



# BANGERANG

Stadtmagazin für Familien der Metropolregion Hamburg

## Im Heft:



Familienzuwachs S. 04



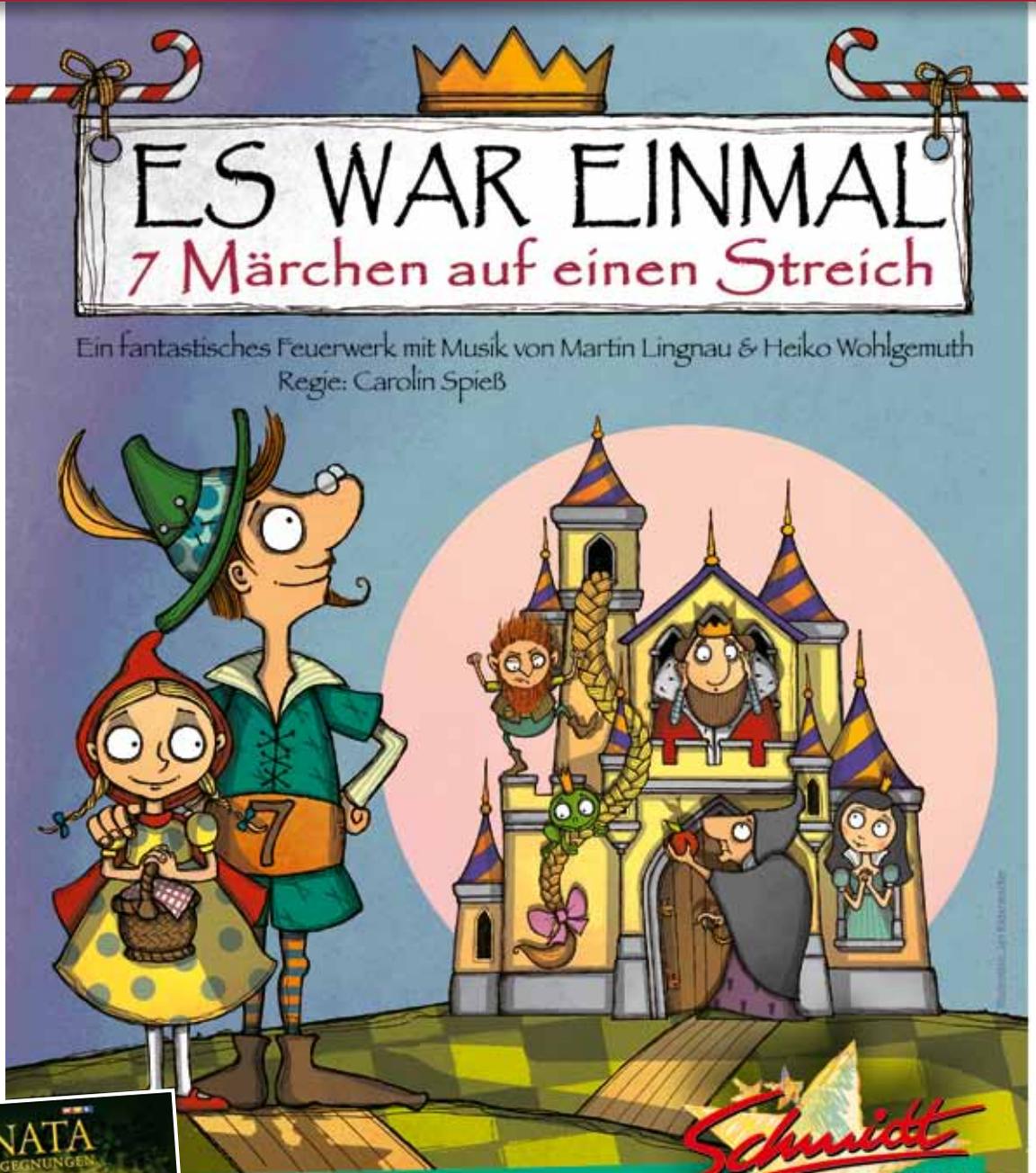
Erlebnis-Geburtstag S. 10



Halloween S. 18



Ausflugstipps S. 20



Ein fantastisches Feuerwerk mit Musik von Martin Lingnau & Heiko Wohlgemuth  
Regie: Carolin Spieß



**Schmidt**  
GanzjahresKINDER THEATER

10.11. bis 6.1.

www.tivoli.de | 040 31 77 88 99



Unendlicher Spielspaß

Im Alter von 0 bis 2 Jahren erkunden Kinder spielerisch ihre Welt. Durch das Kombinieren verschiedener Farben und Formen können sie mit LEGO® DUPLO® ganz nebenbei ihre Konzentration und ihre feinmotorischen Fähigkeiten entfalten.



ROLLENSPIEL

Bereits mit 2 bis 3 Jahren beginnen Kinder, Alltagssituationen nachzuspielen. Mit LEGO DUPLO haben sie die Möglichkeit, in die Rollen ihrer Figuren zu schlüpfen und durch das gemeinsame Spiel mit Freunden ihre sozialen Kompetenzen zu verbessern.



GEMEINSAM SPIELEN

spielerisch  
groß werden.



KREATIVITÄT ENTWICKELN

Im Alter von 4 bis 5 Jahren sind Kinder besonders neugierig und erforschen ihre Umwelt. Mit LEGO DUPLO können sie sich unendlich viele Abenteuer überlegen und so ihre Kreativität entwickeln.

LEGO® DUPLO® steht für höchste Qualität und vielseitigen Spielspaß. Für alle Kinder von 18 Monaten bis 5 Jahre.

Ein Spielzeug, das mitwächst. Stein für Stein – Jahr für Jahr.

LEGO DUPLO wächst mit:



18 Monate +



2-3 Jahre



3-5 Jahre



WWW.LEGO.COM/DUPLO



4



8



18



30

# MOiN

**Bangerang hat's:** Interessante Denkansätze und kernige Statements. Drei Interviews, drei Menschen und 1.000 Themen. Lesen Sie selbst: das Interview mit **Ildikó von Kürthy** zu ihrem neuen Buch „Unter dem Herzen“. Das Gespräch zum Tabu-Thema Postpartale Depression, die nach der Geburt eines Kindes auftreten kann. Und die Begegnung mit dem zurzeit wohl gefragtesten Familientherapeuten Europas – **Jesper Juul**. Verschiedene Themen, unterschiedliche Menschen – aber auf einen Nenner kann man die Essenz der Gespräche doch bringen: Mütter - Eltern entspannt Euch – befreit Euch von dem Druck, der auf Euch lastet. Ihr seid gut genug – niemand kann zu 100 % perfekt sein. Dieser „lebensgefährliche Perfektionismus“ (so Juul) strahlt irgendwann auf unsere Kinder aus, die daran zerbrechen können. Und eines ist gewiss – entspannte Eltern haben meist auch entspannte Kinder. Und entspannte Eltern interessieren sich dafür, wie ihr Kind ist – und nicht, was es leistet.

Und Fehler einfach als „nicht gelungene Versuche“ zu sehen – auch das ist entspannend! Lösen wir uns von Schuldgefühlen und schlechtem Gewissen - nobody is perfect!

Viel Spaß im Herbst wünscht Ihre Gaby Friebel

## IMPRESSUM

**Herausgeber**  
elbluft verlag e. Kfr., Inh. Yvonne Schüttke  
Postfach: 560 170, 22551 Hamburg  
Tel.: 040-70 38 47-0, Fax: 70 38 47-20  
www.bangerang.de, info@bangerang.de

**Redaktion- & DTP-Leitung**  
G. Friebel Tel.: 040-70 38 47 - 28  
Y. Schüttke Tel.: 040-70 38 47 - 11  
info@bangerang.de  
termine@bangerang.de

**Layout:** A. Seifert, Y. Schüttke  
**Titel:** Anzeige, Fotos: Veranstalter  
**Fotos:** fotolia.com: Miredi; Fotowerk;  
Konstantyn; babimu; Privat; Veranstalter  
**Druck:** Kröger Druck

**Auflage:** 62.000  
**Anzeigenverkauf**  
G. Friebel Tel.: 040-70 38 47 - 28  
Y. Schüttke Tel.: 040-70 38 47 - 11  
T. Schüttke Tel.: 040-70 38 47 - 26  
**Anzeigenannahmeschluss**  
Dezember-Ausgabe '12 ist der 15.01.12  
**Redaktionsschluss**  
Dezember-Ausgabe '12 ist der 05.11.12

### Haftungsausschluss:

Alle Angaben, die in dieser Zeitschrift publiziert werden, sind nach bestem Wissen erstellt und mit größtmöglicher Sorgfalt überprüft. Dennoch sind inhaltliche Fehler nicht vollständig auszuschließen. Daher übernimmt die Firma keinerlei Verantwortung und Haftung für etwa vorhandene inhaltliche Unrichtigkeiten.

Mitglied der  
**FAMILIEN  
BANDE**

**BANGERANG** ist Mitglied der Familienbande, des Medienverbunds der regionalen Familienmagazine in Deutschland mit einer Gesamtauflage 768.500. (Stand 1.7.12).  
www.familienban.de

Wir sind kleine Geister,  
essen gerne Kleister,  
wenn sie uns nix geben,  
bleiben wir hier kleben. *(unbekannt)*

Alle Termine + Interviews  
fürs Handy:



## INHALT

<b>Familienzuwachs</b> Interview: Ildikó von Kürthy	Seite 04
<b>Kindergeburtstags-Tipps</b> Ideen für die kalte Winterzeit	Seite 10
<b>Termine Oktober</b> Noch mehr unter <a href="http://www.bangerang.de">www.bangerang.de</a>	Seite 14
<b>Halloween</b> Schaurig Schönes	Seite 18
<b>Ausflugstipps</b> Von Planeten bis Musicals	Seite 20
<b>Wissen &amp; Lernen</b> Interview: Jesper Juul	Seite 23
<b>Gut zu wissen</b> Kinder-Uni im Krankenhaus Tabea	Seite 24
<b>Stöberecke</b> Bücher- und DVD-Tipps	Seite 25
<b>Termine November</b> Noch mehr unter <a href="http://www.bangerang.de">www.bangerang.de</a>	Seite 26
<b>Big Bang</b> Tipps für Teens	Seite 30
<b>Adressen von A-Z</b> Alles auf einen Blick	ab Seite 31

**Verlosung**  
S. 24

**Fettverbrennung, Faltenbekämpfung** und fatale Beziehungsfallen: Mit diesen klassischen Frauenthemen begeisterte die Hamburger Autorin Ildikó von Kürthy (44) bislang Millionen von Leserinnen. Ein Bestseller ist auch ihr jüngstes Werk: „Unter dem Herzen“. In diesem sehr persönlichen Buch widmet sich die Journalistin gewohnt amüsant dem Abenteuer Schwangerschaft, Geburt und Babyzeit. Ihr „Best- and-Worse-of“-Baby besticht mit Selbstironie und Witz - und streift so manches Tabu. Mit Bangerang sprach sie über den Mutter-Mythos, weiblichen Perfektionismus und Jungs.

**Bangerang:** Sie berichten in Ihrem Buch von chaotischen Tagen, bei denen sie teilweise erst mittags dazu kamen, sich anzuziehen: Wie sieht denn heute ein typischer Tagesablauf als Mutter von zwei kleinen Söhnen im Alter von 2 und 6 Jahren aus?

**Ildikó von Kürthy:** Eine richtige Routine haben wir nicht, jeder Tag wird neu besprochen. Mein Mann und ich haben immer Unterschiedliches zu tun, mal schreibe ich oder gebe Interviews oder habe eine Woche auch gar nichts vor und kümmerge mich dann um alles, was so anliegt. Natürlich haben wir auch Routinen, feste Bettzeiten, Zeiten, die Kita und Vorschule diktieren, wer aber die Kinder holt, regeln wir immer wieder neu.

*Auch ihr jüngster Sohn ging „geradezu frevelhaft problemlos“ zur Kita wie im Buch vom Erstgeborenen beschrieben.*

Ildikó v. Kürthy (lacht): Die waren offensichtlich froh, endlich professionell betreut zu werden. Eine Erklärung dafür könnte neben der Veranlagung sein, dass ich relativ früh angefangen habe, die Verantwortung auf mehreren Schultern zu verteilen, nach dem Abstillen haben sie bei den Patenonkels übernachtet, sie waren jede Woche einen Tag bei Oma, sind von einer tollen Babysitterin betreut worden. Ich habe also nie das emotionale Monopol auf meine Kinder beansprucht und vorneherein dafür gesorgt, dass sie von mehreren Menschen geliebt und bemuttert werden. Das hat denen gut getan, aber mir auch.

„Es ist nichts  
**Besonderes,**  
wenn ein  
**Baby** zur Welt  
kommt.  
Außer  
es ist das  
**eigene.“**

### Interview mit Ildikó von Kürthy

*Mütter könnten es sich also deutlich einfacher machen?*

Ja, aber das ist nicht jedermanns Sache. Ich frage mich immer, wenn ich Mütter sehe, die ihre Kinder so gar nicht hergeben, warum die sich das Leben so schwer machen, aber dazu sind sie wohl emotional nicht in der Lage und das kann man ja niemandem zum Vorwurf machen. Also kann es nur jeder so machen, wie er es für richtig hält und wie sein Herz es aushält.

*Sie beschreiben so schön das Zerrissensein von Müttern: Was ist das Schwierigste am Muttersein?*

Das Schwierigste ist, finde ich, einen Weg zu finden, den man überzeugt gehen kann zwischen Job, Kinderbetreuung, Partnerschaft, wo man hochehobenen Hauptes sagen kann, ich mache es so und halte es so für richtig, und wie ihr es macht, ist es auch richtig. Dieses Selbstbewusstsein zu entwickeln - und das mit wenigen oder keinen Vorbildern. Jede Mutter, die ihr Kind vor meinem abholt, macht mich nervös. Da bin ich auch noch nicht darüber hinweg. Das wird wohl erst im Lauf der Zeit besser werden.

Was ich auch noch schlimm finde, ist die Angst um die Kinder, darauf war ich auch nicht vorbereitet. Und wie ärgerlich es sein kann, wenn man die eigenen schlechten Eigenschaften bei den Kindern wiederfindet, da gehe ich doch sehr an die Decke. Ich merke das so beim Streiten: Manchmal fragt man sich, wer hier eigentlich sechs Jahre alt ist. Überhaupt hatte ich gedacht, dass ich im Laufe der Zeit mütterlicher, ruhiger, Kekse backender würde.



Zitat aus Ihrem Buch: „Mit dem Baby bekommst du als Mutter ein schlechtes Gewissen automatisch mit dazu geliefert!“ Wie sieht es heute mit Ihrem Gewissen aus?

Hat er zu viel Spielzeug, hat er das falsche? Heute wurde mir in der Kita meines Kleinen gesagt, er war noch nicht genug im Urlaub dieses Jahr, prompt treibt mir das die Schweißperlen auf die Stirn. Es gibt so viel richtig zu machen und so viel vermutetes Falsches, es ist schwer, sich da zurecht zu finden.

Helfen Ihnen da Ratgeber?

Ich lese die sehr selten. Wenn ich rote Punkte im Gesicht meines Sohnes sehe, dann gucke ich ins Medizinbuch. Ich bespreche Probleme eher mit erfahrenen Müttern oder mit meiner Kinderärztin, die ich sehr schätze.

Warum glauben Sie, dass gerade in Deutschland der Konkurrenzkampf unter Müttern so ausgeprägt ist? Sie schreiben: „Hüte dich vor anderen Müttern. Sie sind deine schlimmsten Feindinnen!“

Ich habe den Eindruck, dass bei uns der Mutter-Mythos noch sehr ausgeprägt ist. Die Über-Mutter, die alles im Griff hat, die sich nur um die Kinder kümmert. Dadurch werden Mütter unter Druck gesetzt, weil sie immer noch glauben, man könne alles hinkriegen. Das geht aber nicht! Wenn man sich einmal bewusst macht, dass man da einem Ideal hinterherjagt, kann man sich doch eine Menge Stress sparen. Bei der Vorstellung junger Frauen, die sagen, sie wollen alles vom Leben haben, einen tollen Beruf, eine erfüllte Partnerschaft, Kinder, regelmäßi-

Liebe Leser, das gesamte Interview finden Sie im Internet unter [bangerang.de](http://bangerang.de) oder unter dem QR-Code auf Seite 3

ge Theaterbesuche, Fett verbrennen, und das alles ohne Abstriche zu machen, da stellen sich mir die Haare auf. Das ist ein riesengroßer Quatsch, der zu großem Stress führt, aber zu keinem positiven Ergebnis. Niemand konnte je alles haben, auch Männer nicht.

Vielleicht erfüllen ja auch Ihre Bücher diese Mission, den Abschied vom Perfektionismus?

Das wäre schön! Wenn man sich nach der Lektüre zurücklehnt und sagt: Geht ja sowieso nicht, dann kann ich es ja mal etwas gemütlicher angehen und die Kinder in Ruhe lassen. Sich selbst in den Fokus der eigenen Aufmerksamkeit zu stellen - das finde ich so wichtig. Dass Mütter glücklich sind und zwar nicht nur mit ihren Kindern! Sondern mit sich selbst, mit ihrem eigenen Leben. Kinder haben auch Väter, das sollte auch mal so langsam ins Bewusstsein sickern.

Unsere Arbeitswelt erleichtert es Müttern es auch nicht gerade ...

Ja, diese ist immer noch zugeschnitten auf den Single-Mann, nicht auf Väter, sondern auf Menschen ohne Kinder - und da muss sich bald etwas verändern, zwangsläufig. Erwerbstätige Mütter, Eltern werden gebraucht.

Das Gespräch führte Gaby Friebe



Ildikó von Kürthy, *Unter dem Herzen*, Rowohlt Verlag, 14,95 €



...was du nicht siehst

Wer die Welt verstehen will, muss sie sich anschauen. Von allen Seiten und mit eigenen Augen. Vor allem Kinder genießen das – und entwickeln so unverwechselbare Standpunkte für ihr Leben. Die Familienreisen von Djoser Junior haben genau das im Visier: Sie führen rund um den Globus und geben dem Abenteuer eine Chance. Ohne Gruppenzwang. Dafür mit viel Freiheit für den individuellen Blick auf die Wunder unseres Planeten. Katalog gratis: [www.djoserjunior.de](http://www.djoserjunior.de) | 0221 – 920 158 0



Mit Kindern auf Entdeckungstour

## Der Geschenktipp zur Geburt!

ROLF ZUCKOWSKI, dreifacher Vater und Großvater, und seine Tochter ANUSCHKA, Mutter von drei Kindern, haben auf einer gemeinsamen CD ihre schönsten Lieder zur Geburt neu zusammengestellt.

Es sind authentische Lieder über das Elternwerden und Elternsein, wie sie bisher im deutschen Sprachraum nur selten veröffentlicht wurden.

Mit der neuen Version von „Wie schön, dass du geboren bist“.



NEU!

CD-Album

„Wie schön, dass du geboren bist, wir hätten dich sonst sehr vermisst, ein Sonnenstrahl, der zu uns fand, die Zukunft liegt mit dir in unserer Hand.“

[www.musik-fuer-dich.de](http://www.musik-fuer-dich.de)



## In guten Händen - Babysitter gegen Unfälle absichern

Alle Eltern sind froh, wenn sie einen zuverlässigen, freundlichen Babysitter gefunden haben. Wer eine Kinderbetreuung engagiert, muss sie auch gegen Arbeitsunfälle versichern. Denn wer Helfer - egal ob Babysitter oder Haushaltshilfe - gegen Bezahlung beschäftigt, ist automatisch Arbeitgeber. Damit verbindet sich die Pflicht, seine Hilfe gegen Unfälle abzusichern. Das ist nur bei der gesetzlichen Unfallversicherung (Berufsgenossenschaften und Unfallkassen der Bundesländer) möglich. Private Unfallversicherungen kommen für die Folgen von Arbeitsunfällen nicht auf.

In Hamburg und Schleswig-Holstein ist die Unfallkasse (UK) Nord für den Unfallversicherungsschutz der Babysitter zuständig. Sie ist die Berufsgenossenschaft für alle Haushaltshilfen im Norden. Anzumelden

ist die Hilfe bei der Minijobzentrale ([www.minijob-zentrale.de](http://www.minijob-zentrale.de)). Sie regelt dann alles Weitere mit der Unfallkasse.

Im Gegenzug ist der Babysitter bei allen Tätigkeiten rund ums Babysitten versichert, beispielsweise beim gemeinsamen Spielen oder der Hilfe bei den Hausaufgaben. Auch der direkte Weg zum Arbeitsort und wieder zurück steht unter Unfallversicherungsschutz. Die Unfallkasse übernimmt bei einem Arbeitsunfall die Kosten für Arzt und Krankenhaus, Reha, Pflege und Wiedereingliederung und zahlt unter bestimmten Voraussetzungen auch eine Rente.

Vorabinformationen erhalten Sie bei der Unfallkasse Nord unter **040 - 271 53 - 402** und im Netz: [www.uk-nord.de](http://www.uk-nord.de), Webcode P00047

## Eins, Zwei - Brei

Etwa ab dem fünften Lebensmonat eines Babys stehen auch Möhrchenbrei und Apfelpüree auf dem Speiseplan. Auch bei den Kleinen gilt: Geschmäcker sind verschieden. Dunja Rieber stellt in „Eins, zwei - Brei“ 30 Grundrezepte mit vielen leckeren Variationen für Babys von fünf bis 15 Monaten vor. Damit der erste Löffel Brei gut ankommt und der Wechsel zu fester Kost gut gelingt, gibt die Autorin nützliche Hinweise zur babygerechten Zubereitung. Ein Breifahrplan



begleitet Baby und Eltern durch die aufregende und entdeckungsreiche Beikostzeit, vom Anfängerbrei bis zu Champignonreis mit Seelachs. TRIAS Verlag, Stuttgart, 14,99 €, ISBN: 978 383 043 9981

## Individuelle Portraits



Nach Ihrer Fotovorlage fertigt die Künstlerin Britta Arends-Weinrich Portraits in Bleistift, Aquarell, Farbstift oder Öl. Die Portraits bestehen durch die feinen Details und die verblüffende Ähnlichkeit zum Modell. Jede Einzelheit des Motivs wird mit Geduld und geschultem Blick wiedergegeben. Ideal als Geschenk zu Weihnachten oder als schöne Erinnerung. Gerne berät die Künstlerin Sie persönlich in Ihrem Atelier in Hamburg, per E-Mail oder Telefon. Für ganz eilige Schenker gibt es einen Portrait-Gutschein. Weitere Infos: [atelier-arends.de](http://atelier-arends.de)

## „Dein kleines Leben“ – das perfekte Geburtsgeschenk

Es gibt kaum ein größeres Wunder als die Geburt eines Babys. Große Emotionen begleiten Eltern bei der Ankunft des neuen kleinen Lebens, das von schützenden Händen gehalten werden will. Rolf Zuckowski (dreifacher Vater und Großvater) hat in den Jahren seines großen Liederschaffens immer wieder diesen starken Gefühlen Ausdruck gegeben. Tochter Anuschka Zuckowski (dreifache Mutter) hat in ihren Liedern für Eltern für das, was beim Eltern-Werden so Wundersames und Umwälzendes passiert, feinfühlig und treffende Worte gefunden.



Auf der neuen CD „Dein kleines Leben“ sind nun diese besonderen Lieder zur Geburt und zum Elternsein von Rolf Zuckowski und seiner Tochter Anuschka versammelt: berührende kleine Hymnen auf das Glück, Kinder zu haben.

[musik-fuer-dich.de](http://musik-fuer-dich.de)

Anzeige

## Babysitten – aber sicher!

Beim Spielen, Kochen oder Treppensteigen – die meisten Unfälle passieren im Haushalt. Deshalb: Melden Sie Ihren Babysitter bei der Unfallkasse Nord an. Nur dann können wir im Ernstfall helfen.

**UK Nord**  
Unfallkasse Nord

[www.uk-nord.de](http://www.uk-nord.de)



Foto: Nivea-Haus

# Schwanger sein ... ... und sich wohlfühlen

**Dem Körper der werdenden Mutter** wird so einiges abverlangt, um so wichtiger ist es, die Zeit vor der Geburt als eine „Verwöhnzeit“ zu begreifen, sich Ruhe zu gönnen und sich regelmäßig um das eigene Wohlbefinden zu kümmern. Neben Massagen ist regelmäßige Bewegung wichtig. Selbst mit einem runden Bauch kann „frau“ viele Sportarten ausüben - aber natürlich in Maßen, rät die erfahrene Hebamme Luise Kaller\*. „Fitness ist auch in der Schwangerschaft wichtig. Allerdings sollten sich werdende Mütter nicht zu ehrgeizige Ziele setzen.“ Wer sich in der Schwangerschaft gerne sportlich bewegen und gleichzeitig entspannen möchte, für den sind Yoga (yogaschule-hamburg.de), Aqua-Jogging und Aqua-Fitness, Nordic Walking oder ein Training auf dem Rad-Ergometer genau das Richtige.

\* Luise Kaller: „Bauch-Gefühl: Das Hebammenwissen für Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit dem Baby“

## Omega 3: Wichtig vor und nach der Geburt

Schwangere wissen Bescheid: Die Omega-3-Fettsäure DHA ist für die kindliche Gehirnentwicklung sehr wichtig. Ein ganz neues Omega-3-Produkt ist seit kurzem über ausgewählte Hamburger Apotheken erhältlich. *MarisPlus* ist ein rein natürliches, flüssiges Produkt mit den hochwertigen Omega-3 Fettsäuren EPA und DHA - mit angenehmen Zitrus-Geschmack, hergestellt aus natürlichen Zutaten. DHA ist auch nach

der Stillzeit für die kindliche Gehirnentwicklung von großer Bedeutung. Aktuelle Studien zeigen, dass Kinder mit guter Omega-3-Versorgung bessere Ergebnisse bei kognitiven Fähigkeiten und sozialer Kompetenz erreichen. Händlernachweis unter [marisplus.de](http://marisplus.de)



## „Vorfreude-Massage“

NIVEA Haus Hamburg

Diese besondere Teil- oder Ganzkörpermassage erfüllt speziell Frauen ab der 14. Schwangerschaftswoche den Wunsch nach Entspannung von Kopf bis Fuß. In der Schwangerschaft braucht die Haut viel Pflege. Regelmäßige Massagen stärken das Bindegewebe und beugen Schwangerschaftsstreifen vor. Eine Fußmassage verbessert die Durchblutung bei geschwollenen Füßen und wirkt entkrampfend für schwere Beine. Vor der Terminabsprache sollte der Frauenarzt die Unbedenklichkeit einer Massage bestätigt haben. Diese Anwendung wird ausschließlich von weiblichen Masseurinnen durchgeführt.

„Vorfreude“: *Teilkörpermassage 35 Min., 35 € / als Ganzkörpermassage 60 Min., 59 € für Schwangere ab der 14. Woche*

Das NIVEA Haus ist montags bis samstags von 10 - 20 Uhr geöffnet.

[www.NIVEA.de/haus](http://www.NIVEA.de/haus)

**Tipp: BANGERANG verlost zusammen mit dem NIVEA Haus 3 x 1 Ganzkörper-Massage „Vorfreude“ Teilnahmebedingungen auf S. 24**

## Aqua-Fit für Schwangere

Bäderland Hamburg

Ein bewährtes Bewegungsprogramm für werdende Mütter im Wasser. Die Bewegungen im warmen Wasser entspannen den ganzen Körper und entlasten die Gelenke und die Rückenmuskulatur.

Einzelkarte, 45 Min., 7,50 €

[www.baederland.de](http://www.baederland.de)

Anzeige

 AUF DIE BERGE, FERTIG, LOS!



Die fam Familienhotels in Österreich & Liechtenstein

- Professionelle Kinderbetreuung.
- Eltern-Kind-Erlebnisse.
- Ausschlafservice für die Eltern.
- Vom Hotel direkt auf die Skipiste.
- fam Kinder-Skikurs mit Hol- und Bringservice.
- An den schönsten Zielen der Alpen.

mehr familie mehr urlaub  
**fam**  
[www.fam-hotels.com](http://www.fam-hotels.com)



# „Auch Mamas müssen mal bemuttert werden!“

## „Baby-Blues“ und Depression nach der Geburt

Der besondere Film:  
**Herbstkind**  
Mittwoch, 24. Oktober,  
20.15 Uhr im Ersten

**Passend zur Jahreszeit:** Das Erste zeigt im Oktober den bewegenden Film „Herbstkind“, der sich mit dem Tabu-Thema Postpartale Depression beschäftigt: Eine Erkrankung, unter der nach der Geburt immerhin zwischen 10-15 % aller Mütter leiden. Über die selten gesprochen wird, weil sich die Betroffenen dafür schämen. Den sogenannten „Baby-Blues“ kennt dagegen nahezu jede zweite Mutter. Er tritt meist in den ersten fünf Tagen nach der Geburt auf. Wenn sich aber aus den „Heultagen“ eine handfeste Depression entwickelt, ist meist die Hilfe von Profis unvermeidlich, da diese oft mit Angststörungen, Panikattacken und Suizidabsichten zusammen auftritt.

Zum Filminhalt: Alles ist auf die Ankunft des Babys vorbereitet. Das Zimmer, die Wiege, die Mutter. Emilia, von Beruf Hebamme, hat alles mit professioneller Gelassenheit perfekt eingerichtet. Doch als aus der geplanten Hausgeburt plötzlich eine Einweisung in die Klinik wird, verliert sie ihr Gleichgewicht. Statt strahlendem Mutterglück empfindet sie nur Müdigkeit und Erschöpfung. Gleichgültigkeit und Entfremdung. Ihr Mann, ihr Vater, ihre Schwiegermutter, alle Welt erwartet die perfekte Glückseligkeit. Emilia dagegen zieht



sich mehr und mehr zurück, igelt sich ein - verbirgt aus Scham ihre eigentlichen Gefühle. Empfindet Schuld, dass sie die Signale ihres Babys nicht deuten kann, dass sie dem Baby so fremd gegenübersteht. „Reiß dich zusammen! Du schaffst das schon“, bekommt sie zu hören, doch Emilia driftet immer stärker ab in eine Depression, die schließlich sogar zur Gefahr für Mutter und Kind wird. Erst mit psychotherapeutischer und konzentrierter Hilfe der Familie schafft sie es, allmählich wieder zurück ins Leben zu finden ...

Der Regisseurin Petra K. Wagner ist eine beeindruckende filmische Umsetzung dieses

Tabu-Themas gelungen, mit einer großartigen Darstellerriege, allen voran die wunderbare Katharina Wackernagel, die sehr sensitiv und intensiv die Rolle der Emilia spielt. Im Gespräch mit **BANGERANG** erklärt die **Regisseurin** und Co-Autorin **Petra K. Wagner:** „Wenn man sich einmal mit dem großen Thema unserer Zeit, Depressionen, näher beschäftigt, stellt

man fest, dass es jeden treffen kann. Glück ist so fragil, dass es leicht zerbrechen kann. Ich habe als Mutter von drei Töchtern Glück gehabt, davon nicht betroffen gewesen zu sein.“ Zur Recherche im Vorfeld meint sie: „Da öffneten sich bei vielen Frauen die Schleusen und sie erzählten sehr offen, waren froh, endlich darüber reden zu können. Übrigens haben mir auch Hebammen berichtet, dass ihr Berufsstand von dieser Krankheit nicht verschont bleibt, die trifft es meist umso härter. Ihre Abwehr ist noch stärker, vor allem weil sie meinen, es alleine schaffen zu müssen.“

### Zum Film befragte Bangerang die Hauptdarstellerin Katharina Wackernagel:

**Bangerang:** *Wie bereitet man sich auf eine solche Rolle vor? Liest man Bücher über Postpartale Depressionen, kontaktiert man Ärzte, Betroffene oder Hebammen?*

**Katharina Wackernagel:** Ich habe zur Vorbereitung zwei Dokumentarfilme angeschaut. Einer beschäftigte sich mit dem Thema Hausgeburt und begleitete die Arbeit einer Hebamme mit zwei werdenden Müttern bis zur Geburt. Das war sehr spannend für mich, da ich noch nie bei einer Geburt dabei war und auch niemanden kenne, der eine Hausgeburt gemacht hat. Mit der Hebamme aus dem Dok-Film habe ich mich dann auch einmal persönlich getroffen. Sie hat auch unseren Dreh betreut, besonders die Szene, in der Emilia bei der Hausgeburt hilft. Der zweite

Film beschäftigte sich mit dem Thema der Postpartalen Depression. Betroffene Frauen wurden über Monate begleitet und interviewt. In dem Film kommen auch die Ehemänner zu Wort. Das hat mir einen guten Einblick in das Thema gegeben. Trotzdem waren das Drehbuch und die eigene Entwicklung der Figur der Emilia das Entscheidende. Das war eine wunderbare Zusammenarbeit mit Petra Wagner und meinem Kollegen Felix Klare.

*Kennen Sie selbst Frauen, denen es ähnlich wie Emilia erging?*

Wenn man so einen Film vorbereitet und dreht, ist das Thema natürlich dauernd im Fokus und so kam ich schnell mit einem Team-Mitglied ins Gespräch, dessen Mutter

unter der Depression litt. Und auch in meinem privaten Umfeld habe ich von Frauen gehört, die Ähnliches erlebt haben.

*Was ist Ihnen an diesem Film besonders wichtig?*

Die Erwartungen an eine junge Mutter sind sehr hoch. Dazu der Druck, glücklich sein zu müssen und die Angst davor, als krank oder „Rabenmutter“ abgestempelt zu werden, sind sehr groß. Das macht diese Krankheit zu einem Tabuthema. Vielleicht kann unser Film ein bisschen dazu beitragen, mit dem Thema offener umzugehen, hellhöriger zu sein und Hilfe anzubieten. *Gaby Friebe*

**Das ganze Interview können Sie im Internet unter [bangerang.de](http://bangerang.de) lesen**

*„Mein Freund verlor zunehmend die Realität. Umso wichtiger war, dass er mich nicht verliert.“*

Angehörige psychisch erkrankter Menschen helfen mehr als sie denken. [www.psychenet.de](http://www.psychenet.de)

**psychenet**   
Hamburger Netz psychische Gesundheit



# Enthüllt!

Das süßeste Familienerlebnis



Die Schokoladenwelt im Herzen Hamburgs



entdecken • erleben • mitmachen  
**CHOCOVERSUM**  
by HACHEZ

ÖFFNUNGSZEITEN: Mo-So 10-18 Uhr

CHOCOVERSUM by HACHEZ

Meßberg 1 - 20095 Hamburg  
Nur zehn Gehminuten vom Hauptbahnhof entfernt  
Direkt an der U-Bahn Station Meßberg

Tel.: 040 / 41 91 230-0

www.chocoversum.de

Happy Birthday!

Die besten  
Tipps für  
supertolle

# KIN-DER-

## Hoch hinaus in der Nordwandhalle

Nur 3 Bahnstationen vom Hauptbahnhof, mitten im Wilhelmsburger Inseelpark, steht die Nordwandhalle. Ein Ort, um Freunde zu treffen, zum Trainieren, zum Wohlfühlen. Die Betreiber sind alle selber Kletterer und Boulderer und wollen in Hamburg eine Kletterhalle bieten, die für alle da ist: Kletterer, Boulderer, Anfänger, Profis, Kinder, Familien, Singles ... Für die ganz Kleinen gibt es in der Nordwandhalle professionelle und liebevolle Betreuung, sei es für die abenteuerliche Feier eines Kindergeburtstages oder einfach nur zur Betreuung, so dass die Eltern in Ruhe und vor allem sicher klettern können. [nordwandhalle.de](http://nordwandhalle.de)

## FunArena: Toben bis zum Umfallen

Ein Erlebnisparadies nicht nur für Kindergeburtstage ist die FunArena in Norderstedt. Gerade für kalte und regnerische Tage ein tolles Ausflugsziel! Die Jüngsten sind im gigantischen Kinderspielturm über drei Stockwerke gefordert, die Größeren klettern im Hochseilgarten. Die Elektro-Kartbahn sorgt für Adrenalin. Ein Schwarzlicht-Laserraum mit Geschicklichkeitsspielen, eine Adventure Minigolf-Anlage, verschiedenste Rutschen, Indoor-Fußballplätze und eine Skateboard- und Inliner-Fläche bieten ein tagesfüllendes Angebot. Für Kindergeburtstage besteht die Möglichkeit, aus fünf unterschiedlichen 5 Food-Paketen auszuwählen. Gefeiert wird nach Anmeldung in einer der 5 Themen-Logen ... Weitere Informationen: [funarena.info](http://funarena.info)

## Im Museum der Arbeit ...

... wird bei den Geburtstagsfeiern natürlich „schwer gearbeitet“: *Geburtstag mit schwarzen Fingern nach Gutenberg-Art*: Unter der Anleitung eines Buchdruckers werden mit historischen Lettern kurze Texte gesetzt und gedruckt. *Geburtstag bei 850° C*: In der Metallwerkstatt können die Geburtstagsgäste Anhänger aus Kupferblech stanzen, prägen und bei 850° C farbig emailieren (nicht an Sonntagen). *Elefantenschleudern*: Mit der „Schleuderguss-Maschine“ werden kleine Elefanten aus Zinn produziert, bunt bemalt, lackiert und mit einer Anstecknadel oder Schnur versehen (nicht an Sonntagen). [museum-der-arbeit.de](http://museum-der-arbeit.de)

## Mit der GilaSchool rockt die Party

Ob lustige Piratensause, Prinzessinnenball, Starfeeling mit Hannah Montana, Camp Rock oder einfach Deine Lieblingssongs: Die GilaSchool stellt für Deine Geburtstagsparty einen individuellen 90-minütigen Tanz-und/oder Theaterspaß zusammen und die Party wird zu einem bunten und unvergesslichen Erlebnis. Vor dem Tanz-und Theaterspaß kannst Du in der GilaSchool Deinen Geburtstagskuchen genießen und Deine Gäste später mit einem kleinen Snack verabschieden. Speisen und Getränke bringst Du mit oder die GilaSchool versorgt Euch mit leckeren Muffins und Snacks. [gilaschool.de](http://gilaschool.de)

## Indoo: Actionreiche Geburtstage garantiert

Im INDOO PARK erwarten den Ehrengast und die Partymeute zahlreiche Highlights – unter anderem der INDOO-Khan. Der sieben Meter große Spieldrache treibt dort sein Unwesen und lädt die Kinder zum Klettern, Rutschen und Toben ein. Für noch mehr Action sorgen eine Mini-Kart-Anlage, Trampoline, Hüpfburgen und ein riesiges Indoor-Fußballfeld. In einem eigens für die Gäste eingerichteten Raum werden Snacks und Erfrischungsgetränke gereicht. Ob das Tortuga-, Karibik- oder das Sieben-Meere-Luxus-Menü – im INDOO PARK ist für jeden Geschmack und jedes Budget etwas dabei. [indoo.de](http://indoo.de)

# GE-BURTS-TA-GE



## Wilder Westen und Piraten im rabatzz!

Hey und hereinspaziert in Hamburgs größten Indoor-Spielplatz! Toben, rennen, hüpfen, klettern, krabbeln, rutschen auf riesigen 3.500 qm Fläche, und das bei Wind und Wetter. Zahlreiche Attraktionen laden zum Mitmachen ein: Das Mega-Kletterlabyrinth, die Kinderbowlingbahn oder die Riesenwellenrutsche. Mutige erklettern den „SkyTrail“-Hochseilgarten, versuchen „Bully“ den Rodeobullen zu zähmen oder stürzen sich

von Deutschlands steilster Doppel-Freifall-Rutsche. Das macht natürlich am meisten Spaß, wenn die besten Freunde dabei sind. Deshalb werden im rabatzz! auch täglich die tollsten Geburtstagspartys gefeiert, manchmal in Kombination mit Piratenschatzsuche, Limbotanz oder in feinsten Wildwest-Manier. Insgesamt vier rabatzz!-Geburtstagsparty-Pakete lassen sich buchen.

Weitere Infos: [rabatzz.de](http://rabatzz.de)

## Kreative Feiern in Horn

Zum Geburtstag – oder einfach so: Die evangelische Familienbildungsstätte Horn bietet viele interessante Aktivitäten an:

### Koch-Party mit Freunden

Kochen, backen und gemeinsam Essen mit 8 bis 10 Kindern. Pro Veranstaltung und Person 22 bis 25 € inkl. Lebensmittelumlage

### Teenie-Geburtstag

Du kannst gemeinsam mit Deinen Freundinnen Deine eigene Kosmetik herstellen. Zum Beispiel Lipgloss, Kajalstift, Seife und andere schöne Dinge. Pro Person 22 € inkl. Materialkosten

### Teenie-Schminkschule

Lerne das Schminken von A - Z. Wie schminke ich mich? Welche Produkte und welche Farben sind die richtigen? Pro Person 19 € inkl. Materialkosten. Mehr Veranstaltungen unter

[www.fbs-hamburg.de/hamm-horn/](http://www.fbs-hamburg.de/hamm-horn/)

Anzeige

**KiRaKa**  **WDR**  
Dein Kinderradiokanal

Hören könnt ihr  
KiRaKa im Digitalradio  
über Antenne (DAB+),  
Satellit (DVB-S), im Kabel  
(DVB-C), auf WDR5  
und im Internet:  
[www.kiraka.de](http://www.kiraka.de)

**Entdecke, was du hören willst!**

# Und noch mehr Tipps für **KINDER- GEBURTSTAGS- TAGE**



SchwarzlichtViertel

## Helldunkel-Geburtstage

In der Ausstellung „Helldunkel. Spiele mit Licht und Schatten“ erfahren Kinder ab 4 Jahren, warum die Sonne nachts nicht scheinen kann. Sie lernen, dass ein Feuer nicht nur wärmt, sondern auch wilde Tiere vertreibt und darüber hinaus ein wichtiges Werkzeug ist. Außerdem wird erklärt, was Sternbilder sind und wie sie den Menschen schon seit tausenden von Jahren dabei helfen, sich nicht zu verirren. Ein weiteres Thema sind die bei Kindern so beliebten Lichterfeste im Christentum, Islam und Judentum. Und schließlich kann ausprobiert werden, wie man mit Schatten Bilder zeichnen kann. Aber auch zu allen anderen Themen gibt es Mitmach-Stationen für Groß und Klein, zum Beispiel auf dem Spielschiff „Altonia“. Was zwei Kindern zu Hell und Dunkel alles einfällt, erfährt man an etlichen Hörstationen. Wer mag, kann seine Erlebnisse in der Ausstellung in einem Helldunkel-Tagebuch festhalten.

*Im Altonaer Museum zur Ausstellung „Helldunkel“ vom 10.10.2012 – 16.03.2014*  
Infos und Buchung:

**museumsdienst-hamburg.de**  
oder **Tel. 040 - 42 81 31 0**

## Indoor-Minigolf – mal anders!

Eine einzigartige Kombination aus Illusion und Spiel findet sich in Hamburgs SchwarzlichtViertel. Außergewöhnliche Beleuchtungs- und Soundeffekte sorgen für Freizeit-Unterhaltung der ganz besonderen Art.

Per U-Boot geht es auf eine Entdeckungsreise durch geheimnisvolle Unterwasserwelten, an verschollenen Maya-Tempeln und Bergwerken vorbei, bis zum Stargate, das einen direkt in Richtung Zukunft bringt. Aber aufgepasst! Wer hier durchkommen will, muss auf einer verzwickten 18 1/2 -Loch-Anlage „Funtastic Minigolf“ spielen, sich im „Mission Impossible“ durch Laserstrahlen kämpfen und

im „Blind House“ den einzigen Ausgang finden. Kein leichtes Abenteuer. Man sollte mindestens 8 Jahre alt sein und ein paar gute Freunde mitbringen. Dann ist der Spielespaß für etwa zwei Stunden garantiert.

3 Geburtstags-Party-Pakete stehen zur Auswahl: Spiel-Party, Spiel & Pizza-Party und die Spiel & Tobeparty (der Clou: nach dem Minigolfen wechseln alle Gäste ins benachbarte rabatzz! Da kann dann noch nach Lust und Laune weiter getobt werden). Tipp: ab 15 Personen gibt's einen Gruppenrabatt von 10%. Weitere Infos: **schwarzlichtviertel.de** Bitte vorab telefonisch buchen.

## Ein Theater-Nachmittag ...

... im Fundus Theater!

Die Geburtstagsgesellschaft besucht gemeinsam ein Theaterstück und kann vor und nach der Vorstellung im Foyer feiern. Auf Anfrage richtet das Theater eine Geburtstagsecke für die Festtafel her und unterstützt Sie gerne. Übrigens: Das Geburtstagskind hat freien Eintritt!

**fundus-theater.de**

## Hamburgs coolste Location: Die Eissporthalle im Volkspark

An alle Eisverrückten: Ihr könnt an jedem Wochenende die Eisfläche der Volksbank Arena Hamburg stürmen. Eislaufen ist an jedem Samstag und Sonntag von 14:30 - 17 Uhr möglich. Am 6. Oktober findet die erste Eisdisco der Saison statt. Ab 19 Uhr drehen sich die Discolichter und man kann zu den neusten Chart-Hits über die Eisfläche tanzen.

Und warum sich nicht einmal im Eisstockschießen versuchen? Ab Oktober ist das montags und freitags möglich.



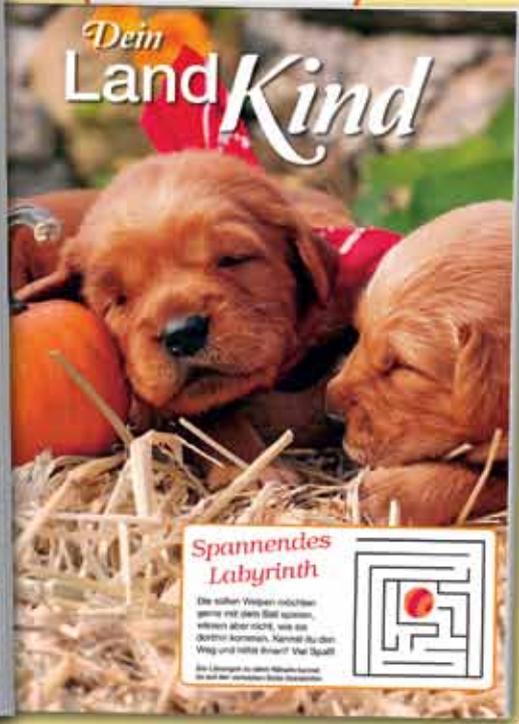
Volksbank Arena

Auch Kindergeburtstage lassen sich richtig gut in der Eissporthalle feiern. Egal, ob die Halle exklusiv dafür angemietet wird oder der Geburtstag im Rahmen des öffentlichen Eislaufens steigt. Das Separée der Icebar direkt an der Eisfläche bietet für das Geburtstagskind und seine Gäste den idealen Rückzugsort. Buchbar ist ein Arrangement mit Kinderbuffet und Getränken sowie dem Geburtstagsraum.

Alle weiteren Informationen und freie Termine unter: **volksbank-arena.net**

# LandKind

Ab jetzt bei Ihrem Zeitschriftenhändler!



LandKind-Gutschein

## 50 Cent Sofort-Rabatt\*

\* auf den Verkaufspreis eines Exemplares von LandKind Ausgabe 05/2012 oder 06/2012. Herausgegeben von der Panini Verlags GmbH. Einzulösen bis spätestens 31.12.2012 beim Zeitschriftenhändler Ihrer Wahl.

Stempel des Zeitschriftenhändlers

Hinweis für den Zeitschriftenhändler: Dieser Gutschein gilt nur in Deutschland. Bitte geben Sie dafür einmalig ein Exemplar des Magazins LandKind (Ausgaben 05/2012 oder 06/2012) mit 50 Cent Rabatt bis zum 31.12.2012. Der Gutschein wird von Ihrem Grossisten in vollem Wert gutgeschrieben.

## Oktober

### 02 Dienstag

- 10:00 Saitentage  
**Das klingende Museum** 6-12 J.
- 16:00 Lisa will einen Hund  
**Bücherhalle Volksdorf**  
+4 J., Bilderbuchkino

Anzeige

Schwimmshule  
**Ballon**

Schwimmen lernen  
in einer Woche ...  
Eine Sorge weniger

**JETZT  
7 x in HH  
Auch in  
Ihrer Nähe!**

Babyschwimmen  
Kleinkindschwimmen  
Einwochenschwimmkurs  
8 Wochenschwimmkurs  
Seepferdchenkurs  
Schwimm AG  
Personaltraining  
Erwachsenenschwimmen

www.schwimmshule-ballon.de  
Kostenlose Servicenummer:  
**0800 588 98 24**

### 03 Mittwoch

- 09:00 Juniortierpfleger  
**Wildpark Lüneburger Heide**  
+9 J., 15 €, Anmeldung: 04184-8939-15
- 14:30 Kinder führen Kinder  
**Sturmflutenwelt Blanker Hans**  
Elefantenschleudern!
- 16:00 **Museum der Arbeit** 2 €, Material

### 04 Donnerstag

- 10:00 So machen die Herbstferien  
Spaß! **Arche Warder**  
Anmeldung: 04329-913420
- 10:00 **Drei miese, fiese Kerle**  
**Bücherhalle Farmsen** +5 J.

Anzeige

- 10:00 Saitentage  
**Das klingende Museum**  
Ferienprogramm 6-12 J.
- 15:00 Vorlesen für Kinder  
**Bücherhalle Barmbek** +4 J.
- 16:00 Vorlesen für Kinder  
**Bücherhalle Wandsbek** +4 J.
- 16:00 Vorlesen für Kinder +4 J.  
**Kinderbibliothek Hamburg**
- 17:00 Vorlesen für Kinder +4 J.  
**Bücherhalle Wilhelmsburg**  
Vorhang aus Goldbekhaus
- 17:30 Ferienprojekt-Präsentation

### 05 Freitag

- 10:00 Saitentage  
**Das klingende Museum**  
Ferienprogramm 6-12 J.
- 10:30 Bilderbuchkino:  
Ich und mein Papa  
**Bücherhalle Kirchdorf** +3 J.
- 10:30 Bilderbuchkino (+3 J.)  
Lachen ist die beste Medizin  
**Bücherhalle Wilhelmsburg**
- 16:00 Tausendundeine Nacht  
**Theater für Kinder**  
Rotwildwochenenden
- 17:30 **Wildpark Lüneburger Heide**  
Die Brunft ist die Paarungszeit des  
Rotwildes, 5 €

### 06 Samstag

- 10:00 Erntedankfest  
**Freilichtmuseum Kiekeberg**
- 11:00 Kinder basteln und lernen  
spanisch  
**Bücherhalle Volksdorf** +6 J.
- 12:00 Halloween im Wildpark  
**Wildpark Lüneburger Heide**
- 13:00 Vom Einbaum zum Container  
- Schiffsgeschichten  
**hamburgmuseum**  
+5 J., ohne Anmeldung
- 14:30 Tausendundeine Nacht  
**Theater für Kinder**  
Dreh das Glücksrad  
**Indoo Park**
- 16:00 Dornröschen Galli Theater
- 16:00 Meer der Puppen  
**Kampnagel P1**  
Theater, 6/8 €, 0,5-4 J.
- 17:30 Rotwildwochenenden  
**Wildpark Lüneburger Heide**  
Die Brunft ist die Paarungszeit des  
Rotwildes, 5 €
- 18:00 Traverse **Thalia Gaußstraße**  
Theater, 6/8 €, +6 J.

### 07 Sonntag

- 10:00 Erntedankfest 10 €  
**Freilichtmuseum Kiekeberg**

- 10:30 Speicherstadt  
Entdeckertour für Kinder!  
**Speicherstadtmuseum**  
6-12 J., 6-8 €, Anmeldung: 321191
- 11:30 Meer der Puppen  
**Kampnagel P1** Theater, 6/8€, 0,5-4 J.
- 11:30 Traverse  
**Thalia Gaußstraße**  
Theater, 6/8 €, +6 J.

Anzeige

SCHAUSPIEL...  
TANZ...GESANG...

... lernen und erleben

STAGECOACH Hamburg-West  
Tel. 0 800-588 84 50  
www.stagecoach.de/hamburgwest

STAGECOACH Theatre Arts Schools

- 12:00 Halloween im Wildpark  
**Wildpark Lüneburger Heide**
- 13:00 Meine Heimat  
**Unser Blauer Planet**  
**Planetarium**
- 13:00 Vom Einbaum zum Container  
Schiffsgeschichten  
**hamburgmuseum**  
+5 J., ohne Anmeldung
- 13:30 Stanzen, Prägen, Emaillieren  
**Museum der Arbeit**  
2 €, Material
- 14:00 Steinzeit LIVE  
**Arche Warder**
- 14:00 Kinderschminken und buntes  
Animationsprogramm  
**rabatzz!**
- 14:00 Nester, Höhlen, wilde Bauten  
**Altonaer Museum** 2 €
- 14:00 Erfinderwerkstatt  
Dampfer, Segler und andere  
Wasserfahrzeuge  
**hamburgmuseum**  
+5 J., 2 €, Mat.
- 14:00 Bau mit!  
**Helms-Museum**  
+8 J., Anmeldung: 040-428712497

- 14:30 Tausendundeine Nacht  
**Theater für Kinder**
- 15:00 Bobby Car Rennen **Indoo Park**
- 15:00 Kurs: Apfelsaft pressen  
**Museumsbauernhof**  
**Wennerstorf**  
20 €, Anmeldung erforderlich
- 15:00 **Dreidimensionales**  
**Hamburger Kunsthalle**  
Familienführung
- 15:00 Pianoon  
**Museum f. Kunst u. Gewerbe**  
Cello entdecken – ein Programm mit  
spannenden und erhellenden  
Geschichten rund um das Cello und  
die Musik, mit David  
Stromberg
- 16:00 Meer der Puppen  
**Kampnagel P1**  
Theater, 6/8 €, 0,5-4 J.
- 16:00 Traverse  
**Thalia Gaußstraße**  
Theater, 6/8 €, +6 J.
- 16:30 Pianoon  
**Museum f. Kunst u. Gewerbe**  
Musikwerkstatt – junge Musiker  
stellen sich vor
- 17:30 Rotwildwochenenden  
**Wildpark Lüneburger Heide**  
Die Brunft ist die Paarungszeit des  
Rotwildes, 5 €

### 08 Montag

- 09:15 11. Kongress der Klang-  
strolche vom 08.-12.10.  
**Kulturpalast Hamburg**
- 10:00 Bühne Frei! **Stagecoach**  
5-tägiger Musical Theater Workshop  
für Teilnehmer von 8-16 J., 204 €
- 10:00 Bläserstage  
**Das klingende Museum**  
Ferienprogramm 6-12 J.
- 15:00 Der U(h)rwald tickt nicht  
richtig - Figurentheater  
**Bücherhalle Lokstedt** +4 J.
- 15:00 Die Stadtmaus  
und die Landmaus +4 J.  
**Bücherhalle Wilhelmsburg**

### 09 Dienstag

- 10:00 Herbstferienprogramm  
**Freilichtmuseum Kiekeberg**  
je nach Kurs Anmeldung erforderlich
- 10:00 Bläserstage  
**Das klingende Museum**  
Ferienprogramm 6-12 J.
- 11:00 Sternbilder und Legenden  
der Herbstnacht  
**Planetarium**  
Bilderbuchkino
- 15:00 **Bücherhalle Harburg** +4 J.

# ABENTEUERLUSTIG?

Schwitzen, frieren, staunen – die spannendste  
Weltreise durch die Klimazonen unserer Erde.  
www.klimahaus-bremerhaven.de

Gutes  
Wetter  
inklusive!

Klimahaus<sup>®</sup>  
Bremerhaven<sup>®</sup> | Ein Ort

havenwelten BREMERHAVEN

Frägen Sie uns auf  
facebook

Für Weltentdecker und Klimaretter!

- 15:00 Bilderbuchkino: Das kleine Krokodil und die große Liebe  
**Bücherhalle Mümmelmannsberg** +4 J.
- 16:00 Vorlesen für Kinder  
**Bücherhalle Bramfeld** +4 J.
- 16:00 Bilderbuchkino: Der Gute-Nacht-Kuss, der danebenging von David Melling +4 J.  
**Bücherhalle Volksdorf**
- 10 Mittwoch**
- 09:00 Herbstferien  
Juniortierpfleger  
**Wildpark Lüneburger Heide**  
+9 J., 15 €. Anmeldung: 04184-8939-15
- 10:00 Herbstferienprogramm  
**Freilichtmuseum Kiekeberg**  
Anmeldung erforderlich
- 10:00 Unser Blauer Planet  
**Planetarium**
- 10:00 Helldunkel! Spiele mit Licht und Schatten  
**Altonaer Museum**  
Neue Ausstellung im Kinderolymp
- 14:30 Kinder führen Kinder  
**Sturmflutenwelt Blanker Hans**
- 15:00 Spielerisches Bilderbuchkino: Rosi in der Geisterbahn von Philip Waechter  
**Bücherhalle Alstertal** +4 J.
- 15:00 Bilderbuchkino  
**Bücherhalle Eidelstedt** +4 J.
- 15:30 Wir lesen vor: Pillo  
**Bücherhalle Winterhude** +4 J.
- 15:30 Gedichte für Wichte +1 J.  
**Kinderbibliothek Hamburg**
- 16:00 Nachhilfe Spanisch für Schüler  
**Bücherhalle Volksdorf** +11 J.
- 16:00 Elefantenschleudern!  
**Museum der Arbeit** 2 €, Material
- 11 Donnerstag**
- 10:00 Herbstferienprogramm  
**Freilichtmuseum Kiekeberg**  
je nach Kurs Anmeldung erforderlich
- 10:00 Onetwothree 123  
**Fundus Theater** +4 J.
- 10:00 Kleiner Stern im großen All  
**Planetarium**
- 11:00 Die Bremer Stadtmusikanten  
**Stadtteilbüro Dulsberg**  
Figurentheater, +5 J.
- 15:00 Herbst-Rallye im Goßlerspark  
**Bücherhalle Elbvororte** +4 J.
- 15:00 Spielenachmittag für Groß und Klein  
**Bücherhalle Rahlstedt** +5 J.
- 16:00 Vorlesen für Kinder  
**Bücherhalle Wandsbek** +4 J.

- 16:00 Vorlesen für Kinder +4 J.  
**Kinderbibliothek Hamburg**
- 17:00 Vorlesen für Kinder +4 J.  
**Bücherhalle Wilhelmsburg**
- 12 Freitag**
- 10:00 Bilderbuchkino  
7 grummelige Grömmels  
**Bücherhalle Farmsen** +4 J.
- 10:00 Onetwothree 123  
**Fundus Theater** +4 J.
- 10:30 Der große Fisch Tin Lin +4 J.  
**Bücherhalle Wilhelmsburg**
- 15:30 Gedichte für Wichte  
**Bücherhalle Jenfeld** +0 J.
- 16:00 Rätselspaß für Kinder  
**Bücherhalle Osdorfer Born im Born-Center** +6 J.
- 18:00 Nachtwanderungen zu Wolf, Uhu & Co.  
**Wildpark Lüneburger Heide**  
Spannende Begegnungen im Dunkeln, 10 €
- 13 Samstag**
- 09:00 Eicheln- + Kastanienannahme  
**Wildpark Schwarze Berge**
- 10:00 Erntedankfest  
**Arche Warder**
- 10:00 Historischer Jahrmarkt  
**Freilichtmuseum Kiekeberg**  
9 €, unter 18 Jahren frei
- 10:00 Filzen für die ganze Familie  
**Museumsbauernhof Wennerstorf**  
25 €, zzgl. Material, Anmeldung erforderlich
- 12:00 Halloween im Wildpark  
**Wildpark Lüneburger Heide**
- 13:00 Fier, Fier in de Dieckstraat  
**Als Hamburg brannte hamburgmuseum**  
+5 J., ohne Anmeldung
- 14:00 Frog Prince  
**Galli Theater**  
Märchentheater in engl. Sprache
- 15:00 Piraten-Rallye  
**Indoo Park**
- 16:00 Rotkäppchen  
**Galli Theater**
- 16:00 Tausendundeine Nacht  
**Theater für Kinder**
- 16:00 Das Rätsel der 24. Gasse  
**Monsun Theater**  
Theater, 6/8 €, 3-13 J.
- 16:00 Das Rätsel der 24. Gasse  
**Monsun Theater**  
Theater Persisch/Deutsch, 6 €
- 19:00 Die Lange Nacht für Kurze  
**rabattz!**  
Anmelden, 29,95 €, 5-12 J.

- 14 Sonntag**
- 10:00 Erntedankfest  
**Arche Warder**
- 10:00 Historischer Jahrmarkt  
**Freilichtmuseum Kiekeberg**  
9 €, unter 18 Jahren frei
- 10:30 Speicherstadt: Entdeckertour für Kinder!  
**Speicherstadtmuseum**  
6-12 J., 6-8 €, Anmeldung: 321191
- 11:30 Das Rätsel der 24. Gasse  
**Monsun Theater**  
Theater Persisch/Deutsch, 6 €
- 11:30 Abenteuer des Tom Sawyer  
**Monsun Theater**  
Musikalische Lesung, +8 J.
- 12:00 Halloween im Wildpark  
**Wildpark Lüneburger Heide**
- 13:00 Fier, Fier in de Dieckstraat  
**Als Hamburg brannte hamburgmuseum**  
+5 J., ohne Anmeldung
- 13:30 Stanzten, Prägen, Emaillieren  
**Museum der Arbeit** 2 €, Material
- 14:00 Kinderschminken und buntes Animationsprogramm  
**rabattz!** 4 €
- 14:00 Nester, Höhlen, wilde Bauten  
**Altonaer Museum** 2 €
- 14:00 Jüdische Feste für die ganze Familie: Sukkot  
**hamburgmuseum** +5 J., 2 €, Mat.
- 14:30 Tausendundeine Nacht  
**Theater für Kinder**
- 15:00 Torwandschießen  
**Indoo Park**
- 15:00 Den Tieren auf der Spur  
**Hamburger Kunsthalle**  
Familienführung
- 15:00 Kleiderzeit  
**Museum f. Kunst u. Gewerbe**  
Onetwothree 123
- 16:00 **Fundus Theater** +4 J.
- 16:00 Das Rätsel der 24. Gasse  
**Monsun Theater**  
Theater, 6/8 €, 3-13 J.
- 15 Montag**
- 15:00 Mit 2 1/2 dabei: Bilderbuchspaß für die Jüngsten +2 J.  
**Bücherhalle Wilhelmsburg**
- 16 Dienstag**
- 16:00 Bilderbuchkino: Ringo Rabe traut sich was  
**Bücherhalle Volksdorf** +4 J.
- 17 Mittwoch**
- 10:00 Eisbär & Co  
**Theater Zeppelin** +5 J.

**Geburtstagsfee.de**  
Halloween

Vampir-Pinata  
Mottopartys  
Profi-Schminke  
Filmlut  
Horrordeko  
Gruseltattoos  
Totenschädel  
u.v.m.

**Spooky Hollow-Collection**

**ATELIER ARENDS**  
PORTRAITS · MALEREI · DRUCKE

Authentische und detailliert gemalte Portraits nach Ihrer Fotovorlage, individuell und lebendig wie das Modell selbst.



Atelier Arends  
Böttling 3 · 22159 Hamburg  
Tel: (040) 64 53 30 50 · Mob: (0174) 65 28 71 21  
info@atelier-arends.de  
[www.atelier-arends.de](http://www.atelier-arends.de)

Anzeige

**JAKO-O**  
... Kindersachen mit Köpfchen!  
**in Hamburg**  
neben St.-Petri-Kirche, Mönckebergstraße  
Mo bis Sa 9-20 Uhr

Auf 1200 qm präsentiert sich die  
„Welt der Kindersachen mit Köpfchen“:  
Babywelt · Spielzeug · Kindermode  
Möbel · Lernen · Praktisches

[www.jako-o.de](http://www.jako-o.de)

Unser Monats-Angebot  
**Oktober**

**JAKO-O**  
Sortiermappe

- Kunstwerke ohne Eiselohren aufbewahren
- für viele Bilder bis DIN A3

19.<sup>95</sup> **14.<sup>95</sup>**  
5€ gespart!

Die aktuellen Monatsangebote finden Sie unter [www.jako-o.de/filialen](http://www.jako-o.de/filialen)

14:30 Kinder führen Kinder  
**Sturmflutenwelt Blanker Hans**  
 15:30 Wir lesen vor:  
**Ich bin der Beste**  
**Bücherhalle Winterhude** +3 J.  
 15:30 Gedichte für Wichte  
**Kinderbibliothek Hamburg**  
 Nachhilfe Spanisch für Schüler  
**Bücherhalle Volksdorf** +11 J.  
 16:00 Fuxia, die Minihexe  
**Brakula** 1 €, Kinderkino  
 schweinesand  
**Goldbekhaus** KinderKino, +8 J., 1 €  
 Elefantenschleudern!  
**Museum der Arbeit** 2 €, Material  
 19:30 Schlafen und Wachen: Warum  
 ist mein Kind nicht so müde  
 wie ich? **Ev. Familienbildung**  
**Eppendorf** anmelden, 12 €

## 18 Donnerstag

15:00 Kleiner Dodo, was spielst du?  
**Theater für Kinder**  
 15:00 Fuchsia, die Minihexe  
**Kulturpalast Hamburg** +6 J., 2 €  
 16:00 Vorlesen für Kinder  
**Bücherhalle Wandsbek** +4 J.  
 16:00 Kindertreff: Ein Fall für  
 Kwiatkowski - Die afrikanische  
 Maske von J. Banscherus Teil 1  
**Bücherhalle Volksdorf** +6 J.  
 16:00 Vorlesen für Kinder +4 J.  
**Kinderbibliothek Hamburg**  
 17:00 Vorlesen für Kinder +4 J.  
**Bücherhalle Wilhelmsburg**  
 19:00 Die unendliche Geschichte  
**Zinnschmelze** 5 €  
 19:30 Ü18-Toben für GROßE  
**rabattz** 5,50 €  
 20:00 Gibt's im Himmel auch  
 Nutella?  
**Ev. Familienbildung**  
**Eppendorf** anmelden, 2 €

## 19 Freitag

10:30 Bilderbuchkino: Wo die  
 wilden Kerle wohnen +3 J.  
**Bücherhalle Wilhelmsburg**  
 16:00 Märchen mit Musik  
**Bücherhalle Dehnhaide** +4 J.  
 16:00 Tausendundeine Nacht  
**Theater für Kinder**

## 20 Samstag

09:00 Eicheln- + Kastanienannahme  
**Wildpark Schwarze Berge**  
 10:00 Babysitterführerschein: Eltern  
 vertreten, Kinder verstehen  
**Ev. Familienbildung**  
**Eppendorf** anmelden, 25 €  
 10:30 Noch einmal  
**Kampnagel K1**  
 Theater, 6/8 €, 0,5-4 J.  
 11:00 Kinder basteln und lernen  
 spanisch  
**Bücherhalle Volksdorf** +6 J.  
 12:00 Halloween im Wildpark  
**Wildpark Lüneburger Heide**  
 13:00 Futtertour zu Wolf & Co.  
**Wildpark Schwarze Berge**  
 Stauerviz und Tallymann  
 - spannende Berufe im alten  
**Hafen hamburgmuseum**  
 +5 J., ohne Anmeldung  
 14:00 Eicheln + Kastanien sammeln  
**ErlebnisWald Trappenkamp**  
 Klingender Samstag Classico  
**Das klingende Museum** + 7 J.  
 14:00 Noch einmal **Kampnagel K1**  
 Theater, 6/8 €, 0,5-4 J.  
 14:30 Tausendundeine Nacht  
**Theater für Kinder**  
 15:00 Kletter-Rallye **Indoo Park**  
 15:00 Moving Puppets: Wie der  
 Elefant zu seinem Rüssel kam  
**Goldbekhaus** Theater, +4 J., 7 €  
 16:00 Liquids  
**Fundus Theater** 2-10 J.

16:00 Rotkäppchen  
**Galli Theater**  
 16:30 Die unendliche Geschichte  
**Zinnschmelze** 5 €

## 21 Sonntag

10:30 Noch einmal  
**Kampnagel K1**  
 Theater, 6/8 €, 0,5-4 J.  
 11:00 Wennerstorfer Apfeltag  
**Museumsbauernhof**  
**Wennerstorf** 3 €  
 11:00 Kleiner Dodo, was spielst du?  
**Theater für Kinder**  
 12:00 Halloween im Wildpark  
**Wildpark Lüneburger Heide**  
 Futtertour zu Wolf & Co.  
**Wildpark Schwarze Berge**  
 13:00 Stauerviz und Tallymann  
 - spannende Berufe im alten  
**Hafen hamburgmuseum**  
 +5 J., ohne Anmeldung  
 13:30 Stanzen, Prägen, Emaillieren  
**Museum der Arbeit**  
 2 €, Material  
 14:00 Kinderschminken und buntes  
 Animationsprogramm  
**rabattz!**  
 14:00 Nester, Höhlen, wilde Bauten  
**Altonaer Museum** 2 €  
 14:00 Maskenwerkstatt  
**Helms-Museum**  
 +8 J., Anmeldung: 040-428712497  
 14:00 Noch einmal  
**Kampnagel K1**  
 Theater, 6/8 €, 0,5-4 J.  
 15:00 Elfmeterschießen  
**Indoo Park**  
 15:00 Graffitis für Minis  
**Bucerius Kunst Forum**  
 Atelierkurs 3-6 J., 12 €  
 15:00 Weiß-grau-schwarz. Wo sind  
 denn die Farben versteckt?  
**Hamburger Kunsthalle**  
 Familienführung  
 15:00 Fuxia, die Minihexe  
**KulturA** Kinderkino, 2 €, +6 J.  
 15:00 Kunstspeisezeit  
**Museum f. Kunst u. Gewerbe**  
 Gestaltung von der Hand in den  
 Mund  
 16:00 Stärker als die Sonne  
**Fundus Theater** 6-12 J.  
 16:00 Der Wolf und die 7 Geisslein  
**Galli Theater**  
 16:00 Ich habe Nichts getan  
**Theater Zeppelin** +12 J.  
 16:30 Die unendliche Geschichte  
**Zinnschmelze** 5 €

## 22 Montag

15:00 Märchen für Kinder  
**Bücherhalle Langenhorn**  
 im Bücherturm +4 J.  
 15:30 Die Mumie und ich - Zum

Lesen verführen  
**Bücherhalle Billstedt** +6 J.  
 15:30 Vorlesen für Kinder +4 J.  
**Bücherhalle Holstenstraße**  
 Bilderbuchkino: Zacharias  
 Zuckerbein rettet das  
 Märchenland von Silke Moritz  
**Bücherhalle Volksdorf** +4 J.

## 24 Mittwoch

10:00 Kleine Welten  
**Theater Zeppelin** +3 J.  
 14:00 Holzlettern Manufaktur  
**Museum der Arbeit** 2 €, Material  
 15:30 Wir lesen vor: „Ich mach, was  
 ich will - ich bin doch noch  
 klein!“ **Bücherhalle**  
**Winterhude** +4 J.  
 15:30 Gedichte für Wichte +1 J.  
**Kinderbibliothek Hamburg**  
 Nachhilfe Spanisch für Schüler  
**Bücherhalle Volksdorf** +11 J.  
 20:00 Weg mit der Windel - mit 18  
 sind sie alle trocken ...  
**Ev. Familienbildung**  
**Eppendorf** anmelden, 12 €

## 25 Donnerstag

15:00 Lupinchen und Robert  
**Theater für Kinder**  
 16:00 Vorlesen für Kinder  
**Bücherhalle Wandsbek** +4 J.  
 16:00 Vorlesen für Kinder +4 J.  
**Kinderbibliothek Hamburg**  
 17:00 Vorlesen für Kinder +4 J.  
**Bücherhalle Wilhelmsburg**  
 18:30 Das Geheimnis der Bäume  
 Die Abenteurer von Dolores  
 & Mike  
**Planetarium**  
 19:30 Pubertät: Gehirnentwicklung  
 im Jugendalter  
**Ev. Familienbildung**  
**Eppendorf** anmelden, 12 €

## 26 Freitag

10:00 Bilderbuchkino:  
 Zilly, die Zauberin +3 J.  
**Bücherhalle Wilhelmsburg**  
 10:30 Bilderbuchkino:  
 Der Apfelbaum  
**Bücherhalle Kirchdorf** +4 J.  
 16:00 Lese- und Bastelstunde  
 Halloween +4 J.  
**Bücherhalle Osdorfer Born**  
 16:00 Kindertreff: Ein Fall für  
 Kwiatkowski - Die afrikanische  
 Maske von J. Banscherus Teil 2  
**Bücherhalle Volksdorf** +6 J.  
 16:00 Tausendundeine Nacht  
**Theater für Kinder**  
 16:00 Die Bremer Stadtmusikanten  
**KulturA**  
 Figurentheater Neumond, 3 €, +5 J.

Anzeige

„Ein bezaubernder Film für die ganze Familie“ TeleMagazin

Die Abenteuer der kleinen Giraffe  
**Zarafa**

„Absolut empfehlenswert“  
 Der Tagesspiegel

Ab 11. Oktober im Kino

MEDIA 1000 [www.zarafa-derfilm.de](http://www.zarafa-derfilm.de) Alameda Film

Anzeige

**ERLEBNISWALD TRAPPENKAMP**

**No SNOW, BUT FUN**  
 DAS SCHLITTENHUNDRENNEN IM ERLEBNISWALD

SA. 27.10; 11-16 UHR SO. 28.10; 10-15 UHR

80 GESPANNE UND 300 HUNDE AN START  
 DAS GROSSE FAMILIENERLEBNIS IN OKTOBER.

direkt an der A21, Abfahrt Daldorf

MEHR INFOS IN INTERNET: [WWW.FORST-SH.DE](http://WWW.FORST-SH.DE)

- 17:30 Origami-Werkstatt  
Ev. Familienbildung  
Eppendorf anmelden, 13 €
- 18:00 Die Kinderbank  
Fundus Theater 8-14 J.  
Du bist verrückt Mia  
Theater Zeppelin +14 J.
- 27 Samstag**
- 11:00 Werkspione  
Bucerius Kunst Forum  
Familienführung, +6 J.
- 12:00 Halloween im Wildpark  
Wildpark Lüneburger Heide
- 13:00 Wo der Pfeffer wächst - Wie  
die Gewürze nach Hamburg  
kamen hamburgmuseum  
+5 J., ohne Anmeldung
- 14:00 Halloween  
rabatzz!
- 14:00 Klingender Samstag Piccolo  
Das klingende Museum 4-6 J.
- 14:30 Tausendundeine Nacht  
Theater für Kinder  
Herbstzeit - Erntezeit  
Ev. Familienbildung  
Eppendorf anmelden, 5 €
- 15:00 Trampolin Tennis  
Indoo Park
- 16:00 Halloween Spuknacht  
Arche Warder
- 16:00 Der Wolf und die 7 Geisslein  
Galli Theater
- 16:00 Hexenfieber PREMIERE  
Theater Zeppelin +8 J.
- 16:00 Schneewittchen und die  
7 Zwerge Komödie  
Winterhuder Fährhaus  
Anima Thalia Gaußstraße  
Theater, 6/8 €, 4-10 J.
- 28 Sonntag**
- 10:00 Halloween Kostümparty  
Botanischer Garten

- 10:00 Exkursion: Landwirtschaft-  
liches Bildungszentrum Echem  
Freilichtmuseum Kiekeberg  
36 € Erwachsene, 21€ Kinder  
Anmeldung erforderlich
- 11:00 Casting & Lampenfieber  
Task 55 €, +12 J.
- 11:00 Lupinchen und Robert  
Theater für Kinder
- 11:00 Kleine Welten  
Theater Zeppelin +3 J.
- 11:00 Frieda und Frosch  
Brakula Kindertheater, 3 €
- 11:30 Anima Thalia Gaußstraße  
Theater, 6/8 €, 4-10 J.
- 12:00 Halloween im Wildpark  
Wildpark Lüneburger Heide  
Viele Veranstaltungen
- 13:00 Wo der Pfeffer wächst  
Wie die Gewürze nach  
Hamburg kamen  
hamburgmuseum  
+5 J., ohne Anmeldung
- 13:30 Stanzas, Prägen, Emaillieren  
Museum der Arbeit  
2 €, Material
- 14:00 Kinderschminken und buntes  
Animationsprogramm  
rabatzz!
- 14:00 Nester, Höhlen, wilde Bauten  
Altonaer Museum 2 €
- 14:00 Duft Kunst.  
Gewürzecollagen  
hamburgmuseum + 5 J., 2 €, Mat.
- 14:00 Filzmäuse  
Helms-Museum  
+8 J., Anmeldung: 040-428712497
- 14:30 Tausendundeine Nacht  
Theater für Kinder
- 14:30 Schneewittchen und die  
7 Zwerge Komödie  
Winterhuder Fährhaus
- 15:00 Minigolf Turnier  
Indoo Park

- 15:00 Kleine Häuser, prächtige  
Häuser, verfallene Häuser  
Hamburger Kunsthalle  
Familienführung
- 15:00 Redezeit  
Museum f. Kunst u. Gewerbe  
Kinder führen Familien
- 16:00 Der gefrorene Prinz  
Fundus Theater +4 J.
- 16:00 Der Wolf und die 7 Geisslein  
Galli Theater
- 16:00 Hexenfieber  
Theater Zeppelin +8 J.
- 16:00 Anima Thalia Gaußstraße  
Theater, 6/8 €, 4-10 J.

### 29 Montag

- 16:00 Pick Pick Picknick - Kirschkern  
& Compes  
Bücherhalle Volksdorf +4 J.

### 30 Dienstag

- 10:00 Ferien-Erlebnis-Tage  
Museumsbauernhof  
Wennerstorf, 18-20 € inkl. Material,  
Anmeldung erforderlich
- 10:00 Lena Ullrich: Pling!  
Erfindungen, die das Leben  
erleichtern  
Kulturpalast Hamburg  
Seiteneinsteiger - Hamburgs Lesefest  
für Kinder u. Jugendliche, +10 J., 3 €
- 10:30 Was passiert mit dem  
Papiermüll  
Brakula  
Kinderlesung
- 15:00 Vorlesen für Kinder +4 J.  
Bücherhalle Neullermöhe
- 16:00 Bilderbuchkino:  
Das Traumfresserchen  
von Michael Ende  
Bücherhalle Volksdorf +4 J.

### 31 Mittwoch

- 09:15 Gedichte für Wichte +0 J.  
Bücherhalle Osdorfer Born
- 10:00 Ferien-Erlebnis-Tage  
Museumsbauernhof  
Wennerstorf 18-20 € inkl. Material,  
Anmeldung erforderlich
- 10:00 Australien ich komm  
Theater Zeppelin +6 J.
- 10:00 Regiert das Geld die Welt?  
Goldbekhaus  
Lesung ab 12 J., 2 €
- 15:00 Nägel mit Köpfen  
Arbeit an der Drahtstiftpresse  
Museum der Arbeit  
2 €, Material
- 15:30 Gedichte für Wichte +1 J.  
Kinderbibliothek Hamburg

— Anzeige —

FAMILIENBAN.DE

GEWINNSPIELE + NEWS

Spannende Spiel- und  
Bastelkiste zu gewinnen  
mit [www.wummelkiste.de/](http://www.wummelkiste.de/)

www.familienban.de

- 16:00 Halloween mit Hexe Gundula  
Wildpark Schwarze Berge  
Anmeldung: 040 -819 77 47 0
- 16:00 Nachhilfe Spanisch für Schüler  
Bücherhalle Volksdorf +11 J.
- 16:45 Bilderbuchspaß mit Musik +4 J.  
Kinderbibliothek Hamburg
- 17:00 Gruselcafé  
Kultura  
Mit begehrter Geisterbahn, Musik,  
Schminken, Zaubersprüche und  
Horrorpizza, Eintritt frei!

— Anzeige —

**DIE WELTBERÜHMTE GALIER ZURÜCK!**  
**EIN KINOSPASS FÜR DIE GANZE FAMILIE! ZUM ERSTEN MAL IN 3D**

GÉRARD DEPARDIEU      EDOUARD BAER

**Asterix Obelix**

**IM AUFTRAG IHRER MAJESTÄT**

**AB 18. OKTOBER IM KINO**

[www.asterix-obelix-derfilm.com](http://www.asterix-obelix-derfilm.com)

© 2012 LES ÉDITIONS ALBERT RENÉ / GOSCINNY-UDERZO

# BANGERANG HALLOWEEN



**Zeit zum Schauern** – Halloween steht vor der Tür!

**Vampire, Monster, Geister und Hexen.** Es wird sich fleißig verkleidet, geschminkt, das heimische Wohnzimmer verwandelt sich langsam, aber sicher in eine schaurige Gruft. Alles, was Sie benötigen, um Ihre Halloween-Party einmalig erschreckend zu gestalten, finden Sie bei [Geburtstagsfee.de](http://Geburtstagsfee.de). Effekt-Schminke, Filmb Blut, ausgefallene Dekorations-Ideen und Tausendfüßler zum Verspeisen sind nur ein kleiner Auszug, hier ist alles dabei, was die Gäste das Schauern lehrt. So wird das Fest garantiert unheimlich gut. Viel Spaß!



## Gruseln mit Hexe Gundula im Wildpark Schwarze Berge

**Am Mittwoch, den 31. Oktober** um 16 Uhr veranstaltet das Natur-Erlebnis-Zentrum im Wildpark Schwarze Berge eine schaurige Führung zum Thema Halloween für Kinder von 6 bis 14 Jahren (Kinder von 6 – 8 Jahren bitte begleiten, Preis hierfür bei Anmeldung erfragen). Es darf sich ordentlich gruselig verkleidet werden, damit auch alle Wildparkgeister abgeschreckt werden. Hexe Gundula erklärt, was Halloween eigentlich bedeutet und warum es gefeiert wird. Gemeinsam werden im Wildpark die Werwölfe, Vampire und andere fürchterliche Gestalten besucht, während Gundula die schönsten Gruselgeschichten erzählt. Bevor zum Schluss gemeinsam der Gruselkeller gemeistert wird, bastelt sich jeder einen Talisman. Jetzt kann garantiert nichts mehr passieren! Nach der Mutprobe gibt es noch ein Glas mit frisch gezapftem „Vampirblut“ zur Stärkung. Eine Anmeldung unter 040-819 77 47 0 ist für die schaurige Planung von Hexe Gundula erforderlich!

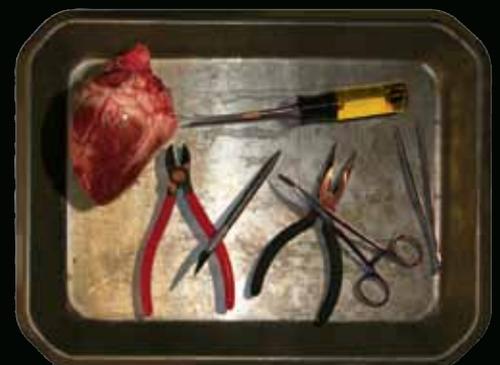
[www.wildpark-schwarze-berge.de](http://www.wildpark-schwarze-berge.de)

## Horrorkabinett geöffnet

Schauriges bei Happy Balloon

**Am 4. Oktober** öffnet wieder die große Halloween-Abteilung von Happy Balloon ihre Pforten. Bereits seit über 20 Jahren findet man hier ganz spezielle Halloween-Artikeln, welche direkt aus dem Halloween-Land Nummer 1 – den USA – importiert werden. Vom Kürbiskaugummi und leckeren Halloween-Candys für die Kleinen bis zu gruseligen Fleischer-Shop-Artikel für die Großen findet man hier eine gruselige Produktvielfalt. Als besonderes Highlight wird die schaurige Ausstellungsfläche dieses Jahr deutlich vergrößert werden. Besonders cool sind die strombetriebenen Figuren, die mit LED-Technik, Bewegungs- und Geräuschmeldern ausgerüstet sind und ihre „Show“ starten, wenn man sich bewegt oder vor der Figur Geräusche macht. Von Jahr zu Jahr steigen die Besucherzahlen ... schauen Sie doch einfach mal vorbei und lassen Sie sich schaurig schön inspirieren. Happy Balloon, Eppendorfer Weg 162, 040 - 422 22 00

[www.happyballoon.de](http://www.happyballoon.de)



## MACH MIT

BANGERANG und Happy Balloon suchen das ausgefallenste Halloween-Kostüm oder die fantasievollste Party-Deko.

Zu gewinnen gibt es:

1. Preis: Pokal und Totenschädel
2. Preis: Totenschädel
3. Preis: 15 € Gutschein für Happy Balloon

Schickt oder mailt uns ein Bild bis zum 10. November an: BANGERANG, Postfach 560 170, 22551 Hamburg oder per Mail an [gewinnspiel@bangerang.de](mailto:gewinnspiel@bangerang.de)

**Wichtig:** Namen und Adresse nicht vergessen!

Adressen werden nicht an Dritte weiter gegeben. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



**1.+2. Preis**

## Spuknacht & Hexenparcours

Halloween in der Arche Warder



Zum alljährlichen, schaurig schönen Halloween-Wochenende verwandelt sich der Tierpark wieder einmal in ein magischen, aber nicht zu gruseligen Ort der Hexen, Geister und

Kobolde. Halloween wird in der Arche Warder als zweitägiges Event gefeiert. Am Samstag, den 27. Oktober beginnt die **Halloween Spuknacht** genau dann, wenn die Sonne unter geht. Am Sonntag, den 28. Oktober geht es tagsüber weiter mit dem **Halloween Hexenparcours**: „Süßes oder Saures“ darf natürlich keinesfalls fehlen. Fackeln, Kürbis-Laternen und Lichter verzaubern die Besucher und tauchen den Tierpark in eine halloween-gerechte Stimmung. Für alle Besucher gibt es viele Aktivitäten, zum Beispiel Kürbisschnitzen, ein großes, magisches Hexenfeuer oder den Spuk Express.

[www.arche-warder.de](http://www.arche-warder.de)

## Bei Vollmond auf Entdeckungstour

Wildpark Lüneburger Heide zu Halloween

**Halloween findet im Wildpark** Lüneburger Heide vom 1. - 31. Oktober statt. Wenn die Wölfe des Wildparks heulen, trifft man auf Zauberer und andere Ungeheuer. Die Zauberhexe Finsel erwartet immer sonntags die Kinder, das Kinderschminken verwandelt die Kleinen in unheimliche Wesen. Außerdem gibt es noch unter fachkundiger Anleitung „schaurige Fratzen schnitzen“ aus Kürbissen für Groß und Klein. Jeden Samstag finden auch Laternenumzüge statt, die Falknerei präsentiert „Eulen bei Nacht“ und es gibt spannende Begegnungen im Dunkeln bei Vollmondwanderungen zu Wolf, Uhu & Co.

[www.wild-park.de](http://www.wild-park.de)



AB 4. OKTOBER  
Sonderausstellung

## HAPPY BALLOON

Eppendorfer Weg 162  
20253 Hamburg  
Telefon: 040- 422 22 00



**TISCHDEKO** ab 1,50 €

Geschirr, Pappteller, Girlanden, Becher, Servietten, Tischdecken und Konfetti in verschiedenen Ausführungen und Mustern



## HALLOWEEN PARTYSCHRECK

Von Kunstblut bis Kunstorganen.

**Rechts:** Dieses Skelett paßt gut auf Süßes und Saures auf. Partyschreck: Ø 24 cm, 29,95 €



**DEKOPLANEN UND WANDTATTOOS** ab 3,50 €

So zaubern Sie aus Ihrem Party-Raum eine urige Halloween-Kulisse: Verschiedenste Formate und Motive für Fenster, Wände und Türen.



**Links:** Dekoplane, mit gruseligem Sound

## ANIMIERTES ZUM GRUSELN

Verschiedenste Figuren, die leuchten, Geräusche machen oder sich bewegen. Von der Kette bis zur lebensgroßen Figur.

**Links: Mr. Zombody**  
Mit leuchtenden Augen und beweglichem Kopf, kriecht vor und zurück. Spooky Sound.

Alle Produkte nur solange der Vorrat reicht!



[WWW.HAPPYBALLOON.DE](http://WWW.HAPPYBALLOON.DE)

Illustration: Die Planeten © NASA



## 8 1/2 Planeten

### Große Tour durchs Sonnensystem

Die neue Show im Planetarium wirft einen genauen Blick auf die kleine Gruppe von faszinierenden Himmelskörpern. Was ist jenseits von Neptun los? Ist Pluto tatsächlich Mitglied einer neuen Klasse von Objekten – oder vielleicht doch ein Planet? Und was tummelt sich da eigentlich alles zwischen Mars und Jupiter? Es ist an der Zeit, einmal ganz genau hinzusehen, wie die Familie der Planeten beschaffen und geordnet ist. Was ist die Definition eines Planeten? Was sind die spezifischen Merkmale? Was verbindet und trennt die Planeten? Was kommt nach Pluto? Und wie viele Planeten gibt es tatsächlich? *8 1/2 Planeten* ist die deutschsprachige Premiere der vom Planetarium Hamburg erweiterten Produktion des Adventure Science Center Nashville (USA).

**Infos:** Planetarium, + 10 J., Karten: 040-42 88 65 20, [www.planetarium-hamburg.de](http://www.planetarium-hamburg.de)

**i** Wer mehr erfahren möchte, liest auf Seite 22 weiter. Hier beantwortet Rahlf Hansen, wissenschaftlicher Mitarbeiter am Planetarium, Fragen rund um das Thema „Planeten, Galaxien, Universum“.

Anzeige

## Legosteine auf Zeitreise

### Ausstellung im Helms-Museum

Nach dem großen Erfolg der Eiszeit-Ausstellung verwandelt sich jetzt der Sonderausstellungsbereich des Archäologischen Museums Hamburg bis Ende Januar 2013 in ein Lego-Paradies, in dem die Besucher auf Zeitreise gehen: vom Urmenschen und Mammut bis zu den Pyramiden, vom griechischen Tempel über die mittelalterliche Burg bis hin zur Gegenwart und einem Ausblick in die Welt der Zukunft. Es gibt viel zu entdecken und natürlich auch einen Bau- und Spielbereich für Kinder.

[www.helmsmuseum.de](http://www.helmsmuseum.de)

## Herbst im ErlebnisWald –

### von Eicheln, Kastanien und Hunden!

**Kühles Wetter, Wind** und bald schon Winter? Langeweile droht? Nichts wie raus in den Wald, es ist jetzt die schönste Zeit. Mit Pullover, Jacke und festen Schuhen lassen sich die tollsten Geheimnisse entdecken, Blätter fallen und verlocken zum Spielen! Dazu bietet der ErlebnisWald das richtige Programm für abenteuerlustige Kinder. Höhepunkt ist das große Schlittenhunderennen mit Trapper-Stimmung am 27. und 28.10.

[www.forst-sh.de](http://www.forst-sh.de)



## Eiskalte Lesung

### in Luke 1 auf der Cap San Diego

Im Dezember heißt es für Kids rein in die dicke Daunenjacke, Mütze auf, Schlafsack oder Decke geschultert und dann auf zur Cap San Diego! Denn: Im Zwischendeck der nicht geheizten Luke 1 warten nicht nur Hängematten, sondern auch die skurrile Weihnachtsgeschichte: „Es ist ein Elch entsprungen“ von Andreas Steinhöfel. Reservierung an Bord der Cap San Diego, Tel. 040-36 42 09 [info@capsandiego.de](mailto:info@capsandiego.de)



## Licht.Schatten.Farbe

### phäno - die Welt der Phänomene

**Polarlichter auf einer Weltkugel** entstehen lassen, einen Regenbogen erzeugen, verschiedenfarbige Schatten an die Wand werfen, gelbes Licht aus Rot und Grün mischen. Die große Experimentierlandschaft phäno in Wolfsburg hat in einer einmaligen Zusammenstellung 40 Mitmachstationen und Kunstwerke zu Licht-Phänomen aufgebaut. Von physikalisch anspruchsvoll bis spielerisch verblüffend. Die neue Sonderausstellung „Licht.Schatten.Farbe“ läuft noch bis Anfang April 2013. [www.phaeno.de](http://www.phaeno.de)



# Die Topadresse für Kindergeburtstage & Firmenevents!

## Der erste Indoor-Freizeit-Park für die ganze Familie!

**Die FUN WORLD, Spaß und Action auf 7.500 m<sup>2</sup>.**

Tretkarts • Hochseilgarten Air-Trail • Holz Kletterparcours • Kletterboxen • Rutschenwelt • 2 Soccerfelder • Inlinerfeld mit Skate- und Waveboards • Laser-Game-Arena • Elektro-Kartbahn • Adventure-Mini-Golf • und Europas größter Kinderspielturm




**FUN ARENA GmbH - Heidekoppel 3-5 - Henstedt-Ulzburg - Tel.: 04193 / 88 20 50 - [www.funarena.info](http://www.funarena.info) - Direkt an der A7, Abfahrt Henstedt-Ulzburg**

## Schattenspiele für Kids

Helldunkel im Altonaer Museum

In der Ausstellung „Helldunkel“ erfahren Kinder ab 4 Jahren, warum die Sonne nachts nicht scheinen kann. Sie lernen, dass ein Feuer nicht nur wärmt, sondern auch wilde Tiere vertreibt und darüber hinaus ein wichtiges Werkzeug ist. Außerdem wird erklärt, was Sternbilder sind und wie sie den Menschen schon seit tausenden von Jahren dabei helfen, sich nicht zu verirren. Und es kann ausprobiert werden, wie man mit Schatten Bilder zeichnen kann. Aber auch zu allen anderen Themen gibt es Mitmach-Stationen für Groß und Klein, z. B. auf dem Spielschiff „Altonia“. Wer mag, kann seine Erlebnisse in der Ausstellung in einem Helldunkel-Tagebuch festhalten.

Alle Schulklassen und Gruppen werden dringend um Voranmeldung gebeten.

Wunschtermin vereinbaren unter Tel.

040-428 13 10 [www.altonaermuseum.de](http://www.altonaermuseum.de)

## Die Schatzsuche beginnt!

Musical im Sternenzelt/Mundsburg

Ein Schatz, eine Karte, verschlagene Piraten und eine heldenhafte Truppe Biber – sie alle sind Teil der bunten, lustigen Schatzsuche im Familien-Musical *Die Schatzinsel* im Sternenzelt. Eingerahmt in eine tolle Kulisse erleben Sie die fröhliche, spannende und bunte

Geschichte der Suche nach dem größten Schatz der Welt. Ab dem 23. November.

[www.das-sternenzelt.de](http://www.das-sternenzelt.de)



## Cinderella – das märchenhafte Popmusical!

Der Sensationserfolg von 2011 ist endlich wieder auf Tour! Mit diesem zauberhaften Musical kommt am 6. Januar 2013 (15:30 Uhr) eine der aufwändigsten und schönsten Produktionen für Kinder und Familien ins CCH. Das Popmusical erzählt die klassische Geschichte für Kinder von heute. Die Musik ist abwechslungsreich und mitreißend – von tollen Popsongs bis zu wunderschönen Balladen. [www.cinderella-popmusical.de](http://www.cinderella-popmusical.de)

## KinderKinder

Traverse und Anima im Thalia

Das internationale Musik- und Theater-Festival KinderKinder bietet im Herbst ein buntes Bühnenprogramm, hierzu zwei Tipps:

**Traverse:** Das vergnügliche Tanz-Theater der Compagnie Arcosm zeigt einen Mann dessen Träume ihm eine geheime Welt eröffnen ... (ab 6 Jahren). Thalia Gaußstraße, Sa. 6.10. / 18 Uhr, So. 7.10. / 11.30 + 16 Uhr.

**Anima:** Annas Hund Donner ist gestorben. Was passiert, wenn man stirbt, fragt sich Anna und begibt sich auf eine Reise ... Das Puppentheater von Meridiano hat eine neue, fast filmische Sprache entwickelt (von 4-10 Jahren u. Erwachsene). Thalia Gaußstraße, Sa. 27.10. / 16 Uhr, So. 28.10. / 11.30 + 16 Uhr,

[www.thalia-theater.de](http://www.thalia-theater.de)

## Die Ritter Rost Revue

10 Jahre leuchtende Augen

Die nunmehr 6. Ritter Rost-Produktion fasst die Höhepunkte aller Aufführungen mit einer frischen, neuen Rahmenhandlung zusammen und zeigt die schönsten Lieder, Szenen und Momente aus 10 Jahren Tournee mit Ritter Rost, dem „tapferen“ Helden, Koks, dem quirligen Drachen, dem mutigen Burgfräulein Bö, dem ängstlichen kleinen Burggespenst, dem kultigen Pizzablitz Paolo und natürlich dem frechen sprechenden Hut.

Ab Oktober zeigen die Helden ein neues Bühnenspektakel in bester „Leuchtende Augen“-Qualität. [www.leuchtendeaugen.de](http://www.leuchtendeaugen.de)



## Zauberkonzert

in der Kulturkirche Altona

Das Konzert beginnt mit Schwierigkeiten:

Es fehlen Noten. Der Dirigent – er ist im Hauptberuf Magier – versucht zu helfen. Und da er zaubern kann, spielt schon mal ein Kind aus dem Publikum plötzlich Cello. Nico Valentino und das Ensemble Resonanz nehmen die Kinder mit in die magische Welt der Musik (14.10., 15.30 Uhr, ab 6 Jahren). [reservierung@kulturkirche.de](mailto:reservierung@kulturkirche.de)

Anzeige

**KinderKinder**  
16.9. bis 18.11.2012  
Internationales  
Musik- und  
Theaterfestival  
[www.kinderkinder.de](http://www.kinderkinder.de)

**Der Brei-Baukasten**  
EINS, ZWEI - BREI  
Einfache Grundrezepte  
x-mal variiert  
Garantiert  
leer gegessene  
Teller!  
Danja Rieber  
Eins-Zwei-Brei  
14,90 €  
ISBN 978-3-8304-3998-1  
In Ihrer Buchhandlung  
Titel auch als E-Book  
Mehr Bücher zum Thema:  
[www.trias-verlag.de](http://www.trias-verlag.de)  
TRIAS  
wissen, was gut tut

**Künstler-, Bastel- und Handarbeitsartikel in großer Auswahl**

idee. ist farbe. papier. pinsel. filz. knete. glitter. keilrahmen. blöcke. wasserfarben. klebstoff. stifte. wolle. perlen. fotokarton. ideen...



Europa Passage Hamburg **EUROPA PASSAGE**  
Ballindamm 40  
Mo – Sa 10 – 20 Uhr geöffnet  
t 040. 33 39 50 71

MERCADO Hamburg-Altona **MERCADO**  
Ottenser Hauptstraße 10  
Mo – Sa ab 10 Uhr geöffnet  
t 040. 32 51 86 12

**idee.**  
der creativmarkt

www.idee-shop.de

# Planeten, Galaxien, Universum

Rahlf Hansen vom Planetarium Hamburg beantwortet Fragen

**Im Spielzeug-Universum von LEGO Star Wars™ gibt es seit kurzem sechs Planeten. Wie viele Planeten gibt es eigentlich in unserem Planetensystem?**

In unserem Planetensystem gibt es acht Planeten.

**Wie heißen diese Planeten?**

Sie heißen Merkur, Venus, Erde, Mars, Jupiter, Saturn, Uranus und Neptun. Mit der Eselsbrücke „Mein Vater erklärt mir jeden Sonntag unsere Nachbarplaneten“ kann sich jeder die Namen leicht einprägen.

**Die sechs neuen LEGO Star Wars™ Planeten haben alle unterschiedliche Farben. Auch in unserem Planetensystem sind nicht alle Planeten so blau wie die Erde? Warum?**

Weil es verschiedene Typen von Planeten gibt. Die erdähnlichen, wie z. B. der Mars, sind feste Gesteinsbrocken. Dass die Mars-Oberfläche verrostet ist, erklärt dessen rote Farbe. Auch die Venus hat eine feste Oberfläche, die allerdings komplett von Wolken umhüllt ist. Da diese Wolken das Licht der Sonne reflektieren, hat die Venus die gelbliche Farbe der Sonne. Andere Planeten, wie z. B. Jupiter und Saturn, bestehen nur aus Gas und Wolken. Die Farben dieser Planeten hängen von dem Material ab, aus dem die Wolken bestehen.

**Warum sind Planeten immer rund?**

**Oder sind sie das überhaupt nicht?**

Planeten sind immer rund. Himmelskörper, die nicht rund sind, werden nicht als Planeten bezeichnet, sondern z. B. als Kleinplaneten.



Bild: NASA  
Darstellung der Planeten unseres Sonnensystems

Planeten sind rund, da sie durch die Schwerkraft zusammengehalten werden. Die Schwerkraft wirkt in alle Richtungen gleich und sorgt so für die Kugelform.

**Auch im Spielzeug-Universum von LEGO Star Wars™ ist das Thema „Planeten“ derzeit hochaktuell.** Im Juli wurden sechs Planeten „geboren“, die nun im Handel erhältlich sind. Die Sets enthalten neben dem Planeten auch eine Minifigur und ein Raumschiff, die jeweils einem der sechs Star Wars™ Filme entnommen sind: vom Naboo Starfighter™ auf Naboo™ bis hin zum AT-ST™ auf Endor™.

**Tipp: BANGERANG, Lego Star Wars™ und das Planetarium verlosen auf S. 24 Eintrittskarten für das Planetarium und Lego Star Wars™ Preise.**

**isens**  
Kino grenzenlos

23.1 3D Tonsystem von Dolby Digital  
VIP Luxurioses auf allen Plätzen  
XXL Leinwand  
UCI DIGITAL HD Digital Sound und Performance

**Kinogenuss mit allen Sinnen!**  
Entdecke isens - im Oktober in allen drei Hamburger UCI KINOWELTen!

www.UCI-KINOWELT.de

Hier könnte in der nächsten Ausgabe Ihre Anzeige stehen ...  
Anzeigenschluss: 15. November

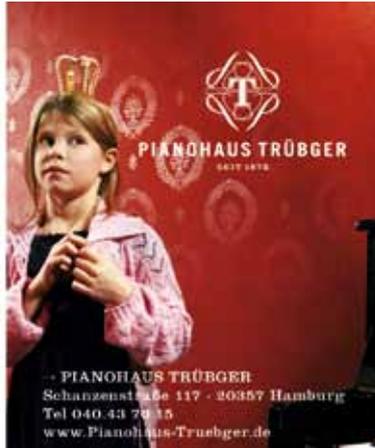


Rufen Sie uns an.  
Wir beraten sie gerne

**040-70 38 47-0**

## Warum gibt es eigentlich kein Trompetenklavier?

Kinder würden am liebsten alles gleichzeitig ausprobieren. Doch man weiß nie, wie lange die Leidenschaft tatsächlich anhält. Deshalb bieten wir Ihnen viele Pianos zur Miete, schon ab 30,00 Euro im Monat. Natürlich auch mit späterer Anrechnung auf den Kaufpreis. Wir erzählen Ihnen gerne mehr – auch wo es im Fall der Fälle eine Trompete gibt.



**PIANOHAUS TRÜBGER**  
GAST GABE

PIANOHAUS TRÜBGER  
Schanzenstraße 117 · 20357 Hamburg  
Tel 040 43 79 15  
www.Pianohaus-Truebger.de

# Guru der Gelassenheit

Der dänische Pädagoge  
Jesper Juul im Gespräch



**Als was hat man ihn nicht schon bezeichnet - als „Eltern-Flüsterer“, als „Popstar der Ratlosen“ oder als „Guru für die neuen Eltern“. Wie groß das Bedürfnis nach Rat tatsächlich ist, zeigte Mitte Septem-**

**ber die ausverkaufte Veranstaltung „Wie wir unsere Kinder gelassen erziehen“ im Thalia Theater.** Im amüsanten Dialog mit Brigitte-Redakteur Georg Cadeggiani (Vater von 6 Kindern) äußerte der berühmte dänische Familientherapeut vor vorwiegend weiblichen Zuhörern: Kinder brauchen keine „Helikopter-Mütter“, die bei Ungemach sofort zu Hilfe eilen: „Kinder brauchen Frustration!“ Oder auch: „Kinder fordern viel Aufmerksamkeit – aber sie brauchen nicht so viel!“ Und stellt gleich zu Beginn klar, dass es nicht die eine richtige Antwort auf ein Problem gibt, sondern nur eine neue Form des Dialogs.

Ein Dialog, in dem Kinder „gleichwürdig“ sind und Eltern mehr erfahren, wie ihr Kind ist, und nicht, was es macht. Nach Auffassung des Dänen sind Kinder kompetente Wesen – sowohl emotional als auch sozial. Sie tun ihr Bestes, wollen uns Eltern glücklich machen, lernen durch Imitation. Und wenn sie sich auffällig verhalten, wurde meist ihr Selbstwertgefühl von Erwachsenen beschädigt. Statt sich auf das auffällige Verhalten zu konzentrieren, sollten Eltern besser herausfinden, wer das Kind ist, mehr Neugier auf ihr

Kind entwickeln. Schließlich sei jedes Kind einzigartig.

Jesper Juul fordert nichts weniger als eine neue, moderne Erziehungskultur – weg vom Gehorsam, hin zur Verantwortung. Statt Erziehung eine Beziehung, die dafür sorgt, dass alle Familienmitglieder sich wohl fühlen. Er rät: „Wir können dem Kind ruhig öfter sagen, wie sehr es das eigene Leben bereichert, übrigens nicht nur dem Kind, sondern auch dem Partner.“ Eltern haben dabei die Führungsrolle: „Eltern sind wie Leuchttürme, sie müssen in regelmäßigen Abständen deutliche Signale aussenden, damit Kinder im Laufe der Zeit lernen, einen sicheren Kurs zu halten.“ Dabei sollten Eltern klar äußern, was sie wollen und nicht danach streben, sich bei den Kindern beliebt zu machen, denn: „Wenn man immer beliebt sein will, sollte man keine Kinder haben!“ Und Jesper Juul beruhigt uns Eltern: „Die meisten Fehler in der Erziehung sind ohne Bedeutung – wichtig ist aber, wenn etwas schief läuft, müssen Eltern dafür die Verantwortung übernehmen und auch mal Fehler eingestehen. Das baut Vertrauen auf.“ Wichtig sei es dabei, authentisch zu sein und keinesfalls zu schauspielern, das würden Kinder sofort spüren.

Im Gespräch mit **Bangerang** erklärt Jesper Juul gleich zu Beginn auf die Frage nach dem häufigsten Fehler deutscher Eltern: „Es gibt keine Fehler, sondern nur nicht gelungene Versuche.“ Überhaupt solle man sich weniger auf Probleme und Konflikte fokussieren, die seien wenig interessant, viel interessanter seien die Menschen. Warum gerade die Deutschen den Druck empfinden, perfekt zu sein, erklärt der Däne mit Schuldgefühlen, seit dem 2. Weltkrieg spürten die Deutschen die Verpflichtung, nett, freundlich zu sein. Mittlerweile sei aber in ganz Europa diese

Illusion entstanden, dieses Phänomen, dass Eltern alles richtig, alles perfekt machen wollen. Nach Juuls Meinung ist der einzige Weg aus den ewigen Selbstvorwürfen und Schuldgefühlen, sich klar zu machen: Wir geben den Kindern etwas und die Kinder geben uns etwas zurück. Und der andere Weg ist: Verantwortung zu übernehmen: Dann geht Schuld weg. Sich zu sagen, dieses und jenes hat nicht geklappt – ich bin dafür verantwortlich. Dann verschwinden die Schuldgefühle.

Beim Thema Schule wird der Pädagoge sehr deutlich: „Schule ist eine Katastrophe. Schule weiß nicht, was Kinder brauchen. Mehr und mehr Kinder werden ausgegrenzt. Kinder mit sogenannten Sonderbedürfnissen, das ist doch großer Quatsch und die Eltern machen so etwas mit. Denn alle haben diese Angst, nicht dieses durchschnittliche, funktionierende Kind zu haben. Dabei sollte man in Wirklichkeit Angst haben, wenn das Kind zu gut funktioniert, nicht aufbegehrt. Also genau bei diesen 18 Prozent gut funktionierenden Mädchen, für die die Schulen gebaut sind. Diese braven Mädchen sind heute in großen Schwierigkeiten, zu meiner Zeit waren sie es im Alter von 40 Jahren, heute aber schon mit 15 oder 16 Jahren. Deswegen ist der elterliche Perfektionismus auch so gefährlich.“

Gaby Friebel

**i** Das vollständige Interview zu Themen wie **Magersucht, Aggressivität und Schule finden Sie unter [www.bangerang.de](http://www.bangerang.de) und im QR-Code auf Seite 3.**



**Buchtipp:**  
**Frag Jesper Juul**  
**Gespräche mit Eltern**  
**Beltz Verlag**

Anzeige

**WUMMEL KISTE** Spielst du noch, oder wummelst du schon?

GÜLTIG BIS 31.12.2012

Spiel- und Bastelspaß für Kinder 3-7  
Kreative Ideen, illustrierte Anleitungen und hochwertige Materialien

**5€ RABATT**  
**BANGERANG**  
Jetzt entdecken!  
Ab 19,95€

Jeden Monat Bequem nach Hause:  
[www.wummelkiste.de](http://www.wummelkiste.de)

Wie erziehe und reagiere ich richtig?

**Das liebevolle Elternbuch**

Elizabeth Pantley  
**Erziehen ohne Frust und Tränen**  
17,99 € [D]  
ISBN 978-3-8304-6039-8

In Ihrer Buchhandlung  
Titel auch als E-Book:  
Mehr Bücher zum Thema:  
[www.trias-verlag.de](http://www.trias-verlag.de)

**TRIAS**  
wissen, was gut tut



## Vorfreude auf die Winterzeit

Auch dieses Jahr werden wieder auf den **Märchenschiffen** mit den Bäckern von **Dat Backhus** Plätzchen ausgestochen, verziert und gebacken. Vom **26.11.-23.12** öffnen sich die Türen der Backschiffe am Jungfernstieg für die kleinen Bäcker. Daher schon mal den Kartenvorverkauf für Gruppen (Kindergärten + Schulen) am Anleger Jungfernstieg notieren: **17.11., 9-14 Uhr**, Einzelkarten vom 26.11.-23.12. von 10-14 Uhr.

## Herr Doktor, braucht ihr beim Operieren auch Nervensägen? Kinderuni am Tag der offenen Tür im Krankenhaus Tabea

Am **18. November** lädt das Krankenhaus **Tabea** von **10-16 Uhr** bereits zum vierten Mal zu einem „Tag der offenen Tür“ der besonderen Art. 6-12-Jährige dürfen hier „Haut nähen“ lernen, Verbände anlegen, das Lieblingsstofftier röntgen, Gummibärchen aus Kürbissen arthroskopieren, Walnüsse, Paprika & Co. durch das OP-Mikroskop betrachten und sezieren, dem Herzen bei der Arbeit zuschauen u.v.m. Jedes Jahr aufs Neue erfreut sich die Kinderuniversität im Tabea großer Beliebtheit, und so soll sie auch im November 2012 wieder Herzstück des Tags der offenen Tür werden. Neben den vielen interaktiven Programmpunkten erfahren die kleinen Besucher in der KinderUni in kindgerechten und unterhaltsamen Vorträgen außerdem alles über Nerven, Blutkreislauf, Knochen und Haut. Die kleinen Geschwister werden derweil liebevoll und kreativ



von den Profis von kids event betreut – veranstalten dabei Bobbycar-Rennen, formen Tiere aus Ballons, basteln, zeichnen, werden fantasievoll geschminkt ...

Den Erwachsenen bietet sich zeitgleich die Möglichkeit, in einer hoch renommierten chirurgischen Spezialklinik einmal hinter die Kulissen zu schauen. Sie erwarten **Informationsveranstaltungen** über Behandlungsmöglichkeiten bei Erkrankungen der Hüft- und Knie-Gelenke, der Wirbelsäule und der Füße, neue Therapieformen bei Krampfadern, Venenscreenings sowie moderne Anästhesie. Als besonderes Highlight führen die Chef- und Oberärzte OP-Demonstrationen am Modell durch.

**Krankenhaus Tabea**  
**Kösterbergstraße 32, 22587 Hamburg**  
[www.tabea-fachklinik.de](http://www.tabea-fachklinik.de)

Fotos: Tabea (1), Rasmus Lippels (1)

## Herbst-Verlosung

Wenn Du einen der tollen Preise gewinnen möchtest, beantworte folgende Frage: Wie viele Planeten hat unser Sonnensystem? (S.22)

Sende die Lösung an: **Bangerang, Postfach 560 170, 22551 Hamburg** oder per Mail an: [gewinnspiel@bangerang.de](mailto:gewinnspiel@bangerang.de)

Wichtig: Namen, Alter und Wunschpreis nicht vergessen! Einsendeschluss: 15. November 2012, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

### Unter allen Einsendungen verlosen wir:

- 1 x 1 **Jabba's Palace** von Lego Star Wars™ + 1 **Familienticket** (max. 5 Pers.) für **8 ½ Planeten** im Planetarium
- 1 x 1 **Desert Skiff** von Lego Star Wars™ + 1 **Familienticket** (max. 5 Pers.) für **8 ½ Planeten** im Planetarium
- 1 x 1 **Sebulba's Podracer & Tatooine + X-Wing Starfighter & Yavin 4** von Lego Star Wars™ + 1 **Familienticket** (max. 5 Pers.) für **8 ½ Planeten** im Planetarium
- 3 x 1 **Familienticket** (max. 5 Pers.) für **8 ½ Planeten** im Planetarium
- 2 x 2 **Karten** für das **Junge Schauspielhaus** für das Stück „Haram / Desaparecidos“ am 30.10.
- 3 x 1 **Ganzkörper-Massage „Vorfreude“** im Nivea Haus
- 3 x 1 **Fan Paket** zum Kinostart von **Madagascar 3**
- 10 x 1 personalisiertes **Buch** zum Mitgestalten von **Family.de**
- 2 x 1 **Wecker** von **Hama** + 2 Freikarten zum Kinostart von **Zarafa**



Anzeige

# In andere Welten eintauchen und Abenteuer erleben

## BÜCHER UND MEHR

Treffpunkt Bücher  
**HEYMANN**

[www.heyman-buecher.de](http://www.heyman-buecher.de)



# Stöberecke

ab 3 Jahren



## Ginpuin

Der kleine Pinguin mit Sprachfehler, Ginpuin, wird von den anderen immer ausgelacht, weil er z.B. Flimmschwossen statt Schwimfflossen sagt. Traurig macht er sich auf eine Reise, um woanders sein Glück zu suchen. Als das Heimweh den kleinen Außenseiter wieder zurück nach Hause treibt, stellt er fest, dass ihn die anderen schon sehnsüchtig erwarten ... **Coppenrath Verlag, 12,95 €**

ab 5 Jahren



## Kein Keks für Kobolde

Cornelia Funkes Geschichten um die Kobolde Neunauge, Feuerkopf und Siebenpunkt gibt es nun auch auf DVD. Wo die drei auftauchen, ist spaßiges Chaos angesagt. Denn immer sind sie auf der Suche nach der knackigsten Nuss, der süßesten Beere oder einem leckeren Keks. Lästig sind nur die Hässlinge: Menschen, und noch schlimmer: Sumpfratten ...

**Universum Film, DVD 1 +2 bereits im Handel**

ab 10 Jahren



## Liebes Flunkertagebuch

Lügen ist manchmal gar nicht so schlecht, denkt Nina, als endlich Irina von ihr Notiz nimmt. Nur dank dieser klitzekleinen Lügengeschichte, die sie ihr aufgetischt hat. Doch als bei den Proben der Theater-AG beinahe ein Feuer ausbricht, muss Nina sich zwischen Wahrheit und Schwindel entscheiden ... turbulent-witzige Familiengeschichte um Lüge und Vertrauen! **Gabriel Verlag, 11,95 €**

ab 4 Jahren



## Paula & Paula

Die beiden niedlichen Maulwurf-Schwester sind vielen Kleinen bereits aus dem Sandmännchen bekannt. Auf DVD erhältlich ist nun eine Sammlung von 13 bezaubernd ruhigen Kurzgeschichten, kleinen Entdeckungsreisen durch die Natur. Paula & Paula staunen über die Wolken, den Wind, Bienen, Seerosen, Schnecken und Raupen – sie spielen mit Ameisen und Ahornblättern ... **Karussell, ca. 9,99 €**

ab 5 Jahren



## Lady Muffin & Herr Klops

Kinder zum Kochen und gesunden Essen anregen? Das geht jetzt mit einem Koch-Hörspiel: Sternekoch **Johann Lafer** steuerte einfache, leckere Rezepte zum Mitkochen bei, die in witzige Abenteuer verpackt wurden. Kinder können so parallel zum witzigen Hörspiel um die süße Lady Muffin und den kernigen Herr Klops kochen, am besten gemeinsam mit den Eltern. Lustig & lecker!

**Karussell, ca. 7,99 €**

ab 10 Jahren



## Monstrum House: Das Haus des Grauens (Bd.1)

Schaurig-frecher Lesestoff und eine Klasse neue Buchreihe für Jungs: Statt Mathe und Englisch steht im Monstrum House Monsterekunde auf dem Lehrplan. Das Internat mit dem merkwürdigen Namen ist die letzte Hoffnung für Kinder wie den 13-jährigen Jasper McPhee, der schon von mehreren Schulen geflogen ist.

**Kosmos Verlag, 8,99 €**

Anzeige

## Sachen markieren – nichts mehr verlieren!

**Namensaufkleber, Bügeletiketten und Textilaufkleber in unterschiedlichen Größen und Farben.**

Praktische Namensetiketten für Schule und Kindergarten. Halten auch in der Spülmaschine, bzw. Waschmaschine. Jetzt neu: Mini Aufkleber auch in bunt, ideal für Stifte, Pinsel, Lineal, etc.



**www.gutmarkiert.de**

## Der originale Kochplaner für das ganze Jahr



**Ökologisch, frisch & gesund**

Edith Cäcilia  
Das geniale  
Familien-Kochbuch  
€ 17,99  
ISBN 978-3-8304-6489-0

In Ihrer Buchhandlung  
Titel auch als E-Book  
Mehr Bücher zum Thema:  
[www.trias-verlag.de](http://www.trias-verlag.de)

**TRIAS**  
wissen, was gut tut

## November

### 01 Donnerstag

14:00 Flugschau  
Wildpark Schwarze Berge

### 02 Freitag

15:00 Laterne basteln - Umzug mit dem Märchenerzähler  
Wildpark Schwarze Berge  
Anmeldung: 040-819 77 47 0  
15:30 Der Zeit-Tausch-Pakt  
Fundus Theater 8-12 J.  
16:00 para papèl – fürs Papier  
Kampnagel K1  
Theater, 6/8 €, 0,5-4 J.  
16:30 Nachtwanderungen zu Wolf, Uhu & Co.  
Wildpark Lüneburger Heide  
Das Familienalbum\*  
Fundus Theater +8 J.  
19:00 Secret Impro Match  
Theater Zeppelin +15 J.

### 03 Samstag

10:30 para papèl – fürs Papier  
Kampnagel K1  
Theater, 6/8 €, 0,5-4 J.  
11:00 Der Zeit-Tausch-Pakt  
Fundus Theater 8-12 J.  
14:00 Klingender Samstag Classico  
Das klingende Museum + 7 J.  
14:30 Tausendundeine Nacht  
Theater für Kinder  
15:00 Best of Revue Ritter Rost  
Fliegende Bauten  
15:00 Torwand schießen Indoo Park  
16:00 para papèl – fürs Papier  
Kampnagel K1  
Theater, 6/8 €, 0,5-4 J.

### 04 Sonntag

10:30 para papèl – fürs Papier  
Kampnagel K1  
Theater, 6/8 €, 0,5-4 J.  
11:00 Der Zeit-Tausch-Pakt  
Fundus Theater 8-12 J.  
11:00 Casting & Lampenfieber  
Task 55 €, 8-12 J.  
11:00 Titanic-Entdeckung auf dem Meeresgrund  
Theater Zeppelin +8 J.  
13:00 Geheimnis der Papierrakete  
Planetarium  
13:30 Elefantenschleudern!  
Museum der Arbeit 2 €, Material  
14:00 Best of Revue Ritter Rost  
Fliegende Bauten  
14:00 Kinderschminken  
Buntes Animationsprogramm  
rabattz!  
14:00 Helldunkel. Spiele mit Licht und Schatten  
Altonaer Museum 2 €  
14:00 Bau mit!  
Helms-Museum +8 J.,  
Anmeldung: 040-428712497  
14:30 Tausendundeine Nacht  
Theater für Kinder  
14:30 Schneewittchen + die 7 Zwerge  
Komödie Winterhuder  
Fährhaus  
15:00 Vom Goldgrund zum Bergpanorama  
Hamburger Kunsthalle  
Familienführung  
15:00 Pianoon  
Museum f. Kunst u. Gewerbe  
ICH und DU, hör mir zu!  
16:00 Hexenfieber  
Theater Zeppelin +8 J.  
16:00 Fredrik Vahle  
Fabrik Altona Theater, 6/8 €, +4 J.  
16:00 para papèl – fürs Papier  
Kampnagel K1 Theater, 6/8 €, 1-4 J.

16:30 Pianoon  
Museum f. Kunst u. Gewerbe  
Musikwerkstatt – junge Musiker  
stellen sich vor

### 06 Dienstag

10:30 Magical Sound Circus  
Kulturladen St. Georg  
Theater, 6/8 €, +6 J.

### 07 Mittwoch

10:00 Es war einmal mit Frosch  
Theater Zeppelin +3 J.  
10:30 Magical Sound Circus  
Lola Bergedorf Theater, 6/8€, +6 J.  
13:30 Das Geheimnis der Bäume  
- Die Abenteuer von Dolores  
& Mike Planetarium  
14:00 Holzlettern Manufaktur  
Museum der Arbeit 2 €, Material

### 08 Donnerstag

10:30 Magical Sound Circus  
Sasel-Haus Theater, 6/8 €, +6 J.  
15:00 Kinderbauernhof  
Museumsbauernhof  
Wennerstorf 4 €

### 09 Freitag

10:30 Magical Sound Circus  
Ella Kulturhaus  
Theater 6/8 €, +6 J.  
16:00 Nähen mit der Maschine  
Ev. Familienbildung  
Eppendorfer anmelden, 25 €  
18:00 TempoTempo!  
Fundus Theater 6-12 J.

### 10 Samstag

10:00 Kurs: Holzschale  
Freilichtmuseum Kiekeberg  
35 €, Anmeldung erforderlich  
10:30 Geschwisterdiplom  
Ev. Familienbildung

11:00 Eppendorfer 12 €, anmelden  
Kurs: Seifensieden  
Freilichtmuseum Kiekeberg  
35 €, Anmeldung erforderlich  
13:00 Geheimnis der Papierrakete  
Planetarium  
14:00 Klingender Samstag Piccolo  
Das klingende Museum 4-6 J.  
15:00 Eltern werden Großeltern  
Ev. Familienbildung  
Eppendorfer anmelden, 20 €  
15:00 Stopp-Tanz Indoo Park  
15:00 Ab durch die Hecke  
Museum f. Kunst u. Gewerbe  
Lesung für Kinder  
15:00 Es war Einmal Schmidts Tivoli  
7 Märchen auf einen Streich  
16:00 Es war einmal mit Frosch  
Theater Zeppelin +3 J.  
16:00 Magical Sound Circus  
Kampnagel K4  
Theater, 6/8 €, 0,5-4 J.  
19:00 Die Lange Nacht für Kurze  
rabattz! 29,95 €, 5-12 J.  
19:30 Die Tochter des Ganovenkönig  
Theater Zeppelin

### 11 Sonntag

11:00 Kurs: Obstbaumschnitt  
Museumsbauernhof  
Wennerstorf  
30 €, Anmeldung erforderlich  
11:00 Stuntfighting  
Task 55 €, +11 J.  
13:30 Stanzen, Prägen, Emailieren  
Museum der Arbeit 2 €, Material  
14:00 Kinderschminken und buntes  
Animationsprogramm rabattz!  
14:00 Helldunkel. Spiele mit Licht  
und Schatten  
Altonaer Museum 2 €  
14:00 Bei den Korbflechtern der  
Steinzeit Helms-Museum +8 J.,  
Anmeldung: 040-428712497

Anzeige



www.kamik.com

**WARM AND DRY**

**Kamik Waterbug 5 GTX**

Wasserdicht durch GORE-TEX® Membran  
Innenschuh herausnehmbar, 7 mm Zylax®  
Schneefangbündchen mit Gummizug  
Klettverschluss für optimale Passform  
Größen 25-39

Erhältlich bei: **Schritt für Schritt**  
Eppendorfer Weg 207 - 20253 Hamburg

**Respect Your Feet**



**Fliegende Bauten**

präsentieren

**RITTER ROST**  
DIE BEST OF - REVUE

**Das Beste kommt (fast) zum Schluss.**

Erlebe jetzt noch einmal die lustigsten, schönsten und besten Abenteuer von Ritter Rost und seinen Freunden.

**Am 3., 4. und 24. November 2012**

Jetzt schon vorfreuen auf  
**RITTER ROST**  
FEIERT WEIHNACHTEN  
ab 29. November

Tickets jetzt vorbestellen  
unter fliegende-bauten.de oder Tickethotline: (040) 881 411 881  
Fliegende Bauten · Glacischaussee 4 · Hamburg-St.Pauli

- 14:30 Es war Einmal **Schmidts Tivoli**  
7 Märchen auf einen Streich
- 14:45 Das Geheimnis der Bäume  
- Die Abenteuer von Dolores  
& Mike **Planetarium**
- 15:00 Adventswerkstatt  
**ErlebnisWald Trappenkamp**  
mit Kinderbetreuung
- 15:00 Bobby Car-Rennen **Indoo Park**  
Kinderbauernhof
- 15:00 **Museumsbauernhof**  
**Wennerstorf** 4 €
- 15:00 Zeichnen geht ganz leicht  
**Hamburger Kunsthalle**  
Familienführung
- 15:00 Märchenhafte Polarnacht  
im Museum  
**Museum f. Kunst u. Gewerbe**  
Hexenfieber
- 16:00 **Theater Zeppelin** +8 J.
- 18:00 1944 Es war einmal ein Drache  
**Fundus Theater** +12 J.

### 13 Dienstag

- 19:30 Ü18-Toben für GROBE  
rabattz! 5,50 €

### 14 Mittwoch

- 10:00 Grimm Geburtstag Märchen  
**Theater Zeppelin** +4 J.
- 14:00 Holzlettern Manufaktur  
**Museum der Arbeit** 2 €, Material
- 16:00 Elefantenschleudern!  
**Museum der Arbeit** 2 €, Material
- 19:30 Stärken Sie das Selbst-  
wertgefühl Ihres Kindes!  
**Ev. Familienbildung**  
**Eppendorf** 12 €

### 16 Freitag

- 10:00 Das ist Anton Daumesdick  
**Fundus Theater** 2-5 J.
- 19:00 Nicht denken – singen!  
**Theater Zeppelin** Für alle

### 17 Samstag

- 10:00 Familien gemeinsam in Aktion  
**Ev. Familienbildung**  
**Eppendorf** 30 €
- 13:00 Kaluoka`Hina - Das Zauberriff  
**Planetarium**
- 14:00 Klingender Samstag Classico  
**Das klingende Museum** +7 J.
- 15:00 Piraten-Rallye **Indoo Park**
- 15:00 Es war Einmal **Schmidts Tivoli**  
7 Märchen auf einen Streich
- 16:00 Grimm Geburtstag Märchen  
**Theater Zeppelin** +4 J.

### 18 Sonntag

- 10:00 Werde Ehrendoktor!  
Kunderuniversität und  
Tag der offenen Tür  
**Krankenhaus Tabea**  
Kösterbergstr. 32 / HH - Blankenese  
10 - 16 Uhr

- 10:00 Kinderflohmarkt **Fabrik**
- 13:00 Geheimnis der Papierrakete  
**Planetarium**
- 13:30 Stanzen, Prägen, Emailieren  
**Museum der Arbeit** 2 €, Material
- 14:00 Kinderschminken und buntes  
Animationsprogramm  
**rabattz!**
- 14:00 Helldunkel. Spiele mit Licht  
und Schatten  
**Altonaer Museum** 2 €
- 14:00 Spiel und Spaß bei den  
alten Römern **Helms-Museum**  
+8 J., Anmeldung: 040-428 71 24 97
- 14:30 Schneewittchen und die  
7 Zwerge **Komödie**  
**Winterhuder Fährhaus**  
Kinderstück
- 15:00 Kletter-Rallye **Indoo Park**
- 15:00 Kinderbauernhof  
**Museumsbauernhof**  
**Wennerstorf** 4 €
- 15:00 Schönheitsideale und  
Modetrends Familienführung  
**Hamburger Kunsthalle**
- 15:00 Kunstspeisezeit  
**Museum f. Kunst u. Gewerbe**  
Gestaltung von der Hand in den  
Mund
- 16:00 Kuchen für den Taugenichts  
**Fundus Theater** Premiere, 4-10 J.
- 16:00 Die springende Maus  
**Theater Zeppelin** +4 J.
- 16:00 Konzert Sürprise  
**Kampnagel K2 Theater** 6/8 €, 1-4 J.

— Anzeige —



### 21 Mittwoch

- 10:00 Hühnersuppe ohne Huhn  
**Theater Zeppelin** +4 J.
- 14:30 Kuchen für den Taugenichts  
**Fundus Theater** 4-10 J.
- 15:00 Nägel mit Köpfen  
Arbeit an der Drahtstiftpresse  
**Museum der Arbeit** 2 €, Material
- 16:30 Das Geheimnis der Bäume:  
Die Abenteuer von Dolores  
& Mike **Planetarium**

### 22 Donnerstag

- 15:00 Kinderbauernhof  
**Museumsbauernhof**

- 20:00 **Wennerstorf** 4 €
- Montessori für**  
**EinsteigerInnen**  
**Ev. Familienbildung**  
**Eppendorf** anmelden, 12 €

### 23 Freitag

- 15:00 Das Geheimnis der Bäume  
**Die Abenteuer von Dolores**  
& Mike **Planetarium**
- 15:00 Es war Einmal **Schmidts Tivoli**  
7 Märchen auf einen Streich
- 16:00 Nachtwanderungen zu Wolf,  
Uhu & Co.  
**Wildpark Lüneburger Heide**  
Anmeldung: 04184-893915, 10 €
- 17:00 Teenie - Schminkschule  
**Ev. Familienbildung**  
**Eppendorf** 19 €
- 20:00 Schuh Mädchen Report  
**Theater Zeppelin** +14 J.

### 24 Samstag

- 10:30 Kurs: Weihnachtsbäckerei  
Lebkuchen  
**Freilichtmuseum Kiekeberg**  
Kinder 13 €, Erwachsene 27 €,  
Anmeldung erforderlich
- 11:00 Mürbeteig & Co. für die ganze  
Familie **Ev. Familienbildung**  
**Eppendorf** 30 €
- 11:00 Werkspione  
**Bucerius Kunst Forum**  
Familienführung +6 J.
- 11:00 Es war Einmal **Schmidts Tivoli**  
7 Märchen auf einen Streich
- 13:00 Unser Blauer Planet  
**Planetarium**
- 14:00 Fit für den Alltag mit  
Klopfakupressur (EFT)  
**Ev. Familienbildung**  
**Eppendorf** 25 €
- 14:00 Klingender Samstag Piccolo  
**Das klingende Museum** 4-6 J.
- 15:00 Best of Revue Ritter Rost  
**Fliegende Bauten**
- 15:00 Elfmeterschießen **Indoo Park**
- 16:00 Schneewittchen und die  
7 Zwerge **Komödie**  
**Winterhuder Fährhaus**
- 16:00 Wachgeküsst

**Theater Life - jung und  
creativ in Norderstedt e.V.**  
Das Dornröschen-Musical  
Mehr Termine: Bitte umblättern

Advertisement for the musical 'Cinderella'. The poster features a young girl in a blue dress and a woman in a white dress. The text reads: 'Cinderella Das märchenhafte Popmusical'. Below the image, it says: 'Tolles Familien-Erlebnis! Unvergleichlich schön!...' (Eventim Fanreport) ★★★★★. The website 'www.cinderella-popmusical.de' is listed. The performance is on '06 JAN CCH 15.30 Uhr' at 'HAMBURG'. Tickets are available at 'eventim.de + VVK'.

Advertisement for 'Noctalis' at Bad Segeberg. The text reads: 'Noctalis WELT DER FLEDERMÄUSE Bad Segeberg'. It describes an experience where visitors can explore the world of bats by night, with activities like flying, listening to their echolocation, and hanging from ropes. The event is held at the Kalkberghöhle. Dates: Mo-Fr 8-17 Uhr, im Sommer 9-18 Uhr, an Tagen mit Spälvorstellung der Karl-May-Spiele bis 19:30 Uhr. Website: www.noctalis.de, Infos: 04551-80820.

Advertisement for 'mehrFamilie.de'. The text reads: 'mehrFamilie.de Das neue Netzwerk für Familien'. It highlights features like 'Kontakte knüpfen: stadt-, land- und bundesweit', 'Eltern mit gleichen Interessen finden', and 'Gruppen gründen und gemeinsam etwas bewegen'. A woman is shown jumping joyfully. The website 'mehrFamilie.de' is mentioned as being available for free registration.

Advertisement for the book 'Schlafen statt Schreien' by Elisabeth Paintley. The text reads: 'Liebevoll & zärtlich: Der Schlaf-Bestseller'. The book is described as 'Das liebevolle Einschlafbuch' and is available as an audiobook. The publisher is 'TRIAS'. The website 'www.trias-verlag.de' is listed.

<b>25 Sonntag</b>
10:00 Entdeckertag Weihnachtsbäume Freilichtmuseum Kiekeberg 9 €, unter 18 Jahren frei
11:00 Kerzen herstellen Freilichtmuseum Kiekeberg 16 €, Anmeldung erforderlich
11:00 Wir drehen einen Weihnachts-Film – Action für Minis Task 2 Tage 110 €, 7-10 J.
11:00 Es war Einmal Schmidts Tivoli 7 Märchen auf einen Streich
13:30 Stanzen, Prägen, Emaillieren Museum der Arbeit 2 €, Material
14:00 Kurs: Kerzen herstellen Freilichtmuseum Kiekeberg 16 €, Anmeldung erforderlich
14:00 Kinderschminken und buntes Animationsprogramm rabattz!
14:00 Helldunkel. Spiele mit Licht und Schatten Altonaer Museum 2 €
14:00 Mittelalterliche Schreibwerkstatt Helms-Museum +8 J., Anmeldung 040-428712497
14:30 Es war Einmal Schmidts Tivoli 7 Märchen auf einen Streich
15:00 Minigolf-Turnier Indoo Park
15:00 Kinderbauernhof Museumsbauernhof Wennerstorf 4 €
15:00 Mehr als Erzählungen. Bildergeschichten Hamburger Kunsthalle Familienführung Redezeit
15:00 Museum f. Kunst u. Gewerbe Kinder führen Familien
16:00 Kuchen für den Taugenichts Fundus Theater 4-10 J.
16:00 Das Geheimnis der Bäume Die Abenteuer von Dolores & Mike Planetarium
16:00 Die Elbelfen Theater Zeppelin +3 J.
<b>27 Dienstag</b>
16:00 Wachgeküsst Theater Life - jung und creativ in Norderstedt e.V. Das Dornröschen-Musical
<b>28 Mittwoch</b>
10:00 Der kleine Ritter Theater Zeppelin +4 J.
14:00 Holzlettern Manufaktur Museum der Arbeit 2 €, Material
16:00 Elefantenschleudern! Museum der Arbeit 2 €, Material
16:00 Wachgeküsst Theater Life - jung und creativ in Norderstedt e.V. Das Dornröschen-Musical
<b>29 Donnerstag</b>
14:30 Kuchen für den Taugenichts Fundus Theater 4-10 J.
15:00 Premiere Ritter Rost feiert Weihnachten Fliegende Bauten Kinderbauernhof Museumsbauernhof Wennerstorf 4 €
15:00 Es war Einmal Schmidts Tivoli 7 Märchen auf einen Streich
16:00 Advents- und Weihnachtsbasteln Ev. Familienbildung Eppendorf 10 €
<b>30 Freitag</b>
10:00 Es war Einmal Schmidts Tivoli 7 Märchen auf einen Streich
14:00 Weihnachtmarkt Freilichtmuseum Kiekeberg

## Radio für Kids im WDR

Radiosendungen für Kinder haben beim WDR Tradition. Seit 1990 ist auf WDR 5 täglich ab 14.05 Uhr das Magazin **Lilipuz** zu hören. Es bietet Nachrichten, Reportagen, Hörspiele und vieles mehr. Seit 2006 gibt es im Digitalradio und im Internet den **KiRaKa**, den Kinderradiokanal. Am 4. September wachsen diese beiden Angebote zusammen zum **KiRaKa – Dein Kinderradiokanal**. Das beliebte Lilipuz sowie die deutsch-türkische Kindersendung **Kelebek** mittwochs um 15 Uhr bleiben erhalten. Die **Bärenbude** für die ganz Kleinen sendet täglich schon um 18 Uhr. Außerdem wird die Website neu gestaltet. Auf [www.kiraka.de](http://www.kiraka.de) gibt es neben Livestreams Beiträge zum Nachhören sowie Spiele und Extras zu allen Themen. Der **KiRaKa** wird täglich von 6 bis 22 Uhr im Digitalradio, per Satellit und Kabel zu hören sein. Das Angebot richtet sich an Grund- schulkinder.

Infos unter [www.kiraka.de](http://www.kiraka.de)

## Kinder-Radionacht

**Eine lange Ritter- und Gespensternacht für Kinder:** Die ARD lädt alle 7-12-Jährigen dazu ein, sich an der ARD Radionacht für Kinder zu beteiligen. Sie steht unter dem Motto „Burgen, Ritter, Spukgewitter!“. Das fünfständige Programm wird am Freitag, **30. November**, ab 20 Uhr in ganz Deutschland im Radio und online zu hören sein. Wer sich noch bewerben möchte, kann dies bis zum 15. Oktober tun.

[www.kinderradionacht.de](http://www.kinderradionacht.de)



Foto: © Tatyana Gladskih - Fotolia.com

## Kinder, Radio und Internet

### WDR-Medienstudie

Der WDR hat in einer Studie die Radio- und Internetnutzung von Kindern genauer unter die Lupe genommen. Die Ergebnisse der Erhebung „Kinder und Radio“ beleuchten den Medienalltag der Sieben- bis Zwölfjährigen in Nordrhein-Westfalen: Neun von zehn Kindern (91,2 %) nutzen demnach generell das Internet. Rund 50 % der Kinder hören täglich Radio und nahezu jedes zweite Kind gibt an, „mehrmals die Woche“ online zu sein. 54,3 % der älteren Kinder (9-12 Jahre), die eine weiterführende Schule besuchen, sehen das Internet als das für sie wichtigste Medium an, noch vor dem Fernsehen.

Nahezu jedes NRW-Kind zwischen sieben und zwölf lebt in einem Haushalt (98,5 %) mit mindestens einem Computer. Nach Angabe der Eltern haben mehr als die Hälfte der Kinder (60,4 %) die Erlaubnis, den Computer oder den Laptop im Haushalt auch alleine zu nutzen.

70 % der befragten Kinder verwenden den Computer, wenn sie etwas für die Schule im Internet recherchieren wollen. Je älter die Kinder sind, desto eher dürfen sie selbst entscheiden, auf welchen Internetseiten sie surfen. Für die Studie „Kinder und Radio“ hatte der WDR in 1.000 NRW-Haushalten mit Kindern zwischen sieben und zwölf Jahren jeweils ein Elternteil und ein Kind telefonisch befragt.

Quelle: WDR Studie Kinder und Radio / KiRaKa

Wie gestalten Sie Ihr Familienleben? Wer nutzt bei Ihnen welche Medien und wie lange? Möchten Sie sich mit anderen Eltern darüber austauschen? In unserem kostenlosen und werbefreien sozialen Netzwerk [www.mehrfamilie.de](http://www.mehrfamilie.de) können Sie in der Gruppe „Internet & Co.“ diskutieren.



**Tipp:** Die Broschüre „Gut hinsehen und zuhören – Tipps für Eltern zum Thema Mediennutzung in der Familie“ ist kostenlos bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zu bestellen:

[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

# Kino



## Asterix & Obelix

Im Namen Ihrer Majestät



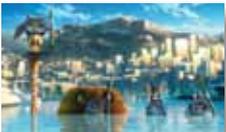
Unter dem Kommando von Julius Cäsar haben die ruhmreichen Legionen Roms auch Britannien erobert. Nur ein Dorf leistet dort noch erfolgreich Widerstand, kann aber nicht mehr lange standhalten.

Die Königin der Briten schickt deshalb

ihren Berater Teefax nach Gallien, um Hilfe zu holen. Die

Gallier lassen sich nicht lange bitten und schenken Teefax ein Fass ihres magischen Zaubertranks. Als Begleitschutz mit dabei: der schlaue Asterix und der bärenstarke Obelix. Deren Begeisterung bald wieder Römer zu verkloppen wird nur dadurch getrübt, dass Grautvornix, der nervige Neffe des Gallier-Häuptlings, mitkommen soll. In der Zwischenzeit war Cäsar nicht untätig: Er hat die wilden, auf der See erprobten Normannen als Söldner angeheuert. Kurzerhand entführen sie Grautvornix ... **Kinostart: 18. Oktober**

## Madagascar 3



Cooler Sprüche, liebenswert gestaltete Charaktere und Gags am Fließband: Ganz nach King Juliens Motto „I Like to Move it Move it“ starten das vorlaute Zebra Marty, der eitle Löwe Alex, die

hypochondrische Giraffe Melman und die divenhafte Nilferddame Gloria erneut einen Versuch, endlich in ihren heiß geliebten New Yorker Zoo zurückzukehren. Bei ihrem Fluchtplan darf die unverzichtbare Hilfe von Julien, dem König der Lemuren, und den vier Bruchpiloten Skipper, Private, Kowalski und Rico natürlich nicht fehlen! Doch unsere liebenswerten Schiffbrüchigen schaffen es gerade mal nach Monte Carlo, bevor sie prompt von der skrupellosen Tierfängerin Capitaine Chantel DuBois in einem Spielcasino entdeckt werden. Wie sollen sie es nur durch ganz Europa schaffen, ohne aufzufallen? Als sie zufällig auf einen Wanderzirkus treffen, scheinen all ihre Probleme gelöst ... **Kinostart: 2. Oktober**

## Die Abenteuer der kleinen Giraffe Zarafa



Unter einem Affenbrotbaum im Herzen Afrikas lauschen Kinder einem weisen Alten: Er erzählt die Geschichte des Jungen Maki, der Freundschaft mit der jungen Giraffe Zarafa schließt. Als Zarafa gefangen wird, um dem französischen König geschenkt zu werden, verspricht er

der Giraffemutter, Zarafa zurückzubringen. Mit dem Wüstenprinz Hassan und dem Luftschiffer Malaterre unternehmen Maki und Zarafa eine abenteuerliche Ballonreise über das Mittelmeer und die schneebedeckten Alpen bis nach Paris. Dort ist die Ankunft der ersten Giraffe auf dem europäischen Kontinent eine große Attraktion. Aber schnell zeigt sich, dass Zarafa nicht in die Stadt gehört. Maki will sein Versprechen halten und sucht nach einer Möglichkeit, Zarafa zu retten.

**Kinostart: 11. Oktober**

# DAT BACKHUS

Ein Stück Hamburg das schmeckt.

# Herzkorn

## VOLLKORNBRÖTCHEN

### Ein Herz für Vollkorn!



- ✓ aus 100% Vollkornmehlerzeugnissen
- ✓ mit allen wertvollen Nährstoffen des ganzen Korns
- ✓ langanhaltend und schnell sättigend

### Gutschein

1 Platte Butterkuchen 3,20 €  
statt 4,00€

Gültig vom 1.10.-30.11.2012, nur solange der Vorrat reicht. **DAT BACKHUS**



### Gutschein

1 Platte Butterkuchen 3,20 €  
statt 4,00€

Gültig vom 1.10.-30.11.2012, nur solange der Vorrat reicht. **DAT BACKHUS**



### Gutschein

Echt und Recht (750g) 2,49 €  
statt 3,00 €

Gültig vom 1.10.-30.11.2012, nur solange der Vorrat reicht. **DAT BACKHUS**



### Gutschein

Echt und Recht (750g) 2,49 €  
statt 3,00 €

Gültig vom 1.10.-30.11.2012, nur solange der Vorrat reicht. **DAT BACKHUS**



# BIG BANG

## FERIEN-TIPP



**Klimahaus Bremerhaven**

## Weltentdecker und Klimaretter

**Neun Orte, vier Kontinente** – ergibt eine Reise um die Welt. Start ist in Bremerhaven, immer entlang des Längengrads 8° Ost 34'. Auf 5.000 Quadratmetern wirst Du zum Weltenbummler: Du durchwanderst die kühlen Schweizer Alpen, heiße Wüsten, den tropischen Regenwald Afrikas, das Packeis der Antarktis und entdeckst den Südsee-Strand Samoas. Du erlebst vielfältige Klimazonen und triffst Menschen, deren Alltag durch das Klima stark beeinflusst wird. Du erlebst unterschiedliche Temperaturen, die Luftfeuchtigkeit der Reiserestationen und gewinnst hautnahe Einblicke in die Klimata der Erde. In den Großaquarien Samoas lernst Du die bunte Vielfalt eines südpazifischen Saumriffs mit seinen Korallen, Fischen und sonstigen Bewohnern kennen. Interaktive Exponate helfen Dir, auch komplexe Zusammenhänge im Klimageschehen der Erde zu begreifen. So kannst Du in den „Elementen“ Experimente zu Feuer, Erde, Wasser und Luft selbst durchführen. Im dritten Ausstellungsbereich, den „Perspektiven“, geht es um den Klimawandel in der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Tipp: Wie die eigene CO<sub>2</sub>-Bilanz aussieht, kannst Du in der Abteilung „Chancen“ checken, dort gibt es konkrete und einfache Klimaschutz-Tipps, die Du leicht im Alltag umsetzen kannst.

[www.klimahaus-bremerhaven.de](http://www.klimahaus-bremerhaven.de)

Do it yourself!!!

Dieses Buch ist unkonventionell, überraschend, kreativ und super gestaltet. Mit jeder Menge Ideen, wie Mädels die Welt mitgestalten können, ob Blog schreiben, Band gründen, Reifen flicken, WLAN sichern, Plattenspielerkuchen backen. Außerdem enthält es praktische Tipps zum schlagfertig Kontern, Reden halten ...

**Beltz & Gelberg, 16,95 €**



## Hast Du Lust auf Schauspiel ...

... und interessierst Du Dich auch für Tanz und Gesang? Du Bist Anfänger oder möchtest Deine Kenntnisse vertiefen? Am 24. November startet das neue Trimester in der Stage Coach.

Kurse: Samstags von 10-13 Uhr (6-16 J.)  
Weitere Termine, Workshops, Infos und Anmeldung: Tel. 0800-588 84 50  
[www.stagecoach.de/hamburgwest](http://www.stagecoach.de/hamburgwest)

## THEATER-TIPP

**Haram / Desaparecidos**



## BUCH-TIPP

# Das Schicksal ist ein mieser Verräter

ER SIEHT AUS WIE EIN NERD und schreibt Bücher wie ein Gott: Der Amerikaner John Green, mittlerweile umjubelter Literatur-Star, erobert mit seinem jüngsten Werk „Das Schicksal ist ein mieser Verräter“ die Bestseller-Listen. Und nicht nur das – ihm ist ein Buch für die Ewigkeit gelungen: Erschütternd, knallhart, zart – ein Buch, das man nur mit einer großen Packung Taschentücher neben sich lesen kann. Ein Buch, das das Schicksal krebserkrankter Jugendlicher auf eine unerhörte direkte, drastische Weise darstellt, die dem Leser den Atem raubt und das Wasser in die Augen treibt. Ein Buch, das man ganz einfach gelesen haben muss! Die krebserkrankte Hazel trifft in einer Selbsthilfe-Gruppe auf den an Knochenkrebs erkrankten Gus. Gegen ihren Willen und trotz ihrer Handicaps verlieben sich die beiden ineinander. Sie reden über Bücher, sehen Filme, hören Musik. Als Hazel Gus ihren größten Wunsch verrät, einmal den Autor ihres absoluten Lieblingsbuches zu treffen, setzt Gus alles daran, ihren Traum zu erfüllen. Todkrank fliegen die beiden zusammen nach Amsterdam, um den Schriftsteller zu besuchen. Durch die Reise erfahren sie, dass sich die Liebe immer unter allen Umständen lohnt, und dass sie ungeachtet aller Schmerzen das Leben leben wollen – bis zum letzten Tag.

Hanser Verlag, 16,90 €

JOHN GREEN  
DAS SCHICKSAL  
IST EIN MIESER  
VERRÄTER



## Das Junge Schauspielhaus wartet im Oktober wieder mit einer spannenden und ungewöhnlichen Inszenierung auf.

Ad de Bont hat mit „Haram“ (Schande) und „Desaparecidos“ (Die Verschwundenen) zwei Stücke geschaffen, die von modernen Odysseen erzählen. Von Heimat, Familie und Identität. Damit nimmt das Junge Schauspielhaus die Stücke des großen „Odyssee“-Projekts wieder ins Programm. Die Zuschauer werden zu Anfang voneinander getrennt: Nacheinander werden zwei erschütternde Geschichten von zerrissenen Familien auf verschiedenen Kontinenten gespielt. In „Haram“ schickt ein marokkanischer Vater, der fürchtet, seine pubertierenden Kinder könnten in den Niederlanden moralisch verderben, sie in die vermeintliche Heimat zurück. Die Kinder, die inzwischen aber Holland als Heimat begreifen, leiden darunter und versuchen zu fliehen. In „Desaparecidos“ geht es um eine berührende Familienzusammenführung während der Militärjunta in Argentinien.

[www.schauspielhaus.de](http://www.schauspielhaus.de)

Termine: 1.10., 25.10., 30.10.,

## Adressen

3001 Kino, Schanzenstraße 75  
040-437679, [www.3001-kino.de](http://www.3001-kino.de)

### A

**ABATON-Kino**,  
Allende Platz 3, 040-41 32 03 20

**Alma Hoppes Lustspielhaus**  
Ludolfstr. 53, 040-55 56 55 56

**alpincenter HH-Wittenburg**  
Wittenburg, 0180 5 802121, [alpincenter.com](http://alpincenter.com)

**Alster-Rundfahrten**  
Anleger Jungfernstieg, 040-35 74 24-0

**Alsterdampfschiffahrt**  
Maria-Louisen-Str. 354, 040-41 30 37 37

**Altonaer Museum**,  
Stiftung Historische Museen Hamburg,  
Museumstraße 23,  
040-428 13 50, Di-So 10-18 Uhr, Do 10-22  
Uhr, Erw. 6 €, Fam. 10 €, [altonaer-museum.de](http://altonaer-museum.de)

**Altonaer Theater**, Museumstr. 17,  
040-41 30 62 25, [altonaer-theater.de](http://altonaer-theater.de)

**Aspria**, Rehagen 20, 040-520190-0

**Arche Warder**, Zentrum für alte Haus- u.  
Nutzterrassen e.V., Langwedeler Weg 11,  
24646 Warder, 04329-91340,  
[archewarder.de](http://archewarder.de)

**Atelier im Hof**, Formannstr. 10-12,  
040-29 88 05 47 o. 0176-231 76 274

**artefact Power Park**  
Bremsbergallee 35, 24960 Glücksburg,  
04631-61 16-0, [artefact.de](http://artefact.de)

**Archäologisches Museum**  
Harburger Rathausplatz 5  
040-42871-2497, [helmsmuseum.de](http://helmsmuseum.de)

**Automuseum Prototyp**  
Shanghaiallee 7 / Lohseplatz (HafenCity),  
040-39 99 69 68, [prototyp-hamburg.de](http://prototyp-hamburg.de)

### B

**Badebucht** (Wedel)  
Am Freibad 12, 04103-91 47-0

**Bahrena**, Paul-Dessau-Str. 1, [bahrena.de](http://bahrena.de)

**babySignal**, Movimental,  
Hoheluftchaussee 124-126, 040-420 25 50

**BallinStadt** Auswandererwelt Hamburg  
Veddeler Bogen 2, 040-31 97 91 6-0  
Mo-So: 10-18 Uhr, 9,80 €, Kin. (5-12 J.) 6,50 €  
[ballinstadt.de](http://ballinstadt.de)

**Bartels Noten**  
Große Theaterstr. 43, 040-298101-11

**Beatlemania Hamburg**, Nobistor 10/  
Reeperbahn, [beatlemania-hamburg.de](http://beatlemania-hamburg.de)

**Begegnungsstätte Bergstedt e.V.**  
Bergstedter Chaussee 203, 040-6040249

**Biosphäre Potsdam**  
Georg-Hermann-Allee 99, 14469 Potsdam,  
0331-550 740, [biosphaere.net](http://biosphaere.net)

**Biosphaerium Elbtalauer**  
Schlossstraße 10, 21354 Bleckede  
058 52-95 14 14, [biosphaerium.de](http://biosphaerium.de)

**Birdland Jazz-Club**  
Gärtnerstr. 122, 040-40 52 77

**Blumenschule HH**  
Grandweg 62 B, 040-40 73 63

**Bossard - Kunststätte Bossard**  
Bossardweg 95, 21266 Jesteburg/Lüllau,  
04183-51 12

**botanika**, Delliusweg 40, 28359 Bremen,  
0421-36189777, Fam. 20 €, Mi-So 9-18 Uhr  
**Botanischer Garten Hamburg**

Ohnhorststrasse, 040-42816-47

**Botanischer Sondergarten Wandsbek**  
Waldsdorferstrasse 273

**Brakula**, Bramf. Chaussee 265, 040- 642 170-0



## Matta. Fiktionen

22. September – 6. Januar 2013

**Bucerius Kunst Forum**  
Rathausmarkt 2, 20095 HH  
Tel.: 040-36 09 96 0  
www.buceriuskunstforum.de

Öffnungszeiten: 11-19 Uhr  
donnerstags bis 21 Uhr  
Erw. 8 €, montags 5 €

### Bücherhallen:

**Bergedorf**, Kupferhof 1, 040-721 17 72

**Billstedt**, Mölliner Landstr. 31, 040-732 52 20

**BüBa Bahrenfeld**, Mendelsohnstr. 86, 89070548  
**Elbvororte**,

Sülldorfer Kirchenweg 1a, 040-38 64 07 83

**Bramfeld**, Herthastr. 18, 040-641 59 33

**Dehnhaide**, Vogelweide 20 B, 040-732 52 20

**Eidelstedt**, Alte Elbgaustr. 8 b, 040-570 94 20

**Eimsbüttel**, Doormannsweg 12, 040-40 99 04

**Farmsen**, Rahlstedter Weg 10, 040-643 20 83

**Harburg**, Harburg Carreé, 040-77 29 23

**Horn**, Rhiensweg 65, 040-651 51 33

**Jenfeld**, Rodigallee 293, 040-654 79 41

**Jugendbibliothek HOB4U**

Friedensallee 9, 040-390 39 99

**Kinderbibliothek Kibi**

Hühnerposten 1, 040-42 606 206

**Kirchdorf**, Wilhelm-Strauß-W. 2, 040-754 23 58

**Neuallermöhe**, Fleetplatz 2 - 4, 040-739 94 70

**Osdorfer Born**, Bornheide 47 a, 040-832 01 71

**Schnelsen**, Wählingsallee 19, 040-550 92 93

**Steilshoop**, Schreyerring 26, 040-631 84 64

**Volkisdorf**, Weiße Rose 1, 040-609 122 90

**Winterhude-Eppendorf**,

Winterh. Marktpl. 6, 040-279 26 25

**Buddelschiff-Museum** (SH-Wedel)

Schulauer Fährhaus, März-Okt. 10-18 Uhr

**Bühne im Bürgertreff**,

Gefionstr. 3, 040-42102710

**BUND-Umweltzentrum**

Karlshöhe 60d, 040-600 38 60

**Bunkermuseum**, Wichernsw. 16, 040-25 13 927

**Bürgerhaus in Barmbek**

Lorichsstr. 28a, 040-630 40 00

**Bürgerhaus Lokstedt**

Sottorfallee 9, 040-56 52 12

**Bürgerhaus in Meiendorf**

Saseler Str. 21, 040-678 91 22

**Bürgerhaus Niendorf**

Niendorfer Kirchenweg 17, 040-58 97 66 43

**Bürgerhaus Wandsbek**

Wandsbeker Al. 53, 040-68 75 59

**Bürgerhaus Wilhelmsburg**

Mengestraße 20, 040-752 01 70

**Bürgertreff Altona-Nord**

Gefionstr. 3, 040-42 10 26 81

## C

**Cap San Diego Museumsschiff**  
Überseebrücke, 040-36 42 09

**CCH**, Marseiller Straße, 040-35 69-0

**CinemaxX**

Hamburg Dammtor, Dammtdamm 1

Hamburg-Harburg, Moorstr. 1

Hamburg-Wandsbek, Quarree 8-10

Karten: 01805-24636299, [cinemaxx.de](http://cinemaxx.de)

**C. Bechstein Centrum**, Konzertsaal  
Europa Passage, 2. OG, 040-32 02 99 80

**Circus Mignon**

Osdorfer Landstr. 380, 040-320 82 802

**Circusschule Die Rotznasen e.V.**

Thadenstr. 147 (Altona), 040-43 25 12 55

[circus-rotznasen.de](http://circus-rotznasen.de)

**Culturhaus Sternchance**, Schröderstiftstr. 7

040-43 28 18 94, [sternchance.de](http://sternchance.de)

## D

**Das kleine Hoftheater**

Bei der Martinskirche 2, 040-68 15 72

**Der kleine KREISEL**

Ehrenbergstraße 25, 040-38 55 83

**Das klingende Museum**

Dammtdorwall 46, 040-3575 23 43/-44

**Deichtorhallen Hamburg**, Deichtorstr. 1-2,

040-321030, Di-So 11-18 Uhr, [deichtorhallen.de](http://deichtorhallen.de)

**Deutscher Arbeitskreis für Familienhilfe e.V.**

Mutter-/Vater-/Kind-Kuren

HH-West: 040-38 61 46 37

HH-Ost: 040-59 57 77

**Deutsches Schauspielhaus**,

Kirchenallee 39, 040-24871-3

**Deutsches Zollmuseum Speicherstadt**

Alter Wandrahm 16 , 040-300876-11

**Dialogicum Energie Park** (Geesthacht)

Elbuferstr. 49, 040-63 96 62 26

**Die Stadtteilbühne**

Eckhoffplatz 16, 040-298 928 25

**Dinner Zirkus Dressurhalle**

Gazellenkamp 155, 040-547 65 255

**Domkirche St. Marien**

Danziger Str. 60, 040-24 30 15

**Downtown Bluesclub**

Hindenburgstr. 2, 040-27 50 54

**DRK Ahrensburg**, Schulstr. 10a, 04102-41 000

## E

**Edelfettwerk**,

Schnackenburgallee 202, 040-30 03 32 70

**Eine Welt Netzwerk Hamburg e.V.**

Große Bergstr. 255, 040-358 93 86,

[ewnw-hamburg.de](http://ewnw-hamburg.de)

**Eisarena / Pflanzen un Blumen**, Nov.-März

Holstenwall 30, Nov.-März, 040-3193546

**Elbe-Tideauenzentrum Bunthaus**

Moorwerder Hauptdeich 33, 040-75062-831

**ella Kulturhaus Langenhorn**

Käkenflur 30, 040-533 271 50.

**Elternschulen**

Am Grindel u. Sternschanze, 040-428 01-3311

Billstedt, 040-428 54-72 93

Eidelstedt, 040-570 95 66

Elternschule Eimsbüttel, 040-42801-37775

Farmsen-Berne, 040-647 63 88

Horner Geest, 040 - 653 13 82

Hohenhorst-Rahlstedt, 040-672 07 27

Jenfeld, 040 - 428 873 401

Langenhorn, 040 - 527 02 40

Lohbrügge, 040 - 739 84 54

Mümmelmannsberg, 040-428 979 130

Niendorf, 040 - 428 08 283

Osdorf, 040 - 84 00 23 83

Rothenburgsort / Veddel, 040 - 428 54 64 65

Steilshoop, 040 - 428 980 600

Wilhelmsburg, 040 - 753 46 14

**Eidelstedter Bürgerhaus**

Alte Elbgaustr. 12, 040-570 95 99

**Engelsaal**, Valentinskamp 40-42,

040-300 51 444, [engelsaal.de](http://engelsaal.de)

**ErlebnisWald Trappenkamp**, 24635 Daldorf

04328-17048-0, [erlebniswald-trappenkamp.de](http://erlebniswald-trappenkamp.de)

**Ernst-Barlach-Haus**

Baron-Voght-Str. 50a, 040-82 60 85

**Ernst Deutsch Theater**

Schütter-Platz 1, 040-22 70 14 20

**Ev. Familienbildung Eppendorf**

Loogeplatz 14-16, 20249 Hamburg

040-460 793 19, [fbs-eppendorf.de](http://fbs-eppendorf.de)

**Ev. Familienbildung Hamm-Horn**

Bei der Hammer-Kirche 16, 20535 Hamburg,

040-651 22 21, [fbs-hamm.de](http://fbs-hamm.de)

**Ev. Familienbildung Blankenese**

Sülldorfer Kirchenweg 1b, 040-970 794 610

[fbs-blankenese.de](http://fbs-blankenese.de)

**Ev. Familienbildung Eppendorf**

Loogeplätze 14 / 16 B, 040-46 0793-19

**Ev. Familienbildung Harburg**

Harburg Höiertw. 5, 040-519 000 961

**Ev. Familienbildung Hamm-Horn**,

Bei der Hammer Kirche 16, 040-651 22 21

**Ev. Familienbildung Niendorf / Lokstedt**,

Garstedter Weg 9, 040-2262297-70

**Ev. Familienbildung Norderstedt**

Kirchplatz 1, 040-52 56 51 1

**Ev. Familienbildung Pinneberg**

Pinneb. Bahnhofstr. 20, 04101-845 01 50

**Ev. Familienbildung Poppenbüttel**,

Poppenbütteler Weg 97, 040-602 21 10

**Ev. Familienbildung Rahlstedt**

Dreieckskoppel 13, 040-644 54 74

**Ev. Familienbildung Wedel**

Rathauspl. 4, 22880 Wedel, 04103-146 76



Sie vermissen Ihre  
Adress-Anzeige?

Sie bieten Veranstaltungen für  
Familien oder  
Erwachsene an?  
Dann rufen Sie  
uns an:  
040-70 38 47-0

## F

**FABRIK**, Barnerstraße 36, 040-39 10 70

**Feuerschiff City**, Sportheafen 040-36 25 53

**Feuerwehrmuseum Marxen**

Hauptstr. 20, 21439 Marxen, 04185-44 50

**Feuerwehrmuseum Schleswig-Holstein**

Friedrichsgaber Weg 290, Norderstedt

040-525 67 42

**Film Characters Workshops & Training**

Katharinenstraße 30, 040-38 01 17 51

**Filmpark Babelsberg**, August-Bebel-Str. 26-53

14482 Potsdam, 0331-72 12750, 10-18 Uhr

**Fliegende Bauten**,

Glacischaussee 4, 040-39 90 72 66

**Flughafenmodellschau**

Flughafen, 040-50 75-26 44

**Focke-Museum (Bremen)**

Schwachhauser Heerstr. 240, 0421-699 600 0

**Freilichtbühne Lübeck**

Wallstraße, Tickethotline: 04194-7569

Anfahrt im Internet: [buehneluebeck.de](http://buehneluebeck.de)

**Freilichtmuseum Kiekeberg**

21224 Rosengarten-Ehestorf

040-790176 - 0, [kiekeberg-museum.de](http://kiekeberg-museum.de)

**FreizeitHaus Kirchdorf-Sued**

Stuebenhofer Weg 11, 040-750 73 53

**Fundus Theater**, Hasselbrookstraße 25,

Karten: 040-250 72 70, 5 € / 6 €

## G

**Galli Theater Company Hamburg**

0173- 410 3833, [hamburg@galli.de](mailto:hamburg@galli.de)

**Garten der Schmetterlinge**, Am Schlossteich

8, 21521 Friedrichsruh, 04104-60 37, März-Okt.

**GeburtsHaus**, Am Felde 2, 040-390 11 28

**Gedok Kunstforum**

Lange Reihe 75, 040-280 31 24

**Glasbläserei Malente**

Janusallee 18, 04523-49 55

**Goldbekhaus**

Moorfuhrweg 9, 040-27 87 02 10

**Golf Lounge**, Billwerder Neuer Deich 40

040-819 78 790, [www.golflounge.de](http://www.golflounge.de)

**GWA St. Pauli-Süd**

Hein-Köllisch-Platz 12, 040-319 3623

**Greenpeace**, Große Elbstr. 39, 040-830 26 30

**Greenpeace Team50plus**

Büro Lattenkamp 13, Hr. Rust, 040-830 26 30

## H

**H1 Club und Lounge**

Conventstr. 8-10c, 040-80 60 76 92

**HADAG**

St. Pauli Fischmarkt 28, 040-311 707 13

Grossmann Str. 210, 040-78 51 57

**Hamburger Wasserwerke**  
Billhorner Deich 2, 040-78 88 24 83

**hamburgmuseum**,  
Stiftung Historische Museen Hamburg,  
Holstenwall 24, 040-428 132 23 80,  
Di-Sa 10-17, So 10-18 Uhr  
Eintr.: Erw. 7,50 €; Kinder unter 18 J. Eintritt frei  
**Modelleisenbahn Hamburg e.V.**  
Vorführung: Di-So 11, 12, 14, 15 Uhr,  
So auch 16 Uhr, [hamburgmuseum.de](http://hamburgmuseum.de)

**Hamburger Theater** (im Helmsmuseum)  
Museumsplatz 2, 040-428 71 - 3604

**Haus der BUNDTen Natur**  
Loehrsweg 13, 040-460 34 32

**Hamburger Sprechwerk**, Klaus-Groth-Str. 23,  
20535 Hamburg, 040-24 42 39 30

**Hauptkirchen:**  
**Hauptkirche St. Jacobi**  
Jakobikirchhof 22, 040-303 73 70  
**Hauptkirche St. Michaelis**  
Englische Planke 1, 040-37 67 81 00  
**Hauptkirche St. Nikolai**  
Harvestehuder Weg 118, 040-44 11 34-0  
**Hauptkirche St. Petri**  
Speersort 10, 040-325 74 00  
**Hauptkirche St. Katharinen**  
Katharinenkirchhof 1, 040-30 37 47 30

**Haus der BUNDTen Natur**  
Loehrsweg 13, 040-460 34 32

**Haus der Wilden Weiden**  
Naturschutzgebiet Höltingbaum  
Eichberg 63, Rahlstedt, 040-780711-88

**Haus DREI**, Hospitalstr. 107, 040-38 89

**Heine-Haus**, Elbchaussee 31, 040-39 19 88 23

**Helms Museum**, Stiftung Historische Museen  
Hamburg, Museumspl. 2, (Nebenst.: Hastedtstr.  
30-32), 040-428 71-24 97, 6 €, Ki. <18 J. frei  
Di.-So. von 10-17 Uhr, [helmsmuseum.de](http://helmsmuseum.de)

**Hochbegabtenförderung e.V.**  
Bahnenfelder Str. 102 A, 040-69 45 64 81,  
[hbf-ev.de](http://hbf-ev.de)

**Hoheluftschiff**, Kaiser-Friedrich-Ufer 27,  
040-422 30 62, Erw. 8 €/ Kinder 5 €

**Honigfabrik Wilhelmsburg**  
Industriestr. 125-131, 040-4210 39-0

**HSV Museum und Stadionführung**  
Sylvesterallee 7, 040-41 55 15 50

**Hummelbahn**, 040-792 89 79

**IKE** - Institut für Kindesentwicklung gGmbH  
Mexikoring 33, 040-63 25 05 5

**Imperial Theater** - Hamburgs Krimitheater  
Reeperbahn 5, 040-31 31 14



**INDOO PARK**  
Größter Indoor-Spielpark im Norden  
mit Indoor-Seilbahn  
Ewige Weide 1, 22926 Ahrensburg  
Tel. 04102-20090, [www.indoo.de](http://www.indoo.de)  
Öffnungszeiten: tägl. 10-19 Uhr  
Jede Woche wechselndes  
Animationsprogramm.  
Virtuelle Achterbahn!

**Infozentrum Umwelt + Entsorgung**  
Hermannstr. 14, 040-69 70 89

**Indoo Eisarena**, Holstenwall 30, 040-319 35 46,  
10-22 Uhr, K. <13 J. 2,50 €, Erw.: 4 €, Fam.: 9,80 €  
[eisarena-hamburg.de](http://eisarena-hamburg.de)

**J**  
**Jahrmarkttheater**, Hof von Maria Krewet  
Wettenbostel 3, 29565 Wriedel, 05807-979971

**Jazz-Club Bergedorf**  
Weidenbaumsweg 13, 040-724 56 73

**Jenfeld-Haus**  
Charlottenburger Str. 1, 040-65 44 060

**Jenisch Haus**  
Baron-Vogt-Str. 50, 040-428 111 482

**JIZ**, Dammtorwall 1, Hotline: 040-428 23 48 01

**JZ „Blue Star“** Ernst-Moritz-Armdt-Str. 32,  
21629 Neu Wulmstorf, 040-70 97 20 48

**Jolos-Fun-World**, Harksheider Weg 226,  
25451 Quickborn, 04106 - 26 31,  
Mo.-Fr.: 14-19 Uhr, Sa.-So., Ferien: 11-19 Uhr

**JUCA Altona Nord**, Kieler Str. 58, 040-85 61 73

**JUKS** Schenefeld  
Osterbrooksweg 25, 040-830 70 73

**Junges Schauspielhaus** im Deutschen  
Schauspielhaus, Kirchenallee 39, 040-24871-460

**K**  
**Kampnagel**, Jarrestr. 20, 040-270 949-0

**Kanal-Fahrten**  
Anleger Jungfernstieg, 040-35 74 24-0

**Kapitän Prüsse**  
St. Pauli Landungsbrücken, 040-31 31 30

**Kehrwieder Varieté**  
Kehrwieder 6, 01805-44 44 11

**Kellertheater Hamburg**  
Jevenstädter Str. 55, 040-84 56 52

**Kenko-Zentrum**  
Bahnenfelder Str. 201a, 040-30 60 35 82

**KiFaZ Burgwedel**  
Jungliebstr. 10, 040-55 00 91 35

**Kinderbibliothek Kibi**  
Hühnerposten 1, 040-42 606 206

**Kinderbuchhaus** im Altonaer Museum  
040-428 135 15 43, [kinderbuchhaus@gmx.de](mailto:kinderbuchhaus@gmx.de)

**Kinder-Hospiz Sternbrücke**  
Sandmoorweg 62, 040-81 99 12-0

**Kinder-Leseclub Ida Ehre**  
Ida-Ehre-Gesamtschule  
Schlankreye 24, 040-67 95 65 06

**Kinder- u. Jugendchor St. Michaelis**,  
Krayenkamp 4c, [kinderchor@st-michaelis.de](mailto:kinderchor@st-michaelis.de),  
Tel. 87 97 04 14

**Kinderstube Altona e.V.**  
Bartelsstr. 65, 040-436855

**Kindertheater Wackelzahn**, Hoftheater  
Ottensen, Abbestraße 33, 040- 29 81 21 39

**Kindervereinigung HH e.V.**  
Kinder- + Jugendreisen,  
Altonaer Str. 60, 040-439 17 86

**Klick Kindermuseum**  
Achtern Born 127, 040-41 099 7 77,  
Fam. 12 €, Mo-Fr 9-18 Uhr, So 11-18 Uhr,  
Sa. nur für Kindergeburtstage.

**Klimahaus Bremerhaven**  
Am Längengrad 8, 0471-90 20 30-0

**Klingendes Museum**  
Dammtorwall 46, 040-335 75 23-43

**KÖLIBRI** Hein-Köllisch-Platz 12, 040-319 36 23

**Komödie Winterhuder Fährhaus**

Hudtwalckerstr. 13, 040-480 680 80  
[www.komoedie-hamburg.de](http://www.komoedie-hamburg.de)

**Kräuterpark Stolpe**  
Am Pfeifenkopf, 24601 Stolpe  
04326-28 93 90, [www.kraeuterpark.de](http://www.kraeuterpark.de)

**KULTURA** - Stadtteilkulturzentrum Allemöhe  
Otto-Grot-Str. 90, 040-73 59 70 25

**Kulturhaus 73**  
Schulterblatt 73, 040-18 05 78 09

**Kulturhaus Dehnhaide**  
Vogelweide 20 B, Eingang  
Wohldorfer Strasse, 040-29 95 01-0

**Kulturhof Dulsberg**  
Alter Teichweg 200, 040-652 80 16

**Kulturhaus Eppendorf**  
Julius-Reincke-Stieg 13 a, 040-48 15 48

**Kulturhaus Süderelbe**  
Ehstorfer Heuweg 20, 040-796 72 22

**Kulturkirche Altona**,  
Max-Brauer-Allee 199, 040-439 33 91

**Kulturladen Hamm**  
Carl-Petersen-Str. 76, 040-251 38 35

**Kulturladen St. Georg**  
Alexanderstraße 16, 040-280 54 862

**Kulturpalast Billstedt** (im Wasserwerk)  
Öjendorfer Weg 30a, 040-733 77 60

**Kulturpunkt / Barmbek**  
Wohldorfer Str. 30, 040-299 50 10

**Kultwerk West**, Grosse Bergstraße 162 (Altona)

**Kunst im Schlachthof**  
Neuer Kamp 30, 040-87 97 62 30

**Kunstclub**, Heimhuder Str. 57, 040-44 15 20

**Kunstverein HH**, Klosterwall 23, 040-33 83 44

**L**  
**Laboris ... macht neugierig**  
Stresemannstr. 85, 20359 HH, 040-67 38 78 48

**Laeiszhalle-Musikhalle Hamburg**  
Johannes-Brahms-Platz, Karten: 040-34 69 20

**Museum Langes Tannen**  
Heidgrabener Straße, 25436 Uetersen  
04122-979-106, [langes-tannen.de](http://langes-tannen.de)

**L-impuls Folke Uhlig**, Ohnsorgweg 11,  
040-21 05 23 44, [L-impuls.de](http://L-impuls.de)

**lernen in bewegung\***, Ellen Burger  
Immenhof 17, 040-20 97 08 83

**LESEN und SCHREIBEN e.V.**,  
Große Bergstr. 261, 040-38 190-0

**Lichthof Theater** am Alten Gaswerk  
Mendelssohn-Str. 15, 040-85 50 08 40

**Literaturhaus Hamburg**  
Schwanenwik 38, 040-22 70 20 11

**LOLA Kulturzentrum e.V.**  
Lohbrügger Landstr. 8, 040-726 974 56

**M**  
**Magellan-Terrassen**, Großer Grasbrock.  
U3 (Station Baumwall), [hafencity.com](http://hafencity.com)

**Malschule Poppenbüttel**  
dt. / fr., 040-60 29 83 1

**Maritim Tour**, Sa, So 10, 12.30 und 15 Uhr  
Hamburg HOTLINE 040/ 300 51 800

**Maritime Circle Line**, ab St. Pauli Landungs-  
brücken, Brücke 10, zweistündl. 10-18 Uhr, ab  
Ballin-Stadt 10:30-18:30 Uhr, 5 €,  
[maritime-circle-line.de](http://maritime-circle-line.de)

**Markthalle Marx**  
Klosterwall 9-21, 040-33 94 91

**Meereszentrum Fehmarn**  
Gertrudenthaler Str. 12, 04371-4416

**Miniatur-Wunderland**, Kehrwieer 2  
040-300 6 80-0, [miniatur-wunderland.de](http://miniatur-wunderland.de)

**mittendrin!** Edith-Stein-Pl. 5, 040-88 88 06-0

**Moisburger Mühlenmuseum**  
Auf dem Damm 10, Moisburg, 04165-65 75

**monsun Theater**  
Friedensallee 20, 040 - 390 31 48

**Motte Ottensen**  
Eulenstr. 43, 040 - 39 92 62-40/42

**Mozartsaal**, Moorweidenstr. 36, 040-44 37 23

**Museum der Arbeit**, Stiftung Historische  
Museen Hamburg, Wiesendamm 3,  
040-428 133-0, [museum-der-arbeit.de](http://museum-der-arbeit.de)



**Museum für Bergedorf und die Vierlande**  
Bergedorfer Schloss, 040-428 91-25 09

**Multimar Wattforum**, Am Robbenberg,  
25832 Tönning, 04861-96 20-0, Fam. 18 €  
Nov-März 10-17 Uhr, April-Oktober 9-19 Uhr

**Museum f. Kunst u. Gewerbe**  
Steintorplatz - 20099 Hamburg  
Tel. 040-428 134-27 32, [mkg-hamburg.de](http://mkg-hamburg.de)

**Museum f. Kunst u. Gewerbe: Forum K**  
Tel. 040-428 134 - 31 29  
Eintr.: Erw. 8,20 €; Familien 12,30 €; Kin. (+6 J.)  
2 €, Di-So. 10-18 Uhr, Do 10-21 Uhr

**Museumsbauernhof Wennerstorf**  
04165-211349, Lindenstr. 4, 21279 Wennerstorf

**Museum für Völkerkunde**  
Rothenbaumchaussee 64, 040-428 879-0

**Museumsdienst**, Mo-Fr. 9-16.30 Uhr,  
040-428 131-0, [museumsdienst.hamburg.de](http://museumsdienst.hamburg.de)

**Museumsdorf Volksdorf**  
Im alten Dorfe 46-48, 040-603 90 98

**Music-Club Live**  
Fruchtallee 36, 040-401 45 00

**N**  
**NABU** Informationshaus Duvenstedter Brook  
Duvenstedter-Triftweg 140, 040 - 697 08 90

**Nationalpark Zentrum im Rathaus Wyk / Föhr**  
Hafenstr. 23, 25938 Wyk auf Föhr

**Natureum Niederelbe**, 21730 Balje / Neuhaus  
Info: 04753-842110, Di-So. 10-18 Uhr,  
Juli-August auch Montags geöffnet  
[natureum-niederelbe.de](http://natureum-niederelbe.de)

**Natur- & Umweltpark Güstrow**  
038 43-24 68 0, [nup-guestrow.de](http://nup-guestrow.de)

**NaturschutzHaus Boberger Niederung**  
Boberger Furt 50, 040-73 93 12 66

**Neue Flora**, Stresemannstr. 163, 040-311 86 100

**New Talent** - Agentur und Schauspielschule für Kinder und Jugendliche, 040-73 67 42 43 [newtalentschauspielschule.net](http://newtalentschauspielschule.net)

**Noctalis** – Welt der Fledermäuse  
Oberbergstraße 27, 23795 Bad Segeberg  
04551-80 82-0, [noctalis.de](http://noctalis.de)

**Norddeutsches Spielzeugmuseum**  
Poststr. 12, 29614 Soltau, 05191-97 83 16

**O**  
**Ohnsorg-Theater**  
Große Bleichen 25, 040-35 08 03 38

**Oldenburger Wallmuseum**  
Prof.-Struve-Weg 1, Oldenburg in Holstein  
04361-623 142, [oldenburger-wallmuseum.de](http://oldenburger-wallmuseum.de)

**Operettenhaus**  
Spielbudenplatz 1, 040-3118 60

**Ostsee Therme** (SH / Scharbeutz)  
An der Kammer, 04503-35 26 11

**Opernloft** - Junges Musiktheater HH  
Fuhlenwiete 7, (Ecke ABC-Str./ Caffamacherreihe), Tickets: 018 05-700 733 (0,14 €/Min.)

**P**  
**Panoptikum**, Spielbudenplatz 3, 040-31 03 17

**PhantasieWerkstatt**  
Brockmannsweg 3a, 040-556 74 38  
[phantasiwerkstatt-hamburg.de](http://phantasiwerkstatt-hamburg.de)

**phaeno** (Wolfsburg)  
Willy-Brandt-Pl.1, 0180-10 60 600

**Phänomena Science-Center** (SH)  
Norderstraße 157-163, 0461-14 44 90,  
Mo-Fr 9-17 Uhr, Sa+So 11-18 Uhr

**Planetarium Hamburg**  
Hindenburgstraße 1 B, 040-4288652-0

**Planten un Blumen**, 040-428 54-47 23

**Polittbüro**, Steindamm 45, 040-280 55 467#

**Puppenmuseum Falkenstein**  
Grotusweg 79, 040-81 05 82, [elke-droescher.de](http://elke-droescher.de)

**Q**  
**Quatsch Comedy Club**  
Stresemannstr. 163, Tickets: 01805-25 55 65

**R**

**Rathaus**, Rathausmarkt 1, 040-428 31-2470,  
Führungen: Fr-So 10-13 Uhr, Mo-Do 10-15 Uhr

**Residenz am Wiesenkamp**  
Wiesenkamp 16, 040-644 16-0

**Rieckhof Harburg**, Rieckhoffstr. 12, 040-7662020

**Rock'n'Dance**, Bogenstr. 68, 040-420 78 67

**Rollschuh- und Eisbahn Gr. Wallanlagen**,  
Haupteingang Holstenwall, 040-319 35 46

**Roschinsky's**, Hamburg Berg 19, 040-319 56 86

**S**  
**SaselHaus**, Saseler Parkweg 3, 040-60171611  
**Schauspielhaus**, Kirchenallee 39, 040-24 87 13

**Schloss Ahrensborg**, Lübecker Str. 1, 04102-425 10

**Schloss Reinbek**, Reinbek, 040-727 34 60

**Schmidts Tivoli**  
Spielbudenpl. 27, 040-31 77 88 99

**Schule für Schauspiel**, Oelkersallee 29A  
040-4302050, [schauspielschule-hamburg.com](http://schauspielschule-hamburg.com)

**Schutzgemeinschaft Deutscher Wald e.V.**  
Lokstedter Holt 46, 040-530 55 60

**Schwimmschule Ballon**, 0800-5889824,  
[hamburg@schwimmschule-ballon.de](mailto:hamburg@schwimmschule-ballon.de)  
[schwimmschule-ballon.de](http://schwimmschule-ballon.de)

**Sea Life** - Timmendorfer Strand  
Kurpromenade 5, 04503-35 88 88

**Seehundstation Friedrichskoog**,  
An der Seeschleuse 4, 04854-1372

**SNOW DOME** (Bispingen)  
Horstfeldweg 9, 05194-4311 0

**Soccer**, Kieler Str. 565, 040-5404244

**Speicherstadtmuseum**  
St. Annenufer 2, 040-32 11 91

**St. Pauli Museum**, Davidstr. 17, 040-439 20 80

**St. Pauli Theater**  
Spielbudenpl. 29, 040-47 11 06 66

**Stadtmuseum Wedel**, Küsterstraße 5

**Stadtteilarchiv Eppendorf**  
im Kulturhaus Eppenhau

**Stagecoach Hamburg-West**, Tanzfabrik  
Hamburg, Boschstr. 15, Haus F, 0800-588 84 50

**Steinzeitpark Dithmarschen**, Süderstr. 47,  
25767 Albersdorf, Tel. 04835-971097  
[steinzeitpark-dithmarschen.de](http://steinzeitpark-dithmarschen.de)

**Stellwerk (Jazzclub)**, Hannover Str. 85  
Stintfang, Alfred-Wegener-Weg 5, 040-313488

**Sturmflutenwelt Blanker Hans**  
Kur und Tourismus Service Büsum  
Dr.-Martin-Bahr-Straße 7, [www.blanker-hans.de](http://www.blanker-hans.de)

**T**  
**Tabea (Krankenhaus)**  
Kösterbergstr. 32, 040-866 92-0

**Tanzschule Möller & Wendt**  
Klopstockplatz 9-11, 040-380 66 00

**Tanzschule Riemer (Wedel)**  
Hafenstr. 28a, 04103-99 600

**Tanzschule Walter Bartel**  
Ulmenau, 040-22 03 300

**Taranga Hochseilgarten**  
Zum Glockenturm 14-20, 27356 Rotenburg /  
Waffensen, 04268-93 05-0

**TASK Schauspielschule**  
für Kinder / Jugendliche, 040-38 61 54 66  
[kinderschauspielschule.de](http://kinderschauspielschule.de)

**Thalia in der Gaußstraße**  
Gaußstr. 190, 040-32 81 44 44

**Thalia Theater**, Alstertor, 040-32 81 44 44

**Theater an der Marschnerstraße**  
Marschnerstr. 46, 040-29 26 65

**Theater Haus im Park**  
Gräpelweg 8, Karten: 040-34 30 44

**Theater für Kinder**  
Max-Brauer-Allee 76, 040-38 25 38

**Theater in der Basilika**  
Borselstraße 14-16, 040-390 46 11

**Theater in der Washingtonallee**  
Washingtonallee 42, 040-65 99 11 68

**Theater Lübeck**, Beckergarbe 16 0451-399 600

**Theater N.N.**, Hellkamp 68, 040-38 61 66 88

**Theaterschiff Batavia**,  
Brooksdamm, 22880 Wedel, 04103-85 836

**Theater Wackelzahn**, Hoftheater Ottensen  
Abbestrasse 33, 040 - 298 12 139

**Theater Zeppelin**, Kaiser-Friedrich-Ufer 27,  
040-422 30 62, Erw. 8 €/ Kinder 5 €

**Theaterschule „Junge Mimen“**  
Rappstr. 1, 040-44 29 72

**Tierpark Ueckermünde**  
Chausseestr. 76, 039771-54940

**Tourismuszentrale HH**, 040-300 51 300

**Tree Trek Hochseilgarten**, Bad Bevensen  
Alter Mühlenweg 16, 05821-977 01-0

**U**  
**Übersee Museum**,  
Bahnhofplatz 13, 28195 Bremen,  
0421-1603899, Fam. 12,50 €

**Uebel & Gefährlich**, Feldstraße 66

**UCI KINOWELT**, Othmarschen Park,  
Baurstraße 2, Karten: 040-88 182 182

**UCI KINOWELT**, Mundsburg,  
Hamburger Str. 1-15, Karten: 040-227 0450

**UCI KINOWELT** Wandsbek,  
Friedrich-Ebert-Damm 134, 040-69 442 442

**umdenken** Heinrich-Böll-Stiftung Hamburg  
e.V., Max-Brauer-Allee 116, 040-389 52 70

**Universum Science Center Bremen**,  
Wiener Str. 2, 28359 Bremen, 0421-33 46-0  
Mo-Fr: 9-18 Uhr, Sa+So: 10-19 Uhr

**Universo Tango**  
Beim Grünen Jäger 6a, 040-430 61 68

**Untereibe Tourismus e.V.**  
Elbmarschenhaus, Hauptstr. 26, Haseldorf,  
04129-955 49 16, [untereibe-tourismus.de](http://untereibe-tourismus.de)

**V**  
**VAF**, Bertrand-Russell-Str. 4, Tel. 040-890 60 10

**Väterzentrum**, Rothestr. 36, 040-39 90 85 39

**Väteraufbruch f. Kinder**  
Fischotterstr. 12, 040-24 00 67 [www.vafk-hh.de](http://www.vafk-hh.de)

**Verband f. Turnen u. Freizeit**, 040-419 08-202

**Villa Dulsberg**  
Alter Teichweg 139, 040-696 27 49

**Vogelpark Timmendorf**  
An der Aalbeek, 04503-47 40

**Vogelpark Walsrode**, Am Rieselbach,  
05161-60 44 0, [vogelpark-walsrode.de](http://vogelpark-walsrode.de)

**Volksbank Arena**, Hellgrundweg 50,  
040-88 16 31 61, [volksbank-arena.net](http://volksbank-arena.net)

**W**  
**W3** Werkstatt 3, Nernstweg 32, 040-39 80 53 60

**Westibül** – Stadtteilbegegnungsstätte,  
Friedrich-Frank-Bogen 59, 040-739 56 43

**Westküstenpark St. Peter-Ording**  
Wohldweg 6, 048 63-30 44 (ab März)

**Wildpark Eekholt**,  
24623 Großenaspe, 04327-99 23-0

**Windjammer Rickmer Rickmers**  
Fiete-Schmidt-Anleger Brücke 1,  
040-319 59 59

**Wissensbörse Hamburg e.V.**  
Waitzstr. 31 B, 040-890 72 58

**XYZ**  
**zaubernichel**  
Wandsbeker Ch. 28, [zaubernichel.de](http://zaubernichel.de)

**zeise Kino**  
Friedensallee 7-9, 040-390 87 70, [zeise.de](http://zeise.de)

**Zentralbibliothek**  
Hühnerposten 1, 040-42 60 60

**ZSU**, Zentrum für Schulbiologie und Umwelt-  
erziehung, Hemmingst. Weg 142  
040-82 31 42-11

**Zinnschmelze**,  
Maurienstr. 19, 040-299 20 21

**Zoo in der Wingst**, Am Olymp 1, 04778-255

**Zoologisches Museum**  
Martin-Luther-King-Pl. 3, 040-428 38 38

**Wichtige Rufnummern**

Ärztlicher Notdienst HH.....	040-22.80.22..
Babyklappe.....	0800-456.0.789..
Beratungsstelle für Kinder (Mo.-Mi. 8.30.-13 Uhr).....	040-428813829..
Beratungsstelle besondere Begabung / BbB .....	040-428.013.402..
Die Brücke (Beratung bei Drogensucht u. Essstörungen) .....	040-66.61.33..
Elterntelefon.....	0800-111.05.50..
Ev. Ehe-, Partnerschafts-, Erziehungs u. Lebensberatung.....	040-30.62.02.49..
Elternkreis Drogenabhängiger.....	040-439.51.11..
Familienplanungszentrum.....	040-439.28.22..
Gift-Info-Zentrale.....	05.51-19.24-0..
HH Tagesmütter und Väter e.V.....	040-200.33.77..
Hilfe für Kinder.....	040-77.21.11..
Kinder- u. Jugendtelefon 0800-111 0 333 (Mo.-Fr. 15-19 Uhr; Sa. 14-19 Uhr).....	.....
Kinder- u. Jugendnotdienst.....	040-42.84.90..
AG Kinder- u. Jugendschutz HH e.V. .....	040-410.98.00..
Kinder- u. Familienhilfezentrum.....	040-645.03.00..
Kompaß.....	040-279.22.66..
Beratung f. Kinder alkoholabhängiger Eltern MenschensKind (Eltern m. Schrei-Babys ) (Säuglinge u. Kleinkinder).....	040-652.00.12..
Mutter-/Vater-/Kind-Kuren Deutscher Arbeitskreis f. Familienhilfe e.V. HH-West.....	040-38.61.46.37
HH-Ost.....	040-59.5777..
Müttergenesungskuren.....	040-800.50031..
Müttertelefon (20-22 Uhr).....	0800-333.2.111..
Notruf für vergewaltigte.....	040-25.55.66..
Mädchen und Frauen e.V.....	040-226.226.27..
Not-Telefon f. Kinder v. Suchtkranken.....	0800-280.28.01..
Opfer v. Häuslicher Gewalt + Stalking Pro Familia.....	040-30.99.749-10..
Rebus.....	040-428.63.5409..
Sexualpädagogik Beratung.....	040-35.34.21..
rue 66 Jugendhilfe e.V.....	040-652.30.55..
Schwangerschaftskonflikt.....	04154-752.75..
Suchtpräventionszentrum.....	040-428.63.24.72..
Telefon-Seelsorge.....	0800-111.0.111..
Väter in Trennung.....	01805-82.35.44..
Zahnärztlicher Notdienst.....	01805-05.05.18..

## Matze Knop on Tour

Live in der Laeiszhalle

**Der aus dem Fernsehen wohlbekannteste Comedian ist**

wohl einer der besten

Parodisten Deutschlands, der

Jürgen „Kloppo“ Klopp, Niki

Lauda, Jogi Löw, Felix Magath,

„Lodda“, Kaiser Franz Becken-

bauer und Dieter Bohlen

perfekt imitieren kann. Im

Herbst hat Hamburg endlich

die Chance, sie „alle“ an einem Abend

live zu sehen. Beim neuen Bühnen-

Programm von Matze Knop „Platzhir-

sche – Männer, Machos, Muttersöhn-

chen“, das er am 14. November in der

Laeiszhalle zum Besten geben wird. In

Stand-Up-Manier greift er tagesaktuelle

Themen auf und lässt auf der Bühne die

Grenzen zwischen Parodie und Original

verschwimmen.

**Tickethotline 01805-853 653,**

**www.fkscorpio.com**



**4. - 20. Oktober**

**www.tivoli.de**  
heiraten will, der sich nicht selbst versorgen kann? Wie geht man damit um, wenn der Arzt einem die blaue Pille verschreibt?

füllt? Oder die Tochter einen Mann das Haus verlassen? Was passiert, wenn das Haus verlassen? Was passiert, wenn die Kinderprozess. Was passiert, wenn die Kinder Thorsson ein Auge auf den Alterungs- isländischen Erfolgsautors Bjarni H. er in dem witzigen Theaterstück des gram verabschiedet. Doch nun wirft Dall von seinem eigenen Bühnenpro- **keiner sein ...** Eigentlich hat sich Karl **Alle wollen alt werden, nur alt will**

## Karl Dall ist „Der Opa“

Premiere im Schmidt Theater

## Total Lokal

Festival: Newcomer live

**Talentierte Newcomer brauchen**

**Aufritte.** Hier bekommen sie sie. Vier

junge Singer-Songwriter aus Deutsch-

land und England präsentieren ihre

Musik. Wer Frank Bögerding, Tommy

Finke, Mi und Tom Klose kennen

lernen möchte, kommt ins Freundlich +

**Termin: 5.10., Gertwigstr. 57**



## Augen Blicke Afrika

Filmfestival im Oktober

**Nicht Kriege, Hungersnöte oder**

trommelnde Afrikaner stehen im

Mittelpunkt, sondern das, was die

Menschen wirklich bewegt: Generatio-

nenkonflikte, Missbrauch, der Umgang

mit Körperbehinderung, soziale und

politische Auseinandersetzungen. Der

Blick durch die Augen afrikanischer

Filmemacher eröffnet neue Perspekti-

**18. - 28.10, Studio-Kino**

**www.augen-blicke-afrika.de**

## Kunst statt Eis

**Kunsthandwerkern zuschauen**

**Während das Eiscape Triboli in St.**

Georg Winterpause macht, nutzen

Kunsthandwerker die Räume als

Showroom. 20 professionell arbeitende

Kunstschaffende präsentieren in der

Ausstellung „Gestaltung außer der

Reihe“ ihre Arbeiten: Textiles, Holzernes,

Keramisches, Glasernes und Edelmetal-

**www.langereihe47.de**



## Die Legende lebt!

Hansa Variete Theater

**Am 25. Oktober** öffnen sich wieder die

Forten des legendären Hansa-Theaters.

Das über 100 Jahre alte Theater am

Steindamm ist ein Wahrzeichen der

Stadt und gehört zu Hamburg wie der

Hafen und die Reeperbahn. Das

Traditionshaus zeigt bestes Varieté mit

internationalen Artisten, abwechselnd

präsentiert von Kabarettisten und

Schauspielern der Extraklasse. Dazu

werden leckere Gerichte wie Theatertel-

ler oder maritime Köstlichkeiten

angeboten! **www.hansa-theater.de**

## Jeder stirbt für sich allein

Thalia Theater

**Erfolgs-Regisseur Luk Perceval** hat

sich des großartigen Romans von Hans

Fallada angenommen, der den unge-

wöhnlichen Widerstand eines einfa-

chen Arbeiter-Paares zur Zeit des 2.

Weltkrieges in Berlin zeigt. Die Ge-

schichte von Anna und Otto Quangel,

deren einziger Sohn an der Front stirbt

und die daraufhin mit handgeschriebe-

nen Postkarten den Kampf gegen die

Nazi-Diktatur aufnehmen. Doch bald

schon geraten sie ins Visier des Krimi-

nalkommissars Escherich ... **Premiere:**

**13. Oktober** **www.thalia-theater.de**





# Romantik pur

Advent in Salzburg

Salzburg zeigt sich in der stillsten Zeit des Jahres von seiner besonders romantischen Seite. In zartes Weiß gehüllt bietet das historische Ambiente der Stadt eine geradezu märchenhafte Kulisse für alpenländische Adventmärkte, besinnliche Musik und traditionelle Krippenspiele.

Das winterliche Salzburg wird ab dem 22. Dezember von einem besonderen Zauber erfüllt: Die Adventmärkte öffnen ihre Pforten. Am Dom- und Residenzplatz liegt der historische Salzburger Christkindlmarkt dessen Geschichte bis in das 15. Jahrhundert zurück geht. Hier duftet es nach feiner Weihnachtsbäckerei, Bratäpfeln, Punsch, heißen Maroni und gebrannten Mandeln. Ein wahrer Ohrenschmaus ist das umfangreiche Veranstaltungsprogramm mit täglichem „Singen vor dem Dom“ und dem stimmungsvollen Adventblasen der Salzburger Turmbläser jeden Adventsamtstag am Residenzplatz. Für Bewegungshungrige gibt es eine besondere Attraktion: Eislaufen auf dem Mozarteis am Mozartplatz unter freiem Himmel.

Ein echter Geheimtipp ist der Salzburger Festungssad-vent im Burghof der Festung Hohensalzburg (30.11. - 23.12., Freitag bis Sonntag), der per Standseilbahn oder zu Fuß erreichbar ist. Von der mittleren Festung aus eröffnet sich in alle Himmelsrichtungen ein unvergesslicher Blick auf die winterliche Stadt. Der Hellbrunner Adventzauber vor den Toren der Stadt, beim Schloss Hellbrunn (22.11. bis 24.12.) ist über fackelgesäumte Wege zu erreichen, die zum Lustschloss Hellbrunn führen, dessen Fassade sich in einen überdimensionalen Adventkalender verwandelt. Ein Märchenwald aus 400 Nadelbäumen - geschmückt mit 13.000 roten Kugeln und Lichterketten, die im zauberhaftem Glanz erstrahlen, zahlreiche Marktstände und ein umfangreiches Veranstaltungsprogramm für Groß und Klein verkürzen das Warten aufs Christkind.

**Informationen:**  
**Tourismus Salzburg GmbH,**  
 Tel.: +43 662 889 87 - 0,  
 www.salzburg.info  
**Hotel-Tipp:**  
**Schwärzler Hotel Neutor**  
 „Salzburger Künstlertreff“  
 Neutorstrasse 8, 5020 Salzburg  
 Tel.: +43 662 844 154-0  
 www.s-hotels.com

www.christkindlmarkt.co.at  
 www.mozarteis.at  
 www.salzburg-burgen.at  
 www.winterfest.at  
 hellbrunnradventzauber.at

**botanika** Das Grüne Science Center  
 Dellusweg 40  
 28359 Bremen  
 Tel. 0421 - 42 70 66 65  
 www.botanika-bremen.de

**EWE**

**IM REICH DER TROPISCHEN SCHMETTERLINGS**  
 8. Sept. 12 bis 10. März 13

Tag	Uhrzeit	Ort / Veranstaltung
27 Dienstag	20:00	Bucerius Kunst Forum Exil Vortrag Matta im amerikanischen Fluchtpunkt New York.
	20:00	Schmidt Theater hiddenshakespeare
	15:00	Altonaer Museum Vorführung Laenburger Raths-Apothek
26 Montag	15:30	Museum der Arbeit Darf's ein bisschen mehr sein? Frauen auf dem gewandelten Arbeitsmarkt
	21:15	Planetarium Hamburg Rockstars
25 Sonntag	20:00	Altonaer Theater Uns gehts ja noch Gold
	15:00	Speicherstadtmuseum Die Vielfalt der Oolong-Tees
	10:30	Ev. Familienb. Eppendorf Kosmetik-Workshop
24 Samstag	19:00	Speicherstadtmuseum Lesung, Anmeldung: 040-321191, 12 €
	19:30	Tödliche Häppchen - Morde für Gourmets NABU-Naturzentrum in der Hakenstraße, 04129-9554911
28 Mittwoch	19:00	Ev. Familienb. Eppendorf zum Advent
	18:00	Gemeinsam Backen
29 Donnerstag	14:00	Theater Triebwerk: Die Erde ist rund
	16:30	Planetarium Hamburg Design matters.
30 Freitag	16:00	Museum der Arbeit Weihnachtsmarkt
	18:00	Bucerius Kunst Forum Thailands Töpfe II
29 Donnerstag	19:30	Ev. Familienb. Eppendorf Trophen Tinte
	20:00	Bucerius Kunst Forum Vortrag und Lesung
28 Mittwoch	19:00	Altonaer Theater Il progetto di cioccolata
	19:30	Ev. Familienb. Eppendorf Das ist die Liebe Engelsaal

Anzeige

# November

## 01 Donnerstag

15:00 Im Reich des Lichts - Eine

Ode an den Kosmos und die

Evolution

Planetarium Hamburg

19:30 Café Legendar Engelsaal

Karl-Heinz Wellertleik

präsentiert Peter Alexander

Anzeige

## 02 Freitag

13:45 Weiblick über Hamburgs

Dächer

Ev. Familienb. Eppendorf

17:30 Ernährung und Rheuma

Ev. Familienb. Eppendorf

19:30 Anmelden!

Glanzlichter der Operette

Engelsaal

www.artemed.de

Tel.: (040) 8 66 92-0

22587 Hamburg-Blankenese

Kosterbergstraße 32

Hamburg

Krankenhaus Tabea

mit Matthias Wolff,

Oberarzt

18 Uhr

Mi., 07. November 2012,

Welche Erkrankungs-

form sollte wann operiert

werden?

Wirbelsäule

Patienten-Infoabend

Tabea-Treff

20:00 Cavequeen

Schmidt Theater

03 Samstag

17:00 Kreatives Schreiben

Ev. Familienb. Eppendorf

22:00 Deep Space Night 3.1

Planetarium Hamburg

17:00 Wehnachtsmesse im

Wehnachtsgewölbe!

Altonaer Museum

14:00 Grüne, weiße + schwarze Tees

Spelcherstadtmuseum

Anmeldung: 888 81 86, 15,50 €

10:00 Wehnachtsmesse im

Wehnachtsgewölbe!

Altonaer Museum

15:00 Oma Krögers Bismarckhering

Engelsaal

11 Sonntag

13:00 Herrschaften, kommen Sie

bittet! Museum der Arbeit

Szenische Führung

Bedingungsloses Grund-

einkommen. Chancen und

Risiken für Frauen

Museum der Arbeit

19:00 Uns gehts ja noch Gold

Altonaer Theater

12 Montag

19:30 Vorleseabend / Textwerkstatt

Ev. Familienb. Eppendorf

20:00 Mata und der Surrealismus

Bucurius Kunst Forum

20:00 Sprichst du noch oder

kommunizierst du schon?

Uebel & Gefährlich

13 Dienstag

20:00 Kulturdiskurs.

Irritierende Bildwelten

Bucurius Kunst Forum

14 Mittwoch

12:00 Planet Erde 3D

Zwischen Eiszeit + Treibhaus

Planetarium Hamburg

12:30 Eine Wohnung für uns

Museum der Arbeit

15 Donnerstag

14:00 Vogel der Wedeler Marsch

Elbmarschenhaus

19:00 Bewusst leben - gesünder und erfolgreicher

Ev. Familienb. Eppendorf

19:00 Anmelden!

19:30 Roggenzüchtung

Botanischer Garten

19:30 Komm ein bisschen mit

nach Italien

Engelsaal Schläger-Revue

Uns gehts ja noch Gold

Altonaer Theater

19:00 Anmelden!

19:00 Fasten - Fit & in Form

Ev. Familienb. Eppendorf

19:00 Kurs, bitte anmelden.

19:00 und Fortgeschrittene

Ev. Familienb. Eppendorf

10:00 Nähen für AnfängerInnen

10:00 Kurs, bitte anmelden.

19:00 Fasten - Fit & in Form

Ev. Familienb. Eppendorf

19:00 Anmelden!

19:00 Bewusst leben - gesünder und erfolgreicher

Ev. Familienb. Eppendorf

19:00 Anmelden!

19:00 Roggenzüchtung

Botanischer Garten

19:30 Komm ein bisschen mit

nach Italien

Engelsaal Schläger-Revue

Uns gehts ja noch Gold

Altonaer Theater

20:00 Die erfundene Wahrheit

Bucurius Kunst Forum

20:00 Giuseppe Verdi's Theaterwelten

als Welttheater, Vortrag/Lesung

07 Mittwoch

12:30 Lithographe und Steindruck

Museum der Arbeit Führung

14:00 Vogel der Wedeler Marsch

Elbmarschenhaus

Treff: Carl Zeiss Vogelstation

Infos: 040-64855253

Imre Kerécsz: Roman eines

Schicksallosen

Bucurius Kunst Forum

Kommunterung und Lesung

20:30 Le voyage abstrait presents

Normandie, Udossou,

Marionneau Planetarium

08 Donnerstag

10:00 Nähen für AnfängerInnen

10:00 Kurs, bitte anmelden.

19:00 Fasten - Fit & in Form

Ev. Familienb. Eppendorf

14:00 Vogel der Wedeler Marsch

Elbmarschenhaus

Treff: Carl Zeiss Vogelstation

Infos: 040-64855253

Imre Kerécsz: Roman eines

Schicksallosen

Bucurius Kunst Forum

Kommunterung und Lesung

20:30 Le voyage abstrait presents

Normandie, Udossou,

Marionneau Planetarium

20:00 Cavequeen

Schmidt Theater

03 Samstag

17:00 Kreatives Schreiben

Ev. Familienb. Eppendorf

22:00 Deep Space Night 3.1

Planetarium Hamburg

10:00 Wehnachtsmesse im

Wehnachtsgewölbe!

Altonaer Museum

14:00 Grüne, weiße + schwarze Tees

Spelcherstadtmuseum

Anmeldung: 888 81 86, 15,50 €

10:00 Wehnachtsmesse im

Wehnachtsgewölbe!

Altonaer Museum

15:00 Oma Krögers Bismarckhering

Engelsaal

11 Sonntag

13:00 Herrschaften, kommen Sie

bittet! Museum der Arbeit

Szenische Führung

Bedingungsloses Grund-

einkommen. Chancen und

Risiken für Frauen

Museum der Arbeit

19:00 Uns gehts ja noch Gold

Altonaer Theater

12 Montag

19:30 Vorleseabend / Textwerkstatt

Ev. Familienb. Eppendorf

20:00 Mata und der Surrealismus

Bucurius Kunst Forum

20:00 Sprichst du noch oder

kommunizierst du schon?

Uebel & Gefährlich

13 Dienstag

20:00 Kulturdiskurs.

Irritierende Bildwelten

Bucurius Kunst Forum

14 Mittwoch

12:00 Planet Erde 3D

Zwischen Eiszeit + Treibhaus

Planetarium Hamburg

12:30 Eine Wohnung für uns

Museum der Arbeit

15 Donnerstag

14:00 Vogel der Wedeler Marsch

Elbmarschenhaus

Treff: Carl Zeiss Vogelstation

Infos: 040-64855253

Fingertod - kleine Happen

ganz groß

Ev. Familienb. Eppendorf

19:00 Anmelden!

19:00 Porren, Tran und Knochen

Knochenschiffe aus der

Sammlung

Altonaer Museum

Uns gehts ja noch Gold

Altonaer Theater

Freiberufliche Akquisiteure gesucht!  
 Sie sind Anzeigenverkäufer/in aus Leidenschaft? Haben Interesse neue Themenfelder zu erschließen?  
 Dann bewerben Sie sich unter:  
 info@elbluft.de



Hier könnte in der nächsten Ausgabe Ihre Anzeige stehen.  
 Anzeigenschluss: 15. November  
 Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne!  
 Tel. 040-70 38 47-0



16 Freitag	20:00 Große Schmidt Wintergala	Schmidt Theater
17 Samstag	11:00 Susi! leicht gemacht	Ev. Familienb. Eppendorf
	11:00 Hortest du noch oder lebst	Ev. Familienb. Eppendorf
	11:00 du schon? Wege in eine	Ev. Familienb. Eppendorf
	11:00 „Ballaststraße“ Zukunft	Ev. Familienb. Eppendorf
	15:00 Charley's Tante Engelsaal	Ev. Familienb. Eppendorf
18 Sonntag	10:00 Werde Ehrendoktor!	Kundenuniversität und
	10:00 Tag der offenen Tür	Krankenhaus Tabea
	10:00 Kosterbergstr. 32 / HH - Blankenese	
	10:00 10 - 16 Uhr	
	10:00 Einkleimbilddrücke - von	Botanischer Garten Führung
	15:00 200 Jahre Märchen der	Schmidt Theater
	20:00 Große Schmidt Wintergala	Schmidt Theater
19 Montag	20:00 Wolfgang Trepper	Schmidt Theater
20 Dienstag	20:00 Die Zitronenjetzte	Engelsaal
	20:00 Im musikalischen Duft	meiner Schöpfung berauscht
	20:00 Bucurius Kunst Forum	Wie gut sind Wagners
	20:00 Operntexte?	
21 Mittwoch	12:30 Eine Wohnung für uns	Museum der Arbeit
	19:30 Die Zitronenjetzte	Engelsaal
	19:30 Führung	Museum der Arbeit
22 Donnerstag	20:30 Rockstars	Planetarium Hamburg
	18:00 Elternunterhalt,	Unterhaltspflichten
	19:00 Willgänse in den	Elbmarschen
23 Freitag	19:00	

Anzeige

# Wie gesund ist Schokolade?

Schokolade schmeckt nicht nur, sondern wirkt auch auf den menschlichen Körper. Aber wie eigentlich?

**Macht Schokolade etwa kling, schön und schlank?** Diesen Fragen kann man in Hamburg im Chocoversum auf den Grund gehen. Im Schokoladenmuseum sieht man nicht nur live, wie feine Schokolade gemacht wird, sondern erfährt und erschmeckt auch, was in ihr steckt. Auch wenn noch untersucht wird, inwieweit Schokolade unser Herz und Gehirn positiv beeinflusst, sind sich die Forscher einig und ein Blick auf die Besucher des Chocoversums verrät es auch: Schokolade macht glücklich! Nicht zuletzt hat schon die Vorrede auf den süßen Geschmack und den Schmelz einen stimm-



mungsaufhellenden Effekt. Aber das ist nicht das ganze Geheimnis. Im Kakao befinden sich Botenstoffe wie Serotonin, das im Volksmund oft als „Glückshormon“ bezeichnet wird. Doch für einen echten Rausch müssten wir 200-300 Tafeln Schokolade essen. Nicht einmal in einem ganzen Jahr schafft das der Durchschnittsdeutsche. Und eines verrät das Chocoversum noch: Schokolade macht nicht nur gesund und glücklich, sondern auch schön! Die Kakaobutter, die durch das Auspressen der Kakaobohne gewonnen wird, stimuliert die Hautzellteilung, so dass sich Haut schneller regeneriert.

[www.chocoversum.de](http://www.chocoversum.de)



## Buch-Tipp: Der Saunaführer

**35 Saunen** stellt dieser Führer im Raum Hamburg, Schleswig-Holstein und Niedersachsen vor, darunter 12 in Hamburg. Die ausführlichen Tipps machen dieses Buch zu einer idealen Grundlage für Neulinge und Anfänger. Die unterschiedlichen Sauna-Typen, Aufgüsse, Dampfbäder, Abkühlungs-Saunaführer enthält außerdem Gutscheine im Gesamtwert von über 330 €, gültig bis November 2013.

Verlag Peter Hüfer, 19,90 €

# Wasserspaß und Entspannung



## Kinder Karibik

Karibisches Strandfreizeil mit Kinderpool, Plantischbecken, Goldwaschkanal und waschbarem Piratenschiff, gestrandet an Deutschlands einzigem Korallenriffstrand. Für Kinder bis 7 Jahren.

**TIPP** jeden Sonntag tolle kostenfreie Animation

**TIPP** Tolle Kindergeburtstagsparty ab € 8,55 pro Person

**TIPP** SoleRelaxpool – Schweben und entspannen bei 6% Salzgehalt

**TIPP** Strandbistro mit leckerem Salatbuffet

## Erlebnisbad

Träumen unter Palmen und einen Kurzurlaub erleben! Karibisches Ambiente im Innen- und Außenbereich mit vielen Wasserattraktionen wie Wildwasserkanal und Riesenwasser-rutsche.

# DAS ERLEBNIS DES NORDENS

Tel: 04191/91220 • [www.holstentherme.de](http://www.holstentherme.de)



Auslastung

Norderstr. 8  
24568 Kaltenkirchen  
Direkt an der A7  
Täglich 10 - 22 Uhr,  
Fr + Sa 10 - 22.30 Uhr



# Saunen für Anfänger

Die Blätter fallen, der Regen peitscht die Bäume, der Sturm tobt ums Haus – die Welt ist grau in grau. Nichts Schöneres als jetzt den durchgefirenen Körper in einer Sauna aufzuwärmen. Die Durchblutung anzuregen, sein Herz-Kreislauf-System zu trainieren. Hier einige Tipps, damit das Sannieren zur Wohltat für Körper und Seele wird.

## Muse, Ruhe und Entspannung Sauna-Vielfalt in Hamburgs Bäderland

**Für den ersten Saunabesuch** sollte man mindestens drei Stunden einplanen. Im Vorfeld empfiehlt es sich, nur leichte Kost zu sich zu nehmen – ohne Knoblauch!



Einpacken sollten Sie am besten ein großes Sauna-Handtuch, das Schweiß gut absorbiert. Sinnvoll sind außerdem noch zwei weitere Handtücher, ein Bademantel, Schlappen und natürlich Shampoo, Duschgel. Bitte auch Badeanzug/-hose einpacken, denn vorher möchten Sie vielleicht noch eine Runde im Schwimmbaden drehen. Empfehlenswert sind gerade im Herbst und Winter dicke Socken für die Ruhephase. Vor dem ersten Saunagang gründlich duschen, um Kosmetikrückstände, den Fettfilm auf der Haut und Körpergerüche zu beseitigen. Danach unbedingt gut abtrocknen – so schwitzt man besser. Tabu sind Parfüms, Schmuck und Uhr unbedingt vor dem Saunagang ablegen, sonst brennt die Haut durch das Metall. Kontaktlinsen kann man tragen, aber zwischendurch die Augen schließen, um die Linsen zu befeuchten. Sanniert wird grundsätzlich nackt mit dem Saunatuch als Unterlage. Im Inneren der Kabine gilt: je höher, desto wärmer. Meist dauert ein Aufguss ca. 12-15 Minuten, als Neuling sollten Sie aber nur so lange in der Kabine bleiben, wie Sie es verkraften können. Keinen falschen Ehrgeiz entwickeln! Nach dem Sannieren ist Abkühlen angesagt. Die nun folgende Ruhephase ist sehr wichtig – lassen Sie sich Zeit. Auch die Zahl der Durchgänge sollten Sie von Ihrer Verfassung abhängig machen. Wichtig ist das Trinken zwischendurch. Das Bäderland Hamburg besteht mit einer vielfältigen Saunalandschaft, ob im Festland, Midsummerland, der Bartholomäus-Therme, Bille-Bad, Hallenbad Blanke- nese, Kaffi- oder Holthusen- bad ... entdecken Sie die Möglichkeiten!



[www.baederland.de](http://www.baederland.de)

Fotos: Fotolia.com, © Gemnady Poznyakov, © knipbild

## Wellness vor den Toren Hamburgs Kalahari Afrika-Sauna in Kaltenkirchen



**Kälte, Nässe, Wind, Dunkelheit** – Herbst und Winter sind für Körper und Seele eine große Herausforderung. Unser Immunsystem muss Schwerstarbeit leisten und wir sehnen uns nach wohliger Wärme, Entspannung und Licht. Ein wöchentliches Saunabesuch erfüllt all diese Sehnsüchte und senkt dabei noch nachweislich das Erkrankungsrisiko. Grund genug, für einen ausgedehnten Sauna-Besuch in der Holstentherme in Kaltenkirchen, direkt an der A7 gelegen. Dort haben Sauna-Fans und solche, die es noch werden wollen, die Möglichkeit, eine „Weltreise des Sannierens“ zu erleben. Durch liebevoll zelebrierte Frucht-und-Eis-Aufgüsse ist die Fengalaman Südsee-Sauna ein prickelndes Erlebnis. Entspannung pur bietet die Kalahari Afrika-Sauna. Diese Ruhe-Sauna wurde authentisch mit Malereien und Masken gestaltet, leise afrikanische Klänge tragen zur absoluten Entspannung bei. Die Atemkraft wird in der Himalaya Salzstollen-Sauna gestärkt und friedliche Stille gibt es ab Herbst in der neuen Shitau-Meditations-Sauna mit Japangarten, in der auf einem Altarofen erlesene Kräuter verdampft werden. Liebhaber der sanften, feuchten Wärme finden in der Hostentherme ein orientalisches Dampfbad mit sanfter Hitze, weichem tropischen Regen und entspannender Musik.

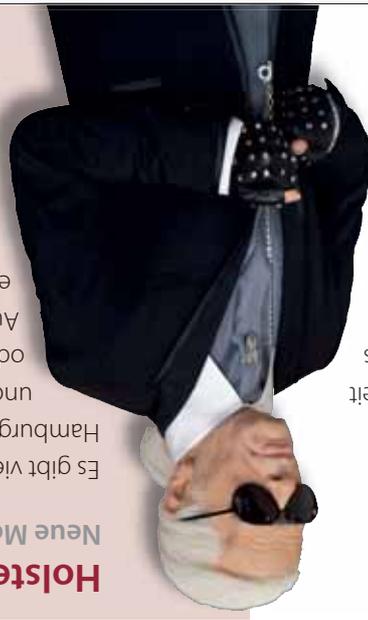
[www.holstentherme.de](http://www.holstentherme.de)



**Holstein per Rad entdecken**  
 Neue Mehrtages-Touren

Es gibt viel zu entdecken im Radlerland Holstein! Die Region zwischen Hamburg und der Nordsee bietet mit einem mehr als 3.000 km langen und engmaschigen Radroutennetz unzählige Möglichkeiten einen oder mehrere spannende Tage auf dem Drahtesel zu verbringen. Ausgearbeitete Touren von 1-5 Tagen lassen Sie Norddeutschland einmal anders kennenlernen. Beispiel-Touren: **Dicke Pötte und malerische Landschaften** (3-Tage / 2 U.) über Elberadweg, Mönchs- und Ochsenweg oder auch **Breiter Strom und flache Marsch – rechts und links der Elbe** (2-Tage / 1 U.)

Infos + kostenlose Broschüren:  
 Tel. 04124 - 604 95 92 / [www.holstein-tourismus.de](http://www.holstein-tourismus.de)



**Modezar Karl Lagerfeld**  
 Verewigt im Panoptikum

Etwas spöttisch betrachtet die Wachsfigur von **Karl Lagerfeld** seit Juni die Besucher. Mit ihr ehrt das **Panoptikum** eine Persönlichkeit, die schon seit über 50 Jahren die internationale Modeszene entscheidend mitgeprägt hat. Fast genau ein Jahr arbeiten die Bildhauerin Saskia Ruth und ihr Team an der Figur.

[www.panoptikum.de](http://www.panoptikum.de)

**Zarte Eroberer**  
 Im Reich der Schmetterlinge

Wenn filigrane bunte Wesen durch das Tropengewächshaus flattern und sich zu einem atemberaubenden Naturschauspiel formieren, dann wird die **botanika** wieder zum Reich der Schmetterlinge. Wie in jedem Jahr lädt das Grüne Science Center ein, über 40 tropische Arten, vom Ei bis zum ausgewachsenen Falter, zu beobachten. Mit etwas Glück und Geduld können die Falter in den Morgenstunden beim Schlüpfen bestaunt werden.

[www.botanika-bremen.de](http://www.botanika-bremen.de)



**Manege frei**  
 Zirkus Charles Knie

Noch bis zum 14. Oktober erleben Sie eine fantastische Zirkus-Show mit waghalsigen Artisten, lustigen Entertainern und herrlichen Tierdressuren. In gemüthlicher Zirkus-Atmosphäre mit Live-Orchester, dem Duft von Sägespänen und frischem Popcorn sowie dem Geruch nach exotischen Tieren, zeigt der **Zirkus Charles Knie** einzigartige Künstler und Tierdressuren, die in Deutschland noch nie zu sehen waren.

**Heiligengeistfeld; Mo.-Sa. 16+19.30 Uhr; So. + 3.10.: 11-16 Uhr; Karten: 10-32 €; Familienvorstellung: Mo. 16 Uhr alle Plätze 10 €, Loge 15 €)**  
 Ticket-Hotline: 0171 - 9462456  
[www.zirkuscharles-knie.de](http://www.zirkuscharles-knie.de)



**Apassionata**  
 Feuerwerk an Emotionen

In der großen Jubiläums-Show im Januar 2013 von Apassionata werden Sie hochkarätige Stars des letzten Jahrzehnts wieder treffen. Freuen darf man sich auf traumhafte Freiheitssdressuren von Christophe Hasta Luego, Doma Vaquera mit Sebastian Fernandez und eine fantastische Gala der „Hohen Schule“ von der Equipe Luis Valença aus Portugal. Ein Erlebnis für die ganze Familie, ein Kunstwerk aus mitreißender Musik und spektakulären Show-Acts. **12. + 13. Januar '13, O2-World, [www.apassionata.com](http://www.apassionata.com).**





# Gärtnern – aber sicher!

Auf der Leiter, beim Rasenmähen oder Rückschnitt – wie schnell kann da was passieren ... Deshalb: Melden Sie Ihren Gartenhelfer bei der Unfallkasse Nord an – nur dann können wir im Ernstfall helfen.

www.uk-nord.de



© Henrichshof/ Fotolia.com

Anzeige

20:00	Kostenloser Bewerbungscheck von Aquilus
19:30	Bücherhalle Mümmenahnsburg
19:00	Selbst ist der Autor
19:30	Körper-Stiftung Gespräch
19:30	Horst du noch oder lebst du schon? Wege in eine „ballastfreie“ Zukunft
19:30	Ev. Familienb. Eppendorf
19:30	Organispende - Sie müssen entschließen
19:30	Goldbekhaus Information, 5 €
19:30	Animato-Streichquartett
19:30	Kulturhaus Langenhorn
20:00	Bordun und Folk im Konzert, 5 €
20:00	Bürgerhaus in Barmbek
19:00	Dialog in Deutsch
10:00	Bücherhalle Langenhorn
10:00	im Bücherturm
10:00	Atem erfahren - Atemtherapie
10:00	n. Ilse Middendorf
10:00	Ev. Familienb. Eppendorf
15:00	Weiterbildungsberatung
15:00	Bücherhalle Billstedt
17:00	Theater gemeinsam erleben
19:30	Ev. Familienb. Eppendorf
19:30	Energie!
19:30	Vortrag von Dr. Dirk Soltan
19:30	Planetarium Hamburg
19:30	Fischfütter und Auf die harte Tour
19:30	Speicherstadtmuseum
20:00	Lesung, Anmeldung: 040-321191, 10 €
20:00	Karl Dall ist „Der Opa“
20:00	Schmidt Theater

20:00	Die zweiten Hamburger
20:00	Stains of Time
20:00	Kulturhaus Eppendorf Konzert
20:00	Der Menschenfeind
20:00	monsun Theater Komödie
20:00	Stress reduzieren - aber wie?
10:00	Ev. Familienb. Eppendorf
10:00	Fahrradflohmarkt
10:00	Gut karischö
10:30	Kosmetik-Workshop
10:30	Ev. Familienb. Eppendorf
14:00	Grüne, weiße + schwarze Tees
16:00	Speicherstadtmuseum
16:00	Anmeldung: 888 81 86, 15,50 €
16:00	Schreiben macht Spaß
16:00	Ev. Familienb. Eppendorf
16:00	Amiden!
16:00	Seminar Wildkräuter und ihre Heilkräfte
18:00	Elbmarschenhaus
18:00	18 € 04129-9568597
20:00	Thomas Kreimayer
20:00	Die zweite Hamburger
20:00	Stegreifkabarett HausDrei
20:00	Die zweiten Hamburger
20:00	Zaubernächte
20:00	Kellertheater Hamburg
20:00	Reisen und Speisen:
20:00	Ecuador mit Fotos
20:30	Kulturhaus Eppendorf
20:30	Anmeldung: 040-481548
20:30	Tanz der Kulturen
22:00	Kulturhaus Langenhorn 4 €
22:00	Salsa-night
22:00	Zinnschmelze
20:00	Hennig Venske & Kai
20:00	Magnus Sting - Gegensätze
20:00	Alma Hoppes Lustspielhaus

15:00	Bewerbungscheck
16:15	Bücherhalle Eidelstedt
19:00	Im Reich des Lichts
19:00	Planetarium Hamburg
19:00	Zeitensprünge – Es ist nie zu spät für eine glückliche Kindheit
19:30	Kulturhaus Langenhorn
19:30	Kabarett & Zauberei, 10 €
19:30	Tonight on Broadway
19:30	Oh du meine Mutter!
19:30	Ev. Familienb. Eppendorf
18:30	Violinvorspiel
19:30	Hamburger Konservatorium
20:00	Ladies Night Zinnschmelze
20:00	eigenarten 2012:
20:00	Migrantenpop Goldbekhaus
20:00	Comedy, 10 €
20:00	Zurück zum Happy End
20:00	Kellertheater Hamburg
20:00	Reise vor und zurück
20:30	monsun Theater
20:30	Treason – Irish Folk
20:30	Theaterschiff Batavia 10 €
10:00	Heizen – gut und günstig?!
10:00	Gut karischö
10:00	Steinway-Klavierwettbewerb
15:00	Hamburger Konservatorium
15:00	Herbstzeit - Erntezeit
15:00	Ev. Familienb. Eppendorf
15:00	Burka & Bikini!
16:00	Zinnschmelze Kabarett oriental
16:00	Seminar Rituelle Räucherkunde
16:00	Elbmarschenhaus
19:30	Im weißen Rössl
19:30	Opette
20:00	Hamburg's only Live English
20:00	Chatshow!
20:30	40 Jahre Batavia / Oktoberfest
20:30	Theaterschiff Batavia 10 €
10:00	Feine Kost und Design rund um die Küche
14:00	Museum der Arbeit
14:00	Kräuterwerkstatt Hexenkräut und Zauberpflanzen
14:00	KräuterPark Stolpe 5 €
15:00	Charley's Tante Engelsal
15:00	Swingschmelze Zinnschmelze
17:00	Abendcafé und mehr ...
19:00	Bürgerhaus in Barmbek
19:00	Caveauen
19:00	Schmidt Theater
19:00	Mattisse u. die Expressionisten
19:00	Bucurius Kunst Forum
19:00	Tagestart ins Museum
20:00	Ladies Night Zinnschmelze
20:30	Jazzfrühstücken
20:30	Theaterschiff Batavia 6 €
10:00	Dialog in Deutsch
10:00	Bücherhalle Winterhude
10:00	Nähen für Anfängerinnen
10:00	und Fortgeschrittene
16:30	Ev. Familienb. Eppendorf
16:30	Unterwegs in Hamburg.
16:30	Das Licht der Zukunft
16:30	Bucurius Kunst Forum
16:30	Führung: DESY Hamburg, 10 €
16:30	Anmeldung erforderlich
10:00	Herbst-Eindrücke
11:00	Botanischer Garten
11:00	Führung
11:00	dem eigenen Ofen
11:00	Brot und Brötchen frisch aus
11:00	Tag der offenen Tür
11:00	Bucurius Kunst Forum
11:00	Speicherstadt - Tradition
11:00	und Wandel
14:00	Speicherstadtmuseum 8 €
14:00	202. Barmbeker Spieltag
14:00	Zinnschmelze
14:00	Höhepunkte der Sammlungen
14:00	Altonaer Museum Führung
14:00	Heilpflanzen für Atem und
14:00	Lunge
15:30	Hartz IV: Kritische Analyse
16:00	und die Folgen für Frauen auf
16:00	dem Arbeitsmarkt
16:00	Heilkräfte Elbmarschenhaus
18:00	Ev. Familienb. Eppendorf
18:00	Amiden!
19:00	Gala der Sieger
19:00	Zinnschmelze
19:00	Zehn Jahre
19:00	Hamburger Comedy Pokal
19:00	Forscher fragen:
19:00	Gesunde Chemie
19:00	Körper-Stiftung
20:00	Alma Hoppes Lustspielhaus
20:00	Improvisations-Theater
20:00	Hidden Shakespear
20:00	Gespräch
20:00	Landgang - mit Vieh, Gesang
20:00	und Völlrausch
20:00	Freizeitzentrum Schnelsen 10 €
12:30	Das Archiv
18:00	Museum der Arbeit Führung
18:00	eigenarten
18:00	Kampnagel Festival-Eröffnung
19:00	Die Muschelseucher
19:00	Altonaer Theater
19:00	Poetry Slam
19:00	Weitraum und Wortwelten
19:30	Bucurius Kunst Forum Führung
19:30	Für die Energiegewende: Wind
20:00	Kohle Eintritt frei!
20:00	Der Menschenfeind
20:00	monsun Theater Komödie
10:00	Donnerstag
10:00	Frauenthrustück
10:00	Kulturhaus Eppendorf
13:00	Weiterbildungsberatung
14:00	Bücherhalle Eimsbüttel
14:00	Vogel der Wedeler Marsch
14:00	Elbmarschenhaus
18 € 04129-9568597	Treff: Carl Zeiss Vogelstation

„Erst als ich nicht mehr schlafen  
konnte, wachte ich auf:  
Ich hatte eine Depression.“

Jeder 3. Mensch wird einmal im Leben psychisch krank.  
Zum Beispiel durch eine Depression. [www.psychenet.de](http://www.psychenet.de)

**psychenet**

Hamburger Netz psychische Gesundheit





TICKETS UNTER:  
 FKPSCORPIO.COM  
 & EVENTIM.DE  
 SERVICE-HOTLINE:  
 01805-853 853  
 (12 bis 19 Uhr, Mo-Fr 9 bis 18 Uhr)  
 (01805-853 853)



**Museum für Hamburgische Geschichte,  
 Holstenwall 24, 20355 Hamburg.  
 Führungen: Jeden Sonntag um 15 Uhr.  
 Alle Infos unter [hamburgmuseum.de](http://hamburgmuseum.de)**

Bei Berührung entsprechender Markierungen öffnen sich Fenster mit thematischen Zusatzinfor- mationen. Dreht man das Zeiträd weiter, gelangt man ins Mittelalter. Zu den Glaubensflüchtlingen um 1500. Zum großen Brand von 1842. Zur Sturmflut 1960. Zur HafenCity 2012 ... Mehr als 200 Einzelthemen sind abrufbar. Und das macht ungläublich Spaß.  
*Isabelle Hofmann*

**27.9.-30.12., Automuseum Prototyp,  
 Shanghaiallee 7, 20457 Hamburg,  
 Di-So 10-18 Uhr, Eintritt 9 €  
[prototyp-hamburg.de](http://prototyp-hamburg.de)**

eher aus wie ein heruntergekommener Hippie als ein internationaler Filmstar", erinnert sie sich. Dennoch war ihr nach dem ersten Treffen klar: "Ich werde diesen Mann heiraten". Ähnliches muss auch McQueens im Sinn gehabt haben, denn die besagte Rolle gab es nämlich gar nicht: "Steve hatte alles nur inszeniert, um mich kennenzulernen". Barbara Minty wurde nicht nur seine letzte Liebe, sie wurde auch seine sehr persönliche Biografin und Dokumentarin. Gleich zu Anfang ihrer Beziehung, so schreibt sie, habe sie ihm das "Ultimatum" gestellt, ihn immer und überall fotografieren zu dürfen. Exklusiv wohlgemerkt. Die 24-jährige hatte sich schon damals Gedanken darüber gemacht, was sie nach ihrer Karriere als Fotomodell anfangen könnte und einen Beruf "auf der anderen Seite der Linse" ins Auge gefasst. Bis zu seinem Tod war sie nicht nur die Frau, sondern auch die Fotografin an seiner Seite. "Ich wollte nicht sein Sterben, sondern sein Leben dokumentieren", sagt Barbara McQueen. Das ist ihr auch gelungen. Zusammen mit ihren Anekdoten über Nachbarn, Freunde und Ex-Frauen zeichnen ihre Aufnahmen das Bild eines großherzigen, unpräzisen und überaus gelassenen Menschen, der Normalität schätzt und Hollywood-Rummel verabschuet. Barbara McQueen hat Steve McQueen vergrößert. Er war ihre große Liebe. Doch ihre Bilder zeigen keinen Mythos. Sie zeigen einen ganz normalen Mann.  
*Isabelle Hofmann*



hamburgmuseum

Hamburg Museums, dem interaktiven "Hamburg-Tisch" (Foto). Elf Epochen lassen sich hier mithilfe eines mechanischen Zeitrades ansteuern. Eine Drehung am Rad, und schon ist man beispielsweise im Jahre 900, als Hamburg noch Hamnaburg hieß.

Die bildübische Farmertochter aus Oregon war zu diesem Zeitpunkt auf dem Gipfel ihrer Model-karriere, schmückte die Titelseiten von "Cosmopolitan", "Harper's Bazaar" und "Elle". Als ihre Agentin anrief und sagte, der Star aus "Flammen des Inferno" habe eine Anzeige mit ihr gesehen und wolle, dass sie für eine Rolle in seinem neuen Film vorspreche, verwechselte sie ihn erst einmal mit Paul Newman, McQueens Gegenspieler in dem Action-Streifen. Dabei hatte sie sich schon als Fünfjährige in Steve verknallt oder besser gesagt in den jugendlichen Helden aus "Wanted - Dead or Alive", der so wahnsinnig schnell den Colt ziehen konnte. Der Mann, dem sie dann rund 20 Jahre später begegnete, hatte mit dem "King of Cool" nichts mehr gemein: "Steve sah



Zwei Fotos aus der Ausstellung: Links: "The Last Mile"; rechts: "Montana Dreaming", beide von 1978

am 4. Juli 1977 kennenernte. reisen zu können. So sah er auch aus, als ihn Barbara Bart wachsen, um unerkannt durch die Staaten in die Film-kamera halten musste, ließ er Haare und Schauspielerei sein markantes Konterfei nicht gerade private Gesicht von Steve McQueen. Wenn der ungepflegt wirkenden Bart. So sah es also aus, das Schauspielerei mit einem wilden, immer etwas nicht einmal bemerkt. Mehr als die Hälfte aller Aufnahmen im Prototyp-Museum zeigen den sich, ihn zu belästigen. Vielleicht hat er das Foto noch

Fotoausstellung: Steve McQueen  
im Automuseum PrototypDie  
letzte  
Meile

**Er war der coole Typ** mit den stahlblauen Augen und dem durchdringenden Blick: Steve McQueen (1930-1980), als berühmter und als knallharter Cop „Bullitt“, als unbugsamer Gefangener „Papillon“, als tollkühner Rennfahrer von „Le Mans“ und Revolverheld in „Die glorreichen Sieben“. Viel zu früh starb der Filmstar 50-jährig an Krebs. Seine Frau Barbara hat **„The Last Mile“** in sehr persönlichen Aufnahmen festgehalten. Eine Auswahl von 35 Fotografien zeigt nun das Hamburger Prototyp-Museum erstmals in Deutschland.

Fast 25 Jahre habe sie die Idee zu diesem Buch mit sich herumgetragen, sagt Barbara McQueen. Erst nachdem sie selbst 50 Jahre wurde, hätte sie sich getraut, die Foto-Schachtel hervorholen und zu sichten. Immer noch schmerzt es sie, die Bilder zu betrachten, die von dem kurzen Glück zeugen, das Steve und

Ihr vergönnt waren. Dreieinhalb Jahre dauerte ihre Liebesgeschichte. Als sie am 16. Januar 1980 heirateten, war Steve bereits schwerkrank. Zehn Monate später war Barbara Witwe – mit gerade mal 27 Jahren. Eines ihrer letzten Bilder zeigen den Schauspieler im Profil: Einen alten Mann mit

**Wirtschaftliche Lebensader**, Freizeitgebiet, Touristenmagnet – was wäre Hamburg ohne die Elbe? Einfach nicht denkbar, wie die Schau- „Taktgeber Hafen“ im Museum für Hamburgische Geschichte zeigt. Vier neue Räume vollenden nun den historischen Rundgang durch die Jahrhundert- derie, der bislang mit dem Beginn des 20. Jahrhunderts einfach aufhörte. Endlich können die Besucher in einem Rutsch von der Hammburg zur HafenCity reisen – und kommen zum Schluss auch Informations- technisch in der Gegenwart an.

Der Hamburger Hafen gilt heute als einer der führenden Containerhäfen. Das ist vor allem dem Container-Terminal Altenwerder zu verdanken. An diesem Terminal wurde vor wenigen Wochen das derzeit größte Schiff Deutschlands getauft. Die „Hamburg Express“ ist 366 Meter lang und kann 13.200 Standard-Container fassen. Ältere Frachtschiffe nehmen sich dagegen wie Spielzeuge aus, insbesondere

Hamburgs Geschichte ganz  
neu: im hamburgmuseum

re die Ewer der Vorkriegszeit, wie der unmittel- bare Vergleich im Hamburg Museum zeigt. Dort steht so ein Mega-Port am Ende einer ganzen Flotte von Modell-Frachtschiffen und führt anschaulich die Entwicklung der Schifffahrt vor Augen. Eindrucksvoll ist auch das drei Meter hohe und acht Meter breite Stadt- und Hafenerleuf von 1929, an dem man jahrzehntlang achlos vorbei lief. Mit Lichtprojektionen animiert, hat es sich nun in ein interaktives Multimedia-Objekt verwandelt. Vorbei an weiteren Stadt-Modellen führt der Weg in die Gegenwart zum ganzen Stolz des

Bart und Holzfaller-Hemd, der in einem Korbstuhl in der Sonne Zeitung liest. Neben sich ein kleiner, gussseiserner Ofen, aus dem die Flammen lodern. Ein friedliches Bild. Ein respektvolles Bild. McQueen wollte in seinen letzten Tagen und Wochen nur noch seine Ruhe haben – und seine junge Frau hütete

Automuseum Prototyp/Barbara McQueen (2)



# Moin

**Jetzt ist es mal wieder soweit** – die trübten Tage liegen vor uns. Damit haben die Finnen ja Erfahrung. Wer sich mit dem Land und seinen wortkargen, exzentrisch wirkenden Bewohnern genauer befassen möchte, dem sei das hervorragende Hörbuch **Finland hören** ans Herz gelegt. **Extra-Tipp:** Am Dienstag, den **30.10.** wird es um 18 Uhr in der Bibliothek der Helmut Schmidt Universität präsentiert, mit der Generalkonsulin Erja Tikka und Barbara Barberon-Zimmermann, der Autorin des Hörbuchs. Eine einmalige Gelegenheit, etwas von der mentalen Widerstandskraft - die Finnen nennen sie "sisu" - zu lernen. ...

Und hier noch ein anderer Tipp der Redaktion, der Sie ebenfalls in eine der entlegenen Regionen der Erde entführt – in den Himalaya: Die mit Preisen überhäufte Doku **„Der zerbrochene Mond“** zeigt den immer schwieriger werdenden Überlebenskampf eines Nomaden-Stammes aufgrund der Klimaerwärmung. Flüsse trocknen aus und verwandeln Täler in Wüsten. Ein Film, der unter die Haut geht!

Bewegendes können Sie aber auch vor Ort, in unserer schönen Stadt Hamburg entdecken, die **zwutsch-Redaktion** hat einige Vorschläge zusammengestellt.

Eine breite Vielfalt an Terminen finden Sie außerdem unter [www.der-zwutsch.de](http://www.der-zwutsch.de).

Viel Spaß beim Entdecken wünscht Ihnen das **zwutsch-Team!**

## Herbst-Verlosung:

Worauf freuen Sie sich im Herbst? Das können kulturelle oder private Ereignisse sein, Rezepte, Reisen, Orte, Menschen. Lassen Sie uns teilhaben: **der zwutsch, Postfach 560170, 22551 Hamburg** oder per Mail: [gewinnspiel@der-zwutsch.de](mailto:gewinnspiel@der-zwutsch.de). Wichtig: Namen, Alter, Adresse + Wunschpreis nicht vergessen! Einsendeschluss: 15. November 2012, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Unter den schnellsten Lesern verlosen wir die Theaterkarten.

## Unter allen Einsendungen verlosen wir:

- 2 x 1 Hörbuch **Finland hören** vom Silberfuchs Verlag
- 2 x 1 DVD **Der zerbrochene Mond** von schrödermedia
- 3 x 2 Karten für das **Hansa Variete Theater** am 15. November
- 3 x 1 **Saunaführer** vom Verlag Peter Hüfer mit Gutscheinen
- 3 x 2 Karten für **Jeder stirbt für sich allein** am 27.10. um 19 Uhr im Thalia Theater
- 2 x 2 Karten für **Matze Knop** am 14. November in der Laeiszahle
- 2 x 2 Karten für **Der Opa** am 18.10. um 20 Uhr im Schmidt Theater

## IMPRESSUM

### Herausgeber

elblut verlag eKfr, Inh. Yvonne Schütke

Postfach: 560 170, 22551 Hamburg

Tel.: 040-70 38 47-0, Fax: 70 38 47-20

www.der-zwutsch.de, info@der-zwutsch.de

### Redaktion - & DTP-Leitung

G. Friebel

Tel.: 040-70 38 47 - 11

info@der-zwutsch.de

termin@der-zwutsch.de

### Anzeigenverkat

Y. Schütke

Tel.: 040-70 38 47 - 28

### Druck: Kröger Druck

Fotos: fotolia.de, Veranstalter

Titel: Anzeige

Layout: A. Seifert, W. Petersen, Y. Schütke

### Redaktionsschluss

Dezember-Ausgabe 12 ist der 5.12.2012

Wissen erstellt und mit größtmöglicher

Alle Angaben, die in dieser Zeitschrift

### Haftungsausschluss:

publiziert werden, sind nach bestem

Sortiert überprüft. Dennoch sind

inhaltliche Fehler nicht vollständig

auszuschließen. Daher übernimmt die

Firma keinerlei Verantwortung und

Haftung für etwa vorhandene inhaltliche

Unrichtigkeiten.



Termine für Ihr Handy:



## INHALT

### Kultur

Die letzte Meile

Seite 04

### Termine

Oktober

Seite 06

### Ausflugstipps

Unterwegs

Seite 09

### Gesundheit

Sauna und Süßes

Seite 10

### Termine

November

Seite 12

### Städtereise

Salzburg im Winter

Seite 13

### Kulturschnipsel

Theater, Comedy und mehr

Seite 14

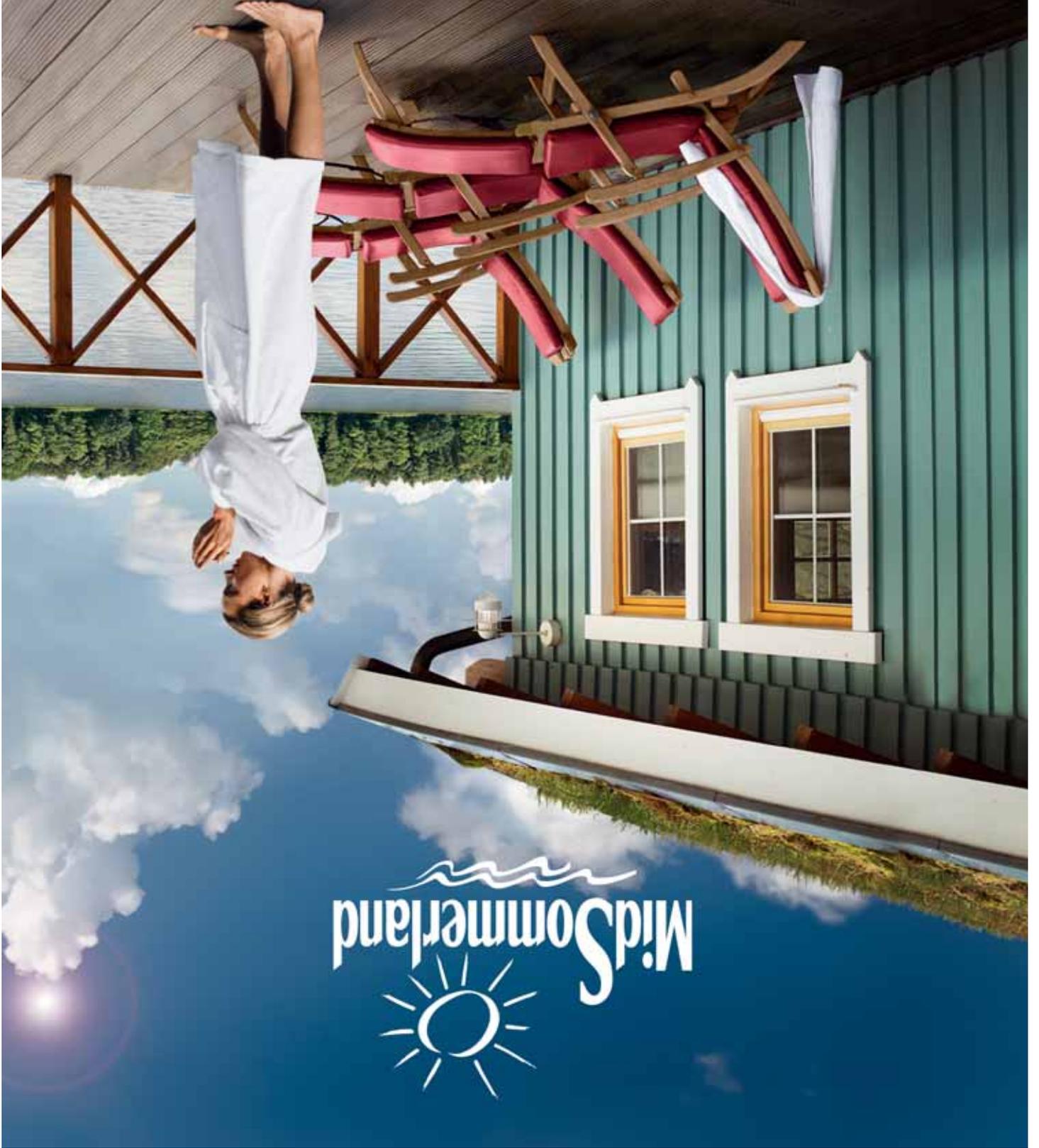
### Adressen

gemeinsam mit BANGFRANG nach Seite 14

GOTTHELFWEG 2  
21077 HAMBURG/HARBURG  
HOTLINE 040/18 88 90  
WWW.BAEDERLAND.DE



*Das schwedische Saunaleben in Hamburgs Süden mit  
Saunagarten und Seeblick – einfach wohlfühlen.*





# Werde Ehrendoktor!

Mach mit bei der Kinderuniversität und  
erfahre, wie Dein Körper funktioniert.

**Kinderuniversität und Tag der offenen Tür**

So., 18. November 2012, 10-16 Uhr

**Krankenhaus Tabea**

Kösterbergstraße 32, Hamburg-Blankenese,  
Tel.: (040) 8 66 92-0, [www.tabea-fachklinik.de](http://www.tabea-fachklinik.de)



Tabea

Im Artemed-Klinikkverbund