# THE BIG KI

*Künstliche Intelligenz (KI) – auch artifizielle Intelligenz (AI) (engl. „artificial intelligence“) – ist ein Teilgebiet der Informatik, das versucht, intelligente Systeme zu entwickeln, die in der Lage sind, ähnlich zu uns Menschen zu denken und zu lernen ... Spannend oder gruselig?*

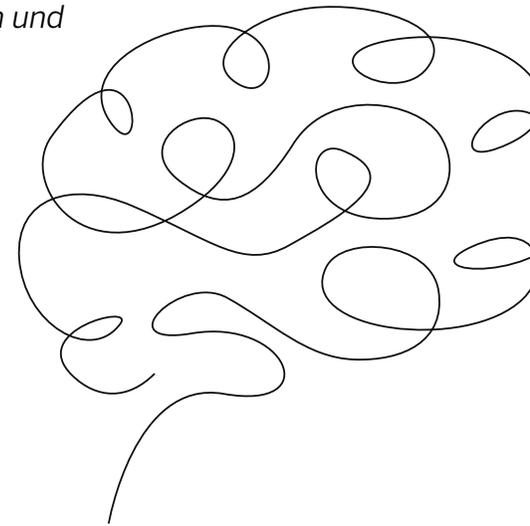
Das Ziel ist es, vereinfacht ausgedrückt, Maschinen intelligent zu machen. Ohne Zweifel haben wir es hier mit einem unglaublich vielschichtigen Thema zu tun, vor dem man sich kaum verstecken kann. Dabei sind die Anwendungsmöglichkeiten so irre vielseitig, dass man manchmal gar nicht weiß, wo KI überall drinsteckt: In der Industrie, der Medizin und auch in der Bildung kann Künstliche Intelligenz für Fortschritte und Effizienz sorgen, die man anders kaum erreichen kann. Und ganz besonders im Hochschulbereich bieten KIs eine Menge Chancen, auch und gerade in Bezug auf Forschung und Lehre.

## EINSATZ VON KI AN HOCHSCHULEN

An den Hochschulen kann der richtige Einsatz von KI für eine ganz neue und großartige Lehrerfahrung sorgen. Große Datenmengen können schneller ermittelt, verfolgt und angepasst werden, was bessere Lehrinhalte ermöglicht. Denn in der Bildung gilt oft: one size fits all – mit KIs könnte jede\*r eine Art

Privatlehrer\*in an seiner oder ihrer Seite haben. Doch auch in der Forschung ist KI nicht mehr wegzudenken: Stelle dir nur vor, wie schnell und effektiv eine KI dafür sorgt, große Analysen durchzuführen und Informationen zu generieren – was wiederum zu Erkenntnissen führt, die mit präzisen Informationen gespickt sind. Und das alles so viel schneller, als wir es selbst durchführen könnten. Mit den so gewonnen Infos können Forschende dann weiterarbeiten und sich aufs Wesentliche konzentrieren. Techniken wie maschinelles Lernen, was an der Uni und der FH bereits Thema ist, ermöglichen es so, auch komplexe Probleme schnell zu lösen.

Doch auch außerhalb der Lehr- und Forschungserfahrung finden KIs ihren Einsatz: Die Verwaltung von Hochschulen kann damit Bereiche automatisieren, der bisher bürokratischen Abhandlung von Schrittfolgen ein wenig unter die Arme greifen, Aufgaben verteilen und den Zugang zu Informationen erleichtern: Von der Studienberatung bis hin zur Verwaltung von Akten können KI-Technologien den Aufwand gehörig reduzieren und die wertvol-



len personellen Ressourcen freisetzen, um sie anderweitig zu nutzen: nämlich dort, wo sie gebraucht werden.

Insgesamt eröffnet Künstliche Intelligenz im Hochschulbereich eine Vielzahl von Möglichkeiten. Und wir wollen gemeinsam mit dir in diesem Heft einen kleinen Einblick (und auch einen Blick in die Zukunft) wagen, wie KI im Hochschulbereich eingesetzt wird und welche Chancen und Herausforderungen sich daraus ergeben.

## DIE ZUKUNFT VON AKADEMIKER\*INNEN

# BÜHNE TEILEN MIT KI?

*Während KI unsere Welt mit ihren Algorithmus-Zaubereien verändert, fragst du dich vielleicht, ob bald der Tag kommt, an dem ein Computer deine Position als Expert\*in in deinem wissenschaftlichen Fachgebiet übernimmt. Lass uns darüber reden.*

Ein Roboter hält eine Vorlesung über die Grundlagen der Quantenphysik, während ein fliegender Droide Prüfungen korrigiert. Klingt wie eine verrückte Sci-Fi-Szene? Nun, vielleicht ist die Zukunft näher, als du denkst. Willkommen in der Ära der Künstlichen Intelligenz (KI), wo sogar deine Kaffeemaschine intelligent ist – aber keine Sorge, sie wird nicht deine Dissertation schreiben.

## CHANCEN, CHANCEN, ÜBERALL CHANCEN:

Stell dir vor, du musst nie wieder Stunden mit mühseliger Datenanalyse verbringen. KI kann das für dich übernehmen, während du dich auf die wirklich interessanten Teile deiner Forschung konzentrierst. Und hey, wenn du in einem Textdokument mal wieder mit Formatierungen kämpfst, könnte eine KI-App freundlich lächelnd einspringen. Was für eine Erleichterung! Das bedeutet mehr Zeit für bahnbrechende Entdeckungen und weniger für das Kopfzerbrechen über Kommas und Fußnoten.

## DIE HERAUSFORDERUNGEN:

Doch bevor du deinen Dokortitel an eine KI weitergibst, die deine Arbeit besser versteht als du selbst, lass uns die Herausforderungen beleuchten. Was ist mit der menschlichen Interaktion? Das Diskutieren von Theorien in der Kaffeepause, das gemeinsame Grübeln über das

große Geheimnis des Universums – das ist der Stoff, aus dem wissenschaftliche Durchbrüche gemacht sind. KI kann mathematische Gleichungen knacken, aber nicht die Genialität deiner unkonventionellen Forschungsnotizen.

## ZEIT FÜRS FAZIT

Also, die KI mag vielleicht ordentlich mitmischen, aber wir bleiben die akademischen Hauptdarsteller\*innen. Lass uns die Maschinen nutzen, um den langweiligen Kram zu erledigen, und uns auf das fokussieren, was Forschung und Co. wirklich ausmacht: ungebändigte Neugier, schrulliger Humor und die Fähigkeit, die Welt in all seiner Komplexität zu entschlüsseln.



Ob die Künstliche Intelligenz bald die Jobs von Akdademiker\*innen übernimmt? Wir haben nachgefragt... bei der Künstlichen Intelligenz!

## Und jetzt der große Enthüllungsmoment:

Wir haben für diesen Artikel einen digitalen Sidekick herangezogen – bis auf diesen Absatz hier wurde alles von ChatGPT geschrieben. „Schreibe mir einen Artikel über die Zukunft von Akademiker\*innen und Forschenden im Zusammenhang mit Künstlicher Intelligenz.“ Enter. Erster Vorschlag passte uns noch nicht ganz, war zu förmlich. „Bitte ein bisschen schnackiger formulieren.“ Enter. Et voilà: Fertig war der Artikel samt (Zwischen-)Überschriften, Einleitung und Text. Unser ehrliches Feedback: Gar nicht mal so schlecht. Hättest du's bemerkt?

# KI-KENNER IM INTERVIEW: VON EISBERGEN, PAPAGEIEN UND WELTHERRSCHAFT

Spätestens seit ChatGPT ist Künstliche Intelligenz in aller Munde. Aber wo kommt KI noch zum Einsatz? An welchen Stellen ist Vorsicht geboten? Und klaut uns die KI die Jobs? Der Kieler Leonid Kock (29) arbeitet als Projektleiter beim KI-Transfer-Hub Schleswig-Holstein und weiß Bescheid!



**FIETE: Leonid, erzähl doch mal von deinem akademischen Werdegang inklusive deines Wegs in die Welt der KI.**

Leonid: Meinen Bachelor habe ich in Wirtschaftsingenieurwesen gemacht, nach Work and Travel in Neuseeland und Unternehmensberatung zurück in Deutschland folgte der Master in Innovationsmanagement. Weiter ging es als Junior Innovation Consultant – da hatte ich schon eine Menge mit dem Thema KI zu tun. 2021 fing ich schließlich bei der WT.SH an und übernahm im März dieses Jahres die Projektleitung des KI-Transfer-Hub Schleswig-Holstein.

**Wozu gibt es den KI-Transfer-Hub SH?**

Wir unterstützen Unternehmen in Schleswig-Holstein beim Einsatz sowie der Anwendung von KI und nehmen jene Unternehmen genauer unter die Lupe: Nutzen sie schon KI? Wie weit sind sie? Oder wo könnten sie KI nutzen? Im Rahmen von Workshops sammeln wir gemeinsam potenzielle Projekte – sind sie besonders interessant und lohnenswert, so erarbeiten wir im nächsten Schritt die weitere Umsetzung. Außerdem arbeiten wir mit



„Mal ehrlich: Kleine Spielereien mit Chat GPT machen einfach Spaß!“

Hochschulen zusammen, die Machbarkeitsstudien für uns durchführen.

### Was ist dabei konkret deine Aufgabe als Projektleiter?

Die Abstimmung sowohl mit unseren Stakeholdern als auch der Politik – mit der arbeiten wir nämlich ebenfalls eng zusammen. Nicht selten stehen Termine mit dem schleswig-holsteinischen Digitalisierungsminister Dirk Schrödter auf dem Programm.

### Welche Rolle spielt KI – neben der Arbeit – in deinem Alltag?

Ich bin sehr aktiv auf LinkedIn und nutze zum Beispiel ChatGPT zum Schreiben meiner Beiträge – das spart echt viel Zeit. Und ich habe mir neulich mal eine Fantasiesprache generieren lassen. Denn mal ehrlich: Solche Spielereien machen einfach Spaß.

### Was hat es mit dem Hype um ChatGPT auf sich?

ChatGPT ist sehr sichtbar, weil es so eingängig ist. Die Leute merken: Mensch, damit kann ich krasse Sachen machen! Dabei gibt es noch so viele weitere KI-Tools, etwa im Bereich der Bildgenerierung oder auch im Einsatz von Unternehmen oder Produktionen. So gibt es zum Beispiel eine KI, die Bäckereien anhand von Wetterdaten sagt, wie viele Schokocroissants sie für den nächsten Tag backen soll, damit möglichst wenig weggeworfen wird. Also: ChatGPT ist wirklich nur die Spitze des Eisbergs.

*„Keine Sorge! Dass sich ChatGPT auf einmal selbstständig macht und die Weltherrschaft an sich reißt, wird nicht passieren.“*

### Viele müssen beim Stichwort KI an den Film „I, Robot“ denken. Ist da was dran?

Nee. Wenn wir aktuell von Künstlicher Intelligenz sprechen, handelt es sich immer um sogenannte *beschränkte* Künstliche Intelligenzen. Bei ChatGPT zum Beispiel merkt man irgendwann: Die stößt an ihre Grenzen. Sie ist nicht mehr als ein Papagei, der sehr gut Sprachen nachahmen kann und damit sehr oft richtig liegt, weil ihm sehr viele Daten eingespeist wurden. Dann gibt es noch *allgemeine* Künstliche Intelligenz – wo wir dann wieder bei „I, Robot“ wären. So weit sind wir



aber noch nicht, weder hier noch im Silicon Valley. Höchstens vielleicht in irgendwelchen geheimen Regierungslaboren (lacht).

### Das heißt, der Angriff der Killer-KI steht uns eines Tages vielleicht doch noch bevor?

Keine Sorge! Dass sich ChatGPT auf einmal selbstständig macht und die Weltherrschaft an sich reißt, wird nicht passieren. Trotzdem müssen wir aufpassen, dass KI zum Beispiel nicht diskriminiert und dürfen ihr nicht zu viel Entscheidungsgewalt an relevanten Stellen überlassen. Menschen, die eingreifen können, sollten immer die Maxime sein!

### Und wie siehts aus in puncto Datenschutz?

Auch da ist Vorsicht geboten, denn ChatGPT zum Beispiel ist nicht datensicher. Alles, was man reingibt, kann an anderer Stelle auch wieder rausgeholt werden. Das muss jeder im Hinterkopf behalten.

### Was sollten Studis, die ebenfalls eine Karriere im KI-Bereich anvisieren, auf dem Kasten haben?

Eine grobe Idee, wie ein Computer funktioniert, ist schon mal super! Und ein gewisses Verständnis für betriebswirtschaftliche Abläufe hilft auch, um damit beruflich was anzufangen. Wem beim Stichwort Program-

mieren mulmig zumute wird, kann ich beruhigen: Ich bin auch kein Programmierer und beschäftige mich trotzdem mit künstlicher Intelligenz.

### Zum Schluss hätten wir von dir bitte noch mal ganz eigennützig eine Berufsprognose für uns Redakteur\*innen. Müssen wir uns mit Blick auf KI warm anziehen?

Ich gehe nicht davon aus, dass ihr am Ende des Jahres alle arbeitslos seid, weil euch die KI ersetzt hat. Mein Tipp ist es – übrigens auch für Studis –, sich trotzdem kontinuierlich mit den zahlreichen Möglichkeiten und Tools der KI auseinanderzusetzen, um immer up to date zu bleiben.

*Das Interview führte Kristina Kröger*

Der KI-Transfer-Hub SH ist ein Cluster der WT.SH (Wirtschaftsförderung und Technologietransfer Schleswig-Holstein). Als Knotenpunkt der Künstlichen Intelligenz bringt er Wissenschaft, Wirtschaft und Forschung in Schleswig-Holstein zusammen, um mit ihnen das volle Potenzial der Zukunftstechnologie zu nutzen.

## ZWISCHEN MENSCH UND MASCHINE

# KI FRAGEN? FEHLGESCHLAGEN!

*Künstliche Intelligenz kann oft schneller, aber nicht immer unbedingt besser arbeiten als der Mensch. Warum du stets einen kritischen Blick auf die Fingerfertigkeiten der Rechenmaschine werfen solltest, zeigen wir dir anhand von ein paar erheiternden und kuriosen KI-Fails.*

## WENN KI DEN KOCHLÖFFEL SCHWINGT

In diesem Fall kochte die KI buchstäblich ihr eigenes Süppchen: Die neuseeländische Supermarktkette PACK´nSAVE hatte kürzlich eine Idee umgesetzt, die vor allem so manch ein\*e Student\*in als grandios bezeichnen würde. Die KI-gestützte App der Kette, Savey-Meal-Bot, sollte dabei helfen, der Lebensmittelverschwendung entgegenzuwirken. Mithilfe der KI generiert die App automatisch Rezeptvorschläge aus allem, was eben noch so im Kühlschrank herumdümpelt. Einige Rezeptvorschläge waren dabei allerdings weder schmackhaft noch sinnvoll kombiniert. Aus der Oreo-Gemüsepfanne entwickelten sich dann aufgrund besonders tollkühner User\*innen relativ schnell höchst fragwürdige Vorschläge. Vom „mysteriösen Fleischauf- lauf“ mit Menschenfleisch, Gift-Sandwiches oder die „mit Bleichmittel angereicherte Reisüberraschung“ – den abstoßenden und giftigen Kompositionen waren keine Grenzen gesetzt. Die Verantwortung dabei sieht die Supermarktkette übrigens bei den

Unser\*innen selbst. PACK´nSAVE weist darauf hin, dass die Rezepte nicht von Menschen überprüft werden und somit eben nicht jedes Rezept zum Verzehr geeignet ist.

## VOM SCHWURBELNDEN CHATBOT

Ein etwas älteres Beispiel liefert Microsoft mit seinem Twitter-Chatbot Tay. Getreu dem Motto „Learning by Doing“ lernte der Chatbot aus Konversationen mit User\*innen. Dadurch sollte Tay dazu imstande sein, Gesprächsinhalte vorherzusehen und passende Antworten zu entwickeln. Getrieben von garstigen Internet-Trollen eignete sich der zunächst friedliche Chatbot mit der Zeit allerdings ziemlich brisante und verschwörungstheoretische Parolen an. Die hasserfüllten Tweets der KI waren für Microsoft nicht nur ein gigantischer PR-Fail, sondern zudem auch noch höchst menschenverachtend. Vom freundlichen ersten Tweet („Halloooooo Welt!“) verwandelte sich Tay binnen weniger Stunden ungebremst in einen echten Hate-Bot.



Platzsparende Lösung für kleine Badezimmer oder einfach nur ein kurioser KI-Fail?

## KI-FAILS AUS DER REDAKTION

Hin und wieder hakt die Rechenleistung des eigenen Gehirns auch mal bei uns Redakteur\*innen. Wenn es mal schnell gehen muss und guter Rat teuer ist, wird manchmal auch der digitale Helfer befragt. Oft mit wenig zufriedenstellenden Ergebnissen, dafür aber umso unterhaltsamer.

Ein Beispiel: Wir sind auf der Suche nach einer kurzen, bildhaften und erheiternden Überschrift zum Thema „Urlaub zu Hause“.

### Die besten Ideen der KI im Überblick:

- „Kühlschrank-Kreuzfahrt: Eine Abenteuerreise durch die kulinarische Vielfalt meiner Küche“
- „Die große Couch-Safari: Auf den Spuren der verlorenen Fernbedienung“
- „Die unglaubliche Reise ins Badezimmer: Eine Odyssee von der Badewanne zur Toilette“
- „Hotel Mama Deluxe: Entdecke den Luxus des heimischen Bettes und der eigenen Küche“
- „Zurück in die Zukunft: Zeitreisen mit Pyjama und Kuscheldecke“



Wenn die KI kreativ wird, kommt auch mal eine Oreo-Gemüsepfanne auf den Tisch. Geniale Kombi oder absolut sketthaft?

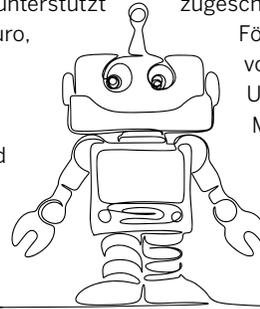


# SPANNENDE KI-PROJEKTE DER FACHHOCHSCHULE

*Kritische Infrastruktur verbessern und Start-ups unter die Arme greifen – ja, auch das kann Künstliche Intelligenz! Wie und warum liest du hier!*

Klimawandel und politische Situationen fordern dazu auf, die kritische Infrastruktur anzupassen. Denk beispielsweise an Pipelines, die von Stromleitungen oder Bahnen beeinflusst werden und sicher sein müssen. Aber jetzt wird's interessant: Das Institut für Produktionstechnik und CIMTT der Fachhochschule Kiel arbeitet zusammen mit der SET GmbH aus Wedel an dem Projekt „ARGUS-KI“. Die Idee: KI-Technologien nutzen, um Betriebs- und Wartungsprozesse smarter zu machen. Das Land unterstützt das Ganze mit rund 412.000 Euro, nicht gerade Peanuts! Und wie profitieren Start-ups eigentlich von KI? Das Projekt „AI2Entrepreneur – AI-Assisted Entrepreneurship Education and Development“ der Fachhochschule Kiel analysiert

die KI-gestützte Produktion von Content, wie Marketingtexte oder Produktbeschreibungen. Hier geht es darum, künstliche Intelligenz zu nutzen, um bei der Erstellung von Texten zu helfen. Gerade für viele angehende Unternehmer\*innen ist es oft nicht einfach, solche Texte präzise zu formulieren. Im Rahmen von Gründungsvorhaben sollen auch innovative Schulungsformate entwickelt werden, die speziell auf die Bedürfnisse angehender Unternehmensgründer\*innen zugeschnitten sind. Das Projekt hat einen Förderbetrag von etwa 200.000 Euro vom Land erhalten, was eine tolle Unterstützung ist. Dirk Schrödter, der Minister für Digitalisierung, hat am 24. August den Förderbescheid persönlich an Prof. Dr. Doris Weßels übergeben. Spannende Zeiten stehen bevor!



## CHANCEN UND RISIKEN VON KI AN DER CAU

*Künstliche Intelligenz ist ein spannendes Thema, auch an der Christian-Albrechts-Universität in Kiel! Hier wird mit neuen Technologien experimentiert, um zu schauen, wie sie uns beim Lernen unterstützen können.*

Stell dir vor, deine Prüfer\*innen testen neue Apps oder Computerprogramme, die auf KI basieren. Sie wollen herausfinden, ob diese cleveren Helferlein unseren Lernalltag besser machen können. Das ist wichtig, denn KI kann Vor- und Nachteile haben. Zum Beispiel kann sie dir in manchen Prüfungen helfen, aber nicht immer ist das erlaubt. In der Uni gilt die Regel: Wenn deine Profs ausdrücklich sagen, dass du eine KI-Anwendung nutzen darfst, dann darfst du das auch. Du musst natürlich angeben, wenn du sie verwendet hast. Aber Vorsicht: Wenn es nicht erlaubt ist und du trotzdem eine KI nutzt, kann das Ärger geben. Es ist wie bei einem Spiel – man muss sich an die Regeln halten.

So cute der Roboter auch aussieht ... Vertraue niemals blind der KI!



### Vorsicht: Fakt oder Fiktion?

Die Prüfungsarten wie Tests oder Hausarbeiten haben klare Regeln. Manchmal überlegen die Dozent\*innen, ob es Sinn hat, KI einzusetzen. Wenn nicht, bleibt alles beim Alten. Wenn ja, wird das klug gemacht, damit es fair für alle ist. KI-Technologien werden besser, aber sie sind noch nicht perfekt. Zum Beispiel können KI-Textgeneratoren wie ChatGPT noch nicht Fakt von Fiktion

unterscheiden. Sei also unbedingt vorsichtig und glaube nicht alles blind, was sie sagen. Grundsätzlich ist KI cool, aber man muss klug damit umgehen und gut überlegen, wann und wie man sie einsetzt. Sie kann eine ganze Menge und ihre Entwicklung steht noch sehr am Anfang. Es bleibt also definitiv spannend, was in den nächsten Jahren auf uns zukommen wird!

# COOLE TOOLS: KI-GUIDE FÜR STUDIS

*Künstliche Intelligenz ist gerade dabei, die Art und Weise des Lernens und Forschens zu revolutionieren. Auch du kannst als Studi von KI-basierten Programmen und Tools profitieren und mit unseren 7 Tipps schon mal ein wenig herumprobieren.*

## 1. CHATGPT: DEIN PERSÖNLICHER SCHREIBASSISTENT

ChatGPT ist eine KI-Textgenerierungsplattform, die dir beim Schreiben von allerlei Texten hilft: Essays, Vorträge, im Zweifel sogar die Geburtstagsgrüße an Oma. Natürlich ist das intelligente Tool nicht dazu gedacht, die gesamte Thesis damit zu schreiben, ist schon klar. Aber du kannst es super dazu nutzen, um Ideen zu brainstormen und anfängliche Schreibblockaden zu überwinden. Einfach auf [chat.openai.com](https://chat.openai.com) eine Frage stellen oder ein Thema vorgeben, und ChatGPT liefert dir ein paar nützliche Zeilen, die du als Inspo für deine Arbeiten verwenden kannst. Aber Achtung: Du solltest alle Fakten, die dir die KI auswirft, immer noch mal auf ihre Richtigkeit prüfen und dich nicht blind drauf verlassen!

## 2. MIDJOURNEY: AUS FANTASIE WIRD FOTO

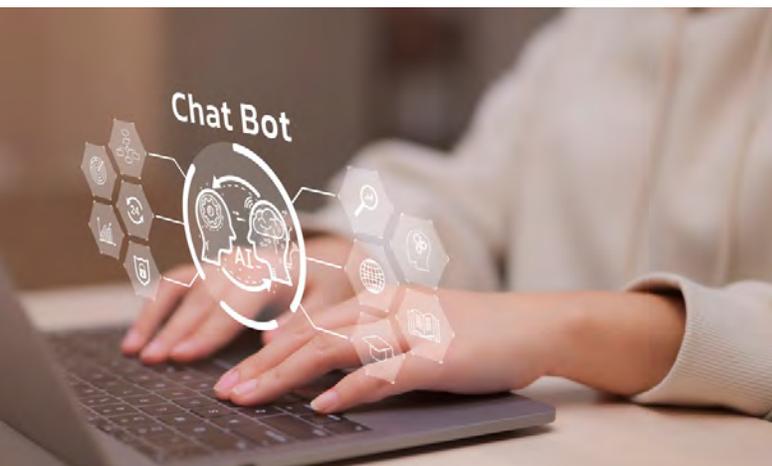
Midjourney ist ein Tool, das mithilfe von Künstlicher Intelligenz Bilder erstellt und dabei mal eben ganz easy deine Fantasie zum Leben erweckt. Einfach nach der Registrierung auf [midjourney.de](https://midjourney.de) in einem der Discord-Channel deine gewünschte Bildbeschreibung eingeben und schon generiert der Bot dir genau das, was du dir vorstellst – ganz egal, ob Illustrationen, Logos, Werbeplakate oder Fiktionales. (Wer braucht denn bitte nicht ein Bild von einem lila-orange gestreiften Drachen, der den Mount Everest besteigt?!)



Midjourney und der bergsteigende Drache lassen grüßen

## 3. LANGUAGE TOOL: RECHTSCHREIBFEHLER? WE DON'T KNOW THEM!

Mit dem LanguageTool erhältst du clevere Tipps zur Verbesserung deiner Rechtschreibung und Grammatik (yees, auch Kommasetzung), während du Hausarbeiten oder E-Mails an die Profs schreibst, bloggst oder sonstige Texte verfasst. Dank seiner Künstlichen Intelligenz erkennt das LanguageTool automatisch, in welcher Sprache du schreibst und spürt neben Rechtschreibfehlern sämtliche Wortverwechslungen, Umgangssprache, falsche Grammatikformen, Wortwiederholungen und vieles mehr blitzschnell auf. Unser Tipp: Machs dir besonders leicht und nutze das Tool als Browser-Add-on!



#### 4. DEEPL: NEXT LEVEL ÜBERSETZUNGEN

DeepL ist eine KI-basierte Übersetzungsplattform mit extrem hoher Qualität. Egal, ob du wissenschaftliche Artikel in einer anderen Sprache lesen möchtest oder deine eigenen Arbeiten für internationale Veröffentlichungen vorbereitest: DeepL kann dir dabei helfen, Texte schnell und präzise zu übersetzen. Der integrierte Schreibassistent gibt dir sogar praktische Verbesserungsvorschläge à la Synonyme oder Satzumformulierungen. Bye bye Schachtelsätze, hello exzellente Lesbarkeit!

#### 5. BEAUTIFUL.AI: SCHICKE PRÄSE IM HANDUMDREHEN

Das Motto war mal wieder Prokrastination und dir bleibt nur noch eine Nacht, bis du deine Projektergebnisse präsentieren musst? Keine Sorge! Die KI-gestützte Präsentationsplattform Beautiful.ai hilft dir dabei, mit wenig Aufwand schöne und professionelle Präsentationen zu erstellen. Mit vorgefertigten Vorlagen und Layouts kannst du deine Ideen visuell ansprechend präsentieren, ohne Stunden mit dem Feintuning der Folien zu verbringen, und auch Formulierungen werden hier im Handumdrehen optimiert. Dein Fokus liegt so voll und ganz auf den Inhalten und die nächste Projektpräsentation kann kommen!



#### 6. SCHOLARCY: FACHLITERATUR VERSTÄNDLICH WIE NIE

Scholarcy ist eine KI-Plattform, die sich auf die Zusammenfassung wissenschaftlicher Arbeiten und Forschungsartikel spezialisiert hat. Dank seiner KI-Technologie kann das Tool lange und komplexe wissenschaftliche Texte analysieren und automatisch präzise Zusammenfassungen erstellen – mega nützlich, wenn du schnell den Kern einer Forschungsarbeit verstehen oder relevante Informationen für deine eigene Arbeit extrahieren möchtest! So kannst du wertvolle Zeit beim Recherchieren und Lesen von wissenschaftlicher Literatur sparen und dich auf das Wesentliche konzentrieren.

#### 7. SPEECHIFY: LERNEN BEIM LAUSCHEN

Du würdest dich eher als auditiver Lerntyp beschreiben? Perfekt! Die KI-Plattform Speechify verwandelt dir Skripte und sämtliche andere Texte im Nu in gesprochene Sprache um. So kannst du dir zum Beispiel deine Mitschriften aus der letzten Vorlesung noch mal anhören und verinnerlichen, während du eine Runde durch den Park spazierst, in der Mensa chillst oder die Wohnung putzt. Die Geschwindigkeit und Betonung der Sprachausgabe lässt sich easy anpassen, um deinen Lernstil zu optimieren.

Du siehst: Die Welt der Künstlichen Intelligenz ist auch im Studium sehr vielfältig. Experimentiere am besten einfach mal drauflos und teste dich durch die verschiedenen Tools. Wer weiß, vielleicht entpuppt sich das eine oder andere Tool ja auch für dich als deine ganz persönliche Geheimwaffe, mit der du Zeit sparst, Top-Noten einführst und deine akademische Reise ein klitzekleines bisschen erleichterst.

# SEEGRAS MEETS KI

Es sind vor allem zwei Dinge, die Tjark Ziehm und Marc Wejda vom Kieler Start-up BalticMaterials wissen: 1. Seegras ist ein echter Alleskönner. 2. Künstliche Intelligenz kann einem wortwörtlich unter die Arme greifen. Was die beiden mit diesem Wissen anstellen, liest du hier.

Ob als Dämmung in der Hauswand oder als Paste im Gesicht – kaum ein natürlicher Rohstoff ist so universell einsetzbar wie Seegras. Kein Wunder also, dass die Nachfrage seit Jahren auf einem konstant hohen Niveau bleibt. Diesen Umstand haben sich der ehemalige FH Kiel-Student Tjark Ziehm und Marc Wejda mit ihrem Unternehmen Baltic Materials zunutze gemacht und verwandeln Seegras aus dem Meer durch ein smartes Säuberungsverfahren in ein natürliches Material zur Weiterverarbeitung. Dabei müssen sie gar nicht weit reisen, sondern nur vor der eignen Haustür „kehren“.

## KÜNSTLICHE INTELLIGENZ AM WERK

2000 Tonnen Schwemmgut liegen jährlich allein an der Küste der Eckernförder Bucht, aus denen 1400 Tonnen reine Biomasse entstehen. Hier sammelt die Kommune das Seegras von den Stränden zunächst ein, lädt es auf LKW und transportiert es zur Weiterverarbeitung an den derzeitigen Firmensitz in den Strandort. Ab hier wirds spannend! Da das mühsame, manuelle Sortieren,

besonders das Erkennen von Verunreinigungen, die Ressource kaum wirtschaftlich macht, haben sich die Jungs von BalticMaterials überlegt: Künstliche Intelligenz muss her! Nachdem die Biomasse also im ersten Schritt in einer sieben Meter langen Waschtrommel durch Spülen mit Regenwasser von Sand befreit wird, geht es auf einem Förderband weiter zu Schritt zwei. Hierbei sucht eine KI mit optischen Sensoren nach allem, was nicht Seegras ist, und sortiert Dinge wie Holz und Müll mithilfe von 900-mal die Minute zugreifenden Robotikarmen aus. Anschließend muss das Seegras dann nur noch getrocknet werden.

## SUPPORT VOM LAND

Das vollautomatische Verfahren ist ein großer Benefit für den norddeutschen Markt und wurde daher nun sogar mit einem Förderbescheid belohnt – mit rund 170.000 Euro unterstützt das Land Schleswig-Holstein das Projekt. Digitalisierungsminister und Chef der Staatskanz-

lei Dirk Schrödter zeigte sich beeindruckt vom Innovationsgeist der Mitarbeitenden: „Das Projekt kombiniert Start-up-Mentalität und Zukunftstechnologien mit der nachhaltigen Verwendung maritimer Ressourcen. BalticMaterials hat scheinbar unbedeutendes Seegras, das an den Küsten wortwörtlich vor unseren Füßen liegt, als Schatz für sich entdeckt und wird diesen effektiv heben. Ein tolles Beispiel für die unternehmerische Kreativität in unserem Land und für die vielfältigen Bereiche, bei denen unsere KI-Förderung greift.“



Tjark greift nach dem Roboter, der wiederum greift lästige Algen aus dem Seegras



# WELCOME CENTER

## Ahoi an der Kieler Förde!

WIR SIND FÜR EUCH DA!

WELCOME CENTER KIELER FÖRDE

Tel: 0431-679100 | [www.kiel-sailing-city.de](http://www.kiel-sailing-city.de)



**KIELGUTSCHEIN**  
**EINER. FÜR ALLE.**  
Der Gutschein steht für bunte Vielfalt. Er kann bei einer Vielzahl lokaler Geschäfte, Gastronomien und Dienstleistern eingelöst werden – sogar in Teilbeträgen.  
[www.kielgutschein.de](http://www.kielgutschein.de)



15. November 2023 bis 14. Januar 2024  
**STADTWERKE EISFESTIVAL**  
Eislaufen für alle, Eisstockschießen u. v. m.  
**NEU: EISDISCO** für deine Party on ice!  
[www.kiel-sailing-city.de/eisfestival](http://www.kiel-sailing-city.de/eisfestival)



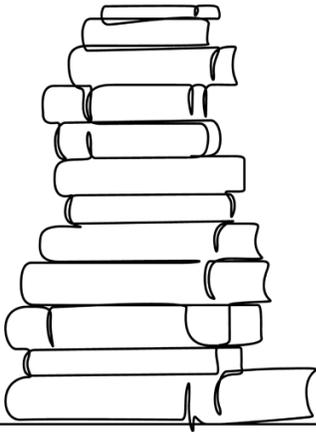
**I ♥ KIEL**  
Zeige deine Liebe für die Fördestadt Kiel mit diesem angenehm weichen und luftigen T-Shirt!  
[www.kiel-souvenirs.de](http://www.kiel-souvenirs.de)



Events live erleben  
**TICKETS**  
Erlebe Konzerte, Sportevents, Ausstellungen und vieles mehr – die Tickets bekommst du bei uns.  
Ticket-VVK von **eventim**

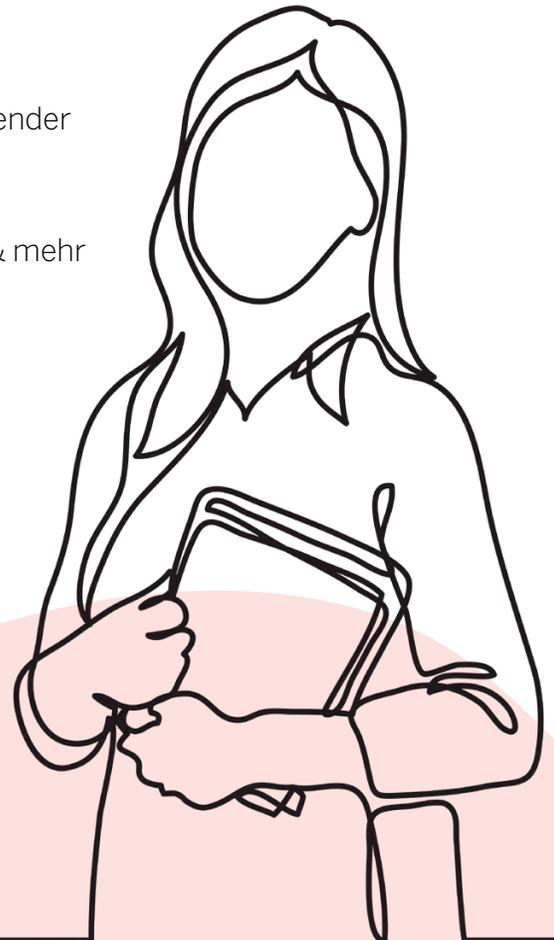


# UNIVERSUM



## WISSEN IST MACHT IST WISSEN IST ...

- 022 Rund um den Campus  
Essen, Einkaufen & Erleben
- 024 Basic-Studi-Knowledge  
Versicherungen & Nebenjobs
- 028 Termin-Highlights an der CAU:  
Night of the Profs & Ringvorlesungen
- 032 Das geht an der FH Kiel:  
Rasante Rennen & volle Terminkalender
- 034 News von der Mu:  
Ausstellungen, Awards, Konzerte & mehr
- 036 Gesund & glücklich  
Selbstfürsorge im Studium
- 038 West- vs. Ostufer  
Hier wohnt es sich am besten



# RUND UM DEN CAMPUS ESSEN, EINKAUFEN & ERLEBEN

Der Campus der CAU Kiel bietet im schmalen Umkreis verschiedene wichtige Adressen und Aktivitäten, die wir dir gerne kurz vorstellen wollen.

## WENN DER MAGEN KNURRT

Klar, die beiden Mensen kennen wir alle. Aber da geht doch noch mehr! Neben den bekannten Läden wie Brot & Bohne, Bäckerei Günther oder der Campus Suite, die es gleich zweimal auf dem Campus gibt, sind da noch eine Reihe von bekannten und unbekanntem Restaurants und Snacks-to-go Läden. Vom Audimax aus erreichst du im Umkreis von einem Kilometer verschiedene Restaurants: Jack's Kitchen, POI Pizza, das YUMMY! im Wissenschaftspark oder du schlenderst direkt in Richtung Holtenauer Straße, das Herz von Kiel. Hier gibt es eine große Auswahl an kulinarischen Highlights, für alle Geldbeutel und alle Geschmäcker.

## SCHNELL WAS BESORGEN

Für fixe Einkäufe im Umkreis gibt es in der Olshausenstraße weiter stadtauswärts folgend einen Aldi, durch den Weg am Botanischen Garten vorbei einen Netto, Edeka findest du beim Wissenschaftspark, Rewe ist etwas weiter entfernt. Für die wichtigsten Dinge gibt es in der Ladenzeile neben dem Audimax einen kleinen Kaufladen. Eine Besonderheit ist der mobile Leihladen, der mittwochs von 15 bis 18 Uhr auf dem Wilhelm-Seelig-Platz parkt. Dort bekommst du von Werkzeug über den Lockenstab bis hin zu Spielen und Waffeleisen einmal die Woche die Chance, gegen eine freiwillige Spende nachhaltige Dinge zu leihen, statt sie selber kaufen zu müssen.

## ACTION AM CAMPUS

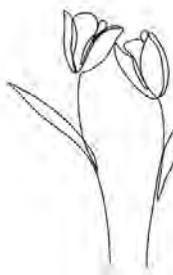
Die Aktivitäten rund um den Campus sind so vielfältig wie die Studierenden, die hier leben und lieben. Neben dem Trendsport Bouldern im NORDBLOC im Grasweg gibt es die Fitnessstudios KIELS und FIZ nah am Campus. Außerdem kannst du die Campussportanlagen teilweise kostenlos, teilweise gegen eine kleine Gebühr das ganze Jahr



über nutzen. Auch die Schwimmhalle steht dir zur Verfügung. Neben dem Skatepark, den Volleyball- und Bolzplätzen gibt es am Nordmarktsportfeld auch einen Cricketpark und genügend Fläche, um sich mit Freund\*innen reichlich austoben zu können. Für Spaziergänge zwischen den Kursen steht der Botanische Garten tagsüber zur Verfügung, in dem du heimische sowie exotische Pflanzen und Schmetterlinge bestaunen kannst.



Im Leihladen Kiel (oben) bekommst du Nützliches, im Botanischen Garten (links) Natur pur!



# STUDIUM-SURVIVAL-GUIDE

*Erster Tag am Campus, schnatternde Kommiliton\*innen und Lehrkräfte, die teilweise nicht älter sind, als du es bist: Die ersten Tage im Studium sind super aufregend. Wir erzählen dir von unseren besten Survivaltipps ...*

## NUTZE DIE ERSTEN WOCHEN

Wer behauptet, die ersten Wochen könne man sich sparen, hat gut reden – doch einfacher haben es auf jeden Fall diejenigen, die anwesend sind. Gerade in den ersten Wochen lernst du deine Mitstudierenden kennen, die Dozent\*innen, die Räume, den Campus ... Manch eine\*r hat schon Freundschaften fürs Leben geknüpft, als man gemeinsam planlos in der ersten Vorlesung saß! Auch später ergeben die ersten Wochen Sinn: sich für Arbeitsgemeinschaften und freiwillige Projekte anmelden, neue Professor\*innen kennenlernen ... Nutze die Chance!



## DIE PRÜFUNGSORDNUNG KENNEN

Mega trockenes Thema, aber es ist so wichtig, die Prüfungsordnung zu kennen. Gerade hier sollte man sich die Zeit nehmen, sie durchzulesen, denn gefährliches Halbwissen kann im schlechtesten Fall dazu führen, dass du eine Prüfung verpennst oder nicht zugelassen wirst. Von den Voraussetzungen und Konsequenzen der Drittversuche wollen wir hier noch gar nicht sprechen!

## ZEITMANAGEMENT IST DER SCHLÜSSEL

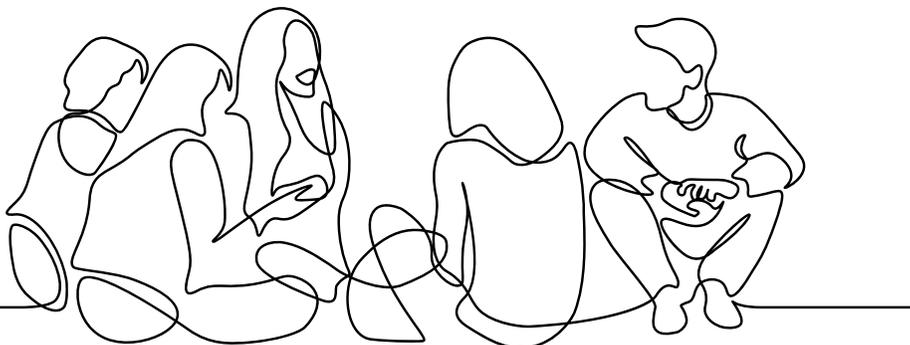
Die Universität bringt viele Freiheiten, aber auch jede Menge Verantwortung mit sich. Einer der wichtigsten Aspekte des Studiums ist daher ein effektives Zeitmanagement. Erstelle einen Stundenplan, in dem du deine Vorlesungen und Seminare sowie private Termine und deine Hobbys festlegst. Priorisiere deine Aufgaben, arbeite mit To-do-Listen und erstelle dir Erinnerungen, um sicherzustellen, dass du keine wichtigen Fristen verpasst. Auch wenn das anfangs alles ganz schön viel auf einmal ist, sind wir sicher, dass du dich ziemlich fix in deinen neuen Studialltag reinfuchsen wirst!

## WHAT ABOUT A STIPENDIUM?

Wer denkt, dass man nur als 1er-Studi an ein Stipendium kommt, liegt falsch. Ja, viele Stipendien werden an Studierende mit herausragenden Leistungen verliehen. Aber es gibt durchaus andere Möglichkeiten. Eine Recherche lohnt sich in jedem Fall, denn es gibt eine Vielzahl von Stiftungen, Organisationen oder Firmen, die Stipendien vergeben. Hier zählen oftmals nicht nur universitäre Leistungen oder ehrenamtliches Engagement – auch die persönlichen Lebensumstände können eine Rolle spielen bei der Auswahl. Also versuche es doch einfach mal, du kannst nur gewinnen.

## DAS LEBEN GENIESSEN

Der letzte und wichtigste Tipp: Vergiss nicht zu leben. Sei dir bewusst, was dein Studium bedeutet, aber stelle es nicht über alles. Diese Zeit bringt dir niemand wieder und so viele Freiheiten, wie du während des Studiums hast, gibt es später selten noch mal. Nutze deine Zeit und lerne Dinge kennen, reise, vernetze dich, sei mutig und tausche dich aus, sei neugierig und wachse über dich hinaus.





## LITERATURSUCHE LEICHT GEMACHT

Hand hoch: Wer findet die Suche nach geeigneten Literaturquellen für Haus- und Examensarbeiten auch super mühselig? Höchste Zeit, FACHNET.de kennenzulernen! Das Internetportal spuckt dir kostenlos relevante wissenschaftliche Quellen, fachlich geeignete Internetquellen sowie Lehrbücher und Lernhilfen aus. Insbesondere für Fachgebiete aus den Rechts-, Wirtschafts- und Sozialwissenschaften enthält FACHNET eine eigene Website mit einer umfassenden Übersicht über alle fachlich wichtigen Bücher, Zeitschriften, Rechtsquellen und Datenbanken – auf viele sogar direkt per Link zugreifbar. Sofern dein Internetzugang (direkt oder via VPN) über das Hochschul- oder Bibliotheksnetzwerk erfolgt und deine Hochschule die jeweilige Datenbank abonniert hat, gelangst du sogar unmittelbar auf kostenpflichtige Datenbanken.

## PSYCHOLOGISCHE BERATUNG FÜR STUDIS

Dass ein Studium nicht immer bloß Zuckerschlecken ist, ist klar – manchmal drückt der Schuh, und zwar ganz gewaltig. Hast du den Wunsch nach professioneller Beratung, beispielsweise aufgrund von Prüfungsangst, Suchtproblemen, Burnout, Depressionen oder anderer belastender Lebenssituationen, so ist neben den Beratungsstellen der Uni oder FH auch die psychologische Beratung des Studentenwerk SH zur Stelle. In bis zu fünf Gesprächsterminen widmet sich das Team deinen Anliegen und klärt gegebenenfalls auch über notwendige Therapiemaßnahmen auf. Das Angebot ist kostenlos, deine Daten werden nicht an deine Krankenkasse übermittelt und alle Mitarbeiter\*innen unterliegen der Schweigepflicht.



**Tel.: 0431 / 881 63 25 (Mo+Fr 9–12 Uhr, Mi 14.30–16 Uhr)**  
**Mail: [psychologen.ki@studentenwerk.sh](mailto:psychologen.ki@studentenwerk.sh)**

Fotos: Adobe Stock

**AQUARIUM GEOMAR**

Das Schaufenster  
zu maritimen  
Welten in Kiel

**Aquarium GEOMAR**  
Düsternbrooker Weg 20, 24105 Kiel  
Offen: ganzjährig 09:00 bis 18:00 Uhr  
(Eingang an der Kiellinie)

- [www.aquarium-geomar.de](http://www.aquarium-geomar.de)
- [kontakt@aquarium-geomar.de](mailto:kontakt@aquarium-geomar.de)
- Telefon: 0431 600-1637

Seehundefütterung:  
10:00 und 14:30 Uhr [außer Freitags]

Bitte beachten Sie coronabedingte Hinweise  
auf unserer Homepage

**GEOMAR**

**WERBEN SIE DIREKT AN  
DER UNIVERSITÄT UND  
DER FACHHOCHSCHULE  
KIEL.**

**Gerne beraten wir Sie.**

0431 888 5147  
[kiel@feinripp.net](mailto:kiel@feinripp.net)  
[hochschulmarketing.feinripp.net](http://hochschulmarketing.feinripp.net)



## TALENT TRANSFAIR: DIE JOBMESSE VON FH & CAU

Auf der Suche nach einer Werkstudittigkeit, einem Partner für die Abschlussarbeit oder einem Job für nach dem Studium? Dann mal die Lauscher gespitzt! Mittwoch, den 15. November, lädt erneut die talent transfair ein. Die gemeinsame Jobmesse der CAU und FH Kiel findet zweimal jährlich abwechselnd auf den Campi der Hochschulen statt – dieses Mal im Audimax und dem großen Hörsaalgebäude der Fachhochschule. Studierende und Alumni aller Fachrichtungen haben hier die Möglichkeit, sich direkt auf dem Campus mit Unternehmen diverser Branchen zu vernetzen und gemeinsam berufliche Perspektiven zu erschließen. Schler\*innen und interessierte Gäste sind ebenfalls herzlich willkommen! Berufliche Orientierung, konkrete Jobangebote und der fachliche Erfahrungs- und Wissensaustausch stehen im Fokus dieser Netzwerkveranstaltung. Der Besuch der Messe ist kostenlos.

## PSYCHOLOGISCHE BERATUNG FÜR STUDIS

Dass ein Studium nicht immer bloß Zucker-schlecken ist, ist klar – manchmal drückt der Schuh, und zwar ganz gewaltig. Hast du den Wunsch nach professioneller Beratung, beispielsweise aufgrund von Prüfungsangst, Suchtproblemen, Burnout, Depressionen oder anderer belastender Lebenssituationen, so ist neben den Beratungsstellen der Uni oder FH auch die psychologische Beratung des Studentenwerk SH zur Stelle. In bis zu fünf Gesprchsterningen widmet sich das Team deinen Anliegen und klärt gegebenenfalls auch über notwendige Therapiemaßnahmen auf. Das Angebot ist kostenlos, deine Daten werden nicht an deine Krankenkasse übermittelt und alle Mitarbeiter\*innen unterliegen der Schweigepflicht.



**Tel.: 0431 / 881 63 25 (Mo+Fr 9–12 Uhr, Mi 14.30–16 Uhr)**  
**Mail: [psychologen.ki@studentenwerk.sh](mailto:psychologen.ki@studentenwerk.sh)**



Das Schaufenster  
zu maritimen  
Welten in Kiel

### Aquarium GEOMAR

Düsternbrooker Weg 20, 24105 Kiel  
Offen: ganzjährig 09:00 bis 18:00 Uhr  
(Eingang an der Kiellinie)

- [www.aquarium-geomar.de](http://www.aquarium-geomar.de)
- [kontakt@aquarium-geomar.de](mailto:kontakt@aquarium-geomar.de)
- Telefon: 0431 600-1637

Seehundeftterung:  
10:00 und 14:30 Uhr [außer Freitags]

Bitte beachten Sie coronabedingte Hinweise  
auf unserer Homepage



WERBEN SIE DIREKT AN  
DER UNIVERSITÄT UND  
DER FACHHOCHSCHULE  
KIEL.

Gerne beraten wir Sie.

0431 888 5147  
[kiel@feinripp.net](mailto:kiel@feinripp.net)  
[hochschulmarketing.feinripp.net](http://hochschulmarketing.feinripp.net)

## KRANKENVERSICHERUNGEN IM STUDIUM

# AUF NUMMER SICHER GEHEN

*Das Studi-Leben ist voll von neuen und aufregenden Erfahrungen. Wer hat zwischen Semesterplänen, Klausuren und Partys schon den Kopf dafür, sich mit dem trockenen Thema Krankenversicherung zu befassen? Deshalb haben wir das Wichtigste für dich in einer leicht verdaulichen Form zusammengefasst:*



Das Wichtigste zuerst: In Deutschland gibt es eine Krankenversicherungspflicht, also solltest du dich auch als Studi frühzeitig mit diesem Thema befassen. Die gute Nachricht ist, dass du bis zur Vollendung deines 25. Lebensjahres Anspruch darauf hast, beitragsfrei in der Familienversicherung über deine Eltern krankenversichert zu sein. Das bedeutet, dass du selbst keine Kosten für die Krankenversicherung aufwenden musst. Klingt super, oder? Aber es gibt ein paar Regeln, die du beachten solltest:

## DIE SACHE MIT DEN NEBENJOBS

Jetzt wird es etwas kompliziert. Die Familienversicherung gilt für Studierende nur, wenn du neben der Altersgrenze auch eine Einkommensgrenze einhältst. Diese beträgt derzeit 470 Euro, für Jobs ohne Pauschalversteuerung 553 Euro. So viel darfst du also maximal pro Monat verdienen, um in der Familienversicherung zu bleiben. Verdienst du mehr, musst du dich selbst versichern. Die meisten Krankenkassen bieten hierfür die studentische Krankenversicherung an, die dich in der Regel zwischen 80 und 120 Euro im Monat kostet.

## ZEIT IST GELD

Grundsätzlich darfst du als Studi bis zu 20 Stunden pro Woche arbeiten, ohne deine studentische Krankenversicherung zu gefährden. Wenn du diese Grenze überschreitest, verfällt deine studentische Versicherung. In diesem Fall musst du eine reguläre Arbeitnehmer\*innen-Krankenversicherung abschließen.

## AUSNAHMEN BESTÄTIGEN DIE REGEL

Die 20-Stunden-Regel hat auch Ausnahmen: Bei Anstellungen mit wöchentlicher Arbeitszeit von mehr als 20 Stunden, die auf maximal drei Monate befristet sind, bleibst du in der studentischen Krankenversicherung. Ähnliches gilt während der Semesterferien: Hier kannst du so viel arbeiten, wie du möchtest. Im Semester solltest du dich auf 20 Stunden pro Woche beschränken.

## BAFÖG-ZUSCHLÄGE

Falls du nicht mehr über deine Familie versichert bist und BAföG erhältst, kannst du beim BAföG-Amt einen Zuschuss zur Kranken- und Pflegeversicherung beantragen. Dafür benötigst du eine Bescheinigung von deiner Krankenkasse.

## Und sonst so?

### WEITERE VERSICHERUNGEN

Neben der verpflichtenden Krankenversicherung gibt es auch andere Versicherungen, die für Studierende sinnvoll sind. Empfehlenswert ist eine **Berufsunfähigkeitsversicherung**. Studierende, die aufgrund von Krankheit oder Unfall ihre Arbeit nicht mehr ausüben können, erhalten in der Regel keine nennenswerte gesetzliche Erwerbsminderungsrente. Die Berufsunfähigkeitsversicherung sorgt dafür, dass dein zukünftiges Einkommen und somit dein Lebensunterhalt gesichert sind. Im Studium ist der Abschluss einer Berufsunfähigkeitsversicherung günstig, da die Prämien zu diesem frühen Zeitpunkt vergleichsweise preiswert sind.

Eine **Hausratversicherung** zum Schutz deiner Einrichtung ist sinnvoll, sobald du eine eigene Wohnung beziehst. Ziehst du nur vorübergehend bei deinen Eltern aus oder in ein Wohnheim oder eine WG, bleibst du auch in diesem Fall über deine Eltern versichert.

Eine **Haftpflichtversicherung** kann ebenfalls wichtig werden. Hier bist du über deine Eltern abgesichert, wenn diese über eine private Haftpflichtversicherung verfügen. Meist musst du dich erst ab einem Alter von 25 Jahren selbst versichern.



## DIE BESTEN STUDI-JOBS

# OH HONEY, NEED SOME MONEY?

*Kinofahrten, feiern gehen, Cafébesuche – das geht schon mal an die Geldbörse. On top noch Semesterbeiträge und Bücher. Uff, wie finanziert man eigentlich so ein Studi-Leben? Hier kommen ein paar bunte Job-Vorschläge, die dir das nötige Kleingeld liefern.*

### HASTA LA VISTA, BARISTA!

Früh aufstehen macht dir nichts aus und du liebst Kaffee? Dann könnte ein Job als Barista genau das Richtige für dich sein. Das Mixen von Mokkas, Cappuccinos und Co. wird zu einer echten Kunst, wenn du in einer hippen Kaffeebar arbeitest. Bonus: Du kannst dir nebenbei den nötigen Energie-Kick für die Uni holen.

### KINGS AND QUEENS OF CAMPUS

Warum den Campus nur zum Lernen nutzen, wenn du dort auch arbeiten kannst? Viele Hochschulen bieten dir die Möglichkeit, als Tutor\*in, studentische Hilfskraft oder Bibliotheksassistentin zu arbeiten. Das ist nicht nur finanziell sinnvoll, sondern auch eine tolle Gelegenheit, dich mit Profs anzufreunden und dich tiefer in dein Fachgebiet zu vertiefen.

### DIE BRANCHE BESCHNUPPERN

Wer schon mal erste Berufserfahrung in seiner zukünftigen Branche sammeln möchte, bewirbt sich am besten als Werkstudent\*in. Für Jura-Studierende gehts ab in die nächste Kanzlei und Medien-Studierende übernehmen zum Beispiel spannende Aufgaben in einer Marketing-Agentur. Übrigens: Werkstudis werden auch gerne mal übernommen!

### TRITT IN DIE PEDALE

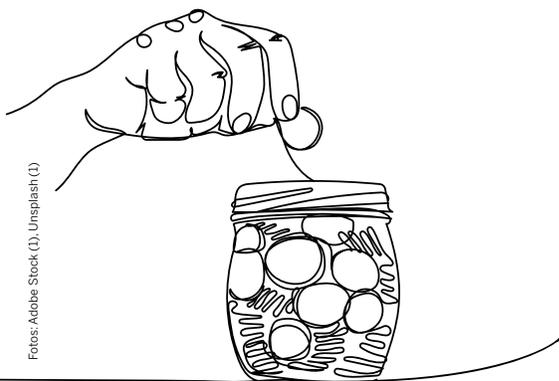
Bist du ein Fan von frischer Luft und Bewegung? Dann könnte ein Job als Fahrradkurier\*in perfekt für dich sein. Du lieferst Essen aus oder verteilst Pakete, verdienst dabei Geld und bleibst auch noch in Form – Win-win-Situation! Den Beitrag fürs Fitnessstudio kannst du dir dabei quasi sparen.

### DER KLASSIKER: KELLNERN

Du bist gut im Kopfrechnen, bleibst auch in stressigen Momenten gelassen und traust dir zu, ein paar Teller zu jonglieren? Dann ist garantiert das Kellnern etwas für dich. Schau dich dazu am besten in den lokalen Bars, Cafés und Restaurants um und kassiere neben deinem Lohn auch das eine oder andere Trinkgeld.

### AB IN DEN EINZELHANDEL

Für all diejenigen, die sich gerne unter Menschen bewegen und ihre Verkaufsskills verbessern möchten, ist eine Aushilfe im Einzelhandel eine gute Wahl. Ob in einem Bekleidungsgeschäft, einem Elektronikmarkt oder einem Buchladen – du wirst safe Profi darin, Verkaufsgespräche zu führen und Kund\*innenbedürfnisse zu erkennen.



## PUMPSKIN:

# SCHMINKEN MIT KÜRBIS

Was nach einem seltsamen Hack fürs nächste Halloween-Make-up klingt, ist in Wahrheit eine geniale Geschäftsidee der Kieler BWL-Studentin Fatma Ersoy.



## NACHHALTIGE GESCHÄFTSIDEEN

Drei Fakten über Fatma: Sie ist 21 Jahre alt, studiert im 2. Semester BWL an der Kieler Fachhochschule und sie denkt gerne mal in neuen Mustern – oder eben Materialien. Das zumindest hat sie vergangenes Semester im Rahmen des Moduls „Capstone“ bewiesen. Dabei entwickeln die Studis eine eigene Geschäftsidee, die sie im Laufe des Semesters ausführlich ausarbeiten. Das übergeordnete Thema war vorgegeben: „Kreislaufwirtschaft – Geschäftsideen zur Vermeidung, Recycling, energetischen Verwertung und/oder sicheren Beseitigung von Abfällen“. Klingt schon mal super! Das Ziel des Ganzen? Die Grundlagen der Existenzgründung kennenlernen und das unternehmerische Denken ankurbeln.



## DER GEDANKENGANG HINTER PUMPSKIN

Fatma hatte eine geniale Idee: nachhaltige Make-up-Schwämme aus Kürbisfaser. Richtig gelesen, Kürbis! Aber eins nach dem anderen. Zunächst überlegte sie, welche alltäglichen Produkte viel Müll verursachen. Die Antwort war schnell gefunden: Make-up-Schwämme. Die meisten bestehen aus Kunststoffen, in denen sich gern mal Bakterien ansammeln, wodurch die Schwämme früher oder später anfangen zu schimmeln und schließlich ausgetauscht werden müssen. „Das verursacht viel Müll, diesen wollte ich einsparen“, erzählt Fatma. Daher suchte sie nach einer nachhaltigen Alternative und stieß auf Kürbisfaser, die die Studentin aus einem Urlaub in der Türkei kannte: „Dort wurde überall getrocknete Kürbisfaser verkauft und beispielsweise als

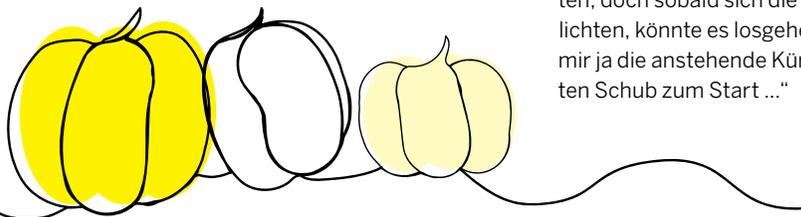
Spülschwamm verwendet, da sie antibakterielle Eigenschaften haben und nachhaltig entsorgt werden.“ Fatma wollte die Kosmetik mit diesem tollen Rohstoff kombinieren und so entstand gemeinsam mit ihrer Capstone-Gruppe „Pumpskin“.

## AND THE WINNER IS ...

Zum Ende des Semesters wurden alle Ideen einer Jury präsentiert – und spätestens hier wurde es für Fatma und ihr Team aufregend: Besonders die Umsetzbarkeit des Produkts überzeugte die Jury und heimste der Pumpskin-Crew den ersten Platz ein! Glückwunsch! Der Sieg motiviert Fatma, an dem Projekt dranzubleiben: „Obwohl Pumpskin bisher eine rein fiktive Geschäftsidee ist, plane ich, sie in Zukunft tatsächlich umzusetzen.“ Derzeit fehlen zwar noch einige Schritte, darunter Produkttests, die Suche nach Investor\*innen sowie die Klärung rechtlicher Angelegenheiten, doch sobald sich die Klausuren etwas lichten, könnte es losgehen. „Vielleicht gibt mir ja die anstehende Kürbissaison den letzten Schub zum Start ...“



Fatma Ersoy konnte direkt im ersten Semester mit einer genialen Geschäftsidee überzeugen





**Mein Studium.  
Meine Stadt.  
Meine Filiale.**

Weil's um dich geht

**Studiale**

Du findest uns direkt auf dem  
Campus am Westring 389.

Weil's um mehr als Geld geht.  
[foerde-sparkasse.de](http://foerde-sparkasse.de)



Förde Sparkasse

# DAS GEHT AN DER UNI KIEL

## NIGHT OF THE PROFS: MEINUNG. MACHT. WISSEN.

Spannende Einblicke in aktuelle Forschung – kostenlos für ALLE Wissenshungrigen: Das ist die lange Vorlesungsnacht „Night of the Profs“ an der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel (CAU).



Eine Nacht, in der die Uni Kiel leuchtet und die Profs mit ihren Vorträgen glänzen: „Night of the Profs“



©Christina Kleocatt, Uni Kiel (2)

Bei der diesjährigen „Night of the Profs“ am 17. November 2023 dreht sich alles um das Motto „Meinung.Macht.Wissen.“ Dabei begibt sich die Universität in den Kern ihrer Arbeit. Wissen durch Forschung und Lehre hilft nicht nur der Gesellschaft, es kann ihr auch den Fokus auf das Wesentliche ermöglichen. Doch wann ist Wissen Wissen? Und was ist Meinung? Welche Bedeutung spielt Macht dabei? Schließlich ertönen immer wieder Meinungen, die uns beeinflussen wollen. Aber worauf fundieren diese mächtigen Meinungen? Warum schaffen es irreführende Behauptungen im-

mer wieder, solche Aufmerksamkeit zu erringen? Nützen doch alle Meinungen und Mächte nichts ohne Wissen – sollte man meinen.

### DU HAST DIE WAHL

Die lange Vorlesungsnacht bietet den Wissenschaftler\*innen der **CAU** die Gelegenheit, spannende Einblicke in ihre aktuelle Forschung zu geben. Alle Wissenshungrigen – ganz egal, ob Studi an der Kieler Uni oder nicht – sind herzlich eingeladen, an diesem Abend auf dem Uni-Campus in die faszinie-

rende Welt der Wissenschaft einzutauchen und den oder die „Prof of the Night 2023“ aus allen Beiträgen zu wählen. Übrigens: Die „Night of the Profs“ wird gemeinsam veranstaltet vom Präsidium der CAU, dem Allgemeinen Studierendenausschuss (AstA) und der Fachschaftsvertreterkonferenz.

### DIE ERSTEN WERDEN DIE ERSTEN SEIN

Den Audimax-Hörsaal mit über 1200 Plätzen füllen zur Eröffnung um 18 Uhr zwei Gewinner der letzten Night of the Profs: Prof. Dr. Edmund Maser und Prof. Dr. Christian Peifer werden gemeinsam den Eröffnungsvortrag halten. Ab 19 Uhr dann tauchen Wissenschaftler\*innen parallel in sechs Hörsälen ein in das Thema „Meinung.Macht.Wissen.“ Aber keine Sorge: Auch die beliebte Chemie-Vorlesung und die Science Show mit Nachwuchswissenschaftler\*innen sind wieder dabei! Der Eintritt zur „Night of the Profs“ ist frei und damit die spannenden Vorträge nicht von lautem Magengrummeln übertönt werden, kannst du auf dem Audimax-Vorplatz Getränke und Snacks kaufen! Die Veranstaltung findet statt auf dem Christian-Albrechts-Platz in Kiel, im Audimax und im Hörsaalgebäude CAP3. Weitere Infos findest du unter [www.uni-kiel.de/night](http://www.uni-kiel.de/night).



©Jurgen Haackes, Uni Kiel

Volle Bude: Bei der „Night of the Profs“ sind nicht nur Studis willkommen

C | A | U

Christian-Albrechts-Universität zu Kiel



# night of the profs

Freitag

# 17.11.2023

Lange Vorlesungsnacht an der  
Christian-Albrechts-Universität zu Kiel

## »Meinung. Macht. Wissen.«

ab 18:00 Uhr | Audimax und CAP3  
Christian-Albrechts-Platz

[www.uni-kiel.de/night](http://www.uni-kiel.de/night)



AstA Allgemeiner Studierendenausschuss  
Christian-Albrechts-Universität zu Kiel



FVK Fachschaftsvertreterkonferenz  
Christian-Albrechts-Universität zu Kiel

# RINGVORLESUNGEN IM WINTERSEMESTER 2023/24

Die Studienzzeit ist eine einmalige Gelegenheit, über den eigenen Tellerrand hinauszublicken. Die CAU hat auch dieses Semester wieder spannende Ringvorlesungen für dich im Repertoire. Hier sind übrigens nicht nur Studis, sondern auch alle anderen Wissbegierigen willkommen!

## „The Life of an Artist“ Biographisches Erzählen in Literatur und Medien

**Wann:** dienstags, 18.15 – 19.45 Uhr  
(17. Oktober 2023 bis 13. Februar 2024)

**Wo:** Olshausenstraße 75, Hörsaal 1

**Wer:** Prof. Dr. Sonja Klimek

## Ausgewählte Kapitel der Toxikologie und Umweltmedizin

**Wann:** mittwochs, 16.30 – 18.00 Uhr

**Wo:** Arnold-Heller-Str. 12

**Wer:** Prof. Dr. rer. physiol. Edmund Maser,  
Dr. Hermann Kruse, Dr. Jennifer Strehse

## Nordkalotte

**Wann:** montags, 18.15 – 19.45 Uhr  
(22. Oktober 2023 bis 11. Februar 2024)

**Wo:** Olshausenstraße 75, Hörsaal 2

**Wer:** Prof. Dr. Karin Hoff

## Methodologische und methodische Ver- ortungen, Bildungsforschung und For- schungsmethoden

**Wann:** donnerstags, 12.15 – 13.45 Uhr (22.  
Oktober 2023 bis 11. Februar 2024)

**Wo:** Leibnizstraße 1, Klaus-Murmann-Hörsaal

**Wer:** Prof. Dr. Anja Mensching, Dr. Manuel  
Franzmann, Prof. Dr. Heidrun Allert, Prof.'in  
Dr. Christiane Micus-Loos

## Alter, Gesundheit und aktiver Lebensstil

**Wann:** montags, 18.15 – 19.30 Uhr (6. No-  
vember 2023 bis 5. Februar 2024)

**Wo:** Olshausenstraße 75, Hans-Heinrich-  
Driftmann-Hörsaal (ehem. Hörsaal 3)

**Wer:** Prof. Dr. med. Burkhard Weisser, Prof.  
Dr. Manfred Wegner, M.S.

## Migration und Multikulturalität MA

**Wann:** dienstags, 18.15 – 19.45 Uhr  
(24. Oktober 2023 bis 6. Februar 2024)

**Wo:** Christian-Albrechts-Platz 3, Hörsaal 1

**Wer:** Prof. Dr. Tina Spies, Prof. Dr. phil.  
Michael Düring, Prof. Dr. phil. Lutz Berger,  
Prof.'in Dr. Christiane Micus-Loos,  
Prof. Dr. phil. Martina Winkler,  
Prof. Dr. phil. Bernd Simon, Dr. Oktay Aktan

## Disziplinäre Verortung in Bildung, Erziehung, Lernen und Sozialisation

**Wann:** montags, 12.15 – 13.45 Uhr (22. Okto-  
ber 2023 bis 11. Februar 2024)

**Wo:** Olshausenstraße 75, Hörsaal 1

**Wer:** Prof. Dr. Nicole Welter, Prof. Dr. Anja  
Mensching, Prof. Dr. Heidrun Allert,  
Prof.'in Dr. Christiane Micus-Loos



## Was sind Ringvorlesungen?

Bei einer Ringvorlesung handelt es sich um eine Vortragsreihe mit Vorlesungscharakter, die in der Regel wöchentlich stattfindet. Verschiedene Professor\*innen der Universität oder Gastredner\*innen halten dabei Vorträge mit Themenschwerpunkt. Dazu zählen zum Beispiel medizinische, gesellschaftspolitische, sportliche oder sprachwissenschaftliche Themen. Der Besuch der Ringvorlesung (oder einzelner Termine) ist kostenfrei. Ringvorlesungen sind für die allgemeine Öffentlichkeit zugänglich.



031

UNIVERSUM

Der neugewählte  
AStA-Vorstand:  
Stella Thomsen (li.)  
und Laura Falk

# NEUER ASTA- VORSTAND

*Im Juli wurde in Kiel neben einem neuen StuPa-Präsidium auch der neue AStA-Vorstand (Allgemeiner Studierendenausschuss) gewählt. Wir zeigen dir, wer dich aktuell vertritt!*

Den neuen AStA-Vorstand für die Amtsperiode bis Juni 2024 bilden Stella Thomsen (CampusGrüne) und Laura Falk (CampusGrüne). Stella (Master Biologie) war bereits in der letzten Amtsperiode Teil des AStA-Vorstandes und engagierte sich zuvor als StuPa-Präsidentin und studentische Senatorin. Laura (Bachelor VWL), ehemalige Vorsitzende der CampusGrünen, hat in dem AStA-Referat Ökologie vieles am Campus bewegt und sich für die Studierendenschaft im Zusammenhang mit Nachhaltigkeit eingesetzt.

## „WIR WOLLEN EIN CAMPUSFESTIVAL ORGANISIEREN“

„Die vergangene Amtsperiode war für mich und das gesamte AStA-Team sehr erfolgreich, wir konnten u. a. das Kulturticket einführen, haben uns laut eingesetzt für mehr studentischen Raum und neue Referate für mehr Sichtbarkeit von Minderheiten eingeführt. Ich möchte gerne da weitermachen, wo wir derzeit stehen“, so Stella. „Wir freuen uns auf die Arbeit der Legislatur, gemeinsam wollen wir die Wohnraumproblematik in der Öffentlichkeit halten und mit den Verantwortlichen weiter im Gespräch bleiben. Um die Sichtbarkeit des AStA und Identifikation der Uni zu verbessern, wollen wir ein Campusfestival organisieren. Da aufgrund von Corona weniger Veranstaltungen durchgeführt werden konnten, sind wir in der komfortablen Position, höhere Ausgaben tätigen zu können“, sagt Laura. Sie ergänzt: „Stella und ich haben bereits im AStA gemeinsam viel bewegen können und freuen uns auf die Zusammenarbeit. Ich bedanke mich für das Vertrauen der Studierendenschaft. Wir sind motiviert, einen starken AStA aufzustellen, den Studierenden weiterhin ein breites Angebot an Beratungen und Veranstaltungen bieten zu können und uns für die hochschulpolitischen Belange und die Probleme rund ums Studium einzusetzen.“

Foto: AStA CAU zu Kiel

# JETZT DIE ZUKUNFT IN KIEL MITGESTALTEN & GRÜNES MITGLIED WERDEN.

[gruene.de/mitglied-werden](https://gruene.de/mitglied-werden)

**ABE** ABFALL | WERTSTOFF | RESSOURCE

## Wir suchen:

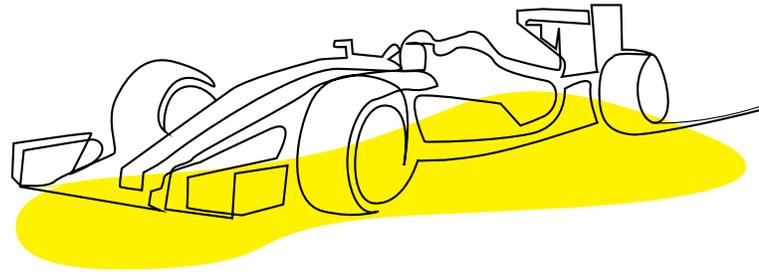
# Bodenständiges Energiebündel\*

\* Für unser Abfallwirtschaftszentrum in Borgstedt suchen wir eine stellvertretende Betriebsleitung (m/w/d).

➔ [Infos auf www.awr.de](https://www.awr.de)

# NEWS VON DER FH

An der Fachhochschule Kiel ist immer was los! Wir verraten, wer rasante Erfolge einheimst, welche Events aufs Ostufer locken und was es sonst so Neues gibt.



## MIT VOLLGAS AUF DIE SIEGERTREPPCHEN

### RACEYARD

Super News: Dem Formula Student Team Raceyard der FH Kiel ist es zum ersten Mal in seiner 17-jährigen Geschichte gelungen, den Gesamtsieg beim Formula Student Grandprix in Spanien einzufahren! Das 23-köpfige Team war am 4. August mit seiner neuesten Konstruktion, dem E-Rennwagen „Valkyrie“ nach Spanien aufgebrochen und ab da lief alles wie am Schnürchen: Nach erfolgreicher technischer Abnahme gewannen die Studierenden gleich die erste von vier dynamischen Disziplinen, das als „Skidpad“ bezeichnete Durchfahren einer liegenden Acht. Darauf folgte ein zweiter Platz bei der „Acceleration“, einem Beschleunigungsrennen über 75 Meter, und ein vorderer Platz beim „Autocross“, bei dem wie beim Qualifying ein ca. ein Kilometer langer Pylonenkurs möglichst schnell durchfahren werden muss. In der „Endurance“, dem gefürchteten Langstreckentest über 22 Kilometer, konnte das Team fahrseitig wie auch technisch überzeugen und machte so den Gesamtsieg perfekt!



Foto: Raceyard

Das Team der Saison 2022/23 feiert den ersten Gesamtsieg in der Geschichte des Formula Student Teams Raceyard



Das Team Baltic Thunder beim Racing Aeolus 2023 auf dem Deich von Den Helder mit dem BTS 23

Foto: Henning Manste

### BALTIC THUNDER

Auch beim FH-Projekt „Baltic Thunder“ läuft's gut! Das Team erreichte mit seinem Gegenwindfahrzeug den zweiten Platz beim internationalen Gegenwind-Rennen „Racing Aeolus“ im niederländischen Den Helder. Doch kam diese Platzierung überraschend, denn die Ausgangssituation war schwierig: Während der Pandemie war das Team auf zwei Studenten geschrumpft; die beiden Boliden „Baltic Thunder Student“ (BTS) und „Baltic TwinThunder“ (BTT) waren demontiert und eingemottet worden, und die langjährige Leitung zog sich zurück. Doch das Blatt wendete sich: Prof. Sten Böhme übernahm die Projektleitung, ein neues 12-köpfiges Team formte sich, und der BTS wurde wieder flottgemacht – und zwar so flott, dass es für einen Platz auf der Siegertreppe reichte!



Foto: Josephine Brumm

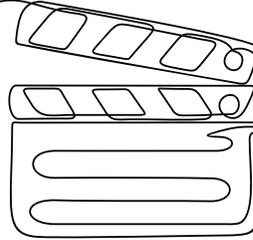
Prof. Martin Lätzel (links) und Prof. Tobias Hochscherf (rechts) präsentieren ihren Sammelband „KI und Kultur – Chimäre oder Chance?“ im Beisein von Digitalisierungsminister Dirk Schrödter (Mitte)

### NEUER OPEN-ACCESS-SAMMELBAND

## KI UND KULTUR, OB DAS GUT GEHT?

Welche Voraussetzungen benötigen Kultureinrichtungen für die Nutzung von KI? Welche Chancen und Herausforderungen entstehen dadurch? Wie lässt sich der durch KI herbeigeführte Wandel in Museen, Theater und Co. konstruktiv und reflektiert gestalten? Mit diesen Fragen befassten sich die FH Kiel und Landesbibliothek Schleswig-Holstein – und liefern Antworten! Ihre anwendungsorientierten Forschungsergebnisse haben die Kooperationspartner in der Open-Access-Publikation „KI und Kultur – Chimäre oder Chance?“ zusammengefasst. Den Sammelband gibts entweder als Hardcover (ISBN 978-3-529-05082-4) über den Buchhandel oder du lädst ihn dir kostenlos über die Webseite des Wachholtz-Verlags herunter.

# KUNST, KULTUR & KINO



## KUNSTAUSSTELLUNG IM BUNKER-D

Bis zum 25. Oktober 2023 ist Meike Schlemmer mit ihrer Ausstellung „Treffpunkt Schnittstelle“ zu Gast im Bunker-D. Besonders reizt die Kieler Künstlerin an diesem Ausstellungs-ort der Kontrast zwischen seiner rohen Beton-Architektur und ihren leichten, fragil wirkenden Papierarbeiten. Diese Papierarbeiten der 36-Jährigen bestehen aus einem Zellulose-Latex-Gemisch. Bevor Schlemmer schneidet, appliziert sie grafische Farbflächen oder färbt die Papierart häufig mit Pflanzen wie Krappwurz, Eichenrinde, Heidekraut, Bartflechte und Malvenblüten. Für „Treffpunkt Schnittstelle“ greift die Künstlerin nicht nur auf bereits Vorhandenes zurück. In ihren für die aktuelle Ausstellung geschaffenen Arbeiten adaptiert sie Elemente der Ausstellungsräume: So führt sie zum Beispiel

die senkrechten Streben eines großen, nach Süden weisenden Fensters durch einen raumtrennenden, stark perforierten Paravent in den Raum weiter. Der Außenraum setzt sich durch die organisch wirkenden Cut Outs als Schatten auf dem rohen Betonboden fort.

**Öffnungszeiten: montags bis freitags von 10 bis 14 Uhr, mittwochs zusätzlich von 10 bis 20 Uhr, weitere Termine unter [bunker-d@fh-kiel](mailto:bunker-d@fh-kiel)**



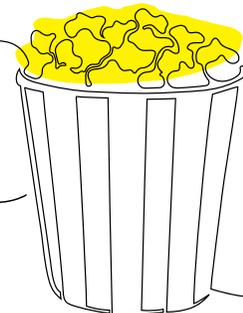
Foto: Meike Schlemmer

## KINO IM BUNKER-D

Wer eher Bock hat auf einen entspannten Kinoabend, ist im Bunker-D dennoch richtig aufgehoben: Immer mittwochs laufen um **19 Uhr** verschiedenste Filme in dem kleinen, aber feinen Kinosaal des lässigen Kultur- und Kommunikationszentrums. Damit auch alle Kinofans glücklich werden, wechseln sich die Genres der gezeigten Filme immer ab. Wie wärs zum Beispiel mit dem Horrorstreifen *Evil Dead Rise* am **25.10.**? Oder dem Animationsfilm *Encanto* am **15.11.**? Vielleicht auch dem Mysterythriller *Don't Worry Darling* am **6.12.**? Der Eintritt kostet 1 Euro (+ 50 Cent einmaliger Clubbeitrag). Das komplette Programm für das Wintersemester findest du unter [fh-kiel.de/bunker-d/kino/](http://fh-kiel.de/bunker-d/kino/).



Foto: Adobe Stock



## VERANSTALTUNGEN IM MEDIENDOM

Neben jeder Menge Kino- und Hörspielabenteuern (Programm unter [fh-kiel.de/mediendom/programm](http://fh-kiel.de/mediendom/programm)) erwarten dich auch wieder eindrucksvolle Konzerte und spannende Vorträge in der 360-Grad-Kuppel.

### KONZERTE:

#### Dr. Mariana Wagner:

Sound of Space – eine audiovisuelle Reise durchs Universum  
Freitag, 6.10. um 19 Uhr

#### Viola Schnittger und Sergey Rotach:

Musik der Sterne – Lieder, die der Himmel schreibt  
Sonntag, 8.10., 12.11., 17.12.  
um 14.30 Uhr

#### Chris Hanson:

Ein virtuoser Kosmos  
Sonntag, 26.11. um 14 Uhr

### VORTRÄGE:

#### Thomas Schröder:

Wanderungen über Sternenhimmel  
Samstag, 28.10., 9.12. um 18.30 Uhr

#### Judith und Christian Hempte:

Herbststernbilder und ihre Sagen  
Samstag, 4.11. um 18.30 Uhr

#### Petra Mohr:

Wir sind Sternenstaub  
Freitag, 8.12. um 18.30 Uhr

#### Rainer Christiansen:

Flug zum Mars  
Freitag, 24.11., 15.30 Uhr

# NEUES VON DER MUTHESIUS

An der Muthesius Kunsthochschule Kiel wird es in diesem Semester wieder künstlerisch, kreativ, musikalisch – von Langeweile keine Spur! Neben Veranstaltungstipps haben wir auch die brandaktuellsten News an der Muthesius für euch zusammengefasst.

## AN DER MUTHESISUS WIRD ES DIESES SEMESTER

### ...KÜNSTLERISCH

#### „MFA 2023 – MASTER OF FINE ARTS ABSOLVENT\*INNEN-AUSSTELLUNG“

Was macht die Kunst? Das zeigen Dorothee Brübach, Paola Donato Castillo, Mia Fyu, Ana Gomez, Nina Hartmann, Ana Kostova, Gabriela Lima da Cunha, Mascha Livanskaia, Amélie Munich, Isabel Murteira, Carolin Ott, Charlotte Payet, Elkin Salamanca und Alexei Vesselov. Sie sind Absolvent\*innen des Masterstudiengangs Freie Kunst an der Muthesius Kunsthochschule und haben sich für unterschiedliche Studienschwerpunkte entschieden: Malerei, Bildhauerei, Freie Kunst und Keramik, Zeichnung und Druckgrafik, Medienkunst, Interdisziplinäre künstlerische Praxis oder Kunst auf Lehramt. Ihre Abschlussarbeiten zeigen die Absolvent\*innen im spce | Muthesius, Ausstellungsraum der Muthesius Kunsthochschule an der Andreas-Gayk-Straße 7–11 vom 27. Oktober bis 25. November, mittwochs bis samstags von 14 bis 18 Uhr. Eröffnung ist am Donnerstag, den 26. Oktober, ab 18 Uhr. Der Eintritt ist frei.

#### „ARTHUR-PETERSEN-PREIS 2023“ – AUSSTELLUNG UND PREISVERLEIHUNG

Erstmals wird Ende November der Arthur-Petersen-Preis für Masterabsolvent\*innen der Muthesius Kunsthochschule vergeben. Die Arthur-Petersen-Stiftung stellt der Hochschule insgesamt 10.000 Euro zur Verfügung, um Masterabsolvent\*innen auszuzeichnen. Die Stipendien-Jury ver-

gibt vier Preise in Höhe von je 2.500 Euro für Abschlussarbeiten und -projekte der Studiengänge Freie Kunst, Raumstrategien, Industriedesign und Kommunikationsdesign. Die Preisverleihung findet am Donnerstag, den 30. November, um 18 Uhr im spce | Muthesius statt. Im Anschluss daran sind die vier prämierten Arbeiten im Ausstellungsraum der Muthesius Kunsthochschule an der Andreas-Gayk-Straße 7–11 in Kiel zu sehen. Vom 1. Dezember bis 13. Januar, mittwochs bis samstags von 14 bis 18 Uhr kannst du die besten vier Arbeiten bewundern. Der Eintritt ist frei. Gäste sind willkommen! (Der spce schließt vom 23. Dezember bis 6. Januar.)

Die besten  
Master  
Abschluss  
Petersen  
Muthesius Kunst  
E-hochschule  
PREIS

#### STUDIENINFOTAGE

### ...AUFSCHLUSSREICH

Wie sieht eine Kunsthochschule von innen aus? Und was passiert an der Muthesius Kunsthochschule eigentlich im Studium der Freien Kunst, Raumstrategien/Interior Design, des Industriedesigns oder Kommunikationsdesigns? An den Studieninfotagen vom 14. bis 15. Februar öffnet die Muthesius Kunsthochschule wieder ihre Türen – digital und vor Ort. Studierende sowie Professor\*innen stellen ihre Studiengänge vor, präsentieren Projekte und beantworten Fragen zum Studienalltag, zur Bewerbungsmappe und Zulassung. Außerdem stehen allen Interessierten an diesem Tag die Werkstätten offen – von Metallbau über Keramik bis hin zu Druckerei und Prototyping Labor. Der Eintritt ist natürlich frei! Weitere Infos zu den regelmäßig stattfindenden Mappenberatungen der Studiengänge sowie zu den Studieninfotagen findest du unter [muthesius-kunsthochschule.de/der-weg-ins-studium](https://muthesius-kunsthochschule.de/der-weg-ins-studium).

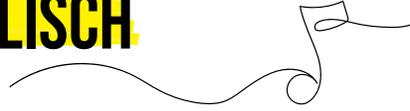


Foto: Lea Köttig

Bei den Infotagen bleibt keine Frage zu Bewerbung und Studialtag unbeantwortet!



## ...MUSIKALISCH



### ENSEMBLE KLANG- RAUSCHEN: „SCHWINGENDE SYSTEME, D – QUARTETT AUF OBJEKTEN MIT MOTOREN UND MIKROFONEN“

Wie klingt es, wenn präparierte elektronische Zahnbürsten auf speziell für ein Stück gebauten Instrumenten spielen? Das präsentiert das Ensemble Klangrauschen am Dienstag, den 17. Oktober, im Kesselhaus der Muthesius Kunsthochschule. Die Musiker\*innen Marie Yamanaka, Elizabeth Farrell, Hsin-Yi Liu und Milo Machover verfügen über langjährige Erfahrung im Bereich der Neuen Musik. Nun führen sie „Schwingende Systeme, D – Quartett auf Objekten mit Motoren und Mikrofonen“ auf – komponiert zwischen 2018 und 2020 vom Hamburger Komponisten Michael Maierhof. Die Instrumente bestehen unter anderem aus Schwammtüchern, Pappe, Stimmgabeln, Plastiklinealen und -folie. Durch die getrennte Verstärkung der vier Parts über vier Lautsprecher entsteht ein transparentes und gleichzeitig immersives Klangbild. Das ungewöhnliche Instrumentarium und der raffinierte Einsatz der Mikrofone mit Nahfeld-Übersprechungen führen zu einem unkonventionellen und extrem körperhaften Konzerterlebnis, das man den kleinen Instrumenten zunächst vielleicht gar nicht zutrauen würde. Die Performance wird ermöglicht vom Kieler Forum für zeitgenössische Musik, Partner der Sinne|Sinne-Symposiums-Trilogie. Das Ganze findet am Dienstag, den 17. Oktober, um 18.30 Uhr im Kesselhaus der Muthesius Kunsthochschule, Legienstraße 35 in Kiel statt. Der Eintritt ist frei.

Foto: Michelle Müller

### KONZERT DER MUSIKHOCHSCHULE LÜBECK IN DER REIHE „WIR IN KIEL“

Es ist eine schöne Gewohnheit, dass die Musikhochschule Lübeck (MHL) einmal im Semester ein Gastspiel im Kesselhaus der Muthesius Kunsthochschule in Kiel hat. Mit dem Konzert „Violine!Klasse!“ gibt die internationale Violinklasse von Prof. Elisabeth Weber am Mittwoch, den 6. Dezember, einen Einblick in ihre Arbeit. Zehn Studierende aus fünf Nationen präsentieren sich an der Muthesius Kunsthochschule mit einem spannenden Programm: Die jungen Musikerinnen kontrastieren Einzelsätze aus den Partiten von Johann Sebastian Bach mit Stücken aus der Sammlung „Zeichen, Spiele und Botschaften“ des ungarischen Komponisten György Kurtág. Beide Komponisten haben einen innigen Bezug zur Violine und realisieren jeder auf seine Weise die klanglichen Möglichkeiten der Violine. Das Konzert ist eines von 16 Konzerten in Schleswig-Holstein und Mecklenburg-Vorpommern, mit denen die MHL im Wintersemester 23/24 außerhalb ihres Lübecker Stammsitzes Einblicke in ihre Ausbildung junger Musikerinnen und Musiker gewährt. Das Konzert findet um 19.30 Uhr im Kesselhaus der Muthesius Kunsthochschule, Legienstraße 35 in Kiel, statt. Der Eintritt ist frei.



Foto: Prof. Elisabeth Weber



Foto: James Dyson Award

## ...INNOVATIV

### AUSGEZEICHNETES INDUSTRIEDESIGN AUS KIEL

Wie können Wälder besser vor Schädlingen wie dem Borkenkäfer geschützt werden? Darüber hat sich Konstantin Wolf, Absolvent im Industriedesign, für seine Master-Thesis Gedanken gemacht. „PILUM“ heißt die von ihm konzipierte Sonde, die Pheromone und Harzpartikel in der Luft analysiert, die auf Vorkommen von Borkenkäfern hinweisen. Mit ihrer Hilfe könnten befallene Bäume zielgerichteter behandelt und unsere Wälder geschützt werden. Für sein innovatives Konzept

hat Konstantin Wolf nun beim begehrten James Dyson Award den ersten Platz belegt. Auch mit dem IF Design Student Award ist er für „PILUM“ bereits ausgezeichnet worden. Über den Erfolg seines Master-Projekts freut sich Konstantin Wolf: „Der Gewinn des James Dyson Awards bietet mir eine Plattform für ein komplexes und relevantes Thema und eine Möglichkeit, auf das Problem aufmerksam zu machen.“

Der Studiengang Industriedesign an der Muthesius Kunsthochschule bietet Bachelor- und Master-Abschlüsse an. Im Master ist eine Spezialisierung auf Medical Design oder auf Interface Design möglich. Kernfragen des Industriedesign-Studiums sind etwa: Welche Zukunft wünschen wir uns? Welche Qualitäten sollen Technologien, unser Zusammenleben und der Umgang mit uns selbst haben? Wer gestaltet und verantwortet Veränderungen? Weitere Infos: [muthesius-kunst-hochschule.de/industriedesign](https://muthesius-kunst-hochschule.de/industriedesign)

## GESUND IM STUDIUM

# SELBSTFÜRSORGE: YOU CAN'T POUR FROM AN EMPTY CUP!

*Im Englischen gibt es die Redewendung „You can't pour from an empty cup. Take care of yourself first.“ Im übertragenen Sinne bedeutet das, dass wir erst für uns selbst sorgen müssen, damit wir in der Lage sind, uns um andere zu kümmern. Ein guter Grund für mehr Selbstfürsorge! Aber was bedeutet Selbstfürsorge und wie kannst du sie in den turbulenten Uni-Alltag integrieren?*

Lieber Studi, wenn du schon länger dabei bist, hast du bestimmt schon gemerkt, dass Studieren mit viel Eigenverantwortung verbunden ist. Nur wer die eigene Zeit gut managt und den Überblick über die eigenen To-dos behält, bekommt Hausarbeiten, Klausuren und Referate unter einen Hut und hält Abgabefristen ein. Du trägst aber nicht nur Verantwortung für deinen Erfolg im Studium, sondern auch für dein eigenes Wohlbefinden.

## WARUM IST SELBSTFÜRSORGE WICHTIG?

Deine körperliche und psychische Gesundheit ist die Basis für alle anderen Lebensbereiche. Wer völlig ausgebrannt ist, kommt mit Sicherheit auch im Studium nicht gut hinterher. Schnell bleiben Freundschaften auf der Strecke, die Anrufe bei den Eltern werden immer seltener. Statt zu kochen wird die Nummer des Lieferdienstes gewählt. Die Energie zum Sport zu gehen fehlt.

Wer sich hier wiedererkennt, sollte sich unbedingt mit dem Thema Selbstfürsorge beschäftigen. Natürlich gibt es immer mal Zeiten, zum Beispiel in der Klausurenphase, in denen wir Sport und gesunde Ernährung schweifen lassen. Das ist völlig normal. Aber wenn Stress und ungesunde Gewohnheiten

zum Dauerzustand werden, solltest du etwas ändern. Im Worst Case wirst du so nämlich irgendwann krank.

## WAS IST SELBSTFÜRSORGE?

Die World Health Organization (WHO) definiert Selbstfürsorge als Fähigkeit, Gesundheit zu fördern und zu erhalten, Krankheit vorzubeugen und mit Krankheit umzugehen. Das zeigt: Selbstfürsorge ist alles andere als nur ein Trendbegriff oder ein ‚Nice-to-have‘. Es ist vielmehr ein ‚Must-have‘, um gesund zu bleiben!

Zu viel Stress macht krank – pass auf dich auf!



Fotos: Abbie Stock

# Unsere 5 Basics der Selbstfürsorge:

*Selbstfürsorge heißt, gut für sich zu sorgen. Dafür gibt es kein Patentrezept. Jede\*r schöpft Energie aus unterschiedlichen Quellen im Leben. Während dein Kumpel beim Videospiele-spielen so richtig runterkommt, baust du vielleicht lieber beim Sport Stress ab. Trotzdem gibt es ein paar Bedürfnisse, die wir alle teilen und die erfüllt werden sollten:*

## 1. SCHLAF UND REGENERATION

Finde heraus, wie viel Schlaf du brauchst, um dich am nächsten Tag gut und leistungsfähig zu fühlen. Die meisten Menschen brauchen 7 bis 8 Stunden. Das ist aber nur ein Durchschnitt und bei jeder Person ganz individuell.

**Ultimativer Studi-Tipp:** Du hast alle Vorlesungen in den Nachmittag gelegt, um so richtig ausschlafen zu können, und bist trotzdem immer müde? Komisch, aber wahr: Zu viel Schlaf kann den gegenteiligen Effekt haben und auch müde machen.

## 5. LEBEN IM EINKLANG MIT DEN EIGENEN WERTEN

Kaum etwas frisst so viel Energie, wie gegen die eigenen Werte zu leben. Deshalb ist es wichtig, sich selbst zu kennen und sich über die eigenen Werte im Leben bewusst zu sein.

**Ultimativer Studi-Tipp:** Du bist lieber für dich und liebst es, deine Ruhe zu haben? Dann ist das WG-Leben vielleicht nichts für dich. Du liebst Tiere und bist mit Leib und Seele Vegetarier\*in? Dann solltest du den gut bezahlten Nebenjob im Steakhaus kündigen. Hinterfrage deine Entscheidungen und prüfe, ob dein Leben im Einklang mit deinen Werten ist!

Letztendlich geht es darum, dass du selbst in dich hineinhörst, was dir guttut. Für manch eine\*n ist es das Größte, die ganzen Semesterferien über auf der faulen Haut zu liegen. Andere brauchen Action, um den Semesterstress hinter sich zu lassen. Hier gibt es kein Richtig und Falsch! Hauptsache, es tut dir gut.

## 3. BEWEGUNG

Studien belegen, dass Menschen, die regelmäßig Sport machen, glücklicher sind und über ein besseres Selbstwertgefühl verfügen. Statt regelmäßig einen Sportkurs zu besuchen, können auch kleinere Bewegungseinheiten wie Spazierengehen oder Gartenarbeit helfen.

**Ultimativer Studi-Tipp:** Ja, das Semesterticket macht Busfahren besonders bequem. Aber überleg mal, wie du ohne viel Aufwand bereits zweimal pro Tag Sport machst, wenn du stattdessen das Rad zur Uni nimmst!

## 4. BEZIEHUNGEN

Der Mensch ist ein soziales Wesen. Freundschaften, Arbeitskolleg\*innen, Familie – all das gehört für die meisten Menschen zu einem erfüllten Leben dazu. Besonders für extrovertierte Menschen ist die Pflege von sozialen Kontakten ein wichtiger Teil der Selbstfürsorge.

**Ultimativer Studi-Tipp:** Frag doch mal die nette Kommilitonin, die dir im Spanischkurs immer die Vokabeln zuflüstert, ob sie nach dem Seminar noch mit auf einen Kaffee in die Mensa kommt. Im Studium ist es so leicht wie selten, neue Menschen kennenzulernen und oft entstehen dadurch Freundschaften.

# NEUE STADT, NEUES GLÜCK, NEUE WEGE

Gerade zu Hause ausgezogen und neu in Kiel?  
Hier kommen ein paar nützliche Starthilfen und  
Tipps zur Kieler Wohnungssuche.

## WELCHE WOHNUNG PASST ZU MIR?

WG-Zimmer, Singlebude oder doch lieber Wohnheim?  
Welche Wohnsituation die richtige für dich ist, liest du hier.

### Die Wohngemeinschaft

Hier teilst du nicht nur deine vier Wände, sondern auch das Leben (und den Kühlschrank) mit Mitbewohner\*innen. Stell dich ein auf ständige Gesellschaft, gemütliche WG-Abende, einen Hauch Chaos, gemeinschaftliche Putzpläne und einige Kompromisse.  
Geeignet für: Social butterflies, die nach Freundschaft, Trubel und Geselligkeit suchen

### Die eigene Wohnung

Wenn du ein Fan von Ruhe und Privatsphäre bist, ist eine eigene Wohnung genau das Richtige für dich. Hier hast du das Sagen. Du kannst nackt durch die Bude laufen, wann immer du willst, trägst allerdings auch die alleinige Verantwortung für den Haushalt.  
Geeignet für: Ruhesuchende, die nach ihren eigenen Regeln leben wollen

### Das Studierendenwohnheim

Wohnheime sind das Beste aus beiden Welten: Du hast dein eigenes kleines Reich, aber auch die Möglichkeit, in Gemeinschaftsräumen und Co. neue Kontakte zu knüpfen. Meist sind sie günstiger als WG-Zimmer, liegen nah am Campus und gelten als Partyparadies.  
Geeignet für: Kostenbewusste Studis, die Campusnähe und soziale Interaktion mögen

### Wohnen für Hilfe

Wenn du nach einer günstigen Option suchst und bereit bist, dich sozial zu engagieren, ist Wohnen für Hilfe vielleicht was für dich. Hierbei wohnst du bei jemandem (oft einer älteren Person) und hilfst im Gegenzug bei alltäglichen Aufgaben wie Einkaufen oder Gartenarbeit. Infos unter [studentenwerk.sh/de/wohnen-fuer-hilfe](http://studentenwerk.sh/de/wohnen-fuer-hilfe)  
Geeignet für: Hilfsbereite Seelen mit großem Herz und knappem Budget

### „ÜBERLEBENSTIPPS“ FÜR DEN KIELER NEUSTART

1. Klingt trocken, ist aber ein echtes Muss: Schließ eine Haftpflicht- und Hausratversicherung ab. Zweitere wird dir noch Geld und Nerven sparen, wenn das Rad aus dem Keller geklaut wird, das gute Stück aber ruckzuck ersetzt wird.
2. Neu zugezogen? Statte dem Bürger- und Ordnungsamt im Kieler Rathaus zeitnah einen Besuch ab und kassiere 100 Euro Begrüßungsgeld.
3. Sei offen für einen kurzen Schnack mit den Nachbar\*innen im Treppenhaus. So ein paar coole Kontakte in der Hausgemeinschaft sind echt hilfreich, wenn dir mal das Mehl ausgeht oder du jemanden zum Annehmen deiner Pakete brauchst.
4. Drückt auf Geldbeutel, aber führt kein Weg dran vorbei: Melde dich fix bei der GEZ und zahle deine Rundfunkgebühren. So vermeidest du üble Nachzahlungen.
5. Gilt besonders für die etwas Vergesslichen unter uns: Richte einen Dauerauftrag fürs Überweisen der Miete ein. So musst du nicht jeden Monat aufs Neue daran denken.
6. Falls nicht eh schon längst passiert: Lege dir eine gute Regenjacke und -hose zu. In Kiel kommt der Regen von allen Seiten – yup, manchmal sogar von unten!
7. Lade dir die nah.sh-App runter. So findest du immer die schnellste Verbindung zu deiner Hochschule am West- oder Ostufer und natürlich zum nächsten Strand!



Der Kieler Stadtteil Gaarden ist lebendig, günstig und bunt – auf dem Ostufer zu wohnen, kann so einige Vorzüge haben



## KIELS WOHNVIERTEL IM CHECK

Eine Stadt, zwei Ufer, viele Stadtteile. Die Kieler Förde teilt Kiel in West- und Ostufer, wir teilen ein paar Facts zu den besten Wohnvierteln für Studis.

### WESTUFER:

#### **Ravensberg**

Ravensberg ist weit oben auf der Beliebtheitskala von Studis. Kein Wunder, schließlich liegen hier auch die Uni Kiel und zahlreiche Studierendenwohnheime. Aber auch drumherum haben etliche WGs ihr Zuhause gefunden. Feiern und Ausgehen gehört dank der vielen Restaurants und Kneipen zum Programm, und im Botanischen Garten lässt es sich entspannen.

#### **Schreventeich**

Nicht weniger beliebt ist Kiel-Schreventeich. Studierende schätzen die Nähe zum Uni-Campus, zur Muthesius und Innenstadt, und mit den Öffis lässt sich auch die FH gut erreichen. Das Highlight ist wohl der Schrevenpark, der besonders im Sommer zum Studi-Magnet und place-to-be wird.

#### **Südfriedhof**

Lebendig, bunt, hip – der Stadtteil hat von allem etwas: schicke Altbauwohnungen, Grünflächen wie Moorsteichwiese und den Schützenpark, zahlreiche Spätis und Kneipen. Auch die Anbindung an die Hochschulen ist gut: Gute 10 Minuten mit dem Rad zur Uni oder Muthesius, und zu Fuß fix am Bahnhof, um in den Bus zur FH zu steigen.

### OSTUFER:

#### **Neumühlen-Dietrichsdorf**

Der Stadtteil, der vor allem für die Kieler Fachhochschule bekannt ist, lockt sowohl mit Wohnheimen direkt auf dem FH-Campus als auch mit Wohnungen zu erschwinglichen Mietpreisen. Für Unterhaltung sorgen neben dem Mediendom und Bunker-D auch das Werftparktheater nebenan in Gaarden, doch ansonsten geht drüber auf dem Westufer einiges mehr. Dennoch eine gute Lösung für FH-Studis, die viel Wert auf Campusnähe legen.

#### **Gaarden**

Gaardens Ruf ist nicht der beste, Medien berichten oft über Kriminalität. Dem entgegen wir: Gaarden ist lebendig, Gaarden ist günstig, Gaarden ist bunt! Viele Studis leben gern in Kiels Multi-kulti-Stadtteil: Sie schätzen die zentrale Lage, die bezahlbaren Mieten, die grünen Parks, und die vielfältigen Kulturen – inklusive türkischer und arabischer Supermärkte, in denen es frisches Gemüse und landestypische Leckereien gibt.

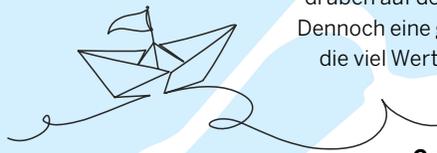
### Good to know.

Die CAU und Muthesius Kunsthochschule liegen auf dem Westufer, die FH Kiel und die Technische Fakultät der CAU auf dem Ostufer.

Wer gerne mittendrin im Geschehen ist und nach Party sucht, ist besser auf dem Westufer aufgehoben. Kostenbewusste Studis mit einer Vorliebe für wunderschöne Strände werden sich auf dem Ostufer wohlfühlen.

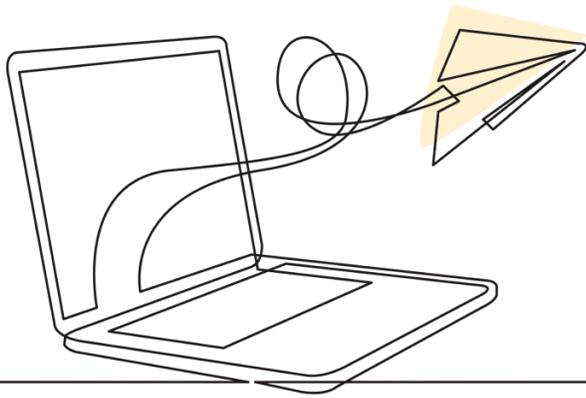
Die besten Buslinien von Ost nach West und zurück sind die 11 und 60S.

Das Semesterticket gilt in Kiel nicht nur für Busse, sondern auch für die Fähre. In nur zehn Minuten bringt dich die Schwentineline F2 von der Reventloubücke zum Anleger Dietrichsdorf.



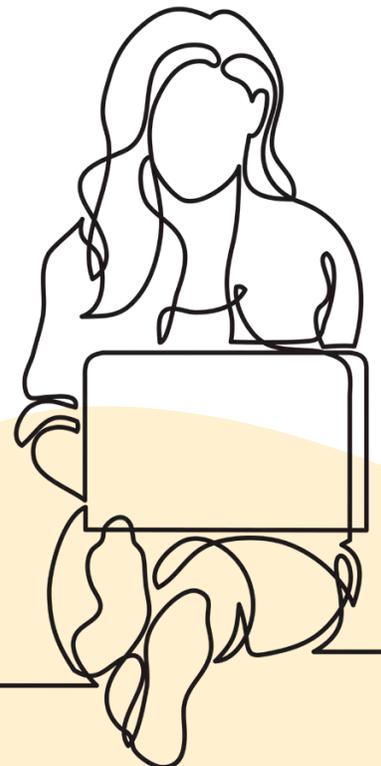


an die arbeit



## VERSCHIEBE NICHT AUF MORGEN ... WAS HEUTE SCHON SPASS MACHEN KANN!

- 042** Vom Hörsaal in den Job  
So schnappst du dir deinen Traumjob
- 044** Kieler Coworking-Spaces  
Together is our favorite place to be
- 046** Nachgefragt:  
Saskia Weber-Stiehl übers Promovieren
- 048** Echte Überflieger  
Von Schleswig-Holstein ins Silicon Valley
- 050** Starke Arbeitgeberin:  
Die Landeshauptstadt Kiel
- 052** So geht selbstständig:  
Social-Media-Profi Carla Korth im Interview
- 054** Der echte Norden  
Jobs beim Land Schleswig-Holstein



# RAUS AUS DEM HÖRSAAL, REIN INS BERUFSLEBEN

*Dein Abschluss ist zum Greifen nah oder du hast ihn sogar schon in der Tasche? Glückwunsch! Nun ist die Suche nach dem Traumjob angesagt. So gelingt dir der Sprung in die Arbeitswelt.*

## BRILLANTE BEWERBUNGS- UNTERLAGEN

Dein Lebenslauf ist deine Eintrittskarte in die engere Auswahl, also sorg dafür, dass er glänzt! Betone dazu deine relevanten Praktika, Nebenjobs und Qualifikationen, und vergiss nicht, deinen Uni-Abschluss in den Mittelpunkt zu rücken – der ist schließlich der Star der Show. Beim Anschreiben hingegen zählt Persönlichkeit. Erzähl deine Geschichte und mache deutlich, warum du für den Job brennst. Aber kurz und knackig bitte – HR-Manager\*innen haben keine Zeit für Romane.

## WELCHER JOBTITEL DARFS DENN SEIN?

Verschwende keine Zeit damit, wahllos Bewerbungen zu verschicken, sondern konzentriere dich auf Jobs, die zu deinem Profil passen. Suchst du zunächst ein Praktikum? Top! Das klingt zwar erst mal weder nach Traumjob noch nach viel Geld, aber: Ein Praktikum schenkt dir die Chance, Erfahrungen zu sammeln, Firmen oder Branchen kennenzulernen, und herauszufinden, was du (nicht) willst. Vielleicht hältst du auch Ausschau nach einem Trainee-Programm? Das ist mit einer Ausbildung vergleichbar und perfekt für alle, die schon wissen, in welche Richtung es gehen soll. Oder du planst einen Einstieg als Junior? Kein Problem, wenn du schon während des Studiums ein wenig Erfahrung in dem Gebiet sammeln konntest (am besten zwischen ein und drei Jahren).

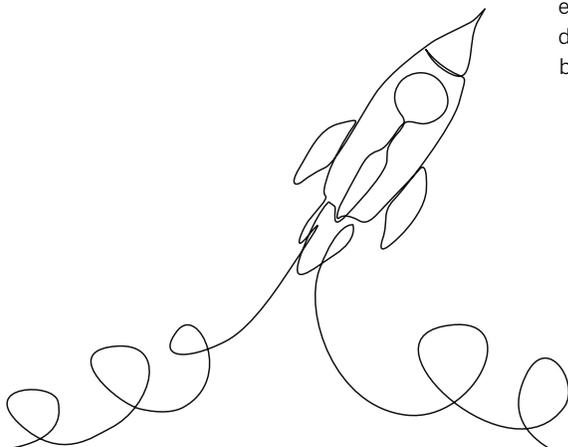


## GEWUSST, WO GESUCHT

Schau dich um auf (branchenspezifischen) Jobportalen, Unternehmenswebseiten und sogar in sozialen Medien – hier schalten Unternehmen immer häufiger ihr Stellengesuch und auch über die Hashtagsuche kannst du hier ganz easy nach Stellenangeboten suchen. Ganz vorne mit dabei sind außerdem berufliche soziale Netzwerke wie LinkedIn oder Xing. Hier zieht es meist super, wenn du ein gut gepflegtes, aktuelles Profil hast und dich hier und da an fachlichen Diskussionen beteiligst.

## DAS GROSSE GESPRÄCH: DAVOR, DABEI, DANACH

Wenn du zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen wirst, bereite dich gründlich vor (duh!). Recherchiere das Unternehmen und schnack deine Antworten am besten noch mal mit jemandem durch. Während des großen Auftritts darfst übrigens auch DU Fragen stellen. Schließlich musst du genauso wie dein Gegenüber wissen, was dich erwartet. Nach dem Vorstellungsgespräch schadet es nicht, eine kurze Dankesnachricht zu schicken. Wenn sich das Unternehmen nach zwei Wochen noch nicht gemeldet hat, gilt: Follow-up ist kein Tabu. Frag höflich nach und betone dein Interesse. Führt die Bewerbung nicht zum Erfolg, so merke dir: Eine Absage ist keine Niederlage, sondern eine Gelegenheit, dazulernen. Bitte um Feedback und setze es beim nächsten Versuch in die Tat um.





AN DIE ARBEIT

## PRAKTIKA BEI KIEL-MARKETING

Jetzt anheuern bei Kiel-Marketing

Hast du Lust, coole Veranstaltungen wie den Bootshafensommer zu organisieren? Möchtest du bei der offiziellen Tourismusmarketingorganisation der Stadt Kiel in die Kommunikation reinschnuppern? Oder begeisterst du dich fürs Segeln? In den Geschäftsbereichen Presse & Öffentlichkeitsarbeit, Sailing und Business, Online, Tourismus sowie Stadt- und Citymanagement bietet **Kiel-Marketing** viele unterschiedliche Praktika an. Egal ob freiwilliges oder Pflichtpraktikum, das Team freut sich auf deine Bewerbung: Am besten klickst du dich gleich online rein unter [www.kiel-sailing-city.de](http://www.kiel-sailing-city.de).



Fotos: Kiel-Marketing.de



## Du hast Lust auf Gastro?



Wir suchen pfiffige, studentische Aushilfen für die Bereiche Service und Küche.

Wir sind ein familiengeführtes, frisches Team und bieten:

- mitbestimmte Arbeitszeiten
- faire Bezahlung
- ein abwechslungsreiches Umfeld

Winerbeker Weg 49 • 24114 Kiel

Tel. 04 31 / 642 107

[info@hds-kiel.de](mailto:info@hds-kiel.de)

[www.hds-kiel.de](http://www.hds-kiel.de)

## INFOTAGE

Master Waldorfehrkraft



Vereinbaren Sie ein persönliches Beratungsgespräch!



Quereinstieg möglich!

[info@waldorf-kiel.de](mailto:info@waldorf-kiel.de)  
[www.waldorf-kiel.de](http://www.waldorf-kiel.de)  
 ☎ 0431 800 680



### Termine Infotage 2024:

16. März, 10 - 13 Uhr  
 27. April, 10 - 13 Uhr  
 01. Juni, 10 - 13 Uhr  
 06. Juli, 10 - 13 Uhr  
 17. August, 10 - 13 Uhr

in Kooperation mit  Freie Hochschule Stuttgart  
 SEMINAR FÜR WALDORFPÄDAGOGIK

# AUS NOTLÖSUNG WIRD LIEBLINGSSCHREIBTISCH

*Kannst du dich zu Hause auch so schlecht konzentrieren? Überall lauert Ablenkung! Aber was tun, wenn die Bibliothek aus allen Nähten platzt? Gleich an vier Orten in Kiel warten wahre Konzentrationswunderländer auf dich. Alle haben eins gemeinsam: das Konzept Co-Working.*

Von Sveja Zingraff

## EGAL OB ALLEIN ODER ALS GRUPPE

Die modernen Co-Working-Spaces bieten eine energiegeladene und dennoch ruhige Atmosphäre für jeden Punkt auf der To-do-Liste. Die großen Konferenzräume und ruhigen Ecken sind für jede Einzel- und Gruppenarbeit ein absolutes Muss. Versorgt werden die rauchenden Köpfe mit Internet, Getränken und manchmal sogar mit Duschen und Tischkicker, um sich auch mal eine Pause zu gönnen. Dabei treffen so viele verschiedene Individuen aufeinander, dass man sich hervorragend austauschen und Inspirationen sammeln kann. Jeder der Kieler Co-Working-Spaces hat sein eigenes kleines Erfolgsgeheimnis ...



## COWORK NORD KIEL

Im Kieler Innovations- und Technologiezentrum sorgt die moderne Office-Infrastruktur für eine optimale Arbeitsatmosphäre. Dabei gibt es die Möglichkeit, Tages-Desks zu buchen, die einem WLAN, Kaffee und Tee bereitstellen. Es gibt sowohl Co-Working-Räume als auch Stillarbeitsräume, ganz nach dem persönlichen Bedarf. Wer jeden Tag einen Platz garantiert haben möchte, kann den Flex- und Fix-Desk buchen und bekommt für einen Monat 24/7 einen Schlüssel und Zugang zum Arbeitsplatz und sogar die Möglichkeit, vor Ort zu duschen. Gerade die Nachteulen müssen sich hier also nicht an Öffnungszeiten halten.

**Cowork Nord**  
Schauenburger Straße 116  
[www.coworknord.de](http://www.coworknord.de)

## COBL

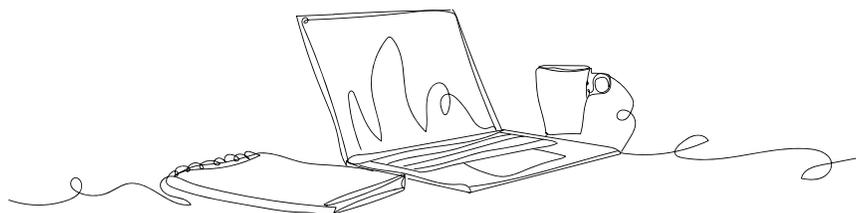
Im COBL wird man auf charmante Weise zur Arbeit und Konzentration aufgefordert. Der ehemalige Club erinnert mit den gemütlichen Sofas und Schaukeln eher an ein rustikales Café. Die großen Tische bieten genug Platz für kleine Grüppchen. Im Sommer darf beim produktiven Arbeiten auf der Terrasse sogar die Sonne genossen werden. Willkommen im Wohnzimmer mit Arbeitsatmosphäre! Auch hier werden allerlei heiße und kalte Getränke angeboten und nach dem langen Arbeits- oder Lerntag verwandelt sich der Ort abends in eine kultige Bar – perfekt für den Feierabend!

**Cobl**  
Legienstraße 40  
[www.cobl.opencampus.sh](http://www.cobl.opencampus.sh)

## FLEET 7 & STARTERKITCHEN.DE

Auch in der Nähe des kleinen Kiels und im Wissenschaftspark Kiel warten weitere zwei der magischen Fokusträume darauf, erobert zu werden. Der Fleet 7 lädt ebenfalls zum kreativ und produktiv werden ein – und natürlich zum Pause machen! Am Tischkicker kommst du zwischendurch auf andere Gedanken. Mit kleinen Workshops und Events bietet die Starterkitchen.de die Kirsche auf der Co-Working-Sahnetorte. Wer an der Gründung eines Start-ups interessiert ist oder mit dem eigenen Start-up einen geeigneten Ort für den kreativen Flow finden möchte, ist hier genau richtig. Neben dem Co-Working ist Starterkitchen.de auch ein Ort des Networkings. Mittwochs kann sich bei einem gemeinsamen Frühstück in Ruhe ausgetauscht werden.

**FLEET 7**  
Fleethörn 7  
[www.fleet7.de](http://www.fleet7.de)  
**Starterkitchen**  
Kuhnkestr. 6  
[www.starterkitchen.de](http://www.starterkitchen.de)



# ALTERNATIVE ZUM STUDIUM GEFÄLLIG?

Im Ausbildungsmagazin „Geht Los!“ entdecken angehende Berufseinsteiger\*innen nicht nur vielfältige Studiengänge, sondern auch die über 325 Ausbildungsberufe, die existieren.

Eine Entscheidung zu treffen, kann angesichts dieser beeindruckenden Vielfalt eine Herausforderung sein. Doch diese Vielzahl an Ausbildungsberufen deutet bereits darauf hin, dass eine Ausbildung ein ausgezeichneter Einstieg ins Berufsleben sein kann. Tatsächlich ist nur ein Bruchteil der Möglichkeiten vielen Menschen bekannt.

Die aktuelle Ausgabe des Azubimagazins „Geht Los!“ widmet sich dem Ziel, angehenden Auszubildenden eine breite Palette von Berufen vorzustellen und ihnen wichtige Informationen zu geben. Dabei betont das Magazin die Bedeutung, dass das Offensichtliche nicht immer die beste Wahl sein muss. Es ist entscheidend, dass Schülerinnen und Schüler ihre eigenen Gedanken über sich selbst, ihre Wünsche, Bedürfnisse und Fähigkeiten machen. Eine freie Herangehensweise eröffnet

ihnen die Möglichkeit, vielfältige Optionen zu entdecken – vielleicht sogar Aspekte, die ihnen zuvor nicht bewusst waren.

Die Berufswahl beginnt mit Fantasie und Kreativität, bevor sie in die praktische Umsetzung übergeht. Das „Geht Los!“-Team bietet zahlreiche Tipps und Anregungen, um den passenden Beruf zu finden, angefangen von der erfolgreichen Bewerbung bis hin zu den ersten Tagen in der Ausbildung. Somit erhalten die Leserinnen und Leser nicht nur Einblicke in interessante Berufsbilder, sondern auch in Betriebe und Unternehmen aus Schleswig-Holstein und Hamburg, die engagierte Nachwuchskräfte suchen. Vielleicht entdecken sie in der Jobbörse genau das richtige Stellenangebot für sich. Ein Blick in das Magazin unter [www.gehtlos-sh.de](http://www.gehtlos-sh.de) lohnt sich, um online die spannende Welt der Ausbildung zu erkunden!



*Plan B*  
Studium ist nicht das Richtige für dich? Kein Grund zur Verzweiflung! Probierts doch mal mit einer Ausbildung.

## AM SEGELHAFEN HOTEL \*\*\*

### Wir suchen Aushilfskräfte m/w/d

Im Frühstücksservice, der Zimmerreinigung und an der Rezeption.

Minijob oder Studentenjob mit max. 20 Stunden pro Woche.

- **Voraussetzung:**  
Zuverlässigkeit, Lust an der Arbeit und an Teamarbeit.

Bewerbungen bitte per Mail an Frau Claudia Weith.  
[Buchhaltung@am-segelhafen-hotel.com](mailto:Buchhaltung@am-segelhafen-hotel.com)



### Am Segelhafen Hotel GmbH

Schönberger Straße 32–34  
24148 Kiel

Tel: 0431 / 72 990 0

Fax: 0431 / 72 990 44

[www.am-segelhafen-hotel.com](http://www.am-segelhafen-hotel.com)

# PROMOVIEREN GEHT ÜBER STUDIEREN

Forschen, dabei Geld verdienen und am Ende springt sogar ein Dokortitel bei raus – die Rede ist von der Promotion. Saskia Weber-Stiehl ist Doktorandin und weiß, wie viel Arbeit dahinter steckt. Im Interview mit FIETE erzählt die 26-Jährige, was es zum Promovieren braucht.

## FIETE: Was und wo hast du studiert?

**Saskia:** Ich habe meinen Bachelor in Allgemeiner Biologie mit Nebenfach in Chemie an der Lindenwood University in Illinois gemacht, den Master in Infektionsbiologie an der Uni Lübeck.

## Warum hast du dich für eine Promotion entschieden?

In meiner Thesis hab ich zum Thema Darmkrankheiten am Institut für Klinische Molekularbiologie (IKMB) des UKSH Kiel geforscht und fand das unglaublich spannend, gleichzeitig frustrierte mich eines: Wenn Patienten zum Beispiel die chronische Darmentzündung Morbus Crohn diagnostiziert bekommen, weiß bis heute niemand genau, wo das herkommt. Diese Problematik macht es aktuell noch schwierig, spezifische Therapien zu entwickeln. Deshalb möchte ich herausfinden, wie man den Menschen zukünftig helfen kann – auch, um langfristig das Darmkrebsrisiko zu minimieren. Die Promotion und die Tatsache, dass ich nach erfolgreicher Bewerbung am IKMB bleiben konnte, ermöglichen es mir, meine Forschungen fortzuführen und Behandlungsmöglichkeiten näherzukommen.

*„Ich möchte mit meiner Forschung herausfinden, wie man darmerkrankten Menschen helfen kann.“*

## Welche Aufgaben gehören zu deinem Arbeitsalltag?

Einen Großteil nimmt die Laborarbeit in Anspruch. Dabei führe ich verschiedene Experimente mit humanen Zellen, Organoiden und Mäusen durch. Ein weiterer Teil ist die Betreuung von Masteranden, die ich auf ihrem Weg zur Masterarbeit begleite. Hin und wieder



fahre ich auch zu Konferenzen, auf denen ich meine Forschungen vorstelle und gleichzeitig jede Menge Input von anderen Forschenden kriege. Ansonsten lese ich viel Fachliteratur. Man muss schließlich immer auf dem neuesten Stand sein und wissen, was in anderen Laboren passiert.

## Mit welchen Erwartungen bist du in die Promotion gegangen und welche haben sich als falsch, welche als richtig herausgestellt?

Ich wollte vor allem selbstständig an meinem Projekt aus der Masterarbeit weiterarbeiten und mehr Verantwortung übernehmen – genau das ist der Fall. Böse Überraschungen gabs zum Glück keine, da ich meine Arbeitsgruppe ja schon aus dem Master kannte und daher wusste, was auf mich zukommt. Mein größter Tipp ist deshalb, sich die Arbeitsgruppe, in der man promovieren möchte, vorher anzuschauen, sei es durch eine Masterarbeit oder ein Praktikum.

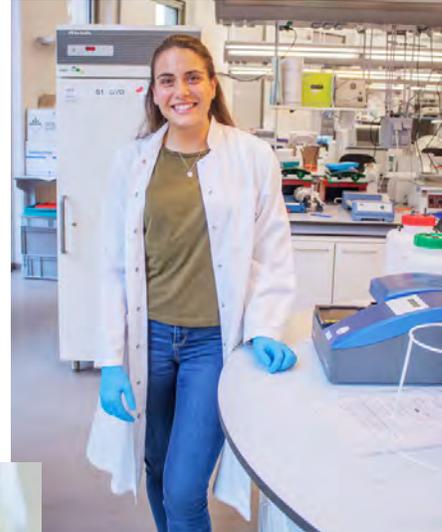
## Was hat dir zu Beginn der Promotion geholfen, dich einzufinden?

Der Austausch mit den anderen Doktoranden und meinem Doktorvater Felix Sommer (Leiter der Junior Research Group „Functional Host-Microbiome Research“) hat super geholfen. Und ich hatte wahnsinniges Glück mit unseren technischen Assistentinnen, die mir bei experimentellen Fragen immer zur Seite standen. Auch richtig hilfreich: Das Graduiertenzentrum der CAU bietet viele Kurse für Promovierende an. Ich hab bei „Scientific Writing“ für meine Schreibskills – vor allem auch auf Englisch – und „Good Scientific Practice“ mitgemacht und dabei den ganzen bürokratischen Kram rund ums Labor gelernt.

## Welche Hürden musstest du bisher überwinden?

Zeitmanagement fällt mir echt schwer. Ich möchte einerseits natürlich mein Projekt voranbringen, andererseits aber auch noch

„Auch missglückte Experimente öffnen oft neue Türen für frische Ansätze.“



ein Privatleben haben. Man muss auf jeden Fall damit rechnen, dass das eine oder andere Wochenende mal draufgeht. Zu Beginn fand ich es außerdem gar nicht so leicht, Präsentationen vor Publikum zu halten und wissenschaftlich zu schreiben. Aber: Es wird alles besser, man gewöhnt sich dran! Nur an eine Sache nicht: Ich darf auf der Arbeit nicht naschen, weil Essen im Labor verboten ist ... (lacht)

#### Was waren deine Highlights?

Ich durfte an einem literaturbasierten Paper mitschreiben und bei der Forschung eines wissenschaftlichen Papers unterstützen – beide wurden publiziert! Ein veröffentlichtes Paper ist immer ein Riesenerfolg, auf den alle im Labor hinarbeiten. Momentan schreibe ich sogar mein erstes eigenes.

#### Welche beruflichen Möglichkeiten gibt es, wenn der Doktor erst mal in der Tasche ist?

Da gibts ganz viele Berufswege. Man kann zum Beispiel weiterhin eine akademische Laufbahn mit dem Ziel der Professur verfolgen oder in die Industrie gehen. Theoretisch steht einem sogar ein Quereinstieg ins Lehramt offen. Ich möchte nach meinem Doktor noch ein bisschen in der Forschung bleiben und strebe den sogenannten Postdoc an. Und danach? Mal schauen. Eins nach dem anderen.

Die Pflege der Zellkulturen ist eine von vielen Aufgaben, die zu Saskias Laboralltag gehören

#### Was sollten potenzielle Doktorand\*innen mitbringen?

Man muss belastbar sein, darf sich nicht zu schnell abschrecken lassen und sollte ab und zu auch die Zähne zusammenbeißen können. Außerdem sollte die Frustrationstoleranz recht hoch sein, denn gerade bei Versuchen im Labor läuft es nie, wie geplant. Aber keine Sorge: Auch missglückte Experimente öffnen oft neue Türen für frische Ansätze. Mit jedem Ergebnis, ob positiv oder negativ, kommt man seinem Ziel näher – und dafür lohnt sich das alles so sehr!

Das Interview führte Finja Thiede

## Noch Fragen?

**Voraussetzungen:** Promovieren darf, wer einen Masterabschluss, ein Diplom, ein Staatsexamen oder einen Magister hat. Üblicherweise wird eine Abschlussnote von mindestens 2,5 verlangt. Außerdem musst du dir zum Zweck der Betreuung eine Doktormutter oder einen Doktorvater suchen, bevor du dich für die Promotion bewirbst.

**Doktorarbeit:** Die Dissertation beruht auf deinen eigenen Forschungen und bringt neue wissenschaftliche Erkenntnisse. In geisteswissenschaftlichen Fächern liegt die Seitenzahl bei 200–400 Seiten, in naturwissenschaftlichen Fächern häufig bei etwa 50–150 Seiten.

#### Informationsmöglichkeiten an deiner Hochschule:

**CAU:** [graduierenzentrum.uni-kiel.de/de](http://graduierenzentrum.uni-kiel.de/de)  
**Muthesius:** [muthesius-kunsthochschule.de/forschung-und-projekte/promotionen](http://muthesius-kunsthochschule.de/forschung-und-projekte/promotionen)

**FH Kiel:** Vizepräsident Prof. Dr. Tobias Hochscherf ([tobias.hochscherf@fh-kiel.de](mailto:tobias.hochscherf@fh-kiel.de)) berät FH-Studis über kooperative Promotionsmöglichkeiten

**Interessierte aller schleswig-holsteinischen Hochschulen** berät Susanne Czech ([susanne.czech@fh-kiel.de](mailto:susanne.czech@fh-kiel.de)) vom Promotionskolleg SH



Jubel bei den Überfliegern 2023:  
Clemens Winter, Benjamin Klink, Dr. Henning Winterfeld, Dr. Timo Schöber, Frank Simoneit, Alexander Claas, Torben Jessen, Wirtschaftsminister Claus Ruhe Madsen, Angel Alberto Isais Diaz, Axel Schulz (The Bay Areas), Bastian Klemke, Julian Seyfarth, Dr. Anke Rasmus (StartUp SH), Adrian Sarwari, Johanna Bartels, Yves Lehmkühl, Denise Hank und Börrie Schneider (Marketing Club Schleswig-Holstein).

# INNOVATIVE GESCHÄFTSIDEEN

*Sechs Start-ups aus Schleswig-Holstein erobern das Silicon Valley.*

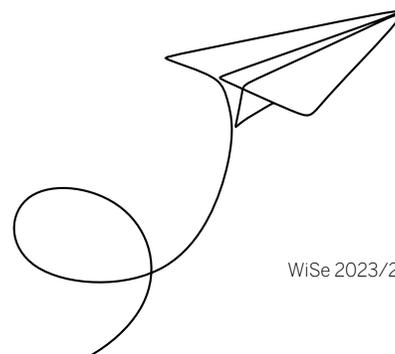
Laromed, Lambda9, Nascit, Plantobelly, Ivlup!HR und Epic AI haben im Finale des 5. Überflieger-Wettbewerbs triumphiert. Diese sechs aufstrebenden Unternehmen sind überglücklich und bereiten sich auf eine intensive Start-up-Reise nach San Francisco und ins Silicon Valley vor. Zum Jubiläum des Wettbewerbs wurde erstmals ein Sonderpreis für etablierte Start-ups vergeben. Bastian Klemke von Plantobelly freut sich über den Sieg: „Wir werden das Silicon Valley grün machen.“ Sein Start-up hat ein System zur professionellen Feuchtigkeitsüberwachung von Straßenbäumen und Stadtbegrünung entwickelt. Clemens Winter von Laromed ist ebenfalls gespannt auf die Reise: „Wir wollen prüfen, ob unsere Innovation auch für den US-Markt interessant sein könnte.“ Laromed entwickelt smarte, vollautomatisierte Pflege-lösungen und gehört zu den Gewinner\*innen in der Kategorie Later Stage. Wirtschaftsminister Claus Ruhe Madsen betonte bei der

Preisverleihung die Bedeutung von Innovationen für Deutschland und Schleswig-Holstein. Er gehört auch zur Jury des Wettbewerbs und ist überzeugt von der Innovationskraft der Region.

## THINK BIG!

Die Reise ins Silicon Valley steht unter dem Motto „Think big!“ und bietet den Start-ups die Möglichkeit, amerikanische Investor\*innen, Start-ups und Wirtschaftsvertreter\*innen persönlich zu treffen. Der Überflieger-Wettbewerb wird bereits zum fünften Mal von den Vereinen StartUp SH, Marketing Club Schleswig-Holstein und The Bay Areas in Zusammenarbeit mit dem Wirtschaftsministerium veranstaltet. Zum Jubiläum wurde ein Sonderpreis für etablierte Start-ups ausgelobt. Die Reise ist für Februar 2024 geplant und dauert 14 Tage für die Later Stage Start-ups, um ihre Kontakte

zu vertiefen und sich stärker auf Internationalisierung und Wachstum zu konzentrieren. Der Wettbewerb wurde durch das Engagement von etablierten Unternehmen und Institutionen möglich gemacht. Die Sponsor\*innen unterstützen die jungen Unternehmen in Schleswig-Holstein und fördern die Vernetzung sowie Partnerschaften. Sowohl der Marketing Club als auch The Bay Areas überreichten den neun Finalist\*innen kostenlose Jahresmitgliedschaften, um das Netzwerken vor Ort zu erleichtern und den Austausch mit den Gründerinnen und Gründern zu fördern. Mehr unter [www.diwish.de](http://www.diwish.de).



# OHNE MOOS NIX LOS

Neben einer smarten Idee und viel Enthusiasmus braucht es zum Gründen vor allem eines: die Finanzspritze. Was du neben klassischen Bankdarlehen und Krediten noch für Möglichkeiten hast, verraten wir dir hier.

## 1. STIPENDIEN

Viele Organisationen bieten Stipendienprogramme speziell für Unternehmensgründer\*innen an. Das Gründungsstipendium Schleswig-Holstein und das EXIST-Gründerstipendium zum Beispiel unterstützen Interessierte, die eine innovative, technologieorientierte oder wissensbasierte Geschäftsidee entwickelt haben, finanziell und mit der Bereitstellung eines Arbeitsplatzes.

## 2. WETTBEWERBE

Bei Wettbewerben für Jungunternehmer\*innen winken nicht nur Preisgelder, sondern auch wertvolles Feedback von Branchenprofis und die Chance, sich in der Start-up-Szene zu vernetzen. Top Challenges sind beispielsweise der GründungsCup der Kiel-Region oder die Prototypingweek der Kieler Starterkitchen.



## 3. BUSINESS ANGELS

Business Angels supporten dich finanziell, teilen Erfahrungen und Kontakte mit dir, und lauern zum Beispiel auf Pitch-Events oder in Netzwerken wie dem Business Angels Netzwerk Deutschland (BAND). Wichtig ist, jemanden zu finden, der oder die nicht nur Kapital bereitstellt, sondern auch zur Vision deines Unternehmens passt.

## 4. CROWDFUNDING

Crowdfunding hat sich in den letzten Jahren zu einer beliebten Finanzierungsmethode für Start-ups entwickelt. Dabei werden auf Plattformen wie Kickstarter, Startnext oder GoFundMe Leute um Spenden gebeten. Wichtig: Das Crowdfunding hat immer eine vorab festgelegte Summe als Ziel und eine begrenzte Laufzeit.

Foto: Adobe Stock

ZEITANKER, das Uhrengeschäft in der Holtener Straße, stellt ein:

# studentische Mitarbeitende

auf 520 € Basis

**Geboten werden Dir:** Stundenlohn oberhalb des Mindestlohns, ein Arbeitsplatz in Uninähe, Arbeitszeiten nach individueller Vereinbarung, Samstag und Sonntag bleiben bei Zeitanker immer frei!

**Das solltest Du mitbringen:** Spaß am Umgang mit Kunden, ein bisschen handwerkliches Geschick, Lernbereitschaft und Konzentrationsfähigkeit.

**Bei Interesse** komm einfach wochentags zwischen 18 und 19 Uhr vorbei und alles weitere besprechen wir persönlich!

**ZEITANKER** Timo Keil  
Holtener Straße 88 • Kiel

montags-freitags

10-14 Uhr

16-19 Uhr

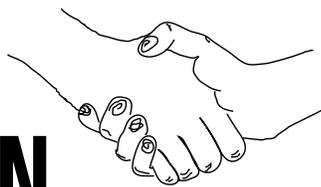
samstags geschlossen



Mit anderen gemeinsam Stadt und Zukunft gestalten – die Landeshauptstadt bietet große thematische Vielfalt in allen Aufgabenbereichen



# VON MENSCH FÜR MENSCHEN



*Überall ist es sichtbar: Kiel entwickelt sich für das Morgen. Die Stadt mit der Ostsee in ihrer Mitte ist auf dem Weg zur nachhaltigen und kreativwirtschaftlichen Metropole Schleswig-Holsteins. Und öffnet dabei ihre Stellen konsequent für Karrieren auch verwaltungsfremder Berufsgruppen.*

Viele Hände gestalten Kiels Wandel zur nachhaltigen Kreativmetropole des Nordens: Und damit werden auch die städtischen Berufe vielfältiger. So sucht Kiel zurzeit in acht Berufsklustern Verstärkung. Von Planung und Bau über Berufe im Medien- und Digitalbereich bis hin zu Traineeprogrammen und dualen Studiengängen, z. B. für Stadtplanung oder Bauingenieurwesen: In Kiel sind viele Zugänge möglich.

„Zurzeit suchen wir neben ITlern auch Erzieher\*innen, Bereitschaftsärzt\*innen, Ingenieur\*innen, BWLer\*innen sowie Kolleg\*innen als Einsatzkräfte“, so die Abteilungsleiterin der Personalgewinnung der Landeshauptstadt, Sylvia Doose. Mit Qualifikationsmaßnahmen für Quereinsteiger\*innen und Traineeprogrammen bieten sich auch für Berufsumsteiger\*innen und akademische Talente viele Wege in die Stadtverwaltung. Medienwandel und Verwaltungsdigitalisierung schaffen auch neue Berufe: So hat Kiel neben stadtweit tätigen Digital Coaches auch im Feld Vielfalt, Chancengleichheit und Diversity Stellen neu strukturiert.

## CHARMANT, FREIGEISTIG, LEBENDIG

Die **Landeshauptstadt** zieht Menschen an, die einen charmanten, freigeistigen und lebendigen Lebensmittelpunkt am Wasser suchen. Die stadtnahe Küstenlinie und die zahllosen Parks, Grünflächen, Radrouten und Strände, die Kreuzfahrer neben den historischen Seglern an der Förde – die Stadt vereint das Flair der modernen Hafenstadt mit einer nachhaltigen Stadt- und Quartiersentwicklung für morgen. „In der Kieler Stadtverwaltung finden sich Menschen verschiedenster Herkunft und Expertise“, sagt Personaldezernent Christian Zierau. „Die richtige Mischung im Team und mit den Menschen zu finden, das macht unseren Service stark für die Zukunft“, beobachtet auch Chief City Officer Jutta Schlemmer. Warum die Verwaltung als Arbeitgeberin? Diese Frage beantwortet Max, nach der Ausbildung heute Hauptsachbearbeiter, so: „Kiel bot mir schon im Studium ein vielfältiges Leben. Jetzt findet meine Familie hier alles, was sie braucht – und ich kann

Leben und Arbeiten zu einem sinnvollen Ganzen vereinen – Kiel bietet Chancen für individuelle Entwicklung



bei der Stadt individuell arbeiten, auch wenn die Kinder Betreuung brauchen. Nach der Geburt des Jüngsten habe ich vorübergehend auf Teilzeit reduziert.“

## STADT FÜR ALLE BESSER MACHEN

„Mein Beruf ist vielfältiger als erwartet“, weiß auch Trainee Laura. „Häufig richten wir Veranstaltungen für Bürger\*innen aus und machen damit Verwaltung transparent“, schildert die Kollegin, die mit dem Kieler Programm Stadt\*TALENTE startete. „Direkt nach dem Studium brachte mir der Job Sicherheit und Perspektive“, freut sie sich. „Alle hier treibt an, jeden Tag die Dinge ein Stück weit besserzumachen“, ist Personaldezernent Zierau sicher. „Und wir freuen uns über jede\*n, der Kiel mit uns zum Positiven verändert.“

**Auch Du willst Kiel für ein gutes Morgen verändern? Informiere Dich über Deine neue Stelle unter [kiel.de/frischkopp](https://kiel.de/frischkopp).**

*Kiel sucht*

**frische Köpfe**

#frischköpfe



*zum*  
**Verwaltung  
gestalten**

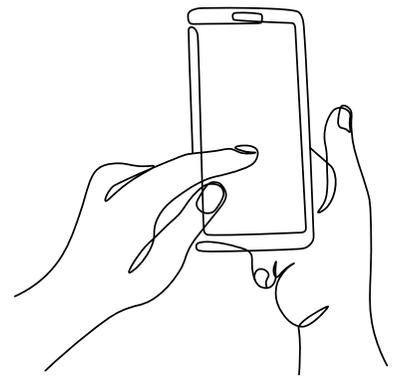
**KIEL KANN MEER. Und Du?**

Wir suchen Dich - Du willst Projekte entwickeln, Gesellschaft verändern und denkst die Stadt zuerst für den Menschen?

Bewirb dich jetzt bei einer Stadt, die morgen kann.

## SELBSTSTÄNDIGKEIT?

# „DU MUSST RICHTIG BOCK DRAUF HABEN!“



*Vom Studium zur Festanstellung bis in die Selbstständigkeit – Carla Korth hat die abenteuerliche Reise gewagt. Wie das funktioniert? FIETE hat nachgefragt.*

**FIETE: Carla, vor der Selbstständigkeit gabs bei dir noch einige Zwischenstationen. Erzähl mal.**

Carla: Von 2014 bis 2018 hab ich Multimedia Production an der FH Kiel studiert, danach arbeitete ich vier Jahre im Social Media Team des Kieler Medienhauses falkemedia. Dort stieg ich vom Praktikum zu einer Junior Position auf und übernahm schließlich sowohl die Senior Position als auch die Teamleitung. Doch dann wurde es Ende 2022 Zeit, mir den schon immer da gewesenen Wunsch nach der Selbstständigkeit zu erfüllen.

**Womit hast du dich selbstständig gemacht?**

Ich berate im Bereich Online-Marketing mit Fokus auf Social-Media-Marketing und biete Workshops für Content Creation an. Zusätzlich lehre ich den richtigen Umgang mit künstlicher Intelligenz. Mein Ziel ist, Unternehmen zu unterstützen, im digitalen Zeitalter effektiv und zeitgemäß zu agieren.

**Steuern, Versicherung und Buchhaltung – wie steigt man da durch?**

Wer Bekannte hat, die auch selbstständig sind, fragt am besten nach. Außerdem gibt es von der Agentur für Arbeit mehrtägige Workshops zum Thema Selbstständigkeit, die werden sogar finanziert.

**Welche ersten Schritte hast du unternommen?**

Zunächst stand die Ausarbeitung eines detaillierten Businessplans und Finanzplans auf der To-do-Liste. Besonders hilfreich dabei war die Gründerplattform.de – hier gibt es nicht nur wertvolle Infos, sondern auch interaktive Tools für die Dokumentenverwaltung und rechtssichere Vertragsvorlagen.



Social Media all day long – im Bereich digitale Kommunikation kennt sich Carla bestens aus!

*„Safe to say: Selbstständigkeit ist eine Achterbahnfahrt der Gefühle.“*

**Was sollte man mitbringen?**

Die intrinsische Motivation – du musst richtig Bock drauf haben, eigenverantwortlich zu arbeiten und Entscheidungen zu treffen! Wer für die Selbstständigkeit brennt, kann darin seine Erfüllung finden.

**Hattest du anfangs Zweifel oder Ängste?**

Natürlich! Ehrlich gesagt, auch jetzt noch. Safe to say: Es ist eine Achterbahnfahrt der Gefühle. An manchen Tagen kommt eine Anfrage nach der nächsten, und dann gibt es da auch Tage, da läuft's nicht so rund. Diese Höhen und Tiefen gehören dazu.

**Wie stehst du zur Redewendung „selbst und ständig“?**

Klar, das hat schon seinen wahren Kern, vor allem in der Gründungsphase. Gleichzeitig

beobachte ich einen spürbaren Wandel in der Arbeitskultur und der Einstellung zur Work-Life-Balance. Für mich war es von Anfang an wichtig, Grenzen zu ziehen: Zeit für Erholung einplanen, Pausen machen, auch mal „Nein“ sagen. So sorg' ich nicht nur für mein Wohlbefinden, sondern auch für die Qualität meiner Arbeit.

**Hast du noch einen Tipp an Studis, die sich auch selbstständig machen wollen?**

Vernetzt euch aktiv – auch schon während des Studiums. Nehmt zum Beispiel an Uni-Events teil, geht zu Branchentreffen, knüpft Kontakte bei Alumni-Veranstaltungen und seid aktiv auf Plattformen wie LinkedIn.

*Das Interview führte Finja Thiede*

# AUF DER KARRIERE-LEITER BIS ZUR LEITUNG

Bei EDEKA Nord zu arbeiten, bedeutet bestehende Pläne neu denken, eigene Ideen einzubringen und sich selbst weiterzuentwickeln. Wer könnte das besser bestätigen als Patrick Heß ...

Begonnen hat die Karriere von Patrick Heß bei **EDEKA Nord** 1992 mit einer Ausbildung zum Groß- und Außenhandelskaufmann. Nach Absolvierung des Juniorenaufstiegsprogramms, der berufsbegleitenden Ausbildung zum Handelsfachwirt und vielen weiteren Stationen arbeitet er nun als Leiter der Gruppe „SAP WWS Logistik/Automatische Disposition“. Puh, da versteht man erst mal nur Bahnhof. Ja, bei EDEKA Nord hat nicht jeder Job direkt mit frischem Obst und Gemüse zu tun. Denn damit die Gurken vom Feld in den Markt kommen, „braucht ein ‚Supermarkt‘ stabile Lieferketten. Dazu gehört im Großhandel auch eine starke Warenwirtschaft mit ausgefeilter IT“, wie Patrick Heß erklärt.

## UND WAS MACHT PATRICK JETZT GENAU?

„Meine Teams verbinden die SAP-Warenwirtschaft und die Logistik. Wir betreuen IT-seitig zum Beispiel die Dispositionsprozesse vom Einkauf bis zum Wareneingang im Großhandelslager, die Bereitstellung der Kundenaufträge für die Logistik und unterstützen Projekte unter anderem im Umfeld Cross Docking. Dabei geht es darum, die Waren für unsere Kaufleute nicht mehr aufwendig zu lagern und zu kommissionieren, sondern zeit- und kostensparend direkt umzuschlagen und in die Märkte zu liefern.“ Bei allen Projekten geht es um Prozessdesign, die technische Rolloutbegleitung und Optimierung einzelner Abläufe. „Unsere oberste

Priorität liegt in der Belieferung unserer Märkte, die Versorgung mit Lebensmitteln muss sichergestellt sein“, sagt der Gruppenleiter über das Tagesgeschäft. Zusätzlich stehen in der Abteilung immer neue Projekte auf dem Plan, wie zum Beispiel aktuell ein Wechsel von SAP R/3 auf S/4 HANA, der über eine Dauer von zweieinhalb Jahren geplant ist und große Ressourcen bindet. EDEKA Nord ist durch die Möglichkeit des mobilen Arbeitens und der vielfältigen Wege zur persönlichen und fachlichen Weiterbildung der perfekte Arbeitgeber für ihn. Er selbst ist das beste Beispiel dafür. Kannst du dir nun auch vorstellen, bei EDEKA Nord zu arbeiten? Dann schau mal unter [www.verbund.edeka/karriere!](http://www.verbund.edeka/karriere)

Patrick Heß hat EDEKA Nord von der Pike auf kennengelernt. Seit über 30 Jahren entwickelt er sich und das Unternehmen weiter



Auf eine gemeinsame Zukunft!

Werde EDEKAner:in!



Die Bereiche ...

-  Einkauf & Qualitätsmanagement
-  Expansion & Standortsicherung
-  Finanzen & Controlling
-  Immobilienmanagement
-  IT & Digitalisierung
-  Konzernsicherheit
-  Lager & Logistik
-  Marketing & Vertrieb
-  Nachhaltigkeit
-  Personalwesen
-  Projekt- & Prozessmanagement
-  Unternehmenskommunikation

... freuen sich auf Dich!



Wir  Lebensmittel.





# JETZT DIE ZUKUNFT GESTALTEN!

*Das Land Schleswig-Holstein bietet dir viele unterschiedliche Ausbildungsberufe und Studiengänge mit Praxisanteilen und beruflicher Perspektive.*

Dabei wird in der Landesverwaltung in mehr als 30 Berufen ausgebildet – dazu gehören die Polizei, die Gerichte und Staatsanwaltschaften, aber auch die Verkehrsplanung, Umweltbehörden, Finanzämter, die Landesmuseen und vieles mehr. Alle diese Bereiche suchen Nachwuchskräfte mit unterschiedlichen Begabungen, Interessen und Schulabschlüssen.

Das **Land Schleswig-Holstein** ist größter Arbeitgeber im echten Norden – die Kolleginnen

und Kollegen sind überall zwischen Nord- und Ostsee tätig. Ob in Flensburg, Elmshorn, Husum, Lübeck oder in deiner Nähe: Sie halten das Land am Laufen. Künftig auch mit dir?

Wenn du mehr erfahren möchtest, dann folge dem Land Schleswig-Holstein bei Instagram: @moin\_karriere. Die Nachwuchskräfte geben dir dort interessante Einblicke in ihren Ausbildungsalltag. Noch mehr Infos über deine berufliche Zukunft beim Land findest du online unter [schleswig-holstein.de/karriere](https://schleswig-holstein.de/karriere).

## DAS BEKOMMST DU GEBOTEN:

- ✓ eine abwechslungsreiche Tätigkeit für Land und Leute,
- ✓ Arbeiten im Team,
- ✓ eine gute Bezahlung schon während der Ausbildung / des Studiums,
- ✓ flexible Arbeitszeiten,
- ✓ einen sicheren Arbeitsplatz und
- ✓ beste Chancen zur beruflichen Weiterentwicklung.

# Ausbildung und Studium beim Land Schleswig-Holstein. Komm zu uns!



Bewirb dich jetzt!  
[schleswig-holstein.de/karriere](https://schleswig-holstein.de/karriere)  
📷 [moin\\_karriere](#)

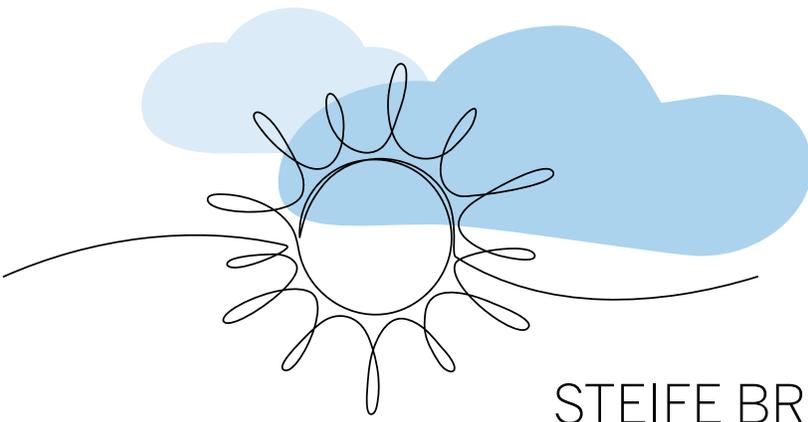


Schleswig-Holstein  
Landesregierung

Schleswig-Holstein. Der echte Norden.

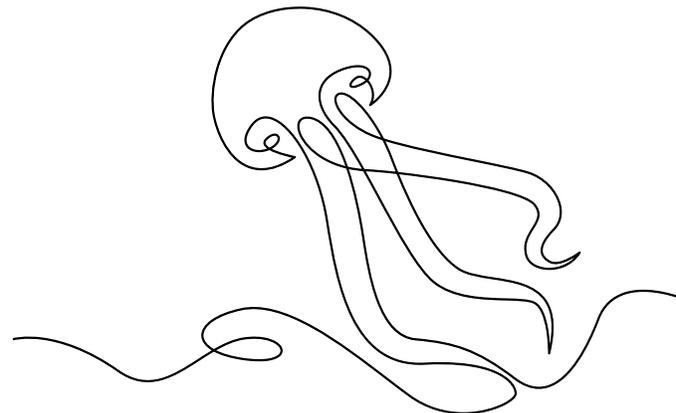


förde feeling



## STEIFE BRISE, WILDE WELLEN, VOLLE HERZEN

- 058** Auf ins Jüdische Museum  
Ein Ort der historisch-politischen Bildung
- 060** Events in Kiel  
Eislaufen, Kiezgefühl & Lichtermeer
- 062** Kiel kann nachhaltig!  
Von Fashion zu Clean-ups zu (vegan) Food
- 069** Winterblues? Nix da!  
Ausflugstipps für kühle Tage
- 070** Hang Freeze statt Hang Loose  
Eisiges Wellenreiten in der Ostsee
- 071** Hier steigt die Party:  
Kiel im Kultur-Rausch
- 080** Unsere Podcast-Tipps:  
zum Schlummern, Lernen, Nachdenken





Das historische Gemeindezentrum ist ein Ort voller spannender Geschichten, die ansprechend und interaktiv vermittelt werden



# GESCHICHTSTRÄCHTIGER ORT

„400 Jahre Gegenwart. Jüdisches Leben in Schleswig-Holstein“, das ist der Titel der Dauerausstellung im Jüdischen Museum in Rendsburg.

Zu den ersten Jüdischen Museen, die nach dem Zweiten Weltkrieg in der Bundesrepublik gegründet worden sind, gehört das Jüdische Museum in Rendsburg. Es ist seit 1988 in der einzigen ursprünglich erhaltenen Synagoge Schleswig-Holsteins zu Hause – ein historischer Ort, Baudenkmal und eine Gedenkstätte. Zum Gebäudeensemble des ehemaligen Gemeindezentrums der Jüdischen Gemeinde Rendsburg gehören die Talmud-Tora-Schule von 1830 sowie die Synagoge. Sie ist im Jahre 1844/45 erbaut worden – und damit noch vor der Zeit der sogenannten Emanzipation, der gesellschaftlich und rechtlichen Gleichstellung von Jüdinnen\*Juden.

## SELBSTVERSTÄNDNIS

Das **Jüdische Museum** in Rendsburg versteht sich als ein Ort der historisch-politischen Bildung, in dem aktuelle Themen aufgegriffen und neue Inhalte sowie gesellschaftliche Impulse gesetzt werden sollen. Es lädt dazu ein, jüdische Gegenwart und Geschichte in Schleswig-Holstein zu

entdecken – mit historischen Fakten, neuen Einblicken und ungewohnten Perspektiven. Jüdinnen\*Juden, ihr Selbstverständnis und ihre Positionen heute und in der Vergangenheit werden hier sichtbar. Ein Schwerpunkt der Vermittlung ist die Verfolgung von Jüdinnen\*Juden während der NS-Zeit sowie das Erkennen heutiger Formen von Antisemitismus – sowie Positionierungen dagegen.

## JÜDISCHE GESCHICHTE IN SCHLESWIG-HOLSTEIN

Seit mehr als 400 Jahren leben Jüdinnen\*Juden auf dem Gebiet des heutigen Schleswig-Holsteins – im Vergleich zu anderen Regionen eine kurze Zeit. Die Ausstellung thematisiert die Anfänge des jüdischen Lebens in Schleswig-Holstein ab Ende des 16. Jahrhunderts, den Kampf um gleiche Rechte und die Integration in die Mehrheitsgesellschaft, erzählt von jüdischem Leben während der Kaiserzeit und der Weimarer Republik. Rassistischer Antisemitismus wurde da in allen Schichten salonfähig und nahm stetig

zu, bis er in der Verfolgung, Vertreibung und Ermordung von Jüdinnen\*Juden während der NS-Zeit mündete.

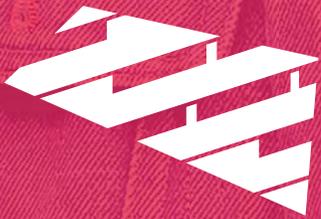
Nach 1945 war Schleswig-Holstein oft nur eine Zwischenstation vor der Auswanderung aus Europa. Bleiben wollten die wenigsten im Land der Täter\*innen. Erst seit den 1990er-Jahren finden Jüdinnen\*Juden vor allem aus den Ländern der ehemaligen Sowjetunion in Schleswig-Holstein ein Zuhause und haben neue jüdische Gemeinden aufgebaut.

## HEUTE

Die Gegenwart nimmt auch einen großen Raum in der Ausstellung ein und bildet die Vielfalt von Judentum und jüdischem Leben ab. Immer mehr Jüdinnen\*Juden wünschen sich, so gesehen zu werden: vielfältig und einzigartig. Sie wehren sich gegen einseitige Vorstellungen und Bilder. Inspiriert durch viele Gespräche präsentiert das Museum Antworten, Themen und Positionen. Weitere Informationen zum Jüdischen Museum erhältst du unter [jmr.de](http://jmr.de).

# MOIN, MENTISH.

400 JAHRE GEGENWART-  
JÜDISCHES LEBEN  
IN SCHLESWIG-HOLSTEIN



**Jüdisches Museum**

Landesmuseen SH

[jmrd.de](http://jmrd.de)

# EVENTS IN KIEL

## EISLAUFEN, KIEZGEFÜHL & LICHTERMEER

*Das haben der Herbst und Winter in Kiel zu bieten!*

### BAUERN- UND REGIONALMARKT

Stadt meets Land! Gutes vom Hof direkt in der Innenstadt kaufen? Das kannst du auf dem Bauern- und Regionalmarkt vom 6. bis 8. Oktober! Regionale Selbsterzeuger\*innen und Anbieter\*innen bieten täglich zwischen 10 Uhr und 18 Uhr ihre landwirtschaftlichen und handwerklichen Produkte an. Genieße ländliches Flair in der Kieler Innenstadt und probiere die leckeren Köstlichkeiten aus regionalem Anbau. Zusätzlich laden viele Geschäfte in der Innenstadt zum Sonntagsbummel ein. Für alle, die nicht nur schlemmen und shoppen wollen, gibt es neben den Verkaufsständen ein buntes Kinderprogramm und das Schmiedetreffen. Mehr unter: [www.kiel-sailing-city.de/bauern-und-regionalmarkt](http://www.kiel-sailing-city.de/bauern-und-regionalmarkt)



### STADTWERKE EISFESTIVAL

Das Stadtwerke Eisfestival ist vom 15. November bis zum 14. Januar 2024 zurück an der Kieler Förde am Ostseekai! Zieh deine Schlittschuhe an und drehe deine Runden beim Eislaufen. Du kannst deine eigenen Schlittschuhe mitbringen oder welche leihen. Neben der Eisbahn gibt es die Möglichkeit, sich beim Eisstockschießen auszuprobieren oder beim Punsch aufzuwärmen. Im Januar wird das Eisstock-Masters Turnier ausgetragen, bei dem diverse Mannschaften um den begehrten Wanderpokal gegeneinander antreten. Die Anmeldung dafür ist unter [www.kiel-sailing-city.de/eisfestival](http://www.kiel-sailing-city.de/eisfestival) möglich. Du musst lediglich eine Mannschaft von vier Leuten zusammen bekommen und dann kann es losgehen! Übrigens: Das Eisfestival zeigt, dass nachhaltige Veranstaltungen und Energieeinsparungen auch bei großen Events möglich sind. Bei dem Eisfestival wird auf 100 Prozent Ökostrom geachtet.



### KIELER LICHTERMEER

Bunt und vielfältig. Das ist Kiel! Das spiegelt sich nicht nur im Charakter der Stadt wider, sondern auch beim Lichtermeer im November. Am 4. und 5. November laden tagsüber Händler\*innen und Gastronom\*innen, in schillernder Atmosphäre auf einen Bummel in die Kieler Innenstadt ein. Sobald die Nacht Einzug hält, werden eine Vielzahl von prägnanten Gebäuden eindrucksvoll beleuchtet, in Regenbogenfarben angestrahlt und in Szene gesetzt. Walking Acts, Lichtshows und stilvoll arrangierte Parkanlagen, die durch musikalische Einlagen begleitet werden, bringen dich zum Staunen. Am Sonntag, 5. November, hast du zudem die Möglichkeit, im Rahmen des Lichtermeers und der Sonntagsöffnung durch die Geschäfte der Kieler Innenstadt zu schlendern. Mehr Infos unter [www.kiel-sailing-city.de/sonntagsoeffnungen](http://www.kiel-sailing-city.de/sonntagsoeffnungen)



Du bist noch auf der Suche nach einem coolen Aushilfsjob im Winter? Dann melde dich bei [h.hein@interevent-gmbh.de](mailto:h.hein@interevent-gmbh.de) oder unter Tel.: 02362 / 607 41 19 und werde Teil des Eisfestivals.



## EVENTIM VORVERKAUFSSTELLE IM WELCOME CENTER

Du willst mal wieder auf ein Konzert, hast aber keine Lust, lange auf die Tickets zu warten? Im Welcome Center Kieler Förde kannst du ganz bequem deine Konzert-, Theater- oder Ausstellungstickets bekommen. Du sparst dabei die Versandkosten und kannst die Tickets direkt mitnehmen. Das Angebot gilt nicht nur für Kiel, dank Eventim können Tickets für Veranstaltungen in ganz Deutschland erworben werden. Besonders praktisch, wenn noch schnell das ein oder andere Geschenk organisiert werden muss.

## KIEL KANN KIEZ

Kieze in Kiel? Das würde man im ersten Moment vielleicht nicht denken. Und doch zeigt sich, wie divers die Innenstadt sein kann: Südlich vom Holstenfleet bekannte Labels neben lokal geprägten Lieblingsläden, nördlich die kleinteilige Altstadtstruktur mit hochwertigen Adressen hier und hippen Hotspots mit vielen nachhaltigen Angeboten dort. Jeder Kiez hat seinen Charakter und spricht unterschiedliche Zielgruppen an. Um weitere spannende Nachwuchsprojekte in unsere Innenstadt zu bringen, können sich im Rahmen des Kiezgrößen-Wettbewerbs auch neue Projekte auf freie Ladenflächen bewerben. Wo ist dein Kiez? Mach dir doch selbst ein Bild beim nächsten Stadtbummel oder auf [www.kieler-innenstadt.de/kielkannkiez](http://www.kieler-innenstadt.de/kielkannkiez).

## PARKEN-PLUS

Egal, ob du mit dem Auto, dem Bus, der Fähre oder dem Fahrrad in die Innenstadt kommst, wenn bei dir Anfahrtskosten oder Parkgebühren entstehen, erhältst du von über 50 teilnehmenden Unternehmen in der Kieler Innenstadt Geld zurück. Leg beim Bezahlen einfach dein tagesaktuelles Ticket vor und erhalte ab einem Mindestumsatz von 10 Euro mindestens 0,50 Euro zurückerstattet. Dein Ticket wird nicht einbehalten oder entwertet, sodass es bei weiteren Partnerunternehmen vorgezeigt werden kann und du mehrfach kassieren kannst. Dies gilt mit dem Semesterausweis ebenso, wenn du mit dem Bus oder der Fähre in die Innenstadt kommst. Wo und wie viel erstattet wird, erfährst du unter [www.parken-plus.info](http://www.parken-plus.info).

## STUDI(S)-HOPPING-INNENSTADT

Shopping machst du am liebsten von der Couch und in der Innenstadt warst du schon lange nicht mehr? Dann ist das hier genau das Richtige für dich: Entdecke Kiel abseits des Campus mit der Studi-Highlights-Tour der Kieler Innenstadt! Begib dich auf einen Streifzug durch die unterschiedlichen Kieze und erkunde die verborgenen Schätze deiner (Innen-)Stadt – auch für den kleinen Geldbeutel. Welche Kieze? Das ist gleich das erste Rätsel, das wir auf der Landingpage für dich auflösen. Also, schau mal rein: Du findest STUDI(S)-HOPPING-INNENSTADT in digitaler Form oder als Download unter: [www.kieler-innenstadt.de/studishopping](http://www.kieler-innenstadt.de/studishopping).



FIETE WiSe 2023/24

## KIEL GUTSCHEIN

Schon mal vom Kiel Gutschein gehört? Der Kiel Gutschein lässt sich in vielen verschiedenen Unternehmen einlösen.

Von Lillebräu über TragBar bis zu Repro Renard, Moby, dem Sandhafen und DerHeimathafen, der Kiel Gutschein kann überall Wünsche erfüllen. Der Gutschein lässt sich online oder im Welcome Center erwerben. Du musst nur den Betrag wählen, einen Gruß verfassen, bezahlen und dann entweder online versenden oder direkt persönlich überreichen. Wo genau du den Gutschein überall einlösen kannst, siehst du unter [www.kielgutschein.de/search](http://www.kielgutschein.de/search).

# ALLES IM GRÜNEN BEREICH?

*Klaro, denn Kiel kann nachhaltig! Wie, wo und was, liest du hier.*

## ERSTE VEGGIE-MENSA IN SCHLESWIG-HOLSTEIN

Premiere: Seit dem 4. Oktober gibt's ausschließlich fleischlose Speisen in der Mensa Kesselhaus auf dem Campus der Muthesius Kunsthochschule. Montags bis freitags haben Hungerige die Wahl zwischen drei abwechslungsreichen vegetarischen oder veganen Gerichten. Außerdem kamen die veganen Desserts, vor allem der Chia-Kokos-Pudding mit Fruchttopping, so gut an, dass es in Zukunft nur noch rein pflanzliche Nachspeisen geben wird.



## FRESHES VOM WOCHENMARKT

Ob zum entspannten Marktfrühstück oder zum Klönschnack mit den Markt-leuten – auf den Kieler Wochenmärkten (zum Beispiel auf dem Exer- oder Blücherplatz) stößt du auf ausgelassene Stimmung und frische Lebensmittel. Besonders schätzen wir die nachhaltigen Angebote: saisonales Obst und Gemüse in Bio-Qualität, Pflanzen aus der Region und Kaffee in wiederverwendbaren Bechern. Top!

## PFIFFIGE PFANDSYSTEME

Wiederverwendbare Becher, etwa jene von reCup und tobego, kennt jede\*r! Aber wusstest du, dass viele Gastronomien inzwischen ein komplettes Mehrwegsystem anbieten? Frage das nächste Mal einfach nach! Bei unserem liebsten Imbiss, dem Castello im Schrevenpark, kannst du deine Fritten beispielsweise auch in der Pfandschale bekommen.



## SOLIDARISCHE LANDWIRTSCHAFT

Die Solidarische Landwirtschaft, kurz „SoLaWi“, ist ein Modell, bei dem Verbraucher\*innen, Landwirt\*innen und lokale Gemeinschaften zusammenarbeiten. Anstatt Lebensmittel im Supermarkt zu kaufen, beteiligen sich die Mitglieder durch finanzielle Unterstützung oder Arbeitsleistung am landwirtschaftlichen Prozess. Mit dabei in Kiel und Umgebung: Hof Wittschap und die Schinkeler Höfe.



## MOBIL MIT DER SPROTTFLOTTE

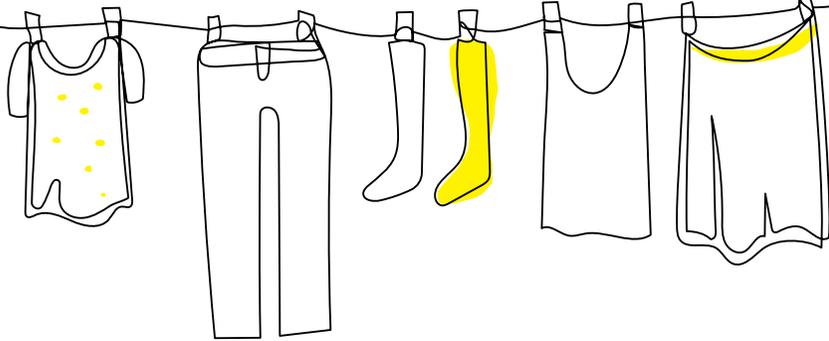
Wenn nicht zu Fuß, sind wir in Kiel am liebsten mit dem Fahrrad unterwegs. Und ist das eigene Rad mal nicht zur Stelle, so sind die Leihräder der Kieler Bikesharing-Systems SprottenFlotte perfekt, um nachhaltig und kostengünstig (bei unter 30 Minuten sogar umsonst) von A nach B zu kommen! Die Nutzung der Räder funktioniert ganz einfach mit dem Smartphone über die Donkey Republic App. Dort kannst du auch die ca. 115 Stationen in Kiel und Umgebung ansehen, bei denen du dein Leihrad problemlos wieder abstellen kannst.



## KIELER

### NACHHALTIGKEITZENTRUM

Let's save our future: Im Nachhaltigkeitszentrum können Kieler\*innen sich über Umweltschutz, Nachhaltigkeit, Zero Waste und Klimaschutz informieren und engagieren. Eine bewährte Serviceleistung, die du am Europaplatz 2 in Anspruch nehmen kannst, ist die Abfallberatung des ABK, außerdem werden vor Ort Abfallsäcke verkauft und Gelbe Säcke ausgegeben.



## DRESS TO WASTE LESS

*Du willst neben deinem Geldbeutel auch die Umwelt schonen? In diesen Kieler Secondhand-Stores stöberst du dich durch trendige Retro-Pieces und saucvolle Vintage-Roben.*

**Strike:** In dem Vintage- und Secondhand-Store findest du einzigartige Kleidungsstücke mit Retro-Flair zu kleinen Preisen. Stöbere zwischen Old-School-Pieces und tollen Marken. | Hopfenstraße 60, im C&A in der Querpassage, [www.strikeplanet.de](http://www.strikeplanet.de), Instagram: @strike.kiel

**Individuell:** Im Concept Store Individuell gibt es eine große Auswahl an modernen Secondhandstücken sowie hübsche und nachhaltige Wohnaccessoires. | Bremerstraße 9, [www.individuell-look.de](http://www.individuell-look.de), Instagram: @second\_hand\_individuell

**MAXI Secondhand:** In dieser Secondhand-Boutique für große Größen findest du tolle Mode von Größe 42 bis 60, von sportlich bis elegant sowie Accessoires, Taschen und Schuhe. | Holtenauer Straße 204, [www.maxi-kiel.de](http://www.maxi-kiel.de), Instagram: @maxi\_kiel

**Kilo-Laden:** Hier findest du gebrauchte Kleidung aus Skandinavien zu wöchentlich sinkenden Preisen. Wie der Name schon sagt, zahlst du hier nicht pro Kleidungsstück, sondern pro Kilo. | Sophienblatt 5 und Holstenstraße 52-54, Instagram: @der\_kiloladen

**Goldkleid:** Besitzerin Anna Dohrn legt den Fokus auf hochwertige Mode aus Skandinavien und verkauft also Kleidungsstücke von beliebten skandinavische Marken, von Konfektionsgröße 36 bis 52. | Gutenbergstraße 4, [www.goldkleid.de](http://www.goldkleid.de), Instagram: @goldkleid



**ProSeco:** Entdecke schicke Designerstücke, wie eines der hübschen Tücher von Hermès oder einen zeitlosen Burberry-Trench. Außerdem viele ungetragene Kleidungsstücke, ausgefallene Muster und hohe Qualität. | Willestraße 3, [www.proseco-secondhand.de](http://www.proseco-secondhand.de)

**ECHT.GUT Das Kaufhaus:** Ob hochwertige gebrauchte Möbel, schöne Dekoartikel, praktische Haushaltsartikel oder Lieblingsstücke für die Garderone hier bekommen viele Dinge eine zweite Chance. | Hasseer Str. 49, [www.echtgut-kiel.de](http://www.echtgut-kiel.de), Instagram: @echt.gut

**Glückslokal:** Hier findest du praktisch alles! Vor Ort kannst du dich gegen eine monatliche Mitgliedsgebühr beim Glückslokal e. V. anmelden. Abgeben und selbst mitnehmen geht immer, wenn geöffnet ist. Es gilt die Drei-Teile-Regel: Pro Besuch kannst du dir drei Teile aussuchen, egal ob Kaffeetasse, neue Pumps oder Winterjacke. | Lorentzendamm 6-8, [www.glueckslokal.de](http://www.glueckslokal.de), Instagram: @glueckslokal



**omnicron**  
Ihr IT-Partner in Kiel

Warum brauche ich eigentlich einen IT-Spezialisten?

Weil wir es können!

Wir helfen euch bei (fast) allem, was mit Technik zu tun hat.

Im persönlichen Gespräch mit uns funktioniert's am Besten. Wir helfen Dir dabei, herauszufinden, welche Hardware Du für Dein Studium brauchst. Dazu gehören:

### UNSERE LEISTUNGEN:

#### » Hardware

- PCs diverser Marken
- Notebooks
- Tablets
- Netzwerkkomponenten
- PC-Komponenten
- Peripherie (Maus, Tastatur, Drucker, Scanner, Monitor)
- Verbrauchsmaterial (Tinte und Toner)

#### » Individuelle PC-Systeme

Du bekommst kein System von der Stange, sondern maßgeschneiderte Technik, von einem soliden Einstiegsrechner bis zu einem High-End Gaming-Rechner. Durch eine Hersteller-unabhängige Beratung, sowie einen überschaubaren Fertigungszeitraum in unserer hauseigenen Werkstatt. Durch unser qualifiziertes Fachpersonal erhältst Du ein ganz persönliches PC-System. Auf Wunsch erfolgt eine individualisierte Software-Einrichtung und eine Übertragung Deiner alten Daten.

#### » Netzwerk & Telekommunikation

Wir sorgen dafür, dass ihr ohne Ausfälle arbeiten könnt und das Netzwerk stabil läuft.

KOMMT EINFACH VORBEI!

**omnicron** GmbH  
Holtenauer Strasse 93 - D-24105 Kiel  
info@omnicron.de - Tel:0431 57002-0  
[www.omnicron.de](http://www.omnicron.de)  
Mo.-Fr. 10-18 Uhr - Sa. 10-13 Uhr

# 5X MÜLL IM MEER

Wie Abfall ins Meer gelangt, wie schlimm das ist und wo die größten Zuflüsse verlaufen, erzählen wir dir hier.

## 1. WIE GELANGT DER MÜLL INS MEER?

Der Großteil an Müll gelangt von Land ins Meer. Global betrachtet machen das circa 80 Prozent aus, die restlichen 20 Prozent gelangen über die Schifffahrt ins Meer: Fischerei, verloren gegangene Ausrüstungen und die Offshore-Industrie mit ihren Forschungs-, Öl- und Gasplattformen tun ihr Übriges.

## 2. WAS SIND DIE GRÖSSTEN MÜLLQUELLEN?

Kommunale Abwässer, Auswaschungen von Mülldeponien und illegale Entsorgung in der Landwirtschaft, außerdem Tourismus, Flüsse sowie Hochwasser sorgen für einen Großteil des Mülls im Meer. Du siehst: Wir alle tragen unseren Teil dazu bei, bewusst oder unbewusst.

## 3. WIE LANGE HÄLT SICH MÜLL IM MEER?

Der Müll, der ins Meer gelangt, besteht zu knapp 75 Prozent aus Plastik. Das Problem dabei: Plastik wird so gut wie nicht abgebaut und wenn, dann nur sehr langsam. Es zerfällt eher in viele kleine Teile, die dann von Lebewesen aus dem Meer aufgenommen werden können. Und damit langfristig auch von uns. Zur Veranschaulichung: Eine Plastiktüte braucht 10 bis 20 Jahre, eine Plastikflasche sogar 450 Jahre, bis sie vollständig zerfallen ist.

## 4. WIE GROSS IST DAS GLOBALE AUSMASS DER VERSCHMUTZUNG?

Pro Jahr werden 300 Millionen Tonnen Plastik produziert, davon landen mehr als 10 Millionen Tonnen als Müll in den Ozeanen (Schätzung UNEP). Auf jedem Quadratkilometer der Wasseroberfläche treiben inzwischen bis zu 18.000 Plastikteile unterschiedlichster Größe.

## 5. WAS WISSEN WIR ZUR MÜLLSITUATION IN DER NORD- UND OSTSEE?

Circa 20.000 Tonnen Müll landen jedes Jahr in der Nordsee. OSPAR-Untersuchungen zeigten, dass auf 100 Metern Küstenlinie durchschnittlich bis zu 712 Müllteile zu finden sind. Für die Ostsee fehlen bislang umfangreiche Untersuchungen. Erste Untersuchungen des NABU zeigen allerdings auf Fehmarn 90 Teile und auf Rügen 41 Teile pro 100 Meter Strandabschnitt. Eine Untersuchung aus 2016 des Leibniz-Institut für Ostseeforschung hat in einem 100-Meter-Abschnitt bis zu 404 Teile an der deutschen Ostseeküste gefunden. Das ist schon krass, oder?

Quelle: [www.nabu.de/natur-und-landschaft/meere/muellkippe-meer/16805.html](http://www.nabu.de/natur-und-landschaft/meere/muellkippe-meer/16805.html)



## BEACH CLEAN-UPS

Regelmäßig finden sogenannte Beach-Clean-ups statt: Dabei treffen sich viele Freiwillige, die sich zusammentun, um an bestimmten, zuvor festgelegten Strandabschnitten Müll aufzusammeln. Es gibt sogar jedes Jahr im September einen INTERNATIONAL COASTAL CLEAN-UP DAY, bei dem du an vielen Aktionen teilnehmen kannst. Gleich mal fürs nächste Jahr vormerken! Übrigens: Auf der Website [www.nabu.de](http://www.nabu.de) findest du unter dem Stichwort Gewässerretter die Möglichkeit, selbst Aufräumaktionen zu starten, Müll zu melden oder eine Sammelaktion ins Leben zu rufen. Klick dich rein!

## MÜLLTRENNUNG: ABER RICHTIG!

Nicht nur die Umwelt freut sich, auch dein Portemonnaie wird im Zweifelsfall geschont. Denn wer Papier, Bioabfall, Glas und Verpackung getrennt sammelt, sorgt für ordentliches Recycling – daher ist die Leerung dieser Tonnen auch günstiger als die Leerung einer Restmülltonne. Wie du richtig sortierst, zeigt dir diese Auffrischung:

### GELBE TONNE:

- **Kunststoffverpackungen** (z. B. Plastiktragetaschen, Säcke, Plastiktuben, Joghurtbecher, Styroporverpackungen)
- **Verbundverpackungen** (z. B. Milchkartons, Vakuumverpackungen von Kaffee, sonstige Verpackungen aus verschiedenen Materialien)
- **Metallverpackungen** (z. B. Konservendosen, Gebäckdosen, Verschlüsse, Alufolie)

### PAPIERTONNE/BLAUE TONNE:

- **Papier(-verpackungen)** (z. B. Zeitungen, Zeitschriften, Bücher, Kataloge, Schulhefte, Packpapier, Schachteln)

### BIOTONNE:

- **Küchenabfälle und Gartenabfälle** (z. B. Tee- und Kaffeesatz inklusive Filterpapier, Eierschalen, Obst-, Gemüse-, Fleischreste, Küchenpapier, Schnittblumen, biologisch abbaubares Katzenstreu)



Alles, was nicht diesen Kategorien zugeordnet werden kann, gehört in die schwarze Tonne (Restmüll).

*Wertstoffhöfe  
in Kiel:*

**ABK-Wertstoffhof** Daimlerstraße 2  
geöffnet von Mo–Fr 8–16 Uhr

**ABK-Wertstoffhof** Klausdorfer Weg 177  
geöffnet von  
Mo–Fr 9.30–17.30 Uhr  
Sa: 8–13.30 Uhr

**omnicron**  
Ihr IT-Partner in Kiel

Wir kümmern uns  
um Nachhaltigkeit.

Was macht uns so nachhaltig?  
Und gleichzeitig günstig?

### UNSERE LEISTUNGEN:

#### » PC und Notebook- Reparaturen:

Du musst ja nicht immer alles sofort wegschmeißen. Ganz oft lohnt sich noch mal ein Blick unserer erfahrenen Augen, um festzustellen, ob Dein Gerät noch eine Chance hat. Dann hauchen wir dem ganzen wieder ein zweites Leben ein und retten es vor der Tonne und somit auch ein kleines Stück die Erde. Und Deinen Geldbeutel!

#### » Refurbished

Muß es immer ein neues Gerät sein? Wir bieten Dir auch technisch grundüberholte und geprüfte Hardware an. Diese sind um einiges preiswerter als der Neupreis.

#### » Verkauf on Point.

Willst Du sicher sein, dass Du das für Dich richtige einkaufst? Wir helfen Dir gerne aus unserem breiten Sortiment das zu finden, was zu Deinem Anliegen optimal passt. Sollten wir das aktuell nicht vorrätig haben, dann bestellen wir das für Dich. Und das alles zu bestmöglichen Preisen.

#### » Individuelle PC-Systeme

Einfach deswegen, weil diese genau auf Deine Bedürfnisse zugeschnitten sind. Nicht zu viel und nicht zu wenig. Das ist Nachhaltigkeit pur.

Du siehst – Du mußt  
einfach mal vorbei  
kommen und mit uns  
Erde und Geldbeutel  
retten.

**omnicron** GmbH  
Holtener Strasse 93 - D-24105 Kiel  
info@omnicron.de - Tel: 0431 57002-0  
[www.omnicron.de](http://www.omnicron.de)  
Mo.-Fr. 10-18 Uhr - Sa. 10-13 Uhr

# DER ULTIMATIVE VEGAN-GUIDE FÜR KIEL

Die besten veganen Spots in Kiel? Die gibts hier! Unsere Plant-Based-Profis Mona und Finja haben sich quer durch Kiels vegane Gastroszene gefuttert und den ultimativen Veganguide für euch erstellt.

## 1. AMERICAN DINING IM CAFÉ BLATTGOLD

BBQ-Steak-Burger, Mac'n'Cheese, Pulled-Pork – klingt alles so gar nicht vegan... Ist es im Blattgold aber! Zum Nachtisch locken Kuchen, Torten und Cupcakes.

**Café Blattgold, Holtenuauer Str. 176**

## 2. AUSSERGEWÖHNLICHES EIS IM YUEYE EISCAFÉ

Bei YUEYE bekommt ihr echte Klassiker wie Vanille-, Erdbeer- und Schokoeis, wie auch exotische Sorten wie Matcha oder Schwarzer Sesam. Die frischen Waffeln, der Mango-Lassi und japanische Mochi schmecken ebenso!

**YUEYE Eiscafé, Bergstraße 24**

## 3. VIETNAMESESISCHE KÜCHE IM VEGANAM

Zwischen vietnamesischen Klassikern wie Sommerrollen, Pho und Reisbandnudel-Bowls findet ihr im Veganam auf der Karte auch abwechslungsreiche Nudelgerichte aus dem Wok. Außerdem gibt es Ersatzprodukte à la Rind, Ente oder Hähnchen.

**Veganam, Dreiecksplatz 9**

## 4. TEX-MEX-FOOD IM EL SOMBRERO VERDE

Im El Sombrero Verde kommt nur veganes und vegetarisches Tex-Mex-Food auf den Tisch. Ihr habt die Wahl zwischen Enchiladas und Arepas, Tacos und Fajitas, Burritos und Burgern und mehr. Viele Gerichte lassen sich hier ganz easy veganisieren.

**El Sombrero Verde, Kleiner Kuhberg 12**

## 5. COMFORT-FOOD IM BÄRISTOS VEGAN DELI

Das Motto bei BÄRISTO könnte passender nicht sein: Yes Ve Gan! Dort gibts bombastische Lunchbowls, wöchentlich wechselnden Mittagstisch, frische Wraps, Sandwiches, Kuchen und Süßigkeiten – alles pflanzlich!

**BÄRISTOs Vegan Deli, Schülperbaum 1**

1.



2.



3.



4.



5.





6.

Im Käse-  
Himmel - aber  
pflanzlich



7.



8.

9.



10.



## 6. ECHTE KLASSIKER IM SUBROSA

Im Subrosa Kneipenkollektiv in Gaarden treffen alle zusammen, die vegetarisches und veganes Essen und ein paar Drinks genießen wollen. Von Currywurst-Pommes über Pizza und Burger bis hin zu „Rosis Specials“ gibts hier alles, was Bauch und Herz glücklich macht.

**Subrosa Kneipenkollektiv,  
Elisabethstraße 24**

## 7. INTERNATIONALES FRÜHSTÜCK IM RESONANZ

Wisst ihr, womit ihr unbedingt in euer nächstes Wochenende starten solltet? Mit einem Besuch im Café Resonanz. Hier erwartet euch ziemlich nice veganes Früh- und Spätstück aus aller Welt: von Schwedisch über Syrisch bis hin zu Iranisch und vieles mehr.

**Café Resonanz, Mittelstraße 23**

## 8. WAFFELN, CREPES & WRAPS BEI TJORVI'S

100 Prozent vegan, gemütliche Einrichtung im Boho-Stil und die Wahl zwischen süß und salzig – was will man mehr? Gönnst euch vegane Crêpes, Waffeln oder Wraps bei Tjorvi's und sucht euch leckere Toppings à la Frucht, Schoki und Soßen bzw. herzhaftere Füllungen aus.

**Tjorvi's Café, Holstenbrücke 30**

## 9. JAPANISCHE RAMEN IM RAMEN ANN

Richtig gute, vegane Ramen und dazu eine erfrischende Yuzu-Schorle könnt ihr im Ramen Ann wegschlürfen. Zutaten wie Miso, Sojasoße und Kombu werden frisch aus Hokkaido geliefert und von Ramen Meister Inoue zu der japanischen Nudelsuppe verarbeitet.

**Ramen Ann, Holtenuer Straße 158**

## 10. TÜRKISCHE SPEZIALITÄTEN BEI MEIN DÖNER KIEL

Mein Döner & Co. ist eine der top Anlaufstellen für vegane Döner in Kiel! Hier habt ihr die Wahl zwischen Seitandöner in den verschiedensten Variationen, Falafel, veganem Börek und Pide, eingelegten Delikatessen und natürlich hausgemachten veganen Soßen.

**Mein Döner & Co., Schülperbaum 14**

Radio an:  
Jeden Morgen  
ab 7 Uhr!

**DER R.SH MOIN! ANRUF**  
**SHARON & MATZE WECKEN SIE MIT 500 EURO!**

**RSH**  
RADIO  SCHLESWIG-HOLSTEIN



## AUSFLUGSTIPPS GEGEN DEN WINTERBLUES

Schnapp dir dein Semesterticket und entdecke Schleswig-Holstein auch zur kühlen Jahreszeit!

### MARZIPANMUSEUM IN LÜBECK



Das Café Niederegger im Herzen Lübecks gilt als heimliches Wahrzeichen der Stadt – und ehrlich gesagt ist alleine schon ein fettes Stück der legendären Marzipan-Nusstorte einen Ausflug wert! Als Extra versteckt sich aber zudem noch im Obergeschoss ein Museum, das das süße Gold ins Rampenlicht stellt.

### AUF SPURENSUCHE IM WILDPARK EEKHOLT

Etwa 700 heimische Wildtiere in rund 100 Arten sind im Wildpark Eekholt zu Hause. Aber nix Präsentier-teller! Die Tiere können sich auf der riesigen Anlage in ihren Gehegen jederzeit zurückziehen. Persönliche Bindungen zwischen Besucher\*innen und Tieren entstehen trotzdem, etwa bei Fütterungen und natürlich Streicheleinheiten.



### STEIFE BRISE IN ST. PETER-ORDING

Ein Ausflug an die weiten Strände von St. Peter-Ording lohnt sich auch bei Kälte und kann wunderbar die Sinne beleben: Die wilde Nordsee rauscht so laut, dass du deine Alltagsgedanken gar nicht mehr hören kannst, die Seeluft macht die Atemwege frei und der Wind pustet dir so richtig kräftig alle Sorgen und Zweifel aus dem Kopf.

### WELLNESSPROGRAMM AUF SYLT

Lange Strandspaziergänge in klirrend kalter Nordseeluft kicken noch mehr, wenn man danach in der Sauna schwitzt, bei der Massage durchgeknetet wird oder im Whirlpool vor sich hin blubbert. Auf Sylt ist das kein Problem, zum Beispiel im Wyn. Strandhotel in Westerland oder im A-Rosa Resort in List. Noch mehr Adressen für einen entspannten Spa-Day gibts unter [www.syltfräulein.de](http://www.syltfräulein.de).

**ANHEUERN IN KIEL!**

**GOSCH SYLT**

Für unsere Crew suchen wir  
**Minijobber,  
Werkstudenten  
und Teilzeitkräfte**  
für die Bereiche  
**SERVICE | BAR**

**JETZT BEWERBEN!**  
per Mail an  
[kiel@gosch.de](mailto:kiel@gosch.de)

**WIR SUCHEN:**

**Mitarbeiter für Service & Bar**

- Minijob
- Werksstudenten
- Teilzeit

**JAN & HEIN & KLAAS & PIT**  
Craft · Beer · Food

### Kiels größtes Craft-Beer-Restaurant

Bewirb Dich bei uns: [info@jhkp.de](mailto:info@jhkp.de) · Holstenbrücke 1 · 24103 Kiel  
[www.jhkp.de](http://www.jhkp.de) · ☎ 0431/12837006 · Folgt uns auf Instagram 📷

## WELLENREITEN IN DER OSTSEE

## EISKALTES VERGNÜGEN

*Brr ... Surfen in der Ostsee? Im Herbst und Winter? Was für die meisten total verrückt klingt, ist für eine kleine Gemeinschaft eingefleischter Surfer\*innen ein Highlight: Surfen in den kalten Jahreszeiten.*

Bikini oder Badeshorts, Sonne, die vom Himmel strahlt und Temperaturen, die an südseeähnliche Zustände erinnern, dabei lässt ein paar Moves auspacken und die Wellen abreiten ... Das ist Surfen in der Ostsee – nicht. Sondern das genaue Gegenteil. Man steckt in einem viel zu dicken Neoprenanzug, wobei das Reinquetschen schon gute 10 Minuten dauert, zieht sich Handschuhe über die Finger, Booties an die Füße und eine dicke Haube über den Kopf, sodass nur noch die Nasenspitze und die Augen zu erkennen sind. Klingt schrecklich? Ist aber total befreiend. Denn sobald man sich überwunden hat, in die eiskalte Ostsee zu steigen, folgt das große Glück. Jede noch so chaotische Welle wird mitgenommen, die Gischt, die auf den Wangen brennt, gekonnt ignoriert und das

Gefühl, wenn man nach einer kalten, aber erfolgreichen Surfsession aus dem Wasser watscht, ist einfach genial. Doch wieso tut man das überhaupt?

Wo Kite- und Windsurfer\*innen damit gesegnet sind, auch im Sommer aufs Wasser zu können, müssen Wellenreiter\*innen sich gedulden und mit weniger schönen Tagen zufriedengeben. Das liegt vor allem daran, dass in den Herbst- und Wintermonaten die Bedingungen fürs Wellenreiten deutlich besser werden. Die Winde nehmen zu und erzeugen größere und konstante Wellen. Die kühlere Jahreszeit ist außerdem bekannt für längere Perioden von Swells, was bedeutet, dass die Wellen länger anhalten und sich regelmäßiger brechen. Viele Infos und Surfschulen findest du unter [www.surfen-sh.de/wellenreiten](http://www.surfen-sh.de/wellenreiten).



### SURFSPOTS & SURFSCHULEN IN KIEL UND GANZ SCHLESWIG-HOLSTEIN

Bülk	Fehmarn
Strand Damp	Pelzerhaken
Hohwacht	Sankt Peter-
Timmendorfer Strand	Ording
Brasilien/Kalifornien	Sylt/Westerland
Weißenhäuser Strand	

## KINO-BAR IM STUDIO FILMTHEATER



Das **STUDIO Filmtheater** ist längst bekannt für seine Sneak Preview und besten Kinogenuss. Was aber viele noch nicht wissen: Hier gibts auch eine gemütliche Kino-Bar mit Blick über den Dreiecksplatz und mit kostenlosem WLAN-Spot! Sie öffnet täglich ab 30 Minuten vor dem ersten Film und schließt nach der letzten Vorstellung, also unter der Woche gegen 23 Uhr, am Wochenende gerne auch mal später. Wer nachmittags vorbeischaut, schlürft einfach entspannt ein Heißgetränk, während abends Lille oder Flens vom Fass, Longdrinks, Cocktails, Softdrinks sowie ausgewählte Weine und Whiskys über den Tresen gehen. Doch bietet die Kino-Bar mehr als nur Drinks: Brezeln und Flammkuchen stillen den Snack-Hunger und TATORT-Abende (immer sonntags um 20.15 Uhr), gelegentliche Lesungen und Live-Übertragungen von Sport-Events sorgen für den Unterhaltungswert abseits der Kinosäle. Hin da!

Fotos: Stacy Zimova/Unsplash (1) / STUDIO Filmtheater (1)

**STUDIO**  
FILMTHEATER  
AM DREIECKSPLATZ

STUDIO Filmtheater am Dreiecksplatz  
Wilhelminenstr. 10 • 24103 Kiel  
Tel. 04 31 / 98 28 101 • [www.studio-filmtheater.de](http://www.studio-filmtheater.de)



@studiofilmtheater

**2 für 1-Gutschein\***  
Bitte diese Anzeige an der Kasse gegen zwei gültige Eintrittskarten zum Preis von einer eintauschen.  
Das günstigere Ticket übernehmen wir. Sonderveranstaltungen sind gelegentlich ausgenommen.  
\* Gültig bis 30.06.2024

Diese Anzeige wurde mit Liebe entworfen von buero94.de



4 Wochen  
Highlights  
Kieler Kultur

# Kultur Rausch

Sa, 14. Okt. –  
Sa, 11. Nov. 2023



FINSBURY



Medienpartner



## Nacht der Clubs

Sa, 14. Oktober 2023

- ANNA CLUB UND DISCOSTADL
- BEN BRIGGS
- DO SUL
- HANSA48
- KULTURFORUM
- LITERATURHAUS SH
- LUNA
- MAX NACHTTHEATER
- MUM'DAD
- POGUE MAHONE
- PUMPE
- SCHAUBUDE
- STATT-CAFÉ
- STUDIO FILMTHEATER

# Nacht der Clubs

DIE PARTYTOUR DURCH KIEL  
10 € Eintritt - kostenloser Shuttlebus  
120 Freiminuten für Sprottenflotte

Anna Club BEN BRIGGS hansa 48  
LUNA MAX pumpe Schaubude

## SAMSTAG, 14. OKTOBER DIE NACHT DER CLUBS

20:00 Hansa48 | Hansastraße 48

**COMIC BATTLE**  
Comic Battle | Stifte kreuzen

20:00 Luna | Bergstraße 17a

**FRUITYTUNES X KARAOKE TIME**  
Party | Pop / Rap / Hits / 2000s / 90s / Classics

21:00 MAX Nachttheater | Eichhofstraße 1

**90S MEETS BEERPONG!**  
Party | Fette Beats aus den 90ern

22:00 Anna Club & Discostadl | Kaistr. 54-56

**KÜSTENRAUSCH**  
Party | House, Black & Charts meets  
80er, 90er, Schlager & Partyhits

23:00 Ben Briggs | Lange Reihe 21-23

**GEN-Z BY DOKIDOKI & MIKE MASERATI**  
Party | 2010er-2020er

23:00 Pumpe / Bar | Haßstraße 22

**INDIE PUMPE PARTY**  
Party | Alternative bis Indie

23:00 Die Pumpe / Roter Salon | Haßstr. 22

**BIONIC CYCLE #59**  
Party | Psychedelic Trance Gathering

23:59 Schaubude | Legienstraße 40

**AFRO CARIBBEAN PARTY MIT DJ BUJU, DJ AFRO UND DJ KING SOLOMON**  
Party | Einmaliger Mix aus Afrobeat, Amapiano und Dancehall

7 Wochen Highlights  
Kieler Kultur

# Kultur Rausch

Sa., 14. Okt. -  
Sa., 11. Nov. 2023

## MONTAG, 16. OKTOBER

20:00 Statt Café | Andreas-Gayk-Straße 31

**STATT-QUARTETT**  
plus **STEFAN KUCHEL**  
Konzert | Jazz

## DONNERSTAG, 19. OKT.

20:00 Die Pumpe / Roter Salon | Haßstr. 22

**THE OFFENDERS**, „Orthodoxy of New Radicalism“ Album Tour  
Konzert | Punk-Rock mit Folk und Ska Elementen | VVK 18,70€

ENDLICH WIEDER DA!

# Kultur-Rausch und Nacht der Clubs 2023

Nach einer 4-jährigen Pause freuen wir uns riesig, den Kieler **Kultur-Rausch** wieder zum Leben zu erwecken und im vollen Umfang präsentieren zu können!

Der Kultur-Rausch, das sind vier Veranstaltungs-Wochen mit Highlights Kieler Kultur: ein Programm aus Konzerten, Lesungen, Theater und DJ-Culture

Die Eröffnungsveranstaltung der vier Kultur-Wochen ist die **Nacht der Clubs: Am Samstag, den 14. Oktober 2023** startet die große Erkundungstour durch das nächtliche Kulturleben der Landeshauptstadt Kiel.



The Offenders

## Ein einzigartiges Programm

Durch die Zusammenarbeit aller Veranstalter\*innen kristallisiert sich für den Kultur-Rausch ein 4-wöchiges Programm aus Live-musik, Kleinkunst, Lesungen, DJ-Culture und Tanzveranstaltungen, welches den besonderen Charakter jedes Veranstaltungsortes hervorhebt. In den vier Kultur-Rausch-Wochen erlebst du Kiel von seiner besten Seite!

Bedanken möchten wir uns bei unseren Sponsoren und Partnern für die teils langjährige Unterstützung, ohne die der Kultur-Rausch nicht möglich wäre: **Dithmarscher Brauerei, Essmann Gastronomie Service, Finsbury Gin, Jörgen Petersen & Sohn, Mio Mio, Sierra Tequila, SprottenFlotte, Thomsen Werbemittelvertrieb, Żubrówka Vodka** und bei unseren neuen Medienpartnern **KIELerleben** und **FIETE – Das Campusmagazin**.

Wir wünschen allen Gästen viele tolle Abende!  
Dein Kultur-Rausch Team

## Shuttle-Bus: Kostenlos mit Armband #NDC23

Damit du sicher deine Partytour durch Kiel unternehmen kannst, fährt von 21:00 bis 5:00 Uhr zwischen den Clubs der Doppeldecker-Shuttlebus.

Haltestelle

<b>Anna</b> / HBF Kielius Höhe Atlantic Hotel	21:00	21:20	21:40	weiter im 20-Minuten-Takt	04:40
<b>Ben Briggs</b> / Ziegelteich	21:06	21:26	21:46		04:46
<b>Die Pumpe</b> / Martensdamm	21:08	21:28	21:48		04:48
<b>Luna + Schaubude</b> / Bergstr. Höhe Konak	21:12	21:32	21:52		04:52
<b>Hansa 48</b> / HansasträÙe Höhe John's Burger	21:14	21:34	21:54		04:54
<b>MAX</b> / Eichhofstraße Höhe MAX	21:18	21:38	21:58		04:58
<b>Anna</b> / HBF Kielius Höhe Atlantic Hotel	21:20	21:40	22:00		05:00



## Stationen SprottenFlotte

Zusätzlich zum Bus-Shuttle stehen zur Nacht der Clubs und während des gesamten Kultur-Rausches die Fahrräder der SprottenFlotte mit einem besonderen Angebot zur Verfügung: Mit dem Code **KulturRausch23** erhältst du **120 Freiminuten!** Außerdem und speziell zum Kultur-Rausch gibt es **temporäre Pop-Up-Stationen** in unmittelbarer Nähe von **Ben Briggs, Hansa48, MAX** und der **Pumpe**. **Danke SprottenFlotte!**



20:00 **Statt Café** | Andreas-Gayk-Straße 31  
**SBK**  
 Konzert | Ein Abend, an dem die Grenzen der Musikstile verschmelzen | Eintritt frei

20:00 **Schaubude** | Legienstraße 40  
**DOPELORD** Support: **ØLGOD**  
 Konzert | Eine der besten Livebands des Stoner/Doom Genres | VVK 13,20€

20:30 **Studio Filmtheater** | Wilhelminenstr. 10  
**FIL** „Cringe!“  
 Live Entertainment | Improvisation, große Kunst und tiefste Flachheit | VVK 20€

22:00 **Pogue Mahone** | Bergstraße 15  
**ERIC ABTAN**  
 Konzert | Begnadeter Gitarrist und Musiker | Eintritt frei

### SAMSTAG, 21. OKTOBER

20:00 **KulturForum** | Andreas-Gayk-Straße 31  
**MIU** „Crime Alley“ - Albumtour  
 Konzert | Northern Soul meets James Bond-Ästhetik | VVK 25€ | AK 27€

20:00 **Die Pumpe / Roter Salon** | Haßstr. 22  
**JAIMI FAULKNER**  
 Konzert | Eingängige Grooves zwischen Americana, Rock und Songwritersoul | VVK 19,80€

21:00 **MUM\*DAD** | Ziegelteich 14  
**HUMBLE ENCOUNTERS**  
 Party | Barsession w/ Dancefloor w/ Electronic Music | Eintritt frei

### SONNTAG, 22. OKTOBER

20:15 **MUM\*DAD** | Ziegelteich 14  
**MONA HARRY** „Ins Blaue“  
 Lesung | 20 Radtouren im Land zwischen den Meeren | VVK 7€ | AK 7€

### MITTWOCH, 25. OKTOBER

19:30 **Literaturhaus SH** | Schwanenweg 13  
**VIGDIS HJORTH**  
 „Die Wahrheiten meiner Mutter“  
 Lesung | Roman | AK 10€ | ermäßigt 7€

20:00 **Hansa48** | HansasträÙe 48  
**J. LAMOTTA** (Tel Aviv / Israel)  
 Konzert | R'n'B / Soul / Jazz / Hip Hop | VVK 16€ | AK 19€

### DONNERSTAG, 26. OKT.

20:00 **Studio Filmtheater** | Wilhelminenstr. 10  
**DENNIS GASTMANN** „Dalee“  
 Lesung | Opulent und bildreich, inspiriert von einer wahren Geschichte | VVK 15€

22:00 **Pogue Mahone** | Bergstraße 15  
**SYLVIE BRAUN & JOCHEN STEINBERG**  
 Konzert | Cover at its best | Eintritt frei

## STATT-QUARTETT plus **Stefan Kuchel**

Mo, 16.10. | 20:00 | Konzert | **Statt Café**

Das **STATT-QUARTETT** spielt Jazz immer wieder anders, da sie stets andere Gäste mit ihren Instrumenten einladen, die ihren eigenen Sound in die Band bringen. Hier gibt es JazzStandards, Improvisationen und eigene Stücke.

Gast ist dieses Mal der Lübecker Saxophonist **Stefan Kuchel**. Line-Up: **Jens Tolksdorf** (sax), **Axel Riemann** (piano), **Wolfram Nerlich** (bass), **Stefan Kuchel** (sax)



## The Offenders

Do, 19.10. | 20:00 | Konzert | **Die Pumpe**



THE OFFENDERS vermischen Folk-Elemente mit Punkrock und Kampfgeist, vielleicht das „laute Album, das wir je aufgenommen haben“, wie die Band selbst sagt. Mittlerweile sind es Mandoline und Bouzouki, die den Sound prägen, dazu Combat-Punk-Gitarrenriffs und Ska-Elemente. Ihre erste Single „Hooligan Reggae“ wurde zu einer Two-Tone Dancefloor-Hymne und einem Underground-Hit, während ihre letzte Single „Marchez“ fast eine Million Streams auf Spotify hat.

## SBK

Do, 19.10. | 20:00 | Konzert | **Statt Café**

Stefanie Ehlers, Barbara Hertz-Kleptow und Kerstin Kopp – drei Künstlerinnen, die als Solosängerinnen seit vielen Jahren auf den norddeutschen Bühnen erfolgreich sind, stehen seit 2018 als Vocaltrio gemeinsam auf der Bühne. Hier präsentieren drei außergewöhnliche Stimmen Bekanntes in völlig neuem Sound. Beyoncé, Ed Sheeran, Bruno Mars und viele weitere Künstler\*innen erklingen im typischen SBK-Close-Harmony-Sound. Ein Abend, an dem die Liebe zum Gesang im Mittelpunkt steht.



## Dopelord (Polen) / Support: **Ølgod**

Do, 19.10. | 20:00 | Konzert | **Schaubude**



Dopelord aus Warschau hat sich seit der Bandgründung 2010 zu einer der besten Livebands des Stoner/Doom Genres entwickelt. Auf mittlerweile vier Alben präsentieren sie tonnen schwere Riffs und filigranes Songwriting. Inspiration zieht die Band aus alten Horrorfilmen, 70s Rock und magischen Kräutern. Doppelord sind aus der europäischen Doom-Szene nicht wegzudenken, die Band tourt regelmäßig und ist dieses Jahr u. a. auch auf dem Desertfest zu Gast.

**FiL „Cringe!“**

Do, 19. 10. | 20:30 | Live-Entertainment | Studio Filmtheater

FiL, der freundliche Spinner aus der Nachbarschaft, erfüllt sich in diesem Jahr einen langgehegten Traum und führt sein zweites Ein-Mann-Musical auf. Vielleicht kommt hier alles zusammen, was das bisherige Werk dieses Ausnahmeartisten ausgemacht hat: glasklare Perfektion, knallhartes Einfühlvermögen und mitleidlose Offenheit gepaart mit triebhafter Treue zum Scherz.

**Eric Abtan**

Do, 19. 10. | 22:00 | Konzert | Pogue Mahone

Der Gitarrist ist als Studio- und Sessionmusiker mit einigen der berühmtesten Künstler und Bands der Welt aufgetreten: Phil Collins, Mick Jagger, Christina Aguilera, Manfred Mann, Eric Burdon und viele mehr. Seine aktive Karriere hat der promovierte Doktor der Philosophie weitgehend abgeschlossen und verbringt seine Zeit mit Reisen und Auftritten in kleinen Clubs zum privaten Vergnügen.

**Miu**

Sa, 21. 10. | 20:00 | Konzert | KulturForum



Dunkle Straßen, durch die man besser nicht nachts allein durchgehen sollte. Die Hamburger Soul-Sängerin Miu ist in den vergangenen zwei Jahren immer wieder durch ihre persönliche dunkle Gasse gegangen und liefert mit „Crime Alley“ nun eine Sammlung cineastischer und handgemachter Songs in britischer Northern Soul-Manier.

**Jaimi Faulkner**

Sa, 21. 10. | 20:00 | Konzert | Pumpe



Der Australier Jaimi Faulkner spielt seine Musik mit großer Wärme und einem feinen Gespür für eingängige Grooves zwischen Americana, Rock und Songwritersoul. Der begabte Sänger und Songwriter auch ein versierter Gitarrist, der mit elektrischer und akustischer Gitarre vertraut ist. Wunderschöne Balladen und kräftige, groovende Songs.

**Humble Encounters**

Sa, 21. 10. | 21:00 | Party | MUM\*DAD

Das Kollektiv Humble Encounters besteht aus verschiedenen Resident DJs der Kieler Club Szene. Was sie vereint, ist die Diversifizierung der zeigenössischen und zeitlosen elektronischen Musik. Also immer was Neues, am Rande aber natürlich auch zum Tanzen. HUMBLE ENCOUNTERS are ATOMLUI, DJ BRULE, BOECKMANN, GAMMA.CWS

**Mona Harry**

So, 22. 10. | 20:15 | Lesung | MUM\*DAD

Mona Harry hat sich auf ihr Rad geschwungen und 20 Routen durch Schleswig-Holstein dokumentiert und beschrieben. Mit Kurzbeschreibungen der Touren, Karten und Anekdoten. Sie wuchs in Ahrensburg auf und lebt in Kiel. Als Slam-Poetin ist sie auf Bühnen im deutschsprachigen Raum unterwegs und wurde 2021 Landesmeisterin im Poetry Slam.

**Vigdis Hjorth "Die Wahrheiten meiner Mutter"**

Mi, 25. 10. | 19:30 | Lesung | Literaturhaus SH



Nach 30 Jahren kehrt die Künstlerin Johanna in ihre Heimat zurück und zieht in eine einsame Hütte am Fjord. Von dort aus versucht sie, wieder Kontakt zu ihrer Mutter aufzunehmen. In einfacher, aber nicht minder gewaltiger Sprache erzählt Vigdis Hjorth in »Die Wahrheiten meiner Mutter« von der Sehnsucht nach der Liebe der Mutter und der Unmöglichkeit, sich von ihr zu emanzipieren.

**J.Lamotta (Israel)**

Mi, 25. 10. | 20:00 | Konzert | Hansa48



J.Lamotta ist eine israelische Songwriterin, Produzentin und Sängerin. Durch ihre internationalen Veröffentlichungen konnte sich Lamotta ein internationales Publikum aufbauen. Zusammen mit Keyboarder Doron Segal begeistert J.Lamotta mit ihrem zeitgenössischen Soul, gespeist von den samplingbasierten Beats des Hip-Hops und unglaublich intimen und direkten Lyrics.



### MITTWOCH, 1. NOVEMBER

19:00 **Literaturhaus SH** | Schwaneweg 13  
**ILIJA MATUSKO / FIKRI ANIL ALTINTAŞ**  
 mit **CHICKEN JAZZ & GUMBO**  
 Leselounge plus Livemusik | Roman | AK 5€

### DONNERSTAG, 2. NOV.

20:00 **Do Sul** | Beseler Allee 64  
**DJANGO GALORE!**  
 Konzert | Gypsy Swing im Stil von Django Reinhardt | Eintritt frei

20:00 **Hansa48** | HansasträÙe 48  
**BO MILLI** (Norwegen)  
 Support: **GHOSTTRIP** (FL)  
 Konzert | IndiePop / IndieRock  
 VVK 11€ | AK 14€

### FREITAG, 3. NOVEMBER

20:00 **KulturForum** | Andr.-Gayk-Str. 31, Kiel  
**ROBERT SUMMERFIELD & LARS DUPPLER**  
 „Joni“ Album Tour  
 Konzert | Feinfühliges und persönliches Klangportrait aus Jazz & Folk  
 VVK 16€ | AK 19€

### DONNERSTAG, 9. NOVEM

20:00 **Do Sul** | Beseler Allee 64  
**GEORG SCHROETER-MARC BREITFELDER-BAND**  
 Konzert | Preisgekrönter Rhythm 'n' Blues | VVK 25€ | AK 25€

20:00 **MAX Nachttheater** | Eichhofstraße 1  
**NIKITA MILLER**  
 „Im Westen nix Neues“  
 Comedy | VVK 22€

### FREITAG, 10. NOVEMBER

20:00 **Schaubude** | Legienstraße 40  
**DXBXSX** (Berlin)  
 Support: **KEEOSK**  
 Konzert | Ugly-Berliner-Fuck-The-System-Schnauze-Punk | VVK 13,20€

### SAMSTAG, 11. NOVEMBER

20:00 **MAX Nachttheater** | Eichhofstraße 1  
**DIE DREI ??? UND DER HEIMLICHE HEHLER**  
 Vollplaybacktheater | VVK 39,30€ | AK 50,00€

23:00 **Luna** | Bergstraße 17a - Kiel  
**JIYAN AKA KURDISH BLOW / LIL.V**  
 Kurdische Kulturwochen Party | 2000er R'n'B Songs, HipHop, Dancehall und Reggaeton | AK 10€

## Dennis Gastmann "Dalee"

Do, 26. 10. | 20:00 | Lesung | Studio Filmtheater



Ein Junge, ein Elefant, eine Reise über das Meer. Dennis Gastmann erzählt von lebenslanger Freundschaft, von einem Neuanfang am Rande der Welt und von Dalee, einem alternden Elefanten, der allmählich sein Gedächtnis verliert. Ein Elefant vergisst nie, sagt man. Aber was, wenn doch? Opulent und bildreich erzählt Dennis Gastmann ein außergewöhnliches Abenteuer, inspiriert von einer wahren Geschichte.

## Sylvie Braun & Jochen Steinberg

Do, 26.10. | 21:00 | Konzert | Pogue Mahone

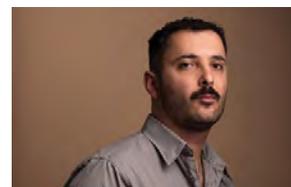
Eine groovige Akustik-Gitarre und die perfekte Stimme dazu, mit Charme und Natürlichkeit begeistert Sylvie ihr Publikum. An ihrer Seite mit Drums oder Percussion steht Jochen Steinberg. Songs von Amy Winehouse, Johnny Cash, Michael Jackson, Melissa Etheridge oder AC/DC, mal soulig, mal rockig oder mit Swing interpretiert. Bei diesem perfekt aufeinander eingespielten Duo ist vieles möglich – an guten Tagen sogar auch Publikumswünsche!



## Leselounge: Ilija Matusko / Fikri Anil Altintaş plus Chicken Jazz & Gumbo

Mi, 1.11. | 19:00 | Literaturhaus SH

Inmitten festgefahrener Narrative sucht Fikri Anil Altintaş in »Im Morgen wächst ein Birnbaum« nach den Zwischentönen. Radikal ehrlich blickt er auf sich als Sohn türkischer Eltern und seine Familiengeschichte in einer hessischen Kleinstadt zurück. Auch Ilija Matusko verknüpft in seinem Debüt »Verdunstung in der Ranzone« persönliche Erinnerungen mit soziologischen Beobachtungen. »Es riecht nach Pommes, Ilija kommt!« Der Satz eines Mitschülers, der ihn bis heute nicht mehr loslässt, wird zum Ausgangspunkt einer Selbstbefragung: Verrät der Geruch die eigene soziale Herkunft?



## Django galore!

Do, 2.11. | 20:00 | Konzert | Do Sul

Das Quartett spielt Musik im Stil von Django Reinhardt und seinen Erben. Doch nicht nur das Repertoire, auch die instrumentale Besetzung geht auf Großmeister Reinhardt zurück, wobei hier auf die klassische Violine des Gypsy-Jazz verzichtet wird. Zwei treibende Rhythmusgitarristen und der Kontrabass bilden den swingenden Teppich für virtuose Themen und Soli des Sologitarristen.



**Bo Milli (NOR) Support: Ghosttrip (FL)**

Do, 2.11. | 20:00 | Konzert | Hansa48



Die 21-jährige norwegische Musikerin hat die letzten zwei Jahre damit verbracht, ihre Erfahrungen mit dem Aufwachsen während einer globalen Pandemie zu dokumentieren. Das Ergebnis? Brutal ehrliche Indie-Pop-Songs, die perfekt die Kämpfe einer ganzen Generation zum Ausdruck bringen.

**Robert Summerfield & Lars Duppler: Joni**

Fr, 3.11. | 20:00 | Konzert | KulturForum



Sänger Robert Summerfield und Pianist Lars Duppler haben acht Meisterwerke der kanadischen Singer/Songwriter-Ikone Joni Mitchell neu eingespielt, nicht verjazzt, sondern ihren verletzlichen Kern freigelegt. Eine zeitloses Album für die blaue Stunde, längst nicht nur für Jazzheads, jetzt live zu erleben.

**Georg Schroeter-Marc Breitfelder-Band**

Do, 9.11. | 20:00 | Konzert | Do Sul

Die Liste der Preise, die Georg Schroeter und Marc Breitfelder gewonnen haben, ist lang und beeindruckend. Mit insgesamt 21 internationalen und nationalen Auszeichnungen haben sie den größten und wichtigsten Preis 2011 bei der „International Blues Challenge“ in Memphis/Tennessee gewonnen: In der Kategorie Solo/



Duo belegten sie den 1. Platz! Hier zu erleben mit Kalle Reuter an der Gitarre und Tim Engel am Schlagzeug.

**Nikita Miller "Im Westen nix Neues"**

Do, 9.11. | 20:00 | Comedy | MAX Nachttheater

Nikita Miller hat verstanden: Zwischen zwei Kulturen zu hocken, ist furchtbar anstrengend. Nun hat er das Beste aus Deutsch und Sowjet zusammengemixt und gelernt, beide Kulturen mit all ihrer Schönheit und Vielfalt, mit all ihrer Marotten und Unannehmlichkeiten, zu lieben und wertzuschätzen. Denn wir müssen uns alle doch mal eingestehen: Die Kulturen sind gar nicht so unterschiedlich. Pelmeni sind auch nur kleine Maultaschen.

**DxBxSx (Berlin) Support: Keeosk**

Freitag, 10.11. | Konzert | 20:00 | Schaubude



Schon vier Alben haben DxBxSx veröffentlicht und sind ein fester Bestandteil der Berliner Punk-Szene. Hinter dem Namen, der gerne mit skurrilen Wortspielen aufgelöst wird, aber eigentlich für Drive By Shooting steht, verbergen sich drei Herren, deren energetischer Mix aus Punk und Stoner-Rock überzeugt.

**Die Drei ??? und der heimliche Hehler**

Sa, 11.11. | 20:00 | Vollplaybacktheater | MAX Nachttheater



Wer jemals die fantastische Mischung der brillant zusammengeschnittenen Tonvorlagen aus Hörspielen, Lieblingsserien und Filmzitate gehört und wer vor allen Dingen die darstellerische Urgewalt mit lippensynchronem und pointiertem Spiel des Ensembles erlebt hat, bekommt diese Bilder und Töne nie wieder aus dem Kopf und will mehr!

**Jiyan aka Kurdish Blow / Lil.v Kurdische Kulturwochen**

Sa, 11.11. | 23:00 | Party | Luna



Jiyan aka Kurdish Blow blickt auf mehr als 10 Jahre an den Plattenspieler zurück. Bis heute bereist er das Land und formte den Style, für den er beim Mixen bekannt ist. Auf dem Dancefloor leben seine Live Sets von Improvisation und einem virtuoseren Mixing-Style, der Tanzen zum Schmunzeln verführt.

Lil.v ist seit mehreren Jahren DJ und Veranstalterin der Partyreihe - get busy - die insbesondere BIPOC und FLINTA\* eine Bühne gibt. Lil.v spielt am liebsten 2000er 2000er R'n'B Songs und HipHop, feiert Dancehall und Reggaeton. Sie bringt in ihrem Set eine Mischung aus diesen Genres mit.





# FATONI

## 29.11.23

- 11.10. EBOW
- 13.10. SKI AGGU
- 19.10. THE OFFENDERS
- 20.10. BLACK SEA DAHU
- 21.10. JAIMI FAULKNER
- 22.10. HINNERK KÖHN
- 27.10. THE O'REILLYS AND THE PADDYHATS
- 02.11. MIA MORGAN
- 09.11. JEAN - PHILIPPE KINDLER
- 15.11. FLORIAN HACKE
- 16.11. SHE PAST AWAY
- 18.11. SMOKE BLOW
- 02.12. LOTTO KING KARL & DIE 3 RICHTIGEN
- 13.12. TORFROCK
- 16.12. TEQUILA & THE SUNRISE GANG
- 20.12. FUNNY VAN DANNEN
- 17.01.24 FJØRT
- 20.01.24 TALCO
- 21.01.24 POHLMANN
- 24.01.24 DAMONA
- 26.01.24 GÖTZ WIDMANN
- 01.02.24 BUSTER SHUFFLE
- 15.02.24 DOCTOR KRAPULA
- 16.02.24 LEVIN LIAM

Karten an allen bekannten  
Vorverkaufsstellen  
erhältlich oder bei uns in  
Der Pumpe.  
Mo. - Fr. 10:00 - 16:00 Uhr



### www.diepumpe.de

Die Pumpe e.V. - Haßstrasse 22 - 24103 Kiel

078

FÖRDE FEELING



Nicht nur bei Bukahara  
ist Stimmung angesagt –  
auch sonst hat die  
Pumpe viel zu bieten

## PARTYHÖHLE TRIFFT HEIMAT-FEELING

Eine echte Institution in Kiel und wir wollen sie wirklich nicht missen: **die Pumpe**. Quer durch alle Genres finden international und national bekannte Acts und Newcomer\*innen in der Pumpe ihr Zuhause. Vielseitige Kooperationen wie die beliebte Showbox während der Kieler Woche oder die „Special Dance Night“-Disco in Zusammenarbeit mit der Stiftung Drachensee untermauern den großen Wert, den die Pumpe als Veranstaltungsort im Herzen Kiels besitzt. Die Zusammenarbeit mit den verschiedenen Kieler Hochschulen und deren Fachschaften, oder musikalisch ambitionierte Reihen wie das Pink Tank Festi-

val, die Hypertension, die Bionic Cycle, neuerdings auch die InDie Pumpe sowie Poetry-Slams und Lesungen sorgen für ein abwechslungsreiches Veranstaltungsprogramm. Darüber hinaus ist das **Kino in der Pumpe – Kommunales Kino** seit über 40 Jahren die wichtigste Anlaufstelle für alle, die ihren filmischen Horizont erweitern wollen. Mit der monatlichen Queerfilmnacht beispielsweise genießt du ein vielseitiges Programm. Für weitere Informationen kannst du einfach mal unter [www.diepumpe.de](http://www.diepumpe.de) reinklicken – hier findest du das Programm und all die coolen Events. Wir sehen uns dort!

## 10 KIELER PARKS

*Für gemütliche Grillabende reichen die Temperaturen zwar nicht mehr aus, für 'ne Runde Flunkyball dafür allemal!*

### Schrevenpark:

Der Allrounder unter den Kieler Parks: Chillen, Joggen, Party

### Hiroshimapark:

Klein aber fein, direkt im Zentrum, der Kleine Kiel vor der Nase

### Forstbaumschule:

Große Grünanlage, riesige alte Bäume und einfach nur schön

### Diederichsenpark:

Punktet mit bestem Blick auf die Kieler Förde

### Schlossgarten:

Nur einen Katzensprung von der Kiellinie entfernt

### Werftpark:

Größter Park Kiels = jede Menge Platz für Flunkyball, Kubb und Co.

### Schützenpark:

Kiels „grüne Ader“: mehr als ein Kilometer lang, weniger als 60 Meter breit

### Reventlouwiese:

Kein richtiger Park, aber für Studis trotzdem the place to be

### Botanischer Garten:

Na gut, hier bitte keine Party, dafür aber Erholung und Natur pur

### Alter Botanischer Garten:

siehe Botanischer Garten, plus romantischer Aussichtspavillon



Fotos: Fabian Lippke (1) / Adobe Stock (1)



## SCHERE, STEIN, PAAR BIER?

Am Wochenende wirst du zur Couch-Potato und du möchtest zwischen all den Semesterpartys und Kneipenabenden auch mal wieder zu Hause bleiben? Hier sind drei Tipps, wie sich echte Drinnies einen richtig nicken Samstagabend innerhalb der eigenen vier Wände machen!



### 1. FUTTERN BEIM LÄNDER-DINNER

Wie wärs mit einer kulinarischen Weltreise in deiner WG-Küche? Vereinbart vorab ein Land oder eine Region und kocht gemeinsam landestypische Gerichte – von mexikanischen Tacos über japanisches Sushi bis hin zu ghanaischem Fufu. Besonders vielfältig wird es, wenn ihr die Zubereitung von Vorspeise, Hauptgang und Nachtisch untereinander aufteilt.

### 2. KREATIVE DIY-SESSIONS

Fast schon etwas Meditatives – mit einer Prise Chaos – hat ein entspannter Do-it-yourself-Abend. Also schnapp dir eine Handvoll Freund\*innen und lasst der künstlerischen Ader freien Lauf. Egal, ob ihr euch im Töpfeln versucht, Keramik bemalt, den Aquarellpinsel schwingt oder hübsche Perlen-Armbänder auffädelt – für all das findet ihr online praktische DIY-Sets.

### 3. DER GUTE ALTE SPIELEABEND

Manchmal sind die einfachsten Dinge die besten: Trommel deine Crew zusammen, schmeißt euch in bequeme Kleidung, kramt eure Brett- und Kartenspiele hervor und los gehts. Von Codenames über EXIT bis hin zu Cards against humanity – ja sogar Monopoly, wenn ihr euch dabei nicht an die Gurgel springt! Dazu ein paar Bierchen und schon läuft's.

Modern und feministisch, voller Witz und Popappeal: das Stück „Stolz und Vorurteil \*oder so“



Ganz neu im Kieler Opernhaus: Der Klassiker „La Bohème“ von Giacomo Puccini

## KULTUR, SO VIEL DU WILLST

### ... GIBTS AB SOFORT MIT DEM KULTURTICKET!

In der Kieler Oper läuft „La Bohème“, im Jungen Theater im Wertpark „Der Ursprung der Welt“ nach dem Comic von Liv Strömquist, im Schauspielhaus „Stolz und Vorurteil \*oder so“ mit Musik von Isabel McArthur nach Jane Austen, und auch sonst sind die Spielpläne des **Theater Kiel** verlockend! Am liebsten will man ein Stück nach dem nächsten sehen – aber kann man sich das als Studi überhaupt leisten? Spoiler-Alarm: Man kann! Um ganz genau zu sein, hast du die Tickets bereits über deinen Semesterbeitrag bezahlt. „Kulturticket“ lautet das Stichwort. Dies startete mit Beginn des Wintersemesters 2023/24 und beschert allen Studis der CAU, der FH Kiel und der Muthesius Kunsthochschule so viele kostenlose Konzerte, Opern, Ballette und Schauspielaufführungen in den Kieler Spielstätten, wie sie nur wollen.

[www.theater-kiel.de/kulturticket](http://www.theater-kiel.de/kulturticket), und schon erhältst du immer drei Tage (genau 72 Stunden) vor einer Veranstaltung an der Kasse, online oder an der Abendkasse kostenlose Tickets. Richtig gelesen, kostenlos! Alles, was du beim Einlass noch brauchst, ist ein gültiger Studenausweis. Das Kulturticket gilt für alle Veranstaltungen des Theater Kiel, ausgenommen sind jedoch Fremd- und Sonderveranstaltungen wie Gastspiele, Sommertheater und Opernball. Übrigens: Sollte eines der Stücke, das du unbedingt sehen möchtest, ständig ausverkauft sein, so kannst du dir fürs nächste Mal einfach rechtzeitig, sprich außerhalb der 3-Tages-Frist, ein reguläres Ticket zum unschlagbar ermäßigten Studi-Preis von 8 Euro kaufen (12 Euro am Freitag und Samstag).

### SO FUNKTIONIERTS

Registrierte dich einmalig an den Theaterkassen oder ganz easy online unter

Das Kulturticket ist ein gemeinsames Projekt des Theater Kiel und der Kieler Studierendenvertretungen (ASTen) von der CAU, FH Kiel und Muthesius Kunsthochschule. Mehr Infos unter [www.theater-kiel.de/kulturticket](http://www.theater-kiel.de/kulturticket).

theaterKIEL\*

DEIN STUDI-AUSWEIS  
MACHT JETZT THEATER!

# KULTURTICKET



## FÜR KIELER STUDIERENDE

Jetzt  
anmelden  
und deine  
Freikarten  
buchen!



[theater-kiel.de/kulturticket](https://theater-kiel.de/kulturticket)

KOOPERATIONSPARTNER



AstA → MUTHESIUS





# FIETES Empfehlungen: EIN PODCAST ZUM ...



## ... ZURÜCKZIEHEN: Drinnies

Dienstag ist Drinnie-Dienstag! Auf humorvolle Art und Weise beleuchten Giulia Becker und Chris Sommer die alltäglichen Herausforderungen introvertierter Menschen in einer extrovertierten Welt. Dabei plaudern sie auch immer mal wieder aus dem Nähkästchen, denn sie bezeichnen sich selbst als wahre Drinnies.



## ... SCHLUMMERN: Einschlafen mit Wikipedia

Nach einem aufregenden Tag fällt es oft schwer, abends im Bett das Gedankenkarussell zu stoppen. Dieser Einschlafpodcast leistet Abhilfe. Mit ruhigen, melodischen Stimmen lesen Josefine Wozniak und Tilman Böhnke jeden Mittwoch und Samstag jeweils einen Wikipedia-Artikel vor. On top: Naturklänge wie Wellenrauschen oder Regengeräusche.



## ... AUFKLÄREN: Neurodiverding

Alles rund ums Thema ADHS im Erwachsenenalter: Abseits von allen Zappelphilipp-Klischees erzählen Lisa Vogel und Charlotte Suhr, wie es sich anfühlt, mit einem neurodivergenten Kopf durch die Gegend zu rennen. Inklusive wilder Anekdoten, blumiger Gefühlsbeschreibungen und wissenschaftlichen Facts zu ADHS.

## ... NACHDENKEN: Happy, Holy & Confident®

Spiritualität hat bei vielen einen fragwürdigen Ruf und wird schnell in die Esoterik-Schublade gesteckt. Podcast-Host Laura Malina Seiler überzeugt jeden Mittwoch vom Gegenteil: Modern aufbereitet mit interessanten Interviewgästen, Meditationen und Power-Talks gibt sie Anregungen zu den Themen Persönlichkeitsentwicklung, Selbstliebe und mehr.



## ... DAZULERNEN: TED Talks Daily

Die weltberühmten TED Talks gibts auch in der Podcastwelt! Moderiert von der amerikanischen Journalistin Elise Hu liefern die kurzen Folgen die tägliche Dosis Wissen, Denkanstöße und eine ganz neue Sicht auf die Dinge. Du erfährst zum Beispiel, wie du Prokrastination austrickst, Grenzen im Job setzt und warum Veränderung uns Angst macht.



## ... RELATEN: Zum Scheitern verurteilt

Jeden Sonntag sprechen Laura Larsson und Simon Dömer mit gnadenloser Ehrlichkeit und Selbstironie über ihre sogenannten ZSVs der Woche und blicken darauf zurück, was sie sich vorgenommen – und dann doch nicht durchgezogen – haben. Etwa der längst mal wieder fällige Besuch im Fitnessstudio oder Anruf bei Oma. Man kennt's.



theaterKIEL\*

DEIN STUDI-AUSWEIS  
MACHT JETZT THEATER!

# KULTURTICKET FÜR KIELER STUDIERENDE



Jetzt  
anmelden  
und deine  
Freikarten  
buchen!



[theater-kiel.de/kulturticket](https://theater-kiel.de/kulturticket)

KOOPERATIONSPARTNER



AstA → MUTHESIUS





# FIETES Empfehlungen: EIN PODCAST ZUM ...



## ... ZURÜCKZIEHEN: Drinnies

Dienstag ist Drinnie-Dienstag! Auf humorvolle Art und Weise beleuchten Giulia Becker und Chris Sommer die alltäglichen Herausforderungen introvertierter Menschen in einer extrovertierten Welt. Dabei plaudern sie auch immer mal wieder aus dem Nähkästchen, denn sie bezeichnen sich selbst als wahre Drinnies.

## ... NACHDENKEN: Happy, Holy & Confident®

Spiritualität hat bei vielen einen fragwürdigen Ruf und wird schnell in die Esoterik-Schublade gesteckt. Podcast-Host Laura Malina Seiler überzeugt jeden Mittwoch vom Gegenteil: Modern aufbereitet mit interessanten Interviewgästen, Meditationen und Power-Talks gibt sie Anregungen zu den Themen Persönlichkeitsentwicklung, Selbstliebe und mehr.



## ... SCHLUMMERN: Einschlafen mit Wikipedia

Nach einem aufregenden Tag fällt es oft schwer, abends im Bett das Gedankenkarussell zu stoppen. Dieser Einschlafpodcast leistet Abhilfe. Mit ruhigen, melodischen Stimmen lesen Josefine Wozniak und Tilman Böhnke jeden Mittwoch und Samstag jeweils einen Wikipedia-Artikel vor. On top: Naturklänge wie Wellenrauschen oder Regengeräusche.

## ... DAZULERNEN: TED Talks Daily

Die weltberühmten TED Talks gibts auch in der Podcastwelt! Moderiert von der amerikanischen Journalistin Elise Hu liefern die kurzen Folgen die tägliche Dosis Wissen, Denkanstöße und eine ganz neue Sicht auf die Dinge. Du erfährst zum Beispiel, wie du Prokrastination austrickst, Grenzen im Job setzt und warum Veränderung uns Angst macht.



## ... AUFKLÄREN: Neurodiverding

Alles rund ums Thema ADHS im Erwachsenenalter: Abseits von allen Zappelphilipp-Klischees erzählen Lisa Vogel und Charlotte Suhr, wie es sich anfühlt, mit einem neurodivergenten Kopf durch die Gegend zu rennen. Inklusive wilder Anekdoten, blumiger Gefühlsbeschreibungen und wissenschaftlichen Facts zu ADHS.

## ... RELATEN: Zum Scheitern verurteilt

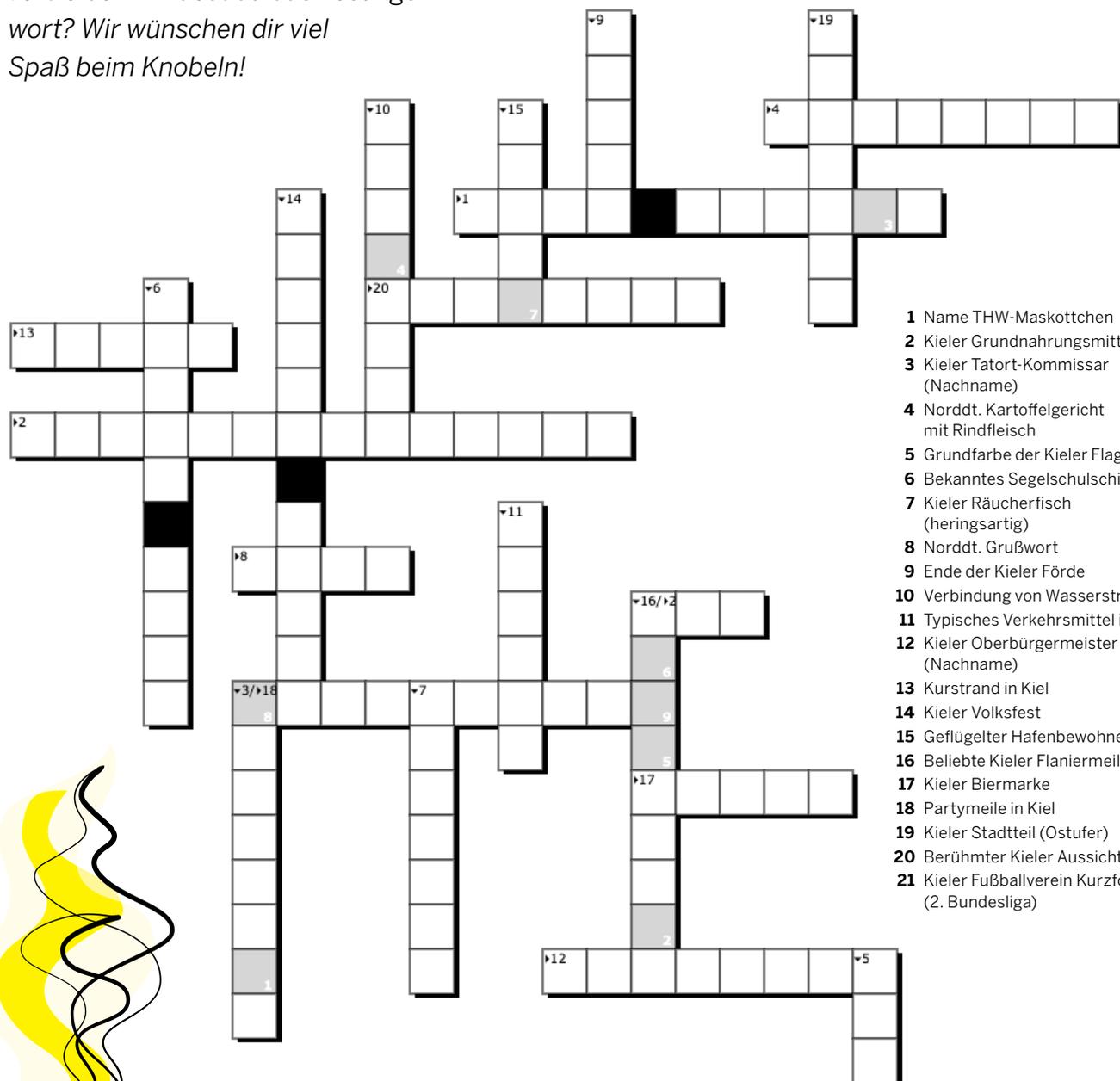
Jeden Sonntag sprechen Laura Larsson und Simon Dömer mit gnadenloser Ehrlichkeit und Selbstironie über ihre sogenannten ZSVs der Woche und blicken darauf zurück, was sie sich vorgenommen – und dann doch nicht durchgezogen – haben. Etwa der längst mal wieder fällige Besuch im Fitnessstudio oder Anruf bei Oma. Man kennt's.



## ZUM SCHLUSS 'NE RUNDE RÄTSELPASS

## KREUZ UND QUER

Mit unserem Kieler Kreuzworträtsel lernst du nicht nur die Fördestadt besser kennen, sondern kannst dir auch während der ein oder anderen einschläfernden Vorlesung die Zeit vertreiben. Findest du das Lösungswort? Wir wünschen dir viel Spaß beim Knobeln!



- 1 Name THW-Maskottchen
- 2 Kieler Grundnahrungsmittel
- 3 Kieler Tatort-Kommissar (Nachname)
- 4 Norddt. Kartoffelgericht mit Rindfleisch
- 5 Grundfarbe der Kieler Flagge
- 6 Bekanntes Segelschulschiff
- 7 Kieler Räucherfisch (heringsartig)
- 8 Norddt. Grußwort
- 9 Ende der Kieler Förde
- 10 Verbindung von Wasserstraßen
- 11 Typisches Verkehrsmittel in Kiel
- 12 Kieler Oberbürgermeister (Nachname)
- 13 Kurstrand in Kiel
- 14 Kieler Volksfest
- 15 Geflügelter Hafenbewohner
- 16 Beliebte Kieler Flaniermeile
- 17 Kieler Biermarke
- 18 Partymeile in Kiel
- 19 Kieler Stadtteil (Ostufer)
- 20 Berühmter Kieler Aussichtspunkt
- 21 Kieler Fußballverein Kurzform (2. Bundesliga)



# ALSTER

HAMBURG

# WOMAN

---

WIR SUCHEN  
DICH!

SALES-TEAM:  
→ VERKAUFSTALENTE

FÜR UNSERE  
KUND\*INNEN  
IN PRINT & ONLINE

Wenn du Lust hast, Teil des kreativen Teams zu werden und an der Erfolgsgeschichte in Hamburg mitzuwirken, dann bewirb dich jetzt:  
**[bewerbung@falkemedia.de](mailto:bewerbung@falkemedia.de)**



UX driven software and product development

# teamwork makes the dream work.

Du willst deine Fähigkeiten endlich zur vollen Entfaltung bringen? In Projekten, die die Welt von morgen ein kleines bisschen besser machen? In einem Team, das füreinander einsteht und mit dem man Berge versetzen kann?



**meet us. connect with us. join us.**

[www.uxma.com/jobs](http://www.uxma.com/jobs)