

Magazin mit



# FRISCHEBOTE

## Das SUPERGEILE EDEKA-Jens-Gewinnspiel

4. + 5. Preis  
JBL Tune 600BTNC –  
Bluetooth-Kopfhörer



3. Preis

Tchibo Cafissimo Tuttocaffé  
Kaffeemaschine Azzuro



1. Preis

Prophete E-Bike  
Alu City Basic 28



2. Preis

2. Samsung UE55NU7179  
55“-Flachbildfernseher



6. Preis

De'Longhi Nescafé Dolce  
Gusto Kapsel-Kaffeemaschine



7. Preis

Tchibo Express-  
Wasserkocher, 1,7 Liter



- ♥ Neubau Priwall//S. 2–3
- ♥ Mehrwegboxen und Obstnetze//S. 4–5
- ♥ Großes Gewinnspiel// S. 8–9
- ♥ Unsere Azubis// S. 10
- ♥ Rezepte //S. 13
- ♥ Leergutspende// S. 15

Liebe Kunden,

raus aus dem Winterschlaf! In der Phase zwischen Weihnachten und Ostern ist keine Zeit für Leerlauf und Trübsal – erst recht nicht, wenn EDEKA Jens mit Spiel und Spannung lockt. Erleben Sie ein Gewinnspiel, das es in sich hat. Teilnehmern winken attraktive Preise von der Armbanduhr bis zum E-Bike. Also greifen Sie zu, machen Sie mit und gewinnen Sie mit etwas Glück. Mehr dazu in der Heftmitte.

Im Frühjahr sprießt und gedeiht die Welt. Der Frischebote zeigt, wie bei EDEKA Jens neues Leben erwacht: Auf dem Priwall in Lübeck steht der neue EDEKA-Jens-Markt kurz davor, in voller Pracht zu erstrahlen. Die Nachwuchskräfte unserer Märkte haben mit ihrer tollen Azubi-Challenge den Grundstein für eine rosige Zukunft im Einzelhandel bewiesen und mit der Aktion „Mehr bewegen – besser essen“ erwecken wir Körper und Geist. Dabei hilft auch die richtige Ernährung. Rezeptvorschläge mit dem Saison Gemüse Kohl finden Sie im Innern.

Außerdem zeigt EDEKA Jens mit tollen Spendenaktionen für verschiedene Einrichtungen in der Region wieder soziales Engagement und steht wie eh und je mit gutem Beispiel für den Umweltschutz.

Sie sehen, es erwartet Sie ein bunter Blumenstrauß interessanter Themen. Schauen Sie rein.  
Ihr Team von EDEKA Jens

# „Alles nach Plan auf dem Priwall“ ...

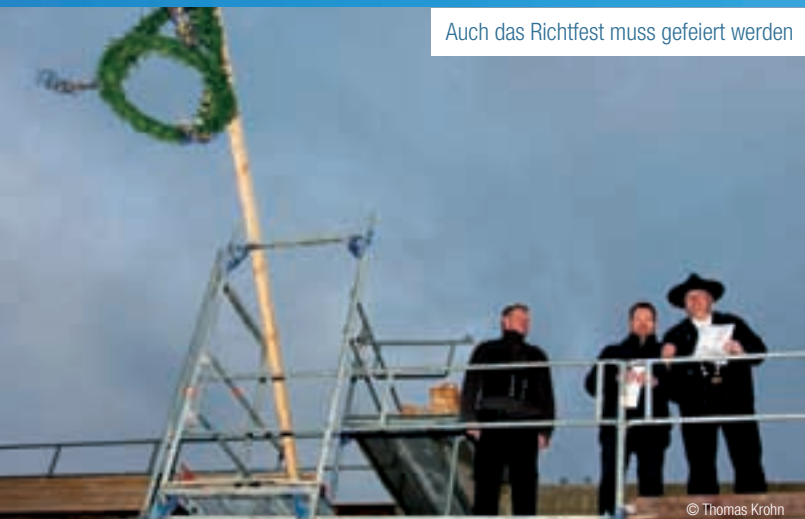


Der zukünftige Eingang



© Thomas Krohn

Auch das Richtfest muss gefeiert werden



© Thomas Krohn

verkündet EDEKA Jens' technischer Leiter Martin Jellinghaus hocheifrig den Baufortschritt auf dem Priwall. Wir wollten im April eröffnen und so wird es auch kommen. Als Datum ist der 4. April schon fix. Das sind gute Neuigkeiten. „Das Richtfest feierten wir ja schon Mitte Dezember. Das Untergeschoss ist weitgehend fertig. Zuletzt wurde der Putz an der Fassade angebracht. Auch der Innenausbau ist schnell vorangeschritten. Hier ist der Putz ebenfalls aufgetragen. Die Fliesen sind verlegt und nur das Malerteam muss noch einmal durch den Innenraum und einige Lüftungsröhre warten noch auf ihr Verlegen“, gibt der für alle Neubauten Verantwortliche Auskunft.

Somit ist das Erdgeschoss mit seinen 1200 Quadratmetern Verkaufsfläche fast bereit, mit all den köstlichen, frischen Waren bestückt zu werden. Auch die Mitarbeiter würden in den ca. 600 Quadratmetern Büro- und Lagerräumen schon ihren Platz finden. Zwei Drittel des Parkplatzes sind gepflastert, sodass die Anfahrt per PKW für die Kunden gewährleistet wäre. Einzig für das Obergeschoss, welches sich über

einem Viertel des Sockelgeschosses erhebt, muss noch etwas Aufwand betrieben werden. Der Rohbau für die Sozialräume aus Pausen-, Umkleide- und Besprechungsbereich und die wiederum darüber liegenden Mitarbeiterwohnungen befinden sich allerdings auch in einem guten Stand. „Von da oben hat man einen tollen Blick auf die Ostsee“, fügt Martin Jellinghaus begeistert hinzu.

„Jetzt wird parallel oben und unten fleißig weitergearbeitet, sodass auch alles zum gewünschten Termin bereitsteht. Das Wetter spielt uns momentan in die Karten. Dann starten wir, wie es immer bei unserem Zuwachs der Fall ist, mit einer Eröffnungsabend mit allen am Bau beteiligten Firmen“, so Jellinghaus. Das Bild mit dem Parkplatz aus der Vogelperspektive zeigt, wie viele Menschen involviert sind. „Am 4. April ist dann die große Eröffnung für alle Kunden. Sie können sich schon einmal auf tolle Aktionen und Angebote freuen“, verrät der Verkaufsleiter Swen Rathjens. Ein gutes Timing für alle Priwall-Bewohner, sich für Ostern zu versorgen, ohne weite Wege zu machen.



# Weiter so – Mehrweg-Box-Konzept nimmt Fahrt auf

Sie gehen an die Fleischbedientheke. „Ein Pfund Gemischtes, bitte.“ Der Verkäufer entnimmt Ihre gewünschten 500 Gramm der Auslage und legt sie auf das vorbereitete beschichtete Papier auf der Waage – passt. „Darf es sonst noch etwas sein?“ Sie wünschen nichts weiter. Also wird das Fleisch eingeschlagen, in eine weitere Plastiktüte gegeben, welche mit dem Bon verklebt wird. Zu Hause packen Sie das Fleisch aus und lagern es in einer Frischhaltebox im Kühlschrank. Die Verpackung landet im Müll. So war der bisher gängige Ablauf. Bis vor Kurzem! Wieso nicht den unnötigen Zwischenschritt mit der Plastiktüte und dem Papier einsparen, dachte sich EDEKA Jens und möchte der Umwelt ein Stück zurückgeben und einer kunststoffreduzierten Zukunft entgegenblicken. Gedacht – umgesetzt. Seit einiger Zeit gehen Fleisch, Käse, Fisch und andere Frischwaren an den Bedientheken unmittelbar in Ihre Frischhaltebox. Das ist ebenso simpel wie revolutionär, das ist äußerst hygienisch und allen voran um ein vielfaches umwelt- und verbraucherfreundlicher. Der Start ist bereits gemacht und konnte sich sehen lassen. Es geht aber immer noch etwas mehr.

Was in den schleswig-holsteinischen Jens-Märkten begann, soll bald auch auf die mecklenburgischen Geschäfte übergeschwappen. Denn das Konzept funktioniert. „Wir brauchen nur unsere saubere Box mitbringen, befüllen lassen und Zuhause kühl stellen. Kein Umpacken, kein Müll, kein Stress. Die Box haben wir hier im Markt gekauft. Die funktioniert einwandfrei, ist dicht und spülmaschinenfest. Das hätte schon immer so laufen können. Das ist ein tolles Konzept“, schwärmt eine Kundin aus dem Heiligenhafener Markt.

Das ist die eine Möglichkeit. Genügend Boxen für 4,99 Euro in verschiedenen Größen sind vorrätig. Eine weitere Möglichkeit ist, dass Sie Ihre eigene Box einfach gereinigt von Zuhause mitbringen. Müheloser und schonender geht es nicht.



Henning Mau präsentiert das neue Konzept





*Frische direkt  
von der Kiste!*

## Jetzt neu an unseren Frischetheken Box mitbringen und Umwelt schonen!

1. Gereinigte Kunststoff-Box mitbringen und an der Theke öffnen.
2. Offene Box auf das vorgesehene Tablett stellen.
3. Unser Mitarbeiter nimmt das Tablett in Empfang und befüllt die Box mit Ihren Produktwünschen.
4. Box auf dem Tablett und Preisetikett von unserem Mitarbeiter entgegennehmen.
5. Box schließen und mit Preisetikett versehen.



## So wird's gemacht:

Der Kunde kauft eine Mehrweg-Box im Markt (diese werden dort in drei verschiedenen Größen zu je 4,99 € angeboten) oder bringt von zu Hause seine eigene gereinigte Frischhaltedose mit. Er legt die Box geöffnet auf ein speziell hierfür vorgesehenes Tablett an der Frischetheke. Ein Mitarbeiter nimmt das Tablett entgegen und befüllt die darauf stehende Box mit der gewünschten Menge an Fleisch, Wurst oder Käse und reicht das Tablett mit der Box zurück über den Tresen. Der Kunde verschiebt die Box selbst und klebt den erhaltenen Bon darauf. „Hygiene ist in unserem Frischebereich oberstes Gebot! Deshalb achten wir peinlich genau darauf, dass die Frischhalteboxen gereinigt sind und der vorgesehene Ablauf eingehalten wird. Dazu gehört auch, dass unsere Mitarbeiter nicht mit der Box in Berührung kommen“, erklärt Fleischermeister Henning Mau.



Die Boxen sind bei uns im Markt in verschiedenen Größen erhältlich

Doch das war noch nicht alles: EDEKA Jens kann mehr:

## Ein Baum sagt mehr als tausend Worte

Nachdem die Tüten an den Kassen und nunmehr auch an den Frischetheken verboten wurden, schließt sich die Obst- und Gemüseabteilung an. Noch gibt es sie zwar, die leichten Einwegtüten bei den Produkten, aber langfristig sollen auch diese ihre Schuldigkeit getan haben und Platz machen für die EDEKA-Obst- und Gemüse-Netze. Kompliziertes Wort, einfache Handhabe. Sie kaufen einmalig ein Netz – zu finden an dem großen Baum in der Abteilung – und befüllen dies immer wieder mit Ihren Artikeln. Die Netze sind aus recyceltem PET und damit wurde a) kein neues Plastik geschaffen und b) brauchen Sie kein weiteres in den eh schon zu großen Haufen Restplastik beisteuern. So haben letzten Endes alle gewonnen. Außerdem sehen die neuen Netze auch viel besser aus!



### Lebensmittelechte Mehrwegnetze:

- 5 Netze in einem Beutel
- Füllvolumen 5 x 5 kg
- Netze mit Kordelzug zum einfachen Verschließen
- Waschbar und damit beliebig oft wiederverwendbar
- Netze immer wieder mitbringen ... das schont die Umwelt
- Auch Brote und Brötchen der Back-Station sind hier gut aufgehoben

# Wir suchen Sie für den Priwall!

Neueröffnung  
im April 2019

- **Verkäufer (m/w/d)**  
in Teil-/Vollzeit für Sortiment und Kasse
- **Fachverkäufer (m/w/d)**  
in der Fleischerei/Käseabteilung
- **Mitarbeiter (m/w/d)** für die Salatbar
- **Servicekräfte (m/w/d)**  
auf 450-€-Basis in den Morgenstunden
- **Aushilfen/Schüler (m/w/d)**

Postalisch an: **Jens Märkte Jens GmbH**, Am Mellenthinplatz 14 b, 23769 Fehmarn  
oder digital an [info.jens.nord@edeka.de](mailto:info.jens.nord@edeka.de). Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!



# Tipps für die optimale Bewerbung

Bei EDEKA Jens sind neue Mitarbeiter immer herzlich willkommen. Anzeigen für Initiativbewerbungen oder für Ausbildungsstellen finden sich häufig auch in diesem Heft. Die richtigen Worte im Anschreiben zu finden, die nötigen Unterlagen beizufügen oder sich im Vorfeld bestmöglich zu informieren, ist nicht immer leicht. EDEKA Jens' Personalreferentin Judy Hewawasan gibt einige essenzielle Tipps, die für eine Bewerbung wichtig sind.

## 1. Das passende Angebot

Sind interessante Stellen im gewünschten Metier gefunden, ist die Ausschreibung sorgfältig zu lesen und zu prüfen. Zwei Drittel der Anforderungen sollten dem eigenen Können entsprechen.

## 2. Recherche

Die zusätzliche Recherche auf der Internetseite des Unternehmens und deren Präsenz in den sozialen Netzwerken ist unabdingbar. Informationen zu Philosophie, Dienstleistungen, oder Team können auch im späteren Gespräch genutzt und hinterfragt werden.

## 3. Kontaktaufnahme

Vor dem Senden der Bewerbungsunterlagen kann man seinen Namen mit einem Telefonat mit dem Ansprechpartner schon mal ins Spiel bringen. Eine Liste mit Fragen, die vorab geklärt werden könnten, ist hilfreich.

## 4. Anschreiben

Ein knackiger, individuell gewählter Einstieg ist ein guter erster Eindruck. Gehe auf die Anforderungen der Ausschreibung ein. Stelle eigene Stärken heraus und schreibe, wieso du dich gerade bei dem Unternehmen bewirbst. Dein Werdegang gehört in den Lebenslauf – nicht ins Anschreiben. Die Angabe der eigenen E-Mail-Adresse ist hier oder im Lebenslauf besonders hilfreich für eine ungestörte Kontaktaufnahme. Ein Telefongespräch während der aktuellen Arbeit könnte hinderlich sein.

## 5. Lebenslauf

Ein übersichtlicher, gut strukturierter Lebenslauf zeigt dem Personaler deine Kenntnisse und Erfah-

rungen und gibt Auskunft zu deiner Person. Füge ebenfalls ein, welche Tätigkeiten du in welcher vorherigen Anstellung ausgeübt hast.

## 6. Unterlagen

Zeugnisse aus Schule und Studium sind Pflicht. Darüber hinaus können Arbeitszeugnisse von den Stärken erzählen, die der Chef an dir schätzte. Relevante Zertifizierungen und Urkunden sind ebenfalls hier angebracht.

## 7. Das Gespräch

Wurdest du zum Vorstellungsgespräch eingeladen, ist es hilfreich, sich vorab erneut zu informieren. Gehe Ausschreibung und Internetpräsenz noch einmal durch. Notiere Fragen, die du an das Unternehmen hast. Recherchiere Fragen, die Personaler stellen könnten, und sprich das Vorstellungsgespräch mit jemandem im Vorfeld durch. Das gibt Sicherheit für die Realsituation.



## Kurzbewerbung

Bitte werfen Sie Ihre Kurzbewerbung einfach in die Box! Wir melden uns umgehend bei Ihnen!

Name:

Telefon:

E-Mail:

Bitte den gewünschten Markt auswählen:

Rostock/Gehlsdorf

Born a. Darß

Zingst

Burg a. Fehmarn

Weißenhäuser Strand

Großenbrode

Heiligenhafen

Priwall

Niendorf/Ostsee

Mitarbeiter/-in im Verkauf:

im Markt:

Aushilfe

Teilzeit

Vollzeit

in der Fleischerei:

Aushilfe

Teilzeit

Vollzeit

Postalisch an: Jens Märkte Jens GmbH, Am Mellenthinplatz 14 b, 23769 Fehmarn, in den Filialen in die Jens-Box  
oder digital an [info.jens.nord@edeka.de](mailto:info.jens.nord@edeka.de). Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!



# Mit EDEKA Jens wird auch der Jahresstart spannend!

Wer sagt, nach Weihnachten und vor dem Osterfest sei Langeweile angesagt?

Die acht Märkte rund um die Ostsee laden Sie ein, unfassbare Gewinne abzuräumen – von einer limitierten EDEKA-Jens-Armbanduhr bis zu einem Hochleistungs-E-Bike. Mitmachen lohnt sich!

## Mitmachen ist ganz einfach:

Bei Ihrem nächsten Einkauf über 10 Euro erhalten Sie von unseren Mitarbeitern einen der begehrten EDEKA-Jens-Teilnahmesticker.

Kleben Sie diesen auf das vorgesehene Feld, schneiden Sie den Coupon mit Ihren Angaben aus, geben Sie ihn im Markt wieder ab und hoffen Sie auf den Jackpot. Einsendeschluss ist der 16. März.

## Preise für das Gewinnspiel: einfach:

1. Prophete E-Bike Alu City Basic 28"
2. Samsung UE55NU7179 55"-Flachbildfernseher
3. Tchibo Cafissimo Tuttocaffé Kaffeemaschine Azzuro
4. JBL Tune 600BTNC – Noise-Cancelling-On-Ear-Bluetooth-Kopfhörer mit integriertem Headset
5. JBL Tune 600BTNC – Noise-Cancelling-On-Ear-Bluetooth-Kopfhörer mit integriertem Headset
6. De'Longhi Nescafé Dolce Gusto Mini Me Kapsel-Kaffeemaschine
7. Tchibo Express-Wasserkocher, 1,7 Liter
8. Tchibo Automatiktoaster mit Aufsatz, Auftau- und Aufbackfunktion
9. Tchibo Doppel-Waffeleisen für belgische Waffeln
10. TCM Tchibo Stabmixer, Edelstahl-Pürierstab, inkl. Mixbecher
11. Tchibo Profi-Kochmesser
12. Tchibo Popcornloop
13. Derbystar „The Ball“
14. EDEKA Jens Kaffeeisolierkanne und Becher
15. EDEKA Jens Kaffeeisolierkanne und Becher
16. EDEKA Jens Armbanduhr
17. EDEKA Jens Armbanduhr
18. EDEKA Jens Armbanduhr
19. EDEKA Jens Armbanduhr
20. EDEKA Jens Armbanduhr

# Viel Glück!

Sticker nur solange der Vorrat reicht.

# Das SUPER EDEKA-Jens

## 2. Preis

2. Samsung UE55NU7179  
55"-Flachbildfernseher



1. Preis  
Prophete E-Bike  
Alu City Basic 28"



## 9. Preis

Tchibo Doppel-Waff



12. Preis  
Tchibo Popcornloop



13. Preis  
Derbystar „The Ball“  
Abbildung ähnlich



11. Preis  
Tchibo Profi-Kochmesser



# GEILE s-Gewinnspiel

### 3. Preis

Tchibo Cafissimo Tuttocaffè  
Kaffeemaschine Azzuro



### 4. + 5. Preis

JBL Tune 600BTNC –  
Bluetooth Kopfhörer



### 6. Preis

De'Longhi Nescafé Dolce  
Gusto Kapsel-Kaffeemaschine



### 7. Preis

Tchibo Express-  
Wasserkocher, 1,7 Liter



### 8. Preis

Tchibo Automatiktoster



### 10. Preis

CM Tchibo Stabmixer,  
inkl. Mixbecher



## Gewinncoupon

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Telefonnummer \_\_\_\_\_

## Sticker bitte hier aufkleben!

So geht's:

- EDEKA-Jens-Sticker beim Einkauf über 10 Euro entgegennehmen.
- Sticker in dieses Feld kleben.
- Coupon ausschneiden.
- bis zum 16. März wieder im Markt abgeben.
- Mit etwas Glück gewinnen.

Sticker nur solange der Vorrat reicht.

Teilnehmen kann jeder ab 18 Jahre, ausgenommen sind EDEKA-Mitarbeiter und deren Angehörige. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung. Datenschutzhinweis: Wir weisen Sie darauf hin, dass Ihre Angaben ausschließlich zur Bearbeitung Ihrer Teilnahme an der Verlosung von uns gespeichert und genutzt werden. Wir gewährleisten den streng vertraulichen Umgang mit Ihren Daten und werden diese löschen, sobald sie nicht mehr zur Durchführung benötigt werden. Eine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte erfolgt nicht. Der Schutz Ihrer Daten hat bei uns oberste Priorität. Wir haben bereits jetzt unsere Datenschutzhinweise für Sie aktualisiert und sind daran interessiert, auch weiterhin eine gute Beziehung zu Ihnen zu pflegen und Ihnen Informationen zu unseren Aktionen zukommen zu lassen. Deshalb verarbeiten wir auf Grundlage von Artikel 6 Abs. 1 Buchstabe f der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung Ihre Daten. Wenn Sie dies nicht wünschen, können Sie jederzeit bei uns der Verwendung Ihrer Daten widersprechen.



# Der Nachwuchs präsentiert ...

## Die Azubi-Eigenmarken-Challenge

EDEKA Jens ist zertifizierter Ausbildungsbetrieb, die Auszubildenden erleben unvergleichliche Ausbildungsverfahren, die Nachwuchskräfte sind Stammgast bei der Veranstaltung zur Azubis-Bestenehrung und das Unternehmen hat vergangenes Jahr den Nachwuchsförderpreis gewonnen. Das sind Belege für eine erstklassige Förderung der Zukunft im Einzelhandel. Da bleibt es nicht aus, dass diese bei der Azubi-Eigen-

marken-Challenge der EDEKA mit Fachwissen, Kreativität und Einsatz glänzt.

Die Auszubildenden der Märkte hatten die Aufgabe, in Eigenregie den Kunden die EDEKA-Weintrauben ansprechend, informativ und verkaufsfördernd näherzubringen. So machten sich die Beteiligten mit Fleiß ans Werk. „Die Jungs und Mädels haben teilweise an ein, zwei und teilweise an drei Tagen Fantastisches gezaubert“, preist Denise Werner, die stellvertretende Marktleiterin und Azubi-Patin aus Heiligenhafen, die Leistung an. Sie haben die Trauben in den

Märkten in Niendorf, Großenbrode und Heiligenhafen zunächst ansehnlich präsentiert. Mit Tafeln und ihren eigenen Kenntnissen über Herkunft und Vorzüge haben sie Kunden zu den Beeren bestens informiert. Darüber hinaus hat die Großenbroder Gruppe Weintrauben-Muffins hergestellt. Das Rezept gab es frei Haus. Die Heiligenhafener Delegation ist zusätzlich mit Weintraubenspießen und Schokodip in die hiesige Schule und das Kaufhaus Stolz gegangen. Andreas Lüders aus dem Niendorfer Markt schwärmt: „Unsere Auszubildenden haben neben den

puren Weintrauben noch eine Konfitüre gekocht und verkauft. Von den 20 bestellten Kisten ist nicht viel übrig geblieben.“

Denise Werner, die das Projekt in Heiligenhafen begleitet hat, zieht das Fazit: „Ich bin selten so stolz auf etwas gewesen. Die Azubis haben gemeinsam angepackt und etwas Tolles auf die Beine gestellt. Von der Konzeption bis zur finalen Ausarbeitung der Protokollhefte für die Schule lief diese Aktion super. Das Dreigestirn aus Heiligenhafen möchte sogar in der jetzigen Konstellation im kommenden Jahr wieder mitmachen.“



In Großenbrode gab es einen leckeren Traubensalat



In Niendorf kamen die Trauben-Käse-Spieße sehr gut an



Aufbau in Niendorf

## Die Auszubildenden, die bei der Aktion dabei waren:

- Lara Gottfried, Großenbrode, 1. Lehrjahr**
- Jeremie Greiser, Weißenhäuser Strand, 1. Lehrjahr**
- Kim-Ilona Scholz, Heiligenhafen, 2. Lehrjahr**
- Tobias Schuttkowski, Heiligenhafen, 2. Lehrjahr**
- Katharina-Madeleine Wolf, Heiligenhafen, 1. Lehrjahr**
- Tom Hoyer, Niendorf, 1. Lehrjahr**
- Kimberley Seiche, Niendorf, 1. Lehrjahr**



Katharina Wolf und Kim Scholz aus der Filiale in Heiligenhafen



## Neu im Team

### Heike Schebsdat – rechnet für den Priwall-Markt

Eine neue Herausforderung war der Anlass für Heike Schebsdat, ihr Metier zugunsten von EDEKA Jens zu wechseln. „Nach fast 30 Jahren in der Hotellerie und stetem Wochenend- und Feiertagsdienst sah ich die Zeit für eine Veränderung gekommen. Da habe ich mit Freude von der Ausschreibung bei EDEKA Jens gelesen. Die Märkte sind im Norden bekannt und weit verzweigt. Also bewarb ich mich.“ Kurz darauf folgte das Gespräch mit Reimer Jens. Die Anstellung als Beauftragte für die Filialabrechnung des neuen Priwall-Marktes in Travemünde folgte zum 1. Januar. Einen ersten Einblick in die Abläufe des Geschäftes konnte sie gleich als Vertretung beim Onlineshop in Heiligenhafen sammeln. Doch nun ist sie an ihrem Bestimmungsort in der Zentrale angelangt. „Es ist toll, gleich in dieses neue Projekt Priwall eingebunden zu sein. Zwar ist der Umgang mit Zahlen, Rechnungen, Lieferantenbelegen nicht ganz neu für mich und aus dem Hotelgewerbe schon bekannt, aber dennoch habe ich zuvor natürlich noch einiges zu lernen. Darauf freue ich mich auch schon sehr.“ So arbeitet sie sich gemeinsam mit ihrem „freundlichen Kollegium“, wie Heike Schebsdat findet, in ihre kommenden Tätigkeiten ein.



Heike Schebsdat freut sich auf die neue Herausforderung



## Gähnende Leere? Hier NICHT!

### Werde Teil des Teams. Wir bilden aus:

In Rostock Gehlsdorf, Born a. Darß, Zingst, Burg/Fehmarn, Großenbrode, Heiligenhafen, Niendorf/Ostsee und Priwall!

- Verkäufer/-in
- Kaufmann/-frau im Einzelhandel
- Frischespezialist/-in
- Fachverkäufer/-in im Lebensmittelhandwerk  
Fachrichtung Fleischerei
- Fleischer/-in im Verkauf



Bewerbungen bitte schriftlich an:

Jens Märkte Jens GmbH & Co. KG  
Am Mellenthinplatz 14 b, 23769 Fehmarn  
Tel.: 043 71/90 95 • info.jens.nord@edeka.de



## 3. Logica-Cup war ein voller Erfolg

Seit drei Jahren ist der Logica-Cup in Heiligenhafen ein fester Termin auch im Kalender von EDEKA Jens. Da für den Lebensmittelhändler eine gute Ernährung und Sport untrennbar zusammengehören, spielt eine Delegation der Märkte regelmäßig bei dem Fußballturnier für den guten Zweck in der Heiligenhafener Halle mit.

Zwölf Mannschaften sind auch 2019 – typischerweise am 2. Samstag im Jahr – angetreten, um sich im sportlichen Wettkampf zu messen. „Dieses Jahr war es ganz besonders toll“, sagt der Initiator des Turniers Normen Kantwill (unteres Bild, vorne rechts liegend). „Wenn wir die Anzahl der Teilnehmer nicht deckeln müssten, wären noch viel mehr Fußballer gekommen. Der Parkplatz und die umliegenden Straßen waren voller Autos der Sportler und Besucher. Eine Mannschaft ist sogar aus Berlin angereist. Gewonnen hat die Mannschaft Gollan United“, fügt er hinzu. Dank der vielen Menschen konnte aus Anmeldegebühren und Snackverkauf ein Erlös von 3 500 Euro an den Kinderhospizverein Pansdorf und das Kinderhaus Schmetterling gespendet werden – Rekord.



Unser Team für den guten Zweck

Normen Kantwill ist Mitglied der Betriebssportmannschaft von Logica Medizintechnik, einem mittelständischen Unternehmen, das seit 1989 unter anderem Komponenten für die Infusions- und Transfusionstechnik herstellt. „Wir hatten die Idee, ein Spaßturnier für den guten Zweck zu veranstalten. Die erste Organisation war gar nicht so leicht: Wir mussten uns um Hallenzeiten kümmern – aufgrund des wohlätigen Zwecks konnten wir beim Bürgermeister eine Kostenübernahme erreichen –, einen Antrag bei der GEMA wegen der musikalischen Untermalung stellen und eine Erlaubnis für die Verköstigung der Zuschauer einholen. EDEKA Jens hat uns bei letzterem von der ersten Minute unterstützt“, beschreibt Kantwill. Der Markt sponserte seit dem ersten Turnier Snacks, stellte Waren auf Kommission zur Verfügung und stand mit Fachwissen bezüglich der benötigten Mengen zur Seite. Natürlich ließ es sich das Team nicht nehmen, auch gleich mit anzutreten.

Das Turnier wurde von Beginn an gut angenommen. 2017 waren es zehn Mannschaften, die gemeinsam mit den Besuchern 3 000 Euro – aufgestockt durch Logoca Medizintechnik – zugunsten der Deutschen Kinderkrebshilfe einnahmen. 2018 kamen erneut 3 000 Euro – aufgestockt durch „Bestes Futter“ – auch für den Kinderhospizverein Pansdorf zusammen.

Alle Beteiligten freuen sich auch schon auf das kommende Jahr, viele Besucher und hohe Erlöse, die gespendet werden können.



Die Zuschauer waren begeistert



# Rezepte für das Frühjahr

## Rotkraut-Pflaumen-Salat

### Zutaten:

50 g Frischkäse, indische Zubereitung  
 400 g Rotkraut (Unsere Heimat Rotkohl)  
 Salz  
 1/2 EL Zucker, braun  
 250 g Pflaumen  
 1 1/2 EL Honig (EDEKA Fairtrade Blütenhonig)  
 1 EL Apfelessig  
 1/4 TL Zimt  
 Vanille aus der Mühle  
 1 1/2 EL Walnussöl, kaltgepresst  
 schwarzer Pfeffer, gemahlen  
 2 Scheiben Pumpernickel (EDEKA Bio-Brotkörbchen)  
 1/2 Beet Kresse  
 1 EL Walnuss, gehackt  
 1 Mandarine, in Filets geschnitten

### Zubereitung:

Grobe Blattrippen vom Rotkraut entfernen, Blätter fein schneiden, mit Salz und Zucker bestreuen und kräftig durchkneten.

Pflaumen entkernen und in Spalten schneiden. Honig mit Apfelessig in einem Topf aufkochen. Zimtpulver, Vanille und Pflaumenspalten zugeben und zwei bis drei Minuten dünsten. Pflaumen in ein Sieb geben, Sud auffangen. Pflaumen unter das Kraut heben.

Essigsud einköcheln lassen. Von der Kochplatte nehmen, mit Öl verquirlen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dressing mit dem Salat vermengen und etwa eine Stunde durchziehen lassen.

Pumpernickel kross tosten. Den Salat mit Kresse, gehackten Walnüssen und Mandarinenfilets garniert servieren und dazu Pumpernickel mit Frischkäse reichen.



## Wirsingpasta

### Zutaten:

400 g Pasta (z.B. Farfalle, EDEKA Calamarata)  
 400 g Wirsing (Unsere Heimat)  
 200 g Bacon (Frühstücksspeck, Gut und Günstig)  
 1 Zwiebel  
 2 Zehen Knoblauch  
 100 g Parmesan  
 6 EL Olivenöl (natives Olivenöl extra, EDEKA Bio)  
 Salz  
 Pfeffer

### Zubereitung:

Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Wirsing in Streifen schneiden und zwei Hände der zarten Spitzen in eine Schüssel geben. 3 EL Olivenöl und 1/2 TL Salz dazu geben und vermengen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und Wirsing darauf verteilen. Etwa 5 bis 10 Minuten im Ofen backen, bis der Wirsing knusprig ist. Dann herausnehmen und abkühlen lassen.

Pasta nach Packungsanweisung kochen. Eine Tasse Pastawasser aufheben und die Nudeln abgießen.

Zwiebel und Knoblauch hacken. Parmesan grob reiben. Bacon klein schneiden. Restliches Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, die Zwiebel und den Knoblauch darin andünsten. Bacon hinzugeben und ca. 5 Minuten mitbraten.

Wirsing (einige der Wirsingchips zum Garnieren zurückhalten) dazugeben und weitere 5 Minuten braten, bis der Kohl weich ist, aber noch Biss hat. Mit Pastawasser ablöschen und einige Minuten einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pasta zur Sauce in die Pfanne geben und alles gut vermengen.

Auf Tellern mit Parmesan und den Wirsingchips bestreuen.



# Mehr bewegen – besser essen

## EDEKA Jens macht Schule

Wenn einem Lebensmittelhändler wie EDEKA Jens etwas am Herzen liegt, dann sind das frische Lebensmittel. Noch besser ist es sogar, wenn man damit etwas Positives vermitteln kann. Die EDEKA-Stiftung hat daher bereits 2008 das Projekt „Gemüsebeete für Kids“ ins Leben gerufen, bei dem auch EDEKA Jens den Kleinsten die Herkunft natürlicher Lebensmittel aufzeigt. 2013 wurde das Projekt schulreif. Die Aktion „Mehr bewegen – besser essen“ richtet sich nun an die Schüler – auch hier sitzt EDEKA Jens mit am Tisch.

Erst kürzlich hat sich Yvonne Sach Harloff aus dem Heiligenhafener Markt mit zwei Ernährungsberatern der EDEKA in der Theodor-Storm-Schule in Heiligenhafen getroffen. Vor Ort zeigte das Team an zwei Tagen je 25 und 29 Schülern, wie gutes Essen spielerisch gelingen kann. „Wir sind mit einem großen Einkaufskorb in die Schule gefahren und haben dort schon erwartungsfrohe Schulkinder vorgefunden“, sagt die EDEKA-Jens-Patin.

Den Start in den Tag machte das Frühstück aus Piratenspießen. Schon während der gemeinsamen Zubereitung erklärten die Ernährungsberater die Vorteile, die frisches Gemüse auf den Körper haben kann, und wie wichtig es ist, zum Frühstück Wasser anstatt verzuckerten Apfelsaft zu trinken.

Yvonne Sach Harloff beschreibt weiter: „Es folgte ein Film darüber, welchen Weg die Nahrung geht – von der Aufnahme bis zur Ausscheidung. Der Film ist für Kinder super informativ und einfach klasse gemacht.“ Ein weiterer wichtiger Themenpunkt der Besuchstage ist der Natur- und Ressourcenschutz im Allgemeinen. Dieser wurde am Beispiel des nachhaltigen Fischfangs verdeutlicht. In Gesprächsrunden konnten die Kinder ihre Fragen an die Experten richten und viele kindgerechte Informationen mitnehmen.

Nach etwas sportlicher Betätigung in der Turnhalle haben Lehrer, Besucher und Schüler in der Schulküche Nudeln mit Gemüse-Tomaten-Sauce gekocht. In den verschiedenen Gruppen hatte jeder seine Aufgabe. Ein Obstsalat rundete das leckere Essen ab – selbst gemacht schmeckt es doch am besten. „Das ist und bleibt eine tolle Aktion. Die Kinder waren wieder total wissbegierig und ich würde jedes Jahr wieder teilnehmen. Auch den Lehrern hat das Projekt gefallen und sie zeigten sich dankbar, dass wir so etwas für die Kinder anbieten können“, schließt Yvonne Sach Harloff ab.



Frühstück

## Piraten-Spieße



Zubereitungszeit



Wusstest du schon, ...

... dass der Calciumgehalt eines Käses mit sinkendem Fettgehalt nicht abnimmt?

So kannst Du ruhig auch fettarmen Käse für die Spieße verwenden und profitierst trotzdem von dem hohen Calciumgehalt dieses Milchproduktes.

### Das brauchst du für:

4 bunte Spieße

4 Scheiben Vollkornbrot  
4 EL Kräuter-Frischkäse  
80 g Gouda im Stück  
(oder anderen Lieblingskäse)  
1 gelbe Paprika  
8 Cocktailtomaten  
½ Salatgurke

### Tipp:

Achte darauf, dass deine Zutaten möglichst die gleiche Größe haben – so sehen die Spieße schöner aus.



### Pro Portion:

219kcal | 21 g Kohlenhydrate | 10 g Eiweiß | 10 g Fett

### So wird's gemacht:

1. Die Hälfte der Brotscheiben mit Frischkäse bestreichen, je eine weitere Brotscheibe fest darauf drücken, dann das Brot in Würfel schneiden (ca. 4 x 4 cm).
2. Vom Käse die Rinde entfernen und ihn ebenfalls in gleich große Würfel schneiden.
3. Von der Paprika Stiel, Kerne und die weißen Innenwände entfernen, waschen und würfeln.
4. Cocktailtomaten und Gurke waschen, mit Küchenpapier abtupfen und Gurke in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden.
5. Jetzt wie ein echter Pirat alle Zutaten kunterbunt nacheinander aufspießen.

Viel Spass beim Ausprobieren.  
Dein EDEKA Ernährungsservice.



EDEKA Stiftung

# 8.000 € für die Jugendfeuerwehren

Im fünften Spendenjahr geht ein großer und herzlicher Dank an alle Kundinnen und Kunden der EDEKA-Jens-Märkte. Sie haben in den acht Märkten in Schleswig-Holstein und Mecklenburg-Vorpommern fast 7 000 Euro Pfand gespendet. EDEKA Jens rundete den Betrag auf und überreichte im Rahmen der internen Marktleitersitzung am 12. Dezember 2018 in Niendorf/

Ostsee den Spendenscheck über 8 000 Euro an die Jugendfeuerwehren. Die Spendenaktion läuft jeweils über ein Jahr vom 1. Dezember bis zum 30. November des Folgejahres. In den vergangenen Jahren konnte so inzwischen insgesamt die stolze Summe von 43 000 Euro an verschiedene Organisationen überreicht werden. Die anwesenden Vertreter der Jugend-

wehren bedankten sich herzlich für die Spenden und freuen sich, die Gelder sinnvoll einsetzen zu können. Am 1. Dezember wurde die nächste Runde eingeläutet. Wer ab jetzt seinen Pfandbon spendet, statt sich das Geld auszahlen zu lassen, tut Gutes für die Seenotretter – die Deutsche Gesellschaft zur Rettung Schiffbrüchiger.

**Herzlichen Dank!**



Auf dem Foto befinden sich Vertreter der Jugendfeuerwehren, Marktleitungen der EDEKA-Jens-Märkte, Geschäftsführung und weitere EDEKA-Jens-Mitarbeiter/-innen. (Foto: René Kleinschmidt)

# Was die Zukunft bringt

Hat Ihnen diese Ausgabe des neuen Frischeboten gefallen? Sind Sie informiert und konnten Sie die Neuigkeiten aus den Märkten vielleicht sogar für sich nutzen? Dann ist eventuell auch das kommende Heft interessant. Auch darin finden sich tolle Projekte, Angebote, Vorstellungen und vieles

mehr. Allen voran wird dann der moderne Markt auf dem Priwall fertiggestellt sein. Diesen stellen wir vor. Des Weiteren steht der Darßmarathon an. Die EDEKA-Aktion Gemüsebeete für Kids findet wieder statt, bei der die Kleinen die Wertschätzung für das Gemüse und seine Herkunft erlernen.

Ebenso können Sie sich bereits zwei fantastische Aktionen im Kalender eintragen. Den Lichtertanz im April sowie den Flohmarkt bei EDEKA Jens Heiligenhafen im Mai, dessen Erlöse einem guten Zweck zukommen werden. Es lohnt sich, wieder reinzuschauen. Bleiben Sie gespannt.

© Frank Burger / DARSS-Print



Darßmarathon



Flohmarkt auf dem Parkplatz von EDEKA Jens in Heiligenhafen



Gemüsebeete für Kids

Auflage: 44.972 Exemplare

Herausgeber (v. i. S. d. P.):  
Jens Märkte Jens GmbH & Co. KG  
Burg auf Fehmarn  
Am Mellenthinplatz 14b • 23769 Fehmarn  
Tel.: (0 43 71) 90 95  
Fax: (0 43 71) 90 60  
info.jens.nord@edeka.de  
www.EDEKA-Jens.de

Objektleitung und Druck:  
ProExakt GmbH • Bahnhofstraße 17  
38170 Schöppenstedt  
Tel.: (0 53 32) 96 86-54 • Fax: (0 53 32) 96 86-58  
E-Mail: info@proexakt.de  
www.proexakt.de

Redaktionsleitung:  
Sebastian Lükemann  
Tel.: (0 53 32) 96 86-46  
E-Mail: s.luekemann@proexakt.de

Gestaltung und Anzeigensatz:  
Wiebke Fichtner  
Tel.: (0 53 32) 96 86-57  
E-Mail: w.fichtner@proexakt.de

Das geistige Eigentum in Wort, Bild, Idee und Design liegt, soweit nicht anders angegeben, bei der ProExakt GmbH. Alle gestalteten Anzeigen sind ebenfalls urheberrechtlich geschützt. Nutzung und Nachdruck sind nur mit schriftlicher Genehmigung der ProExakt GmbH gestattet. Angaben zu Terminen etc. sind ohne Gewähr.

Bei dem Projekt Marktzeitung mit einer Gesamtauflage von zurzeit ca. 1.800.000 Exemplaren handelt es sich um ein marktbezogenes individuelles Printprodukt für selbstständige EDEKA-Kaufleute.

## Hier können Sie uns finden:

EDEKA Jens – Burg/Fehmarn  
Am Markt 27 • 23769 Burg/Fehmarn  
Tel.: (0 43 71) 24 55 • Fax.: (0 43 71) 86 49 58

EDEKA Jens – Heiligenhafen  
Höhenweg 4 • 23774 Heiligenhafen  
Tel.: (0 43 62) 5 06 60 37 • Fax: (0 43 62) 5 06 60 56

EDEKA Jens – Weißenhäuser Strand  
Dorfplatz • 23758 Weißenhäuser Strand  
Telefon: (0 43 61) 34 09 • Fax: (0 43 61) 5 28 22

EDEKA Jens – Gehlsdorf  
Schulstraße 5 • 18147 Rostock-Gehlsdorf



www.facebook.com/Edeka.Jens

Tel.: (03 81) 666 85 44 • Fax: (03 81) 666 85 45

Frischemarkt Jens – Niendorf  
Paduaweg 3 • 23669 Niendorf/Ostsee  
Tel.: (0 45 03) 28 23 • Fax: (0 45 03) 62 89

EDEKA Jens – Born/Darß  
Bäderstraße 1 • 18375 Born/Darß  
Tel.: (0 382 34) 3 01 01 • Telefax: (0 382 34) 3 01 00

EDEKA Jens – Zingst  
Hafenstraße 2 • 18374 Zingst  
Tel.: (0 382 32) 1 79 94 • Fax: (0 382 32) 1 79 95

EDEKA Jens – Großenbrode  
Strandstraße 1 • 23775 Großenbrode  
Tel.: (0 43 67) 7 17 59 39 • Fax: (0 43 67) 7 17 59 38