

Blätter aus St. Georg



**Wir wollen,
dass Dr. Wohlers
bleibt!!!**

Ankündigung: 4. Kunstpreis Hansaplatz – diesmal mit Kinderkunstpreis

Am Sonntag, den 09.09.2012 ist es wieder so weit: der Wettbewerb um den Kunstpreis Hansaplatz wird ausgetragen. Um die Motivauswahl zu erweitern, wurde der Termin in diesem Jahr so gewählt, dass er gleichzeitig mit dem regelmäßigen Trödelmarkt auf dem Hansaplatz stattfindet. Ein weiteres Novum: der Kinderkunstpreis. Nachdem im letzten Jahr so viele Kinder mitmachen wollten, wird in diesem Jahr eine eigene Kategorie für

Kinder angeboten. Allerdings wird hier nicht wie bei den Erwachsenen eine Beurteilung durch Fachleute erfolgen. Hier zählt der olympische Gedanke „Dabeisein ist alles“. Entsprechend wird die Teilnahme mit einem Los für eine Tombola belohnt. Doch auch hier winken attraktive Preise. Details zu den Teilnahmebedingungen für Groß und Klein, die Jury und den Preisen folgen in der nächsten Ausgabe.

Besichtigung der Apotheke zum Ritter St. Georg Am 20. Juni um 17:30 Uhr

Wir möchten Sie herzlich zu einer Besichtigung der alten Apotheke „Zum Ritter St. Georg“ in der Langen Reihe 39 einladen.

Herr Dr. Rincker, wird uns einiges zur Historie erzählen und er ist auch Sammler von alten Apotheker-Werkzeugen, die er uns dort zeigen und auch vorführen wird.

Dauer wird ca. eine Std. sein. Anmeldung nötig, über die Mail-Adresse oder Tel. 28 00 78 55. Kosten entstehen nicht.

Sie kennen sicherlich das Symbol der Apotheke:



*Karla Fischer
Geschichtswerkstatt St. Georg e.V.*

Herausgeber: Bürgerverein zu St. Georg, 1. Vorsitzender Helmut Voigtland, Lange Reihe 51, 20099 Hamburg, Tel. 24 99 00; 2. Vorsitzender Martin Streb, Tel. 24 85 86 12; Schatzmeisterin Helga Detjens, Tel. 0171 8015189; Schriftführer Hans Nauber, Tel. 28 00 79 39. Redaktions- und Anzeigenschluß ist am 10. jeden Monats. Der Bezugspreis für diese Zeitschrift ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Die veröffentlichten Artikel geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder!

Vereinskonto:
Hamburger Sparkasse, 1230 127 803

Spendenkonto:
Hamburger Sparkasse: 1230 131 771

www.buergerverein-stgeorg.de
Webmaster Bernhard Wissmer
Telefon 85100963

Verlag, Anzeigen
und Gesamtherstellung:
Verlag Michael Weidmann,
Fuhlsbüttler Str. 687 • 22337 Hamburg
Tel. 50 24 45 • Fax 59 54 18
e-mail: verlag_weidmann@t-online.de

Frauenrundgang der Geschichtswerkstatt am 2. Juni um 14:00 Uhr

**Frauen schreiben
St. Georger Geschichte**

Von Amalie Sieveking
bis Helma Steinbach

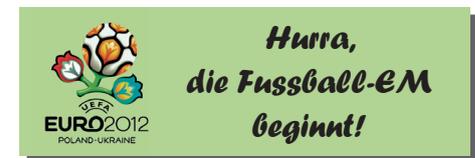
Sonnabend, 2. Juni um 14:00 Uhr

Treffpunkt: Eingang deutsches
Schauspielhaus, Kirchenallee 3

Anmeldung nicht erforderlich!

Teilnehmerbeitrag: 5 € (ermäßigt 3 €)

Dauer: ca. 2 Stunden



TOP HAIR
TOP color de luxe

Farbe, Strähnen,
Tönung und Schnitt ...

... alles was Dein Haar begehrt!

FRISEURE
TOP HAIR
Anna Skripski
KOSMETIK

Anna Skripski

Gurlittstrasse 33 | 20099 Hamburg
info@top-hair.net | www.top-hair.net

Tel. 040 | 24 55 94

LR 88:
NR. 196
22.05.2012
DANJA
ANTONOVIC ©



Er ist der Drachentöter par excellence. Trotz seiner blutrünstigen Handlung wird er in allen christlichen Religionen geehrt und gefeiert.

Er ist der ehrwürdige Heilige Georg.

Die ehemalige Hamburger Vorstadt, St. Georg, nicht immer so richtig heilig, trägt seinen Namen.

Den holden Ritter findet man in „seinem“ Stadtteil überall. Straßen und Plätze sind nach ihm benannt, herrlich vergoldet hängt er als Maskottchen vor der Apotheke ZUM RITTER ST. GEORG in der Langen Reihe. Um ihn zu erblicken, braucht man nur den Kopf zu heben, bevor man Schlaftabletten und Knochenbalsam kauft. Und da guckt er gnädig von oben auf die kränkelnde Gesellschaft von heute.

Auch wenn der offizielle Name ganz anders lautet, heißt die evangelische Kirche im St. Georger Volksmund nur noch: die St. Georgskirche.

Ihr richtiger Name: HEILIGE DREI-
EINGKEITSKIRCHE.

Mit den Kirchen ist das sowieso ein Ding. Auch die katholische Kirche in der Danziger Straße heißt im Volke noch immer „die Marienkirche“, obwohl sie schon längst zum MARIEN-DOM aufgestiegen ist.

Wer aber war der Namensgeber von St. Georg zu Hamburg?

Die Wikipedia schreibt, – hier die Auszüge: „Der heilige Georg lebte im 3. Jahrhundert in Kappadokien oder Palästina. Er war ein Märtyrer der zu Beginn der Christenverfolgung unter Kaiser Diokletian (284 – 305) gestorben sein soll. Besondere Verbreitung hat die Drachentöter-Legende Georgs gefunden. Mit dem Drachen wird Georg erst etwa 800 Jahre nach der Verbreitung seiner Märtyrer-Legende in der Zeit der Kreuzzüge in Verbindung gebracht. Historische Angaben zu seiner Person sind ungewiss. 1969 wurde Georg aus diesem Grund in einem Reformakt von Papst Paul VI. offiziell aus dem katholischen Heiligenkalender entfernt. 1975 taucht der Name jedoch wieder im Römischen Generalkalender auf. Die Popularität und Verehrung des Heiligen wurde hierdurch kaum berührt. St. Georg zählt zu den 14 Nothelfern, ist der Schutzpatron verschiedener Länder, (Adels-)Familien, Städte und Ritterorden. Der Vorname Georg (und sprachliche Abwandlungen) gehört zu den beliebtesten Vornamen in Europa. Sein Symbol ist das sogenannte Georgskreuz. Das rote Kreuz auf weißem Grund ist in vielen Wappen und Flaggen enthalten. Weitere Heiligenattribute,

die neben dem Georgskreuz als Erkennungsmerkmal dienen, sind der Drache, die Lanze sowie seine Darstellung als Ritter und Reiter. Der Märtyrer wird teilweise mit Palmwedel dargestellt.

In den Ostkirchen wird er als Großmartyrer und Erzmartyrer verehrt.“, meldet die Wikipedia.

So ist der heilige Georg bei den orthodoxen Serben einer der wichtigsten Schutzheiligen, sein Namenstag wird groß gefeiert. Jede orthodoxe Familie in Serbien hat einen Schutzpatron, dem zu Ehren einmal jährlich ein rauschendes Fest ausgerichtet wird. Zuerst werden Haus und Hof gründlich gereinigt und verschönert, tagelang wird gekocht und gebacken. Am Festtag segnet der Pope im wallenden schwarzen Gewand das Haus – und dann wird mit viel Speis und Trank drei Tage lang gefeiert. Jeder, der vorbeischaud, ist willkommen und wird ausreichend beköstigt.

Das Fest des Heiligen Georg findet in Serbien am 6. Mai statt, dann feiert halb Serbien. Der Heilige Georg ist aber auch der große Schutzheiliger der Roma. Ihre farbenfrohen Feste sind berühmt, es sind die schönsten in Serbien.

Vielleicht sollten wir auch in unserem Stadtteil ein Fest zu Ehren des Drachentöters ausrichten. Den LACHENDEN DRACHEN haben wir schon, es fehlt nur noch Georg, der Heilige.



Der Stadtteilbeirat St.Georg-Mitte

Wer und was ist das?

Ist es bloß ein Forum zur Selbstdarstellung einzelner Stadtteilakteure oder Gruppen?

Ist es ein Gremium für endloses Geplänkel oder nervige Debatten?

Ist es eine Informationsbörse für wichtige Ereignisse und Entwicklungen im Stadtteil?

Ist es eine Kontaktveranstaltung für Tratsch und Klatsch?

Ist es ein heftiger Freizeitklau?

Ist es das wichtigste Gremium für die Bürgerbeteiligung?

Ist es das Instrument der Bürgerinnen und Bürger zur Einflussnahme gegenüber Verwaltung und Politik?

Ist es der Meckerkasten des Stadtteils?

Ist es der Verteiler von Zuschüssen aus seinem Verfügungsfond?

Ist es die politische Bühne für Grundsatzdiskussionen zur Stadtteilentwicklung?

Ist es der Kreis für den Interessenausgleich der unterschiedlichen Gruppen?

Ist es die Möglichkeit mit wichtigen Beamtinnen und Beamten, Politikerinnen und Politikern persönlich zu diskutieren?

Ist er wichtig?

Ja, der Stadtteilbeirat ist das alles!

Vorab aber einige wichtige Hinweise.

Zu den öffentlichen Sitzungen sind immer alle Bürgerinnen und Bürger, Einwohnerinnen, Einwohner, Gewerbetreibenden, im Stadtteil Arbeitende, Mütter, Väter und sonst Interessierte eingeladen. Es kommen je nach Tagesordnung zwischen 60 und 100 Men-

schen. Es können gerne mehr sein, Stühle gibt's genug.

Die Sitzungen finden (nahezu) monatlich statt jeweils am letzten Dienstag im Monat in der Paula (= Aula der Heinrich-Wolgast-Schule am Carl-von-Ossietzki-Platz/Lange Reihe). Sie beginnen um 18:30 Uhr und sollen 21:30 Uhr enden, tun dies aber eigentlich nie vor 22:00 Uhr, wenn der bis dahin liebevoll geduldige Hausmeister zum endgültigen Ende aufruft.

Aufgabe des Stadtteilbeirates ist es die Behörden und die Verwaltung bei der Weiterentwicklung St. Georgs zu unterstützen und auf Fehlentwicklungen oder Missstände hinzuweisen. Entscheidend für diese Arbeit ist das RISE-Programm (Rahmen für integrierte Stadtentwicklung). Dieses Programm läuft Ende 2013 aus.

Im Gremium gibt es 17 sogenannte Beiratsmitglieder mit Stimmrecht. Das sind Vertreter relevanter Gruppen im Stadtteil, wie unter anderem natürlich der Bürgerverein, der Einwohnerverein, soziale Einrichtungen, politische Parteien, Kirchen, Moschen, Mieterverein, Grundeigentümerverschein, Einwohnerinnen und Einwohner, Grundeigentümerinnen und Grundeigentümer, Gewerbetreibende.

Abgestimmt wird über Beschlussvorlagen von den Beiratsmitgliedern oder aus dem Gremium zu relevanten Themen und Ereignissen im Stadtteil und über die Anträge auf Zuwendungen aus dem Verfügungsfond.

Abgestimmt wird immer zweifach. Zuerst von allen Anwesenden und dann von den Beiratsmitgliedern. Es kann

also jede und jeder Anwesende mitbestimmen was der Stadtteilbeirat beschließt. Folgerichtig haben auch alle Frage- und Rederecht.

Die Beschlüsse haben allerdings gegenüber Verwaltung und Politik nur empfehlenden Charakter. Sie werden an den politischen WS-Ausschuss des Bezirkes (= Wohnen und Stadtentwicklung) weitergeleitet und von diesem behandelt. Jede derartige Empfehlung wird vom WS-Ausschuss mit der Aussage, was daraus geworden ist, beantwortet. Nur über den Verfügungsfond bestimmt der Stadtteilbeirat nach strengen Regeln allein.

Vorbereitet, ausführlich protokolliert und nachbearbeitet werden die Sitzungen im Auftrag des Bezirkes von der ASK, von denen immer Frau Dr. Kretzer (Moderation) und Herr Dr. Pfadt anwesend sind. Die Protokolle werden an die Mitglieder und die anderen Teilnehmer der Sitzungen verschickt und außerdem können sie im Vor-Ort-Büro am Hansaplatz Ecke Zimmerpforte eingesehen werden.

Soweit die wichtigsten Informationen zur Institution Stadtteilbeirat St. Georg-Mitte.

Kurzbericht über die 24. Sitzung des Stadtteilbeirates am 24. April 2012

Breiten Raum nahm die Diskussion ein über den Entwurf zum vorhabenbezogenen B-Plan St. Georg 45, der für das Neubauprojekt der Allianz Real Estate GmbH+Co KG aufgestellt wurde. Er wurde bereits in öffentlicher Plandiskussion vorgestellt und kontrovers diskutiert. Die wesentlichen Kritikpunkte auch des Beirates waren, dass im Gebäude An der Alster 42 -wie bisher - ein

Fortsetzung auf Seite 6



NIEMERSZEIN



NIEMERSZEIN freut sich aufs Richtfest!

Richtfest auf der Baustelle an der „1000 Töpfe-Ecke“ am 24. Mai, aber vom Rohbau bis zur Eröffnung unseres neuen NIEMERSZEIN-Supermarktes ist es noch ein langer Weg. Alles soll perfekt werden, damit wir Ihnen als Kunden auf über 2.000m² Verkaufsfläche ein riesiges Angebot präsentieren können – unschlagbar in Qualität, Frische und Vielfalt. Schon heute können Sie das bei NIEMERSZEIN an sieben Standorten in Hamburg erleben: z. B. fast um die Ecke am Hofweg, am Mühlenkamp, am Rothenbaum oder in Pöseldorf. Alles Gute für Sie und auf gute Nachbarschaft!

Hier erfahren Sie mehr über die NIEMERSZEIN-Supermärkte:

www.niemerszein.de

Und hier geht's zur Baustelle:

www.niemerszein.de/blog

NIEMERSZEIN jetzt auch bei facebook  
www.facebook.com/EDEKA.NIEMERSZEIN

Mai 2012



Reparatur-
Dienst



Glaserei in St. Georg

Verglasungen seit 1897

Glashandel · Bildereinrahmungen
Spezial-Gläser gegen Einbruch,
Sonneneinstrahlung und Wärmeverlust
Bleiverglasungen · Spiegel

Theodor Köhler & Sohn
Zweigniederlassung der Glaserei in
Horn
Herbert W. Möller GmbH
Am Schiffbeker Berg 10 · 22111 Hamburg
Telefon 0 40 / 24 50 97 · Fax 7 33 00 72

CAFE
Gnosa

So-Do: 10:00 - 24:00
FR-SA: 10:00 - 1:00

LANGE REIHE 93 | TEL.: 040 - 24 30 34
20099 HAMBURG | WWW.GNOSA.DE

Fortsetzung von Seite 4

Bürogebäude entstehen soll, obwohl das noch geltende Planrecht dort Wohnungen vorschreibt. Auf dem rückwärtigen Grundstücksteil an der Koppel sollen Eigentumswohnungen entstehen. Der Parkplatz im jetzigen Hof soll durch zwei Tiefgaragen ersetzt werden. Dafür müssen viele große Bäume gerodet werden. Auch die Überschreitung der Höhe des Nachbargebäudes Nr. 45 durch den Baukörper An der Alster mit dem zurückgesetzten Technikgeschoss wurde negativ beurteilt. Befürchtungen wegen der Verschattung durch das Wohngebäude an der Koppel und die zusätzliche Belastung durch die Zu- und Abfahrt der Tiefgarage für die Wohnungen wurden angesprochen. Mit überwältigender Mehrheit der Anwesenden und der Beiratsmitglieder wurde die Empfehlung verabschiedet, den B-Planentwurf abzulehnen und danach so zu ändern, dass An der Alster Eigentumswohnungen und an der Koppel Sozialwohnungen gebaut werden, sowie die Tiefgaragen so zu verkleinern, dass mehr Bäume erhalten bleiben können. Diesen Vorstellungen hat auch der Bürgerverein zugestimmt. Er war jedoch gegen eine Totalablehnung und schlägt stattdessen eine Modifikation vor. Von der großen Mehrheit der Anwesenden und der Beiratsmitglieder wurde jedoch auch verlangt, die Höhe beider Baukörper zu reduzieren und die architektonische Gestaltung zu überarbeiten.

Zusätzlich zu den Sitzungen des Stadtteilbeirates gibt es noch Arbeitstreffen verschiedener Arbeitskreise. Einer davon hat das Thema Wohnen. Seine Ergebnisse wurden von Dr. Pfadt referiert. Wichtig war dabei unter anderem

die Befassung mit der Zweckentfremdung von Wohnungen für die kommerzielle Vermietung an Touristen für jeweils nur eine begrenzte Zeit. Hierzu soll die Behörde eine Statistik vorlegen und zur Untersagung aktiv werden. Es wurde empfohlen das Wohnlagenverzeichnis in Bezug auf die Koppel zu revidieren. Es gäbe entsprechende Gerichtsurteile. Aufgefordert wurden Politik und Verwaltung, dafür zu sorgen, dass bei Wohnungsneubauprojekten jeweils 1/3 der Wohnungen öffentlich gefördert, also als Sozialwohnungen, gebaut werden.

Ein wesentlicher Bestandteil einer jeden Sitzung ist die aktuelle halbe Stunde, die in der Regel zu einer ganzen Stunde wird und deswegen nicht unumstritten ist. Sie gibt aber den Bürgerinnen und Bürgern die Möglichkeit neue Entwicklungen kritisch zu hinterfragen und Beschwerden vorzubringen. Themen für die Forderung nach Einschreiten der Behörde war z.B. das 7-jährige Baugerüst in der Gurlittstraße. Angekündigt wurden sogenannte „Sonntagspolitesen“ für den 17.06.12. Schauspieler wollen an verschiedenen Orten, so z. B. in der Langen Reihe, durch verblüffende Aktionen die Wahrnehmung von Verkehrsräumen verändern. Am 26.04.12 hat der Einwohnerverein sein 25-jähriges Bestehen unter anderem mit einem „flashmob“ gegen die Kontaktverbotsverordnung (KVV) gefeiert. Das Projekt der Aufmalung von Schattenbänken auf das neue Pflaster des Hansaplatzes wurde nach Ablehnung nun doch vom Bezirksamt für ein Jahr genehmigt. Der Künstler Boran Burchard, er hat auch das Minarett der Zentrumsmoschee gestaltet, wird die Ausführung übernehmen. Der Bürgerverein hat zu seinem neuen Projekt eine eher

ablehnende Haltung eingenommen. Es soll eine Begehung von Mitgliedern des Stadtteilbeirates mit verantwortlichen Behördenvertretern in der Langen Reihe zur Überprüfung einiger der blauen Linien und zur Beurteilung des eventuell neuen Aufstellungsortes für die Litfasssäule vom Hansaplatz Ecke Barccastraße/Lohmühlenstraße geben. Der Beirat hat in beiden Abstimmungsgängen einstimmig die Empfehlung verabschiedet, dass umgehend eine Machbarkeitsstudie für das IBZ (Communitycenter = Schorsch) in der Rostocker Str. beauftragt werden soll.

Der Bericht ließe sich hier weiter ausweiten. Es soll aber für alle Interessierten auf das oben erwähnte offizielle Protokoll im Vor-Ort-Büro verwiesen werden.

Traditionell zum Schluss aller Sitzungen werden die Anträge auf Zuwendungen aus dem Verfügungsfond des Stadtteilbeirates diskutiert. Zwei wurden bewilligt und einer zu erneuter Vorlage zurückgestellt. Unterstützt wird

eine Veranstaltung von „Landaktiv“ am 17.08.12 auf dem Hansaplatz. Es geht zum Einen um Kunst und Konsum von Bioprodukten aus unserer norddeutschen Region; und zum Anderen um Hilfe bei der Werbung für eine stadtteilbezogene Feier zum Anlass von 25 Jahren Einwohnerverein, Drachenbau, SOPI und Aktivität der Pastoren Kraack und Marwege.

Soweit mein kurzer und nicht ganz vollständiger Bericht über die letzte Sitzung. Es sollen Berichte über die noch kommenden Sitzungen des Stadtteilbeirates folgen.

Wichtig war mir die Vielseitigkeit und die Vielschichtigkeit der Arbeit des Stadtteilbeirates anzudeuten und zu zeigen, wie wichtig er ist für die Bürgerinnen und Bürger, die Gewerbebetriebe, die Mieterinnen und Mieter, die Eigentümerinnen und Eigentümer, die Schulen und Kitas, die Projektentwickler und „last but not least“ für Verwaltung und Politik. Sie alle können dort ihre Ortskenntnis, ihr Fachwissen

und ihre Kümernisse einbringen und über den Stadtteilbeirat Einfluss nehmen.

Martin Streb



**Autohaus
Kuhfuß**

**50 Jahre
Meisterwerkstatt
in St. Georg**

Altes Flair mit neuem Stil

- ⇒ Inspektion nach Herstellervorgaben
- ⇒ Hol- und Bringdienst
- ⇒ Markenoffen
- ⇒ Offene und faire Preise

Koppel 74
20099 Hamburg
Tel.: 040/243717
Fax: 040/2802989
kfz@alice.de

Die  Apotheke in Ihrer Nähe

Nachtdienst:
Beginn 08:30 Uhr,
Ende 08:30 Uhr des Folgetages

Spätdienst:
Beginn 08:30 Uhr,
Ende 22:00 Uhr

Engel-Apotheke
Sven Villnow
Steindamm 32 • 20099 Hamburg
Telefon 24 53 50
Nachtd.: 09.06.2012, Spätd.: 03.07.2012

Apotheke zum Ritter St. Georg
Hiltrud Lünsmann
Lange Reihe 39 • 20099 Hamburg
Telefon 24 50 44
Nachtd.: 07.07.2012, Spätd.: 13.06.2012

Apotheke am Hauptbahnhof
Dr. Frank Stepke
Steindamm / Ecke Adenauerallee
20099 Hamburg,
Telefon 24 12 41 - 43
Nachtd.: 06.07.2012, Spätd.: 12.06.2012

Apotheke Lange Reihe
Abdelghani Ouedd Aadou
Lange Reihe 24 • 20099 Hamburg
Telefon 28 80 47 48
www.Apotheke-Langereihe.de
Nachtd.: 15.07.2012, Spätd.: 21.06.2012

Epes-Apotheke
Erika Kölln
Lange Reihe 58 • 20099 Hamburg
Telefon 24 56 64
Nachtd.: 23.06.2012, Spätd.: 17.07.2012

**Hauptbahnhof Apotheke
Wandelhalle**
Hoda Kadora
Glockengießerwall 8-10 • 22095 Hamburg
Telefon 32 52 73 83 • 365 Tage im Jahr geöffnet
Nachtd.: 14.06.2012, Spätd.: 08.07.2012



Unser Angebot für alle, die gern im Lebensmittel-Einzelhandel arbeiten:

NIEMERSZEIN sucht Mitarbeiter(innen) für den neuen Supermarkt in St. Georg/Lange Reihe 110!

Wenn Sie durch unsere Regale gehen, werden Sie feststellen, dass wir allergrößten Wert auf Sorgfalt und Qualität legen. Und im Kontakt mit unseren Mitarbeitern erleben Sie Kompetenz, Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft.

All das würden wir natürlich auch von Ihnen erwarten – Ihnen aber auch in gleicher Weise bieten!

Tariflöhne, Weihnachtsgeld, Urlaubsgeld, feste Arbeitszeiten sind bei uns eine Selbstverständlichkeit.

Interessiert?

Dann melden Sie sich bitte einfach unter der **Telefonnummer 85 32 17 14** oder Sie schicken eine E-Mail an: **enge@glani.de** – wir lieben es unkompliziert!



Seniorentreffen im Vor-Ort-Büro- Hansaplatz

Am 23. Mai 2012 waren auf Einladung Rentner in großer Zahl in das kleine Büro gekommen, um dort über die weiteren Entwicklungen in Sankt Georg informiert zu werden. Kuchen war von der FREIWILLIGENBÖRSE gespendet, Kaffee und weitere Getränke wurden von Michael Schulz, dem „Hausherrn“ dieser Institution, gereicht.

Den Auftakt an diesem sehr warmen Nachmittag gaben die Sängerinnen der Kulturgruppe Harmonie e. V. mit einer Kostprobe ihres Könnens, folkloristische Lieder aus Kasachstan erklangen und zwei junge Mädchen zeigten mit gekonntem Bauchtanz, wie in ihrer fernen Heimat die Männer jeden Alters erfreut werden. Nach einer kurzen Pause erklärte Herr Jochem anhand eines großen Plakates, wie die Um- und Neugestaltung des Lohmühlenparks zwischen U-Bahnhof Lohmühlenstraße und Berliner Tor geplant ist. Wenn diese Gestaltung umgesetzt wird, zieht sich von der Sechslingspforte bis zur Feuerwache am Westphalenweg ein autofreier Streifen, umsäumt von Rasen- und Sandstreifen, Sportplatz, Kinderspielfeld und Spazierwegen. Von den Bewohnern des Amalie-Sieveking-Stifts, vom Hartwig-Hesse-Stift und vom Blindenheim wurde die Frage der sicheren Wege angesprochen, da für Autos ein Fahrweg über Alexanderstraße, Wismarerstraße und Minenstraße zur Stiftstraße geplant ist. Die Vertreterin des Hartwig-Hesse-Stifts erläuterte

die Maßnahmen zur notwendigen Sanierung der Häuser, die geplante Bau-Neugestaltung des Komplexes und den Zugang zum Park, eventuell auch die Einrichtung einer Cafeteria. Das Amalie-Sieveking-Stift plant neben dem Einbau eines Fahrstuhls die Einrichtung einer betreuten Tagesstätte für ältere Menschen. Viele Fragen wurden gestellt und der amtierende Geschäftsführer Jörn informierte anhand von Plänen sehr ausführlich.

Nach zwei sehr interessanten und informativen Stunden gingen die Besucher etwas klüger nach Hause und jetzt bleibt abzuwarten, was aus den Plänen wird, was umgesetzt werden kann, welche politischen, administrativen und Finanzierungshürden noch zu überwinden sein werden. Für die HAW wird hier ein Campus gestaltet und die verkehrstechnische Anbindung an U- und S-Bahnlinien wird diesen Komplex noch attraktiver und ansprechender machen. Vielleicht kann beim nächsten Seniorentreffen in diesen Räumen schon über die erfolgte Durchsetzung der Pläne, zumindest teilweise, berichtet werden.

H. Johanna Schirmer

Dr. Robert Wohlers & Co

Buchhandlung und Antiquariat

Lange Reihe 68/70
20099 Hamburg (St. Georg)
Telephon 040/24 77 15
www.dr-wohlers.de



Hallo Schulabgänger!

**Ihr sucht einen sicheren und interessanten Arbeitsplatz?
Ihr habt gern Kontakt mit Kunden und netten Kollegen?
Wir haben das Richtige für euch!**

Die NIEMERSZEIN-Supermärkte in Hamburg bieten Ausbildungsplätze: Mit zwei Jahren Lehrzeit zur **Verkäuferin** oder zum **Verkäufer**, mit einem weiteren Lehrjahr dann sogar die **Anschlussausbildung** zur **Einzelhandelskauffrau** bzw. zum **Einzelhandelskaufmann**.

Wir freuen uns auf eure Bewerbungen für die am 1. August 2012 – am besten gleich am Telefon: 040 / 85 32 17 14 oder per E-Mail an enge@glani.de



NIEMERSZEIN jetzt auch bei facebook
www.facebook.com/EDEKA.NIEMERSZEIN



Hier erfahrt ihr mehr über unsere NIEMERSZEIN-Supermärkte:
www.niemerszeine.de



NIEMERSZEIN AM HOFWEG
Hofweg 81



NIEMERSZEIN AM SAND
Sand 31



NIEMERSZEIN AM MÜHLENKAMP
Mühlenkamp 45



NIEMERSZEIN IN EIMSBÜTTEL
Osterstraße 120



NIEMERSZEIN IN DER OSTERSTRASSE
Osterstraße 86-90



NIEMERSZEIN AM ROTHENBAUM
Hallerstraße 78



NIEMERSZEIN IN PÖSELDORF
Milchstraße 1



Lange Reihe

7 x in Hamburg (demnächst auch in St. Georg/Lange Reihe 110)



Offener Brief

Lieber Frank Jendrusch,

Sie bewegen Immobilien, schreiben Sie auf Ihrer Internetseite. Sie sind erfolgreicher Makler und seit einigen Monaten direkt im Herzen unseres Viertels, am Hansaplatz, ansässig. Sie sind auch Immobilieneigentümer auf St. Georg.

Unser Stadtteil ist derzeit Boom-Town. Hier wird Beton-Geld verdient. Ich neide Ihnen Ihren Erfolg nicht, gehöre nicht zu denen, die Maklertätigkeit verdammen und beglückwünsche Sie zu Ihrer Entscheidung, in St. Georg zu investieren. Es waren nicht allzu viele, die dies gewagt haben.

Sie haben vor vielen Jahren zusammen mit anderen Investoren den Mut gehabt, das Haus Lange Reihe 68 - 70 zu kaufen. Sie mussten sanieren und sich auf eine Preisbindung, die abgelaufen ist, einlassen. Nun sind Sie frei in Ihren Entscheidungen. Zumindest bei Neuvermietungen gilt keine gesetzliche Preisbremse. Bei Wohnraum lässt der Mietenspiegel erhebliche Steigerungen zu. Gewerbliche Mieter haben zudem keinen Kündigungsschutz. Sie können sich nur durch die lange Laufzeit eines Vertrages absichern.

In Ihrem Hause haben zwei Mieter ihre Rechte aus dem Mietvertrag, der ihnen die Möglichkeit gab, den Vertrag durch einseitige Erklärung zu verlängern, verschlafen. Als cleverer Immobilienwirt haben Sie dies natürlich sofort erkannt.

Das **Kräuterhaus** und die **Buchhandlung Dr. Wohlers** sind viele Jahre in der Langen Reihe. Dr. Wohl-

ers über 50 Jahre. Die Mieter sind Ankermieter der Straße. Sie haben das Bild dieser bunten Meile geprägt.

Sie sind Immobilienexperte. Sie wissen wie kaum ein Anderer, wie wichtig die Mischung des Gewerbes für den Erfolg einer Straße ist. Die Lange Reihe ist nicht die Mö. Sie war eine liebenswerte Einkaufsstraße mit vielen originellen Läden. Jetzt droht sie, verwechselbar zu werden.

Wir brauchen hier keine weiteren Restaurants oder Gaststätten, keine neuen Friseurläden und auch keine Filialisten. Aber ich weiß, diese Mietinteressenten wären bereit, wesentlich mehr Miete zu zahlen, als dies ein Kräuter- oder Buchverkäufer könnte.

Es stimmt, Sie haben beiden Mietern neue Verträge angeboten. Es stimmt aber auch, dass die Mieten, die Sie nun verlangen, von beiden Mietern nicht zu bezahlen sind. 30 Euro pro qm mag ein Gastwirt vielleicht realisieren, sicherlich ein Filialist, fraglos aber kein kleiner Gewerbetreibender.

Natürlich geht es um Geld, viel Geld. Und es macht natürlich den Unterschied, ob ich von einem Mieter nun statt 1.400 stolze 4.100

Euro bekommen kann. Für 32.000 Euro mehr im Jahr sind schon viele schwach geworden.

Geld regiert die Welt, so heißt es. Es gilt aber auch: Geld ist nicht Alles.

Ich appelliere an Sie: Stellen Sie sich Ihrer sozialen Verantwortung gegenüber Ihren Mietern, der sozialen Verantwortung gegenüber der Langen Reihe und Ihrem Stadtteil St. Georg. Geben Sie Ihren Mietern eine faire Chance, hier zu bleiben. Als Makler und Grundeigentümer wissen Sie genau, dass nachhaltige Wertschöpfung sinnvoller ist als das schnelle Geld.

Lieber Herr Jendrusch, sie bewegen Immobilien. Das Tradierte, in Jahrzehnten Gewachsene, sollte aber geschützt werden.

Ich hoffe, Sie nachdenklich gemacht zu haben.

*Mit freundlichem Gruß
Ihr Helmut Voigtland
1. Vorsitzender*



Zwanzig Jahre *Casa di Roma*

Seit zwanzig Jahren führt der aus Nordindien stammende *Suman Kumar* zusammen mit seiner Frau, seinem Sohn *Ricky* und seinem Team das beliebte Lokal *Casa di Roma Ristorante Italiano* auf der Langen Reihe 76 in Sankt Georg. Die mediterrane Küche, die guten Weine und die aufmerksame Bedienung haben diesem Lokal in den zwanzig Jahren seines Bestehens einen festen Platz in der Hamburger Gastronomie-Szene gesichert.

Der Besitzer *Suman Kumar* ist gelernter Koch und hat das Restaurant nach dem Ausscheiden des Vorbesitzers übernommen. Nach umfangreichem Umbau und Renovierung hat das Lokal jetzt ein Ambiente, das dem Gast das Gefühl gibt, sich in einer gepflegten Umgebung zu befinden. Die großen Bilder, an Afrika erinnernd, schmücken die Wände, die Lämpchen an den Seiten und die sehr dekorativen Deckenleuchten tauchen den Raum in ein warmes Licht und das Mobiliar fügt sich in diese gemütliche und ansprechende Atmosphäre ein. Durch Um- und Ausbau verfügt das Lokal jetzt über 200 Sitzplätze und ein Clubraum steht für Feiern und Ähnliches für 70 Personen zur Verfügung.

So hat der Besitzer zusammen mit seiner auch aus Indien stammenden, aber in England aufgewachsenen Frau in den zwanzig Jahren des Bestehens eine Restauration geschaffen, die von den Gästen gern aufgesucht wird, und zwar immer wieder Die vielen Stammgäste, Schauspieler von Bühne und Fernsehen, Sportler, Theatermacher, international bekannte Sänger und Stars bestätigen dies und kommen, wenn sie in Hamburg sind, wieder hierher.

Zur Anziehungskraft dieses Restaurants gehört nicht nur die exquisite Küche italienischer Provenienz, sondern es sind die hervorragenden Weine, die auch in der Weinbar zu probieren, zu genießen und zu erwerben sind. Dreimal im Jahr fährt *Suman Kumar* selbst nach Italien, vorzugsweise in die Toscana, sucht, probiert und importiert die Weine, die zu den Speisen in seinem Restaurant und in die Weinbar passen und den Gästen gut munden. Seit einiger Zeit wird hier auch deutscher Wein, vorwiegend Weißwein, ausgeschenkt. In der Küche arbei-

ten ca. 13 Mitarbeiter. Hier wird vom Brot über Pasta, Eisspezialitäten und alles, was möglich ist, aus guten Zutaten und mit viel Können selbst hergestellt. Dies schmeckt der Gast sofort und genießt die delikateten Gerichte.

Sein Sohn *Ricky* vertritt zusammen mit dem Team seinen Vater, damit dieser mit seiner Frau und seiner 17-jährigen Tochter, die demnächst das Abitur machen wird, in die Ferien fahren kann. Seine Mitarbeiter sind zum Teil schon sehr lange bei ihm, das gute Betriebsklima und der freundliche Umgangston tragen dazu bei, dass der Gast sich wohl fühlt. Die Feier zum zwanzigjährigen Bestehen ist ein hervorragender Anlass, alle Qualitäten dieses Hauses zu zeigen. Es bleibt zu hoffen, dass es Herrn Kumar und seinen Mitarbeitern gelingt, diese gehobene Restauration noch lange in dieser Art weiterzuführen und die Gäste auch in Zukunft gerne und immer wieder zu ihm kommen.

H. Johanna Schirmer

Schulz - Objekt - Service

Haushaltsauflösungen
Räumungen aller Art
Seniorenzüge
Kleintransporte
u. v. m. ...



www.sos-schulz.de

Telefon: 040 - 527 08 99 Mobil: 0170 54 74 901

Hamburg Häuser Haueisen

Immobilien seit 1914

Adolph Haueisen GmbH Bergstraße 14 20095 Hamburg T 040-32 91 91 F 040-33 61 05 mail@haueisen.de www.haueisen.de



Kulturstiftung fördert St. Georger Mandolinenorchester

Die Initiative „Kultur bewegt“, ein Projekt der Stiftung Maritim Hermann und Milena Ebel, fördert seit 2007 kulturelle Projektarbeit mit Kindern und Jugendlichen. Dafür werden in diesem Jahr 80.000 Euro zur Verfügung gestellt. Von 50 eingegangenen Anträgen wurden 24 gefördert – und das Mandolinenorchester „Sol“, angesiedelt im St. Georger Kulturladen, ist dabei!

Was vor fünf Jahren als kleine Gruppe mit sechs Kindern begann ist mittlerweile zu einem Orchester mit gut dreißig Kindern gewachsen, die ihre Wurzeln in aller Herren Länder haben. Unter der Leitung des irakischen Musikers Ali Shibly können die Kinder des Orchesters Musikalität und

Rhythmusgefühl entwickeln. Auch die Klangvielfalt hat Dank diverser Instrumentenspenden zugenommen. So ergänzen Saxophon, Klavier, Gitarre, Percussion und Cello nun die Mandorlas. Die Förderung von „Kultur bewegt“ kommt Ali Shibly zu Gute, der bisher einen großen Teil des heute auf drei Gruppen angewachsenen Orchesters ehrenamtlich unterrichtet hat.

Wer diese ungewöhnliche Gruppe in Ak-

tion sehen wollte, konnte dies am 27. Mai auf dem Stadtteilstfest St. Georg tun.



Unsere **SERVICEDIENSTLEISTUNGEN:**

- professionelles Ausmessen von **Kompressionsstrümpfen**
- **Blutzucker-, Cholesterin- und Blutdruckmessungen** (für eine geringe Schutzgebühr)
- **Kosmetikbehandlungen/Fußpflege**
- **kostenfreier Botendienst** innerhalb St. Georgs

 **Apotheke
zum Ritter St. Georg**
Inh. Hiltrud Lünsmann

Lange Reihe 39 · 20099 Hamburg
Tel. 040 - 24 50 44 · Fax 28 00 120
www.apotheke-zum-ritter-st-georg.de

In Memoriam Carl-Ullrich Läufer



Am 24.04.2012 verstarb Ulli Läufer im Alter von 78 Jahren – und mit ihm einer der Pioniere

der „Guten alten Langen Reihe“. Fast 50 Jahre führte er sein Geschäft „Feinkost Läufer“ gegenüber der Bushaltestelle am Krankenhaus. In diesem Herbst hätte er das goldene Firmenjubiläum gefeiert. Der Laden bleibt, denn schon lange wurde der Staffelstab an den Sohn weitergereicht. Trotzdem stand Ulli Läufer jeden Tag im Laden, kannte alle Kunden und wechselte immer ein paar freundliche Worte. Wir werden ihn so in Erinnerung behalten!

Der Choral von Leuthen

Die legendäre Schlacht von 1757

Preußen im Krieg gegen Österreich. Dieser Film zeigt wie Friedrich der Zweite sich in der Schlacht gegen Österreich zurückzog, dann aber nochmal auf den Feind traf. In Leuthen griff der „Alte Fritz“ die Österreicher unter Prinz Karl Alexander von Lothringen erneut an. Preußen kämpfte mit seinen 30.000 Mann klar in der Unterzahl gegen 90.000 Österreicher. Durch eine List erreichte Friedrich der Große die Auflösung der österreichischen Schlachtordnung und konnte seinen Gegner so doch noch in die Knie zwingen.

Da aber auch die Liebe nicht vernachlässigt werden darf, wird vor dem Hin-

tergrund der realen Ereignissen vom 5. Dezember 1757 die Geschichte der Österreicherin Charlotte Gräfin von Mudrach und dem Preußen Rittmeister Hans von Wustrow in den Film mit eingewebt. Die beiden heiraten, müssen sich jedoch schnell wieder von einander trennen, als Wustrow mit dem Preußenheer abrückt. Unterdessen wird Carlotte wegen Hochverrat angeklagt. Kann ihr Leben noch gerettet werden ... ?

Unter der Regie von Carl Fröhlich spielt Otto Gebühr Friedrich den Zweiten, in dessen Rolle er sich ja schon oft bewiesen hat. Auch hier spielt er ihn mit dem richtigen Charme, ich finde die Rolle passt zu ihm wie Sand an den Strand gehört. Ein sehr gut gemachter Film, das Team hat die damalige Zeit gut widerspiegelt. Situationskomik

und Witz lockern das Geschehen auf, der Film wird gut verständlich erzählt. Bild und Ton sind aus dem Jahre 1933, dementsprechend ist die Qualität, doch für damalige Verhältnisse schon sehr gut gemacht. Besonders schön fand ich das in der DVD enthaltene Infoheft mit alten Filmbildern, Zeitungsberichten usw. Mein Fazit: ein Film für Liebhaber, aber auch für Interessierte, und zum immer wieder Ansehen.

Titel: Der Choral von Leuthen
Sprache: Deutsch (Dolbi Digital 2.0)
Spieldauer: 82 Minuten
(schwarz weiß Film)
Verlag: Morisel Verlag GmbH
Genre: Geschichte, Kriegsfilm
Preis: 18,99 €
Studio: Morisel

Alexandra Naujoks
- Anzeige/PR -

Richtfest des max-living am 24. Mai 2012 um 10:00 Uhr auf dem ehemaligen 1000-Töpfe Grundstück

Die GS-Bau GmbH, ein Unternehmen der GESA-Bau-Gruppe, errichtet auf dem ehemaligen Grundstück von 1000-Töpfe in Hamburg-St. Georg insgesamt 83 Neubauwohnungen.

Das Ensemble erstreckt sich entlang der Straßenzüge Lange Reihe, Bülaustraße und Knorrestraße. Das neoklassizistische Wohngebäude in der Bülaustraße 8 mit 12 Wohnungen – jahrelang bekannt durch das Bild zweier Fußballspieler an der Giebelfront – wird erhalten und umfassend renoviert.

Von insgesamt 95 Wohnungen werden ca. 40% vermietet. Im Erdgeschoss eröffnet die Firma Niemerszeim einen Lebensmittelladen mit ca. 2000 m².

Der Geschäftsführer Kai-Michael Dudda (52): „Mit Fertigstellung unseres Vorhabens erhält die jahrzehntelange städtebauliche Entwicklung von St. Georg einen vorläufigen Abschluss.“



Die Nahversorgung wird deutlich verbessert.“

Den Architekturentwurf verantwortet das Hamburger Büro nps tchoban voss.

Aufgrund des späten Winters in diesem Frühjahr wird die Fertigstellung im Februar 2013 erfolgen.

Die Unternehmensgruppe GESA-Bau wurde vor über 30 Jahren gegründet. Seitdem entstanden in der Metropolregion Hamburg ca. 3500 Reihenhäuser und Eigentumswohnungen.

Neu Wulmstorf, Mai 2012

Ansprechpartner:
Kai-Michael Dudda, GS-Bau GmbH

- Anzeige/PR -

„Narzissmus – Dem inneren Gefängnis entfliehen“

Anhand des Märchens vom „Prinzen im Eisenofen“ entsteht ein plastisches Bild dieser Persönlichkeitsstörung.

Märchen als Grundlage psychologischer Deutungen ist nicht neu, Herr Röhr setzt dieses aber sehr alltagsnah und anschaulich um.

Narzissten begegnen uns in vielen Facetten, in extremer Ausprägung meist über kurz oder lang zum Leidwesen ihrer Umwelt. Wie sehr sie selber, häufig unbewusst, unter der Erkrankung leiden und was sie dage-

gen tun können, wird in diesem Buch beschrieben.

Gibt es doch bereits unzählige Bücher über die Folgen von Narzissmus in Arbeitswelt- und Privatleben. Zu Recht, denn übertriebene Selbstbezogenheit, ein unersättliches Bedürfnis nach Anerkennung sowie die Übersteigerung des eigenen Selbst ins Grandiose – das sind die Kennzeichen der heute weit verbreiteten narzisstischen Persönlichkeitsstörung. Und das endet häufig zu Lasten der Menschen, die zu nah in das Umfeld des Narzissten geraten.

Anschaulich und prägnant erläutert der Psychotherapeut Heinz-Peter Röhr, unter welchen Bedingungen Narzissmus entsteht, welches seine Symptome sind und wie er therapeutisch behandelt werden kann.

Verlag: Walter/Patmos Verlag
Titel: Narzissmus – Dem inneren Gefängnis entfliehen
Autor: Heinz-Peter Röhr
Preis: 14,90 €
ISBN: 978-3-8436-0047-7

Gesa Dilling
– Anzeige/PR –

Castle – Die komplette dritte Staffel „Charmanter Schlagabtausch in Serie“

Es geht wieder los, die nach der Hauptfigur benannte Serie um den erfolgreichen Krimiautor Richard genannt Rick Castle (Nathan Fillion) geht in die dritte Runde. Doch bevor ich von der dritten Staffel anfangen, erstmal ein kleiner Rückblick wie alles begann: Die Serie spielt in New York, es wird in zwei Mordfällen ermittelt, die genau so ablaufen wie in den Romanen des Autors Richard Castle. Die Polizei bittet Rick um seine Mithilfe bei der Aufklärung der Morde, hierbei begleitet er die ermittelnde Beamte Kate Beckett (Stana Katic), gemeinsam lösen die Beiden den ersten Fall erfolgreich. Castle nutzt sein Vitamin B zum Bürgermeister, um weiterhin mit Beckett arbeiten zu können, denn die ist (unfreiwillig) die neue Heldin „Nikki Heat“ in Castles Romanen geworden.

In Staffel drei warten neue aufregende Fälle auf Kate und Richard bei denen sich der charmante Autor und seine spitzfindige Partnerin einen Schlagabtausch nach dem anderen liefern. Für die Polizei ist Castles Instinkt mittlerweile unentbehrlich geworden. Zu Beginn der Staffel gerät Castle kurze Zeit sogar in Tatverdacht, doch der erfolgreiche Krimiautor verliert niemals seinen Humor. Ricks Buch „Heat Wave“ soll verfilmt werden, wobei Kate sich noch immer nicht mit der Hauptfigur anfreunden kann. Ich finde, Staffel drei ist unbedingt anschauenwert und steht Staffel eins und zwei in nichts nach. Die beiden Hauptdarsteller schlagen sich mit noch übleren Gegnern rum, wobei nie Charme, Spannung, Romantik und Witz verloren gehen. Und über allem schwebt die Frage, wird aus Rick und Kate endlich ein Paar?

Auch für diejenigen, die die Folgen schon im Fernsehen verfolgt haben, ist die DVD durch das viele Bonusmaterial, wie zum Beispiel Autoren über Autoren, Pannen vom Dreh und zusätzliche Szenen interessant. Also liebe Krimifans, auf in den Fachhandel!

Titel: Castle – Die komplette dritte Staffel
Sprache: Deutsch
(Dolbi Digital 2.0)
Spieldauer: 1025 Minuten
Anzahl Discs: 6
Produktion: Andrew W. Marlowe,
Rob Bowman,
Rene Echevarria,
Armyan Bernstein,
Barry Schindel
FSK: Freigegeben
ab 16 Jahren
Preis: 24,99 €
Studio: abc Studios

Alexandra Naujoks
– Anzeige/PR –



Die EDEKA Frischemärkte in der Hamburg Airport Plaza und Wandelhalle: 7 Tage geöffnet von Montag bis Sonntag zu alltäglichen Preisen!

XXL Obst- und Gemüse-Abteilung: frisches Gemüse, Südfrüchte, Trockenfrüchte, Nüsse, Exoten, **Vitamin-Salat-bar** und frisch gepresste Säfte...



Top-Auswahl an Wein, Sekt, Champagner und Spirituosen aus aller Welt: Deutschland, Frankreich, Italien, Spanien, Portugal, Übersee...



Erleben Sie sieben Tage in der Woche frische Vielfalt zu alltäglichen Preisen...
Susanne und Lars Tamme, Inhaber der EDEKA Frischemärkte in der Hamburg Airport Plaza und Wandelhalle



Große Auswahl an Top-Convenience-Produkten: Feinkost-Suppen, Salate, Gourmet-Pizza, Pesto, Pasta und mehr...
Dazu **gekühlte Getränke** zum gleich Erfrischen oder für unterwegs...



Was man immer braucht: Kosmetik-, Drogerieartikel, Reisebedarf und vieles für den Haushalt...



Der Frischemarkt in der Airport Plaza!

Lars Tamme

Der Frischemarkt in der Wandelhalle!

EDEKA Frischemarkt Hamburg Airport Plaza · **Öffnungszeiten:** Montag bis Sonntag von 6 bis 22 Uhr
EDEKA Frischemarkt Hamburg Wandelhalle · **Öffnungszeiten:** Montag bis Sonntag von 7 bis 23 Uhr

Das Stress-weg-Buch: Die 25 ultimativen Übungen. Simone Tatay (Autor)

Stress ist ein vielstrapaziertes Wort - für jeden Einzelnen bedeutet es etwas Anderes: Beruf, Familie, Freizeitplanung - aus jeder Spalte des prall gefüllten Terminplaners lugt die tägliche Herausforderung. Sie sollten also Ihre individuelle Form der Entspannung und Regeneration suchen und finden, hier haben Sie Gelegenheit dazu. Dieser Praxis Ratgeber ist ein umfangreiches Nachschlagewerk:

Er zeigt Entspannungsübungen, die Sie sofort umsetzen können. Neben Anti-Stress-Programmen erhalten Sie



Postvertriebsstück
Entgelt bezahlt
C 4571

fundierten Expertenrat, wie Sie gelassen bleiben, auch wenn's mal hoch hergeht. Simone Tatay ist lizenzierte Fitness-, Aerobic- und Entspannungstrainerin. Sie schreibt als Journalistin und Autorin für Zeitschriften wie Shape Up, Trainer Magazin und Active Woman. Außerdem hält sie Vorträge an Schulen und Gesundheitszentren

zu verschiedenen Fitness-Themen wie sensomotorischem Training oder funktionellem Workout.

Verlag: Blv Buchverlag
Auflage: 1., Auflage
(September 2010)
Sprache: Deutsch
ISBN-10: 3835406949
ISBN-13: 978-3835406940
Größe
und/oder
Gewicht: 23,8 × 16,6 × 0,6 cm

Gesa Dilling
- Anzeige/PR -

Anzeigenannahme

☎ 50 24 45

Fax 59 54 18



Folgen

Sie uns

im Internet!

ZU HAUSE

BESTENS BETREUT

Wir helfen Ihnen kompetent:

- Bei der häuslichen Pflege
- Bei der häuslichen Krankenpflege
- Bei der Hauswirtschaft
- Je nach Vereinbarung stundenweise zu Hause

**Wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen
Rufen Sie uns an und vereinbaren gern einen
kostenlosen Beratungstermin für Ihr Anliegen**

Tel. 253284 – 26 (24 Std.)
Bürozeiten Mo – Fr 9.00 Uhr - 16.00 Uhr

AMBULANTER PFLEGEDIENST

HARTWIG HESSE
STIFTUNG

Alexanderstr. 29 20099 Hamburg



Mieterverein zu Hamburg

im Deutschen Mieterbund **DMB**

Beratung und Hilfe

TÄGLICH

- SONNTAGS NIE -

☎ 879 79-0

Beim Strohhouse 20 · 20097 Hamburg
mieterverein-hamburg.de