Fockbeker Nachrichten

Ausgabe 624 April 2021 Jahrgang 54

Alle Waldindianer sind zurück!

Auch in Zukunft gut beraten.

- Kfz-Schutz
- Betriebliche Versicherungen
- Privater Unfall-Schutz
- Lebensversicherungen
- Private Haftpflichten
- Und vieles mehr

Itzehoer Versicherungen
... und gut.

Ulf Gehrke Versicherungsfachmann (BWV)
Rendsburger Str. 47, 24787 Fockbek, Tel. 04331 6562

Dachdeckerei Ingo Solterbeck

Dächer • Fassaden • Bauklempnerei • Gerüstbau

Michel Solterbeck
Dachdeckermeister

Büsumer Str. 22b
24768 Rendsburg
Mobil: 0174/9271085
Tel. 04331 - 44124
Fax. 04331 - 42870
ingosolterbeck@web.de
www.dachdeckerei-solterbeck.de

Meisterbetrieb KFZ-Technik HARDER

TÜV fällig?

Ich biete Ihnen umfassenden Service rund ums Auto – vom Auspuff bis zur Zündkerze, wie z. B.:

- Ölwechsel / Inspektion
- HU & AU (jeden Dienstag)
- Fahrzeug-Diagnose (alle Marken)
- Autoglas (Reparatur kostenlos für Kasko-Versicherte)
- Klimaanlagen
- Räder & Reifen
- Unfall-Instandsetzung

Ich freue mich auf Ihren Besuch!

Kfz-Technik Harder
Inh. Heiko Harder
Ringstraße 10
24787 Fockbek
Tel.: 04331 – 4989969
Fax: 04331 – 3395400
Mobil: 0170 – 7415678
www.kfz-technik-harder.de · info@kfz-technik-harder.de

Zu Hause ist es doch am schönsten. Deshalb nur den besten Schutz für Ihren Hausrat. Informieren Sie sich jetzt

Kai Pinske e.K.
Rendsburger Str. 50, 24787 Fockbek
Tel. 04331/337990, Fax 04331/3379929
fockbek@provinzial.de

Alle Sicherheit für uns im Norden.

PROVINZIAL
Die Versicherung der Sparkassen

Dagmar Kienaß

... besser HÖREN

www.dk-hoeren.de

Hörsysteme ab 0,- €*

Hörsysteme... finde ich gut!

Rendsburg · Wallstraße 38 · fon 04331-43 73 555
Fockbek · Disshorn 2a · fon 04331-14 84 10
Mo.-Fr. 9:00-13:00 Uhr · 14:00-18:00 Uhr
Sa. 10:00-13:00 Uhr (außer Fockbek)

*zzgl. 10,- € gesetzl. Zuzahlung pro Hörsystem bei Anspruchsberechtigung durch eine gesetzl. Krankenkasse

Foto: PixMedia

Der Frühling

Die Sonne glänzt, es blühen die Gefilde,
die Tage kommen blütenreich und milde,
der Abend blüht hinzu, und helle Tage gehen
vom Himmel abwärts, wo die Tage entstehen.
Das Jahr erscheint mit seinen Zeiten
wie eine Pracht, wo Feste sich verbreiten,
der Menschen Tätigkeit beginnt mit neuem Ziele,
so sind die Zeichen in der Welt, der Wunder viele.

Friedrich Hölderlin (1770-1843)

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wir alle freuen uns auf den Frühling, weil er sich so anfühlt, wie Friedrich Hölderlin ihn beschreibt.
Auch wenn sich im April noch keine Feste verbreiten werden, so haben wir doch das eine:

Frohe Ostern!

Anja Treichel
Redaktion

Lesen Sie hier die Fockbeker Nachrichten auch digital!

Öffnungszeiten
Gemeindebücherei Fockbek

mittwochs 15:00 - 18:30 Uhr (außer in den Ferien)

Impressum

Mit der Einreichung von Berichten und Artikeln erteilen Sie uns Ihre Einwilligung zur Verarbeitung von personenbezogenen Daten und Fotos.

Die Redaktion übernimmt keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte, Unterlagen und Fotos und behält sich ausdrücklich vor, solche Beiträge zu kürzen bzw. den Zeitpunkt der Veröffentlichung zu bestimmen.

Herausgeber:
Gemeinde Fockbek, Rendsburger Straße 42
Telefon 04331/6677-0
Fax 6677-66
Redaktioneller Teil:
Anja Treichel
info@fockbeker-nachrichten.de
Anzeigen: Gemeinde Fockbek
Nathalie Mau
Tel. 04331 667723
info@fockbeker-nachrichten.de

Layout: Werbung.sh GmbH & Co. KG
Hollesenstraße 10, 24768 Rendsburg
Telefon 04331 696800
www.werbung.sh, info@werbung.sh
Druck: CP-Offset · Friedrich-Voß-Straße 1a, 24768 Rendsburg
Telefon 04331/14040 · Fax 140444
Auflage: 3.200 Exemplare
Fockbeker Nachrichten erscheinen jeweils zum Monatsanfang. www.fockbek.de

Redaktionsschluss

für die Mai-Ausgabe ist
am 15. April 2021 um
11:00 Uhr

Bürgersprechstunde

Die Bürgersprechstunde findet im Monat April am

29. April
von **16:00 Uhr bis 18:00 Uhr** statt.

Aufgrund der derzeitigen Lage ist selbstverständlich auch ein telefonischer Austausch unter 04331/667718 mit der Bürgermeisterin möglich oder Sie vereinbaren ebenfalls unter dieser Telefonnummer einen Videokonferenztermin.

Fundsachen

Februar 2021

1 Kette (Modeschmuck)
1 Airpods
1 Schlüssel mit Band

Wir gratulieren

Frau Ilse Matthiesen
zu ihrem 95. Geburtstag
am 18. April 2021

Frau Ingrid Lorenzen
zu ihrem 90. Geburtstag
am 23. April 2021

Eheleuten
Gisela und Heinz Peters
zu ihrem 50. Hochzeitstag
am 23. April 2021

Frau Ilse Neumann
zu ihrem 85. Geburtstag
am 30. April 2021

Kostenlose Corona-Tests für das Schulpersonal und für die Beschäftigten in den Kindergärten

Die Gefahr eines unbemerkten Infektionsgeschehens in Schulen und Kindergärten ist groß.

Aus diesem Grund bietet das Land Schleswig-Holstein dem Personal an Schulen und Kitas seit dem 22. Februar 2021 kostenlose Schnelltests an. Diese können bei Ärzten, in Apotheken oder in Testzentren durchgeführt werden. Um es für für das Personal an Schulen und Kitas so einfach wie möglich zu gestalten, hat die Gemeinde Fockbek in Zusammenarbeit mit der Fockebeker Apotheke ein eigenes kleines Schnelltestzentrum in der Harald-Striewski-Halle eingerichtet.

Unter der Organisation von Tanja Brommann, Schulsozialarbeiterin der Gemeinde Fockbek, finden dort an zwei Tagen in der Woche Testungen statt, zu denen sich das Personal freiwillig anmelden kann. Die Corona-Tests werden durch Frau Vogler von der Fockbeker Apotheke und weiterem geschulten Personal durchgeführt. „Wir bedanken uns bei der Gemeinde, dass dies in der Form organisiert werden konnte und sind froh, dass Frau Vogler uns hierbei unterstützt.", so Tanja Brommann.

Ein flächendeckendes Angebot von Corona-Tests für die Bürger*innen ist landesseitig mit sehr hohen Hürden verbunden. Die Fockbeker Apotheke bietet in der Harald-Striewski-Halle Resttermine für Bürger*innen an. Melden Sie sich bitte zu einer Terminvereinbarung bei der Apotheke unter 04331/61404.

v.l.n.r. Das Team im Testzentrum – Jörg Damm, Britta Gonschorowski, Friederike Vogler

Tester auf 450-Euro-Basis gesucht!

Wir brauchen noch Helfer*innen in unserem Corona-Testzentrum!

Wenn Sie über medizinische Vorerfahrungen verfügen, freuen wir uns über Ihre Unterstützung. Nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf:

Fockbeker Apotheke
Friederike Vogler
Rendsburger Str. 19 · 24787 Fockbek
Tel. 61404 · E-Mail: fockbekerapo@t-online.de
Oder kommen Sie einfach in unserer Apotheke vorbei!

F. Vogler

Corona-Schutzimpfung

Aktuelle Informationen

Wer darf zurzeit geimpft werden?

- Personen der Prioritätsgruppe 1 (80 Jahre und älter)
- Personen der Prioritätsgruppe 2
- Personen die 70 bis 79 Jahre alt sind
- Personen mit einem hohen Risiko aufgrund von Vorerkrankungen
- Kontaktpersonen von Pflegebedürftigen oder Schwangeren
- Personen mit erhöhtem Risiko aufgrund des Berufes
- Personen in besonderen Lebens- oder Betreuungssituationen

Wie können Impftermine gebucht werden?
Die Online-Terminvergabe erfolgt für die genannten Impfberechtigten nach wie vor unter **www.impfen-sh.de**. Personen, die 80 Jahre oder älter sind werden weiterhin zusätzlich angeschrieben und können mit einem persönlichen PIN-Code telefonisch Impftermine vereinbaren.

Alternativ können sie ebenfalls Termine über die genannte Internetseite buchen. Es wird dringend empfohlen, die Online-Anmeldung vorrangig zu nutzen, gegebenenfalls mit Unterstützung.

Sollten Sie keinen Zugang zum Internet haben, gibt es die Möglichkeit der telefonischen Anmeldung unter der kostenfreien Rufnummer (0800) 455 655 0. Hier ist jedoch mit langen Wartezeiten zu rechnen.

Weitere Informationen zur Corona-Schutzimpfung finden Sie auch unter:

www.impfen-sh.de
www.schleswig-holstein.de
www.zusammengegencorona.de/infos-zum-impfen

Fockbek fragt...

Wie finanziert sich eine Gemeinde?

Die Gemeinden übernehmen zahlreiche Aufgaben für unsere Bürger*innen.

Hierzu zählen unter anderem Pflichtaufgaben wie die Ausstellung von Personalausweisen oder die Bewilligung von Sozialleistungen, welche aufgrund von Bundes- und Landesgesetzen erfüllt werden müssen. Neben diesen Pflichtaufgaben kann eine Gemeinde eigenverantwortlich darüber entscheiden, welche weiteren freiwilligen Aufgaben sie wahrnimmt. Hierzu zählen beispielswiese die Bereitstellung von Jugendbetreuung oder Sportanlagen.
Eines haben die Aufgaben gemeinsam: Es entstehen Kosten. Und damit eine Gemeinde diese Kosten decken kann, müssen ihr Einnahmequellen zur Verfügung stehen.

Zu diesen Einnahmequellen zählen:

- Steuern (z.B. Grund- und Gewerbesteuer, Hundesteuer)
- Beiträge (z.B. Straßenausbaubeiträge)
- Gebühren (z.B. Verwaltungsgebühren für die Erstellung eines Personalausweises)
- Zuweisungen (z.B. Schlüsselzuweisungen vom Land im Rahmen des kommunalen Finanzausgleichs)
- sonstige Einnahmen (z.B. Miet- und Pachteinnahmen).

Bauleitpläne der Gemeinde Fockbek

Ab sofort finden Sie auf der Homepage der Gemeinde Fockbek www.fockbek.de, unter folgendem Pfad alle Bauleitpläne der Gemeinde:

Gemeinden → Fockbek → B-Pläne
oder scannen Sie folgenden QR-Code:

Sitzungstermine der Gemeinde Fockbek im April

Dienstag, 20. April 2021	Jugend-, Sport- und Sozialausschuss im Rathaus.	In den Räumlichkeiten kann unter Wahrung der Abstände nur eine begrenzte Anzahl von Gästen zugelassen werden (Landesverordnung zur Bekämpfung des Coronavirus SARS-CoV-2).
Mittwoch, 28. April 2021	Schul- und Kulturausschuss im Rathaus.	

Ampelschaltung an der Bundesstraße

Wer kennt es nicht: Wir glauben beim Einkaufen ausgerechnet an der Kassenschlange zu stehen, an der es vermeintlich am längsten dauert oder dass auf unserem Heimweg mal wieder mehr Ampeln auf Rot als auf Grün zeigen.

Besonders ärgerlich fühlt es sich als Fußgänger*in oder Radfahrer*in an unserer Bundesstraße an, wenn der PKW-Verkehr eine Grünphase erhält, wir selbst jedoch nicht.

Warum ist das so? Zuständig für verkehrsrechtliche Anordnungen, wie beispielsweise die Ampelschaltungen, ist die Kreisverkehrsbehörde Rendsburg-Eckernförde. Dort haben wir uns erkundigt, ob unsere Ampelschaltung sinnvoll ist oder geändert werden kann. Zunächst ist es wichtig zu wissen, dass die Schaltung der Ampeln vom Ortseingang Büdelsdorf bis zum Ortsausgang Fockbek der B 203 synchronisiert ist. Jeder noch so kleine Eingriff hat Auswirkungen auf den Verkehr und somit auf die Leistungsfähigkeit der Bundesstraße.

Sofern eine Person die Straße überqueren möchte, muss sie den Ampeltaster betätigen und fordert so das Grünzeichen zum Überqueren der Straße an. Das kann dann besonders ärgerlich sein, wenn das Drücken eine halbe Sekunde zu spät erfolgt. Mit der Anforderung der Grünphase zum Queren für Fußgänger*innen und Radfahrer*innen verlängert sich die Rotphase für den Fahrzeugverkehr um ein paar Sekunden. Diese zusätzliche Zeit ist für die sichere Querung des Straßenraumes erforderlich. Würden an den Ampelanlagen anforderungslose Grünphasen programmiert werden, würde dies die gesamte „grüne Welle" im Verlauf der Bundesstraße beeinträchtigen. Es sind die zusätzlichen Sekunden, die für den Verkehrsfluss einen riesigen Unterschied machen. Eine Änderung wurde vom Kreis daher nicht in Aussicht gestellt.

Auch wenn sich die Wartezeit an den Ampeln manchmal ungewollt verlängert, hoffen wir weiterhin auf ein positives und achtsames Miteinander im Straßenverkehr.

Was macht eigentlich unser neuer Maibaum?

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

in der letzten Ausgabe der FN konnten Sie den Transport des neuen Maibaums aus dem Wald zum Bauhof verfolgen.

In dieser Ausgabe erfahren Sie, wie aus einer entasteten Fichte ein schöner Maibaum wird. Nachdem der Maibaum auf dem Lagerplatz abgelegt wurde, haben wir ihn zuerst mit Halbschalen abgedeckt. Anfang Februar waren frostige Temperaturen, und ein weiteres Bearbeiten war nicht möglich.

Mitte Februar hielt dann der Winter Einzug, und wir alle erinnern uns sicher noch an die schöne weiße Landschaft und den zugefrorenen Fockbeker See. Der Einsatz im Winterdienst und der Schnee ließ auch in dieser Zeit keine Bearbeitung zu. Im März war es dann wieder wärmer, und wir begannen mit der Bearbeitung.

Die Abdeckung des Maibaums wurde entfernt, und im ersten Schritt wurde die äußere Schicht, die Rinde, mit Schäl- und Zugeisen entfernt. Dies ist bei einer astigen Fichte ein ziemlicher Knochenjob. Im zweiten Schritt haben wir den Maibaum von den Nährstoffschichten, dem Bast und Kambium, befreit. Dazu haben wir den kompletten Maibaum mit unserem Heißwasser-Hochdruckreiniger „gekärchert". Diesen Tipp, eine zugegeben unkonventionelle Methode, habe ich von einem befreundeten Wandergesellen aus Thüringen erhalten. Doch er hatte Recht, und das Entfernen von Bast und Kambium ging ziemlich leicht von der Hand, wie auf dem Bild zu sehen ist. Jetzt musste der Maibaum erst einmal etwas abtrocknen. Danach wurden die Äste und Unebenheiten glatt gehobelt. Im Anschluss wurde der Baum erst mit grober Körnung vorgeschliffen und dann mit feiner Körnung noch einmal nachgeschliffen. Es folgte ein erster Anstrich mit Lasur, ein Zwischenschliff und der Endanstrich mit Lasur.

Alles in Allem war es sehr viel Handarbeit mit Liebe zum Detail und zum Holz. Geschmückt mit einer gebundenen Girlande und dem entsprechenden Kranz an der Spitze soll er nun für die nächsten Jahre im Wonnemonat Mai unser Dorf verschönern. Bis dahin sind wir weiter im Dienste der Fockbeker Bürgerinnen und Bürger unterwegs.

Herzlichen Gruß und bleiben Sie bitte gesund!

Ihr Team vom Bauhof Fockbek

Maibaumaufstellen 2021 in Fockbek ohne Veranstaltung

Leider wird wegen der Pandemie auch in diesem Jahr keine Veranstaltung zum Maibaumaufstellen in Fockbek stattfinden können. Zwar wird auf dem Dorfplatz unser neuer Maibaum aufgerichtet, jedoch ohne ein geselliges Zusammensein, das sonst musikalisch vom Musikzug der Freiwilligen Feuerwehr Fockbek/Nübbel begleitet wurde. Wir bedauern dies sehr und bitten um Verständnis für die getroffene Maßnahme. Trotzdem soll der Maibaum auch in diesem Jahr für das Leben, Wachstum und die Hoffnung stehen und uns mit seinem Anblick erfreuen.

Hannibal erobert Fockbek

Nach einer langen Pause vom Handballsport geht es für die Jungs und Mädels der männlichen und weiblichen Jugend E so langsam wieder los. Endlich! Die DHB Hannibal-Challenge macht es möglich und wir machen mit.

Die Hannibal-Challenge ist vom DHB für die E- und D-Jugend sowie für die Schulen von der 3. bis 6. Klasse als Impuls gedacht, um Kinder zur gemeinsamen Bewegung zu motivieren und mit Spaß die persönliche Entwicklung weiter nach vorne zu bringen. In diesem bundesweiten Wettbewerb bekommen die teilnehmenden Teams jede Woche Übungen vorgegeben, die sie zu Hause, im Sportunterricht oder hoffentlich bald wieder gemeinsam beim Training absolvieren können.
Die Übungen werden per pdf-Dokument jede Woche montags an die Trainer und Lehrer gesendet und zusätzlich von DHB-Nationalspieler*innen in einem Video vorgemacht und erklärt. Es gibt insgesamt 5 Spieltage und bietet den Jungs und Mädels bis Ostern zahlreiche abwechslungsreiche Übungen.

In Fockbek nimmt nicht nur die HSG mit der weiblichen Jugend E und ihrem Trainerteam um Tim Willi Sievers und Jean Fischer und der männlichen Jugend E mit Ronny Hohnsbehn und Benita Dannat teil, auch die Bergschule ist mit der 3a, 3b, 5c und 5d dabei.

Es ist für alle eine große Herausforderung die Übungen allein zu meistern. Die Unterstützung durch die Eltern oder Geschwister zum Anfeuern, Korrigieren oder Zählen ist zuhause ganz wichtig und eine unerlässliche Hilfe. In der Schule motivieren sich die Kinder in der Klasse leichter gegenseitig und können sich anfeuern.

Wir Trainer sehnen uns nach den gemeinsamen Trainingseinheiten in der Halle, das ist per Videokonferenz oder direkten Besuch zuhause einfach nicht das Gleiche.

Ronny Hohnsbehn
komm. 1.Vorsitzender HSG FONA

Frische Socken für die HSG FONA

Es ist lange her, dass wir als Mannschaft zusammengekommen sind.

Zumindest physisch, denn das war lange Zeit nicht erlaubt. Inzwischen gibt es erste Lockerungen, und wir dürfen wieder in Gruppen draußen trainieren. Zwar noch ohne Köperkontakt, aber immerhin mal wieder gemeinsam. Das Training per Videokonferenz, die interne Challenge im Team oder die Aufgaben per WhatsApp zu erhalten, war eine angenehme Abwechselung, aber das gemeinsame Training ist einfach nicht zu ersetzen. Damit wir für die gemeinsamen Trainingseinheiten gut gerüstet sind, gibt es neue Socken mit dem Logo der HSG FONA. Ähnliche Socken mit dem Logo der HSG Fockbek/Nübbel oder des TSV Alt Duvenstedt gab es bereits. Und sie waren in unseren Teams bunt gemischt. Jetzt können wir einheitlich auftreten. Alle Teams konnten bei der Erstbestellung sogar noch ein Schnäppchen machen, denn sowohl der Förderkreis HSG Fockbek/Nübbel, als auch der Förderverein TSV Alt Duvenstedt haben das erste Paar finanziell bezuschusst. An dieser Stelle möchte ich hierfür noch einmal „Vielen Dank“ sagen.

Wir haben insgesamt über 600 Socken bestellt und an die Trainer für die Verteilung an alle Spielerinnen und Spieler übergeben.

Ronny Hohnsbehn

Bitte informieren Sie sich bei Ihren Vereinen, Kursleitern u.s.w., ob die Termine stattfinden!

SV Fockbek (*Ansprechpartner Holger Petersen, 2. Vors., Tel. 62456)*

Bürgermeister - Schadwinkel - Halle

Badminton	jeden	Montag	17:30 - 19:00 Uhr
Fitness für Jedermann	jeden	Dienstag	18:30 - 19:45 Uhr
Herzsportgruppe	jeden	Dienstag	20:00 - 22:00 Uhr

Sporthalle Bergschule Friedhofsweg

Gymnastik für Frauen	jeden	Dienstag	19:00 - 20:30 Uhr
Fitness und Kondition Männer	jeden	Freitag	20:00 - 22:00 Uhr
Seniorensport Männer	jeden	Mittwoch	18:00 - 19:30 Uhr

Mehrzweckhalle

ZUMBA	jeden	Mittwoch	19:00 - 20:00 Uhr und 20:00 - 22:00 Uhr
Strong by ZUMBA	jeden	Samstag	10:00 - 11:00 Uhr
Zumba Kids	jeden	Dienstag	16:30 - 17:30 Uhr
Tischtennis (Jugendliche)	jeden	Mo. Di. u. Do.	17:00 - 19:00 Uhr
Tischtennis (Erwachsene)	jeden	Mo. Di. u. Do.	19:00 - 22:00 Uhr

Harald-Striewski-Halle

Drums Alive	jeden	Montag	19:00 - 20:00 Uhr
Ganzkörpertraining	jeden	Dienstag	09:00 - 10:00 Uhr
Ganzkörpertraining	jeden	Freitag	09:45 - 10:30 Uhr
Gesellige Gesellschaftstänze	jeden	Dienstag	14:15 - 15:45 Uhr
HIIT (High Intensity Intervall Training)	jeden	Dienstag	18:00 - 19:00 Uhr
Orthopädische Reha	jeden	Mittwoch	10:00 - 11:00 Uhr und 16.00 - 17:00 Uhr
(nur mit bestätigter Anmeldung	jeden	Freitag	10:45 - 11:45 Uhr und 11:45 - 12:45 Uhr
und vorhandener Verordnung)			
Pilates	jeden	Dienstag	17:00 - 18:00 Uhr
Seniorengymnastik Frauen	jeden	Mittwoch	18:00 - 19:00 Uhr
Seniorengymnastik Frauen	jeden	Donnerstag	15:30 - 17:00 Uhr
Seniorensport	jeden	Dienstag	16:00 - 17:00 Uhr
Step-Aerobic	jeden	Freitag	09:00 - 09:45 Uhr
Yoga	jeden	Montag	10:00 - 11:30 Uhr
Yoga	jeden	Mittwoch	14:15 - 15:45 Uhr und 19:00 - 20:30 Uhr
Yoga	jeden	Donnerstag	17:00 - 18:30 Uhr und 19:00 - 20:30 Uhr
Golden Girls	jeden	Donnerstag	10:00 - 11:00 Uhr

Sportheim Krattredder

Antara	jeden	Donnerstag	17:00 - 18:30 Uhr
Indoor Cycling	jeden	Montag	20:10 - 21:10 Uhr
Indoor Cycling	jeden	Donnerstag	19:00 - 20:15 Uhr
Indoor Cycling	bei Bedarf		20:15 - 21:15 Uhr
Nordic Walking	jeden	Mittwoch	10:00 - 11:00 Uhr
Tanzkreis I	jeden	Dienstag	18:00 - 19:30 Uhr
Tanzkreis II	jeden	Dienstag	19:30 - 21:00 Uhr
Tabletop, Brett- und Fantasiespiele	jeden	1. und 3. Samstag im Monat	11:00 – 18:00 Uhr

Bouleplatz Hohner Straße

Boule Jedermann	jeden	Mittwoch	10:00 - 11:30 Uhr

Physio Zentrum Fockbek

Momentan finden noch keine Gesundheitskurse statt. Voranmeldungen für unsere neuen Kurse nach dem Lockdown sind ab sofort möglich. Die Starttermine werden, sobald es die Situation erlaubt, bekanntgegeben. Die Kursgebühren werden erst fällig, wenn die Kurse wirklich beginnen können.

PRIMA Schlingentraining (GKT)

Das PRIMA Schlingentraining stärkt sowohl komplette Muskelgruppen als auch besonders die gelenknahen, tiefliegenden Muskeln. Mit diesem ganzheitlichen Krafttraining wird in kurzer Zeit ein hohes Maß an Kraft, Koordination und Stabilität erzielt. Es schützt den Bewegungsapparat ideal vor akuten und chro nischen Schmerzen. Die Übungen sind durch das variable Schlingensystem individuell steigerbar und dadurch für den Beginner bis hin zum Leistungssportler geeignet. **Dienstag 18.00 - 19.00 Uhr. Voranmeldungen im Physio Zentrum Fockbek**

PRIMA Rücken

In unserem PRIMA Rücken-Kurs wird die Grundlage gelegt für den bewussten Umgang mit dem eigenen Körper. Körperwahrnehmung sowie gelenk- und rückenschonende Bewegungen werden geschult. Gezielte Übungen für die Beweglichkeit, Koordination und Kraft der Wirbelsäule und Entspannungsübungen runden das Programm ab. Die leichte Umsetzung der Übungen führt dazu, dass das Gelernte gut in den Alltag übertragen werden kann.
Donnerstag 19.15 - 20.15 Uhr und Freitag 17.15 - 18.15 Uhr. Voranmeldungen im Physio Zentrum Fockbek

PRIMA Stabilität

Sie möchten Ihren Körper insgesamt kräftigen und legen Wert auf ein perfektes Zusammenspiel verschiedener Muskelgruppen? Dann ist das Ihr Kurs: In unserem PRIMA-Kurs mit dem Schwerpunkt Stabilität kümmern wir uns unter anderem um die bekannten Muskelklassiker Bauch-, Rücken-, Bein- und Pomuskulatur. Aber ganz sicher spüren Sie nach dem Training auch einmal einen Muskel, von dem Sie nicht wussten, dass es ihn gibt. **Donnerstag 18.00 - 19.00 Uhr. Voranmeldungen im Physio Zentrum Fockbek**

PRIMA Gleichgewicht

Sie möchten einen sicheren Stand trainieren und Stürze vermeiden? Im PRIMA-Kurs Gleichgewicht fördern und fordern wir die entsprechenden Muskeln und Ihren Gleichgewichtssinn, damit Sie auf jede Unebenheit im Boden perfekt vorbereitet sind. **Dienstag 19.15 - 20.00 Uhr. Voranmeldungen im Physio Zentrum Fockbek**

PRIMA Relax

Sie möchten mal abschalten und den Kopf herunterfahren, da Ihr Alltag Ihnen alles abverlangt? Dann nutzen Sie unser Kursangebot PRIMA Relax. Entspannung können Sie u.a. durch Bewegung, Progressive Muskelentspannung, Phantasiereisen erreichen. Lernen Sie die verschiedenen Ansätze kennen und genießen Sie die kurze Auszeit vom Alltag. **Freitag 18.30 - 19.00 Uhr. Voranmeldungen im Physio Zentrum Fockbek**

Ihr Immobilienprofi aus Fockbek
Sie möchten Ihre Immobilie verkaufen?

In Fockbek und Umgebung bin ich für vorgemerkte Kunden ständig auf der Suche nach:
EINFAMILIENHÄUSERN • WOHNUNGEN • GRUNDSTÜCKEN • RESTHÖFEN

REIMER CARSTENS • Kfm. d. Grundstücks- u. Wohnungswirtschaft (IHK)
Dipl.-Betriebswirt (BA) • Assenkoppeln 8 a • 24787 Fockbek
04331 / 437 58 20 • www.immobilienberatung-carstens.de

IMMOBILIENBERATUNG
REIMER CARSTENS
BEWERTUNG | FINANZIERUNG | VERMITTLUNG

April 2021			
18.04.	10:00	Langenbrooker Weg	SPD Ortsverein: Boßeln für Jedermann
24.04. & 25.04.	9:00 – 12:00	Mehrzweckhalle/Mensa	Bergschule: Berufswahl-Café

Seniorenzentrum Fockbek:	montags 10.00 – 11.00 Uhr Seniorengymnastik
Seniorenzentrum Fockbek:	dienstags 15.00 – 17.00 Uhr Spielnachmittag mit Kaffeetrinken
Seniorenzentrum Fockbek:	donnerstags 15.00 – 17.00 Uhr Spielnachmittag mit Kaffeetrinken
DRK Fockbek:	Seniorenkaffee jeder 4. Mittwoch im Monat um 14:30 Uhr im Paulushaus
SSC Fockbek:	Trainingszeiten jeden Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag und Sonntag, jeweilige Uhrzeiten im Internet unter www.ssc-fockbek.de

Alle Angaben ohne Gewähr – Änderungen vorbehalten! (Stand: 24.11.2020) - Mau

Die Nennung der Örtlichkeiten und der Termine sind aufgrund der nicht vorhersehbaren Vorgabenbezüglich der Corona-Pandemie unter Vorbehalt.

…kein Geld verschenken… www.steuerverbund.de

Als Lohnsteuerhilfeverein mit über 1000 örtlichen Beratungsstellen bundesweit erstellen wir u. a.
für Arbeitnehmer, Beamte, Rentner
im Rahmen einer Mitgliedschaft die komplette
Einkommensteuererklärung

Auch bei Miet-, Spekulations- und sonstigen Einkünften, wenn die Einnahmen hieraus 13.000/26.000 EUR p. a. (Alleinstehende/Verheiratete) nicht übersteigen und wenn keine gewinn- oder umsatzsteuerpflichtigen Einkünfte vorliegen.
Wir beraten Sie auch bei Fragen zum **Kindergeld**, zur **Abgeltungssteuer** bzw. zum **Alterseinkünftegesetz.**

Lohnsteuerberatungsverbund e. V. - Lohnsteuerhilfeverein - Tel. 0800/7235991 (gebührenfrei) • Mo-Fr. 8-18 Uhr • Termine nach Vereinbarung • Beratungsstelle: Zeisigweg 8 • 24787 Fockbek • 04331 3373180 • Beratungsstellenleiterin: Frau Svetlana Groth

Besuchen Sie unsere Internetseite!
Ihr Holzwurm
Jens Larsen
Fockbek
Tel. 63652
015774944969
Trockenbau
Akustik/Holzdeckenbau
Fenster/Türen
Fußbodenverlegung
Terrassenbeläge
Reperaturen aller Art
Zäune und mehr
Carports
Planung/Ausführung
Schieferarbeiten
Zimmerei Jens Larsen
www.zimmerei-jens-larsen.de

Fuhrpark-Betreuung
Klaus Dreeßen
KFZ-Meister
Dekra-Stützpunkt
Rendsburger Str. 47
24 787 Fockbek
Tel. 0 43 31 - 43 72 631
Fax 043 31 - 1483775
Mobil 0170 - 7 79 39 60
eMail: fuhrparkbetreuung@web.de

Leistungen:
- alle Fabrikate
- alle Reparaturen
- Reifendienst
- Glasschäden
- Unfallschäden
- HU/ AU

Öffnungszeiten
Mo.-Fr. 8.00 - 17.00 Uhr
Mi. 8.00 - 13.00 Uhr
oder nach Vereinbarung
© mamo-art.com

Brauer
Fenster + Türen

Klaus Brauer
Tischler, Holz- und Kunststofftechniker

Zum Kratt 5
24787 Fockbek
Tel. 04331 - 47 43 | Mobil: 0170 - 210 99 38
E-Mail: info@brauer-montagebau.de

Ihr Partyservice
Fleischerei BRAUER
Jörg Schadebrodt
Rendsburger Str. 46 · 24787 Fockbek
Tel.: 043 31 / 6 11 84 · Fax 6 31 41
www.fleischerei-brauer.de
tägl. Mittagstisch

Friseur Hänicke
Ihr Familienfriseur
- Frisuren & Perücken -

Haare zu lang?
Farbansatz?
Locken schlapp?
Lust auf eine neue Frisur?

Unsere neue Kollegin Marion Büstrin hat noch Termine frei und freut sich auf ihren Besuch.

Ihr Team von Friseur Hänicke.

04331 / 435 14 14

Rendsburger Str. 50 | 24787 Fockbek | friseur-hänicke.de | perücken-hänicke.de

BROMM seit 1971
Inh. Thomas Bromm
Zentralheizungs- und Lüftungsbauermeister
Gas- und Wasserinstallateurmeister

Ihr Fachmann für
Heizung • Sanitär • Solar

Timmerloh 10
24787 Fockbek
Telefon 6 33 80
Fax 66 93 46

Hundesalon Beeck
Inhaberin:Margrit Härzer

24787 Fockbek, Ostlandstr.29
Tele:04331/63015
Termine nach Vereinbarung

Software User
- Computer- und System-betreuung
- PC-Wartung und Administration
- Netzwerke und Internet
- Hard- und Software
- Web-Gestaltung
- Telefonanlagen
- Beratung

Assenkoppeln 15 | 24787 Fockbek | Tel.: 04331 - 148 509
Mobil: 0162 - 88 126 98 | info@software-user.de
www.software-user.de

Kerath Bestattungen
Familienbetrieb in 3ter Generation

TEL.: 61513

Hohner Straße 44 – Fockbek

Trauerhalle und Abschiedsraum im Hause
Kostenlose Beratung zur Bestattungsvorsorge
Preise und Informationen finden Sie auf meiner Homepage
www.kerath.com

Nina Moder
geprüfte Bestatterin
Dipl. Betriebswirtin

Grünschnittabfuhr im Frühjahr

Pünktlich mit dem Start der Gartensaison hat ab dem 8. März 2021 im Kreis Rendsburg-Eckernförde die Sammlung von Baum- und Strauchschnitt aus Privatgärten begonnen. Bei den ersten Arbeiten des Jahres im heimischen Garten fallen oft mehr Grünabfälle an, als die Biotonne fassen kann.

Wie in jedem Frühjahr bietet daher die Abfallwirtschaft Rendsburg-Eckernförde (AWR) eine kreisweite kostenlose Sammlung von Ast- und Strauchschnitt an, um auch die Mehrmengen einfach und bequem verwerten lassen zu können. Unabhängig vom Abfuhrtermin sollten Gartenfreunde mit der Arbeit allerdings nicht zu lange warten: Ab Anfang März dürfen Bäume und Sträucher (Ausnahme Obstgehölze) aus Naturschutzgründen nicht mehr beschnitten werden!

Beim Beschneiden von Pflanzen sollte man ein wenig Vorsicht walten lassen, denn Beschneiden heißt, das Gewächs äußerlich zu verletzen. Benutzen Sie gut geschärftes Werkzeug und schneiden Sie Zweige immer direkt über einer Knospe ab.

Eine Mengenbegrenzung bei der Sammlung gibt es nicht. Zu beachten ist nur: Ihr Ast- und Strauchwerk können Sie am Abfuhrtag gebündelt am Straßenrand bereitstellen. Die einzelnen Bündel dürfen nicht länger als 1,50 m und nicht schwerer als 15 kg sein.

Bitte achten Sie darauf, dass nur kompostierbare Materialien zum Verschnüren der Bündel verwendet werden. Äste und Stämme von mehr als 10 cm Durchmesser werden bei dieser Sammlung nicht mitgenommen. Dasselbe gilt für Baumstümpfe (Stubben). Diese (und andere) Pflanzenabfälle können Sie bei einem Recyclinghof abgeben, meistens sogar kostenlos: Jeder Haushalt im Kreis kann gegen Vorlage der Originalabfallrechnung, jährlich bis zu einem Kubikmeter Gartenabfall (in maximal zwei Anlieferungen) kostenfrei zu einem der AWR-Recyclinghöfe bringen.

Ihre Abfuhrtermine für Grünschnitt und weitere Informationen gibt es im Internet unter www.awr.de oder beim Service-Telefon der AWR unter (04331) 345-123 montags bis freitags von 07:30 Uhr bis 17:00 Uhr.

Ansprechpartner für diese Terminankündigung:
Ralph Hohenschurz-Schmidt
Fon: 04331 / 345 - 103
Mail: hoschmi@awr.de

Beiträge eines Profi-Fußballers für eine Sportunfähigkeitsversicherung sind keine Werbungskosten

Die Leiterin der örtlichen Beratungsstelle im Lohnsteuerberatungsverbund e.V. -Lohnsteuerhilfeverein- in Fockbek, Frau Svetlana Groth, weist aus aktuellem Anlass auf folgendes hin:
Das Finanzgericht Düsseldorf hat mit Urteil vom 12.01.2021, Az. 10 K 2192/17 E entschieden, dass Beiträge eines Berufssportlers für eine Sportunfähigkeitsversicherung keine Werbungskosten sind.

Die Entscheidung ist nicht rechtskräftig. Die Revision zum BFH wurde zur Rechtsfortbildung zugelassen.

Weitere Informationen finden Sie auch unter www.steuerverbund.de.

Svetlana Groth

Verlegearbeiten
Gartenplanung u. -gestaltung
Pflasterarbeiten
Natursteinarbeiten
Friesenwälle
Treppen
Teichanlagen
(Bachlauf und Wasserfall)
Regen- u. Abwasserleitung

Inh. Gheorghe Rus
Rund Ums Haus

Gartenservice
Gartenpflege
Anlegung Rasenflächen
(auch Rollrasen)
Vertikutieren
Pflanzarbeiten
Hecken- u. Sträucherschnitt
Baumfällungen
Zäune u. Carports

zuverlässig - pünktlich - flexibel
mit über 15-jähriger Berufserfahrung

Am Karpfenteich 3 - Fockbek - Tel/Fax:123507 - Mobil:0162/9136065 - www.rus-gartenservice.de

DRK-Ortsverein Fockbek

‚Frühling lässt sein blaues Band wieder flattern
durch die Lüfte!
Süße, wohlbekannte Düfte streifen ahnungsvoll das Land.
Veilchen träumen schon, wollen balde kommen!
Horch, von fern ein leiser Harfenton! Frühling, ja du bist`s!
Dich hab ich vernommen!

Wer kennt dieses Gedicht von Eduard Mörike nicht? Aber dieser Dichter hat bestimmt nie gedacht, dass wir uns in 2021 zwar am Frühling erfreuen, aber es für alle eine *unwirkliche* Zeit ist. Vor einem Jahr haben wir doch alle gedacht, dieser Virus verschwindet wieder und alles ist normal. Leider hat sich dieser Wunsch nicht erfüllt. Immer noch ist der Alltag nicht zurück. Keine Veranstaltungen können geplant werden.

Nur die Blutspendetermine werden eingehalten. so auch am 11.03.2021 in der Fockbeker Bergschule. Die Spender melden sich nach wie vor übers Internet an. Somit können die Helferinnen des DRK-Ortsvereins sich schon im Vorfelde um die ausreichende Verpflegung kümmern. Aber das beliebte Buffet kann nach wie vor nicht angeboten werden. 166 Spender*innen konnte der Blutspendedienst verzeichnen. Es kamen auch 13 Neuspender*innen!

Das ist sehr wichtig, da ab einer bestimmten Alternsgrenze (73 Jahre) diese bis dahin fleißigen Spender*innen wegfallen. Somit sind wir dankbar für jeden, der etwas von seinem *Lebenssaft* für Andere abgibt.

Sobald Informationen vorliegen, ab wann und vor allem wie man sich wieder treffen kann, informieren wir umgehend. Das gilt auch für den Start unserer Fahrradgruppe. Diese wird voraussichtlich Ende April starten.

B. Liekfeldt

Das Buernhuus informiert

Bis zum Abgabetermin für diese Ausgabe hatten wir keine neuen Infos bezüglich einer Öffnung des Buernhuus.

Daher gehen wir auch im April davon aus, dass noch mit Einschränkungen im Betrieb des Buernhuus zu rechnen ist! Wir erwarten entsprechende Vorgaben der Landesregierung für die Jugendarbeit. Sollte sich hierzu etwas Neues ergeben, erfahrt ihr das auf unseren unten aufgeführten Internetseiten oder ruft uns unter 04331-63144 an! Ein AB ist angeschlossen, und wir rufen euch garantiert zurück.

Schaut doch mal auf buernhuus.de oder auf facebook.com/jugendeinrichtung.buernhuus rein.

Euer Buernhuus Team

Malerbetrieb
R. Frahn
Meisterbetrieb
Lerchenweg 41
Fockbek
Tel. 66 22 58 · Fax 66 22 59

NF Inh. Sönke Nissen
FT Sönke Reimers
E.H. Nissen GmbH
Fockbeker Transportbeton
• Ausführung von Erdarbeiten
• Lieferung von Fertigbeton
• Bagger- und Fuhrbetrieb
• Kieswerk
Sandberg 18 a
24806 Lohe-Föhrden
Telefon 0 43 35 / 3 79
Telefax 0 43 35 / 13 02
Werk: Zum Kratt
24787 Fockbek
Telefon 0 43 31 / 6 17 67
Telefax 0 43 31 / 66 92 91
schnell • flexibel • zuverlässig
seit über70 Jahren Ihr Transportunternehmen vor Ort

• Fenster
• Haustüren
• Vordächer
• Außenrollladen
• Garagentore
Geht nich- gifft nich !
Klaus J. Grage
Zimmerer und Hochbautechniker
• Dachfenster
• Fliegengitter
• Zäune
• Carports
• Reparaturen aller Art
Lindenstraße 2 •24787 Fockbek • Mobil: 0172/ 987 19 31 • Tel.: 04331/ 68 30 • Fax.: 65 58
www.grage-baumontage.de • info@grage-baumontage.de

Insektenrückgang - Ursachen - Was können wir in unseren Gärten tun

Liebe Garten- und Naturfreunde in Fockbek,

´Alle Vögel sind schon da ... Amsel, Drossel, Fink und Star...'

Viele Vögel kommen jetzt aus ihren Überwinterungsgebieten wieder zu uns, um sich hier fortzupflanzen.

Besonders in meinem Garten freut sich jetzt das Buchfinken-Männchen, dass den ganzen Winter über hier geblieben ist und sich mit mehreren Artgenossen zusammengetan hat. Buchfinken bleiben sich ein ganzes Leben lang treu. Die Kohl- und Blaumeisen sind schon seit Februar dabei, sich Nistplätze zu suchen. Andere Rückkehrer wie Schwalben oder auch Spatzen, die ganzjährig bei uns leben, suchen verzweifelt nach Nistplätzen und werden viel zu oft daran gehindert, am oder um das Haus einen geeigneten Nistplatz zu besetzen. Dabei haben sie die Menschen als Kulturfolger seit über 10.000 Jahren begleitet und immer in der Nähe der Menschen gelebt. Sie sind sehr stark von den Veränderungen im Siedlungsbereich betroffen. Es gibt kaum noch Nischen und Spalten für Brutplätze.

Ganz besonders gefährdet sind Schwalben. Sie fangen ihre Nahrung im Flug, denn sie ernähren sich von fliegenden Insekten. Für beide Arten (Rauch- und Mehlschwalben) spielen ein reich strukturiertes Offenland und Gewässer im Umkreis von maximal 1 Kilometer um den Brutplatz für die Nahrungssuche ebenso wie schlammige Ufer oder Pfützen zum Sammeln von Nistmaterial in 300 m Entfernung, eine große Rolle. Im Gegensatz zu Spatzen sind Schwalben Zugvögel. Knapp die Hälfte des Jahres leben sie in unseren Breiten um sich hier zu vermehren, die andere Hälfte überwintern sie südlich der Sahara. Ab April bis Mitte Mai kommen die Schwalben aus ihren Winterquartieren nach Mitteleuropa zurück.

Das Schwalben immer willkommen waren, zeigt das Sprichwort „Wenn Schwalben am Haus brüten, geht das Glück nicht verloren." Sie brüten in Kolonien. Ihre Nester bauen sie aus bis zu 1700 Lehmkügelchen, die sie mit ihrem Speichel verkleben. Doch inzwischen sind sie, trotz ihrer Anpassung an den Menschen, zu Sorgenkindern des Naturschutzes geworden, denn flächendeckend gehen die Schwalbenbestände schon seit Jahren zurück.

Die Ursachen für die Rückgänge liegen vor allem in der Entfernung von Nestern im Zuge von energetischen Sanierungen und Abriss von alten besiedelbaren Gebäuden. Auch der Rückgang von Insektennahrung spielt eine große Rolle. Darüber hinaus werden die Nester der Schwalbe zur Vermeidung von Verschmutzungen an der Fassade oder in Gebäuden häufig verbotenerweise mutwillig von sauberkeitsliebenden Menschen zerstört. Wenn Sie so etwas beobachten, klären Sie die Gartenbesitzer bitte auf, dass jegliche Maßnahmen unterbleiben müssen, da die Vögel unter Artenschutz stehen. Unterrichten Sie gegebenenfalls die Untere Naturschutzbehörde. Sie wird dann dagegen vorgehen.

Bevor also jemand Kraft darauf verwendet, Schwalben oder Spatzen zu vertreiben, prüfen Sie die Möglichkeiten für ein friedliches Zusammenleben. Die kleinen Vögel sind faszinierend. Genießen Sie die Beobachtung der Spatzen bei der Aufzucht ihrer Jungen. Erleben Sie die Rufe der hungrigen Jungvögel und ihren ersten Flug. Vielleicht ist allein dieses Erlebnis Entschädigung genug für die Beeinträchtigungen.

Aber Achtung:
Mehl- und Rauchschwalbe sind nach dem Bundesnaturschutzgesetz geschützte Arten. Das heißt, sie dürfen weder gestört, gefangen, getötet noch ihre Quartiere zerstört werden. Der Schutz gilt nicht nur für die Vögel selbst, sondern auch für Brutstätten und Gelege. Sind Brutplätze von Schwalben bei Baumaßnahmen betroffen, müssen die Eingriffe mit der Unteren Naturschutzbehörde abgesprochen und ggf. genehmigt werden

Bei frühzeitiger Planung (ggf. Einbeziehung von Artexperten) lassen sich meist einfache Lösungen finden, um den Arten trotz Sanierung auch weiterhin Platz zu bieten.

Vögel, die im Winter bei uns bleiben und sich in unseren Gärten wohlfühlen.

Vögel im Winter in meinem Garten (von li. nach re.) Buchfink, Spatz, Rotkehlchen, Blaumeise, Kohlmeise, Grünfink, Amsel. Ebenso fanden sich ein: Zaunkönig, Krähen und ein Eichelhäher.

Jetzt kommen die Vögel aus ihren Überwinterungsgebieten in das Brutgebiet zurück. Mit den nachfolgenden Tipps schaffen Sie Schutz und Brutplätze für Vögel. Es gibt viele Möglichkeit, um Vögel zum Nisten in den eigenen Garten zu locken. Künstliche Nisthilfen sind gute Alternativen wenn natürliche Nisthilfen fehlen. Bevor die Vögel sich zum Nisten niederlassen, prüfen sie, ob in der Gegend genügend Nahrung für ihre Jungen vorhanden ist.
Wichtig sind neben der Nahrungsquellen auch Wasserquellen. Natürliche Nistgelegenheiten werden sehr gerne angenommen wie z.B. Fassadenbegrünung, einzelne heimische Gehölze und hohle Bäume. Ganz besonders wertvoll sind Hecken. Sie bieten nicht nur Brutmöglichkeiten, sondern sind auch Nahrungsquelle durch die Früchte. Bei Schlehen oder Weißdorn sind die Dornen und Stacheln gleichzeitig ein Schutz vor Fressfeinden. Aber auch Heckenrosen eignen sich zum Nisten. Gleichzeitig sind sie im Garten Lieferant für Nektar für Falter und Wildbienen. Im Winter sind die Hagebutten Winterfutter. Nistkästen und Halbhöhlen sind gute Alternativen, wenn natürliche Baumhöhlen fehlen. Wer eine Totholzhecke anlegt, nutzt das bei der Gartenpflege anfallende Astmaterial optimal. Die Äste sind Schutz und Brutstätte für Gartenvögel und bieten Unterschlupf für Kleinsäuger. Die Vögel werden so hier auch zum Gärtner: Sie besuchen die zu einem Wall aufgetürmten Zweige und Äste und tragen Samen umliegender Pflanzen ein. Diese ergänzen und verdichten die Hecke zu einem sehr wertvollen Kleinbiotop. Ein Haufen aus totem Holz ist eine einfache und schnell gemachte Alternative.

Ich wünsche Ihnen jetzt einen wundervollen Frühlingsanfang. Genießen Sie Ihren Osterspaziergang. Und wenn Sie im Garten arbeiten denken Sie daran: weniger ist mehr. Lassen Sie einmal 5 gerade sein. Tun wir etwas für den Artenschutz, damit die nachfolgenden Generationen davon profitieren.

Anke Clark, Gartenplanerin und Bienenbotschafterin, aktiv im Umweltschutz seit über 50 Jahren
Hogenborn 27, 24787 Fockbek,
www.präriegarten.de

Bild links: Buchfink mit Jungvogel an einer Wasserstelle. rechts: Bachstelze mit Futter im Schnabel und Jungvogel

SEIT 1894
BESTATTUNGSINSTITUT KÜHL-AUST
INH. SIGRID AUST
IHR VERTRAUENSVOLLER UND ZUVERLÄSSIGER TRAUERBEGLEITER VOR ORT.
•ERD-, FEUER-, UND SEEBESTATTUNGEN•
•ERLEDIGUNG ALLER FORMALITÄTEN•
•BERATUNG•
24787 FOCKBEK, PAPPELWEG 8
TEL. 04331-62983, FAX 663053, MOBIL 0172-4278102

Energie & Handwerk
Erich Harder
Hans-Hermann Sieh
Lutz Kühl
Assenkoppeln 15
24787 Fockbek
Tel.: 04331-4591940
Fax: 04331-4591949
info@energie-handwerk-heute.de
Energieausweise
KfW Anträge
Thermografie
Schornsteinfegerarbeiten
Kaminöfen
Edelstahlschornsteine
www.energie-handwerk-heute.de

Neues aus dem Wald

Zum Titelfoto

Auch der Naturkindergarten musste mit Notbetreuung ins Jahr 2021 starten und bestand somit aus einer kleinen Gruppe an Kindern, die den einen oder anderen Tag kommen durften. Damit aber den anderen, die den Wald vermissten, nicht allzu langweilig wurde, kam auch zweimal Waldpost nach Hause. Da gab es Bastelideen, Rätsel und sogar eine geheimnisvolle Schatzkarte, die die Waldindianer auf eigene Faust zu einem im Schnee gar nicht so leicht zu findenden Versteck führte.

Der Schneefall im Februar hat die kleine Gruppe Waldindianer natürlich auch nicht kalt gelassen. Sämtliche Möglichkeiten irgendwo im Wald hinunterzurodeln wurden ausprobiert und es wurde sogar ein Iglu gebaut. Auch an die Vögel wurde gedacht: Über der Feuerstelle wurde Fett geschmolzen, mit Körnern vermischt und in Tassen abgefüllt, die jetzt rund um den Kindergarten im Gebüsch hängen und regelmäßig von allerlei Vögeln und Eichhörnchen besucht werden.

Im März konnten dann endlich alle Waldindianer zurück in den Wald kommen, was mit einem Frühjahrs-Verkleidungs-Fest gefeiert wurde. Es gab Grillwurst am Lagerfeuer, Spiele, Musik und viele, viele Bonbons!

Außerdem freuen wir uns sehr mit unserem Erzieher Marco, der im Januar Papa geworden ist und momentan noch die Elternzeit genießt. Gleichzeitig begrüßen wir Melanie Fentner als neue Erzieherin, die auch weiterhin als Dritte im Team neben Carmen und Marco dabei sein wird.

Ein herzliches Dankeschön geht an die 1. Herren des FC Fockbek, die 200 Euro für den Naturkindergarten beim Spendenlauf erlaufen haben.

Naturkindergarten Fockbek e.V.
www.naturkindergarten-fockbek.de

Lesefreuden für kleine und große Bücherentdecker

„Lesen ist ein grenzenloses Abenteuer der Kindheit“, sagte einst die berühmte Kinderbuchautorin Astrid Lindgren. Ihr und vielen anderen engagierten Schriftstellern verdanken wir wundervolle, lustige und spannend geschriebene Geschichten.

Liebe Kids und auch liebe Eltern und Großeltern,

die Kinder- und Jugendbücherei im Paulushaus in Fockbek bietet euch eine riesige Auswahl an interessanten Kinderbüchern, Jugendromanen, Bilderbüchern für die Kleinsten, CDs und DVDs zum Ausleihen an. Und das dazu noch alles kostenlos! Macht `mal Pause in dieser herausfordernden Zeit, schickt uns eure Ausleih-Wünsche, geht auf Entdeckungsreise und fangt an zu träumen!

Leider ist es uns aufgrund der aktuellen Situation nicht möglich, die Büchereiräume für euch offen zu halten. Aber wir sind trotzdem für euch da und werden versuchen, euch weiterhin mit tollem Lesestoff zu versorgen. Ihr wisst nicht, was wir so alles im Angebot haben?
Damit ihr euch ein Bild machen könnt, haben für euch eine kleine Auswahl von verschiedenen Büchern zusammengestellt. Aber ihr seid auch von Herzen eingeladen, gern nachzufragen, wenn ihr bestimmte Wünsche habt (Ausleihformulare findet ihr unter www.kirchengemeinde-fockbek.de/bücherei). Vordrucke, die ihr im Kirchenbüro abgebt, werden von uns dann in regelmäßigen Abständen bearbeitet. Die Bestell- und Abholtermine findet ihr auch dort.

Neue Kinder sind jederzeit herzlich willkommen! Anmeldeformulare sind dafür ebenfalls auf der o. a. Website zu finden. Wir freuen uns auf euch!

Dagmar, Julia, Katrin, Yvonne und Kirsten von der Kinder- und Jugendbücherei im Paulushaus Ev.-luth. Kirchengemeinde Fockbek, Friedhofsweg 7 a

Kirsten Harfst

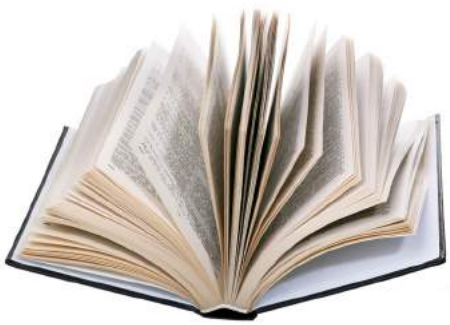
Liebe Büchereibesucher*innen,

leider gibt es nach wie vor coronabedingt keine Änderungen: Weiterhin ist es nicht möglich, die Bücherei zu öffnen.

Dennoch möchten wir an der kontaktlosen Ausleihe festhalten. Bücher und CDs/ DVDs können können vorbestellt und zu einem späteren Zeitpunkt im Kirchenbüro abgeholt werden.

Das für die Bestellung erforderliche Ausleihformular und die Bestell- und Abholtermine bis zu den Sommerferien sind auf unserer Homepage unter: http://www.kirchengemeinde-fockbek.de/buecherei.html zu finden.

Die vollständig ausgefüllten Formulare können im Kirchenbüro abgegeben oder in den Briefkasten geworfen werden. Wir werden versuchen, die Wünsche bestmöglich zu erfüllen. Die Rückgabe der Bücher erfolgt während der Öffnungszeiten im Kirchenbüro.



Bestell- und Abholtermine bis Weihnachten (kurzfristige Änderungen vorbehalten):

Wir hoffen, dass sich die Lage im Laufe des Jahres entspannt und wir unsere Besucher wieder persönlich empfangen dürfen. Bis dahin wünschen wir eine schöne und hoffentlich gesunde Zeit.

Eingang der Ausleihformulars bis einschließlich	Abholung am
So. 18.04.2021	Do. 22.04. 15-17 Uhr Fr. 23.04. 10-12 Uhr
So. 02.05.2021	Do. 06.05. 15-17 Uhr Fr. 07.05. 10-12 Uhr
So. 16.05.2021	Do. 20.05. 15-17 Uhr Fr, 21.05. 10-12 Uhr
So. 30.05.2021	Do, 03.06. 15-17 Uhr Fr, 04.06. 10-12 Uhr
So.13.06.2021	Do, 17.06. 15-17 Uhr Fr, 18.06. 10-12 Uhr

Ihr/ Euer
Team der Evangelischen Kinder- und Jugendbücherei Fockbek

Neuer Arzt im Praxisteam der Allgemeinmedizinischen Praxis Schlick

Herr Dr.med. Thomas Schmidlin ist seit dem 01.02.2021 in der Hausarztpraxis Schlick in der Rendsburger Str. 50A tätig.
Herr Dr.med. Schmidlin ist Facharzt für Allgemeinmedizin und war im Rahmen seiner weitgefächerten Ausbildung in Hamburg in der Kinderklinik Wilhelmstift, in der Allgemein- und Gefäßchirurgie in Hamburg-Reinbek sowie in der Inneren Medizin des Städtischen Krankenhaus Kiel tätig.

Seine Praxiszeit absolvierte er in einer großen Kieler Allgemeinmedizinischen und Internistischen Praxis. Seit 2017 besitzt er die Zusatzqualifikation Notfallmedizin und ist als Notarzt tätig.

Das Ärzteteam der Praxis Schlick ist somit wieder vollständig. Die hausärztliche Versorgung ist gesichert und es können wieder neue Patienten aufgenommen werden. Da der Praxisablauf als Terminpraxis organisiert ist, wird um vorherige Terminanfrage über Tel. 6464 oder Email:
anmeldung@praxis-schlick.de gebeten.

Das Praxisteam freut sich über die Verstärkung und begrüßt Herrn Dr.med. Schmidlin ganz herzlich!

Johannes M. Schlick

Sterbegilde Fockbek

Die für den 10.04.2021 vorgesehene Generalversammlung muss leider ausfallen. Zu einem späteren Zeitpunkt in 2021 planen wir noch eine Generalversammlung der "Fockbeker Sterbegilde" abzuhalten. Ob dann ein anschließender Gildeball stattfinden kann, bleibt abzuwarten.

Der Termin wird unseren Mitgliedern zu gegebener Zeit über die Fockbeker Nachrichten und der Landeszeitung mitgeteilt. Das wichtige Ereignis "Gildeball" kann noch nicht für dieses Jahr terminiert werden. Wir als kleiner Versicherungsverein auf Gegenseitigkeit sind auf unsere treuen Mitglieder angewiesen. Wir nehmen gerne jederzeit neue Mitglieder auf!

Aktuelle Einzelheiten sind auf der Internetseite Sterbegilde-Fockbek.de zu finden. Für Fragen verwenden Sie bitte unsere E-Mail-Adresse: info@sterbegilde-Fockbek.de, per Telefon sprechen Sie unseren Kassenführer Tobias Schröder, Tel. 710 69 92 oder den Vorsitzenden Lothar Lorenzen unter Tel. 66 94 47 an. Mitglied kann jeder bei uns ab Geburt bis zum 60. Lebensjahr werden! Also Mütter und Väter, werdet Mitglied in der Gilde und meldet eure Kinder auch an.

Mit freundlichen Grüßen
Sterbegilde Fockbek
Lothar Lorenzen
1. Vorsitzender

Kaminski & Arnold-Ziervogel
Rechtsanwälte – Notarin – Fachanwältin

Wilfried Kaminski
Rechtsanwalt und
Notar a.D.

Christiane Arnold-Ziervogel
Rechtsanwältin und Notarin
Fachanwältin für Familienrecht

Rendsburger Straße 30 · 24787 Fockbek
Telefon: 04331-61065 · Fax: 04331-63311
AnwaltskanzleiKaminski@t-online.de

KIES-HARDER
Kies
Mörtel
Natursteine
Büro
Westerrönfeld
Rolandskoppel 25
☏ 04331 88050

FÜR SIE IN DEN BESTEN LAGEN
VP VON POLL IMMOBILIEN®

QUARNBEK

ca. 166 m² 4
ca. 5.800 m² € 1.298,5 Mio.*
Da es sich um ein Baudenkmal handelt, wird kein Energieausweis benötigt.

BÜNSDORF

ca. 197 m² 6,5
Hausgeld 220 € € 425.000*
2002 72 kWh/(m²a)
B Gas

OSTERRÖNFELD

ca. 117 m² 6
ca. 336 m² € 349.000*
2001 68,46 kWh/(m²a)
B Fernwärme

Robert Rothböck
Master of Business Administration (MBA)
Immobilienkaufmann (IHK)
Geprüfter freier Sachverständiger für Immobilienbewertung (PersCert®)
GESCHÄFTSSTELLENLEITER

KIEL

ca. 135 m² 4
ca. 600 m² € 580.000*
2019 23,6 kWh/(m²a)
A+ Luft- / Wasser-Wärmepumpe

FELDE

ca. 68 m² 2
Hausgeld 205€ € 279.000*
2009 16,9 kWh/(m²a)
A+ Erdwärme

STEENFELD

ca. 220 m² 8
ca. 4.629 m² € 570.000*
2012 232,9 kWh/(m²a)
G Pelletheizung

Kathrin Meyer
Master of Arts
Immobilienberaterin
BÜROLEITERIN SHOP RENDSBURG

*alle Preise zuzüglich 2,975 % Käufer- und 2,975 % Verkäuferprovision inkl. MwSt.

Wohnfläche · Zimmeranzahl · Grundstück · Baujahr der Heizung · € Preis
Energieverbrauchsausweis · Energiebedarfsausweis · Energieeffizienzklasse · Energieverbrauch/-bedarf · hauptsächl. Energieträger

VON POLL IMMOBILIEN Shop Rendsburg | T: 04331 - 83 89 99 0 | www.von-poll.com/rendsburg

PEMA BAU

GmbH & Co KG
Tief-, Straßen- und Wegebau · Pflasterungen

Dipl.-Ing. Peter Kehrberg

Klinter Weg 31 · 24787 Fockbek · Tel. 0-43-31/6-27-54

Wir pflastern
– Auffahrten
– Terrassen
– Industriehöfe

nach Ihren Wünschen oder unseren Vorschlägen.

RECYCLINGANLAGE FOCKBEK

Wir nehmen Ihren Abfall!

Annahme von:
Gewerbeabfall | Bauschutt | Holz | gemischten Wertstoffen | Schrott
Metallen | Folien | Kunststoffen | Pappe | Papier | Grünabfällen

Verkauf von:
Recyclingbaustoffen | Pflanzerde | Kompost | Rindenmulch

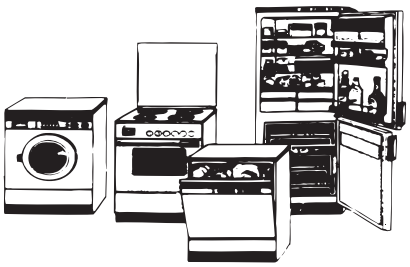
Recyclinganlage Fockbek GmbH
Loher Weg 61 – 63 | 24787 Fockbek
Telefon: 04331 / 669626
Telefax: 04331 / 669627
Mo. bis Fr. 06.30 – 16.30 Uhr
info@recyclinganlage-fockbek.de

Elektro-Hausgeräte-Service
Elektro Schnack
Zum Kratt 3 · 24787 Fockbek
Telefon (0 43 31) 66 91 17
Telefax (0 43 31) 66 91 19
E-Installationen und Einbauküchen

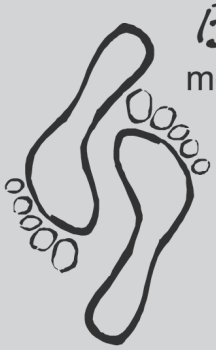
Wir danken für Ihr Vertrauen.

Fachhändler und eigener Kundendienst

Wir reparieren alle Fabrikate



BEAUTY FEET
mobile ästhetische Fußpflege



direkt bei Ihnen zu Hause

Christa Audorf

Schafredder 4
24787 Fockbek
Tel. 0 43 31 / 66 27 77
Mobil: 01 62 / 8 62 30 45

RATHJENS GARDEN
Orchideen

Wir zeigen Ihnen eine große Auswahl an Orchideen und beraten Sie mit Pflegetipps. Bringen Sie Ihre Pflanzen mit, wir pflanzen sie um und bieten Ihnen einen kostenlosen Pflanzenschutz an.

SAMSTAG, 17. APRIL 8-14 UHR
SONNTAG, 18. APRIL 10-12 UHR

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Hohner Str. 40 · 24787 Fockbek
Tel. 04331 6872 · www.rathjensgarden.de

RJ Sicht & Sonnenschutz

- Plissees
- Beratung
- Rollos
- Ausmessen
- Jalousien
- Montage
- Lamellenvorhänge

Ralf Junge
Westerfeld 4
24787 Fockbek
Tel. 04331 3384135
Fax 04331 3384136
Mobil 0172 4563610
junge-ralf@gmx.de

Kirche in Alt Duvenstedt, Fockbek & Nübbel

Ev.-Luth. Kirchengemeinde Fockbek · Friedhofsweg 7 a · 24787 Fockbek · Tel. 04331 63342

Konfirmationen im April 2021

Samstag, 17.4.in Fockbek

Emmely Asbahr
Mia-Sophie Buchmann
Amy Burke
Florian Fröhlich
Sara Grapatin
Olivia Grosenick
Helena Hobke
May Hoffelner
Callum Hübsch
Karla Maaßen
Katharina Meier
Lara Ross
Bengt-Ole Sawallisch
Leonie Schneider
Ole Steffens
Felix Wiggers

Sonntag, 18.4. in Fockbek

Stig Brandt
Mats Burke
Finn Groth
Malte Groth
Lina Holling
Claas Holling
Paul Johannsen
Lena Wichmann

Sonntag, 25.4. in Nübbel

Miko Blaas
Finn-Ole Hansen
Denise Marzian
Hannes Matthiesen
Marlon Mönnich
Paul Pitsch
Bendix Plähn

„Ostersteine – Kummersteine 2021“

Wir freuen uns, wenn Sie sich an unserer Aktion "Ostersteine - Kummersteine" beteiligen.

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage oder Sie melden sich im Kirchenbüro Tel. 04331 63342. Wir drucken Ihnen diese Informationen gerne aus.

Ihr Pastor A. Westbrock

© *Julia Ahmed*

Orgel plus-Reihe 2021 - Fantasien für Orgel & Horn

Wir laden herzlich ein zum ersten Konzert mit klassischer Orgelmusik und wunderschöner Besetzung.

Sonntag, 9. Mai – 18 Uhr
Pauluskirche, Fockbek.

„Fantasien für Orgel & Horn“
mit Isgard Boock, Horn, und
Marius Branscheidt, Woehl-Orgel.

Wir behalten uns jedoch vor, den Konzerttermin angesichts der aktuellen Entwicklungen ggf. zu verschieben. Bitte achten Sie auf unsere Ankündigungen in den Schaukästen und auf unserer Homepage. Wir freuen uns auf Sie.

Das Orgel plus-Vorbereitungsteam

Alt Duvenstedt

Fockbek

Nübbel

Gottesdienste der Kirchengemeinde Fockbek

Änderungen sind möglich. Bitte informieren Sie sich auch über unsere Schaukästen und auf unserer Homepage.

Datum	Uhrzeit	Ort	Gottesdienst	Pastor/in
01.04.2021 Gründonnerstag	17:30 Uhr	Nübbel Petruskirche	#Hoffnungswege - Andacht zum Gründonnerstag	Pastor A. Westbrock
02.04.2021 Karfreitag	10:00 Uhr	Fockbek **Pauluskirche**	Gottesdienst zum Karfreitag	Pastor W. Chwastek
03.04.2021 Karsamstag	21:00 Uhr	Alt Duvenstedt Matthäuskirche	Jugendgottesdienst zur Osternacht	Pastorin S. Jensen & Pastor A. Westbrock
04.04.2021 Ostersonntag	10:00 Uhr	Fockbek Pauluskirche	Gottesdienst zum Ostersonntag	Pastor A. Westbrock
11.04.2021	10:00 Uhr	Alt Duvenstedt Matthäuskirche	Gottesdienst	Pastor A. Westbrock
17.04.2021		Fockbek Pauluskirche	Konfirmationen im engsten Familienkreis	Pastorin E. Ente
18.04.2021		Fockbek Pauluskirche	Konfirmationen im engsten Familienkreis	Pastorin E. Ente
25.04.2021		Nübbel Petruskirche	Konfirmationen im engsten Familienkreis	Pastorin E. Ente
02.05.2021	10:00 Uhr	Fockbek Pauluskirche	Gottesdienst	Pastorin S. Jensen

Für alle Gottesdienste ist derzeit eine vorherige Anmeldung nötig. Sie können sich über das Tool von Church Events auf der Homepage anmelden oder im Kirchenbüro Tel. 04331 63342 zu den üblichen Telefonzeiten.

Offene Kirche: Mo.-Fr. von 9-16 Uhr in Fockbek

Unterstützung beim Impftermin

Sie haben einen Termin in einem unserer Impfzentren im Kreis Rendsburg-Eckernförde und keine Möglichkeit aus eigenen Mitteln dort hinzukommen?

Ab dem **16.03.2021** können Sie über die Diakonie des Kirchenkreises Rendsburg-Eckernförde eine Hin- & Rückfahrt zum Impftermin, per Taxi, erhalten.

Melden Sie sich bitte **Mo. - Fr. in der Zeit von 08:00-15:00 Uhr** unter der Telefonnummer: 04331/6963-13. Dieses Angebot richtet sich ausschließlich an Bürger*innen (m/w/d) aus dem Kreis Rendsburg-Eckernförde, die nicht die finanziellen Möglichkeiten haben, die Kosten für diese Fahrten selbst zu tragen. Die Aktion ist durch Spendengelder finanziert.

Es wurden zur letzten Ruhe geleitet

Gudrun Hansen, geb. Willms, 70 Jahre

Margarete Luise Pahl, geb. Wilski, 71 Jahre

Annegret Pfeifer, geb. Gräven, 82 Jahre

Hubert Gaehn, 71 Jahre

Ev.-Luth. Kirchengemeinde Fockbek

Friedhofsweg 7a, 24787 Fockbek

So erreichen Sie uns:

- Dagmar Schneider, Kirchenbüro ☎ 04331 63342
- Eva Katharina Ente, Pastorin ☎ 04331 61151
- Alexander Westbrock, Pastor ☎ 04331 333496
- Manfred Kühnke, Diakon ☎ 0174 8568205
- Martin Eckhoff, Friedhof ☎ 0160 3348116
- Manuela Fedders, Küsterin ☎ 0152 08582176
- Andrea Hagge, Küsterin ☎ 04331 63681
- Stefanie Guscharzek, Küsterin ☎ 04338 9998729
- Sabine Flacke, Leiterin der Paulus-Kita ☎ 04331 61330

www.kirchengemeinde-fockbek.de

UNTERNEHMERSTAMMTISCH FOCKBEK E.V.

Aalversuper Restaurant und Hotel
Hartmut Lange und Uwe Heinrich
Rendsburger Str. 10 · Tel. RD – 6 28 94

Amtsschwesternstation Fockbek gGmbH
Peter Eichen · Karl-Böge-Platz 19 ·
Tel. RD – 64 54 · info@sozialstation-fockbek.de

Baumontageservice, Fenster & Türen
Klaus-J. Grage · Tel. RD – 68 30
www.grage-baumontage.de

Beauty Feet mobile ästhet. Fußpflege
Christa Audorf
Tel. RD – 66 27 77

Bestattungen Kerath
Inh. Nina Moder Tel. RD – 61513
www.bestattungen-kerath.de

Bestattungen Kühl-Aust
Inh. Sigrid Aust Tel.
RD – 6 29 83

BHW Postbank-Finanzberatung
Burghild Liekfeldt
Tel. RD – 12 35 60 oder 0173 57 40 119

Dagmar Kienaß ...besser HÖREN
Disshorn 2a · Tel. RD – 14 84 10
www.dk-hoeren.de

Deutsche Vermögensberatung AG
Direktion Jan Eichler
Jan.Eichler@dvag.de · Tel. RD – 2 70 53

Druck- und Werbetechnik
Thorsten Körber
Assenkoppel 7 · Tel. RD – 66 28 08

Düt und Dat ut Fockbek
Lothar Lorenzen
Am Ehrenmal 1 · Tel. RD – 669447

Döner Ice World
Rendsburger Str. 48 · Tel. RD – 4351962

EDEKA Schlüter
Inh. Stephan Schlüter
Tel. RD – 66 28 10

Fahrschule Peter Raap
Peter Raap
Tel. RD – 66 23 66

Feigenspan-Immobilien
Cordula Feigenspan • Tel. RD 33 99 314
info@feigenspan-immobilien.de

Finanzberater
Wolfgang Dreyer
Tel. RD – 66 91 88

Fliesenhof Fockbek Handels GmbH
Inh. Mark Röckendorf / Nils Röckendorf ·
Tel.RD–66 160 www.fliesenhof-fockbek.de

Fliesenverlegung
Mike Schelle Tel. RD 661660
Www.fliesenhof-fockbek.de

Fliesenlegermeister
Heino Müller · 24809 Nübbel
Tel. RD – 66 93 07 · Handy 0179 20 51 421

frauherzog klamotte & kaffee
Susanne Herzog · Tel. RD – 201 49 49
Rendsburger Str. 4 · Fockbek
www.frauherzog.de

Fockbeker Fahrradhaus by Finisher GmbH & Co. KG
info@fockbeker-fahrradhaus.de
Tel. RD – 1487300 · www.fockbeker-fahrradhaus.de

Fockbeker Haustechnik GmbH
Timmerloh 5 · Tel. RD – 66 96 96 · Fax – 63338
www.fockbeker-haustechnik.de

Förde Sparkasse Fockbek
Bernd Böhmker · Tel. 0431–5920
bernd.boehmker@foerde-sparkasse.de

Funkschule und Funkverlag
Claudia Wendisch – Tel. RD 4386978
www.funkschule-wendisch.de

Fuhrparkbetreuung
Klaus Dreeßen
Tel. RD – 43 72 631

Gemüsehof Breutzmann
Michael Breutzmann
Tel.RD – 61415

Heizung-Sanitär H. Böning
Wolfgang Lieske
Tel. RD – 4 13 21

Heizung-Sanitär-Klima
Henning Stamp
Tel. RD – 68 00

HKL Baumaschinen GmbH
Jan Erichsen
Tel. RD – 60 17 0

Hausmeister und Dienstleistung Suhr
Carsten Suhr · Tel. RD – 770 347
www.hausmeister-fockbek.de

HOHNERLESEZIRKEL
„Lesen für rund die Hälfte"
Tel. RD – 123 540 · www.hohnerlesezirkel.de

Hotel Landhaus Garni
Heike Kienass
Tel. RD – 33 89 095

Hundeschule M.ER.L.I.N.
Norbert Stark · Nübbeler Weg 30
Tel. RD – 708 10 64 oder 0151 – 40 71 94 90

Immobilienberatung Carstens
Reimer Carstens Tel.RD – 4375820
www.immobilienberatung-carstens.de

inbes GmbH
Olaf Cordt · Tel. RD 339 60 66
info@inbes.de · www.inbes.de

Itzehoer Versicherungen
Ulf Gehrke · Tel. RD – 65 62
Email: gehrke@itzehoer-vl.de

IRMS-ctrl Hans-Heinrich Cordt
Loher Weg 18 · Mobil 0151 15 77 23 83

Stephan Raap KFZ-Meisterbetrieb
Assenkoppel 17 · Tel. RD - 69 78 116

Lohnsteuerberatungsverbund e.V.
-Lohnsteuerhilfeverein-
Svetlana Groth, Tel. RD- 33 73 180

Lotto Ling Ling – Postpartner-Filiale
Chau-Anh Le
Tel. RD – 61257

Malereibetrieb R. Frahn
Ralf Frahn · Tel. RD – 66 22 58
www.malerei-frahn.de

NOKit – IT und EDV Zubehör
RD - 134440
www.nokit.de

Nord-Süd-Inkasso M. Mischke OHG
Marth-Finn Mischke und Lena Hoffmann
www.nsi.sh · Tel.RD – 13423 0

Osteopathie - Fockbek
Martina Frahm · RD - 7704131
www.osteopathie-fockbek.de

Pharmadrog Naturprodukte
Andreas und Benjamin Breyer
Tel. RD – 65 11

Pixelmedia-SH - Webdesign/Marketing
Dennis Spremberg · 0151 675 35 645
www.pixelmedia-sh.de

Physio Zentrum Fockbek
Swanhild Priestley – Tel. RD - 62942
www.swanhild-priestley.de

Provinzial Versicherungen
Jens Kalina, Fockbek · Tel. RD – 6762
eMail: jens.kalina@provinzial.de

Ratzfatz Guido Böhnert
Umzüge, Haushaltsauflösungen, Flohmarkt
www.ratz-fatz-hohn.de

Recyclinganlage Fockbek GmbH
Tel. RD - 669626
www.ehrich.de

Rohwer & Rickert Elektro GmbH
Licht- und Elektrotechnik
Dirk Müller · Tel. RD – 3 97 39

Schlachterei Brauer – Partyservice
Jörg Schadebrodt · Tel. RD – 6 11 84
www.fleischerei-brauer.de

Schleswig-Holstein Netz
Matthias Nickels + Dieter Haack
Tel. RD – 6669 9148

Schleswiger La Flute
Jutta Kühl
Tel. RD – 27 8 27

Schöne Haut
Kirsten Hilberling
Tel. RD – 77 07 919 / 0171 95 82 888

Schneiders Veranstaltungshaus
Dimitrij Schneider Tel. RD -
3374667

Sicherheitstechnik Plath
Inhaber Michael Zirnig
info@plath-rd.de Tel. RD -22111

UNTERNEHMERSTAMMTISCH FOCKBEK E.V.

Fockbek

Osteopathie – Die Gesundheit in die Hand nehmen – jetzt auch in Fockbek

Die Osteopathie bietet einen ganzheitlich denkenden medizinischen Ansatz, um auf funktionelle Störungen im Körper eingehen zu können. Der Patient wird in seiner Gesamtheit mit Körper, Seele und Geist betrachtet.

Das Prinzip der Osteopathie bezieht sich zum einen auf die Beweglichkeit des Körpers in seiner Gesamtheit, zum anderen auf die Eigenbewegungen der einzelnen Gewebe, Körperteile und Organsysteme sowie deren Zusammenspiel.

Ist diese Beweglichkeit eingeschränkt, entstehen zunächst erhöhte Gewebespannung und folgend Funktionsstörungen. Die Aufgabe des Osteopathen besteht nun darin diese Bewegungseinschränkungen / Blockaden zu ertasten und aufzulösen, so dass der Körper wieder zu seiner bestmöglichen Bewegungsfreiheit gelangen kann. Dies geschieht ausschließlich mit den Händen.

Ich bin nunmehr seit 15 Jahren selbstständig mit der osteopathischen Arbeit und bin glücklich seit Mai 2020 nach Fockbek in meine neuen Räumlichkeiten gezogen zu sein. Neben der Arbeit mit Erwachsenen, habe ich weiterhin einen Schwerpunkt in der Arbeit mit Säuglingen und Kindern. In diesem und in anderen Bereichen bilde ich mich sehr regelmäßig fort.

Bei weiteren Fragen und Terminbuchungen stehe ich Ihnen gerne telefonisch oder per Mail zur Verfügung.

Martina Frahm
Tel: 7704131
Martina.frahm@freenet.de

Star-Tankstelle Fockbek
Rebecca und Kai Gündel
Tel. RD – 6 13 66

Star-Tankstelle Rendsburg
Rita und Horst Karmasch
Tel. RD – 14 97 22

Tank-Shirts
Inh. Stefan Kolb
Tel. 04335 – 92 11 80

VODIES Massivhaus GmbH & Co. KG
Volker Dibbern
Tel. RD – 8 43 29 0 · www.vodies.de

Volksbank-Raiffeisenbank RD
Jöran Suhr - Tel. RD – 4340 15 33
joeran.suhr@vrbank-rendsburg.de

Weinbek
Hotel, Restaurant & Weinkaufsladen
Tel. RD – 61 230 · www.weinbek.de

Werkstätten Rendsburg · Fockbek
Fockbeker Werkstatt
Birgit Pohl-Lüdeke · Tel. RD – 66 78 12

WiDoNo Grundstücksges. mbH
Norbert Grimm & Doris Grimm-Heines
Ringstraße 18 · Fockbek

Wohnwagen Thode
Sebastian Audorf Tel. RD – 46 99 04
Www.wohnwagen-thode.de

Nur gemeinsam sind wir stark!

....wollen Sie uns noch stärker machen, dann melden Sie sich bitte bei Carsten Suhr, Tel. 04331-77 03 47

www.unternehmerstammtisch-fockbek.de