

**GROSSER
SERVICETEIL:**
Golf-Sonderseiten
Fit & schön · Bauen & renovieren
Besser hören & sehen · Traumhochzeit

Heft 1, 25. Januar 2013, Auflage 51.000



www.facebook.de/alstertal magazin

Für Poppenbüttel, Sasel, Wellingsbüttel, Hummelsbüttel, Volksdorf, Fuhlsbüttel,
Klein Borstel, Duvenstedt, Lemsahl-Mellingstedt, Wohldorf-Ohlstedt, Bergstedt und Tangstedt.

Exklusiv bei uns:



Kauftest

Wie leicht kommt die Alstertaler Jugend an Alkohol und Zigaretten?

JEDEN TAG
EIN NEUER
WITZ



Alstertal Magazin

Neuer Streit

um P+R-Haus in
Poppenbüttel

Engagiert

Wellingsbüttler hilft
Kindern in Afrika

Huch? Ein Wellingsbüttler im Dschungelcamp!

Klaus Baumgart von Klaus & Klaus flog allerdings schon früh raus

**Sie haben
bereits
Naturstein?**

Gerne bieten wir Ihnen sämtliche
Pflege-, Reinigungs- und
Reparaturarbeiten an.

Faszination Naturstein

Sonderanfertigungen für Treppen, Kaminverkleidungen, Waschtische oder Arbeitsplatten u.v.m. Wir schneiden Naturstein nach Ihren Wünschen und Maßen zu (auch rund in einem Stück). Umfangreiches Materiallager.



Ihr Meisterbetrieb im Alstertal

GAEDKE
NATURSTEIN

Poppenbütteler Chaussee 81
Hamburg-Duvenstedt • Tel.: 040/607 66 00
Fax: 040/607 66 014 • info@gaedke-naturstein.de
www.gaedke-naturstein.de

Seit 20 Jahren mehr als ein Zuhause für den Tag

In vielen Familien fehlen oft die Kraft und die Zeit, einen alten oder behinderten Menschen zu betreuen. Manche Menschen sind nach dem Verlust ihres Partners vereinsamt. Die einzige Lösung dieser Probleme scheint der Umzug in ein Heim. Die TaP bietet eine Alternative.

In der TaP betreuen wir montags bis samstags, in der Zeit von 7-16 Uhr, ältere, pflegebedürftige und an Demenz erkrankte Menschen. Der Fahrdienst der TaP holt die Gäste morgens von zu Hause ab und bringt Sie abends auch wieder zurück. Vereinbaren Sie gerne einen kostenlosen Probetag.

Tagespflegezentrum Poppenbüttel
Poppenbütteler Bogen 2 & 39
22399 Hamburg

Tagespflege Norderstedt
Ochsenzoller Str. 28
22848 Norderstedt

Tel.: 040/ 611 88 999 0
www.tap-ev.de

TaP DIE TAGESPFLEGE



Bildung vergeigt

VON WOLFGANG E. BUSS



Liebe Leserinnen und Leser, das neue Jahr hat begonnen. Es wird ein gutes Jahr für uns alle, was soll uns schon Schlimmes passieren?

Düster hat das Jahr lediglich für **unsere Bildungspolitiker** angefangen. Sie erhalten demnächst ihre **schwerste Ohrfeige**: Mit der größten weltweit jemals erarbeiteten Bildungsstudie. Diese Studie „Visible Learning“ (sichtbare Lernprozesse),

die in wenigen Wochen auch auf Deutsch vorliegen wird, deckt ihre größten Irrtümer auf. Jahrzehntelanges bildungspolitisches Herumexperimentieren angeblicher Bildungs-Experten ging komplett in die falsche Richtung.

Autor der Studie ist der neuseeländische Bildungsforscher Professor John Hattie, der sich die Arbeit gemacht hat, die Ergebnisse von mehr als 800 Bildungsstudien mit 50.000 Einzelstudien und **250 Millionen beteiligten Schülern** zusammenzufassen! Wow.

Sein Ziel: einen „Erfolgsfaktor“ schulischen Lernens wissenschaftlich nachzuweisen. Schon jetzt wird er als „der wohl einflussreichste Bildungswissenschaftler der Welt“ bezeichnet.

„Meinungen gibt es genug“, so der Professor, er wollte messbare **Evidenz**: Was bringt nachweisbar Lernerfolge und bessere Ergebnisse?

Und seine Ergebnisse sind niederschmetternd für die Wünschelrutengänger der Hamburger Bildungspolitik. Fatale Erinnerungen werden wach, erinnern wir uns noch einmal an die „Bildungsdebatte“, die bis vor zwei Jahren durch unsere Stadt fegte. Der Streit um eine „Schulreform“ und „Wir wollen lernen“ **war so dumm, so tendenziös, so irrelevant**, dass man sich schämen muss, dabei gewesen zu sein. Damals hatte sich die ehemalige Schulsenatorin Christa Goetsch oder ein Walter Scheuerl von ebenso ahnungslosen Eltern und selbst ernannten Schulexperten monatelang vor sich her treiben lassen. Bildungspolitische Kompetenz der Debatte: eine glatte „6“. Alles war nur Aberglaube. Sie alle werden den Namen „Hattie“ 2013 verfluchen. Was ist der Grund?

Die bedeutendste wissenschaftliche Studie zum Thema Schule und Lernen des Neuseeländer Professors John Hattie hat zum Ergebnis: Schulformen, Klassengrößen, Lernstrukturen, Schulnamen, alles was Goetsch, Scheuerl und Co. wichtig war, haben nahezu **keinen Einfluss auf das Lernergebnis** der Schüler. Auch die Kosten für Bildung nicht!

Wichtig sind nur die Lehrer! Nur diejenigen, die unmittelbar vor den Schülern stehen, haben es in der Hand. Die Kompetenz jedes einzelnen Lehrers macht den Unterschied. **Nur sie**. Was das im Einzelnen ist, das erarbeitete der Wissenschaftler in seiner Studie.

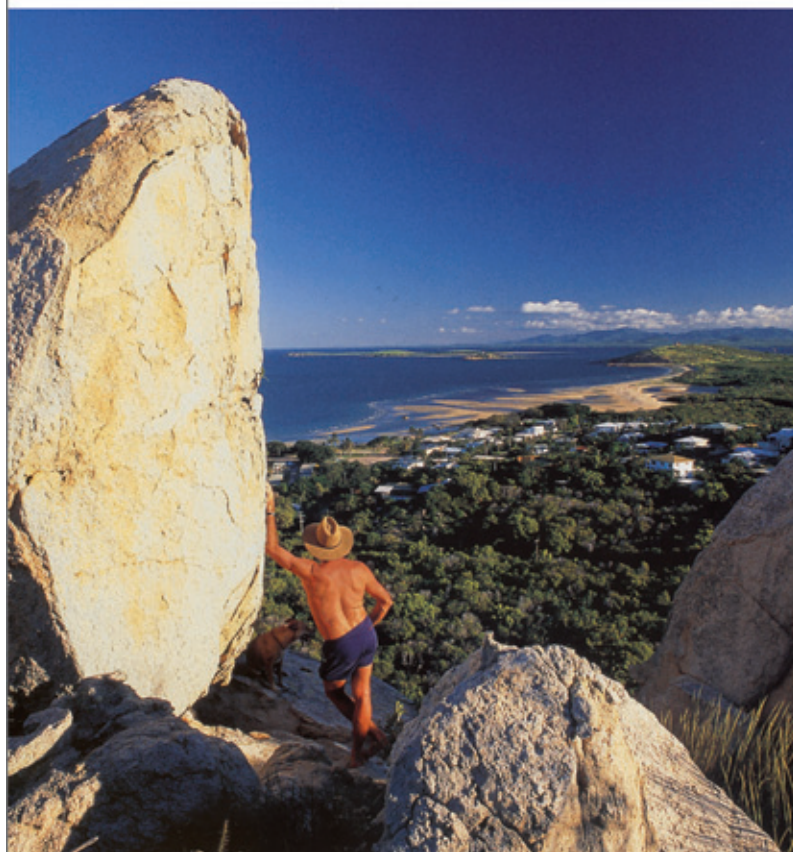
Für Hamburger Eltern bedeutet das: Revoltieren Sie, wenn Ihr Sohn oder Tochter in der Schule nicht mitkommt. Es liegt nicht an Ihren Kindern, es liegt am Lehrer, an der Lehrerin, die nicht erklären können.

Erinnern Sie sich an Ihre eigene Schulzeit, liebe Leser: Es waren wenige, ganz bestimmte Lehrer, die Sie motivierten, mitreißen konnten und zu guten Zensuren brachten. Das war kein Zufall. Hattie lässt grüßen mit **250 Millionen Beweisen**. Hattie fordert für guten Unterricht „classroom management“ und meint eine stringente Klassenführung. Noch wichtiger ist laut Hattie „teacher-clarity“, Schüler müssen zu 100 Prozent verstehen, was der Lehrer von ihnen will. „Ein guter Lehrer sieht den eigenen Unterricht **mit den Augen seiner Schüler**“, so Hattie. Fatal für alle: Er benennt Faktoren, die in der Pädagogenausbildung (noch) kaum eine Rolle spielen.

Fazit: Wir sollten die Bildungspolitiker vom Schulhof jagen und unsere Lehrer nach Hattie aus- und weiterbilden!

„Visible Learning for Teachers: Maximizing Impact on Learning“
by Hattie, John. (erscheint demnächst auf Deutsch)

Juwelier Willer präsentiert:



Australische Opale 21. bis 23. Februar



Ausstellung und Verkauf direkt vom Opalschürfer
Donnerstag, Freitag 9-19, Samstag 9.30-15 Uhr
Rolfinckstraße 13, Hamburg Wellingsbüttel

willer
JUWELIER



GUTE ADRESSEN
HAMBURG

Gemeinsam einzigartig.

www.gute-adressen-hamburg.de



MEDIATION BERGSTEDT
 KONFLIKTE LÖSEN – ANDERS!

OLIVER W. HAPPEL
 SYSTEMISCHER BERATER UND MEDIATOR
 TRENNUNG UND SCHEIDUNG
 ERBRECHTSANGELEGENHEITEN

BERGSTEDTER MARKT I (IM SIEMERS'SCHEN HOF)
 22395 HAMBURG
 TELEFON: 040 / 87 50 32 92
 WWW.OLIVER-HAPPEL.DE

ASMUS HEIZUNG 75 Jahre

Ökologische Heizsysteme
 Öl • Gas • Solar • Pellets • Wartung

Oehleckerring 17 • Tel. 5 31 22 59 • www.asmus-heizung.de



▲ **Sozial engagiert:**
 Dietrich Liedelt
 hilft Kindern in
 Südafrika. S. 10

**Die neuen Must-Haves für
 ein buntes Frühjahr. S. 54**



Foto: Gerry Weber

Hamburger Winterflohmarkt
in den Messehallen



Trödel Kunst **Kitsch & Ramsch**

Sonntag 8-17 Uhr
17. Februar 2013

Holstenglacis Eingang-Ost
U-Bahn Messeshallen S-Bahn Dammtor

Eintritt € 3,50

MELAN INFO + Anträge: Tel. 244 22 777
 E-Mail: info@melan-nord.de

Premiere: Mit Klaus Baumgart war der erste Alstertaler im Dschungelcamp. S. 8

Medizinexperte Prof. med. Jörg F. Debatin über die Praxisgebühr. S. 24

Foto: RTL, Stefan Menne

Foto: Jochen Koppelmeyer / UKE

IN DIESER AUSGABE:

Magazin

Kolumne 3
 Kulturtipps – die besten Termine des Alstertals 6
Ups! Erstmals war mit Klaus Baumgart ein Wellingsbüttler im RTL-Dschungelcamp 8
Hat ein Herz für afrikanische Kinder: Unternehmer Dietrich Liedelt 10
 Jetzt bewerben – der Hamburger Sozial-Oskar geht in die nächste Runde 12
 „Ich habe mich total alle gefühlt“: Ex-Bild-Chef Matthias Onken über seinen Ausstieg 14
 Kulturhighlights im Torhaus Wellingsbüttel 17
 Johannes B. Kerner über ein erfolgreiches UHC-Hockey-Charity-Event 18
 Ihre Meinung interessiert uns: Leserbriefe im Alstertal 20
 Prof. Jörg F. Debatin im Gespräch über die Praxisgebühr 24
Das Alstertal-Magazin testete: Wie leicht kommt unsere Jugend an Alkohol und Zigaretten? 26
 Lohnenswert: Das Alstertal-Magazin über die Privilegien unserer Bundestags-Abgeordneten 50
 Pro & Contra: Kann Monogamie funktionieren? 114

Poppenbüttel

Neuer Streit um das P+R-Haus am Stormarnplatz 28

Wellingsbüttel

Unternehmer Dr. Thomas M. Schünemann bei Rallye Dakar erfolgreich! 38

Duvenstedt

In Duvenstedt ist was los – von plattdeutschem Theater bis hin zu Tiermotiven 40

Charity: Der 48-jährige Winterhuder Johannes B. Kerner moderierte ein Hockey-Event beim UHC. S. 18

Volksdorf

Im Museumsdorf wird gefeiert: 50 Jahre Verein de Spieker! 42

Sasel

Vermischtes aus dem Sasel-Haus und Gründung einer Mini-Feuerwehr! 43
 Neue Zahlen: die aktuelle Einbruchsstatisik im Alstertal 44

AEZ

Kolumne 53
 Mode: Das kommt, das bleibt 54
 Der perfekte Valentinstag ... 58
 Grüner Genuss mit Promikoch Tim Mälzer 60
 Tischtennis-Stars zu Gast .. 62
 Tipps und Termine im AEZ .. 63

Service

Rund ums Tier 30
 Rund ums AEZ 31
 Essen & trinken 46
 Gartenmagazin 49
 Traumhochzeit 67
 Fit & schön 70
 Gesundheitsratgeber 76
 Senioren 78
 Besser hören & sehen 79
 Golf-Magazin 82
 Handwerk 85
 Bauen & renovieren 86
 Motor-Magazin 94
 Immobilien 102
 Kleinanzeigen/Impressum 113



Foto: Patrick Becher

Kleinreparaturen
Instandhaltung
Fliesenarbeiten
gegründet 1954

Sanierung
Hochbau
Gewerbepbau
www.heinz-eickhof.de

Heinz Eickhof
Bauausführungen GmbH

Wellingsbüttler Weg 170 - 22391 Hamburg - (040) 5361248

Designermode gesucht!

Direkter Ankauf - Barzahlung sofort

Wir kaufen Damen- und Herrenbekleidung von privat und gewerblich. Gern auch ältere Modelle, neu und gebraucht.

Jil Sander • Boss • Escada etc.! Wir holen auch ab!

Second Herzog

Mo., Di., Do. : 10-18 Uhr
Harksheider Straße 9
22399 HH-Poppenbüttel
Tel.: 67 95 28 04
www.secondherzog.de

Mo.-Fr. 10-18 Uhr/Sa. 10-14 Uhr
Straßenbahnring 17
20251 HH-Eppendorf
Tel.: 87 88 28 93
www.secondherzog.de

Lott

HOLZ EISEN BAUSTOFFE

Alles für den harten Winter

- Dachrinnen - Heizung
- Eis-Killer
- Streusplitt
- Auftau-Salz
- Lava-Streu
- Schneeschieber
- Winterarbeits- Handschuhe
- Eisstößer

Jetzt: Alles für den Innenausbau inkl. Bauschutt Annahme/Abholung

Volksdorfer Weg 194
22393 Hamburg-Sasel
Telefon: 040 / 60 17 987
Mo.- Fr.: 07.30-17.00 Uhr
Samstag: 08.00-12.00 Uhr
www.lott-baustoffe.de

Gleittüren Schränke

in jeder Abmessung und Oberfläche direkt vom Hersteller

interhansa

Mo-Fr: 8-18 Uhr - Sa: 10-13 Uhr - Tel. (040) 60 68 95-0
22399 Hamburg - Poppenbütteler Bogen 29 www.interhansa.de - Fax (040) 606 23 82

So gut, dass Behrmann Automobile ihn gern zurücknimmt

Junge Sterne: So Mercedes wie am ersten Tag.

Wir sind uns so sicher, dass Junge Sterne Ihre Ansprüche erfüllen, dass wir Ihnen für 10 Tage ein Umtauschrecht einräumen, falls Sie nicht zufrieden sind. Dazu gibt's 24 Monate Fahrzeug- und 12 Monate Mobilitätsgarantie u.v.m.¹ Jetzt über 150-mal bei uns.



Mercedes-Benz

¹Die Garantiebedingungen finden Sie unter www.mercedes-benz.de/junge-sterne

Behrmann Automobile GmbH

Autorisierter Mercedes-Benz Service und Vermittlung
Segeberger Chaussee 53 - 67 · 22850 Norderstedt
Email: info@behrmann-automobile.de
Tel.: 040 / 52 90 90 - 211 · Fax: 0 40 / 52 90 90 - 100
www.behrmann-automobile.de



Termine im

Sa., 26. Januar

Bis zum 27.2. werden in der **Bücherhalle Alstertal**, Heegberg 22, unter dem Titel „**Gebirgslandschaften**“ Bilder des Fotokünstlers **Andreas Klößner** ausgestellt. Darauf gezeigt werden die Gebirge der Alpen, die der Fotograf aus einem Flugzeug schoss. Geöffnet ist **Dienstag bis Freitag 11 bis 19 Uhr und Samstag 10 bis 14 Uhr**. Mehr dazu auf Seite ??.

So., 27. Januar

In der **Gärtnerei FINDER**, Volksdorfer Weg 65, treffen sich von **10 bis 14 Uhr** Frauen im „**Grünen Frauenzimmer**“. Hier werden Gedichte, Geschichten und Musik von Frauen für Frauen vorgetragen. **Der Eintritt ist frei.**

Mi., 30. Januar

Das **Max-Kramp-Haus**, Duvestedter Markt 8, zeigt im Rahmen der Reihe **Kinderkino um 16 Uhr** den Film „**Tim und Struppi**“. Eintritt: **Kinder 1 Euro, Erwachsene 2 Euro**, Karten nur an der Tageskasse.

Fr., 1. Februar

Das **Koralle Kino**, Kattjahren 1, zeigt **bis zum 6.2.** den Film „**Django Unchained**“. In dem Western von Kult-Regisseur **Quentin Tarantino** geht es um den deutschstämmigen Kopfgeldjäger Dr. King Schultz (Christoph Waltz), der zusammen mit dem Sklaven Djang zwei Mörder jagt. Eintritt **ab 6,50 Euro** plus Überlängenzuschlag.

Mo., 4. Februar -

Sa., 9. Februar

In der Chocolaterie „**Die Ise**“, Waldweg 9a, werden von **9 bis 18 Uhr** venezianische Masken aus Schokolade ausgestellt. Weitere Infos auf Seite 15.

Sa., 9. Februar und

So., 10. Februar

Die **August Kahl Heizungs u. Sanitärtechnik GmbH**, Oehleckerweg 4, lädt zu den 7. **Energiespartagen**. Dabei wird über kostensparende Haustechnik beraten. **Die Teilnahme ist kostenfrei.** Anmeldung unter **Tel.: 533 233 22**



Django (Jamie Foxx) geht in Quentin Tarantinos neuem Film „Django Unchained“ auf Verbrecherjagd. Zu sehen ab dem 1. Februar im Koralle Kino.

Alstertal

Fotos © 2012 Sony Pictures Releasing GmbH

So., 10. Februar

Das **Torhaus Wellingsbüttel**, Wellingsbüttler Weg 75b, zeigt **bis zum 3.3.** die Gemeinschaftsausstellung von **Almut Heer und Ullrich Wannhoff**. Ausgestellt werden Skulpturen und Reliefbilder (Heer) sowie Malerei, Collagen und Fotografien (Wannhoff). Geöffnet ist **samstags von 14-17 Uhr** und **sonntags von 11-17 Uhr**.

So., 10. Februar

Im **Bestattungsforum Ohlsdorf**, Fuhlsbüttler Str. 756, liest **Gisa Rosnerski ab 11 Uhr** Geschichten vom Leben, Sterben und Tod aus dem Buch „**Die Kuh, die weinte**“ von Ajahn Brahm. Musikalisch begleitet wird sie dabei von **Roni Zucker**, einem Meister des klassischen Gitarrenspiels. **Der Eintritt ist frei.**

1a REINIGUNG
Textilpflege
maximum
Hemden: vorgeformt & handgebügelt
kein Stück gepresst
auch gelegt, wie Sie es wünschen
Betten - Spezial - Pflege:
herrliche Frische
Erdkampsweg 18 / Ecke
Hummelsbütteler Landstraße
HH-Fuhlsbüttel
Tel.: 040/500 11 27

Einbruchschutz

Rollläden • Garagentore
Markisen • Terrassenüberdachung
Insekten-Pollenschutz • Plissee

Stephan
Sriedel -
Sonnenschutz- und Sicherheitstechnik

Meisterbetrieb • Tannenhof 80 • 22397 Hbg. • Tel. 040/608 31 73
www.srs-riedel.de

Von der Kripo Hamburg
empfohlener Fachbetrieb
für mechanischen
Einbruchschutz

Stilleuchten Götzl
Lampen und Schirme
Fasanenweg 2, 22145 HH
040/644 85 79
www.stilleuchten-goetzl.de
Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9-18 Uhr, Sa. 9-14 Uhr

FRIEDHOFSGÄRTNEREI

Dorothea Westphal & Tochter GMBH

Hauptfriedhöfe:
Ohlsdorf, Bergstedt, Volksdorf

Fuhlsbüttler Straße 727 • 22337 Hamburg • Telefon (040) 59 25 39
www.friedhofsgaertnerei-westphal-tochter.de

Wir pflegen Ihre Grabstätte fachgerecht

Vergessen Sie das Alltägliche! Erleben Sie das Besondere mit GLOBETROTTER REISEN

Lache! – Lebe! – Liebe! ... Reise !!

Höchster Komfort: 5*Reisebusse: Globetrotter-Pullman mit Bistro-Abteil oder Kingsize mit 2+1 Bestuhlung-Erstklassige Reiseleitung - Gratis Getränke im Bus - Ausgewählte Hotels - Taxi Abholservice (ab 4 Tage Reisen)

22.02., 05.04. MALLORCA · 8 Tage Frühjahrszauber · Entdecken Sie die Vielfalt der Insel · Ausflüge nach Palma, Cap Formentor, Valldemossa, Porto Cristo · 4* Hotel am Meer (Flugreise) **ab € 1.026,-**

07.06.-18.06. UMBRIEN · 12 Tage Reise · In den sanften Hügeln Mittelitaliens · Perugia, Assisi, Norcia u.v.m. · „2+1“ Luxus-Bus **ab € 1.480,-**

09.05., 20.06., 22.08., 19.09., 10.10. PARIS · 6 Tage Voilà Paris · Lassen Sie sich verzaubern von der Stadt der Liebe · Stadtrundfahrt Paris · Hotel „Montparnasse“ in zentraler Lage · (Flug möglich) **ab € 578,-**

GLOBETROTTER REISEN

Gratis Hotline: 0800-2323646 · Harburger Str. 20 · 21224 Rosengarten
www.globetrotter-reisen.de

**Ich bin ein Star –
Holt mich hier raus!**
Täglich um 22.15 Uhr bei RTL.
Sehen Sie das große Finale
am Samstag, 26.1. um
22.15 Uhr!

© RTL, Stefan Gregorovits

Mit seinem Lied „An der Nordseeküste“ wurde er berühmt. Jetzt hat Klaus Baumgart sein Glück im australischen Dschungel versucht.

Klaus zog blank

Für viele Alstertaler überraschend zog einer von ihnen in das RTL-Dschungelcamp ein: der Wellingsbüttler Klaus Baumgart. Für die Stimmungskanone von Klaus & Klaus blieb es jedoch ein kurzes Intermezzo ...

Mit den Worten „Klaus is in the house“ stieß der dicke Klaus am 2. Tag der Sendung „Ich bin ein Star – Holt mich hier raus!“ zu den übrigen Campern, über deren Star-Status man auch in diesem Jahr wieder kräftig diskutieren und lästern kann. Neben Klaus sind auch noch die Hamburger Olivia Jones, Patrick Nuo und Silva Gonzales im Camp. Begrüßt wurde die Stimmungskanone mit seinem größten Hit

„An der Nordseeküste“, den die „Stars“ lauthals anstimmten. Die Trauer über den vorzeitigen Auszug von Helmut Berger war schnell vergessen. In den nächsten acht Tagen, in denen Klaus im Camp verweilte, fiel er auf – allerdings nicht nur positiv. Beim Versuch, seine Hose zu wechseln, stand er minutenlang völlig entblößt vor den Kameras und den

restlichen Camp-Bewohnern. Diese waren sichtlich schockiert und peinlich berührt. Auf die Frage, ob er wenigstens einen String trage oder doch gar nichts, antwortete das Nordlicht vollkommen schamfrei: „Gar nichts! Ich zieh immer blank“. Drag-Queen Olivia Jones brachte es auf den Punkt: „Ich glaube, das ist schon eine Dschungelprüfung für uns.“ Aber damit nicht genug. Bei der

Schatzsuche mit Katzenberger-Mama Iris Klein wurde gebaggert, was das Zeug hält, und der Sänger versuchte sie mit Sprüchen wie: „Reiß dich zusammen, mein Luder, du!“ anzufeuern. Eher vergeblich! Dies ließ Iris zu der Vermutung kommen, dass Klaus früher bestimmt Porno-Regisseur gewesen sei. Was seine Frau Ilona wohl dazu sagt? Schlussendlich haben ihm seine Sprüche aber

Daumen hoch: Als Nachrücker für Helmut Berger durfte Klaus ins Camp!



Nur gucken und nicht anfassen? Für den Sänger kein Thema. Bei Katzenberger-Mami Iris konnte er die Finger nicht still halten.



Alle vereint: Die Camper motivieren Georgina vor ihrer Dschungelprüfung und geben ihr Kraft.

dennoch nichts gebracht und er musste das Camp als zweiter, nach Silva Gonzales, verlassen. Aber was bringt einen Wellingsbüttler dazu, sich mit 10 mehr oder weniger unbekanntem Z-Prominenten in den Dschungel sperren zu lassen? Liegt es an dem Geld? Eher unwahrscheinlich, da er mit seiner Band „Klaus und Klaus“ im nächsten Jahr auf Jubiläumstour geht. Ist es die Medienpräsenz

oder doch eher das Austesten der eigenen Grenzen? Aufgrund eines Exklusiv-Vertrags mit RTL dürfen Klaus und seine Frau Ilona anderen Medien bis Mitte Februar keine Interviews geben, die nicht von RTL genehmigt sind. Wir bleiben aber dran und hoffen, dass die Wellingsbüttler uns diese Frage in der nächsten Ausgabe des Alstertal-Magazins beantworten können.

Maria Heggemann

**WIR MARC JACOBS
RALPH LAUREN
JOOP! KAUFEN DIESEL
EURE STRESESSE
PRADA DESIGNER-
MODE!**

**BUDDY
& SELLY**
brands only

**ANKAUF VON SECOND-HAND
DESIGNER-MODE,
TASCHEN + SCHUHEN.**

Natürlich nur Originale!
Ehrensache.

UND GELD GIBT ES SOFORT.

Keine Kommission, kein Warten,
kein Abwicklungsaufwand.

**AM BESTEN SCHICKEN ODER
GLEICH ZUM ANKAUF-SHOP.**

Gertigstr. 12-14, 22303 Hamburg-
Winterhude, Kundenparkplätze.



EINFACH ANRUFEN

(040) 284 67 68 60

www.buddyandselly.com

NEU!



Begrüßen Sie unsere neue **Junior-Stylistin**

Sylvana Dziubanski

**Kennen Sie schon unsere
„Cut21“ Angebote?**

**5,-€
Neu-
kunden
Rabatt**



LUTZE
HAIRSTYLING
FON 5 38 47 94



www.Lutze-Hairstyling.de • Immenredder 2 • 22339 Hamburg



Rügen/Binz

Direkt am Strand, ruhige Toplage in schöner alter Villa, nur 2 Gehminuten von Seebrücke und Zentrum entfernt. 1 Zl.-App., für 2 Pers., Dusche/WC, Kabel-TV, Küchenzeile. Im Haus Sauna, Waschmaschine, Trockner. Tel.: 040/606 79 097
www.glueckspilz-ruegen.de

Dr. Ritschel & Dr. Pomowski
Spezialisierte zahnärztliche Partnerschaft

Dr. med. dent. Bodo Ritschel
Dr. med. dent. Mark Pomowski
Hempberg 1 - 22848 Norderstedt
Tel. 040. 5 23 28 57
www.ritschel-pomowski.de
info@ritschel-pomowski.de



Mo. - Do. 7.30 Uhr bis 20 Uhr - Fr. 7.30 Uhr bis 14 Uhr - individuelle Termine auch Sa.

- Rollläden
- Markisen
- Insektenschutz
- IR-Heizstrahler

DIWAL
Rolladenbau GmbH

Seit 1971

Neulieferung
und Reparaturen

Steilshooper Str. 248
22307 HAMBURG
Telefax: 040 - 51 77 03
www.diwal.de

040 **511 92 80**

Hamburg vertraut „Doc Alstertal“

Hamburgs echter Gesundheitsratgeber.

Das neue Heft erscheint demnächst.
Hier berichten Hamburgs
Ärzte über ihre
Kompetenzen.

Anzeigen-Infos:
Frau Passarge,
Tel. 040 536 536 5



Wellingsbü Südafrika

Eigentlich hatte **Dietrich Liedelt** gar nicht vor, in Südafrika ein Haus zu kaufen. Es ist schließlich sein vierter Wohnsitz, neben Wellingsbüttel, Sylt und dem Arlberg. Als in Knysna in der Kap-Region das Haus eingerichtet war, wurde ihm schnell deutlich: Das Ferien-Paradies am indischen Ozean hat auch ein dunkle Seite. Wolfgang E. Buss besuchte ihn am Kap.

90 Prozent der Bevölkerung ist schwarz und lebt in sogenannten Townships, mit unseren Augen betrachtet Elendsquartiere der schwarzafrikanischen Bevölkerung. Relikte aus der Zeit der Apartheid. Und hier fehlt es an vielem. Insbesondere für Kinder, die ihre Eltern verloren haben oder bei denen die Eltern nicht in der Lage sind, sie großzuziehen. Bis zu 50 Kinder leben in der Einrichtung, die Liedelt unterstützt. Dazu gründete er eine Stiftung, die mit feinen Golfturnieren auf Sylt und am Treudenberg Geld von reichen Leuten sammelt. Das finanzielle Fundament hat Liedelt aus eigenem Vermögen in die Stiftung eingebracht.

„Ich fahre nie mit leeren Händen ins Heim“, so Liedelt. Ein Auto voller Lebensmittel war damit gemeint, die die Kinder begeistert ausladen. „Wir unterstützen die Einrichtung hauptsächlich bei Investitionen. Wir konnten ein neues zweigeschossiges Haus bauen, neue Waschräume schaffen und die Lebensbedingungen verbessern.“

Doch auch bei der Ausbildung gibt es Unterstützung. Sechs Kinder erhielten ein Highschool-Stipendium, Bildung ist der einzige Weg, der prekären Lebenssituation zu entkommen. Ziel: Aufstieg in die Mittelschicht.

Eigentlich ist Liedelt, der sein Vermögen mit Heizungs- und Sanitärartikeln verdient hat, längst „Ruheständler“. Doch mit Ruhe hapert es bei dem 75-Jährigen noch. „Ich würde so gerne das Nachbargrundstück kaufen und dort ein kleines Ausbildungszentrum schaffen, in dem ein Beruf



Der Wellingsbüttler Unternehmer mit Kindern, die ihre Eltern verloren haben. Er ermöglicht ihnen eine bessere Zukunft.

ttler hilft in

*Jugendhaus in einem „Township“
in Knysna, gestiftet und erbaut vom
Wellingsbüttler D.F.Liedelt. Bis zu 50 Kinder
werden hier betreut.*



erlernt werden kann, denn eine Berufsausbildung wie in Deutschland kennen die Südafrikaner nicht.“ 25.000 Euro fließen jährlich in die Einrichtung am Kap, die von der Organisation „Child Welfare, Dorothy Broster“ betrieben wird. Weitere Unterstützung der Liedelt-Stiftung geht an Einrichtungen in Hamburg.

SPENDENKONTO

HypoVereinsbank
BLZ: 200 300 00
Kto: 602 069 544
Infos:
dfliedelt-stiftung.de



Heizung erneuern?

Wir sind die Spezialisten!
Heizkostenersparnis
durch umweltfreundliche Brennwerttechnik

Ihr Heizkessel ist in die Jahre gekommen, die Energiekosten explodieren und werden weiter steigen. Mit einem neuen Kessel senken Sie die Heizkosten. Eine Investition, die sich schnell rechnet.

Baderneuerung

Bei uns sind Sie richtig!

Wir planen und realisieren Ihr persönliches Traumbad preiswert, schnell, individuell und zuverlässig

- klassische bis moderne Bäder
- kleine Bäder
- altersgerechte Bäder
- behindertengerechte Bäder
- eine eigene Wellnessoase
- attraktive Bad- und Küchenarmaturen

Hausanschlüsse
Sanitärtechnik
Dacherneuerung
Solaranlagen
Regenwassernutzung

**michael
Krohn**

Lohe 40 · 22397 Hamburg · Tel. 607 14 59 · www.michael-krohn.de



Wohnen ist Leben.

Wir streichen, verputzen und veredeln Ihre Wände. Wir verlegen Teppichböden, Laminat, Designplanken.
Kurz: wir verschönern Ihr Leben.



Wand und Boden

Duvenstedter Damm 16 a
22397 Hamburg
Telefon 040/63 97 65 76
www.timms-team.de

Bewerbt euch jetzt für den Sozial-Oskar!

Beim Hamburger Herbststempfang Ende Oktober werden auch in diesem Jahr wieder Jugendliche, die sich mit herausragendem sozialem Engagement hervorgetan haben, ausgezeichnet. Denn unsere Ju-

gend kann viel mehr, als faul vor dem Fernseher zu sitzen oder im Internet zu surfen. Eine prominent besetzte Jury ermittelt drei Sieger, die mit dem „Sozial-Oskar“ (von der Haspa gestiftet) in den Kategorien



Bronze, Silber und Gold geehrt werden. In diesem Jahr wird der Focus auch auf den Bereich Integration gelegt. Einer der Gewinner könntest du sein! Bist du mindestens

13 Jahre alt und sozial engagiert? Dann solltest du dich bis zum 30. August bewerben. Auch Eltern, Lehrer, Freunde oder Einrichtungsleiter können Jugendliche vorschlagen, die ihnen besonders preisverdächtig vorkommen. In der Bewerbung sollte die Art des sozialen Engagements deutlich beschrieben sein, damit die Jury sich ein klares Bild verschaffen kann. Bewerbungen mit Telefonnummer bitte an jury@alster-net.de (Weitere Infos: www.hamburger-herbststempfang.de)

Neu in diesem Jahr: Wir stellen im Laufe des Jahres einzelne Bewerber und ihr Projekt bei uns im Alstertal-Magazin vor!



Einen Eindruck vom Hamburger Sozial-Oskar 2012 bekommt ihr durch das Scannen des QR-Codes.



**Auch bei
Eis und Schnee
kostenloser
Ersatzwagen
bei Inspektion**

Service mit Leidenschaft.



Audi



Das Auto.



Nutzfahrzeuge



SKODA

Nur bei uns: 24 Stunden-Service

Auto Wichert GmbH | www.auto-wichert.de | info@auto-wichert.de

Stockflethweg 30 | Hamburg | Tel. 040. 52 72 27 - 0
 Wendenstr. 150-160 | Hamburg | Tel. 040. 25 15 16 - 0
 Bornkampsweg 2-4 | Hamburg | Tel. 040. 89 69 1 - 0
 Blankeneser Landstr. 43 | Hamburg | Tel. 040. 85 66 60 - 0
 Hoheluftchaussee 153 | Hamburg | Tel. 040. 42 30 05 - 0
 Segeberger Chaussee 181 | Norderstedt | Tel. 040. 52 99 07 - 0
 Ulzburger Straße 167 | Norderstedt | Tel. 040. 52 17 07 - 0
 Ohechaussee 194 | Norderstedt | Tel. 040. 30 98 544 - 70



Böse Überraschung beim SC Poppenbüttel nach Silvester.



Vandalismus in Poppenbüttel

Silvesterfeier schön und gut – doch wenn es mit zersprungenen Scheiben und Brandlöchern endet, ist der Spaß schnell vorbei. Diese bittere Erfahrung musste der SC Poppenbüttel machen, dessen Vereinsräumlichkeiten beim Jahreswechsel von Unbekannten schwer beschädigt wurden. Die Röllladen der erst kürzlich erbauten Büllenhalle wurden offensichtlich unter ein Sperrfeuer von Böllern gelegt. Ein großes Brandloch entstand. Durch dieses Loch wurde ein

weiterer Feuerwerkskörper geschleudert, der eine der Scheiben zerspringen ließ. Der Briefkasten des SC Poppenbüttel wurde mit Feuerwerkskörpern ruiniert und aus seiner Verankerung gerissen und einer Statue vor der Geschäftsstelle wurde die Hand abgetreten. „Wir lassen diesen Vorfall nicht auf sich beruhen“, sagt Wolfgang Haumüller, Geschäftsführer des SC Poppenbüttel. Die Polizei hat bereits ihre Ermittlungen aufgenommen. *cl*

ANZEIGE

Begeisterung beim Neujahrskonzert



Prof. Dr. Hermann Rauhe, Dr. Kristina Vogelsang, Haspa-Vorstandssprecher Dr. Harald Vogelsang und Verleger Wolfgang E. Buss (v.l.).

Am 6. Januar fand zum fünften Mal das traditionelle **Haspa** Neujahrskonzert im Großen Saal in der Laeiszhalle mit den Hamburger Symphonikern statt. Dirigent war Muhai Tang, die Solistin seine Ehefrau Ju Hee Suh. Zu Beginn des russischen Programms gab es Rimsky-Korsakov, danach Rachmaninows zweites Klavierkonzert mit der wunderbaren Solistin. Anschließend traf man sich zu einem unterhaltsamen Get-together im Brahms-Foyer bei einem Imbiss. Haspa-Chef Dr. Harald Vogelsang kündigte dabei an, auch

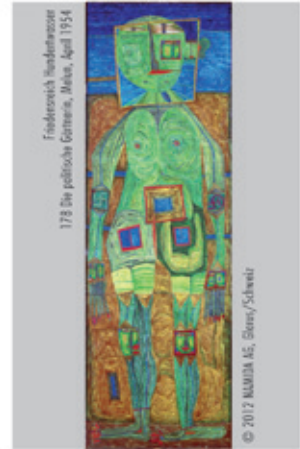
in den nächsten fünf Jahren das Haspa Neujahrskonzert zu veranstalten. Darüber freuten sich die 500 Gäste, unter denen auch Wolfgang Buss war. Der Verleger sagte: „Direkt zurück aus Südafrika bin ich beeindruckt von dem fantastischen musikalischen Niveau, das ich an einem verregneten Sonntagmorgen plötzlich genießen durfte. Ich muss sehr überlegen bei der Frage, in welcher anderen Stadt auf der Welt ich solche Orchesterqualität geboten bekomme. Da müsste man wohl weit reisen!“ *ck*

MACHEN SIE SICH EINEN SCHÖNEN TAG IN BREMEN



Liebe Hamburger,

erleben Sie das **WELTKULTURERBE** „Bremer Rathaus“ und **HUNDERTWASSER** (bis 17.02.13) in der Kunststhalles Bremen.



Besuchen Sie die **WESERBURG** - das **MUSEUM IM FLUSS** mit herausragenden Werken moderner Kunst und wechselnden Ausstellungen.



Wir laden Sie ein in die **KONTORHAUS PASSAGE AM MARKT** – ein Treffpunkt für schöne Dinge und Momente.

Sie finden internationale Mode in **EVELYNS FASHIONSROOM**. Edle Dessous und Bademoden bei **PER LA DONNA**. Hervorragende Feinschmeckerküche im **TOPAZ**. In der Weinbar **MALBEC** gibt es vorzügliche Tapas. Mit italienischen Genüssen wartet das **SPAGHETTIHAUS** auf Sie. Bei **KAY SCHNEIDER „HAIR & BEAUTY“** kümmert sich ein Team von Stylisten um die Schönheit. Exklusive Kosmetik und Düfte präsentiert Rolf Ameskamp der **PARFUMEUR**. Und **WOHNEN UND WOHNEN** steht für schönes Wohnen.



In einer Stunde sind Sie da!



Kontorhaus
PASSAGE
Shopping am Markt



www.kunststhalles-bremen.de

www.weserburg.de

www.kontorhaus-bremen.de

Ein Buch über Burn-out und den beruflichen Ausstieg. In „Bis nichts mehr ging“ beschreibt Onken den Prozess des Loslassens.



„Bis nichts mehr ging!“

Zum Lunch mit **Matthias Onken** traf sich Verleger Wolfgang E. Buss. Onken liebt eigentlich die Elbe. Zieht es ihn doch mal an die Alster, trifft er sich gern zum Pasta-Essen im „**Portonovo**“ auf dem Ponton an der Kennedybrücke. Onken war vier Jahre BILD-Chef in Hamburg – bis nichts mehr ging. Jetzt hat er ein **Buch** vorgelegt, in dem er seinen Ausstieg beschreibt. Darüber sprachen der 40-jährige Journalist und der Verleger, die seit Jahren befreundet sind.

Alstertal-Magazin: In deinem Buch beschreibst du sehr nacherlebbar den Ausstieg aus deiner Festanstellung, der Chef-Position bei BILD. Man leidet förmlich mit. Ist das, was du erlebt hast, als Burn-out zu bezeichnen? Als Burn-out bezeichnen Mediziner den Zustand totaler Erschöpfung von Körper, Geist und Seele. Den hätte ein Arzt bei mir

vermutlich nicht diagnostiziert. Bis zu meinem Ausstieg war ich in der Lage, 14 Stunden und mehr am Tag zu arbeiten. Und doch habe ich mich total alle gefühlt. **Matthias Onken:** Du hast fast vier Jahre BILD Hamburg geleitet, warst davor verantwortlich für die Mopo. Nun beschreibst du, wie aufreibend diese Jobs waren. Wird in anderen Firmen

nicht auch hart gearbeitet? Natürlich. Aber was nützt mir das, wenn mich mein eigener Stress bis zur Unerträglichkeit quält? Geteiltes Leid ist hier kein halbes Leid. Im Übrigen sage ich nicht, dass harte Arbeit grundsätzlich zum Burn-out führt. Vielmehr ist es der Umgang damit. Es geht um den psychischen Druck, den sich der Betroffene meist vor allem selbst macht.

Sehr offen schilderst du den enormen Druck, unter den du dich gesetzt hast und mit welchem Enthusiasmus du den Job gemacht hast. Könnte ein Kritiker kommen und sagen: Der hat sich mit unbedeutenden Schlagzeilen über Dieter Bohlen und Co. zu wichtig genommen?

Natürlich ist das, was BILD titelt, *Fortsetzung auf Seite 16*

Einzigartige Kunstwerke verzaubern Sie in der Saseler Chocolaterie „Die Ise“:



Venezianische Masken aus Schokolade



Christiane Welschlau und ihr Team von „Die Ise“ zeigen süße Kunst – diesmal ließ sie sich vom Karneval in Venedig inspirieren!

„Als ich die ersten Masken in Venedig sah, war ich sofort von der vornehmen Feinheit und Eleganz dieser Kunstwerke fasziniert. Der leichte Hauch von Wehmut und Melancholie gibt ihnen einen unverwechselbaren Ausdruck und eine Einzigartigkeit, die ich gerne auch in Schokolade wiedergeben möchte“, so Christiane Welschlau. Mit ihrer Begeisterung für Schokolade hat sie hiermit eine weitere extravagante Idee umgesetzt. Nach dem positiven Zuspruch, den ihre Ausstellung „Hamburgs süße Berühmtheiten“ im Herbst 2012 gefunden hat, sollte das Thema nun ein ganz anderes sein. „Was könnte besser in unsere elegante Metropole Hamburg passen,

als eine Darstellung edler venezianischer Masken aus Schokolade“, schwärmt die Pralinenkünstlerin. Während dieser Ausstellung können unterschiedliche Formen von Masken bewundert werden, deren Ursprung in Venedig liegt und die mit viel Phantasie und Liebe zum Detail facettenreich ausgeschmückt wurden. Da

gibt es z.B. die „Bauta“ Maske, die schon Goethe während seines Aufenthalts in Venedig trug, um sich anonym in der Stadt bewegen zu können. Eine Maske mit langer Nase zeigt eine Nachbildung der Pestarzt-Maske, die zum Schutz gegen Infektionen getragen wurde. Die wohl bekannteste „Moretta“ Maske diente zusammen mit einem edlen Gewand dem Verkleiden und stillen Flanieren in der Stadt. Neben den ausdrucksstarken Werken der Ausstellung sind in der beliebten Saseler Chocolaterie am Waldweg auch die ersten Schokoladen-Köstlichkeiten für das bevorstehende Osterfest zu bestaunen. Auch hier überzeugt die „Ise“ ihre Kunden durch hohe Qualität und immer neue Kreativität im Design.

AUSSTELLUNG

4.-9. Februar 2013

jeweils von 9-18 Uhr durchgehend,
Ort: Chocolaterie „Die Ise“,
Waldweg 9a (Hinterhof), 22393 Hamburg,
Tel.: 040-63 311 325
www.die-ise.de
info@die-ise.de



Kindersongs in der Arche

Am 11. Februar präsentiert die **Arche Alstertal**, Saseler Chaussee 76a, um 17 Uhr ein Kinderkonzert von Mike Müllerbauer. Mike spielt von seiner neuen CD „Sei einfach du“, dazu können

die Kinder Bewegungen nachahmen. Der Nordbayerische Kurier schreibt über seine Musik: „Freche christliche Songs mit Herz und Köpfchen, viel Groove und Lebensfreude“. In

den zwei Stunden gibt es aber noch mehr als Musik: Entertainer Mike bezieht das Publikum ein und unterhält sie mit seinem bayerischen Humor. Das Konzert ist besonders geeig-

net für Vier- bis Zwölfjährige, aber auch Eltern und Großeltern sind herzlich willkommen. Der Eintritt ist frei. Mehr Infos gibt's unter (040) 640 40 41 oder unter www.muellerbauer.de.



adRem[®]
INTERIOR

Special: Rabatt auf über 250 Tische

AdRem Interior bietet auf 600 m² eine große Auswahl an Teak-Tischen, passenden Stühlen, Lichtobjekten und Accessoires zu unschlagbaren Großhandelspreisen. ▶ AdRem Interior – Ruhrstraße 11c, 22671 Hamburg Altona, www.adrem-interior.de, Tel. 040/85 37 22 50



HANS EITZENBERGER ERLESENE UND ANTIKE TEPPICHE

Mitglied des Bundesverbandes der Sachverständigen
für orientalische Teppiche und Flachgewebe · BSOT



Restauration
Handwäsche
Begutachtung

Alstertor 20 • Ecke Ballindamm • 20095 Hamburg
Telefon: 040/30 38 18 00 • Fax: 040/30 38 18 02 • Mobil: 0172/41 35 610
E-Mail: teppiche@hans-eitzenberger.de • http://www.hans-eitzenberger.de

Hat jemand den Apollofalter gesehen?



Manche Arten gehen für immer verloren. Der NABU bewahrt die Artenvielfalt für Mensch und Natur.

Helfen Sie mit – damit das Ganze komplett bleibt.
www.NABU.de



5-Sterne Ferienhäuser in exponierten Lagen
www.traumhaussylt.de Tel.: 040 53 69 40 06



Zum Lunch im „Portonovo“. In einem Gespräch über Burn-out und wie man ihn verhindern könnte, stellte Buss (l.) auch die Frage an den ehemaligen BILD-Journalisten: „Nehmen sich Zeitungsmacher manchmal auch zu wichtig?“

Fortsetzung von Seite 14

oft trivial, mitunter auch gaga. BILD ist eben nicht Tagesschau, nicht FAZ – wird aber täglich von zwölf Millionen Deutschen gelesen. Es gibt viele sehr bekannte, mitunter auch mächtige Menschen, die Angst vor BILD haben. Spürt man als Zeitungsmacher diese Dimensionen, ist es manchmal nicht leicht, am Boden zu bleiben. Rückblickend belächle ich diese Tendenz zur Selbstüberhöhung.

Steht ein Chirurg bei schwierigen Eingriffen nicht unter einem viel nachvollziehbareren Stress?

Mein Stress treibt oder quält mich immer gerade so viel, wie ich ihn ganz persönlich erlebe. Mir hat in der Reinigung ein Mitarbeiter erzählt, dass er sich in meiner Geschichte selbst entdeckt habe. Wer wäre ich, diesem Mann zu sagen, sein Stress mit Hemden, Bons und Wechselgeld sei doch ein Witz gegen den Druck, den ich hatte?

Welche Tipps kannst du

Menschen geben, um nicht in eine ähnliche Situation zu geraten?

Trau dich deinem Chef zu sagen, wenn dir eine Aufgabe mehr abverlangt, als es sich okay anfühlt. Vereinbare wirkliche Auszeiten, also Unerreichbarkeiten. Und hör auf deinen Bauch: Sagt der zum nächsten Karrieresprung nein, dann bleib, was du bist – und damit glücklich.

Du skizzierst in einigen Kapiteln den Alltag in der BILD-Redaktion. Mit Interna bist du aber zurückhaltend, zum Beispiel, wie ihr Kampagnen gemacht habt. Warum?

Als Wallraff jr. tauge ich nicht. Zum einen, weil BILD heute völlig anders ist als vor 30 Jahren. Zum anderen, weil ich mich dort nicht eingeschlichen habe, um Interna zu enthüllen. Ich bin für die Erfahrung dankbar, dort in wichtiger Position mitgearbeitet zu haben. Alles hat aber seine Zeit.

BUCHTIPP:

Matthias Onken: „Bis nichts mehr ging – Protokoll eines Ausstiegs“, rororo Taschenbuch, 176 S., 8,99 €.



Veranstaltungen im Torhaus Wellingsbüttel

Künstlerische Vielfalt

Auch in diesem Jahr gibt es wieder einige Veranstaltungen im Torhaus Wellingsbüttel. Kunst, Literatur und Musik stehen auf dem Programm. Wir stellen Ihnen die Highlights des nächsten Monats vor.



Foto: Almut Heer

Dieses und andere Reliefbilder sowie andere Kunstformen werden auf der Gemeinschaftsausstellung von Almut Heer und Ullrich Wannhoff ab dem 10. Februar gezeigt.

Ab dem **10. Februar** ist im Torhaus Wellingsbüttel die Gemeinschaftsausstellung von **Almut Heer und Ullrich Wannhoff** zu sehen. Gezeigt werden Skulpturen und Reliefbilder (Heer) sowie Malerei, Collagen und Fotografien (Wannhoff). Die Ausstellung läuft bis zum 3. März. Geöffnet ist samstags von 14 - 17 Uhr und sonntags von 11 - 17 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Weiter geht es am **14. Februar**. Der Schauspieler **Burghart Klaußner** zu ist Gast. Ab 19.30 Uhr liest er „Pique Dame“ vom Russischen Dichter Alexander Puschkin. Puschkin war einer der bedeutendsten Dichter Russlands und gilt als Begründer der modernen russischen Sprache. In seiner Erzählung „Pique Dame“ geht es um den jungen Deutschen

Kartenspieler Hermann. Dessen Freund Tomskij erzählt von seiner Großmutter, die ein Geheimnis hütet, wie man beim Kartenspiel drei Gewinnkarten sicher voraussehen kann. Hermann lässt dieser Gedanke nicht mehr los und versucht durch Trick, Flehen und Drohen das Geheimnis zu erfahren. Wer wissen möchte wie die Geschichte ausgeht: Karten gibt es für 16 Euro, Mitglieder zahlen 14 Euro.

Zum Schluss kommt der Pianist **Henning Lucius** am **28. Februar** ins Torhaus. Im Rahmen des „Musikfest Wandsbek“ spielt der mehrfach ausgezeichnete Musiker Klavierstücke von bekannten Komponisten wie Couperin, Mozart und Beethoven. Das Konzert beginnt um 19.30 Uhr. Karten gibt es für 14 Euro. ce

SCHULZE
Outdoor Living

Saison Preview 2013
Ab sofort ALLE Gartenmöbel in der Ausstellung zum
1/2 Preis*

*gilt für alle Modelle; ausgenommen Schirme und Auflagen; gültig bis 02.02.2013

Schulze Outdoor Living | www.hansschulze.de
Waldweg 95 | 22393 Hamburg-Sasel | Tel.: 040-6012012
Mo.-Fr. 9.00-18.00 Uhr und Sa. 9.00-16.00 Uhr

RATHJENS
Garten- und Landschaftsbau GmbH

Wir machen Ihre Gartenträume wahr!

Ruwoldtweg 2 | 22309 Hamburg | Tel 040 631 80 22
info@rathjens-gartenbau.de | www.rathjens-gartenbau.de

„Ein leuchtendes Vorbild“

Johannes B. Kerner moderierte kürzlich das „7. Juli-Harnack-Turnier“. Wir sprachen mit dem 48-Jährigen über das von Jugendlichen des Uhlenhorster Hockey-Clubs initiierte Charity-Event, Vatergefühle und Pläne.

Alster-Magazin: Inwieweit berührte Sie die Atmosphäre beim 7. Juli-Harnack-Turnier?

Johannes B. Kerner: Das Engagement, insbesondere das der Jugendlichen, ist bemerkenswert. Eine wirklich lobenswerte Ausnahme.

Wenn Sie über den Hintergrund der Aktion nachdenken, welche Gefühle löst der bei Ihnen aus?

Sie meinen den Tod des damals an Krebs erkrankten 16-jährigen Julian – als Vater von vier Kindern kann ich diese Frage gar nicht zu Ende denken, von der Antwort ganz zu schweigen...

Wie wichtig ist es, dass Prominente wie Sie derartige Charity-Events unterstützen?

Den Erfolg haben die Jugendlichen durch ihren starken und unermüdlichen Einsatz über Wochen und Monate ermöglicht. Sagen wir mal so: Ich bin froh, dass ich ihn nicht verhindert habe...

Muss der gute Zweck, den Sie unterstützen, bestimmte Kriterien erfüllen?

Durch meine Frau und mittlerweile auch durch die Kinder fühle ich mich dem Hockey schon sehr verbunden. Da hilft man sehr gern.

Halten Sie es für wichtig, dass junge Menschen sich sozial engagieren bzw. dazu mobilisiert werden?

Frei heraus, die Aktivität beim UHC ist ein leuchtendes Vorbild.

Haben Sie sich mit Ihren Kindern, die auch vor Ort waren, über die Juli-Harnack-Aktion ausgetauscht?

Die Kleinen sind sicher zu klein, die Großen sind interessanterweise selbst mit Fragen gekommen. Aber ich bin mir sicher, dass die ganze Tragweite in keinem noch so gut gemeinten Gespräch zu erklären ist.

Als Sie fast täglich als TV-Moderator vor der Kamera standen, hatten Sie weniger Zeit, sich derart sozial zu engagieren. Sehen Sie hier eine Ihrer neuen Aufgaben?

Ich bin und bleibe Fernsehmoderator. Dass die Vertragssituation bei SAT.1 mir zurzeit Gelegenheit gibt, andere sinnvolle Dinge zu tun, ist eigentlich ganz erfreulich.

Was sind Ihre nahen Zukunftspläne?

Sie werden davon erfahren...

Christiane Kaufholt, c.kaufholt@alster-net.de

20.000 € beim Juli-Harnack-Turnier

Anfang Januar veranstaltete die Hockey-Jugend B des Uhlenhorster Hockey-Clubs das 7. Juli-Harnack-Turnier. Das findet jährlich zum Gedenken an den ehemaligen Jugend B-Spieler Julian „Juli“ Harnack statt, der 2006 den Kampf gegen seine Krebserkrankung verlor und verstorben ist. Viele Gäste kamen zu diesem Event. Nicht nur wegen des Sports, sondern auch um Geld an die Fördergemeinschaft Kinderkrebs-Zentrum Hamburg e. V. zu spenden. Bereits vor dem Turnier waren die Jugendlichen gestartet und haben mit öffentlichen Aktionen Spenden gesammelt. Am Ende kamen über 20.000 Euro für den guten Zweck zusammen. Weitere Infos unter www.juli-harnack-turnier-uhc.ag.vu.



„Schön wie ein Baby“ mit B!aesthetics



Die Ärztin **Susanne Bechtel**, Inhaberin der Praxen **Blaesthetics**, ist seit Jahren auf dem Gebiet der **medizinischen Aesthetik** tätig. In lockerer Reihenfolge stellt sie im **Alstertal-Magazin** modernste Techniken vor. Diesmal erklärt die Schönheits-Expertin, wie man in zwei Stunden mit Fillern ein Gesicht verjüngen und die Konturen straffen kann.

Wenn Babys lachen, zeigen sie uns ihre süßen Pausbäckchen. Sie sehen immer frisch und knackig aus. Unter diesen Pausbäckchen befindet sich ein schöner praller Fettkörper, der direkt über den Wangenknochen liegt. Die Haut ist voller Hyaluron, der Füllsubstanz und Feuchtigkeitsspeicher unserer Haut. Im Laufe der Jahre verliert der Fettkörper der Wangen an Spannkraft und Kontur und verlagert sich von den Wangenknochen entsprechend der Schwerkraft kinnwärts. Die Hyaluronsäurekonzentration der Haut nimmt gleichzeitig ab. Das Ergebnis ist ein schmaleres Gesicht mit je nach Ausprägung eingefallenen Wangen und am Ende bilden sich die typischen Hängebäckchen neben dem Kinn. Wenn man das Volumen des jugendlichen Gesichtes mit einem Dreieck vergleicht, so liegt die Dreiecksbasis im Bereich der Stirn und die Dreiecksspitze am Kinn. Mit zunehmendem Alter „klappt“ das Dreieck um und das Hauptvolumen, die Dreiecksbasis, hat sich in der unteren Gesichtshälfte gesammelt, die Dreiecksspitze liegt nun im Stirnbereich. Die Hyaluronsäurekonzentration nimmt in mechanisch stark belasteten Bereichen schneller ab. Hier zeigen sich die ersten Alterungserscheinungen im Bereich der Nasolabialfalten. Es folgen die Lippen, Plisseefalten

um den Mund und die „Angela Merkel“-Falten am Kinn. Mit Abnahme des Füllfaktors Hyaluronsäure nimmt auch deren Feuchtigkeitsspeichervolumen ab. Es bilden sich zunächst die Falten durch weniger Volumen, die Haut wird trockener durch weniger Feuchtigkeitsspeicherung und die Falte prägt sich immer schneller in die Haut ein.

Was tun? Ganz einfach!

Mit Radiesse wird zunächst das verlorene Volumen der Wangenknochen wiederhergestellt. Dadurch entsteht schon ein leichter Kick der Wangen nach oben. Die Dellen am Unterkiefer rechts und links des Kinns werden wieder aufgefüllt und die Kinnkontur

Dank Hyaluronsäure lässt sich der Feuchtigkeitsgehalt der Haut verbessern. Das sorgt für straffe und faltenfreie Gesichts- und Handkonturen.

wird gleichmäßig rund. Die Nasolabialfalten werden mit Hyaluronsäure aufgefüllt und je nach Ausprägung auch die „Angela Merkel“-Falten. Selbst erschlaffte Ohrfläppchen werden mit Hyaluronsäure wieder prall und frisch. Auch Augenringe können deutlich gemildert werden, wenn keine Tränensäcke vorhanden sind. Sollten die Wangen bereits sehr faltig oder eingefallen sein, so kann man mit Radiesse ein flächiges Lifting durchführen. Nicht zuletzt werden mit Radiesse auch Handrücken mit einer speziellen Technik elegant gefüllt und gestrafft.

Im Gegensatz zu Botulinum (z.B. Botox), das sehr schön und leider nur

bei Stirn- und Zornesfalten sowie Krähenfüßen eingesetzt werden kann und auch nur drei bis vier Monate wirkt, ist die Wirkung der Filler sofort während der Behandlung sichtbar. Bei z.B. Botox tritt die effektive Faltenglättung erst nach ca. einer Woche ein. Die Wirkung der Filler hält im Mittel für ca. ein Jahr an, teilweise auch deutlich länger.





Leserbriefe

Betr.: Radstreifen in der Alten Landstraße

Obwohl ich (73) nahezu täglich die Alte Landstraße in voller Länge mit meinem Fahrrad befahre, konnte ich bis heute nicht feststellen, dass der Radweg mangelhaft ist, wobei ich an den Stellen, wo keine Fahrradspur vorhanden ist, den Gehweg benutze. (Was ist daran so schlimm?) Abgesehen davon sind mir in den letzten beiden Jahren kaum Fußgänger oder Radfahrer begegnet, sodass ich die Planung einer Fahrradspur zu Lasten eines Fahrstreifens auf der Alten Landstraße nicht nur für überflüssig, sondern sogar für gefährlich halte. Wenn die Bewohner der Alten Landstraße fördern, dass anstelle von vier nur noch zwei Fahrspuren und dafür ein Radfahrstreifen in jeder Richtung angelegt werden sollen, dann schafft man durch parkende Autos eine äußerst gefährliche Situation für die Radfahrer, und das, damit die Anwohner etwas mehr Ruhe haben. Besser wäre es, die vorgeschriebene Geschwindigkeit von 60 km/h auf vier Fahrspuren zu überwachen, dann wird der gleiche Zweck erreicht und man kann sich das lächerliche und vorgeschobene Argument der maroden Radwege sparen. Damit plant die Baubehörde eine unsinnige Baumaßnahme, wie sie dies schon beim teuren Umbau der Einmündung der Rolfinckstraße in den Wellingsbütteler Weg ausgeführt hat. Die aufwendige Anlage einer 20 m langen Radspur für Radfahrer, die vom Wellingsbütteler Weg (aus Richtung AEZ) kommen und in die Rolfinckstraße einbiegen wollen, wird so gut wie gar nicht benutzt, weil es einfacher und gefahrloser ist auf dem Gehweg bis zur 2. Ampel zu fahren und dann den Zebrastreifen in Richtung Rolfinckstraße zu benutzen. Immerhin wird hier der Radweg von zwei stark frequentierten Fahrstreifen eingerahmt, so dass man hier von einer krassen Fehlplanung sprechen kann, die viel Geld gekostet hat.

Ich schlage vor, dass sich diese Baufachleute einmal aufs Fahrrad setzen und die Gegebenheiten fernab von absurden, eigennützigen Wünschen aus der Bevölkerung beurteilen.

Gerd Weikert

Offensichtlich ist das Gemeinwohl nicht mehr gefragt. Im Bereich Lemsahl, Duvenstedt entstehen ca. 250 neue Wohneinheiten. Schon jetzt steht der Verkehr über den Ring 3 hinaus. Eine Freude für die Anwohner. Unerklärlich erscheint mir auch die Maßnahme, den Radweg auf die Fahrbahn zu verlegen, da der Radweg sicherlich in Teilbereichen baubedürftig erscheint. Kostengünstiger wäre bestimmt, den Radweg zu erneuern, wie man es am Maienweg getan hat. Sollte der Radweg auf die Fahrbahn verlegt werden, besteht aus meiner Sicht ein höheres Unfallrisiko durch die

Autofahrer, welche in den Parkbuchten parken und die jetzt ja auch noch linksseitig des Radweges parken dürfen. Oder werden die Parkbuchten zurückgebaut? Die Anwohner haben sicherlich alle Platz auf dem eigenen Grund und Boden für ihre PKW, Wohnwagen und Wohnmobile, die jetzt in diesen Parkbuchten stehen. Eigentum verpflichtet. Dem Radfahrer würde es schon helfen, wenn die Anwohner nicht immer ihre Mülltonnen auf den Radweg stellen würden. Die Welt ist eigentlich freundlich, warum sind wir es nicht auch?
Frank Westphal

Völlig dagegen bin ich, die Radwege auf die Straße zu verlegen. Die Alte Landstraße ist eine Hauptverkehrsstraße, die eine zügige Überwindung eines langen Stück Weges Richtung City und zurück ermöglicht. Damit meine ich nicht rasen!!! Daher finde ich Tempo 60 angemessen.

Des Weiteren wird schon jetzt eine Spur zum Parken genutzt, welches meine Freundinnen und ich sehr gefährlich finden, da man sie in der Dunkelheit und erst recht wenn die KFZ verdreckt sind, viel zu spät sieht, und auch andere plötzlich auf die andere Fahrbahn schwenken. Fahrbahnen sollten unbedingt Fahrbahnen bleiben!

Auch sind recht wenig Radfahrer dort unterwegs, dass auch deshalb eine Verlegung nicht gerechtfertigt wäre. Außerdem ist doch der angrenzende Bürgersteig, der auch selten genutzt wird, breit genug, dass man sich diesen teilen kann.

Fazit ist, eine große Stadt braucht dringend große Ausfallstraßen. Es kann doch nicht sein, dass man, wie mir oft passiert, hinter jemandem fahren muss, der mit Tempo 20/30 km/h durch die Stadt töckert. Sei es, er ist zu alt oder hat zu viel Zeit oder Punkte.

Ich hoffe, die Aktion bringt HH und uns voran.

Christina Quaas

Das Vorhaben, auf der Alten Landstraße einen Radweg anzulegen, wie bereits in anderen Stadtteilen geschehen, ist für mich der größte Unsinn, den ich seit Jahren gelesen habe. Auf der Alten Landstraße fahren zur Hauptverkehrszeit morgens zwischen 7.00 und 9.00 Uhr wochentags max. 2-3 Radfahrer und das ist schon hoch gegriffen. Wenn die Behörde, die für diese Arbeiten zuständig ist, zu viel Geld in der Kasse hat, sollte sie zunächst einmal die Schlaglöcher in den Straße Hamburgs ausbessern. Anscheinend sitzen nur Radfahrer in den Behörden. Denn sonst käme man nicht auf diese Idee.

M. E. Ist noch nicht einmal eine Erhebung über die Nutzung dieser Radwege gemacht worden.

Ingeborg Lautz

Obwohl ich unserem Senat sicher nicht sehr gewogen bin: Endlich wird einmal Mut bewiesen und den Radfahrern die gleichen Rechte wie den Autofahrern eingeräumt.

Ich bin für diesen Radweg – und das als begeisterter Auto- und Radfahrer.

Kay Künzel

Ich fahre als Berufstätiger seit weit über zehn Jahren mehrmals täglich (an allen Werktagen) die Alte Landstraße und mir sind in der Zeit nie (schon gar nicht viele) Fahrradfahrer aufgefallen. In all den Jahren hat sich die Straße auch nie als unfallträchtig erwiesen – und zwar m.E. gerade dadurch, dass riskantes Überholen vermieden werden konnte, da sich der besonders langsame Verkehr auf der rechten Spur bewegen konnte und die etwas zügigeren Fahrer die linke Spur benutzen konnten.

Zu Problemen und Staus führten in letzter Zeit immer nur die Stellen, wo die rechte Spur (trotz vorhandener Parkstreifen) zugeparkt wurde und der gesamte Verkehr sich auf eine Spur verengen musste. Das klappte nie allzu gut und Probleme sind eindeutig vorprogrammiert, wenn sich die Behördenbürokraten mit diese Maßnahme durchsetzen sollten, eine der wenigen gut befahrbaren Straßen in Hamburgs Norden zu einem neuen „Schleichgebiet“ mit großem Staupotential zu Lasten der großen Mehrheit der Bürger zu verändern.

Die Anwohner gerade an der Alten Landstraße dürften alle aufgrund der Grundstücksgröße einen ausreichend großen Abstand zur Straße haben, so dass „Lärmschutz“ zu Lasten eines fließenden Verkehrs hier nicht wirklich überzeugend sein kann (ebenso wenig wie „Sicherheitsgründe“ aufgrund der tatsächlichen Unfallzahlen). Hier ist auch zu berücksichtigen, dass sehr viele Anwohner erst in den Jahren an

die Alte Landstraße gezogen sind, als diese längst eine – reibungslos funktionierende – vierspurige Straße war. Sich hier danach über „überraschenden“ Lärm zu beschweren, kann nicht wirklich als überzeugendes Argument akzeptiert werden.

Fazit: Ich halte (wie sehr viele andere Verkehrsteilnehmer) den Rückbau einer gut funktionierenden Straßenverbindung im Interesse einiger weniger Anwohner mit Partikularinteressen für nicht akzeptabel und hoffe, dass sich viele ähnlich denkende Alstertaler rechtzeitig gegen diese m.E. am grünen Tisch erdachte Position wenden. Ich erwarte hier auch einen verständigen Einsatz der Kommunalpolitik für eine letztendlich bürgerfreundliche Lösung.

T. Seeger

Meine Frau und ich sind Anwohner der Alten Landstraße. Die Geschwindigkeitsreduzierung auf 50 km/h ist wohl nicht unvernünftig. Total unvernünftig wäre der geplante Radweg auf der Straße mit allen von Ihnen beschriebenen Einschränkungen. Hier würde es zu einer erheblichen Gefährdung aller am Verkehr teilnehmenden Personen kommen und außerdem in den Verkehrsspitzenzeiten morgens in die Stadt und abends aus der Stadt zu erheblicher Staubbildung führen.

Die Rechnung, dass „nur“ 17.500 Fahrzeuge in 24 Stunden die Alte Landstraße benutzen, ist eine klassische „Milchmädchen“-Rechnung. Die Alte Landstraße ist eine extrem wichtige An- und Abfahrtstraße für alle Bürger, die in Poppenbüttel, Volksdorf, Lemsahl-Mellingstedt und Duvenstedt sowie angrenzendem Schleswig-Holstein wohnen. Die Straße hat morgens zwischen ca. 7 und 9 Uhr sowie abends zwischen ca. 16 und 19 Uhr eine Spitzenbelastung. Dann ist die Vierspurigkeit außerordentlich sinnvoll, auch wenn sie durch parkende Autos heute schon eingeschränkt ist.

Was für ein Wahnsinn und was für eine Zumutung für die vielen Mitbürger, die diese Straße nutzen. Und das für eine kleine Minderheit von Radfahrern. Dann ist der status quo noch besser. Dass nämlich Radfahrer die Straße nutzen, wenn der vorhandene Radweg unzumutbar ist. Was Radfahrer ja schon seit geraumer Zeit tun. Also 2 x Radweg NEIN

Frank G. Breckwoldt

H W B
GERMANY-Carport

...wenn es gut werden soll!



Carports
Nach Ihren Wünschen

Gartenhäuser
Nach Ihren Wünschen

Spieltürme
Pfostenstärke 12cmx12cm

Holz-Wohn-Bau-GERMANY-Carport GmbH •
Otto-Hahn-Strasse 1 A+B • 22946 Trittau
Tel. 0 41 54 / 47 77 • www.holz-wohn-bau.de

SENIOR aktiv
Hamburg

Praktische Dinge fürs Leben

Riesen-Auswahl aus 1.000 Artikeln

Großtasten-Telefone u. Handys mit Einrichtungs-Service
Lese-Lupen • Geräte mit Sprachausgabe
XXL- Spiele • viele praktische Haushaltshelfer

Steinstr. 13a, Hamburg-Innenstadt, Tel.: 76796660
www.senior-aktiv-hamburg.de
Öffnungszeiten: Montag-Freitag 10.30 - 18.00

ACRYLGLAS MÖBEL



Transparent und zeitlos – Möbel aus Acrylglas, mit jeder Stilrichtung kombinierbar. Größte Auswahl und jede Sonderanfertigung.

Möbel-Glanz

Alsterdorfer Str. 385, 22297 Hamburg
Telefon 040 - 52 98 09 16
Onlineshop: www.moebel-glanz.de

Meisterbetrieb **Dieter Brose** Innungsmitglied

Wir bieten Ihnen das ganze Programm!

- Individuelle Kaminanlagen • Kachelöfen aller Ausführungen
- Kaminöfen aller namhaften Hersteller • Schornsteinbau – Schornsteinsanierung

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Langenhorner Chaussee 691 a (Ecke Segeberger Chaussee)
Norderstedt • Tel. (040) 529 47 66 • Fax 526 15 04
Buchenweg 26 • 25479 Ellerau
Tel. (0 41 06) 7 97 85 52 • Fax 7 97 85 53
www.KACHELOFEN-und-KAMIN.de

Abverkauf von div. Ausstellungsstücken



Erste Hilfe für Ledermöbel

Wir reinigen und restaurieren Ihre Ledermöbel, ausgebleichte Lederteile, speckige Stellen, Flecken, Risse und Abschürfungen – ohne Neubezug. Wir frischen Farben auf im Originalton oder färben um, z.B. von Braun auf Schwarz. Die Lederoberfläche wird dauerhaft restauriert, pflegeleicht gemacht und gegen Wiederanschmutzung geschützt. Besichtigung vor Ort, Angebot.



☎ 040 - 511 80 22 **Andreas Schmidt**
Borsteler Chaussee 85-99 Haus 16 • 22453 Hamburg



Betr.: Weg mit Tempo 60?

Ich schließe mich der Meinung von Herrn Luscher an, dass Tempo 60 keinen Zeitgewinn darstellt. Dieser Gewinn, wenn es einen solchen geben kann, wird nur dann erzielt, wenn alle

Autofahrer 60km/h einhalten und die Ampeln sinnvoll geschaltet sind. Leider erlebt man immer wieder, dass durch wesentlich schnelleres Fahren und Überholen vor der nächsten Ampel gehalten werden muss und durch das Anfahren Zeit verloren geht. Dadurch entsteht ein Verlust, den man durch die nächste Raserei wieder aufholen will. Dies verursacht Lärm und Gestank, außerdem erhöht es den Verbrauch. Stöhnen doch alle über die hohen Benzinkosten.

Mit freundlichen Grüßen Peter Schröder

Mehrere Ihrer Leser, die für die Beibehaltung von Tempo 60 sind, werfen der SPD und den Grünen vor, ohne konkrete Zahlen über die Notwendigkeit einer Geschwindigkeitsreduzierung entschieden zu haben. – Warum kann hier nicht der „gesunde Menschenverstand“, dessen Fehlen unseren Politikern so oft vorgeworfen wird, ins Spiel kommen? Wer glaubt denn nicht, dass bei Unfällen Menschen,

die von Autos erfasst werden, bei Tempo 50 weniger weit durch die Luft geschleudert werden und damit eine größere Überlebenschance haben, als bei Unfällen, die von Tempo 60-Autos verursacht werden! Die Forderung nach sehr teuren statistischen Erhebungen und Auswertungen scheinen mir nur den Wunsch nach Raserei auf Kosten der Anwohner der Alten Landstraße zu verdecken.

H.T. Kölln



Ledermöbelaufbereitung

Spezial-Reparatur & Farb-Restauration

Seit über 10 Jahren pflegen, reinigen und färben wir Qualitäts-Ledermöbel, um deren Wert zu erhalten. Wir bieten Ihnen professionelle Lösungen, wenn es um den Erhalt von Qualitäts-Ledermöbeln wie z. B. De Sede, Rolf Benz, COR und anderen Herstellern geht. Mit umweltfreundlichen Verfahren beseitigen wir Farbabnutzungen, Ausbleichungen, Flecken, Brandlöcher und andere Schäden an Ihren hochwertigen Ledermöbeln.

Das coloRepair-Team freut sich auf Ihren Anruf!

Unter folgender Rufnummer stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:
0170-188 68 75 oder 040-254 86 329
 www.colorepair.de

Was für ein politisches Verantwortungsgefühl hat derverkehrspolitische Sprecher der CDU Herr Seier, wenn er sagt, „die Temporeduzierung wird die Raserei nicht verhindern“? Ist es dann nicht seine Pflicht, für mehr Geschwindigkeitskontrollen zu sorgen? Zugegeben: Vielen, die durch die Alte Landstraße in die reichen nördlichen Stadtteile oder nach Schleswig-Holstein rasen, dürften Ordnungsgebühren ziemlich egal sein. Aber, Herr Seier, bei deutlicher Überschreitung von Tempo 50 verlieren diese Unbelehrbaren ihren Führerschein schneller als bei deutlicher Überschreitung von Tempo 60. Und das tut weh!

Hartmut Seidemann

Ein Diplomingenieur für Fahrzeugtechnik argumentiert, dass bei Motoren, die bei höheren Geschwindigkeiten im 5ten oder 6ten Gang gefahren werden, die Lärmbelastung (weil sie dann niedrigtouriger gefahren werden können) geringer sei. Dieses Argument scheint mir ein willkommenes Alibi – ja geradezu eine Aufforderung zur täglichen Raserei durch die Alte Landstraße zu sein. Dieser Fachmann vergisst dabei, dass bei heutigen Autos die Motorengeräusche nur der geringere Teil der Lärmbelästigung sind, dass die Abrollgeräusche viel entscheidender sind, und die sind bei Tempo 50 geringer als bei Tempo 60. Auch das ist nun einmal so. Wie wäre es bei der nächsten Straßensanierung mit dem Auftragen von Flüsterasphalt?

Frauke Schuller

Betr.: „Das Sasel-Dilemma“

Über die Haltung, die in diesem Artikel geäußert wird – noch mehr Parkplätze an den Saseler Markt – muss man sich schon sehr wundern. Denn für den Saseler Markt wurde nach einem Gutachten ein Rahmenplan erstellt, an dem auch die IWG-Geschäftsleute für Sasel mitwirkten und dem sie zugestimmt haben. Dabei hatte das Bezirksamt, den Gewerbetreibenden entgegenkommend, den Gutachtern die Bereitstellung etwa der halben Marktfläche als Parkplatz bei ihrer Überplanung zur Auflage gemacht.

Die Initiative „Für ein lebenswertes Sasel“ stimmte ebenfalls den Vorschlägen der Gutachter zu, war und ist aber der Meinung, dass das vorgesehene Parken auf der Marktfläche einer zukunftsfähigen Stadtplanung nicht entspricht und hatte entsprechende Alternativen vorgeschlagen. Die Initiative hat nach gründlichem Bedenken beantragt, mit der Umgestaltung zu beginnen. Dies fand Unterstützung bei allen Fraktionen.

Die Initiative setzt sich selbstverständlich für das in Sasel notwendige Nahversorgungszentrum ein. Sie vertritt sehr viele Saselerinnen und Saseler, die sich in diesem Kontext ein Stadtteilzentrum wünschen, das sich durch einen modernen, autoarmen, grünen und attraktiven Marktplatz, der zum Aufenthalt einlädt, auszeichnet und folglich auch zum Einkaufen einlädt. Für den Erfolg eines Geschäftes ist doch die Zufriedenheit der Kunden, das Angebot, das Fachwissen, der Service und die Freundlichkeit dem Ruf nach immer mehr Parkplätzen weit überlegen. Der in seiner Art einmalige Saseler Marktplatz wäre als Parkplatz wirklich keine Aufwertung für den Stadtteil.

*Helga Kapp, Initiative
„Für ein lebenswertes Sasel“*

Rathjens & Mandellas
Immobilien GmbH



Traumhaft und elegant ausgestattetes Einzelhaus in Duvenstedt



- Das 2001 erbaute sowie voll unterkellerte Einzelhaus verfügt über 6 Zimmer und hat eine Wohnfläche von ca. 220m².
- Es ist hochwertig, elegant ausgestattet und kann sofort bezogen werden.
- Neben dem Sauna- und Fitness-Raum verfügt es über eine Garage nebst Car-Port.
- Das Süd-Grundstück hat eine Grösse von ca. 770m².
- Kaufpreis: auf Anfrage.

SIERICHSTRASSE 38 • 22301 HAMBURG • TEL.: 040/69 64 44 27
INFO@RATHJENS-IMMOBILIEN.DE • WWW.RATHJENS-IMMOBILIEN.DE

D.F. LIEDELT



Ausstellungen auf über 3.000 m²

Die schönsten BäderWelten



EnergiesparWelten
innovative Heiztechnik

Erleben Sie bei uns traumhafte Bäder mit Komfort sowie in Norderstedt und HH-Harburg zusätzlich energiesparende Heizungs-, Lüftungs- und Windstromanlagen. Vereinbaren Sie gerne telefonisch Ihren persönlichen Beratungstermin mit unserem Fachpersonal.

Wir freuen uns auf Sie!

22851 Norderstedt | Robert-Koch-Str. 23 | Tel: (040) 529 02 - 231
22089 HH-Eilbek | Wandsbeker Chaussee 68 | Tel: (040) 251 514 - 41
21073 HH-Harburg | Buxtehuder Str. 56 | Tel: (040) 766 995 - 12
www.liedelt.de



Die Kontroverse um die Praxisgebühr:

Unbedacht abgeschafft?

Zum ersten Januar 2013 wurde die Praxisgebühr abgeschafft. Welche Folgen hat das für unser Gesundheitssystem und was sind die Alternativen. Das Alstertal-Magazin fragt den Experten Prof. Jörg F. Debatin, Ärztlicher Direktor und Vorstandsvorsitzender UKE – jetziger Leiter des Labordienstleisters amedes AG.

Alstertal-Magazin: Ist die Abschaffung der Praxisgebühr ein Fort- oder Rückschritt?

Prof. Jörg Debatin: Die Abschaffung DIESER Praxisgebühr ist sicherlich ein Fortschritt. Die Abschaffung der Beteiligung des Patienten hingegen ist ein Rückschritt. Ich halte es für sinnvoll, dass der Patient Eigenverantwortung übernimmt. Deshalb war die Praxisgebühr eine gute Idee – hat aber nicht den erhofften Erfolg gebracht.

Warum nicht – wo lagen die Probleme?

Deutsche gehen im internationalen Vergleich überdurchschnittlich oft zum Arzt. Mit Hilfe der Praxisgebühr sollte gegengesteuert werden. Da die Praxisgebühr quartalsweise organisiert war, ist der Effekt ein gegenteiliger: Viele dachten sich, wenn man schon für das ganze Quartal zahlt, kann man das auch ausnutzen und geht gezielt häufiger zum Arzt. Die Krankenkassen haben im-

merhin zwei Milliarden durch die Gebühr erwirtschaftet – inwieweit ist das ein Scheitern?

Der immense bürokratische Aufwand hat weitaus höhere Kosten verursacht, als Einnahmen generiert werden konnten. Durch das Bargeld in den Praxen und den Notaufnahmen der Krankenhäuser entstanden nicht nur Kosten, sondern auch Sicherheitsrisiken.

Die zwei Milliarden werden mit Hilfe des umstrittenen Gesundheitsfonds abgefangen. Ist das deutsche Gesundheitssystem von Grund auf überarbeitungswürdig?

Obgleich unser System sicherlich auch Lücken hat, so ist es doch mit Abstand das Beste im internationalen Vergleich. Sowohl die Leistungskraft und das medizinische Niveau als auch die Finanzierung stehen auf sehr solidem Fundament. Durch den Gesundheitsfond wurde ein enormer Überschuss erwirtschaftet, der die zwei Milliarden Mindereinnahmen

problemlos abfängt. Aufpassen müssen wir, dass Herr Schäuble und andere sich nicht an diesem Fond vergeifen und für Projekte einsetzen, die mit der Gesundheit nichts zu tun haben.

Inwieweit sind noch Steuerungsmechanismen notwendig? Gesundheitsökonomisch gesehen bedauere ich, dass es keine Praxisgebühr mehr gibt. Eine Flexibilisierung der Tarife würde uns weiterbringen. Als Vorbild können hier die privaten Kassen gelten. Bei voller Beitrags-

zahlung werden alle Kosten gedeckt.

Der Beitrag verringert sich, wenn man einen Teil der anfallenden Kosten selber trägt. Der Patient sollte schlichtweg beteiligt werden. Natürlich muss eine solche Beteiligung gedeckelt sein, damit chronisch kranke Patienten nicht übermäßig belastet werden.



Foto: Jochen Koppelmeyer / UKE

Fakten zum Thema:

Die Praxisgebühr gibt es seit 2004. Im November vergangenen Jahres stimmten alle 548 Abgeordneten des Bundestages für die Abschaffung. Das Ziel, die Arztbesuche der Deutschen zu verringern, ist eindeutig nicht erreicht worden. Dennoch spülten die zusätzlichen Einnahmen zwei Milliarden pro Jahr in die Kassen. Nach Angaben der Kassenärztlichen Bundesvereinigung betragen die Mehrkosten 360 Millionen Euro. Sie entstanden durch den extremen bürokratischen Aufwand. Professor Debatin vertritt die Meinung, dass Deutsche zu viel zum Arzt gehen. Allerdings wird das vermehrt angezweifelt. Eine Forsa-Umfrage der DAK spricht eindeutig dagegen!



Biohandwäsche nach alter Tradition!



Spezialbehandlung der Fransen.



Nachknüpfen von Meisterhand.



Fachgerechte Reparatur der Fransen



VORHER – NACHHER

Aus ALT mach NEU – erhalten Sie den Wert Ihres wertvollen Teppichs!

Bei Kaschani Orientteppich Wasch- und Reparaturcenter wird garantiert jeder Teppich nach alter persischer Tradition individuell „aufgewertet“!

Eine chlorfreie Bioreinigung ohne Farbverluste nach alter persischer Art – damit wirbt Teppichwäscherei Kaschani. Bei der speziellen Teppichwäsche müssen folgende Arbeiten Schritt für Schritt eingehalten werden:

- zuerst gründliches Klopfen der Teppiche, damit aller Schmutz aus dem Grundgewebe herausgeholt wird. Mit einem handelsüblichen Sauger geht das nicht!
- Hausstaubmilbenentfernung und Einzelbehandlung von Flecken
- Bio-Wäsche mit ph-neutraler Seife per Hand mit Bürsten, um jeden Schmutz aus dem Flor zu holen und eine Farbauffrischung zu gewährleisten
- dann das überschüssige Wasser ausquetschen, den Teppich spannen und trocknen lassen
- danach Rückfettung mit persischem Wollfett und Imprägnierung des Teppichs
- zum Schluss alle Löcher, Risse, verschlissene Kanten und die Fransen fachgerecht reparieren. Kahle Stellen werden mit „Knüpfergänzungen“ mit originalgetreuem Garn von einem Teppichknüpfmeister beseitigt – eben echte Handwerkskunst!
- bevor der Teppich wieder an den Kunden ausgeliefert wird, ist der letzte Arbeitsgang das Aufbürsten des Flors und der Fransen. Dann sieht das kostbare Stück aus wie neu!

„Durch dieses individuelle Reinigungsverfahren können wir eine langfristige Werterhaltung und Schönheit der Teppiche garantieren“ sagt Kaschani. „So kann auch ein unnötiger Teppichneukauf verhindert werden, wenn Sie rechtzeitig Ihren Teppich reparieren und waschen lassen“. Die spezielle Teppichwäsche erfolgt für Orient-, Nepal-, China-, Seiden-, Berber-, Woll-, Handweb- und Langflorteppiche. Die Reinigung ist abhängig von der Art des Teppichs, vom Verschmutzungsgrad und vom Erhaltungszustand. Um eine gründliche Reinigung bei größtmöglicher Schonung des Teppichs zu gewährleisten, wird im Einzelfall die individuell beste Behandlung durchgeführt. Es gibt zwar auch eine einfache Oberflächenwäsche, aber die meisten Kunden wählen die hochwertigere Variante für ihren wertvollen Teppich. Obwohl dieses Verfahren nicht ganz billig ist, gewährt Firma Kaschani einen ganz besonderen Rabatt für alle Kunden:

50 % Neujahrsaktion 2013 für alle Neu-Kunden.

Für einen unverbindlichen Termin bei Ihnen im Hause rufen sie einfach unter Tel. 040 / 67 10 61 02 oder Mobil 0178 / 97 222 73 an. Übrigens: einen kostenlosen Hol- und Bringdienst bietet die Firma Kaschani natürlich ebenfalls an.

2x in Hamburg: Saseler Chaussee 88a, HH-Poppenbüttel und Brooktorkai 6, HH-Hafen-City/Speicherstadt
Telefon 040 - 67 10 61 02
www.teppichwaescherei-kaschani.de



Ihre Zufriedenheit – das ist uns wichtig!



Ärgerliche Flecken auf dem Teppich? Wir können Ihnen helfen!!



Niemals selbst mit Fleckenmitteln versuchen, den Fleck raus zubekommen! Das könnte Ihren Teppich ruinieren!!



Lieber fachgerechte Entfernung vom Teppich-Spezialisten!



TEPPICHWÄSCHEREI

Kaschani Orientteppich Wasch- & Reparatur-Service



Wäsche & Reparatur nach alt Persischer Art (von Hand) • Sparen Sie lieber mit uns durch Waschen und Reparieren als teuer neu zu kaufen...

Die Nr. 1 im Norden!

Ihr Experte für Orientteppiche Teppichklinik mit über 60 Jahre Erfahrung

- Waschen mit Rückfettung und Imprägnierung
- Reparatur von Fransen, Kanten und Löchern
- Entmotten und Entmilben - Spezielle Rückfettung.
- Löcher, Risse und abgetretene Stellen werden mit Originalmaterial fachgerecht neu geknüpft.

Chlorfreie Bio-Reinigung ohne Farbverluste. Fleckentfernung auf pflanzlicher Basis. Wir reinigen Ihren Teppich mit Regenwasser.



Gelegenheit
50% Rabatt
auf Teppichwäsche!

Kostenloser Hol- und Bringservice in ganz Norddeutschland

Jetzt 2 x in Hamburg!

Saseler Chaussee 88a
22393 Hamburg
Hamburg-Sasel

Brooktorkai 6
20457 Hamburg
Hafen-City/Speicherstadt

Wir beraten Sie auch gerne bei Ihnen zu Hause. Teure Teppichreparaturen können frühzeitig verhindert werden!

Tel.: 040 - 67 10 61 02

GUTSCHEIN
Reparaturarbeiten
über
150,- €

NIEDRIGPREISGARANTIE
www.teppichwaescherei-kaschani.de
Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 10-19 Uhr
Sa. 10-16 Uhr

Aktionsmonat vom 25.01. - 22.02.: 50% Erstkundenrabatt

Wo unsere Kinder Kippen kriegen:

Alkohol- und Zigaretten: Testkauf!

Immer wieder sieht man **Minderjährige** an Glimmstängeln ziehen oder Bier trinken – auch im Alstertal. Doch wie kommen die Jugendlichen an die „**verbotene Ware**“ heran? Wir gingen mit unseren Praktikantinnen Lea und Michelle (beide 14) durchs Alstertal und enttarnen die **schwarzen Schafe** unter den Supermärkten und Kiosken!

„Mein Hund hat mich abgelenkt!“ und „Sie sieht aus wie 18!“ Die Alstertaler Kioskbesitzer waren an Ausreden nicht verlegen, als wir sie zur Rede stellten, nachdem sie unseren Praktikantinnen – Schülerinnen im zarten Alter von 14 Jahren – Bier und Zigaretten verkauft hatten!

Die Praktikantin Michelle erstand bei einem Testkauf problemlos eine Schachtel Marlboro in dem verrauchten Kiosk nahe eines Penny-Marktes im Hummelsbüttler Weg.

Auf Nachfrage sagte die Verkäuferin: „Ich habe die Kleine nur aus dem Augenwinkel wahrgenommen. Mein Hund lenkte mich ab“. Bei dem schwierigen Standort des Einzelhändlers neben dem Billigdiscounter sind Minderjährige beim Kippenkauf scheinbar herzlich willkommen.

Man kann sich schließlich nicht aussuchen, aus wessen Portemonnaie die paar Euros extra kommen. Auch, um Jugendschutzgesetze zu studieren, fehlt Zeit. So ist die Verkäuferin überzeugt: „Zigaretten darf man an Jugendliche ab 16 verkaufen.“ Dabei ist die Altersgrenze für 18 Jahre festgesetzt. Nicht erst seit gestern, sondern seit 2007.

Den nächsten Kiosk, der, gerade neu eröffnet, schon gegen Jugendschutzgesetze verstößt, entdeckten wir in einer Fuhlsbütteler Passage, wo Lea eine Schachtel Lucky Strike erwarb. „Sie ist so groß, daher schätzte ich sie auf 18“, lautete die Ausrede. Die

Verkäuferin liest also Altersklassen an Körpergrößen ab. Legalität muss man sich erstmal leisten können! Immerhin geht so eine Neueröffnung ins Geld.

Auch an der Busanlage Wentzelplatz am Poppenbütteler Bahnhof gab es Probleme. Als die 14-jährige Lea beim Testkauf ein Bier auf einen Tresen stellte, fragte der Verkäufer, ob sie gerade ihr Freund verlassen habe, anstatt nach dem Altersnachweis.

Andere Shops bestanden den Test mit Bravour und verlangten einen Altersnachweis. Zu den Vorzeigeläden zählen der Kiosk am Hummelsbütteler Einkaufszentrum, der U-Bahn-Fuhlsbüttel-Kiosk von Werner Stuber, der Kiosk am Stormarnplatz in Poppenbüttel und der „HBB-Store“ am S-Bahnhof Wellingsbüttel sowie der „Edeka“ des Hummelsbütteler Einkaufszentrums und der „Penny-Markt“ im Hummelsbütteler Weg 52.

Sie alle sind sich einig: Der Staat muss die Gewerbetreibenden strenger verfolgen und Geldbußen öfter umsetzen. Übermäßiger Alkohol- und Tabakkonsum birgt für Heranwachsende besondere gesundheitliche Risiken und eine verstärkte Suchtgefahr. Etwa schädigt regelmäßiges Trinken das Gehirn der Jugendlichen nachhaltig und programmiert es auf Abhängigkeit. In den schlimmsten Fällen endet kontinuierliches Kampfrinken tödlich.

Katharina Siegel, k.siegel@alster-net.de
Christian Ehrhorn, c.ehrhorn@alster-net.de

Unsere 14-jährigen Praktikantinnen Lea (r.) und Michelle (l.) kauften problemlos Marlboro-Kippen in Hummelsbüttel.

Fotos: Christian Ehrhorn

Vorbildlich: Florian Cornelius (31), Eigentümer des Kiosks am Hummelsbütteler Einkaufszentrum, verkaufte keinen Alkohol an unsere Praktikantinnen: „Man sollte Sündern unter den Kollegen die Lizenz entziehen und somit die Existenz!“

Igor Renz (29), „Edeka“-Filialleiter: „Jugendschutzgesetze gibt es nicht umsonst. Wir haben mindestens einmal pro Jahr drei Seminare. Und zugelassene Altersgrenzen für Produkte werden beim Einscannen angezeigt!“

Ab wann sind Alkohol und Zigaretten erlaubt?

Personen ab 16 Jahren dürfen Bier, Wein und Sekt sowie deren Mixgetränke erwerben. In Begleitung der Eltern ist dies schon ab 14 Jahren erlaubt.

Harte Spirituosen und deren Mixgetränke sowie Tabakwaren dürfen erst ab 18 Jahren erworben werden, ob in Begleitung der Eltern oder nicht.

Wer dem zuwider handelt, muss mit einer Geldstrafe von bis zu 50.000 Euro rechnen, in schweren Fällen auch mit einer Haftstrafe von bis zu 6 Monaten. In der Praxis liegen die Geldbußen meist unter 2.000 Euro.

Auch die SPD plant Testkäufe!

Die SPD-Rathausfraktion Hamburg will die Gewerbetreibenden ab dem 2. Quartal 2013 durch jugendliche Testkäufer in Kiosken und Supermärkten zur Einhaltung der Jugendschutzgesetze drängen. Dieses Konzept bewährte sich bereits in Niedersachsen und Rheinland-Pfalz. Gegenstimmen gibt es von der Grünen- und der FDP-Fraktion. „Es ist nicht die Aufgabe Minderjähriger, die Behörden bei der Einhaltung von Gesetzen zu unterstützen“, sagt Christiane Blömeke (Die Grünen). Das bestätigt auch Finn-Ole Ritter von der FDP-Fraktion: „Jugendliche Spitzelkäufer taugen nicht im Kampf gegen Alkoholmissbrauch. Solche Testkäufe sind rechtsstaatlich, moralisch und pädagogisch inakzeptabel. Wir müssen eher Eltern und Händlern den Rücken stärken, den Verkauf von Alkohol an Minderjährige zu ächten.“ Ekkehard Wysocki

(SPD) wendet ein: „Nur durch Testkäufe mit Jugendlichen lässt sich die Einhaltung der Jugendschutzgesetze wirksam kontrollieren. Das Büro für Suchtprävention entwirft derzeit ein praktikables Konzept. Dieses sieht vor, keine Jugendlichen ohne Schulung und pädagogische Aufklärung durch die Behörden einzusetzen. Ideale Testkäufer sind etwa Auszubildende in der Verwaltung“. Auch Uwe Koebel (SPD) bestätigt: „Um die Jugendlichen selbst und die Mitmenschen vor deren Straftaten zu schützen, sollte man den Druck auf die Gewerbetreibenden durch Testkäufe erhöhen.“ Zustimmung gibt es von Seiten der CDU. Dennis Thering (CDU Bürgerschaftsabgeordneter): „Der Einsatz jugendlicher Testkäufer kann dazu beitragen, Jugendliche vor der Abgabe von Alkohol und Zigaretten zu schützen. Die Testkäufer müssen mindestens 14 sein. Testkäufe dürfen nur mit



Urs Tabbert, SPD-Fraktion: „Testkäufe mit Jugendlichen eignen sich, um Verkäufer zu kontrollieren.“

Zustimmung der Eltern, in Begleitung einer Amtsperson erfolgen.“ Christiane Blömeke (GAL) schlägt vor, stattdessen verstärkt über Suchtgefahren aufzuklären sowie Werbebeschränkungen und Warnhinweise zu verschärfen. Urs



Christiane Blömeke, Grünen-Fraktion: „Man darf Jugendliche nicht für Alkoholtastkäufe instrumentalisieren!“

Tabbert (SPD) entkräftet: „Wir wollen auch eine Jugendschutzkampagne starten, die Betroffene und Verbände involviert. Jedoch ist das wie mit dem Schwarzfahren beim HVV: Aufklärung allein reicht nicht!“ *ks*

ANZEIGEN-SPEZIAL

Recht bekommen! Dafür sorgt die Kanzlei „Fuchs Rechtsanwälte“



Kompetentes Rechtsanwalts-Team: Torben Fuchs, Julia Gerstein-Thole, Alexander Fuchs, Florian Pudlas und Jean Dibs-Laban (v.l.).

Herr Rechtsanwalt **Alexander Fuchs** gründete vor knapp zehn Jahren seine Kanzlei „Fuchs Rechtsanwälte“ in Hamburg-Poppenbüttel. Seit nunmehr gut vier Jahren residiert er mit insgesamt fünf Anwälten und sechs weiteren Mitarbeitern barrierefrei in der Hummelsbütteler Landstraße 42, an der Schnittstelle von Alstertal und der Hamburger Innenstadt, in unmittelbarer Nähe des Bahnhofs Fuhlsbüttel: „Ich wollte allen Mandanten kompetente Beratung und erfolgreichen Rechtsbeistand ermöglichen, nicht nur auf meinen Fachgebieten Ar-

beits-, Immobilien- und Gesellschaftsrecht“, erklärt Alexander Fuchs. Diesem Ansatz entsprechend entstand in den vergangenen Jahren ein kompetentes Fachanwalts-Team, das die wichtigsten Rechtsgebiete abdeckt und sich permanent fortbildet – vom Arbeitsrecht bis zur Zwangsvollstreckung. Folglich ist in der Kanzlei eine umfangreiche und bei Bedarf fachübergreifende Beratung möglich. „Dabei legen wir größten Wert auf eine persönliche und transparente Betreuung unserer Mandantschaft. Ihr Vertrauen ist unser höchstes Gut“, erklärt

Rechtsanwalt Fuchs. Das schaffen neben dem Kanzleigründer derzeit vier weitere Anwälte. Alle entsprechend einem gemeinsamen Leitsatz: „Das gute Recht. Für alle, die nicht nur Recht haben, sondern auch Recht bekommen wollen“. Steuer-Fachanwalt **Jean Dibs-Laban** betreut Mandanten in allen Fragen rund um das Steuer-/Steuerstraf- und Wirtschaftsstrafrecht sowie Verkehrsrecht. Frau Rechtsanwältin **Julia Gerstein-Thole** gelingt dies beispielsweise als Fachanwältin für Familienrecht in einem der aktuell fragtesten Bereiche, dem Schei-

dungs- und Erbrecht. Rechtsanwalt **Torben Fuchs** konzentriert sich aufgrund seiner langjährigen Erfahrung ausschließlich auf das Bank-/Kapitalmarkt- und Anlegerrecht. Seit diesem Jahr unterstützt ferner Herr Rechtsanwalt **Florian Pudlas** das Team in den Bereichen Miet-/Wohnungseigentumsrecht, Wettbewerbsrecht und Reiserecht. „Die große Spannweite der Rechtsgebiete unter einem Dach ist ein großer Pluspunkt unserer Kanzlei“, erklärt Alexander Fuchs. Weitere Informationen gibt es unter **Tel. 040 / 78 89 26 34** und **www.FuchsRAe.de**.



Geplantes Bauprojekt wird torpediert:

Parkhaus-Protest!

Seit Jahren schwelt der Konflikt um ein erweitertes **P+R-Parkhaus in Poppenbüttel**. Nachdem ein Plan für eine Anlage über den S-Bahngleisen scheiterte, schien eine neue Lösung in Sicht. Doch auch um diese gibt es Streit!

„Wir werden eingemauert“, klagten die Anwohner der Straße Langenstücken. Vor ihren

Grundstücken soll mit 2,50 Meter Abstand eine sechs Meter hohe Schutzmauer hochge-

zogen werden. Hinter dieser ist ein Parkhaus geplant, das sich vom Stormarnplatz 170 Meter

entlang der Schienen ziehen soll. Dessen Kosten wurden einst auf 8 Millionen Euro angesetzt, die

Wenn Zeugnisnoten Stress machen

Sorgentelefon in Poppenbüttel
Integrative Lerntherapie und systemische Familienberatung

 Birgit Karabiner
Am Bronzehügel 43 • 22399 Hamburg • 040 / 606 82 180
www.lernenundberaten.de

Han

BEERDIGUNGSINSTITUT
"St. Anshar von 1880"
Bernh. Han & Sohn

Tel.: 600 18 20

 **Bestatter**
Saseler Damm 31, - Fachwerkhaus -
22395 Hamburg und
Wandsbeker Chaussee 31, 22089 Hamburg
Tel.: 25 41 51 61
info@han-bestatter.de

Erd-, Feuer-, See- und anonyme Bestattungen

Es gibt noch freie Plätze!

NEUER AUSBILDUNGSBEGINN
AB FEBRUAR 2013

- **Vollzeitausbildung zum/r Heilpraktiker/in** an 4 Vormittagen in 18 Monaten
- **Ausbildung zum/r Heilpraktiker/in** einmal monatlich am Wochenende in 12 Monaten oder an zwei Abenden pro Woche in 24 Monaten
- **Ausbildung zum/r Heilpraktiker/in für Psychotherapie** an zwei Abenden pro Woche in 24 Monaten oder am Montag- und Mittwochvormittag in 24 Monaten
- **Bereits ab Januar Prüfungsvorbereitung für den/die Heilpraktiker/in für Psychotherapie**
- **Qualifizierte Weiterbildung Traditionelle Chinesische Medizin TCM** Unterricht einmal pro Woche über 18 Monate

 **HAMBURGER HEILPRAKTIKER AKADEMIE**
Die Freiheit, neue Wege zu gehen.

Weitere Ausbildungsangebote und spannende Weiterbildungen finden Sie unter www.hamburger-heilpraktiker-akademie.de oder rufen Sie uns einfach an unter **Tel.: 040 - 611 39 789**

Hamburger Heilpraktiker Akademie
Studienleitung: Barbara Maisel
Heegbarg 4 (gegenüber vom AEZ) • 22391 Hamburg, 1. Obergeschoss

Profi für Aufstell- Soundlösungen, Spezialist für Digitalrundfunk und Internet-Radio

J. MELLE + SOHN
Spezialist für **BOSE** LOEWE SONY Panasonic

Bose® Lifestyle V35/25 mit UKW + RDS-Anzeige.

New



BOSE Better sound through research.  Mit exklusiver Bose Unify™ Technologie

Surround-Sound und Stereo im ganzen Raum. Überraschende Tonqualität durch das Raumakustik-Einmesssystem. Umfangreiche Anschlussmöglichkeiten für HD-Zusatzgeräte, mit iPod-/iPhone-Dock. Alles steuerbar durch ein intelligentes Fernbediensystem. Erweiterbar für Multiroom-Betrieb.

Poppenbüttler Hauptstr. 11 • 22399 Hamburg • Tel. 602 22 41
Kundenparkplätze links neben der Apotheke!
Geöffnet: 8:30 – 13:00 h und 14:15 – 18:30 h, Sa. 9:00 – 13:00 h

Kontrovers: Der bereits existierende P+R-Parkplatz in Poppenbüttel soll in ein großes Parkhaus umgewandelt werden.

Prognosen sind aber mittlerweile auf 13 Millionen gestiegen. Noch mehr Sorgen als der Preis macht den Anwohnern allerdings die Verkehrssituation am Stormarnplatz. Die sei jetzt schon angespannt und könnte nach dem Bau durch die zusätzliche Belastung vollends zusammenbrechen. „Es ist im Jahre 2002 ein sehr umfangreiches Verkehrsgutachten erstellt worden“, widerspricht André Schneider von der SPD Wandsbek. „Nach Aussage der Experten sind die damaligen Ergebnisse und Prognosen auch heute noch anwendbar.“ Doch nicht nur die Verkehrssituation beunruhigt die Bürger. Sie stellen grundsätzlich den Bedarf an neuen P+R-Stellplätzen in Frage. Architekt Ferdinand Meyer-Wolters gehört zu den Betroffenen. Er berichtet: „Seit wir unsere Einsprüche gemacht haben, kontrolliert die Bahn den [bereits bestehenden] P+R-Parkplatz und achtet darauf, dass nur Bahnkunden dort parken. Seitdem sind bei uns 20 bis 40 der 140 Stellplätze ständig leer. Das heißt, dass nur etwa 100 Stellplätze durch echte P+R-Kunden genutzt werden. Daher ist es uns völlig unverständlich, dass diese Anlage nun um weitere 450 Stellplätze erweitert werden soll, obwohl die 140 zumindest zurzeit völlig ausreichen.“ Die Gegner vermuten, dass die überzähligen Parkplätze an Drittfirmen vermietet werden sollen, verdächtigt etwa die AEZ-Betreiberfirma ECE. Christian Stamerjohanns, Pressesprecher der ECE, bestreitet dies: Ihre

bestehenden Parkplätze im AEZ seien, bis auf die Weihnachtszeit, „bei Weitem nicht ausgelastet“. Daher „hat die ECE auch kein Interesse daran, Stellplätze in dem P&R-Haus zu erwerben oder zu nutzen. Im Gegenteil: Die ECE hat angeboten, ihrerseits Plätze zur Verfügung zu stellen.“ Eine Alternative wurde von den Gegnern ebenfalls geliefert: Die Architekten Meyer-Wolters & Yeger entwarfen ein mehrstöckiges Parkhaus am Tennigkeitsweg, direkt hinter der Polizeistation. Erwartete Vorteile: keine direkt betroffenen Nachbarn und weniger Verkehrsbehinderungen. Dies jedoch kommt für die Politik nicht infrage: „Die Optionen vor Ort sind geprüft worden“, erklärt André Schneider. „Die Experten waren sich einig, dass eine wirtschaftlich darstellbare Lösung nur am Stormarnplatz erreicht werden kann, nachdem die geplante Überbauung der S-Bahngleise wegen immenser Kostensteigerungen vernünftigerweise ad acta gelegt worden ist.“ Dies findet Ferdinand Meyer-Wolters unglaublich: „Wir haben die Senatsanfragen durchgelesen, die zu dem Zeitpunkt entstanden, als man die Anlage über den Gleisen geplant hat. Damals sagte man, die Variante über den Gleisen sei die einzige Möglichkeit; die Variante am Stormarnplatz käme aus Verkehrsgründen nicht infrage. Da sieht man mal, wie die Begründungen ständig hin- und hergeschoben werden.“ Eine Einigung zwischen Politik und Anwohnern ist nicht in Sicht. Die betroffenen Bürger, die sich in der „Interessengemeinschaft Langenstücken und Stormarnplatz“ (IGeLS) zusammengeschlossen haben, wollen notfalls vor Gericht ziehen.

Christian Luscher,
c.luscher@alster-net.de

Schirme & me(e)hr
Schirme aller Art, Marktzubehör,
Balkonumrandungen,
Windschutz, etc.
Nährarbeiten, Tauwerk und
allgemeine Reparaturen.
Anke Noll • Tel. 601 18 98
Langenstücken 38
22393 Hamburg
www.marktschirme-hamburg.de

Beratung
Planung
Ausführung
Kundendienst

muhs

Sanitärtechnik
Jörgen Muhs GmbH
Klempner- u. Installateurmeister

Seniorenbäder
Gasgerätewartung

Sanitärtechnik • Bauklempnerei
Gasheizung • Rohrleitungsbau
Bedachung

Poppenbütteler Bogen 9
22399 Hamburg
Tel. 606 60 49

Teppich Galerie Poppenbüttel

IRANtex GmbH Inh.: H. Aliakbarzadeh

An- und Verkauf
Inzahlungnahme
Reinigung /
Handwäsche
Reparatur

Harksheider Str. 3 | 22399 Hamburg | Tel.: 29 12 25 | Fax: 29 12 26

Tradition verpflichtet

BESTATTUNGEN

Ohlendieck 10
22399 Hamburg

Telefon: 040 - 602 23 81

Eggers

Poppenbüttel

info@bestattungen-eggers.de
www.bestattungen-eggers.de

Karte: Google



Großprojekt:
170 Meter lang
soll das geplante
P+R-Haus
werden. Die
Anwohner sind
empört!

GOEBEL HIRSCH
BRINKE
RECHTSANWÄLTE

Recht anspruchsvoll.

FAMILIENRECHT • ERBRECHT • ARBEITSRECHT

Poppenbüttler Hauptstraße 13 · Tel. 606 79 226
www.alsteranwalt.de



Zuhause gesucht!

Möchten Sie heimatlosen Hunden und Katzen aus dem Tierheim Süderstraße ein Zuhause geben? Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte unter Tel.: 040/211 10 60.



Helf
uns! Wir warten
auf ein neues
Zuhause!

Täglich brauchen in unserem Tierheim fast 1.000 Tiere unsere Liebe, unsere Aufmerksamkeit und Ihre Hilfe.



Spendenkonto:
Hamburger Sparkasse
Konto: 1286 222 888
Bankleitzahl: 200 505 50

170 Jahre HTV - eine Tradition für Hamburg
www.hamburger-tierschutzverein.de

Hamburger Tierschutzverein von 1841 e. V.
Süderstraße 399, 20537 Hamburg, Tel.: 040 211106-0

Besuchen Sie uns und unsere Tiere:
Mo, Mi, Fr: 10-16 Uhr • Do: 10-18 Uhr • Sa, So, Feiertage: 9-12 Uhr
dienstags geschlossen

Verteiler gesucht!

Für Lemsahl und Sasel
ab 13 Jahre

Magazin Verlag Hamburg. Sandra Schmelter-Haun.
Tel.: 538 34 52, E-Mail: vertrieb@alster-net.de

JARNO, KURZHAARDACKEL

Jarno kam als Fundhund ins Tierheim. Er ist verträglich mit anderen Hunden und lebt hier in der Seniorengruppe. Er ist ein sehr freundlicher Hund, der allerdings aufgrund seines Rückenproblems keine Treppen steigen sollte und auch zu langen Spaziergängen nicht mehr fähig ist. Seine Augen bedürfen einer lebenslangen Behandlung, die er jedoch mehrfach täglich problemlos über sich ergehen lässt. Jarno würde sich sicher über ein ruhiges, warmes Plätzchen freuen, an dem er seinen Lebensabend genießen darf.



THORSTEN, BOXER

Thorsten wurde auf der Horner Rennbahn gefunden, frei laufend. Er macht hier einen freundlichen Eindruck. Mit Katzen hat Thorsten es nicht so. Weitere Eigenschaften sind uns noch nicht bekannt. Wir wünschen Thorsten, dass er bald eine neue Familie findet, wo er sich wieder wohlfühlen kann.

TRINE, KANINCHEN, WIDDER

Trine wurde im Tierheim abgegeben, da sie hilflos in Hamburg-Rahlstedt aufgefunden wurde. Sie hat anscheinend bisher nur in einer Wohnung gelebt, auch andere Kaninchen kennt sie. Nun sucht die zutrauliche Trine ein schönes Zuhause mit Gesellschaft von Artgenossen.

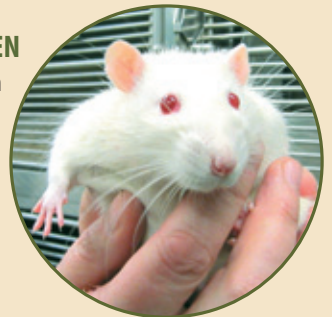


BIBO, EUROPÄISCH KURZHAAR

Bibo wurde im HTV abgegeben und hätte nun so gerne eine feste Bleibe auf Lebenszeit bei katzen erfahrenen Menschen. Man sollte etwas Geduld mit ihm haben, da er eine gewisse Eingewöhnungszeit benötigt. Er ist ein ruhiger Kater, hat ein freundliches Wesen und braucht unbedingt ein Leben im Freien sowie im Haus, um sich wohlfühlen.

HANNO UND HEINO, RATTEN

Hanno und Heino wurden gemeinsam im Tierheim abgegeben, da für sie keine Haltungsmöglichkeit mehr bestand. Heino ist eine zutrauliche Ratte, wobei Hanno anfangs etwas schüchtern ist. Nun suchen Hanno und Heino eine Nager gerechte Unterkunft.



ELVIRA, EUROPÄISCH KURZHAAR

Elvira kam als Fundtier in den HTV, da sie im Bereich eines Frei-Schwimmbades umherwanderte, ohne jemandem zu gehören. Da sie eine kastrierte Samtpfote ist, hatte sie mal ein Zuhause. Ob ausgebüxt oder ausgesetzt, kann sie uns leider nicht mitteilen. Sie war anfangs etwas zurückhaltend und scheu in ihrem Verhalten aber gibt sich nun sehr lieb und kuschelig. Ob sie Freigang haben sollte, das können wir nur vermuten.





Expertentipp von Sylvia Schacht

Schönes Haar – auch im Winter

Jetzt im Winter rächen sich kleine Pflegesünden des Sommers – ausgedehnte Sonnenbäder ohne ausreichenden Schutz und gute Après-Pflege, nasses Haar, das an praller Sonne getrocknet ist, dazu die beginnende Heizsaison mit ihrer staubtrockenen Luft. Empfindliches und coloriertes Haar macht da schnell mal schlapp. Es wirkt irgendwie matter und seine elastische Spannkraft lässt nach. Glanzräuber kann aber auch der unsachgemäße Gebrauch von Glätteisen und Lockenstäben sein, deren Hitze dem Haar Feuchtigkeit entzieht, es spröder macht. Letzteres lässt sich übrigens deutlich bremsen, wenn man vor dem Stylen einen speziellen Hitzeschutz ins Haar gibt. Doch auch kleine alltägliche Pflegesünden können sich mit der Zeit addieren und das Haar stumpfer machen. Glanzverlust ist immer ein Zeichen dafür, dass die Schuppenschicht des Haares aufgeraut und nicht mehr geschlossen

ist. Das Licht wird schlechter reflektiert und das Haar wirkt matt.

Antwort: Der Trick der täglichen 100 Bürstenstriche. Das Rezept unserer Großmütter war zwar etwas mühselig, aber durchaus wirksam. Mit den täglichen Bürstenstrichen wurden natürliche Fettsubstanzen gleichmäßig im Haar verteilt und die Lamellen der Schuppenschicht geglättet. Allerdings mussten die Borsten aus weichem und natürlichem Material sein. Diese zeitraubende Prozedur bleibt uns heute dank der modernen und effektiven Haarpflegeprodukte zum Glück erspart.



Expertentipp von Nils-Christian Drenkhahn, Heilpraktiker und Diplom-Biologe

Wie Naturheilkunde und Zahnmedizin kombiniert werden sollten

Winterblues oder versteckt krank? Sie wissen einfach nicht genau, was mit Ihnen los ist, wenn Sie wiederholt müde, erschöpft, gereizt und lustlos sind? Klar kann es viele Ursachen dafür geben... aber welche sind entscheidend? Die ganzheitliche moderne Naturheilkunde kann zum Beispiel nach eingehender Augen-/Irisdiagnose mit innovativen Test- und Messverfahren am Bildschirm nicht nur Belastungen und Energiemängel in Herz, Lunge, Hirn, Nerven und Psyche feststellen, sondern wichtige Hinweise auf das Zahn-Kiefergebiet erkennen. Bakterielle Herde, Zahnwurzelentzündungen und Schmerzen hängen oft mit Infekten, Umweltgiften, Schwermetallen sowie bestimmten „Zahnwerkstoffen“ wie zum Beispiel Kunststoffen zusammen.

Diese gehören eigentlich und ursprünglich nicht in unseren biologischen Organismus. Spätestens hier beginnt dann eine sinnvolle und häufig not-

wendige Zusammenarbeit mit der Zahnheilkunde zum Wohle des Patienten! Man weiß heute auch bei uns und nicht mehr nur in China, dass an jedem Zahn ein ganzer Mensch mit Leib und Seele – und ein bestimmtes Organ „hängen“, d.h. energetisch über die aus der Akupunkturlehre bekannten „Energiebahnen“ verbunden sind. Viele teure Zahnsanierungen hängen von einem heilungsfähigen Organismus ab. Deshalb kann eine gezielte und individuelle Ausleitung und Entgiftung aus Kopf und Körper nicht nur dabei helfen, neue Energie und Vitalität zu entfalten und chronische Beschwerden aufzulösen, sondern auch eine echte Alterungs- und Kostenbremse sein. Gezielte Infusionen von homöopathischen Mitteln, Vitaminen, Mineralien und Enzymen u.a. lassen sich effektiv kombinieren mit einer Sauerstoffinfusion und moderner Bioresonanztherapie. Neben allen Organen kann das gesamte Bindegewebe, die „Matrix“ inklusive Bändern, Sehnen, Muskeln und Gelenken entgiftet und „revitalisiert“ werden.

Für jeden Patienten gilt: Der individuelle Mix macht's! ...macht den feinen Unterschied zwischen tendenziell gesund oder krank. Die richtige Fragestellung lautet daher beim Heilpraktiker oder Zahnarzt: Was hat, braucht und möchte mein/e Patient/in?

COIFFEUR · TOPADRESSE
IN HAMBURG WWW.SYLVIASCHACHT.DE

- DAMEN UND HERREN
- PHILOSOPHIE DES TROCKENHAARSCHNITTS
- BERATUNG UND STYLING



SYLVIA SCHACHT

HEEGBARG 8
 (GEGENÜBER AEZ)
 22391 HAMBURG
 TEL: 811 929 58
 MO. GESCHLOSSEN
 DI-FR 9:30-19:00 UHR
 SA 9:30-16:00 UHR

ZEIT FÜR IHRE GESUNDHEIT.

- Augen-/Irisdiagnose
- Naturheilkunde
- Bioresonanztherapie
- Biologische Anti-Aging- und Faltenbehandlung
- Burn-out-Therapie
- Ganzheitlicher Gesundheitscheck

NEU!
 ZENBIOMED IN POPPENBÜTTEL

ZENBIOMED
 NATURHEILPRAXIS NILS DRENKHAN

Tel. 88 17 65 88 | www.zenbiomed.de
 Harksheider Str. 10 | 22399 Hamburg

Expertentipp von Kirsten Hartmann, Physiotherapeutin, Gemeinschaftspraxis für Physiotherapie

Beweglich bleiben – trotz Morbus Parkinson



Die Erkrankung M. Parkinson ist eine fortschreitende, neurologische Erkrankung des zentralen Nervensystems. Man rechnet mit ca. 350 000 Erkrankten in Deutschland. Das Alter der Betroffenen liegt in der Regel zwischen dem 50. und 78. Lebensjahr. Bei der Parkinsonschen Krankheit kommt es hauptsächlich zu Bewegungsstörungen, Bewegungsverlangsamung (Bradykinese), Muskelversteifung (Rigor), evtl. Zittern (Tremor), Unsicherheit beim Gehen und eine Stabilitätsminderung beim Aufrechterhalten des Körpers. Aber auch andere Be-

gleitsymptome sind bekannt. Ursächlich für die Bewegungsstörungen ist der Mangel an dem Nervenbotenstoff Dopamin, der gemeinsam mit anderen Botenstoffen an der Steuerung von Bewegungsvorgängen im Gehirn beteiligt ist. Grundsätzlich ist M. Parkinson behandelbar, aber nicht heilbar. Die Therapie setzt sich aus verschiedenen Bausteinen zusammen. Neben der medikamentösen Behandlung stellt die Physiotherapie einen wichtigen Bestandteil dar. Oft bedarf es zusätzlich auch anderer Berufsgruppen, wie z.B. Logopäden und Ergotherapeuten. Ziel der Physiotherapie ist die Erhaltung bzw. die Verbesserung der selbstständigen Mobilität und der Alltagsaktivität, Förderung des Gleichgewichtes und natürlich auch der Kraft und Ausdauer des Patienten. Ferner trägt die Physiotherapie dazu bei, die Muskelspannung zu regulieren und möglichst eine Abnahme der Muskelsteifigkeit zu erreichen. Es gilt Lebensqualität zu erhalten – also beweglich bleiben trotz M. Parkinson.

Expertentipp von Heike Klörs, Lernzirkel Alstertal

Mit Schwung ins neue Schulhalbjahr

Ein Schulhalbjahr geht zu Ende und das neue Halbjahr bietet die Chance für einen neuen Anfang. Um für den Schulstart gut gerüstet zu sein, können gleich zu Beginn einige Tipps zum Thema Lernplanung, Lernumgebung und Lerntechniken helfen, den Schulalltag sinnvoll zu gestalten. Häufig sind Probleme der Schüler auf mangelnde Arbeitsvorbereitung oder Arbeitsplatzgestaltung sowie unzureichende oder fehlende Arbeitstechniken zurückzuführen. Sitzt ein Schüler oft hilflos vor dem Hausaufgabenberg und weiß nicht, womit er anfangen und wie er heikle Aufgaben lösen soll, hilft nur ein einfacher Grundsatz: Lernen muss sinnvoll geplant werden! Wer den Lernstoff ständig vor sich her schiebt und zu einem „Lernberg“ heranwachsen lässt, wird nur mit großer Mühe und viel Stress den Anforderungen gerecht werden können. Besser bewältigt man Lernstoff, wenn die Planung stimmt. Dies gilt ganz besonders für das Lernen vor Klassenarbeiten, Prüfungen und Schulabschlüssen. Empfehlenswert ist deshalb die Arbeit mit einem Zeit- oder Hausaufgabenplaner, in dem neben den täglichen Hausaufgaben regelmäßig alle laufenden Termine wie Klassenarbeiten, Prüfungen und Referate zeitlich vermerkt werden. Mit dem systematischen Einteilen des

Lernstoffs in kleinere Lernportionen, in Tages- und Wochenplanung, ist ein frühzeitiges Einstellen auf wichtige Termine möglich. Ein guter Vorsatz für das neue Schulhalbjahr könnte also sein: In die Zukunft planen und damit rechtzeitig und systematisch mit den nötigen Vorbereitungen beginnen! Fehlt es aber einem Schüler an Struktur und Lernkompetenz, ist er gar mit dem Lernstoff allein überfordert und kann die Aufgabenstellung durch Lücken und Defizite nicht allein bewältigen, ist es ratsam, auf professionellen Nachhilfeunterricht zurückzugreifen. Wichtig ist, einen nötigen Zeitrahmen für nachhaltigen Lernerfolg einzuplanen. Wenn also im Sommer 2013 eine gute Note im Versetzungszeugnis stehen oder ein guter Schulabschluss erreicht werden soll, so ist jetzt der richtige Zeitpunkt, mit effektivem Nachhilfeunterricht zu beginnen.



Diabeteszentrum Alstertal



Diabetes-Schwerpunktpraxis

Dres. med. G. Beck • A. Dühr • M. Pein

Heegborg 2 • 22391 Hamburg • Tel. 2716 7227

www.gastrodiabetes.de



**Dr. med. dent.
Katharina Dorandt & Kollegen**
Zahnarztpraxis für Kinder

Heegborg 4
22391 Hamburg / Poppenbüttel

Telefon 040 611 36 07-0

Telefax 040 611 36 07-11

www.dr-dorandt-kollegen.de



Hartmann & Setzer

Gemeinschaftspraxis für Physiotherapie

Tel.: 040 / 64 22 42 92

Fax: 040 / 64 22 42 93

Langenstücken 34
22393 Hamburg

www.physiotherapie-hartmann-setzer.de



LERNZIRKEL ALSTERTAL

HEIKE KLÖRS

**Einfach gute
Nachhilfe!**

Beratungstage
28. Jan. bis 8. Febr.

Heegborg 21 • 1. Obergeschoss in 22391 Hamburg
direkt am Alstertal-Einkaufszentrum a. d. Außengalerie
Bürozeiten: Mo. - Fr. 14.00 - 18.00 Uhr

Tel.: 69 79 03 66





Expertentipp von Elham Djafari, Medizinisch geprüfte Ganzheitskosmetikerin und Dipl. Ing. Medizintechnikerin, Medical Beauty „Elinina“

Straffere Gesichtszüge und ein glatteres Dekolleté durch Radiowellen

Die heutige Gesellschaft ist in Bezug auf das äußere Erscheinungsbild sehr kritisch. Man möchte so jung aussehen, wie man sich fühlt. Doch im Alter gehen die für die Haut unerlässlichen Kollagenfasern deutlich zurück und erschlaffen. Die Gesichtshaut verliert ihre klaren Konturen und die Elastizität lässt deutlich nach – die Folge sind Krähenfüße, Stirnfalten oder kleine Falten um den Mund.

Mittels Radiowellen kann dieser Alterungsprozess verlangsamt werden. Diese hochfrequenten Wellen werden über Spezialelektroden unter Verwendung einer hochwertigen Speziallotion in die tieferen Hautschichten geschleust. Dort wird durch milde Wärmeentwicklung die Produktion von neuem Kollagen angeregt und die Bindegewebsfasern verkürzt, was zu einer Gewebestraffung führen soll.

Dieses Verfahren hat einige Vorteile: Zum einen wird die Behandlung völlig ohne Skalpell durchgeführt, das Risiko unästhetischer Narben ist also nicht gegeben. Zum anderen kann man nach der Behandlung sofort

zur Tagesordnung übergehen – es gibt keine langwierigen Ausfallzeiten, keine störenden optischen Hautveränderungen, die den Patienten zwingen würden, mehrere Tage lang gesellschaftlichen oder beruflichen Verpflichtungen fernzubleiben. Drittens ist der Preis vergleichsweise günstig und die Wirkung hält lange an.

Die Methode ist ungefährlich, kann jederzeit wiederholt werden und eignet sich für Männer und Frauen jedes Alters. Die Haut wird nicht geschädigt.

Auch zur Konturierung von hängenden Oberarmen, schlaffen Oberschenkeln und im Bauchbereich kann diese Methode eingesetzt werden.




MEDICAL BEAUTY „ELININA“ ÄRZTEHAUS
 Fachzentrum für dauerhafte Haarentfernung und ästhetische Hautbehandlung
 Stormarnplatz 1 • 22393 HH • Tel.: 600 49 849 • www.elinina.de


Privatärztliche Fachpraxis im Alstertal
MARTIN J. JÄRVINEN
 Lungen- und Bronchialheilkunde, Allergologie
 Schlafdiagnostik, Innere Medizin, Akupunktur
 Weidende 7, 22395 Hamburg
 Telefon (040) 819 717 44


Husten?
Atemnot?
Abgeschlagenheit?
Wir nehmen uns Zeit für Sie.


Dr. Engeln & Dr. Schomaker
we care for your smile
Praxis für Zahnheilkunde

Bohren? Nein. Danke!®



Lasert-Therapien
 Parodontose / Zahnerhaltungstherapie
 Endodontie / Wurzelbehandlung
 Funktions- und Schienentherapie
 Behandlung von Kindern/Senioren und Angstpatienten
 Vollnarkose / Sedierung
 Individual-Prophylaxe

Heegberg 13 • am AEZ in Poppenbüttel • 22391 Hamburg
 Tel.: 040 / 602 39 49 • www.zahnarzt-hamburg.biz

Montag 08:00-13:00 15:00-19:00
 Dienstag 08:00-13:00 15:00-19:00
 Mittwoch 08:00-14:00 15:00-18:00
 Donnerstag 08:00-13:00 14:00-19:00
 Freitag 08:00-14:00


 Offizielles Mitglied
 www.alstertalmed.de

MESSBAR BESSER SCHLAFEN



Wir wünschen Ihnen guten Schlaf in 2013 Ihre Familie Vogt

GUTSCHEIN # 131508
 gratis LiegeDiagnose
 gratis Nackenstützkissen (im Wert von 89€ beim Kauf eines Schlafsystems)

RÜCKENGERECHT
 Wir sind für Sie da:
 Mo., Di., Do., Fr., 9:30 - 13 und 14 - 18 Uhr
 Mi.: Nach Vereinbarung
 Sa.: 9:00 - 13 Uhr
 Weitere Termine gerne nach Vereinbarung

Poppenbüttel Hauptstr. 17
 22399 Hamburg
 www.rueckengerecht.eu

* Entspricht Gegenwert von 80 EUR
 Gutschein zum Termin bitte mitbringen
 (Gültig bis zum 31.03.2013)

Jetzt Termin sichern: 040 / 69 70 4668



Expertentipp von Dr. med. dent. Stephan Sinn

Grippewelle 2013

Die Gefahr, an einer Grippe zu erkranken, ist in der nasskalten Jahreszeit am größten, wenn die Abwehrkraft der Schleimhaut in den Atemwegen durch Kälte und trockene Heizungsluft geschwächt ist. Bei uns tritt die Grippe/Influenza am häufigsten von Dezember bis April auf. Mund, Nase und Hände – dies sind die Übertragungswege der Grippe (Influenza).

Influenzaviren werden nicht nur aerogen, beispielsweise durch Husten oder Niesen von Mensch zu Mensch übertragen, sondern auch indirekt durch das Anfassen von mit Virusksekret kontaminierten Oberflächen. Über die kontaminierten Hände können dann die Influenzaviren in Nasen-, Augen- oder Mundschleimhäute gelangen und eine Infektion verursachen. Die typischen Symptome der Grippe sind hohes Fieber, schweres Krankheitsgefühl,

Gliederschmerzen, Kopfschmerzen und Husten. Wie können wir uns schützen? Häufig die Hände waschen. Wasser und normale Seife reichen aus. Die Hände vom Gesicht fernhalten. Hat man einen mit dem Virus belasteten Gegenstand angefasst, ist das Risiko groß, sich zu infizieren, wenn man sich an die Nase oder den Mund fasst. Während der Grippewelle Abstand zu anderen Personen halten, engen Kontakt vermeiden! Dazu zählt auch, anderen die Hand zu geben, sie zu küssen oder zu umarmen. Häufiges Lüften hilft, in der Luft wabernde Viren zu entfernen. In Japan tragen die Menschen während einer Grippewelle, besonders in Bus und Bahn, einen Mundschutz.

Die Gripeschutzimpfung ist jedem zu empfehlen, aber besonders wichtig ist diese für Ältere (ab 60), Schwangere ab dem 4. Monat, chronisch Kranke und Menschen mit häufigem Personenkontakt. Genaue Informationen erhalten Sie dazu auf der Web-Seite des Robert-Koch-Institutes www.rki.de. Schulen und Kitas sind Brutstätten. Hier müssen noch konkrete Impfempfehlungen ausgesprochen werden. Auch jetzt im Winter ist die Impfung für jeden von uns noch sinnvoll.

Expertentipp von Gunhild Lippmann, Dipl.-Psychologin, PTE Alstertal

Schulprobleme: Nachhilfe oder Lerntherapie?

Nachhilfe ist sinnvoll, wenn ein Kind plötzlich in einem Fach nicht mehr weiter kommt, wenn es etwas nicht mehr versteht, z.B. durch Fehlzeiten wegen Krankheit oder das Verhältnis zu einem Lehrer nicht stimmt, manchmal auch, wenn Jugendliche in der Pubertät eine Weile ausgestiegen sind. Zeigt aber ein Schüler einen Lernverlauf, bei dem die Probleme früh auftreten oder kontinuierlich größer werden, muss geklärt werden, ob eine Lese-Rechtschreib-Schwäche, Rechenschwäche, Aufmerksamkeitsstörungen oder andere Beeinträchtigungen, z.B. durch schulische Umstände oder familiäre Belastungen, vorliegen. Daher ist eine fundierte Diagnostik, die alle Bereiche mit einbezieht, besonders wichtig. Neben einer qualitativen Testung der Kinder sollte eine Analyse ihrer Fehler beim Rechnen, Lesen und Schreiben durchgeführt werden. Auch die emotionale Befindlichkeit, Wahrnehmungs- und Aufmerksamkeitsleistungen sollten erhoben und wenn nötig für einen individuellen Therapieplan berücksichtigt werden. In der Lerntherapie geht es nicht nur darum, schulische Leistungen kurzfristig zu verbessern, sondern auch das emotionale Befinden der Kinder.

So kann insgesamt eine bessere Lernfähigkeit erzielt werden. Die Kinder lernen, ihr Arbeits- und Lernverhalten besser zu steuern, auf diese Weise wieder selbstbewusster zu werden und die Freude am Lernen wieder zu entdecken. In eine ganzheitlich, systemische Lerntherapie sollten unbedingt die Eltern und die Lehrer einbezogen werden. Eltern sollten genaue Informationen und Anleitungen bekommen, wie sie mit ihrem Kind zu Hause üben und es unterstützen können. Sie können einen neuen Zugang zu den Problemen ihres Kindes bekommen und durch eine fachliche Betreuung selber eine deutliche Entlastung erfahren, so dass sich die gesamte Situation entspannen kann.



Kunsthandlung Alstertal
Ihr Rahmenfachgeschäft mit individueller Beratung und großer Auswahl ganz in Ihrer Nähe.
M. Stoob • Frahmredder 10
S-Bahn Poppenbüttel • Tel. 601 49 43
Di.-Fr. 9-13 Uhr und 15-18 Uhr, Sa. 10-13 Uhr

PTE FREUDE AM LERNEN
WEGE AUS DER LERNKRISE

Als lerntherapeutische Facheinrichtung helfen wir bei

- Lese-Rechtschreibschwäche
- Aufmerksamkeitsproblematik AD(H)S
- Rechenschwäche
- **NEU bei uns: Englisch-Hilfe für LRS-Kinder**

Wir engagieren uns für den Erfolg Ihres Kindes.

PTE Alstertal, Gunhild Lippmann, Dipl.-Psychologin, Kunastr. 33b, 22393 Hamburg, Tel. 040 53021892 www.pt-alstertal.de

Dr. med. dent. Stephan Sinn
ordentliches Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Parodontologie e. V.
ordentliches Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde

Karies-Laser-Diagnostik
Implantate
Keramische Kronen + Inlays **ohne Abdruck!!!**
Prophylaxe
Parodontitis-Therapie

Heegbar 14 (gegenüber AEZ) • 22391 Hamburg
Tel.: 040-602 84 84 • www.zahnarzt-dr-sinn.de

Hier könnte auch Ihre Anzeige stehen!

Wenn Sie, verehrte Poppenbüttler Geschäftsleute, im Alstertal-Magazin Werbung schalten oder sich beraten lassen möchten, rufen Sie mich gerne an.

Gabriele Bergerhausen, Mediaberatung | Tel.: 538 930 55,
Mobil: 0179 / 788 57 71 | E-Mail: g.bergerhausen@alster-net.de



Expertentipp von Elisabeth Schürmann, Rechtsanwältin, Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.

Steuererklärung – das leidige Thema

Mit der Versendung der elektronischen Lohnsteuerbescheinigungen stellen sich viele Arbeitnehmer die Frage, ob eine Steuererklärung für sie sinnvoll ist. Rentner müssen prüfen, ob sie steuerpflichtig sind, nachdem Ende 2012 die Finanzämter reichlich „blaue Briefe“ verschickt haben mit zum Teil sehr hohen Nachforderungen und Bußgeldern für vergangene Jahre. Abgesehen davon, dass die Formulare und das Elsterverfahren die Bürger oft vor große Probleme stellen, ist für sie häufig die Frage, was zu beachten ist und welche steuerlichen Bestimmungen sich zum neuen Jahr geändert haben, nur sehr schwer zu überschauen. Man sollte der steuerlichen Situation immer dann erhöhte Aufmerksamkeit schenken, wenn die Lebenssituation sich geändert hat oder Besonderheiten bestehen: So können z.B. Trennung und Scheidung

mit Unterhaltsverpflichtungen, Altersteilzeit oder Rentenbeginn, ehel. Lebensgemeinschaft mit Kind und finanzieller Unterstützung eines Partners, Dienstreisen und Fortbildungen oder auch die finanzielle Unterstützung oder Pflege naher Angehöriger erhebliche steuerliche Auswirkungen haben. Wurde die Steuererklärung gemacht und wurden die steuermindernden Umstände nicht berücksichtigt, ist es in der Regel zu spät für die Geltendmachung. Aber auch überraschend hohe Nachforderungen des Finanzamtes können den Steuerpflichtigen auf dem falschen Fuß erwischen! Die Erfahrung lehrt, dass sich der Gang zu einem Lohnsteuerhilfeverein lohnt. Sie bieten im Rahmen der Mitgliedschaft für Arbeitnehmer und Rentner eine preiswerte steuerliche Betreuung das ganze Jahr über, sodass der Steuerpflichtige auch während des Jahres aktuelle Sachverhalte klären kann, ohne weitere Kosten auszulösen. Im Beratungsgespräch lassen sich viele Fragen im Vorfeld klären und manchmal auch gestalten, bevor es dann im folgenden Jahr dafür zu spät ist. Zudem nehmen sie den Steuerpflichtigen den lästigen Papierkram ab. Ein Anruf lohnt sich.

Expertentipp von Svenin Tiede, Steiff Kids Fashion & more

Kindermode: Nur das Beste ist gut genug

Kindermode muss ganz schön was aushalten. Ob halsbrecherische Stunts auf dem Spielplatz oder ein spontaner Ausflug in den Schneematsch – wenn Kids ihre Umgebung erkunden, nehmen sie selten Rücksicht auf ihre Kleidung. Daher ist es umso wichtiger, dass Kinderkleidung nicht nur hübsch aussieht, sondern auch qualitativ hochwertig ist. Eine Firma, die diesen Spagat seit Jahren erfolgreich hinbekommt, ist Steiff. Den ersten Strampler gibt es seit 12, den Teddy Petsy zur Geburt bereits seit über 30 Jahren! Doch auch im Bereich der Kindermode hat die Traditionsfirma einiges zu bieten. Erstklassige Kleidungsstücke und Accessoires, Mützen, Lätzchen und Schals in modernen Farben und

trendigen Mustern lassen Kinder- und Elternherzen höherschlagen. Nicht nur bei den bekannten Steiff-Tieren, sondern auch bei der Kleidung legt der Hersteller strenge Maßstäbe an. Alles unterliegt strengsten Qualitätskontrollen. Denn auch heute noch gilt der Wahlspruch von Margarethe Steiff: „Für unsere Kinder ist nur das Beste gut genug.“



KIDS FASHION & more

**Ab März sind wir für Sie
auch im AEZ 1. OG da!**



Suchen Sie **große Vielfalt an Markenkinderkleidung?**

Steiff Kids Fashion & more GmbH
Ballindamm 40
Europapassage OG1
20095 Hamburg • Tel.: 333 951 70
www.steiff-kidsfashion.de



Steuererklärung schon abgegeben?

Wir leisten Hilfe

bei Einkünften ausschließlich aus nichtselbständiger Arbeit, Renten und Versorgungsbezügen, sowie bei Vorliegen von selbstgenutztem Wohneigentum. Die Nebeneinkünfte aus Überschusseinkünften (z.B. Vermietung, Zinsen) dürfen die Einnahmegränze von insgesamt 13.000 bzw. 26.000 Euro bei Zusammenveranlagung nicht übersteigen. Nur im Rahmen einer Mitgliedschaft.



Beratungsstelle im Alstertal
Rechtsanwältin
Elisabeth Schürmann
Heublink 45
22391 Hamburg

<http://www.vlh-hamburg.de>
Telefon: 040/79004266

Wissen, wie man
Steuern spart!



Vereinigte
Lohnsteuerhilfe e.V.
LOHNSTEUERHILFEVEREIN



**Ob schweiß-
treibendes Workout
oder entspannende
Yoga-Formate:
MeridianSpa hat
für jeden das
passende Angebot
parat!**



Fit in den

Frühling!

Vorbei sind die Tage, an denen man es sich in der Wohnung mit einer Decke und einem heißen Tee gemütlich macht: Jetzt ist es an der Zeit, wieder energiegeladen und voller Power durchzustarten! Damit auch bei Ihnen der Funke bis zum Frühlingsbeginn überspringt, nehmen Sie in den nächsten Wochen einfach an einem der **Fitness-Specials im MeridianSpa Alstertal teil.**

„Raus aus dem Winterschlaf, rein in volle Action: Mit unserem ZUMBA®-Special fällt der Startschuss in einen fitten Frühling“, erklärt Evelyn Bannasch, Spa Managerin im MeridianSpa Alstertal. „Am 16. Februar stehen einen halben Tag lang heiße Rhythmen und ebenso temperierte Bewegungen im Mittelpunkt des sportlichen Geschehens. Der Latino-Sound und die einfach zu erlernenden Schritte und Drehun-

gen verbreiten sofort Partystimmung. Wetten, dass Sie noch nie so viel Spaß hatten, Pfunde und Stress abzubauen?“ Etwas für sich und das eigene Wohlbefinden tun – darum geht es bei den Anti-Stress-Wochen im Januar und Februar. An verschiedenen Terminen zeigen Trainer und Referenten unterschiedliche Übungen, mit denen Sie sich an jedem beliebigen Ort schnell erholen und neue Energie

schöpfen können. Von „Progressiver Muskelentspannung“ über Achtsamkeit & Entspannungstechniken bis hin zu besonderen Behandlungen im AMAYANA Day Spa. „Was entspannt, ist individuell verschieden“, weiß die Expertin. „Für den einen ist es eine schweißtreibende Fitness-Stunde, für den anderen ein ruhiges Yoga-Format oder wohlthuende Bodycare-Angebote. Da hilft nur ausprobieren!“

Übrigens: Wer seine Winterpfunde besonders günstig loswerden möchte, nutzt die Startaktion von MeridianSpa. Noch bis zum 28. Februar zahlen Neu-Mitglieder nur 80 anstatt 200 Euro Aufnahmegebühr. Die Termine zu diesen und weiteren Fitness-Specials sowie Informationen zur Startaktion erhalten Sie im Internet auf www.meridianspa.de, telefonisch unter **040/65 89-0** oder direkt im MeridianSpa Alstertal.



Expertentipp von Andreas Otto, Facharzt für Augenheilkunde

Die Kinder und die Dunkelheit

Jedem Autofahrer ist schon einmal in der Dunkelheit ein unbeleuchteter Radfahrer ganz plötzlich im Blickfeld aufgetaucht. Leider fällt manchen Eltern der desolate technische Zustand der Fahrräder ihrer Sprösslinge nicht auf und leider benutzen viele Kinder ihre intakte Fahrradbeleuchtung wegen der Bremswirkung des Dynamos nicht. Kontrollen durch die Polizei scheinen nicht ausreichend lukrativ. So geschieht es, dass immer wieder Kinder im Straßenverkehr übersehen und schwer verletzt oder getötet werden. Eine Verbesserung dieser Situation muss auf der einen Seite durch eine bessere Aufklärung und Kontrolle der Kinder durch die Eltern und zum anderen durch Sicherstellen einer guten Sicht der Autofahrer erfolgen. An dieser Stelle lässt unser Rechtssystem zu wünschen übrig. Ein Mensch, der mit 17 Jahren den Führerschein macht, muss sich einem Sehtest unterschiedlicher Qualität bei Optiker oder Augenarzt unterziehen. Diese Beurteilung der Sehschärfe gilt für das ganze Leben. Eine solche Vorgehensweise erscheint absurd unter dem Wissen, dass die Augen sich im Laufe des Lebens noch stark verändern werden. Gerade im Alter

stören zusätzlich Erkrankungen wie Grauer Star, Grüner Star, Makuladegeneration oder der Diabetes mellitus das Sehen. Ohne eine gesetzliche Regelung wird es immer wieder vermeidbare Verkehrsunfälle geben. Deshalb kann es zurzeit nur einen Appell an alle Verkehrsteilnehmer geben, sich zumindest einmal im Jahr beim Augenarzt untersuchen zu lassen. Dennoch bleibt es weiterhin jedem Autofahrer selbst überlassen, ob er mit einer Sehschärfe von z.B.: 30% weiter Auto fährt. Oft bedarf es nur einer Brille, um mit einer guten Sehleistung sich selbst und andere Verkehrsteilnehmer zu schützen.



 <p>Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie Dr. Dr. Norbert J. J. Bock Dr. Dr. Sebastian Flinzberg Kritzenberg 7 Telefon: 040 - 6 06 60 14</p>	 <p>Interdisziplinär-neurologische Praxis PD Dr. Martin Böhmig Dr. Christine Eysel, Dr. Eva Leue Dr. Marion Anne Vössing Heegbar 10 Telefon: 040 - 6 02 40 66</p>	 <p>Physiotherapeutin Marett Carstensen Heegbar 2 Telefon: 040 - 6 06 97 79</p>	 <p>Kinderzahnärztin Dr. Katharina Dorandt Heegbar 4 Telefon: 040 - 61 13 60 70</p>	 <p>Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin Dr. Hans-Rudolf Drunkenmölle Heegbar 9 Telefon: 040 - 6 02 47 51</p>	 <p>Zahnärzte und Prophylaxepraxis Dr. Matthias Engeln Dr. Sven Schomaker Heegbar 13 Telefon: 040 - 6 02 39 49</p>
 <p>Fachärztin für Innere Medizin und Naturheilverfahren Dr. Apama Haskan Heegbar 14 Telefon: 040 - 64 42 42 26</p>	 <p>Zahnärztinnen Dr. Sabine Kuhn, Dr. Sylke Prill Heegbar 10 Telefon: 040 - 6 06 99 51</p>	 <p>ALSTERTAL MED</p>		<p>www.alstertalmed.de</p>	
 <p>Facharzt für Urologie Dr. Stefan Lohmann Heegbar 14 Telefon: 040 - 6 02 28 00</p>	 <p>Logopädin Merja Mikkola Heegbar 16 Telefon: 040 - 78 89 60 06</p>	 <p>Facharzt für Augenheilkunde LASIK & Augendiagnostikzentrum Andreas Otto Heegbar 2 Telefon: 040 - 53 04 88 77</p>	 <p>Fachärzte für HNO Dr. Fabian Reitmeyer, Claudia Pyttik, Dr. Volker Rennert Heegbar 2 Telefon: 040 - 6 02 33 37</p>	 <p>Psychologische Psychotherapeutin Judith Veit Kritzenberg 18 Telefon: 040 - 69 79 57 92</p>	 <p>Fachärzte für Orthopädie Dr. Jörg Wagner Dr. Jürgen Schneeberger Heegbar 8 Telefon: 040 - 6 02 19 40</p>
 <p>Ergotherapeutinnen Anke Schledz-Waldeck Angela Lein Heegbar 2 Telefon: 040 - 64 53 22 72</p>	 <p>Fachärzte für Frauenheilkunde Andreas Lesny Dr. Sandra Nachtigäller Heegbar 10 Telefon: 040 - 6 02 15 15</p>	<p style="font-size: 24px; font-weight: bold; text-align: center;">Gesundheits-check-up</p> <p style="text-align: center; font-style: italic;">Gesundheit ist Verantwortung</p> <div style="float: right; border: 2px solid white; border-radius: 50%; padding: 10px; color: white; font-weight: bold; font-size: 20px; text-align: center;">NEU</div> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">Gesundheits-check-up für Frauen, Männer und Kinder. Weitere Informationen und Beratung unter Tel.: 040/6 02 15 15 oder unter check-up@alstertalmed.de.</p>			

Nach 8.500 Kilometern auf Platz 13!

Bestes deutsches

Der **Wellingsbüttler Software-Unternehmer Dr. Thomas M. Schönemann** hat mit seinem HS Rallye-Team die härteste Rallye der Welt – die Dakar – zum vierten Mal in fünf Jahren bezwungen. Als Co-Pilot beim mehrfachen Rallyemeister Matthias Kahle. Zusammen wurden sie mit Platz 13 bestes reindeutsches Team.



LORENZ RECHTSANWÄLTE

Baurecht
Immobilienrecht
Erbrecht

Kay G.L. Poulsen

Fachanwalt für Bau-
und Architektenrecht

Mietrecht
Arbeitsrecht
Straßenverkehrsrecht

Christian Verstege

Fachanwalt für Miet- und
Wohnungseigentumsrecht

Wohnungseigentumsrecht
Maklerrecht
Vertragsrecht

Nico Franck

Fachanwalt für Miet- und
Wohnungseigentumsrecht

Arbeitsrecht
Betriebsverfassungsrecht
Kündigungsrecht

Hartwin Quistorf

Wellingsbüttler Weg 160-162 • 22391 Hamburg • Telefon: 040 600 00 90 • Telefax: 040 600 00 999 • kanzlei@lorenzrechtsanwaelte.de

Seit Jahren aktiver
Rallye-Sportler:
Dr. Thomas M.
Schünemann



Team

„Platz 13. von 153 Teams in der Automobilwertung ist ein herausragendes Resultat bei der härtesten Rallye der Welt, zumal die 35. Ausgabe so hochkarätig besetzt war, wie seit vielen Jahren nicht mehr“, freut sich Dr. Thomas M. Schünemann. Nach 14 äußerst anspruchsvollen Etappen über 8.574 Kilometer quer durch Peru, Argentinien und Chile hatte der Wellingsbüttler lediglich 5:33.33 Stunden Rückstand auf Gesamtsieger Stéphane Peterhansel im Mini All4 Racing. Ein Grund für den geringen Abstand ist die phänomenale Zuverlässigkeit des SAM 30D CC bei seiner ersten Dakar-Teilnahme – ein Ergebnis der soliden Arbeit der Sächsischen Auto-

mobil Manufaktur (SAM) beim Aufbau des Fahrzeugs und des täglichen engagierten Einsatzes der SAM-Mechaniker. In zwei Wochen musste das Team Kahle/Schünemann kein einziges Mal wegen eines technischen Defekts stoppen. Außergewöhnlich! Der Lohn für diese Leistung: Der 300 PS starke Allrad-Prototyp wurde der beste Dakar-Neuling im gesamten Starterfeld und Kahle/Schünemann erreichten das Ziel in Santiago de Chile als schnellste rein deutsche Fahrerpaarung. Das eingespielte Duo mit jahrelanger Rallyesport-Erfahrung glänzte dabei vor allem auf den fahrerisch anspruchsvollen Rallyestrecken in Argentinien: Zwei Mal gelingt dem HS RallyeTeam der Sprung in die Top Ten der Tageswertung. Dr. Thomas M. Schünemann: „Ich bin stolz auf das gesamte Team. Wir haben uns auf über 8.000 Kilometer fast keine Fehler erlaubt und einige herausragende Etappen zurückgelegt.“ *kw*

Gingen mit neuem Fahrzeug – einem SAM 30D CC mit 300 PS – an den Start und wurden belohnt: Dr. Thomas M. Schünemann und Matthias Kahle kamen heil im Ziel der Rallye Dakar in Santiago de Chile an. Es war bereits die siebte Teilnahme!

Fotos: ERIC VARGOLU / DPPI und HS RallyeTeam

Kulturkreis Torhaus



So., 10.02. Ausstellungseröffnung
11:00 Uhr **Almut Heer – Ullrich Wannhoff**

Do., 14.02. **Burghart Klaußner** liest
19:30 Uhr „Pique Dame“ von Alexander Puschkina

Karten und Auskunft: Tel.: 536 12 70, www.kulturkreis-torhaus.de



Hautprofil

Dr. med. Christina Hintz

Hautarztpraxis | Laserstützpunkt

- Hautverjüngung
- Alterswarzen
- Faltentherapie
- rote Äderchen
- Tattoorentfernung
- Besenreiser
- Pigment- & Altersflecken
- Keratosen

Dermatologische
Privatpraxis Hautprofil

040 - 60 09 07 60
www.hautprofil.de

Wellingsbütteler Markt 1
22391 Hamburg



PRAXIS FÜR ZAHNHEILKUNDE
Dr. Sebastian Schlaeger MSc & Dr. Olivia Baßow
Master of Science Implantologie



**Schöne Zähne,
ein Leben lang**

Unsere individuelle Zahnprophylaxe, die sorgfältige Reinigung Ihrer Zähne plus den für Ihre Bedürfnisse ausgewählten Wirkstoff, schenkt Ihnen ein karies- bzw. verfärbungsfreies Lächeln und befreit Sie zusätzlich noch vom Zahnfleischbluten.



Rabenhorst 1b 22391 Hamburg (Nähe S-Bahn Wellingsbüttel)
Tel. 040 - 536 16 63 www.zahnarztpraxis-wellingsbuettel.de



PRAXISGEMEINSCHAFT AM RABENHORST

Dr. med. Axel Moormann

Internist | Homöopathie | Naturheilverfahren

Internistische Schwerpunktpraxis

Check-up: Stoffwechselfunktionstest

Biologische Krebstherapie

Zentrum für Hyperthermie



Dr. med. Claudia Müller-Wickop

Praktische Ärztin | Akupunktur
Homöopathie | Naturheilverfahren

Akupunkturschwerpunktpraxis

Bioresonanztherapie/Allergietestung

Sensomotorische Einlagen



Dr. med. Axel Moormann | Tel. 040-536 79 08 | Fax 040-536 83 10 | www.dr-moormann.de

Dr. med. Claudia Müller-Wickop | Tel. 040-527 31 840 | Fax 040-527 31 841

Rabenhorst 1 b | 22391 Hamburg | direkt am S-Bhf. Wellingsbüttel

Frollein Schalotte

Das „Frühjahrsstück“ des Amateurtheaters Duvenstedt thematisiert das Wutbürger-tum. In „Frollein Schalotte“ blockiert eine Person gekonnt die Bebauungspläne der Regierung. Realitätsnah und genau das Richtige für das Alstertal. Eine unverheiratete, 72 Jahre alte Lehrerin: Seit ihrer Pensionierung sitzt sie als Parteilose und als Zünglein an der Waage im Gemeinderat, um vor dem Fortschritt zu retten, was zu retten ist. Sie leitet das Gesangsquartett „Einigkeit“ und behandelt noch immer alle wie ihre Schüler von einst.

Während der Gemeinderat in Gestalt von Bürgermeister Scharnberg, Gastwirt Facklam und Makler und Heilpraktiker Rademann von einer Industriean-siedlung und einem Hochhausprojekt träumen, blockiert „Schalotte“, gespielt von Lisa Schmolling, den Verkauf der dazu notwendigen Koppel. Also soll „Schalotte“ eingewickelt werden, um

sie zu dem Verkauf der Koppel zu überreden.

Es geht turbulent zu in dem Volksstück von Adolf Woderich. Das Stück spielt in den Fünfziger Jahren des vergangenen Jahrhunderts und ist heute noch aktuell. Das Amateurtheater Duvenstedt kann in diesem Stück auf zwei neue Gesichter zurückgreifen: Neu zum Theater gehört Roland Seifert, der die Rolle des Maklers und Heilpraktikers Harry Rademann übernimmt. Als Gast ist Silke Nehrlich in der Rolle der Wirtstochter Monika zu sehen. Die Regie hat Uwe Ehlebracht.

Termine:

6.2.: 20 Uhr	17.2.: 19 Uhr
23.2.: 20 Uhr	24.2.: 19 Uhr
2.3.: 20 Uhr	3.3.: 19 Uhr

Eintritt: 6 € VVK/ 8 € AK/ bis 18 Jahre frei.



Oben: Tanzlehrer Jens (Daniel Lohmeyer) mit seiner Freundin (Silke Nehrlich) und deren Mutter (Marie-Luise Engelhardt).

Links: Frollein Schalotte, gespielt von Lisa Schmolling, probt mit dem „Knabenchor“.



ANZEIGEN-SPEZIAL

Kultur-gut-erhalten

Die Diplomrestauratorin Martina Schulz hat sich mit ihrer Werkstatt in Hamburg und weit darüber hinaus einen Namen gemacht. 1987 gründete sie ihr Werkstatt-Atelier. Zusammen mit ihrem ebenfalls hervorragend ausgebildeten Team restauriert sie seit 25 Jahren Möbel und Holzobjekte. Aufgrund ihrer Firmenstruktur ist sie in der Lage, auch größere Projekte, fest verbaute und ortsgebundene Ensembles auf hohem Niveau zu restaurieren. Für sie spielt es keine Rolle, ob es sich um ein kleines oder ein großes Objekt

handelt, ob der Auftraggeber privat ist oder ob es sich um eine Institution oder Firma handelt. Bei ihr steht immer das Objekt im Vordergrund und dem widmet man sich bei Martina Schulz immer mit Respekt und Hingabe. Substanzerhalt steht hier absolut im Vordergrund, wenn es um Werterhaltung geht, denn die Spuren die der Zeitgeist hinterlässt, verleihen den Objekten ihren Wert und ihren Charme. Viel zu schnell ist eine von Sonnenlicht verblichene Oberfläche durch eine neue ersetzt, Altes durch Neues ausgetauscht und unwiederbring-

lich verloren. Eine Maßnahme, die leider viel zu oft Anwendung findet. Traditionelle Techniken und Materialien in Kombination mit neuen Methoden ermöglichen heute den Erhalt selbst stark geschädigter Objekte. Der Besuch von Martina Schulz ist unverbindlich, denn eine Beratung und Untersuchung der Objekte ist Grundlage für ein mögliches Restaurierungskonzept,-planung,-beratung oder -betreuung. Gern werden für den Architekten oder Auftraggeber nötige Schritte wie Abstimmung mit anderen Fachbeiräten und Gewerken oder dem

Denkmalamt übernommen. Sie ist Sachverständige für Restaurierungsleistungen.

**Poppenbütteler Chaussee 110
22397 Hamburg - Duvenstedt
Tel. 607 26 41
www.martinaschulz.de**



Neuntöter: Jan Stieg zeigt im NABU-Infohaus die Schönheit der Natur und ihrer Tierwelt vor Hamburgs Haustür.

Foto: Jan Stieg

Tierische Momentaufnahmen beim NABU

Am 1. Oktober hält Jan Stieg um 19 Uhr im Naturschutz-Informationshaus Duvenstedter Brook, Duvenstedter Triftweg 140, einen vogelkundlichen **Dia-Vortrag** über die Gebiete der Oberalsterniederung und Nienwohlder Moor. Die Oberalsterniederung bildet den Kernbereich großräumiger zusammenhängender Grünlandflächen im sogenannten Naturraum Hamburger Ring. Durch die Verlandung eines ehemaligen Eisstausees haben sich in der Niederung Feuchtwiesen und in einigen Bereichen Nieder- und Hochmoore gebildet. Je nach Art und Intensität der Nutzung entstanden dabei unterschiedliche Lebensräume, in denen sich charakteristische Tier- und Pflanzenarten angesiedelt haben. Eintritt: 4/erm. 2 Euro. Vom 2. Februar bis 1.

April zeigt der NABU im Infohaus die **Ausstellung „Tierportraits“** (Vernissage: 3. Februar, 12 Uhr). Mario Haercke zeigt in dieser Ausstellung eine Auswahl an Tiermotiven, die er mit Bleistift gezeichnet hat. Die Bilder zeigen den geschulten Blick des Künstlers für Details und fangen schöne Momentaufnahmen ein, sowohl von wildlebenden Tieren als auch von Haustieren. Die Ausstellung kann vom 2. Februar bis 1. April, samstags von 12 bis 16 Uhr sowie sonntags und feiertags von 10 bis 16 Uhr besichtigt werden. Der Eintritt ist frei. Weitere Infos unter www.NABU-Hamburg.de.



Foto: Mario Haercke

Mario Haercke zeigt beim NABU Bleistift-Skizzen von wildlebenden Tieren und Haustieren.

Selbstverteidigung für Frauen und Männer

Aggression, Mobbing bis hin zur Gewalt sind leider in vielen Lebenssituationen gegenwärtig und können in verschiedensten Formen nahezu überall auftreten. Um in solchen Situationen angemessen reagieren zu können, bietet das **Max Kramp Haus**, Duvenstedter Markt 8, am Samstag, dem 2. Februar, von 13 bis 18 Uhr ein **Einsteigerseminar zur Selbstverteidigung** an. Voraussetzungen für die

Teilnahme sind ein Mindestalter 16 Jahre, lockere Kleidung z.B. Trainingshose, T-Shirt. Trainiert wird barfuß oder mit Sportschuhen. Wer hat, kann einen Kampfsportanzug tragen. Die Kosten für die fünfstündige Veranstaltung betragen 35 Euro pro Person inklusive Teilnehmerurkunde. Weitere Infos und Anmeldungen beim Referenten unter 0175-5306409 oder yopchagi@gmx.de

BEAUTY POINT wird **1!**

LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

Am 9. Februar ab 14 Uhr laden wir Sie herzlich ein!

Eine Tombola zugunsten der Pestalozzi Stiftung, eine Modenschau der Boutique Anreiz und viele weitere Überraschungen erwarten Sie.

Tel.: 88 18 77 56 Veronika & Josefine Görsdorf
Duvenstedter Damm 57 • 22397 Hamburg

TUZZI
**LEATHER
SPRING/SUMMER**

be Different
MODE

Inh. Britta Slawik e.K.
Poppenbütteler Chaussee 3
22397 Hamburg-Duvenstedt
Tel.: 607 09 69

Calvin Klein,
Camel, CK,
Fendi, Jaguar,
Jil Sander,
Joop, Nike,
Porsche,
Ray Ban ...

**Beate Rudloff
OPTIK**

SEHENSWERT

Duvenstedter Damm 62a
22397 Hamburg-Duvenstedt
E-Mail: beate.rudloff@web.de
Tel. 040 6071025

**REINHOLDT
BESTATTUNGEN**

Trauerfeiern auch am **Wochenende**
in unserem Bestattungshaus

Tag und Nachruf
040 603 40 59
seit 1882 in Volksdorf

Büro **Bestattungshaus**
Dorfwinkel 7 Im Regestall 47
22359 Hamburg 22359 Hamburg



www.reinholdt-bestattungen.de

info@reinholdt-bestattungen.de



De Spieker e.V. feiert Jubiläum



ca. 1910

Fotos: Museumsdorf Volksdorf

Bereits seit einem halben Jahrhundert wird vom Verein De Spieker e.V. im Museumsdorf Volksdorf Geschichte hautnah und spannend vermittelt. Beispielsweise mit alten Erntetechniken (links).

50 Jahre lebendige Geschichte

In diesem Jahr feiert der De Spieker e.V. ein rundes **Jubiläum**. Seit nun schon 50 Jahren wird von dem Verein im **Museumsdorf Volksdorf** Geschichte lebendig und spannend vermittelt.

Ein Leben ohne Elektrizität, Maschinen und technische Hilfsmittel. Was heutzutage kaum vorstellbar ist, war vor ca. 200 Jahren noch normaler Alltag. Dieses einfache und dennoch spannende Leben wird im Museumsdorf Volksdorf hautnah vermittelt. Geführt wird das Museumsdorf vom De Spieker e.V. Am

19. Dezember 1962 gab der damalige Leiter des Ortsamtes Walddörfer Otto Warnke die Gründung des Vereins mit folgenden Worten bekannt: „... dieser Heimatverein wurde neu gegründet mit dem Ziel, dem durch die Einbeziehung der Walddörfer in die großstädtische Bebauung entstehenden Traditionsabbruch

entgegenzuwirken. Er will den Alt-eingesessenen und den Neubürgern die landschaftliche, geschichtliche und volkskundliche Eigenart dieser Gebietsteile bewusst machen und damit zur Weckung einer rechten Heimatverbundenheit beitragen.“ Auch ein halbes Jahrhundert später hat sich daran nichts geändert.

Noch immer wird im Museumsdorf Geschichte lebendig und spannend gezeigt.

Wir nehmen dieses Jubiläum zum Anlass und zeigen Ihnen in einer neuen Serie, wie das Leben vor 200 Jahren aussah. Mehr dazu in den nächsten Ausgaben des Alstertal-Magazins. ce



ROLF KAPPLER
EINBRUCHSCHUTZ

Montagefestpreise in ganz Hamburg Von der Polizei empfohlener Fachbetrieb



• Beratung bei Ihnen zu Hause
• Montagefestpreise in ganz Hamburg – Sofortdienst
 Eppendorf ☎ **46 46 22** • Volksdorf ☎ **6 03 03 90**
 Notdienst bis 22 Uhr ☎ **0163 - 4 60 780 0**
www.kappler-einbruchschutz.de



prima

**TEXTIL-
PFLEGE**

2 Hosen spezial
€ 7.99

1 Hemd
waschen + bügeln
(keine Seide) € 0.99

Durchgehend geöffnet
von 7.00 – 19.00 Uhr,
Sa. 8.00 – 14.00 Uhr

Im Alten Dorfe 33
22359 Hamburg
☎ 040 - 67 10 38 81

MAGAZIN VERLAG HAMBURG



Wenn auch Sie sich für eine Anzeige auf den Volksdorf-Seiten des Alstertal-Magazins interessieren, dann rufen Sie mich gern an.

Helmuth Wegner, Mediaberatung
Tel.: 040 / 538 930 - 56, Mobil: 0170 / 204 38 44
E-Mail: h.wegner@alster-net.de



Kindertheater: Die Geschichte des bunten Elefanten wird im Sasel-Haus gezeigt.

Foto: Theater Mär

Theater und mehr im Sasel-Haus

Das Sasel-Haus, Saseler Parkweg 3, bietet auch im neuen Jahr wieder einen Mix aus Kultur, Bildung und Spaß.

Im Rahmen des Forums Medien-Politik-Gesellschaft wird am 25. Januar um 19.30 Uhr Andreas Huber, Geschäftsführer der deutschen Gesellschaft CLUB OF ROME, über die **Ressourcenwende** sprechen. Mehr Informationen auf www.clubofrome.de! Am 3. Februar um 16 Uhr gibt es Theater für Kinder: das Theater Mär spielt „**Elmar, der bunte Elefant**“. In dem Stück geht es um den titelgebenden Elefan-

ten, welcher traurig ist, dass er anders als seine grauen Artgenossen aussieht. Für kleine und große Kinder ab 4 Jahren. Tickets gibt's im Sasel-Haus-Büro oder bei comforticket.de!

LACHMUSIK kommt am 10. Februar. Das Ensemble, bestehend aus dem Dirigenten Andreas Kowalewitz (Klavier) und dem Hornisten Klaus Wallendorf am Mikrophon präsentiert „Klassik zum Kugeln“. Tickets im Sasel-Haus-Büro und bei comforticket.de!

Mehr Infos unter **Tel.: 60 17 16-0** oder auf www.sasel-haus.de! *cl*



Foto: FF Sasel

Seit 2006 bietet die FF Sasel Kindern zwischen 6 und 10 Jahren Aktionen rund um das Thema Feuerwehr.

Hamburgs erste „Mini-Feuerwehr“!

Am Wochenende gab es in Sasel eine tolle Premiere: Im Feuerwehrhaus der Freiwilligen Feuerwehr Sasel wurde eine „Mini-Feuerwehr“ gegründet – Hamburgs erste! Ein Akt mit längerer Vorgeschichte. Vor rund sechs Jahren machte sich die Sasel-Wehr Gedanken über den Nachwuchs. „Wir wollten bereits frühzeitig Jugendliche an die Feuerwehr in Hamburg binden“, erklärt Wehrführer Jörg Nechwatal. Also wurden ab 2006 Aktionen für die Kleinen geplant. Einmal im

Monat, mit Themen rund um die Feuerwehr. „Derzeit sind 17 Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren in der Minifeuerwehr dabei. 7 sind bereits in die Jugend übergetreten. Damit geht unser Konzept voll auf“, so Nechwatal. Das wurde nun „legitimiert“. Denn seit dem 1. Januar 2013 ist es durch eine Verordnungs-Änderung der FF Hamburg möglich, Minifeuerwehren in Hamburg offiziell zu gründen. Weitere Infos zu den Minis unter jnechwatal@stroeer.de oder Tel.: 0172 253 06 79.

Bis zu 50 % Rabatt auf ausgewählte Artikel.



**Winter-
Schluss-
verkauf!**

vom 15.01. bis 16.02.2013

KOMPETENZ SEIT 1924
benke

Ihr Fachgeschäft für Haus- & Heimtextilien - Betten und Schlafsysteme

Benke GmbH
Waldweg 2-6, 22393 Hamburg
Tel.: 040 - 601 79 85
www.benke-hamburg.de

P Nutzen Sie unsere Parkplätze hinter dem Haus.

So leicht haben sie es:

Besonders dreist – am helllichten Tag: Die Kriminalstatistik beinhaltet die Wohnungseinbrüche am Tag gesondert: 172 im vergangenen Jahr.

Foto: AXA.Presse

Einbrecher im Alstertal

Knapp jeder 15. Einbruch wird aufgeklärt. In **Sasel** konnte in den letzten zwei Jahren **kein einziger Fall gelöst werden**. In Hamburgs Norden ist das Einbrechen zudem besonders lukrativ. Die Polizei will sich nicht äußern.

Polsterei
Bietendübel

Antikpolsterungen
Sonderanfertigungen
Polsterservice
u.v.m.

Tel.: 040 / 696 66 566 Mobil: 0176 / 496 63 825

Lesen Sie das
Alstertal-Magazin
auch online:



www.alstertal-magazin.de/magazine



Dr. Andreas Dressel, SPD-Fraktions-Chef sieht die Aufklärungsquote ebenfalls problematisch.



Der CDU-Bürgerschaftsabgeordnete Dennis Thering – stellte die kleine Anfrage beim Senat.

Vor Kurzem stellte der Bürger-schaftsabgeordnete Dennis Thering (CDU) eine kleine schriftliche Anfrage. In dieser erfragte er die Einbruchzahlen für das Alstertal und die Walddörfer. Der Grund: Immer wieder wurde er von Wählern auf die Einbrüche in seinem Wahlkreis angesprochen. Das Ergebnis schockiert ihn: „Eine Aufklärungsquote von null Prozent in einigen Stadtteilen des Alstertals und den Walddörfern ist erschreckend und absolut indiskutabel. Durch diese Zahlen wird das Sicherheitsempfinden in unseren Stadtteilen nachhaltig beschädigt.“

SPD und CDU sind sich einig

Die Statistik des Landeskriminalamtes Hamburg belegt, dass die Aufklärungsquote bei Einbrüchen im vergangenen Jahr unter sieben Prozent lag. Allein im Alstertal und den Walddörfern wurden 559 Einbrüche registriert. Mehr als drei Viertel davon sind Haus- und Wohnungseinbrüche. In den Stadtteilen Sasel, Poppenbüttel, Lemsahl-Mellingstedt, Duvenstedt, Wohldorf-Ohlstedt und Bergstedt liegt die Aufklärungsquote sogar bei null Prozent. Bei der Polizeipressestelle gibt es keine Stellungnahme.

Dr. Andreas Dressel, Fraktionschef der SPD, sieht die schlechte Aufklärungsquote ebenfalls problematisch und kündigt Reform-

pläne an: „Mehr Polizei auf der Straße und mehr Kommissariate – zusammen mit einer Ausbildungsoffensive bei der Polizei. Zusätzlich soll die Stellengarantie im Polizeivollzugsdienst die Polizeipräsenz festigen. Das wird sich auch im Alstertal und den Walddörfern bemerkbar machen.“

Die Einbrüche lohnen sich im wohlhabenden Norden Hamburgs. Viele Grundstücke sind schwer einsehbar und bieten so die idealen Voraussetzungen für Einbrecher. Dennis Thering dazu: „Es müssen dringend mehr Polizisten auf die Straße. Außerdem müssen die Bürgerinnen und Bürger verstärkt über mögliche Sicherheitsmaßnahmen aufgeklärt und für dieses Thema sensibilisiert werden. Eine aufmerksame Nachbarschaft kann einen wertvollen Beitrag zur Reduzierung von Einbrüchen leisten.“

Das Alstertal und die Walddörfer sind beim besten Willen kein Brennpunkt. Dennoch sind viele Leser und der Verlag selbst von den Einbrüchen betroffen. Statistisch bewiesen ist, dass die Zahl der Einbrüche 2012 im Vergleich zum Vorjahr leicht zurückgegangen ist. Inwieweit mehr Steuergelder in die Polizei fließen müssen, wird die Politik entscheiden und zu gegebenem Anlass als Mittel zum Wahlkampf nutzen.

Jonas Sachtleber (j.sachtleber@alster-net.de)

Wohnungseinbruchsdiebstahl

Januar - September 2012

Stadtteile	erfasste Fälle	Aufklärungsquote
Alstertal		
Wellingsbüttel	29	10,3%
Sasel	66	0,0%
Poppenbüttel	65	0,0%
Hummelsbüttel	30	20,0%
Walddörfer		
Farmsen-Berne	113	3,5%
Lems.-Mellingstedt	18	0,0%
Duvenstedt	16	0,0%
Wohldorf-Ohlstedt	9	0,0%
Bergstedt	20	0,0%
Volksdorf	59	1,7%

Quelle: LKA Hamburg

Das Mobile Gardinenstudio

Beratung – Ausmessen – Montage



Der Name ist Programm. Das Mobile Gardinenstudio von Klaus Benke kommt direkt zu Ihnen ins Haus, sodass lange Anfahrtswege in ein Geschäft wegfallen. Im Transporter des Raumausstatters befinden sich sämtliche Muster, was eine kostenlose Beratung vor Ort, unter Berücksichtigung der räumlichen Gegebenheiten, möglich macht. Ein Anruf genügt und der Fachmann bietet individuelle Lösungen von A bis Z und vor allem alles aus einer Hand an. Zum Sortiment gehören Gardinen, Rollos, Jalousetten, Plissees, Senkrechtlamellen

und Zubehör. Wenn der Kunde es wünscht, kommt Klaus Benke auch nach 18 Uhr oder sonntags.
www.mobiles-gardinenstudio.de

DAS MOBILE GARDINENSTUDIO
KOMMT ZU IHNEN NACH HAUSE!
ANRUF GENÜGT!
TEL. 040 - 601 26 96



K. Benke
Hamburg-Sasel
Nur telefonische Anmeldung:
Tel.: (040) 601 26 96



droste

markisen·rollläden·jalousien·terrassendächer

zentrale: saseler chaussee 111
tel.: 040 - 300 607-0

filialen: eppendorfer weg 266
tel.: 040 - 300 607-20
volksdorfer weg 1
tel.: 040 - 300 607-40

www.markisen-droste.de



FACHBETRIEB
Rolladen- und
Sonnenschutz-
techniker-
Handwerk



LENZ
RESTAURANT



Hurra, hurra,
der **Skrei** ist da!
Mittagstisch
jede Woche neu.

Wochentags 12-15 Uhr
und ab 17:30 Uhr
Sonntags ab 12 Uhr
durchgehend
Dienstags Ruhetag

Poppenbütteler Chaussee 3
22397 Hamburg
☎ 040-60 55 88 87
www.restaurant-lenz.de

Khan mongolei
asia-restaurant
Mongolisches Buffet-Restaurant

Khan sagt:
*In der Familie sei sparsam,
doch Gästen gib reichlich*



Chinesisches Neujahrsfest : vom 8.2. bis 17.2. mit traditionellen chinesischen Gerichten dongporu, gyoza, mantou, Tofu,....

Bei der Abstimmung im August 2012 von MOPO.de sind wir das
3. der beliebtesten Asia-Restaurants Hamburgs.
Wir sagen DANKE!

Hummelsbütteler Markt 2 • 22339 HH • Tel.: 040 63 67 90 73 • www.khan-mongolei.de

L'AURORA
RISTORANTE

Dienstags:
3-Gänge
Überraschungs
Menü

**Valentinstag
Candle Light
Dinner**
vom 1. bis 14. Februar
3-Gänge-Menü +
1 Flasche Wein
für 2 Personen € **58,50**



Hummelsbüttler Hauptstraße 47 • 22339 Hamburg
Telefon: 040-53 05 46 89 • Mo.: Ruhetag Di-Sa.: 17-23 Uhr
So.: 12-23 Uhr • Um Reservierung wird gebeten.



Fotos: Unilever

Was Warmes im Winter:

heiß und lecker

Nach einem langen Nachmittags-Spaziergang
in der Kälte kommt abends am besten
eine warme Suppe auf den Tisch.
Wir haben zwei spannende
Rezepte herausgesucht,
die natürlich auch perfekt
mittags serviert werden
können:





GURKENSUPPE

Zutaten für 2 Personen:

2 Schmogurken, 300 g Kartoffeln, 1 Zwiebel, 2 EL Öl, 1 l Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, 125 ml RAMA Cremefine zum Kochen 15%, 1/2 Bund Dill

Zubereitung:

1. Gurken schälen, halbieren und entkernen. 150 g zur Seite legen, restliches Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Kartoffeln schälen, waschen, 100 g zur Seite legen und den Rest grob würfeln. Zwiebel schälen, würfeln. 1 EL Öl erhitzen, Gurken-, Zwiebel- und Kartoffelwürfel andünsten. Brühe zugießen, aufkochen und ca. 10 Minuten garen.

2. Restliche Kartoffel und Gurke fein würfeln. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Kartoffelwürfel darin goldbraun braten.

3. Kartoffel-Gurken-Suppe pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und Cremefine einrühren. Dill waschen, trockenschütteln und fein hacken. Dill unter die Suppe rühren. Suppe mit Gurken- und Kartoffelwürfel bestreut servieren.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

MARONEN-SELLERIESUPPE MIT ZIMTSCHAUM

Zutaten für 6 Portionen:

4 Schalotten, 1 Knoblauchzehe, 250 g Sellerie, 1 Mohrrübe, 1/2 Stange Porree (Lauch), 1-2 EL frischer Zitronensaft, 250 g geschälte Maronen aus der Dose (ersatzweise vakuumiert), 3 EL RAMA Culinesse Pflanzencreme, 1000 ml kräftige Hühnerbrühe, 250 ml RAMA Cremefine zum Kochen 15%, Salz, Pfeffer, Zucker, Muskatnuss, 100 ml Milch, 1,5% Fett, 1 Prise Zimt

Zubereitung:

1. Schalotten, Knoblauch, Sellerie und Mohrrübe schälen, Lauch waschen, putzen und alles in grobe Würfel schneiden. Saft der Zitrone auspressen. Maronen in einem Sieb abgießen, gut abwaschen und trocken tupfen.

2. Pflanzencreme in einem Topf erhitzen, Schalotten, Knoblauch, Sellerie, Mohrrübe, Lauch und Maronen bei geringer Hitze darin farblos anschwitzen. Die Hühnerbrühe dazu gießen und ca. 30 Minuten bei kleiner Hitze mit Deckel köcheln lassen.

3. Die Suppe mit einem Stabmixer fein pürieren, durch ein Sieb passieren, Cremefine dazugeben und alles einmal aufkochen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer, Zucker, Muskatnuss und 1-2 EL Zitronensaft abschmecken.

4. Milch und Zimt in einem Topf erhitzen und mit einem Stabmixer pürieren, bis ein schöner Schaum entsteht. Die Suppe mit dem Zimtschaum servieren.

Zubereitungszeit: 1 Stunde



Täglich ab 17 Uhr!

Vom 1.9. bis 31.5. an Sonn- und Feiertagen schon ab 12 Uhr!

WATZMANN SEIT 1994
WIRTSCHAUS

Hier ißt Hamburg in Österreich!

Saseler Chaussee 166 * 22393 Hamburg
Telefon: 040 - 600 35 89
www.wirtshaus-watzmann.de

Restaurant Zur Kastanie

Michel u. Corinna Weingartner laden zu folgender Abendveranstaltung ein:

am 22. Februar 2013 um 19.00 Uhr
„SCHLACHTFEST“

19,90 € p. P. inkl. Aperitif, mit musikalischer Begleitung durch Sigggi Zeitler

- Kohlsuppe serviert -

vom Buffet: Roastbeef kalt, Kassler, geräucherter Zwiebel-Speck, Mett, Sauerfleisch, Salate, Brot und Butter
Prager Schinken, Eisbein, Kassler auf Wirsinggemüse, Blut- und Leberwurst, Schwarzsauer, geschmorte Rippe in Honigsauce, Sauerkraut, Erbspüree, Bratkartoffeln
Brotpudding mit Kirschen und Vanillesauce, Rote Grütze mit flüssiger Sahne

Tel. 040 / 607 25 25 • Fax 040 / 607 09 81
Specksaalredder 14 • 22397 HH - Duvenstedt
www.restaurant-zur-kastanie.de • info@restaurant-zur-kastanie.de

Für das Auge und den Gaumen

Waldrestaurant Kelbg

Samstagsuppen vom Winterspinat mit gerösteten Mandeln
Fangfrisches Filet vom Skrei mit Rote Bete-Sauce auf einem Meerrettich-Kartoffelstampf
Lasagne von zweierlei Schokoladenmousse 27,90€

Stint • Ofenfrische Ente • Forellenpraline • Lammkoteletts

Am 28. Februar Winterabend mit Michael Beck
Leckeres 4-Gang-Menü inkl. Wein, Wasser und Kaffee für 49€

Im Regestall 53 • III-Volksdorf
Telefon 64 53 27 72 • www.waldrestaurant-kelbg.de



Italienische Spezialitäten

Mittagstisch
Mo. - Sa. 12.00 - 17.00 Uhr
alle Pizzen + Nudelgerichte
Standardgröße aus Menükarte **5,95 €**

2 Gänge
Mo. - Fr. 12.00 - 17.00 Uhr
(Hauptgericht + Vorspeise)
täglich wechselnd **9,50 €**

Poppenbüttler Hauptstr. 3 • 22399 Hamburg
Tel.: 611 366 78

Öffnungszeiten:
Mo. - Sa. 12.00 - 23.30 Uhr warme Küche,
So. Ruhetag
www.taormina-hamburg.de






Bio-Markt in Wellingsbüttel



Bio-Genüsse aus der Region gibt's auf dem Bio-Wochenmarkt auf dem Hof des Restaurants Randell!

Seit acht Wochen gibt es ihn, den „Bio-Wochenmarkt & mehr“ auf dem Hof des Restaurants Randell, Poppenbüttler Landstraße 1. Schon jetzt erfreut er sich steigender Beliebtheit. Jeden Donnerstag von 11 bis 17.30 Uhr können dort hochwertige und leckere Lebensmittel erwor-

ben werden. Übrigens fast alles nach den Demeter-Richtlinien zertifiziert! „Gerade in einer Zeit, in der man sich Gedanken über Ethik und Nachhaltigkeit macht, ist es schön, auch regional einen Beitrag dazu leisten zu können“, sagt Fleischermeister Andreas Dreymann, der selbst mit

seinem Stand „Metzgerei Dreymann“ am Bio-Wochenmarkt teilnimmt. Zu seinem Sortiment gehört Wurst und Fleisch von hofeigenen Schweinen, Galloway- sowie Angusrindern. 100% aus eigener Herstellung! Außerdem gibt's frisches Obst und Gemüse von Gut

Wulfsdorf, leckeren Fisch von „Fisch Wöbke“, selbst gemachte Bio-Frischnudeln von „Die Nudellei“ sowie Käse und Brot der Holzofenbäckerei Gut Wulfsdorf. Genug Parkplätze sind vorhanden! Mehr Informationen gibt es im Internet auf: www.gutwulfsdorf.de!

Zehn Jahre Restaurant „Zur Kastanie“



Das neue Jahr brachte dem Gasthaus „Zur Kastanie“ nicht nur Schnee, sondern auch ein Jubiläum: Zum 10. Geburtstag feierten Inhaber Michel Weingartner und seine Frau Corinna mit Gästen!

Doch auch in den kommenden Wochen ist in der „Kastanie“ für Abwechslung gesorgt. So gibt es am 22. Februar etwa wieder ein zünftiges Schlachtfest. Bunte Themenabende ziehen sich durchs Jahr: Besonders beliebt sind zum Beispiel die „Elsässer Wochen“ im Oktober, bei denen Michel Weingartner die Gäste mit Spezialitäten aus seiner Heimat verwöhnt.

Gerade für Feiern empfiehlt sich die Kastanie – die gemütlichen Räumlichkeiten bieten Veranstaltungen mit bis zu 110 Personen Platz. Ganz neu ist der Partyservice: Ein Anruf genügt und die „Kastanie“ liefert bis nach Hause!

Mehr Informationen gibt es unter **Tel.: 607 25 25** oder auf www.restaurant-zur-kastanie.de im Internet!

Im Januar 2003 übernahm Michel Weingartner das alteingesessene Restaurant in Duvendstedt. Seitdem präsentiert der gebürtige Elsässer mit seiner Frau Corinna im Gasthaus

„Zur Kastanie“, Specksaalredder 14, frische, regionale Küche. Zum zehnjährigen Jubiläum gab es sogar einen Blick hinter die Kulissen! Etwa 120 geladene Gäste durften am 6.

Januar die Küche besuchen. Dazu gab es natürlich ein festliches Menü bestehend aus Krabbensuppe, Lachs in Crêpes, Kasseler, Roastbeef und einem beeindruckenden Dessertbuffet.

Beliebt und giftig: der immergrüne Kirschlorbeer, „Giftpflanze des Jahres 2013“. Da nur die Saat und die frischen Blätter giftig sind, kommt es selten zu Vergiftungen.

Foto: pdM

Der Kirschlorbeer:

Giftpflanze des Jahres

Zum neunten Mal hat der Botanische Sondergarten Wandsbek die **Giftpflanze des Jahres** ermittelt. Aus der Abstimmung ging der **Kirschlorbeer** mit **35,9 Prozent** der Stimmen als deutlicher Sieger hervor. Auf den Plätzen 2 und 3 landeten die **Passionsblume (25,6 %)** und die **Gartenwicke (20,9 %)**.

Ziel der Abstimmung ist es, dass sich Menschen kritisch mit dem Thema Giftpflanzen auseinandersetzen, Fragen stellen und auf die giftige Wirkung einiger Pflanzen aufmerksam gemacht werden. Darüber hinaus soll deutlich werden, dass viele Pflanzen zwar giftig sind, deshalb jedoch nicht grundsätzlich aus den Gärten oder der Natur entfernt werden sollten. Das gilt auch für den Kirschlorbeer. Dessen Giftstoffe befinden sich hauptsächlich in der Saat und den frischen Blättern. Nur sehr selten kommt es zu ernsthaften Vergiftungen, da das Fruchtfleisch keine Giftstoffe enthält und das Saatkorn beim Verzehr der Früchte in der Regel wieder ausgespuckt oder unversehrt verschluckt wird. Diese Erkenntnis darf jedoch nicht darüber hinwegtäuschen, dass die Saat und die frischen Blätter stark giftig sind.

Der Hauptwirkstoff ist Prunasin, aus dem sich nach dem Verschlucken zerkauter Saat oder Blätter im Magen giftige Blausäure bildet. Die Heimat des Kirschlorbeers ist der Südbalkan und Kleinasien. Das Gehölz ist ein beliebter Zierstrauch in Parkanlagen und Gärten. Seit geraumer Zeit wird Kirschlorbeer als preiswerte Heckenpflanze von Gartencentern angeboten. In der Heimat des Kirschlorbeers werden die Früchte zu Marmelade oder Gelee verarbeitet, da die Giftstoffe durch das Kochen zerstört werden. Bei dem geringsten Verdacht einer Vergiftung sollte ein Arzt aufgesucht werden. Auch die Giftinformationszentralen geben Auskunft und sind rund um die Uhr erreichbar. Das Giftinformationszentrum-Nord ist im Notfall unter 0551 19240 zu erreichen.

kurz davor, die korken knallen zu lassen.




Gaerten- und Landschaftsarchitektur.
GÄERTEN VON HOERSCHELMANN
Gärten- und Landschaftsarchitektur.

www.gaertenvonhoerschelmann.de | 040 - 65 91 80 35

Das Alstertal-Magazin

online
lesen!



www.alster-net.de

aus **ALT** mach
NEU!



NEU!

**Große Kettensägen
Eintauch-Aktion**

**Meyer's
Mühle
GARTEN
TECHNIK**

Service in eigener Werkstatt
Verkauf + Beratung ✓

Rugenbarg 51 • Norderstedt
Tel.: 040 - 52 86 22 80

Baumfällarbeiten • Stubbenfräsen • Regenerationschnitt
Neu- und Umgestaltung • Pflaster- und Plattenverlegearbeiten
Teichbau • Zaunanlagen • Schneeräumung



Winterzeit

RGW Garten- und Landschaftsbau
Rolf-Günter Winckler, Güdersonweg 4, 22399 Hamburg, Tel. 606 64 94, www.rgw-winckler.de

**Meyer's
Mühle
GARTEN
MÖBEL**

Ohechaussee 20
22848 Norderstedt
www.meyers-muehle.de
3.000 m² Ausstellung.
Sofort vorrätig!

MdB:
Der Weg ist
mühsam – doch
es lohnt
sich!

Wer hier sitzt, hat gut lachen, denn Bundestags-Abgeordnete genießen viele Privilegien!

Foto: bundestag.de/Marc-Steffen Jünger

Traumjob Bundestag

2013 ist Bundestags-Wahljahr. Hinter Hamburger Parteitüren wird mit harten Bandagen gekämpft, um einen der begehrtesten Jobs des Landes: Bundestags-Abgeordneter! Verständlich, es ist eine hoch angesehene Position, voller Privilegien und gut entlohnt – ab und zu auf der „Hinterbank“ die Hand heben, reicht!

Bald werden wieder Politiker-Plakate die Straßen säumen. Bundeswahlkampf 2013 – begehrte Jobs im Bundestag locken. Lohnt es sich? Welche Ansprüche hat eigentlich ein Bundestagsabgeordneter? Das Alstertal-Magazin hat nachgefragt und ist auf erstaunliche Summen gekommen. Mitglieder des Bundestages werden nicht bezahlt wie Angestellte oder Beamte, sie erhalten eine „Entschädigung“ für ihre Tätigkeit im Parlament, damit sie ihr öffentliches Amt ausüben können. Ab dem 1. Januar 2013 steigt diese Entschädigung, die seit 1977 versteuert werden muss, von 7.960 auf 8.252 Euro monatlich. Zunächst erhalten die Abgeordneten zusätzlich eine sogenannte Amtsausstattung. Mit der werden Sach- und Geldleistungen für Büros, Mitarbeiter und Reisekosten gedeckt.

Amtsausstattung

Zu dieser „Ausstattung“ zählt unter anderem die steuerfreie Kostenpauschale. Mit ihr wer-

den die Einrichtung und Unterhaltung der Wahlkreisbüros, die Fahrten im Wahlkreis und die Wahlkreisbetreuung finanziert. Die Pauschale wird jährlich an die Lebenshaltungskosten angepasst und beträgt derzeit 4.029 Euro monatlich.

Außerdem wird jedem Bundestagsabgeordneten ein Büro in direkter Nachbarschaft des Bundestages zur Verfügung gestellt. Die vorgeschriebene Größe liegt bei 54 Quadratmetern und soll als Arbeitsstelle des Abgeordneten und seiner Mitarbeiter in Berlin dienen. Die technischen Geräte sind inklusive. Für ergänzende Büroausstattung können dennoch jedes Jahr weitere 12.000 Euro ausgegeben werden.

Um Mitarbeiter beschäftigen zu können, stehen jedem Parlamentarier monatlich 15.798 Euro (Arbeitnehmerbrutto) zur Verfügung. Damit könnten beispielsweise drei Hochschulprofessoren angestellt werden, die dem Abgeordneten bei seiner täglichen Arbeit und Fragen unterstützen.

MdB mobil

Auch an der traumhaften Mobilität der Abgeordneten wird nicht gespart: Die Flotte des Bundestages ist 24 Stunden am Tag im Berliner Stadtgebiet in Bereitschaft – mit Chauffeur versteht sich. Außerdem haben alle Parlamentarier eine Freifahrkarte der Bahn erster Klasse. Nach dem Eklat um die private Nutzung der Karte von Peer Steinbrück 2012 räumte ein Sprecher ein, dass es keine eindeutige Regelung gäbe und deshalb die private Nutzung der Bahncard durchaus legitim sei. Die vergleichbare Bahncard 100 erster Klasse kostet im freien Handel stolze 6.890 Euro! Auch Flugkosten werden ersetzt, so-

weit sie in Ausübung des Mandates anfallen. Zusätzlich erhält jeder Abgeordnete die Lufthansa SenatorCard, die eigentlich nur Passagieren zusteht, die 130.000 Statusmeilen angesammelt haben. SenatorCard-Besitzer haben Zutritt zu den Lufthansa Senator Lounges und können den First Class Check-in nutzen. Diese Privilegien muss man sich allerdings verdienen. Das Wahljahr wird zeigen, wer sich durchsetzt, die richtigen Kontakte hat und seine Partei-Kollegen aussticht. Der Traumjob MdB ist heiß umkämpft und nur die Ehrgeizigsten können ihn ergattern.

Jonas Sachtleber,
j.sachtleber@alster-net.de

Die Ansprüche der Abgeordneten auf einen Blick:

Diät:	99.024 Euro
Amtsausstattung im Wert von:	48.348 Euro
54 m ² Bürofläche:	min. 6000 Euro (geschätzt)
Büroausstattung im Wert von:	12.000 Euro
Angestellte im Wert von:	188.856 Euro
Bahncard erster Klasse:	6.890 Euro
Lufthansa SenatorCard:	min. 2000 Euro (geschätzt)
Gesamt:	363.118 Euro im Jahr!

ALSTERTAL

EINKAUF S - ZENTRUM

CENTER - MAGAZIN

Foto: Gerry Weber

Samstags
ab 16 Uhr
**Freies
Parken**
im AEZ

**TIM
MÄLZER**

verrät grünen
Genuss und mehr

**SPORT
STARS**

Tischtennisprofi Timo
Boll & Team zu Gast

**VALENTINS
TAG**

So wird der 14.2.
zum Tag der Liebe

**NEWS
& TERMINE**

Schnäppchen,
Gewinnspiel und Events

Mode-

LIEBLINGE

Trends des Sommers, die uns bereits erobert haben oder es noch werden

SALE 23.1.
bis
2.2.

Wie in Hochstimmung.
Nur mit Tiefpreisen.



Großer Schlussverkauf
vom 23.1. bis 2.2.

ALSTERTAL
EINKAUFSS - ZENTRUM





EIN GESUNDES UND GLÜCKLICHES JAHR 2013!



Auch wenn das Jahr bereits einige Tage zählt, möchten wir es nicht versäumen, Ihnen ein glückliches und gesundes neues Jahr zu wünschen. Damit Sie auch in diesem Jahr erlebnisreich bei uns einkaufen können, haben wir uns wieder einiges einfallen lassen.

So gab es gleich zu Beginn des Jahres ein besonderes **sportliches Highlight**, über das wir in dieser Ausgabe auf Seite 62 berichten: Wir konnten im Januar unter anderem **Timo Boll**, den fünffachen Tischtennis-Europameister zu einem Showkampf und einer Pressekonferenz mit Autogrammstunde begrüßen.

Ein **Star** auf einem anderen Gebiet erwartet Sie ebenfalls in diesem Magazin: **Tim Mälzer** verrät Ihnen ein leckeres Rezept aus der vegetarischen Küche und mehr ab Seite 60.

Auch wenn es draußen noch nicht ganz danach aussieht, steht das Frühjahr vor der Tür. Die Tage werden länger, die Temperaturen steigen langsam und die zarten Blüten der

Schneeglöckchen läuten die warme Saison ein. Nach dem Winterschlussverkauf ziehen auch bei uns die bunten und fröhlichen Farben der hellen Jahreszeit ein. So begrüßen wir den **Frühling ab dem 7. Februar** mit vielen Blumen, die wir am **Valentinstag, dem 14. Februar**, an unsere Besucher verteilen werden. Wie Sie Ihrer Liebsten dann einen perfekten Tag bereiten können, das zeigen wir Ihnen auf Seite 58.

In frischen Formen und Tönen zeigt sich auch die kommende Mode, die wir Ihnen in den Geschäften und der Ladenstraße zeigen. Besuchen Sie unsere große **Fashion-Präsentation** vom **18.2.-2.3.** und erleben Sie dort die neuesten Musthaves. Und sollten Sie nicht so lange warten können, dann informieren Sie sich schon jetzt auf den Seiten 54-57 über die Trends.

Dies sind nur einige der vielen AEZ-Höhepunkte für dieses Jahr. Wir freuen uns darauf, Sie bald wieder bei uns begrüßen zu können.

Jetzt aber erst mal viel Spaß beim Lesen dieser Ausgabe.

Herzliche Grüße
Ihre

J. Hansen. Karsten Bärschneider

Julita Hansen und Karsten Bärschneider, Center Manager

DAS KOMMT,

DAS BLEIBT!

Welche Winter-Trends Sie mit in den Sommer nehmen und welche neuen Musthaves dazu kommen, das verraten wir hier.

TREND 1

Wir zeigen noch mehr Farbe und Muster – wie bei diesen beiden Outfits von Gerry Weber.



NOCH BUNTER WIRDS!

DAS BLEIBT:

Unbedingt mit müssen Tops mit Prints! Egal, ob tierische, florale oder batische Muster – sie liegen weiterhin voll im Trend und gehören mitgenommen in den Sommer. Genauso wie die 7/8-Hosen – im Winter noch zu Stiefeletten, jetzt zu Pumps-Sandaletten getragen.

DAS KOMMT:

Die femininen Pastell-Töne leuchten ab jetzt oftmals ganz intensiv. Ausdruckvoller werden auch die Prints, denn sie vereinen sich miteinander. So sind Oberteile, auf denen zwei verschiedene Muster zu sehen sind, ab sofort ein absolutes Mode-Musthave.



TREND 2

Mit femininen Design unsere Weiblichkeit noch mehr unterstreichen. Das verdeutlichen auch diese zwei Outfits von Gerry Weber.

NOCH FEMININER

DAS BLEIBT:

Fröhliche Mode bunt bedruckt mit großen Blumen, Tops aus leichten Materialien sowie Schuhe mit Keil-Absatz – das sind die Lieblingsstücke, die Frau auch die kommende Saison erfreuen. Auch Jacken im kurzen Design sind als Style-Talent nach wie vor in.



WIRDS!

DAS KOMMT:

Wir präsentieren den sonnigsten Sommer und trauen uns jetzt, die floralen Drucke nicht nur auf Tops zu zeigen, sondern schmücken damit auch unsere Hosenbeine. Und statt zur Blue-Jeans-Jacke greifen wir jetzt zur Pastell-Jeans-Jacke. Was für eine feminine Offensive!



Frühstück ans Bett: Starten Sie den Valentinstag doch mit einem romantischen Frühstück für Ihren Schatz. Passend dazu gibt es die Spiegeleiform „Herz“ von Butlers für ca. 5 Euro.

Der perfekte

Valentinstag



Liebe zum Detail: Nach dem Frühstück gehts ins Bad. Dort können Sie den Spiegel mit dem Schiefer-Herz von Butlers, ca. 7 Euro, dekorieren.

Herzklopfen: Bevor Ihre Liebste das Haus verlässt, können Sie ihr Outfit mit der Herz-Kette von Swarovski, ca. 100 Euro, zu einem echten Hingucker machen.

Am **14. Februar** ist wieder Valentinstag. Mit diesen Highlights aus dem AEZ lassen Sie den Tag zu einem ganz besonderem werden.



Stimmungsvoll: Kerzen dürfen an diesem Tag natürlich nicht fehlen. Schmücken Sie die Wohnung doch mit dem Teelichtglas von Depot, ca. 3 Euro.



7

Prickelnd: Während Ihre Angebetete in der Wanne verweilt, bereiten Sie schon alles für das Abendessen vor. Damit der Champagner auch gut gekühlt ist, gibt es Eiswürfel in Herzform von Butlers, ca. 5 Euro.

8

Köstlich: Kochen Sie zum Abendessen doch ein leckeres Gericht aus dem Kochhaus. Das Kochhaus bietet zahlreiche Kochideen mit den entsprechenden Zutaten an. Wie zum Beispiel „Roastbeef mit Glasnudeln und Pak Choi im Mango-Soja-Sud“.



6

Entspannung: Nach einem langen Tag im Büro verwöhnen Sie Ihr Herzblatt mit einem Schaumbad. Am besten mit Bade-Herz-Konfetti, ca. 4 Euro, und Badesalz-Herzbox, ca. 2 Euro, beides von Douglas.



9

Verführerisch: Machen Sie Ihrer Liebsten nach dem Essen eine besondere Freude mit den Dessous von Lascana. BH ca. 40 Euro und Slip ca. 23 Euro.

Fürs Büro: Damit auch bei der Arbeit Valentinstagsfeeling aufkommt, geben Sie Ihrem Schatz Herz muffins, Förmchen von Depot, ca. 5 Euro, und ein selbst beschriebenes Lebkuchenherz von Butlers, ca. 7 Euro, mit.

5



Ausklang : Beenden Sie den Tag mit dem passenden Film „Valentinstag“, ca. 7 Euro bei Thalia. Zum Naschen gibt es Fruchtgummi „Liebesherzen“ von Butlers, ca. 1,50 Euro.



10

Gute Vorsätze, lecker umgesetzt!

Zum Jahresstart haben Sie sich vorgenommen, gesünder zu kochen? Dann müssen Sie unbedingt die vegetarische Rezeptidee „Mozzarella mit Brunnenkresse-Granatapfel-Vinaigrette“ vom Promi-Koch **Tim Mälzer** ausprobieren.



Zubereitung:

1. Den Granatapfel einschneiden, aufbrechen und die Kerne herauslösen. Brunnenkresse putzen, waschen und trocken schleudern. Die Blätter abzupfen und die Stiele klein schneiden. Mozzarella abtropfen lassen, in Scheiben schneiden und auf einer Platte anrichten.
2. 3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Brunnenkressestiele darin 1-2 Minuten andünsten. Granatapfelkerne und Brunnenkresseblätter zugeben und 1 Minute mitdünsten. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken und etwas abkühlen lassen.
3. Die Brunnenkressemischung über dem Mozzarella verteilen und mit dem restlichen Olivenöl beträufelt servieren.

Tipp: Die süßen Kerne des Granatapfels sind saftig, verstehen sich auch mit würzigen Gerichten gut und sind auch optisch eine rot-leuchtende Offenbarung. Achtung: Der Granatapfelsaft ist so intensiv, dass mit ihm im Orient sogar Teppiche gefärbt werden!

Zutaten (für 4-6 Personen):

1 kleiner Granatapfel
150 g Brunnenkresse
2 Kugeln Büffelmozzarella
6 EL Olivenöl
1 EL Zitronensaft
Salz
Pfeffer
Zucker

Buchtipps:

Gesundes knackiges Gemüse, duftende Kräuter und aromatische Gewürze spielen die Hauptrolle in Tim Mälzers „Greenbox“. Mit seinen grünen Rezepten wie das hier gezeigte eröffnet der TV-Koch neue Geschmackswelten und liefert kreative Ideen für eine alltagstaugliche, überraschende und raffinierte Küche, die einen fleischlos und ausgewogen glücklich macht.
271 Seiten, Preis: 19,99 Euro, erschienen Oktober 2012 im Mosaik Verlag.



Tim goes green



Foto: Kai Wehl

Tim Mälzer hat zusammen mit Freunden auf Mallorca sein neues Kochbuch „Greenbox“ kreiert. Inspiriert durch das Angebot der spanischen Märkte wurde ausgedacht und **spontan gekocht**. Anschließend wurde das Ergebnis fotografiert, und fertig war Tims erste fleischlose Rezept-Sammlung.

Center-Magazin: Du hast dich mit Freunden in deine Finca auf Mallorca zurückgezogen und das Kochbuch kreiert. War das ein bisschen auch wie Party-Abenteuer-Urlaub?

Tim Mälzer: Nein. Wir haben hart gearbeitet und sind morgens um 9 Uhr angefangen und haben abends um 24 Uhr aufgehört. Natürlich macht man auch mal eine Pause, geht raus und trinkt einen Rosé oder so. Aber den Pool haben wir beispielsweise nur zweimal gesehen. Wir haben uns kurz erfrischt und dann weitergearbeitet.

Wie lange habt ihr an dem Buch gewerkelt?

Dreieinhalb Wochen. Das lag daran, dass wir nur gut 20 Rezepte mitgenommen haben. Für den Rest wollten wir uns spontan von dem inspirieren lassen, was wir auf den Märkten der Insel finden.

Wir haben täglich 14 oder 15 Rezepte kreiert und gekocht. Ein Freund hat dabei mitgeschrieben. Das war nicht leicht für ihn, denn ich koche nicht nach Grammmzahlen, sondern nach Gefühl. Im Kochbuch müssen aber natürlich konkrete Mengenangaben stehen, beispielweise was das Öl angeht.

Gab es einen roten Faden?

Es ging uns vor allem um den Geschmack. Wir wollten nicht im klassischen Sinn vegetarisch kochen, sondern lediglich ohne Fisch und Fleisch. Wir haben uns überlegt, wie und womit wir beides ersetzen können. Ein Beispiel ist Speck. Wir haben versucht, ihn mit Gewürzen wie Kümmel oder unterschiedlich gewürzten Croutons und Bröseln zu ersetzen. Es hat geklappt und so sind wir bei vielen Dingen vorgegangen. Mein Ragù „Especial“ etwa schmeckt wie eine Bolognesesauce mit Fleisch. Ziel war für uns ein Genuss ohne Verzicht voller Opulenz.

Klingt ein wenig nach einer Abneigung gegen vegetarische Küche. Stimmt das?

Nein, die habe ich nicht. Ich mag nur diesen teils auftretenden Dogmatismus nicht und auch nicht, wenn einige Leute sagen, dass das Essen auch noch gesund und nachhaltig und regional und ökologisch korrekt sein muss und und und ... Es geht doch bloß ums Essen und Trinken. Deswegen verstehe ich den Grabenkampf nicht. In einem Forum wurde sogar geschrieben: „Der Mälzer macht Fleisch, der darf kein vegetarisches

Buch machen.“ Diese Sichtweise hat mich maßlos geärgert.

Wir sind „Allesesser“. Die einen essen kein Fleisch und andere keinen Brokkoli. Na und?

Und wie kam es trotz dieser Geschichten zu „Greenbox“?

Mir ist irgendwann aufgefallen, dass ich privat gerne Gerichte mit knackig-frischem Gemüse auf den Tisch bringe und auch in meinem Restaurant viel Wert auf die Kreativität bei den Beilagen lege. Da ich Gemüse liebe, war für mich jetzt der Zeitpunkt gekommen, etwas in diese Richtung zu machen.

Muss man für deine Rezepte ein Koch-Profi sein?

Nein. Sie zeigen kein beeindruckend schwieriges Kochen, weshalb ich mich hin und wieder einmal rechtfertigen muss, was die Kollegen angeht. Die sagen nämlich: „Ist ja alles so einfach.“ „Stimmt, aber es ist ja auch nicht für euch“, antworte ich dann. Mein Anliegen sind keine Kochlehrbücher oder Kochavantgardebücher, sondern Bücher, durch die sich jeder durchessen kann.

Kai Wehl

Tim Mälzer war bisher bekannt für seine gute deftige Küche. Jetzt zeigt er seine Leidenschaft für Grünes.



Seine einzigartige Technik zeigte Timo Boll im Showkampf.



Zahlreiche Zuschauer kamen, um das Tischtennis-Spektakel im AEZ live mitzerleben. Jeder wollte den Profis hautnah sein.

Sportlicher **Starauflauf**



Entertainment pur: Während Star-Pianist Joja Wendt (r.) zeigte, dass er nicht nur Klavier spielen kann, gewannen andere ein Trikot ihre Idols.



Vorbildlich: Die Tischtennispieler zeigten keinerlei Berührungsgängste. Sie gaben fleißig Autogramme und ließen sich mit ihren Fans fotografieren.



Begeisterung pur! Am 11. Januar war die deutsche **Tischtennis-Elite** rund um den mehrfachen Ping-Pong-Europameister Timo Boll zu Gast im AEZ. Ein großartiges Event mit zahlreichen Höhepunkten.

Gleich zu Beginn des Jahres ging es im AEZ mit einem ganz besonderen Ereignis los: Die Tischtennis-Bundesligamannschaft von Borussia Düsseldorf um Superstar Timo Boll war zu Gast im Center. Grund: Eine Pressekonferenz, die anlässlich des am Folgetag geplanten Bundesligaspiels in der bis auf den letzten Platz ausverkauften Sporthalle Tegelsberg gegen den Liga-Konkurrenten Werder Bremen im AEZ stattfand. Der Publikumsandrang war enorm: Zahlreiche Besucher sowie auch Medienvertreter kamen, um die Tischtennis-Profis hautnah zu erleben. Das Team plauderte offen und gut gelaunt über das bevorstehende Spiel, ihre Team- und Einzel-Erfolge und wie sie ihr Privatleben und den Sport unter einen Hut bekommen. Anschließend ließen es sich Timo Boll und sein Teamkollege Christian Süß nicht nehmen,

mitten in der Ladenstraße einen Showkampf auszutragen und mit einigen tischtennisbegeisterten Besuchern ein paar Bälle zu spielen. Selbstverständlich konnten sich die Fans auch langer sehnte Autogrammwünsche erfüllen. Begeistert von den Tischtennisstars war auch ein Star aus der musikalischen Branche: Der prominente Pianist Joja Wendt hatte sich unter die Gäste gemischt. Auch er ließ es sich nicht nehmen den Unterhaltungswert dieser Veranstaltung zu unterstützen. *ck*



Timo Boll im Interview:

◀ Gut gelaunt präsentierte sich die Bundesligamannschaft der Borussia Düsseldorf in der Pressekonferenz.



Einfach mit ihrem Smartphone den QR-Code scannen und Film sehen.

Jagen Sie Schnäppchen!

Hier die angesagtesten Produkt-Highlights aus dem AEZ zu attraktiven Top-Preisen.

Alles für den Trend-Style!



In angesagten Farben und Mustern sowie femininen Designs präsentiert sich die hochwertige Mode von **Ma-tino**. Das Fashion-Geschäft bietet alles, was sich die modebewusste Frau wünscht und zwar für jeden Anlass. Und das Beste: Auf die angesagten Musthaves der aktuellen Winter-Kollektionen von Malvin, Cambio, Bottega und BlueFire gibt es derzeit bis zu **70 % Rabatt**. Lassen Sie sich für Ihren persönlichen Look inspirierend beraten.

ma-tino

im OG/BC, Tel.: 611 395 94

Kuscheliges zur Entspannung!

Draußen ist es noch ungemütlich und kalt! Und was gibt es darum Schöneres als ein bei paar kuschelige Wellness-Stunden zu genießen und sich nach dem Bad in ein luxuriöses Frottierhandtuch zu hüllen. Die **möve-Kollektion** Pearl bietet genau das und ist durch die spezielle Struktur gleichzeitig flauschig und massierend. Erhältlich ist Pearl in vier Farben und verschiedenen Größen – und jetzt zu attraktiven **Sale-Preisen!**



möve Frottier-Handtuch (50 x 100) zum Sale-Preis von 7,95 Euro.



im OG/BC, Tel.: 602 984 53



Großer Saison-Schlussverkauf

Schauen Sie noch bis zum 2. Februar beim großen Saison-Schluss-Verkauf in der AEZ-Ladenstraße vorbei. Entdecken Sie an den Ständen aus den verschiedensten Einkaufswelten Marken-Produkte zu Top-Preisen. Holen Sie sich die Schnäppchen, die bis zu 70 Prozent günstiger sind als der Originalpreis.



Rudolf und Anke Mai (beide 74): „Wir haben uns vorgenommen, gesund zu bleiben und unsere Kinder und Enkelkinder oft zu sehen!“



Nico (20) und Julia (16): „Wir haben keine neuen Vorsätze für das neue Jahr. Daran hält man sich sowieso nicht! Wenn man etwas ändern will, geht das das ganze Jahr über!“



Nico (17): „Ich habe mir vorgenommen, früher aufzustehen - sehr schwierig.“
Silina (17): „Ich will mich mehr auf die Schule konzentrieren. Bisher klappt das gut!“

Gute Vorsätze?

Wir befragten AEZ-Besucher, was sie sich für 2013 vorgenommen haben. Und ob sie das bisher einhalten konnten oder schon brachen.



Lotta Pamperin (14), Michelle Bunschoten (15) und Janka Hauffe (14): „Wir wollen gesünder essen, Spaß haben, Pläne in Job und Liebe umsetzen. Bisher lief es gut!“



Maja (22): „Ich wünsche mir weiterhin, gesund zu bleiben. Und ich will mehr Zeit mit Familie und Freunden verbringen. Das ist das Wichtigste.“

AEZ-Service:

Hier entspannen Sie!

Während Ihres ausgiebigen Shopping-Bummels möchten Sie eine kleine Pause einlegen? Dann machen Sie es sich in unseren Verweil-Ecken gemütlich: Von Massage-Sesseln über zahlreiche Sitzbänke in der Mall bis hin zu einer Spielwiese für Kinder bietet das Center für Groß und Klein Möglichkeiten zum Ausruhen und Entspannen.



Originell schenken!

Der Center-Gutschein ist das raffinierte Geschenk zu verschiedensten Anlässen. Mit ihm kann sich der Beschenkte in allen rund 240 Geschäften im AEZ etwas Schönes und Passendes aussuchen. Entscheiden Sie, wie hochwertig Ihr Geschenk ausfallen soll:

Wählen Sie zwischen einem Gutschein im Wert von 10, 15, 20, 25, 30, 40, 50 oder 100 Euro. Erhältlich ist „das Präsent“ an der AEZ-Info im Erdgeschoss. Sie können den Gutschein auch bequem mit EC-Karte erwerben.



Neuigkeiten aus der Shop-Welt

- 14.2. Neueröffnung: Pierre Cardin, Mode, OG, BC
- Demnächst Neueröffnung: Alstertal Schuhmacherei, Dienstleistung, Außengalerie

UG = Untergeschoss, EG = Erdgeschoss, OG = Obergeschoss, BC = Bestandscenter, EC = Erweiterungcenter

CENTER-KALENDER!

Bis zum
02.
Februar

..... **Winter-Schlussverkauf** – Schnäppchenjagd an den Marktständen in der Ladenstraße (EG).

18.
Februar bis
2.
März

..... **Statische Modenschauen** – Präsentation der neuen Frühjahrs- und Sommermode in der Ladenstraße (EG).

07.
bis
14.
Februar

..... **Frühlingserwachen** – blumige Dekorationselemente schmücken die Ladenstraße (EG).

18.
Februar bis
2.
März

..... **Raum der Stille** – die ökumenische Initiative im Alstertal schafft den Besuchern an der Treffpunkt Bühne Zeit für Stille.

14.
Februar

..... **Valentinstag** – lassen Sie sich mit Frühlingblumen in der Ladenstraße beschenken.



Weitere Termine und Infos unter www.alstertal-einkaufszentrum.de

Öffnungszeiten des AEZ:

Center: Mo. – Sa. 9:30 – 20:00 Uhr
Markthalle: Mo. – Fr. 8:30 – 20:00 Uhr, Sa. 8:00 – 20:00 Uhr

Serie
„Wir handeln
voraus“
Teil 12



v.l.: Daniel Frank Fernández (Center Management), Martina Ritter (Kinder-Hospiz Sternenbrücke), Wunsch-Einsender Ralf Siebert.



AEZ beschenkte Kinder-Hospiz

In unserer Serie „Wir handeln voraus“ geht es dieses Mal um die soziale Nachhaltigkeit. Im Rahmen von interaktiven Aktionen, in die das Center Management, Mieter und Besucher mit eingebunden sind, sammelt das AEZ regelmäßig für verschiedene soziale Einrichtungen und Initiativen Spenden oder unterstützt sie in anderer Form. So wurde zur Weihnachtszeit im Center-Magazin dazu aufgerufen, seinen Weihnachtswunsch mit Begründung einzuschicken. Unter anderem schickte Ralf Siebert einen Wunsch ein: Er wünschte sich, dass die Kinder im **Kinder-Hospiz Sternenbrücke** vom AEZ einen Sack voller Geschenke bekommen. Ein Wunsch, der das Center Management vom AEZ sehr berührte und den sie gemeinsam mit den Mietern erfüllen wollten. Und so wurde in den verschiedensten Shops ordentlich gesammelt. Kurz vor Weihnachten überreichte dann das Center Management die breit gefächerte Spielzeug- und Süßigkeiten-Sammlung und übergab sie dem Hospiz vor Ort.



Auf Facebook gewonnen!

Jannis Kulencord freute sich schon vor Heilgabend über ein attraktives Geschenk! Er hat auf der AEZ-Facebookseite unter www.facebook.com/alstertaleinkaufszentrum am Weihnachtsgewinnspiel teilgenommen und eine von **Saturn gesponserte Sharp-Anlage** gewonnen. Auf der AEZ-Facebook-Seite können Sie im Übrigen als „Fan“ regelmäßig an Gewinnspielen teilnehmen.



Marcus Kleeberg, Geschäftsführer von Saturn, Daniel Frank Fernández, Center Management, und Gewinner Jannis Kulencord.



Im Februar verwandelt sich die Ladenstraße in eine Frühlingswiese mit den Musthaves der neuen Saison.

Frühjahrstrends ziehen ein!

Vom **7. bis zum 14. Februar** erfüllt das Center ein floraler Duft: Mitten in der Ladenstraße sind auf Podesten mit frischen Blumen verzierte Dekorationselemente aufgebaut. Tauchen Sie ein in das Blumenmeer und stimmen Sie sich auf die kommende Jahreszeit ein. Am Valentinstag, dem **14. Februar** werden die Frühjahrsblumen für Sie dann gepflückt. Kommen Sie vorbei und lassen Sie uns, Ihnen eine blumige Freude bereiten. Unmittelbar im Anschluss an diese Aktion präsentieren wir Ihnen dort dann bis zum **2. März** die neuesten **Fashion-Highlights**.

Neues Gewinnspiel!



Shop erkennen und gewinnen!

Wissen Sie, welches AEZ-Geschäft sich hinter dem „verschwommenen“ Bild versteckt? **Verraten Sie es uns** und gewinnen Sie mit etwas Glück einen **50 Euro-Centergutschein!**

Teilnahmebedingungen: Senden Sie Ihre Antwort unter Angabe Ihrer Telefonnummer an MagazinVerlag Hamburg, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder per E-Mail an c.kaufholt@alster-net.de. Teilnehmen darf jeder ab 16 J., außer Mitarbeiter des Magazin Verlag Hamburgs und der ECE. **Einsendeschluss: 21.02.2013.** Unter allen Teilnehmern mit der korrekten Antwort entscheidet das Los. Der Gewinner wird benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Scannen Sie mit Ihrem Smartphone den QR-Code und nehmen Sie online am Gewinnspiel teil.



Zahnarztpraxis Implantologie Borsay Hamburg

**ALLGEMEINE ZAHNHEILKUNDE
ALLES AUS EINER HAND –
Eigenes zahntechnisches Meisterlabor**

**SOFORTIMPLANTOLOGIE – Neue Zähne in nur einer Stunde!
HOCHMODERNE Laser- und 3D-Computertechnik
SICHERHEIT durch über 30 Jahre Berufserfahrung**

Prof. inv. Peter Borsay - Zahnarzt, zertifizierter Implantologe
Dr. (H) Agnes Borsay - Zahnärztin, Ästhetische Zahnheilkunde
Navid Salehi - Zahnarzt, Keramische Restauration
Direkt im AEZ: Heegberg 29 • 22391 Hamburg-Poppenbüttel

Tel. 040 - 602 42 42 • www.borsay.com

Dr. (H) Peter Borsay
ist Studiogast bei
GesundTV. Zu sehen
auf AlsterTV.de



ALSTER TV

Görtz Kinder-Club

FEBRUAR-AKTIONSPROGRAMM:

Mittwoch, 6. Februar:
15.00-17.00 Uhr –
Witzige Clowns lachen
uns an.

**Donnerstag,
7. Februar:** 15.00-
18.00 Uhr – Faschings-
Modenschau mit B&R
Spielwaren an der
Treffpunkt Bühne.

Mittwoch, 13. Februar:
15.00-17.00 Uhr – Wir
bauen lustige Puzzles.

Mittwoch, 20. Februar:
15.00-17.00 Uhr –
Lasst euch verzaubern!

Mittwoch, 27. Februar:
15.00-17.00 Uhr –
Bearemy vom Build-
a-Bear-Workshop
kommt zu Besuch!



English for Kids:
spielerisch Englisch lernen,
durchgeführt vom
Lernwerk Alstertal,
jeden Dienstag und
Donnerstag von
14.30-16.00 Uhr.



Kinderturnen
mit Maie Junghaus
im Görtz Kinder-Club,
montags von 14.00 -
16.30 Uhr.

Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 10-18 Uhr, Sa.: 10-19 Uhr

Sie finden den Kinder-Club im 1. OG, rechts neben
Galeria Kaufhof!

Weitere Infos auf der AEZ-Homepage unter
alstertal-einkaufszentrum.de.



portal.aez.com

GÖRTZ



Exklusiv für Sie in der **Markthalle**



Schietwettertee Kräutertee

Zutaten: Spitzwegerichblätter, Himbeerblätter, Fenchel, Pfefferminze, Brombeerblätter, Hagebuttenschalen, Erdbeerblätter, Apfelstücke, Anis, Holunderblüten, Melissenblätter, Sonnenblumenblüten, Rosenblütenblätter, Wollblumenblüten, Aroma

100 g 3,50 €



**Italienische krause Tomaten
Spargel aus Peru
Weintrauben aus Südafrika**



SPRINGER
BIO-BACKWERK

Angebot in der 5. Kalenderwoche

Ammerländer Vollkorn Roggen u. Dinkelvollkorn

**1000 g statt € 4,30
nur € 3,90**



Ihr Argentinien Fleisch-Profi und Steakspezialist

Kassler	kg € 9,90
Arg. Hüftsteak	kg € 29,90
Lammkeule mit Knochen	kg € 13,90
Holsteiner Kochwurst	kg € 14,90

Verschiedenes Wild auf Bestellung
Wir beraten Sie gern: Telefon 040 - 602 96 67

DAT BACKHUS

Angebot gültig vom 28.01.2013 - 02.02.2013

2 Brote bis 750 g nur 3,98 €
3 Sonnenkrüstchen 1,20 € statt 1,68 €
Marzipankranz 3,50 € statt 4,00 €

Californian Queen

Garnele in Tempura, Rucola, rote Paprika
& Spezial Sauce **8 Stück 6,00 €**

Melden Sie sich jetzt für den Sushi Kochkurs im April an!



AEZ - Sushi Bar - Take Away
Lieferservice - Catering
Telefon: 040 - 692 11 98 0
Mobil: 0172 40 33 080,
info@sushi-yama.de
Besuchen Sie uns im Poelchaukamp 20
Restaurant Take Away
Lieferservice, Telefon: 040 - 69 69 17 47



Die Kirche

Der Traum vieler Brautpaare: Eine romantische Trauung mit traditionellen Bräuchen in einer idyllisch gelegenen Kirche und in einem eleganten Outfit.



Hochzeits-Styles

Wird geheiratet, ist das nicht nur ein ganz besonderer Tag für das Hochzeitspaar, sondern auch für die Gäste. Egal, ob Braut, Bräutigam, Blumenkinder oder Trauzeugen – alle möchte das perfekte Outfit tragen.



Christian, der Bräutigam



Miriam, die Braut



Lea, das Blumenkind

Er trägt passend zum schneeweißen Kleid der Braut ein weißes Hemd. Beide zeigen sich in moderner Eleganz: Sein Anzug ist im angesagten Anthrazit, ihr knielanges Kleid im femininen Design gehalten. Und das Blumenkind fühlt sich in seinem Prinzessinnen-Kleid wie eine Braut in spe. Outfits gesehen bei: Wilvorst (Bräutigam) und LILLY/www.lilly.de (Braut und Kind).



TRAUMHOCHZEIT

NIESSING

Ein Stück Schmuckkultur

Große Auswahl an Trauringen aus eigener Werkstatt



TENDENZEN Goldschmiede

Schmuggelstieg 2

22848 Norderstedt

Fon 040 - 529 67 76

Fax 040 - 529 29 75

Mail: tendenzen@t-online.de

www.tendenzen-goldschmiede.de

TENDENZEN



IHR NIESSING-PARTNER IM NORDEN

Die Location

Ein so wunderschöner Ort sorgt neben den stivollen Looks der anwesenden Gäste für die richtige Stimmung auf einer traumvollen Hochzeitsfeier.



PLANETARIUM^{HH}

SAGEN SIE *Ja*



IM PLANETARIUM HAMBURG

Informationen unter 040-428 86 52 0 und www.planetarium-hamburg.de

PLANETARIUM HAMBURG. DER HIMMEL AUF ERDEN.



Achim, der Trauzeuge



Karl, der Nef



Anna, die beste Freundin

Absolut im Trend liegen die Liebsten des Brautpaares mit diesen Outfits von: Der Trauzeuge wählt passend zum Frühjahr einen Anzug im hellen Grauton von Wilvorst, der Neffe stilvoll, aber lässig im Zwei-Teiler mit Weste von LILLY (www.lilly.de) und die Freundin im raffiniert geschnittenen kleinen Schwarzen von Vero Moda.

Traumhochzeit

im
CAFÉ IM HERRENHAUS

- * Individuell gestaltete Feiern für bis zu 70 Personen
- * Wunderschönes Ambiente im Gartensaal und Jagdzimmer
- * Vielfältige Auswahl an Menü- und Buffetvarianten
- * Persönliche Beratung und zuvorkommender Service

Lassen Sie sich verwöhnen!

Unsere Öffnungszeiten:
Mittwoch bis Sonntag ab 11Uhr

Wellingsbüttler Weg 71a/b, 22391 Hamburg.
www.cafe-im-herrenhaus.de - Telefon 970 70 980

Wir verleihen für Ihre Feier Zelte, Tische, Bänke, Stühle, Geschirr und mehr ...

Karin Rolof
Tel. 601 18 98
Langenstücken 38 · 22393 Hamburg
www.partyzelte-hamburg.de

OLDTIMER Company

Hans Böckler-Ring 53
22851 Norderstedt
Tel.: (040) 524 00 98
www.oldtimer-company-hamburg.de

Mellingburger Schleuse seit 1717

Hotel-Restaurant Lehfeldt

Romantisch feiern am idyllischen Alsterlauf

Traumhochzeiten zu Traumkonditionen

Hochzeitszimmer inklusive (ab 30 Personen)

Neun Gesellschaftsräume für 10- 450 Pers.

Rustikale „Scheune“ ab 50 Pers.

Das gemütliche Mittag- und Abendrestaurant
Täglich durchgehend warme Küche von 11 – 22 Uhr

Mellingburgredder 1 • 22395 Hamburg-Sasel
Tel. 040 / 611 39 15 - 0 • Fax 040 / 602 79 12 • www.MellingburgerSchleuse.de

Alte Mühle

In der Mühlenkate, in der Mühlendiele und in unserem Haus am See feiern sie ihre Hochzeit romantisch mitten im Alstertal.

Feiern Sie Ihre Traumhochzeit in unseren Feierhäusern Mühlendiele, Mühlenkate und Haus am See. Wir bieten ihnen ihre individuelle Feier auch zum Festpreis.

Alle Infos finden sie auf unserer Internetseite
www.alte-muehle-hamburg.de

Alte Mühle 34 • www.alte-muehle-hamburg.de • Tel.: 604 91 71

Tai Chi Chuan und Qi Gong

Seit 10 Jahren im Alstertal



Kostenlose Probestunde

jederzeit möglich nach telefonischer Vereinbarung

Tai Chi Chuan | montags 11.30 – 13.00 Uhr

mittwochs 18.00 – 19.30 Uhr

Qi Gong | donnerstags 18.00 – 19.00 Uhr

Schule Silke Sander · Hohensasel 20

Tel: 61 13 92 13 · www.taichi-yang-stil.de

Einladung zum Tag der offenen Tür

in neu gegründeter Heilpraktikerpraxismgemeinschaft
am Samstag, dem 16. Februar 2013 von 11-17 Uhr.

Mit interessanten Vorträgen zu folgenden Themen und noch vielen zusätzlichen Angeboten wie die Lipoabnehmethode oder die Colonhydrotherapie:

Vorträge:

12:00 Uhr: Craniosakraltherapie mit Heilpraktikerin Morena Witschelinski

14:00 Uhr: Die Welt nach der Eröffnung des dritten Auges
mit Heilpraktikerin Morena Witschelinski

15:00 Uhr: Heilfasten und Leberreinigung nach Moritz
mit Heilpraktikerin Helga Sachs

16:00 Uhr: Urvertrauen/Burnout mit Heilpraktikerin Morena Witschelinski



Seele
Geist
Körper

Heilpraktikerin mit Herz

www.heilpraktiker-oase-hamburg.de · www.helga-sachs.de
Anderheitsallee 48 · 040/ 64 23 07 38 · 040/ 420 55 55



PRAXIS FÜR OSTEOPATHIE EVA SOMMER

Osteopathin · Heilpraktikerin · Physiotherapeutin

Auch einige gesetzl. Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten der Osteopathie.

Kunastraße 33b
Hamburg-Sasel

Tel. 040/32 51 35 91
www.sommer-osteopathie.de

MEDICAL BEAUTY „ELININA“ ÄRZTEHAUS

Fachzentrum für dauerhafte Haarentfernung und ästhetische Hautbehandlung



Kosmetikbehandlung
mit Dermalogica Produkten
(ca. 60 Minuten)
statt 59,- € jetzt 44,- €

Augenlifting: Einzelbehandlung
statt 79,- € jetzt 59,€

Dauerhafte Haarentfernung
EPILUX sp:
Achseln oder Bikini:
statt 79,- € jetzt 59,- €

Stormarnplatz 1 · 22393 HH · Tel.: 600 49 849 · www.elinina.de

Endlich purzeln die Pfunde

Abnehmen, mehr Sport treiben... Leider sind gute Vorsätze oft noch schneller vergessen, als sie gefasst wurden. Daher haben wir die besten Tipps zusammengetragen, wie Sie Ihre Pläne umsetzen und endlich ein paar Kilos verlieren können.

Zu den meistgeschmiedeten Plänen zum Jahreswechsel gehört es, endlich abzunehmen. Schließlich haben sich die kalorienreichen Sünden während der Festtage am Taillenumfang bemerkbar gemacht. Starkes Übergewicht entsteht jedoch sicherlich nicht an den paar Feiertagen, sondern über Jahre – ein Problem sehr vieler Deutscher: Laut der „Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland“ des Robert-Koch-Instituts sind 67,1 Prozent aller deutschen Männer und 53 Prozent aller deutschen Frauen übergewichtig. Die sogenannte Fettleibigkeit (Adipositas) ist oft Ursache von Diabetes, Herz- und Atemwegserkrankungen, Bluthochdruck sowie von mehreren Krebsarten. Ein sehr ungeliebter Begleiter ist auch die Cellulite – 80 bis 95 Prozent aller Frauen sind nach der Pubertät von jenen Dellen im Hautbild betroffen. Zwar entsteht die Orangenhaut auch genetisch durch überschüssige Fettdspots und resultiert aus den Östrogenen im Blut, für die frau nichts kann. Jedoch zählen auch Übergewicht, falsche Ernährung und Bewegungsmangel zu den Ursachen. Wir verraten Ihnen, wie Sie endlich Ihren inneren Schweinehund überwinden, Gesundheitsrisiken vorbeugen und zu guter Letzt wieder in Ihre Lieblingsjeans passen.

Allheilmittel Sport!

Starkes Übergewicht ist meist nicht nur Feiertagsspeck. Versuchen Sie das Problem von heute auf morgen zu lösen, landen Sie nur beim Jojo-Effekt. Das heißt: Ein Sport- und Fitnessplan muss her – am besten von einem Trainer. Dabei ist die aktuelle körperliche Fitness der Ausgangspunkt. Zwischen den Trainingseinheiten sind meist zunächst Ruhepausen

– genügend Schlaf und ausreichend Ernährung – nötig, um nicht vorzeitig aufzugeben und längerfristig ein Idealgewicht zu erreichen als auch zu halten. Je trainierter Sie im Verlauf des Fitnessprogramms werden, desto mehr lässt sich die Belastung aber auch steigern. Für den dauerhaften Erfolg ist eine regelmäßige Bewegung nötig.

Ernährungsumstellung

Wer nicht ausreichend isst, hat zu wenig Energie für Sport und kann somit nicht dauerhaft schlank sein. Um sein Gewicht längerfristig zu reduzieren, müssen Sie also Ihre Ernährung umstellen – auch das am besten nach einer fundierten Beratung mit einem Ernährungsexperten, Arzt oder Fitnesstrainer. Zu empfehlen ist gesunde, frische und kalorienarme Mischkost mit viel Obst und Gemüse. Danach stellen sich erste Erfolge ein, die zum Weitermachen motivieren. Auf Dauer sollte die Ernährung vollwertig sein, womit eine Grundversorgung mit allen für den Körper nötigen Nährstoffe in der richtigen Masse in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander gemeint ist. Sie darf nicht zu fetthaltig sein, besonders auf versteckte Fette sollten Sie achten.

Wie biete ich Cellulite Paroli?

Gesunde Ernährung und Sport beugen unliebsamen Dellen in Oberschenkeln, Oberarmen oder Hüften vor. Wie aber schon vorhandene Makel wieder loswerden. Mit dem Alter vertiefen die Furchen zusehends. Das Bindegewebe, das die Fettpartikel zusammenhält, altert nun einmal mit Ihnen. Unaufhaltsam dringt das Unterfettgewebe in die oberen Hautschichten. Und es gibt nichts, was diesen Prozess stoppen kann.

Oder? Wir haben zwei Tipps für Gegenmaßnahmen: Zum einen die Injektionslipolyse (Fettweg-Spritze). Hierbei wird die Zellwand der Fettzellen gezielt aufgelöst. Unterschiedlich stark gefüllte Fettzellen die direkt unter der Haut als subcutanes Fettgewebe liegen, verursachen in Kombination mit Flüssigkeitseinlagerungen die Cellulite. Löst man diese Fettzellen auf, so wird das Hautbild wieder glatter. Zum anderen die HYPOXI-Methode. Sie bewirkt den Fett- und Celluliteabbau an den Problemregionen, indem sie zum einen durch Ober- und Unterdruck gezielt für die optimale Durchblutung der Partien sorgt. Des Weiteren regt ein moderates Bewegungstraining den Stoffwechsel an. Fettsäuren werden durch den Blutkreislauf abtransportiert und verbrannt. Dadurch verlieren Sie nicht nur Ihre Orangenhaut, sondern auch Ihre Pfunde. ks

Am effektivsten lässt sich durch Fahrradfahren abnehmen, wenn man einen festen Trainingsplan einhält. Positiver Nebeneffekt: Viel Natur an der frischen Luft genießen.



Neues Jahr! Neues Glück! Neue Figur?

2. Februar,
11-15 Uhr:
**TAG DER
OFFENEN TÜR**
im Hypoxi-Studio
Alstertal

In den **HYPOXI-Studios Wandsbek** und **Alstertal** gezielt zur Traumfigur, ganz ohne Skalpell und Diätwahn. **HYPOXI** machts möglich! Wir sprachen dazu mit **Christiane Schlüter**, Inhaberin zweier Hypoxi-Studios.



Als zertifizierte Hypoxi-Studioleiterin berät Christiane Schlüter Sie gerne und bietet Ihnen eine kostenloses Probetraining an.

Alstertal-Magazin: Warum sollte ich eines Ihrer beiden HYPOXI-Studios besuchen, wenn ich doch schon ins Fitnessstudio gehe?

Christiane Schlüter: Wenn Sie an Ihren Problemzonen Bauch, Beine und Po gezielt Fett abbauen und so Ihren Umfang reduzieren möchten.

Wieso ist es denn möglich, mit HYPOXI so gut an den Problemzonen abzunehmen?

Die perfekte Kombination von Über- und Unterdruck sorgt für eine gute Durchblutung und einen guten Fettabbau, während Sie leichtes Ergometertraining absolvieren.

Hilft HYPOXI auch, wenn man Haut straffen und Cellulite reduzieren möchte?

Ja, sehr gut. Dazu gibt es die HYPOXI-Dermologie. Sie entspannen auf einer Liege, während Sie mit 400 Aktivierungskammern, die in einen Anzug eingearbeitet sind, mit Über- und Unterdruck massiert werden.

Dadurch können Schadstoffe besser abtransportiert werden und das Haut- und Bindegewebe wird gestrafft.

Gab es wissenschaftliche Untersuchungen zu der Methode?

Ja, die Uniklinik Eppendorf hat eine Studie unter Leitung von Professor Bamberger durchgeführt. Hierbei wurde eine dreimal stärkere Umfangsreduktion an den Problemzonen eindeutig nachgewiesen.

Welche Schritte sollten interessierte Frauen jetzt machen?

Vereinbaren Sie telefonisch einen kostenlosen Probe- und Beratungstermin. Ich berate Sie gerne und empfehle Ihnen dann ein individuell abgestimmtes Trainingsprogramm zum Erreichen Ihrer Wunschfigur. Mein Team und ich freuen uns auf Sie!

Hypoxi-Studio Alstertal
Stadtbahnstraße 32 a
22393 Hamburg
Tel.: 040-38 65 07 34
www.hypoxistudio-alstertal.de

Hypoxi-Studio Wandsbek
Wandsbeker Zollstr. 141
22041 Hamburg
Tel.: 040-68 91 65 53
www.hypoxistudio-wandsbek.de

Anmeldung zur kostenlosen
Probebehandlung auch unter
Tel.: 0160-18 42 81 3

GUTSCHEIN

für 14 Tage intensive
Hautstraffung

ab einer 2-Monatskur (Gültig bis 28.02.2013)



Sport im Winter: Vor dem Laufen sollten 20 Prozent der Trainingszeit für ein Warm-up verwendet werden.

Foto: Techniker Krankenkasse

Richtiges Aufwärmen beugt Verletzungen vor

Effektives Warm-up

Gerade in den kalten Monaten gilt: Wer sich sportlich betätigen will, sollte sich vorher gründlich aufwärmen. Andernfalls werden Sportverletzungen wahrscheinlicher. Hier erfahren Sie, wie's am besten geht!

Experten schätzen, dass sich in Deutschland jährlich rund zwei Millionen Menschen beim Sport verletzen. Laut einer repräsentativen Forsa-Umfrage im Auftrag der Techniker Krankenkasse (TK) geben 55 Prozent der Freizeitsportler und 64 Prozent der Intensivsportler an, dass sie sich schon einmal beim Training eine Bänderdehnung oder etwa eine Verstauchung zugezogen haben. Um das Verletzungsrisiko zu senken, hilft das richtige Warm-up. Aus Zeitnot legen viele jedoch einen Kaltstart hin. Auch schwerere Verletzungen können die Folge sein. Fast jeder vierte Befragte, der in seiner Freizeit Sport treibt,

hat sich bereits die Bänder oder Muskelfasern gerissen. Wer seinem Körper von null auf hundert Höchstleistungen abverlangt, bekommt mit hoher Wahrscheinlichkeit von Muskeln, Gelenken & Co. die Quittung dafür. „Wenn man sich vorher aufwärmt, steigt die Körpertemperatur, was für geschmeidige Muskeln, Sehnen und Bänder sorgt“, sagt Uwe-Folker Haase, Diplom-sportwissenschaftler bei der TK. Um den Körper in Schwung zu bringen, hilft intensives Walking oder lockeres Joggen. Als Einstieg lässt sich schon der Weg zum Fitness-Club oder Tennisplatz nutzen: Zu Fuß oder

per Rad wird die Muskulatur so bereits erwärmt. Wer danach noch dehnt, ist ideal vorbereitet. „Dazu beugt man sich zum Beispiel mit gestreckten Beinen nach unten, bis man ein Ziehen an der Rückseite der Oberschenkel spürt und bleibt etwa zehn Sekunden in dieser Position“, sagt der Experte. Nach einer kurzen Pause die andere Seite dehnen und diese Übung im Wechsel mehrmals wiederholen. Wie lange man sich aufwärmen sollte, hängt von der Sportart und dem eigenen Fitnesszustand ab. „Grundsätzlich sollte man etwa 20 Prozent der Trainingszeit mit dem Aufwärmen verbringen“, er-

klärt Haase. „Wer zum Beispiel eine Stunde Tennis spielt, sollte etwa zwölf Minuten lang vorher laufen.“ Um den Körper wieder abzukühlen, gehört zum Abschluss des Trainings ein Cool-down. „Dazu einfach weniger intensiv bewegen, das heißt zum Beispiel nur noch langsam in die Pedale treten oder das Tempo beim Laufen reduzieren, bis man schließlich nur noch geht“, sagt der Sportexperte. So wird die Muskulatur wieder locker, die Atmung ruhiger und der Körper kann sich besser erholen. Auch für die Dauer des Cool-downs gilt als Faustregel: 20 Prozent der Trainingseinheit.



Kompetente Mitarbeiter und Sonnenbänke auf dem neuesten Stand der Technik sind das Markenzeichen von Smart Sun.

**Neu-
eröffnung**

Sonne tanken und Anti-Aging im Alstertal

Smart Sun, das neue Bräunungs- und Beautystudio am AEZ, arbeitet mit modernster Technik. Es bietet seinen Kunden sanfte Bräune mit Hauttypmessung und ganz exklusiv eine absolute Geräteneuheit mit Anti-Aging-Effekt!

Diesen Effekt können Sie mit dem „BeautyAngel“ erzielen. Entwickelt von Dermatologen verspricht dieses einmalige Gerät bei regelmäßiger Anwendung einen deutlichen Anti-Aging-Effekt. Das Besondere ist ihr „Beauty Light“. Dieses spezielle Rotlicht wirkt fördernd auf unsere körpereigene Produktion von Collagen, Elastin und Hyaluronsäure in den Hautzellen. Das Ergebnis lässt sich sehen: Sichtbare Faltenreduzierung und ein jüngeres Hautbild nach nur 10 Besuchen. Ein weiteres Highlight der 10 Geräte bei Smart Sun ist der sogenannte „Sonnenengel“. Hier ist der Name Programm. „Viele Kunden fürchten sich vor

einem Sonnenbrand. Das kann mit dem „Sonnenengel“ nicht mehr passieren“, so Inhaber Stefan Kraul. Das Gerät misst mit seinem Sensor vor der Besonnung den Hauttyp und die Pigmentierung und garantiert damit ein maximales Bräunungsergebnis ohne Sonnenbrandrisiko! Das Konzept von Smart Sun ist gradlinig: „Wir wollen uns von dem typischen Sonnenstudio-Klischee deutlich abheben. Unsere 4 Studios in Hamburg sind hell, stylisch und hochmodern. Alle Sonnenbänke gehören zur neuesten Generation und sind auf dem aktuellsten Stand der Technik. Wir erfüllen zudem alle neuen Bestimmungen, die der Gesetzgeber seit

Mitte 2012 erlassen hat. Hierzu gehört die Reduzierung des UV-B Anteils, das zertifiziert geschulte Fachpersonal und die besonderen Hygienevorschriften“, erklärt Stefan Kraul. Während in Hamburg die Marktberingung der Sonnenstudios nach wie vor stattfindet, setzen die Inhaber-Brüder von Smart Sun auf Expansion. Vor gut einem Jahr eröffneten sie eine Smart Sun Filiale in der Gertingstraße 20 in Winterhude. „In unserer Branche kann man nur noch mit Qualität und erstklassigem Service überzeugen. Das haben wir in den vergangenen 15 Jahren gelernt“, fügt Kraul hinzu. Eine weitere Serviceleistung des Studios ist ein stil-

voll eingerichteter Lounge-Bereich, in dem sich die Gäste bei Cappuccino oder Latte Macchiato die Wartezeit vertreiben können. Selbstverständlich kostenlos. Wer keine Wartezeit in Kauf nehmen möchte, kann vorab telefonisch sein gewünschtes Gerät reservieren. Für Sparfüchse gibt es sogar jeden Tag eine Sonnenbank im Angebot! Weitere Informationen und eine Vorabberatung unter Tel. 606 97 33 oder www.smartsun.de. Smart Sun Poppenbüttel, Heegbarg 16, Kundenparkplätze finden Sie vor und hinter dem Geschäft.

Im hochmodernen Sonnenstudio können Kunden zwischen 10 Sonnenbänken wählen.



Pure Entspannung erleben!



Entfliehen Sie dem Alltag und tauchen Sie ein in die kleine Wellness-Oase „**Kosmetik Saseler Spitze**“, Stratenberg 2. Seit Anfang 2012 bietet dort Jeannett Gercken-Königsmark ein umfangreiches Beautyprogramm – und zwar von Ganzkörpermassage über Mikrodermabrasion bis

hin zur Pediküre mit Fußbad und Nagelmodellage. Eine 1,5-stündige Kosmetikbehandlung bekommen Sie ab 55 Euro. Zudem ist in jedem Angebot eine kleine Handbehandlung und Make-up enthalten. Der Kosmetikerin, die seit über 20 Jahren in der Branche tätig ist und seit über 13 Jahren ein eigenes Studio leitet, liegt die Zufriedenheit ihrer Kunden sehr am Herzen: „Egal, ob Frau oder Mann, ob jung oder alt – jeder soll sich bei mir kompetent beraten und behandelt fühlen. Darum bringe ich nicht nur gerne meine Erfahrung bei der Tätigkeit mit ein, sondern bin bei der Terminvereinbarung flexibel und richte mich nach dem oft sehr vollem Terminkalender meiner Kunden.“ Möchten Sie entspannen, dann vereinbaren Sie unter Tel.: **040-88 171 930** Ihren Wellness-Ausflug. *ck*

Effektive Haarentfernung Auf Dauer nur vom Profi



Gianina Willroth

Viele Menschen träumen von einer dauerhaft glatten Haut. Dieser Wunsch lässt sich erfüllen, bedarf aber einer fachkundigen Therapie. Das **abpilus Ästhetik-Zentrum, Heegbarg 2**, bietet mit der klinisch getesteten IPL-Lichtmethode EPILUX ganz ohne Laser eine qualitativ hochwertige dauerhafte Haarentfernung an, die schmerzarm und keine Verbrennungsgefahr mit sich bringt. Hier liegt einer der Vorteile zu den Laser-Geräten, die im Handel angeboten werden und ebenfalls eine dauerhafte Haarentfernung

versprechen. „Bei der dauerhaften Haarentfernung muss stets der individuelle Hauttyp, die Haardicke sowie die Pigmentierung beachtet werden. Ansonsten besteht zum einen Verletzungsgefahr und zum anderen kann kein zufriedenstellendes Ergebnis erreicht werden und der Wunsch nach glatter Haut bleibt unerfüllt“, so die erfahrene Inhaberin des Zentrum Gianina Willroth. Zudem hat sich gezeigt, dass die „do-it-yourself“-Variante für zu Hause verhältnismäßig nicht viel kostengünstiger ist. Denn die Laserlampen der Händlergeräte müssen nach nur wenigen Behandlungen ausgewechselt werden, und um ein einigermaßen gutes Ergebnis zu erzielen, benötigt man einen weitaus höheren Zeitaufwand. Gianina Willroth liegt die Zufriedenheit ihrer Kunden am Herzen: „Mein Anspruch ist es, professionelle und effektive Behandlungen in angenehmer Atmosphäre ohne Wartezeit anzubieten.“ Sie sind herzlich eingeladen, sich von den Vorteilen einer Haarentfernung vom Profi bei einer kostenlosen Probebehandlung zu überzeugen. Vereinbaren Sie einen Termin unter Tel.: **697 055 14**. Weitere Informationen erhalten Sie unter **www.abpilus.de**.

Ammenmärchen oder wirklich hilfreich?

Beauty-Myth

Macht eine Gurkenmaske tatsächlich schönere Haut?

Trocknet Nagellack durch Pusten und hilft Zahncreme

gegen Pickel? Wir verraten, welche Hausmittel wirklich

helfen und räumen auf mit den Beauty-Mythen!

Durch Pusten trocknet Nagellack schneller!

Falsch! Der feuchte Atem verzögert den Trockenvorgang, da Lösungsmittel im Nagellack verdunsten müssen. Was hilft, sind „Fast-Dry-Nagellacke“ und Geduld!

Mascara beschädigt die Wimpern!

Auch diese Behauptung stimmt nicht. In guten Mascaras sind wertvolle Wachse und natürliche Öle enthalten, welche die Wimpern sogar pflegen!

Durch Rasieren wachsen die Haare schneller und dicker nach!

Nein. Haare entstehen an der Wurzel, was an der Spitze passiert, ist irrelevant! Nachwachsende Haare wirken nur fester.

Duschen und Baden trocknet die Haut aus!

Stimmt. Wasser entfettet die Haut und nimmt ihr die hauteigenen Feuchthaltefaktoren. Wenn das Wasser aus der feuchten Haut verdunstet, entzieht es ihr obendrein hauteigenes Wasser. Man sollte nicht zu warm, zu lange und zu häufig duschen oder baden. Auch das Eincremen nicht vergessen!

Fettige Haut muss man öfter reinigen!

Auch diese Weisheit gehört zu den Gesundheitsirrtümern. Ständiges Waschen kurbelt die

Talgproduktion an und trägt zur Entstehung von Pickeln bei.

Unter Make-up altert die Haut schneller!

Wieder mehr Dichtung als Wahrheit. Durch Make-up dringen weniger UV-Strahlen an die Haut, aber dennoch genügend Luft. Eher hält Make-up die Haut sogar jung.

Honig pflegt die Lippen!

Ein echter Geheimtipp! Honig enthält entzündungshemmende und antibakterielle Stoffe und bindet Feuchtigkeit. Das hilft gegen raue und rissige Stellen.

Schokoladeessen verursacht Pickel!

Stimmt nicht. Ein Zusammenhang zwischen Schokolade und Hautunreinheiten wurde wissenschaftlich nie nachgewiesen.

Zahnpasta trocknet Pickel aus!

Auch das ist ein Ammenmärchen. Die meisten Zahncremes enthalten Fluor, wodurch sich die Pickel noch mehr entzünden und größer werden.

Eine Gurkenmaske sorgt für ein schöneres Hautbild!

Gurke wirkt nur bedingt beruhigend und glättend: Das in ihr enthaltene Zink ist zwar entzündungshemmend und verschönert die Haut, auf Wangen und Augen entzieht die Gurke der Haut jedoch Feuchtigkeit.

en



Gurkenmasken helfen eher auf der Haut als auf den Augen!

www.abpilus.de

Machen Sie Ihren Haaren Beine!

OHNE LASER

Beratungsgespräch
040 / 69 70 55 14

IPL SYSTEM - EPILUX

Dauerhafte Haarentfernung

- Behandlung als bequemes „Lunch-Time-Treatment“
- Entfernung störender Rötung
- Straffung kleinerer Fältchen und Linien
- Abbau von Pigmentstörungen
- Die Behandlung ist sicher, schonend und schnell.
- Keine Anästhesie

Schnelle, sichere & dauerhafte Haarentfernung ohne Laser!

7 Jahre abpilus

Heegberg 2 (Direkt am AEZ) • 22391 Hamburg

kostenlose Probestbehandlung

abpilus
ÄSTHETIK ZENTRUM

Gratis-Gutschein **SMARTSUN**
SONNENSTUDIO

Gutscheingültigkeit bis 03. März 13

NEUERÖFFNUNG

1x Gratis Sonne auf einer Sonnenbank
Deiner Wahl bis 15 Min.



Heegberg 16 (am AEZ) • HH-Poppenbüttel **P** 6 x Kundenparkplätze

schön!gesund.

FIGUR · ENTSPANNUNG · SCHÖNHEIT



RÜTTELN SIE SICH FIT FÜR DIE PISTE

Muskulatur aufbauen, straffen und den Körper formen:
Mit unserem gezielten Vibrationstraining machen Sie eine gute Figur!

15% sparen bei Fitness-training + Figurformung.
Gültig bis 30. April 2013

Langenstücken 30 • 22393 Hamburg-Poppenbüttel
Tel.: 040 - 608 49 712 • www.schoen-gesund-hamburg.de



Tipps für die Berge

In alpinen Höhenlagen sind Sonne und Wind intensiver als im Flachland. Folgen: Haut- sowie Augenschäden und Unterkühlungen. Viele Wintersportler unterschätzen das Risiko und schützen sich nicht. Worauf Sie beim Wintersport achten sollten, lesen Sie hier.

Wintersport-Fans sollten Haut und Augen stets vor der Sonne schützen. Gerade Menschen, die zum ersten Mal in den Wintersport fahren, unterschätzen oft die Kraft der Sonne – vor allem bei Wolkenbildung. Sonnenbrand, Sonnenstich und Schneeblindheit können die Folge sein.

Die Sonne ist in den Höhenlagen nicht nur intensiver, der Schnee reflektiert zudem das Licht und verstärkt damit die Wirkung. Diplom-Sportwissenschaftler Uwe-Folker Haase von der Techniker Krankenkasse: „Selbst wenn sich die Sonne hinter leichten Wolken versteckt, drohen in den Bergen ernsthafte Haut- und Augenschäden. Viele Menschen merken die Gefahr erst, wenn es zu spät ist.“

Tipps für Haut und Augen

Zum Schutz empfiehlt es sich, die Haut mit einer fetthaltigen Creme

mit hohem Lichtschutzfaktor gegen eisigen Abfahrtswind und grelle Sonne einzuschmieren. „Der Lichtschutzfaktor sollte bei mindestens 15 bis 25 liegen. Fett bietet zusätzlich Kälteschutz“, erklärt der Sportwissenschaftler.

Die Lippen könnten Wintersportler am besten mit einem speziellen Sonnenschutz-Pflegestift oder einem Sonnenblocker schützen. „Sonnen-Gele sind für die Pisten hingegen nicht geeignet. Ihr hoher Wasseranteil lässt die Haut leicht gefrieren“, sagt Haase.

Um der sogenannten Schneeblindheit vorzubeugen, sollten Sportler für die Augen belüftete Sonnenbrillen aus hochwertigen Materialien und mit hundertprozentigem UV-Schutz tragen, die rundum geschlossen sind. Denn durch zur Seite hin offene Brillen kann UV-Strahlung immer noch die Augen schädigen. Augenärzte weisen zudem Kontakt-

linsenträger darauf hin, dass auch diese Linsen für UV-Strahlung undurchlässig sein sollten.

Kopfverletzungsrisiko senken

Alpinen Ski- und Snowboardfahrern legen Fachleute außerdem dringend das Tragen eines Helms ans Herz. Eine Studie von Sportwissenschaftlern der Universität Innsbruck zeigt, dass Skifahrer durch das Tragen eines Helms das Risiko von Kopfverletzungen um

35 Prozent senken. Bei Kindern unter 13 Jahren gehe das Risiko sogar um 59 Prozent zurück. „Gerade bei den gefährlichen Kopfverletzungen sind Helme wichtige Lebensretter“, so der Experte der Krankenkasse. Welche Helme guten Schutz bieten, das erfährt man in fachkundigen Geschäften für Wintersport-Zubehör.

Wind-Chill-Faktor bedenken

Was Sportler in den Bergen auch



DAS NETZWERK DER MASTER OF SCIENCE IN ORAL IMPLANTOLOGY

Die Implantologen des Netzwerkes sind Mitglieder der Deutschen Gesellschaft für Implantologie im Zahn-, Mund und Kieferbereich e.V.

Sie suchen einen Spezialisten für Zahnimplantate in Ihrer Nähe?

Sie finden ihn im Netzwerk der Master of Science in Oral Implantology.

www.masterimplantologen.com



Ihre Netzwerkpraxis in Hamburg:

Dr. Christian Buhtz M.Sc.
Kleekamp 18
22339 Hamburg
Tel.: 040 59 91 64
www.drbuhtz.de



Foto:TK

Sonnenschutz ist in den Bergen ein absolutes Muss – selbst an wolkigen Tagen.

häufig unterschätzen, ist der sogenannte Wind-Chill-Faktor. Je stärker der Wind weht, desto schneller kühlt der Sportler aus. Schon eine recht zahme Windgeschwindigkeit von 40 km/h mache aus einer Temperatur von plus zehn Grad einen Wert um den Gefrierpunkt. Aus minus zehn Grad werden sogar eisige minus 35 Grad. Darum sind – selbst an schönen Tagen – eine winddichte Jacke, eine Überhose, eine Mütze sowie Handschuhe ein Muss.“ *ck*



5 Jahre Strahlencentrum Hamburg



Moderne Therapie: Dr. med. Dr. Barzen, Prof. Dr. med. M. Heinrich Seegenschmiedt und Privat Dozent Dr. med. Fabian Fehlauer (v.l.).

Das ärztlich geleitete Medizinische Versorgungszentrum, das **Strahlencentrum Hamburg**, Langenhorner Chaussee 369, feierte im Herbst 2012 sein fünfjähriges Bestehen. Als eine moderne, ambulante Einrichtung ohne Krankenhausambiente ist das Strahlencentrum speziell auf die Bedürfnisse von krebserkrankten Patienten eingerichtet. Gleichzeitig wurde das einjährige Bestehen **des cyberknife center hamburg** gefeiert. Cyberknife, eine submillimetergenaue Photonenbehandlung ohne operativen Eingriff, ist die fortschrittlichste Therapie für Tumorpatienten. Das virtuelle Skalpell zerstört hochpräzise das krankhafte Gewebe, das gesunde Gewebe bleibt dabei verschont.

In den vergangenen Jahren hat sich das Strahlencentrum ständig weiterentwickelt und überzeugt seitdem durch die in ganz Norddeutschland einzigartige Kombination von Technologien und modernsten Verfahren. Auch andere Krankheiten oder Beschwerden können erfolgreich behandelt werden. Bei Arthrose, Sehnenreizungen, Knorpel- oder Schleimbeutelentzündungen hilft die Gelenktherapie („Schmerz-Röntgentherapie“ als Kassenleistung). Die schmerzlindernde und entzündungshemmende Wirkung ist in der Vergangenheit immer wieder festgestellt, nachgewiesen und veröffentlicht worden. Mehr Infos auf www.szhh.info und www.ckhh.info im Internet!

WIR WÜNSCHEN ALLEN
EIN GLÜCKLICHES, GESUNDES NEUES JAHR 2013!

- **CyberKnife (Radio-Chirurgie)**
- **3-Tesla MRT (Kernspintomographie)**
- **Hochpräzise Strahlentherapie (IMRT)**
- **Digitale Mammographie (Microdosis)**
- **Nuklearmedizin (z.B. Herz-Szintigraphie)**
- **Behandlung von Rückenschmerzen (PRT)**
- **Behandlung von chronischen Gelenkbeschwerden (wie z.B. Tennis/Golfer-Arm, Arthrose, Fersensporn)**



STRAHLENZENTRUM HAMBURG
Medizinisches Versorgungszentrum

Priv. Doz. Dr. med. Fabian Fehlauer • Prof. Dr. med. M.-Heinrich Seegenschmiedt
Langenhorner Chaussee 369 ★ D - 22419 Hamburg
Tel.: 040 - 244 245 8 - 0 ★ Fax: 040 - 244 245 8 - 69

Beratung • Behandlung • Betreuung • www.szhh.info

Seniorenresidenz Wellingsbüttel
Ihr Stückchen Friesland im Alstertal



- Wohnqualität mit versierter Pflege
- Stilvolles Ambiente mit privater Atmosphäre
- Fachlich qualifiziertes Therapieangebot
- Kurzzeitpflege & Probewohnen
- Anerkannter Vertragspartner der Pflegekassen und Sozialämter

Tel: 040-640 90 9-0 Fax: -29
Waldingstr. 1 · 22391 Hamburg · www.seniorenresidenz-wellingsbuettel.de

Das FORUM ALSTERTAL
bietet Ihnen einen außergewöhnlichen Rahmen für Ihre Tagung & Ihr Event

- FORUM Saal bis 150 Pers. / z.B. Reihenbestuhlung, 200 m²
- Seminarraum bis 50 Pers., 115 m²
- Galerie- / Sporträume
- Außenterrasse
- Bar / Eventfläche
- Catering / Restaurant im Haus

Individuelle und professionelle Beratung – ideale Verkehrsanbindung!

Tel. 040 - 60 68 68 www.forum-alstertal.de info@forum-alstertal.de

Kritenbarg 18 22395 Hamburg-Poppenbüttel

Ihr Pflegeheim in den Walddörfern

Margarethenhof

Senioren & Pflegeheim Margarethenhof
Wohldorfer Damm 156
22395 Hamburg - Bergstedt
Tel.: 040 - 604 87 42
Fax: 040 - 604 02 40
Mail: info@margarethenhof-hamburg.de

In unserem gemütlichen Haus mit großer Garten-Wintergartenanlage finden Sie in gepflegter Umgebung ein neues Zuhause.

- individuelle Pflege für alle Pflegestufen
- Einzel- & Doppelzimmer mit Bad
- eigene Möblierung möglich
- Aufnahme von Urlaubsgästen und Kurzzeitpflege
- Pflegekassen-, beihilfe- und sozialhilfeberechtigt
- umfangreiche Demenbetreuung

www.margarethenhof-hamburg.de

A&V Haus Duvenstedt
Ihr Pflegeheim in Duvenstedt bietet:

- ✓ Familiäre Atmosphäre im professionellen Rahmen
- ✓ Für Senioren aller Pflegestufen
- ✓ Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- ✓ Wohnen in hellen und großzügigen Zimmern
- ✓ Individuelle Einrichtung möglich und gewünscht
- ✓ geschützter Demenbereich
- ✓ Beschäftigungstherapie

Besuchen Sie unsere privat geführte Einrichtung im Herzen von Duvenstedt auf www.hausduvenstedt.de

A&V Haus Duvenstedt, wohnen, betreuen und pflegen GmbH
Poppenbütteler Chaussee 23 · 22397 Hamburg
Tel. 040/607640 · Fax 040/60764160
E-Mail: ivoshage@hausduvenstedt.de

Ideal für Senioren: Smartphones und Tablets

Apps ab 60



Viele Senioren scheuen sich, neue Technik zu verwenden und auszuprobieren. Dabei bieten gerade Smartphones und Tablets viele Hilfen für den Alltag.

Apps für Senioren helfen beim Lesen

Vor Kurzem wurde das Ipad III auf der Seniorenmesse „Die 66“ präsentiert. Der Vortragsraum war voller Best-Ager, Silversurfer und Senioren. Das Interesse macht deutlich, dass die heutigen Senioren am Computer starkes Interesse haben, vor allem, wenn der Computer leicht bedienbar ist.

Technische Geräte wirken oft abschreckend durch kleinteilige Bedienung und schlecht zu erkennende Tasten. Touch-Displays lösen dieses Problem, da die Anzeigegröße individuell verändert werden kann. Dabei hilft beispielsweise die Silver Surf App.



che auch in lauter Umgebung unmittelbar verständlich.



Apps für Gesundheit und Pflege

Über die Seniorenservice24 App können Pflegekräfte vermittelt werden. Die Ideal Lebensversicherung a.G. bietet Ihnen mit der PflegeApp die Möglichkeit zur Ermittlung der Lebenserwartung und der damit verbundenen Pflegewahrscheinlichkeit. Ebenso können Sie die Kosten im Pflegefall ermitteln und eine Versorgungslücke berechnen. Mit HörgerätFree können Sie Ihr Gehör durch drei unterschiedliche Tests bewerten lassen.



Apps für Senioren helfen bei der Bewältigung des Alltags

Zusätzlich gibt es viele Anwendungen, die insbesondere für Best-Ager von besonderem Interesse sein dürften. Mit diesen Apps kann man beispielsweise von zu Hause aus einkaufen oder einfach den Weg nach Hause finden. Der Heimwegfinder ermittelt per GPS den Standort und navigiert den Anwender auf dem schnellsten Route. Die Hörgeräte App ist ein spezielles Aufnahmegerät, das die Nebengeräusche filtert. Damit werden die Gesprä-

Apps für Senioren helfen, geistig und körperlich fit zu bleiben

Es gibt unzählige Apps, die den Alltag für Senioren erleichtern können. Apps, die den Körper und den Geist fit halten. Wer nicht lesen mag, probiert eines der Hörbücher-Apps aus oder Apps, die Freizeitgestaltung interessant machen. Puzzle-Apps oder Apps, die schöne Ausflugsziele bekannt geben.



Info-Links

Über den QR-Code auf der rechten Seite erreichen Sie die Homepage www.app60.de. Hier gibt es Anweendertipps und Tutorials zu Smartphones und Tablets – speziell für Senioren.



Modische Wiedergeburt

Retrolook ist in der Modebranche seit Jahren in. Das gilt auch für das Brillendesign. Deswegen werden alte Modelle neu interpretiert. Wir zeigen ein Beispiel aus vergangenen Jahrzehnten!

Original: Motto der 80er, Hauptsache auffallen.



Die Interpretation nimmt die kultige Tropfenform der Gläser auf!



Fotos: Rodenstock

Foto: Benjamin Thom/pixelio.de

Mit Seherblick für die Patienten

„Sehen ist einer der wichtigsten Sinne! Seit nunmehr drei Jahren führe ich meine Augenarztpraxis in Sasel, nachdem ich zuvor als Oberärztin über 10 Jahre an der Universitätsklinik Lübeck tätig war. Neben hoher fachlicher Qualifikation ist mir ein persönlicher und vertrauensvoller Kontakt zu meinen Patienten besonders wichtig. Als Spezialistin im Bereich der Schielbehandlung und Kinderaugenheilkunde begrüße ich besonders auch Kinder. Das gesamte Spektrum der Augenheilkunde biete ich Patienten jeden Alters an.“



Dr. Bianka Kemper
Fachärztin für Augenheilkunde
 Kunastraße 4b
 22393 HH
 Tel.: 040 601 91 88
 Fax: 040 601 91 44



Sprechzeiten: Mo. 9-12 und 17-19 Uhr • Di. 9-13 Uhr • Mi. 11-12 Uhr
 Do. 9-13 und 16-18 Uhr • Fr. 9-13 Uhr • sowie nach Vereinbarung

GESUNDHEIT IST EIN MENSCHENRECHT

Deshalb hilft ÄRZTE OHNE GRENZEN in rund 70 Ländern Menschen in Not – ungeachtet ihrer Hautfarbe, Religion oder politischen Überzeugung.

HELFEN SIE MIT!

ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V. • Am Köllnischen Park 1
 10179 Berlin • www.aerzte-ohne-grenzen.de

Spendenkonto 97 097
 Bank für Sozialwirtschaft • BLZ 370 205 00



Bitte schicken Sie mir unverbindlich Informationen

- über ÄRZTE OHNE GRENZEN
- für einen Projekteinsatz
- zur Fördermitgliedschaft
- zu Testamentsspenden
- zu Spendenaktionen

Name _____

Anschrift _____

E-Mail _____

1884/1008

Augendiagnostik Zentrum



ANDREAS OTTO
 FACHARZT FÜR AUGENHEILKUNDE

Netzhautuntersuchung: Optomap®-200c

Ohne Erweiterung der Pupillen ist in Sekunden eine genaue Untersuchung der Netzhaut und eine Früherkennung von Grünem Star, Diabetes und Bluthochdruck sowie Nebenwirkungen von Medikamenten möglich.



Heegberg 2 • 22391 Hamburg
Tel.: 040/53 04 88 77
www.augenarzt-otto.de



Auch 41 % der Angehörigen von Höreräteträgern sagen: „Mein Leben ist einfacher, seit mein Angehöriger ein Hörerät trägt!“

Wer gut hört, lebt aktiver

Was hat unser Gehör damit zu tun, wie gerne wir Sport treiben? Oder damit, wie gerne wir reisen? Diesen und weitere Aspekte erforschte die Initiative „Hear the World“ jetzt in einer neuen Studie!

Ein gutes Gehör hat nicht nur Einfluss darauf, wie wir Laute wahrnehmen! Das faszinie-

rende Sinnesorgan beeinflusst bei Weitem mehr Lebensbereiche! Grund genug für neue

Forschungsergebnisse: „Hear the World“, die Initiative des Hörgeräteherstellers Phonak,

initiierte die Studie „Hören ist Leben“. Die Schweizer Marktforschungs- und Strategiebe-

BESSER HÖREN & SEHEN

ratung „zehnvier“ befragte in Deutschland, Frankreich, der Schweiz, Großbritannien und den USA über 4.300 Menschen mit unversorgtem Hörverlust und deren Angehörige, Hörgerätträger sowie Neutrale. 78 Prozent aller befragten deutschen Hörgeräteträger sind sich einig: Besseres Hören führt die gesamte Lebensqualität in das Positive! Denn gutes Hören beugt Depressionen vor (so 64 Prozent der befragten Deutschen), steigert die Fitness und somit das Aufnahme- und Konzentrationsvermögen (70 Prozent) als auch das Selbstwertgefühl (62 Prozent). Dies gilt auch im internationa-

len Vergleich! Hinzu kommt: Hörgeräteträger haben mehr Spaß an Sport, fühlen sich fitter (40 Prozent) und treiben wieder kontinuierlicher Sport (51 Prozent mindestens einmal pro Woche). Die fast schon logische Konsequenz: 67 Prozent der Befragten bestätigen einen positiven Einfluss ihres Hörgeräts auf ihre allgemeine Gesundheit. Zudem beeinflusst gutes Gehör eine aktive, mobile Lebensgestaltung. So bejahen 69 Prozent der deutschen Hörgeräteträger eine verbesserte Mobilität im Alltag. Kein Wunder: Die Befragten finden sich dank ihres Hörgeräts wieder besser im Straßenverkehr (75 Prozent)

und in fremden Umgebungen (85 Prozent) zurecht. Auch auf die Freizeit wirken sich Hörgeräte positiv aus: 74 Prozent bestätigen, wieder mehr Spaß an Theater- und Kinobesuchen zu haben. 83 Prozent reisen dank Hörgerät wieder unbeschwerter und 62 Prozent haben wieder Spaß am Reisen. Generell ist der Effekt auf die Lebensqualität positiv!

70 % der deutschen Hörgeräteträger bestätigen: Sport mit Hörgerät ist kein Problem! Mehr als jeder Dritte hat wieder mehr Spaß an Sport, seit er ein Hörgerät trägt (37 %).



ANZEIGEN-SPEZIAL

Die Hörspezialisten

Genauere Diagnosen und gezielte Behandlungen: Die Experten vom HNO-Zentrum Alstertal verfügen über jahrelange Erfahrung und arbeiten mit modernsten Verfahren!



HNO-Experten aus Poppenbüttel: Priv.-Doz. Dr. med. Jan Weise, Dr. med. Sirpa Becker und Dr. med. Frank Becker (v.l.).

Hördiagnostik ist heutzutage eine Aufgabe von Spezialisten. Über den subjektiven Hörtest in einer lärmisolierten Hörkammer zur Bestimmung von Ton-, Unbehaglichkeitsschwelle und des Sprachverstehens hinausgehend werden heute bei individueller Fragestellung computerisierte und komplexe Verfahren angewandt, die eine genaue Diagnostik des Gehörs ermöglichen und gleichzeitig Störungen der gesamten Hörbahn von Innenohr bis zum Hörzentrum im Gehirn aufdecken. Die Ableitung von sogenannten „akustisch evozierten Potenzialen“ hat sich als Standard

durchgesetzt. „Ob für das Neugeborenen-Hörscreening mittels ABRIS eingesetzt, oder für die Hörschwellenbestimmung und zum Screening der Hörnerven mittels BERA, die Bestimmung der akustisch evozierten Potenziale ist für die moderne Hördiagnostik heute unverzichtbar, betont Dr. Frank Becker, einer der Hörspezialisten mit jahrzehntelanger Erfahrung in der Diagnostik von schwerhörigen Patienten im HNO-Zentrum Alstertal. Bei sehr kleinen Kindern oder Patienten, die selbst nicht in der Lage sind, einen verlässlichen Hörtest durchzuführen,

bietet die Hörschwellenbestimmung mittels ASSR der neuesten Generation eine präzise Hörmessung an. Dazu Dr. Sirpa Becker: „So kann in kürzester Testzeit das Hörvermögen von mindestens acht Hörfrequenzen beider Ohren ermittelt werden, um insbesondere die Hörschwelle für die zügige Anpassung von Hörgeräten bei schwerhörigen Kindern zu bestimmen.“

Um wieder **besser hören** zu können, muss vorher der Ohrspezialist häufig den Patienten genauer unter die Lupe nehmen. Privatdozent Dr. Jan Weise, Ohrspezialist und erfahrener Ohrchirurg: „Trommelfeldefekte oder Störungen in der Schwingungsfähigkeit der Gehörknöchelchenkette führen zu einer Hörminderung, die oftmals schon durch eine mikrochirurgische Ohroperation erfolgreich beseitigt werden kann. Für die übergroße Mehrzahl der Schwerhörigkeiten im Alter sind aber Haarzellschäden des Innenohres als auch Veränderungen der neuronalen Hörverarbeitung verantwortlich, die wir völlig anders therapieren müssen.“ Schon Menschen jenseits der Vierzig, die in die Praxis mit der Klage kommen, sie hörten nicht mehr so gut wie früher, aber eine völlig unauf-

fällige Hörkurve aufweisen, können mit einem Zehnminuten-Test auf Ursachen im Bereich der zentralen Hörverarbeitung geprüft werden. Bei Plus-60-Jährigen mit Nachweis einer Schwerhörigkeit bringt häufig eine reine Versorgung der Ohren mit Hörgeräten nicht den gewünschten Erfolg – die Folge sind „Schubladenhörsysteme“. Ohne Bewertung des Zentralen Hörens fehlen entscheidende Informationen für den künftigen Hör-Verstehens-Erfolg. Die Erkenntnis, dass bei Schwerhörigen neben der Anpassung geeigneter Hörsysteme auch ein Training der zentralen Hörverarbeitung geboten ist, beginnt sich sowohl bei HNO-Fachärzten als auch bei Hörgeräte-Akustikern langsam durchzusetzen. Im HNO-Zentrum Alstertal wird ein „Intelligentes Hörtraining“ angeboten, das auf der Grundlage der erhobenen Testergebnisse das jeweils bestmögliche Trainingsprogramm nach den aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen auswählt. Wie Sudoku gezielte Hirnleistungen verbessert, kann modernes Hörtraining das Hör-Verstehen trainieren, denn nur so ist **besser hören** auch bis ins hohe Alter möglich.

HNO ZENTRUM
ALSTERTAL HALS - NASEN - OHREN - HEILKUNDE

Hals-Nasen-Ohrenärztliche Praxis, Dres. Becker und Priv.-Doz. Dr. Weise,
Heegbarg 16, HH-Poppenbüttel, Telefon: 040 / 606 50 37, Telefax: 040 / 606 50 39,
www.hno-zentrum-alstertal.de



Einstieg leichter als gedacht!

Der Golfsport in Deutschland wächst und wächst: Immer mehr Menschen greifen zum Golfschläger. Gründe dafür sind, dass der Sport günstiger wird und bei vielen Golfclubs die elitären Schranken gefallen sind. Der Einstieg fällt also leichter. Das Alstertal-Magazin gibt Tipps und hilft Golfinteressierten, sich in dieser Welt zurechtzufinden.

Zu testen, ob einem der Golfsport liegt, ist einfacher als mancher denkt: Denn viele Golfclubs haben sich dem Trend angepasst und bieten Anfängern günstige Schnupperkurse und individuelle Einstiegsprogramme an, die zu keiner teuren Mitgliedschaft verpflichten.

Wer seine ersten Schläge machen möchte, benötigt keine Ausrüstung. Die meisten Clubs leihen Golfinteressenten Probeschläger für die ersten Versuche. Wird die Angelegenheit ernst und der Proband ist vom Golfvirus infiziert – das passiert schnell –, sind eigene Schläger vonnöten. Dabei hat der Golfneuling die Qual der Wahl unter unzähligen Anbietern. Doch die Pros in den Golfclubs haben manchen Tipp parat, welcher Schläger zu

welchem Spieler passt. Insgesamt darf ein Golfer laut Regelwerk 14 Schläger mit auf den Parcours nehmen. Dazu gehören **Hölzer**, die für den Abschlag und weite Schläge genutzt werden, **Eisen**, erforderlich, um die Bälle auf dem Fairway zu spielen und der **Putter**, mit dem der Ball auf dem Grün eingelocht wird. Zu den Eisen zählen auch die beiden Spezialschläger **Sandwedge**, mit dem der Ball aus dem Sandbunker gespielt wird, und **Pitchingwedge**, der sehr hohe, zielgenaue Annäherungsschläge an das Loch ermöglicht. Am meisten Verwendung finden die **Eisen**.

Gut zu wissen:

Egal, ob es sich um einen neuen oder gebrauchten Schlägersatz handelt, es gibt einige Punkte, auf die der Einsteiger achten sollte.

1. Schlägerkopf: Dieser sollte aus Stahl bestehen und gegossen sein. Geschmiedete Modelle, Blades genannt, eignen sich eher für Fortgeschrittene. Ein weiteres Plus für Anfänger sind Schlägerkopfvarianten, bei denen viel Gewicht in der Sohle liegt.

2. Schaft: Für diesen stehen hauptsächlich zwei Materialien zur Verfügung – Stahl und Graphit (oder Carbon). Stahl ist zwar günstiger als Graphit, aber schwerer. Dafür ermöglicht es mehr Kontrolle über die Schläge. Bei der Entscheidung für Graphit profitiert der Spieler von dem geringeren Gewicht und der besseren Flexibilität des Schaftes, weil dieser die Wucht beim Treffen des Balls abmindert. Das wirkt sich günstig bei Gelenkproblemen aus. Graphit wird in unterschiedlichen Stärken angeboten, so gibt es Regular-, Da-

men- und Senioren-Schäfte.

3. Schlägersatz: Dieser muss bei einem Anfänger nicht komplett sein. Die Eisen 3 und 4 benötigt er anfangs noch nicht. Das gleiche gilt für Hölzer, die bei weiten Abschlagen genutzt werden. So ist ein halber Satz mit den Eisen 5, 7, und 9 sowie mit Putter, Pitching- und Sandwedge vollkommen ausreichend.

Einen gebrauchten Satz zu kaufen, lohnt sich nur für Anfänger. Ein neuer Schläger-Satz inklusive Golfbag wird schon zwischen 300 und 500 Euro angeboten.

4. Putter: Der Putter ist meist nicht im Schläger-Set enthalten, ist aber für viele gute Spieler der „wichtigste“ Schläger, denn er wird am häufigsten benutzt (ab 30 bis 100 Euro für Anfänger). Vor dem Kauf sollten gemeinsam mit einem Fachmann Schlägerlänge und Griffstärke ermittelt werden. *kw*



AUSPROBIEREN:

In den Golfsport hineinzukommen ist leichter als man denkt und auch gute Spieler haben einmal ganz klein angefangen!



GOLFPLATZ GUT WALDHOF
TRADITION SEIT 1969

meine
Golfschule
www.meine-golfschule.de



GUT

GOLF

SPIELEN

Golf Einsteiger: Platzreifekurs mit Garantie* inkl. 3 Monate Mitgliedschaft für € 299,-

- Golfkurs mit Garantie* inklusive Leihschläger
- Trainings-Möglichkeit an 6 Tagen pro Woche mit Lehrer
- Kursbeginn jederzeit ab März 2013
- **AKTION:** inkl. 3 Monate Mitgliedschaft Golfplatz Gut Waldhof

* bei Nicht-Bestehen verlängert sich der Kurs kostenfrei bis zur bestandenen Prüfung

Besuchen Sie uns

Hansegolf

Halle A4 | Stand C15
(golfküste)

**Greenfee
Gutschein
2for1***

*gültig 2013, Mo-Sa, kein Feiertag,
auf reg. 18-Loch Greenfee Preis

Golfer: Mitgliedschaft Gut Waldhof bis 01. Juni gratis

- Keine Startzeiten | Waldlage | 15 km nördlich von HH | Kinderbetreuung
- zusätzliches Spielrecht GC Prenden (Berlin) & GC Brunstorf (HH)
- freie Nutzung 16 Tennisplätze des HTHC in Hamburg Langenhorn
- **AKTION:** inkl. 2 Greenfee Gutscheine für Ihre Freunde

danach ab € 50,- pro Monat - ohne Aufnahmegebühr

* bei Einreichung des Antrages erhalten Sie ein gratis Spielrecht bis 01.06.2013 in Gut Waldhof & Prenden, im Anschluss Mitgliedschaft mit folgenden Monatsbeiträgen: Studenten € 25,- | Erwachsene bis 30 Jahre € 50,- | Erwachsene 31-35 Jahre € 80,- | Erwachsene ab 36 Jahre € 115,- | ohne Aufnahmegebühr

Infos & Online Anmeldung: www.gut-waldhof.de | Tel. 04194-99740



GOLF-SPEZIAL



Das Runde muss ins Runde: Tipps, wie das am besten geht, gibt es auf der „Hanse Golf“.

Das Alstertal-Magazin verlost Karten für den perfekten Start in die Golf-Saison!

Draußen ist es kalt, schneereich und ungemütlich. Ein Horror für jeden Golfer, schließlich liegen die ersten Abschläge in der Heimat noch in weiter Ferne. Trotzdem steht eine perfekte Einstimmung auf die Saison vor der Tür: die Messe „**Hanse Golf**“. Vom 15. bis zum 17. Februar, jeweils zwischen 10 und 18 Uhr, werden wieder rund 160 Aussteller zu den Themen Golf-ausrüstung, -Bekleidung, -Zube-

hör und -Tourismus informieren und auf zahlreichen Eventflächen die Faszination Golf und ihre Neuheiten präsentieren. Die, zumindest was die Schläger aller namhaften Hersteller angeht, können die Messebesucher vor Ort auf einer Indoor-Driving-Range mit 20 Abschlagflächen testen. Spannend wird es auch vor einer großen „Golf-Arena“. Dort geben Pros Tipps und zeigen Tricks, mit denen erfahrene

Golfer, aber auch Neueinsteiger ihr Spiel verbessern können. Ein weiteres Highlight auf der Messe ist das Casting „RACE to WINSTONGOLF“. Die Teilnehmer können einen Startplatz beim Pro Am der WINSTONGOLF senior open 2013 gewinnen. Weitere Gewinnspiele runden das Angebot in der Hamburger Messehalle A4 (Eingang Mitte) ab. Eintritt: 15/10 €, bis 9 Jahre frei. Weitere Infos: www.hansegolf.com.

Karten zu gewinnen:

Mit Glück können Sie auch für free zur „Hanse Golf“ gehen, wir verlosen 10x2 Eintrittskarten. Wer zwei gewinnen möchte, der sendet eine Postkarte mit dem Stichwort **Golf an: Alstertal-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg** oder eine E-Mail an: k.wehl@alster-net.de. Einsendeschluss: 8.2.

Sommergrüns

Fit in die neue Saison!

- ▶ Größter Golfshop im Norden
- ▶ Reisewelt
- ▶ Golfsimulator
- ▶ Indoor Driving Range
- ▶ Schläger- und Ball-Fittings
- ▶ Golf-Fitness und Workshops
- ▶ Event-Arena



Bleiben Sie am Ball:



Hanse Golf

Die Publikumsmesse im Norden

15. – 17. Februar 2013

Ihr Exklusiv-Vorteil

Mit diesem Gutschein erhalten Sie Ihr Tagesticket zum ermäßigten Eintrittspreis von 10 Euro statt der regulären 15 Euro*

15. – 17. Februar 2013
Hamburg Messe, Halle A4
Täglich 10:00 – 18:00 Uhr
www.hansegolf.com

Veranstalter:



* Gutschein gilt nur für 1 Person
Alstertal Magazin



	Steildach Flachdach Fassaden- und Schornsteinverkleidungen	1970 2010
	Mende & Landes Dachdeckermeister Bedachung – Fassade	
Goethestr. 13 • 22848 Norderstedt • Tel.: 0 40 / 5 23 56 38		

STELTZER Sanitär GmbH
Inh. Carsten Peters

Ihr Meisterbetrieb ganz in Ihrer Nähe!

Gasheizungen - Kundendienst - Klempnerei
Sanitäre Anlagen - Flachdachsanie rung

Wilhelm-Stein-Weg 8 • 22339 Hamburg
Telefon 538 43 00

Zertifizierter Fachbetrieb für
senioren- u. behindertengerechte Bäder / Installationen

BRANCHENVERZEICHNIS 2012/2013

HOME & LIFE

Eine Sonderausgabe des Alstertal-Magazin für Haus und Garten, Handwerk und Service

Mit Verzeichnis der Gewerke

Modernes Design im küstlichen Alstertal
Einzigartiges Beispiel von Natur Nr. 2, 98

Leben & genießen im Alstertal

Wünsche, Pläne, Ziele

RESERVE IMMOBILIEN

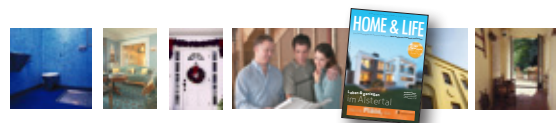
*Über unsere
große Lust am
schönen Leben!*

Einrichten, Wohnen, Leben und Genießen sind eng miteinander verbunden.

Das gilt besonders für das Alstertal und die Walddörfer. Dazu erscheint ein neues Home & Life: Wohnen und Leben gestalten, verschönern und perfektionieren. Ein fantastisches Branchen-Magazin für das Alstertal und die Walddörfer.

Info für Anzeigenkunden:

Frau Barbara Passarge, Telefon: 040 - 536 536 5



EIN QUALITÄTSPRODUKT AUS DEM MAGAZIN VERLAG HAMBURG



Seit 1965
in Hummelsbüttel

Achim Meier
Bauunternehmen

- Schimmel-/ Feuchtigkeitsanierung
- Wärmedämmung
- Betonsanierung
- Altbausanierung
- Fliesenarbeiten

Hummelsbütteler Weg 50
22339 Hamburg

Telefon 040-538 34 16
Telefax 040-538 28 92
Mobil 0170/247 25 17
E-Mail: technik@ameier-bau.de

**EINE FEINE
KLEMPNEREI!**

Die richtige Bauklempnerei auszuwählen ist eine Kunst! Das Preis-Leistungsverhältnis muss stimmen, die Qualität der ausgeführten Arbeiten – und natürlich die Termine.

MACKENS+SOHN GMBH
KUNDENDIENST / NOTDIENST TEL. 608 72 50
SANITÄRE ANLAGEN • BAUKLEMPNEREI
POPPENBÜTTELER BOGEN 17 • 22399 HAMBURG



Stein design

Unter Verwendung von Naturstein wirkt der Wohnraum lebendig und es entsteht eine einmalige Atmosphäre. Mit Hilfe von einfachen Wandverkleidungen lassen sich ganze Wände in Steinoptik individuell gestalten.

Schieferstruktur

Das Material wirkt authentisch und sorgt für beeindruckende Optik und Haptik. Verschiedene Materialien und Farben können miteinander kombiniert werden. Unter natürlicher Lichteinstrahlung wirken die Natursteinblenden FINA von xstein.at fast schon skulptural.



Foto: stonestein.at/lajtas

küchenzentrum dölling

Küchen à la carte

Wegen Sortimentwechsel
jede **NOITE** Musterküche
6.000.-€ abzüglich 1.000.- €
Sofortrabatt
5.000.- €
Gültig bis zum 28.02.2013
Nicht mit anderen Verkaufsförderaktionen kombinierbar

Bauknecht
noite
Miele
SIEMENS
BOSCH

Sandkomp 2
23543 Bad Orlitzsee
Tel. 04531/85353
Mo - Fr. 10.00 - 13.00 Uhr
und 15.00 - 18.00 Uhr
Sa. 10.00 - 14.00 Uhr

Heim- und Handwerkertage

8. Februar von 14 bis 18 Uhr | 9. Februar von 9 bis 13 Uhr

Wir informieren – Sie profitieren!

- Erfahren Sie aus erster Hand, worauf Sie beim Produktkauf wirklich achten müssen
- Setzen Sie auf die geballte Kombination von Fachhandels- und Herstellerwissen
- Profitieren Sie von attraktiven Aktionspreisen
- Nutzen Sie unsere kostenlosen Workshops

Laminat-Verlege Workshop

Bei uns lernen Sie das Verlegen von den Profis!

Freitag, 15 bis 16 Uhr und Samstag, 9 bis 10 Uhr*
* bitte anmelden

Böden

ter Hürne
Angebot wie das Leben

- Parkett und Laminat
- Nur am 8.2. und 9.2.: 10% Aktionsrabatt!*

*Gilt nicht auf bereits reduzierte Artikel

SAICOS
COATING SYSTEMS

- Natürliche Holzanstriehe für innen und außen
- Nur am 8.2. und 9.2.: 10% Aktionsrabatt!

mo

- Bambusparkett in einer unvergleichlichen Vielfalt

Hartig
HHT

- Der Spezialist für gealterte Eichenholzböden

Makita

- Handwerkermaschinen und Neuheiten
- Aktionspreise nur am 8.2. und 9.2.!

ISOVER
So wird gedämmt

- Umweltfreundliche und effektive Wärmedämmung

ORIGINAL HGM
TÜRREN

- Echtholz- und Lacktüren für jeden Anspruch
- Aktionspreise!

ASTRA TÜRREN

- Dekortüren in Perfektion
- Aktionspreise!

licht & harmonie

- Schöne Glastüren für individuelles Wohnen
- Aktionspreise!

mafell

- Holzbearbeitungsmaschinen für Zimmerer und Tischler
- Aktionspreise!

www.holzbandwulf.de
Öffnungszeiten:
Mo - Fr 7.00 - 18.00 Uhr
Sa 8.00 - 13.00 Uhr
Bahnhofstraße 19
22926 Ahrensburg
Tel. 0 41 02/4 55 50
Fax 0 41 02/5 09 96





BAUEN & RENOVIEREN

HÖRMANN Garagentore u. Hauseingangstüren

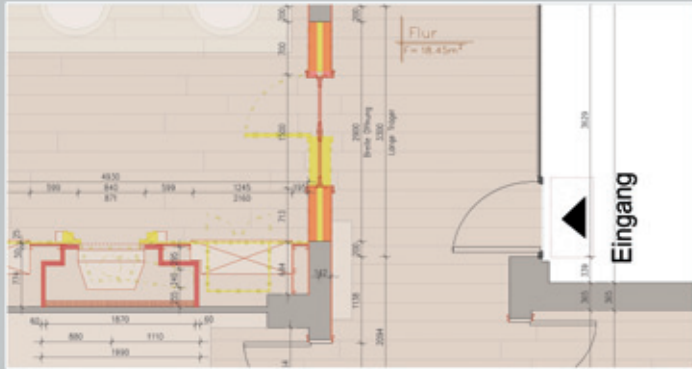


- die meistgekauften Garagentore Europas
- Maßanfertigung aus Stahl, Holz oder Aluminium
- mit Nebentüren, Antrieb und Funksteuerung
- Feuerschutztüren aus Holz
- kompl. Montage / Wartung

Hb **HANSABAUSTAHL**
BAUELEMENTE · MOBILE RÄUME

40 Jahre

Tel. 040 / 733 60 7-0
Fax 040 / 733 60 722
Porgersring 12
22113 Hamburg
www.hansabaustahl.de



Planungsbüro
MEYERFELDT Sanierung ■ Modernisierung ■ Umbau ■ Neubau

Alstertor 20 ■ 20095 Hamburg Tel.: 040-33 424 33 60 www.meyerfeldt.de

GLASEREI IM ALSTERTAL
B. DENKER GMBH

- ◇ Fenster, Türen und Velux-Fenster
- ◇ Ganzglastüren und Trennwände
- ◇ Spiegel und Glasplatten
- ◇ Glasduschen
- ◇ Reparatur-Schnelldienst
- ◇ Versicherungsschäden

Wir bieten mehr als GLAS

Poppenbütteler Bogen 35, 22399 Hamburg
Tel.: 602 37 64 • Fax: 606 42 57
glaserei-im-alstertal@t-online.de

M. KUMMERfeld ff INH. A. HARTfiel
SCHLOSSEREI · METALLBAU

SCHLOSSEREI - METALLBAU
ALUFENSTER & - TÜREN, KUNSTSTOFFFENSTER & - TÜREN
DESIGNER MÖBEL, EDELSTAHLVERARBEITUNG
WINTERGÄRTEN, GELÄNDER, BLECHVERARBEITUNG

Alter Teichweg 67 • 22049 Hamburg
Telefon (0 40) 54 57 92 • Telefax (0 40) 54 57 51
www.ff-metallbau.de • info@ff-metallbau.de

TESTEN SIE UNS!



Foto: xstein.at/pizarra nepal



Foto: 123wandgestaltung/beron optik

Eindrucksvoll
Naturstein verleiht ihrem Wohnraum eine einmalige Atmosphäre. Ob rustikal oder klassisch – es gibt vielfältige Möglichkeiten, wie Ihr Zuhause von der Steinoptik profitieren kann.



Foto: xstein.at/sillar wiejo

Großflächig

Mit Hilfe von Paneelen lassen sich auch größere Flächen schnell und einfach verblenden. Die aus Kunststoff oder Holzfasern bestehenden Platten können in passender Größe gefertigt oder zugeschnitten werden.

Simpel

Durch einfaches Verschrauben an der Wand sind große oder schwer erreichbare Flächen im Handumdrehen verkleidet. Bei Bedarf sind die Paneele fast rückstandslos entfernbar.



DESIGN VEREINT MIT PERFEKTION UND INDIVIDUALITÄT. DAS SIND UNSERE MARKENZEICHEN.

Vereinigte Ofen- und Kaminwerkstätten Hamburg AG

Bei der Braaker Mühle · 22145 Hamburg/Braak · (040) 675 95 160

Mo-Fr 10-18h · Sa 10-16h · So (Schantag) 12-17h · info@vok-ag.de · www.vok-ag.de



BAUEN & RENOVIEREN

Lübecker Str. 4 · Ammersbek · Hoisbüttel · 040 - 220 22 04
www.tischlerei-hanshardege.de

IHRE ARCHITEKTEN FÜR:

- NEUBAU | UMBAU
- SANIERUNG
- OBJEKTENTWICKLUNG
- THERMOGRAFIE
- ENERGIEBERATUNG

WECHSUNG | APELT | ARCHITEKTEN
POPPENBÜTTLE WEG 168 | 22399 HAMBURG
040 - 67 107 881 | WWW.W-A-ARCHITEKTEN.DE

www.pruns-harms.de

Ihr Wunschbad von uns:

Die 5 Sterne GARANTIE

- ★ Planung + Beratung Individuell und persönlich
- ★ Komplett-Leistung Alles aus einer Hand
- ★ Termin-Garantie Fertig zum Fixtermin
- ★ Sauberkeits-Garantie Staubfreie Sanierung
- ★ Festpreis-Garantie

PRUNS HARMS
BAD- & HEIZUNGSSTUDIUM

Georg-Sasse-Straße 22 22949 Ammersbek
Telefon 040/605 50 206

Notdienst 0172 400 40 74

AUGUSTKAHL
HEIZUNGS- U. SANIERTECHNIK GMBH

7. Energiespartage
in unserem Kompetenzzentrum

Hiermit laden wir Sie zu unseren 7. Energiespartagen ein. Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, sich bei Ausstellungen und Referaten über kostensparende Haustechnik beraten zu lassen.

Bitte kündigen Sie sich schriftlich oder telefonisch für die Energiespartage vorab bei uns an. Die Teilnahme ist kostenfrei.

09.02. und 10.02.2013
jeweils von 10 - 18 Uhr

www.august-kahl.de

Oehleckerring 4 · 22419 Hamburg
Tel.: 040 / 533 233-22





Foto: stonefilestones/foxes

Indirekt beleuchtet

Mit Hilfe von indirekter Beleuchtung in Szene gesetzt, wirkt der helle Naturstein als Leuchtmittel und schafft eine mediterrane Atmosphäre.

Vielseitig

Allgemein zeichnet sich die Verwendung von Naturstein-Blenden durch die vielseitigen Einsatzmöglichkeiten aus: bei Neubauten, Gebäuderenovierung- und Sanierung oder als Fassadenverkleidung der Außenwand.

Foto: 123wandgestaltung/brnox

Feuerhaus 
Kaminofen Fachgeschäft
 Inhaber Mathias Weigand
 Sieker Landstraße 224
 22927 Großhansdorf
 Tel. 0 41 02 / 98 32 95
 Fax 0 41 02 / 98 32 96
 www.feuerhaus.net

Neuheit Contura 35



Einführungspreis € 2.790,-

Contura

Lichtblicke für Ihre Fenster
 Seit über 30 Jahren

- Rollos
- Plissee
- Lamellen
- Jalousien
- Flächenvorhänge
- Insektenschutz

Der Frühling kommt!
 20% Rabatt auf unsere
 Plissee - Homekollektion
 bis 28.Feb.2013



**Fachkundige Beratung,
 Aufmaß und Montage**

Hoheluftchaussee 30, 20253 HH
 Tel. 42 32 32 0 Fax 42 32 32 18

Mundsbürger Damm 54, 22087 HH
 Tel. 226 950 60 Fax 220 20 66

Mo. - Fr. 10 - 18.30 Sa. 10 - 14 Uhr
 www.aktuellrollo.de



TÜMLER & PEIL

ROLLÄDEN MARKISEN ROLLTORE  *Seit 1865*

6 93 20 45

Wintergartenmarkisen
 Scheren- u. Rollgitter
 Vordächer
 Motorisierungen
 feste Vergitterungen

Am Stadtrand 58
 22047 HH-Wandsbek
 www.tuemler-peil.de

Beratung Montage Reparatur Wartung



Wir zeigen, wie's geht:

RICHTIG BOHREN

Nicht zu groß, nicht zu tief und schnurgerade: So sollte das perfekte Bohrloch sein. Wie's gelingt, erfahren Sie hier!

Tipp 1: Die passende Bohrmaschine

Bohrer und Bohrverfahren müssen ans Material angepasst sein. Bei weichen Materialien wie Holz, Porenbeton und Gipskarton genügt eine simple Bohrmaschine, bei Mauerwerk braucht es bereits eine Schlagfunktion, erklärt das Immobilienportal immowelt.de. Wer Beton durchbohren möchte, kommt ohne Bohrhammer nicht weit.

Tipp 2: Der Sicherheitscheck

Wand oder Decke sollten zunächst nach Strom- oder Wasserleitungen abgesucht werden. Meist verlaufen sie waagrecht und senkrecht in der Nähe der Anschlüsse. Installationspläne und Leitungssuchgeräte können dabei helfen.

Tipp 3: Die Bohrtiefe kennzeichnen

Die gewünschte Tiefe kann mit einem Bohreranschlag oder direkt am Bohraufsatz mit einem Stück farbigen Klebeband markiert werden. Gebohrt wird dann einfach bis zur Markierung. Die Bohrmaschine aber erst ausschalten, wenn der Bohrer aus der Wand gezogen ist. Sonst kann er verkanten und abbrechen. Gerade bei tieferen Löchern bohrt es sich leichter, wenn der Bohrer immer wieder herausgezogen und so der Bohrstaub aus dem Loch entfernt wird. Übrigens sollte das Bohrloch immer 10 Millimeter tiefer sein als der Dübel lang ist.

Foto: Bosch



Tag der offenen Tür am 26. und 27. Januar 2013

Sa. 10.00-16.00 Uhr / So. 11.00-16.00 Uhr*



Winterzeit = Einbruchzeit

Biffar GmbH & Co. KG, Niederlassung Hamburg
Brandsende 7, 20095 Hamburg
Tel. 040 3097 100, hamburg@biffar.de

Biffar®

Für ein sicheres Zuhause.

www.biffar.de

Türen • Fenster • Vordächer • Überdachungen • Carports • Markisen

Tipp 4: Den Bohrer senkrecht zur Wand ansetzen

Den Bohrer im rechten Winkel ansetzen und ohne Druck arbeiten, bis er festen Halt gefunden hat. Nicht während des Bohrens korrigieren, der Bohrer kann verkanten und brechen. Besser neu ansetzen.

Tipp 5: Die Stufentechnik

Mauerwerk besteht aus weichem Putz und einer härteren Schicht darunter. Damit der Putz nicht springt, zunächst im Drehgang bohren und den Schlagbohrer erst zuschalten, sobald der harte Untergrund Widerstand leistet. Vor allem bei hartem Untergrund zuerst mit einem dünnen Bohrer vorbohren.

Tipp 6: Der Klebeband-Trick für Fliesen

Bei Fliesen und anderen empfindlichen Oberflächen verhindert ein Kreppbandstreifen, dass der Bohrer abrutscht oder die Oberfläche abplatzt. Das Klebeband über Kreuz an der Bohrstelle anbringen und mit einem spitzen Aufsatz vorsichtig vorbohren. Dann den Steinbohrer einsetzen und ohne Schlag arbeiten.

Tipp 7: Der Tüten-Tipp für sauberes Arbeiten

Nicht immer ist ein Helfer da, der den Staubsauger ans Bohrloch hält, um den Schmutz aufzufangen. Für diesen Fall empfiehlt immowelt.de, eine kleine Tüte etwas unterhalb der Bohrstelle an die Wand zu kleben. Für das Arbeiten über Kopf: einen Joghurtbecher oder einen halbierten Tennisball durchbohren und als Schmutzfänger auf den Bohrkopf stecken.



Lass die ander'n dumm Tüch reden ...

... komm zu Thaden!

7.950 €

Glashaus Bausatz
4,80 m x 3 m
Seitenwände und Glasdach
lassen sich beliebig
öffnen und schließen

TNL Wintergarten GmbH · 21224 Rosengarten/Neendorf
Telefon 04108/41429-0 · thaden-wintergarten.de

Tradition & MODERNE

Meyerfeldt
Tischler seit 1893

Schenkendorfstrasse 15
22085 Hamburg

Tel.: 040 - 87 87 68 69
www.meyerfeldt.com

WILLY J. ROHDE GmbH
Meisterbetrieb und Innungsmittglied

- ✓ Reparaturverglasung
- ✓ Neuverglasung
- ✓ Glasduschen & Türen
- ✓ Spiegel
- ✓ Glasuren & Wände
- ✓ Fenster & Türen
- ✓ Insektenschutz

Blinde Fenster?
Isolierglas-Sanierung ohne Glastausch

www.glas-rohde.de • Tel. 0 40 / 6 03 76 51

Ästhetik & Funktionalität
Raumteiler in individuellen Größen und Formen.

uttz®
Innovatives Holz- & Wohndesign.
Traditionelles Tischlerhandwerk.

Sie finden uns im stilwerk | Große Elbstraße 68 — 4.OG
Montag bis Freitag 10 - 19 Uhr | Samstag 10 - 18 Uhr | Sonntag (Schaugart) 13 - 18 Uhr

www.utz-design.de



Für die Neuerung seiner A-Klasse wurde Mercedes-Benz mehrfach ausgezeichnet.

Foto: Mercedes-Benz

Neuer kleiner Mercedes-Benz kommt an:

Erneut prämiert

Die Mercedes-Benz A-Klasse hat die größte deutsche Wahl zum beliebtesten Automobil gewonnen. Der ADAC zeichnete den Publikumsliebbling aus Stuttgart deshalb jetzt mit dem begehrten „Gelben Engel 2013“ aus.

Der „Gelbe Engel“ gilt als Gütesiegel für Verbraucher beim Autokauf, denn bei dieser Wahl spielen neben Design und Image auch Kriterien wie Preis-Leistungs-Verhältnis, Funktionalität, Wirtschaftlichkeit, Sicherheit und Umweltverträglichkeit eine Rolle. Rund 290.000 Leser der ADAC Motorwelt und Nutzer des Internet-Angebots des ADAC haben sich dieses Jahr an der Abstimmung beteiligt. Insgesamt standen 52 Autos zur Wahl, die 2012 neu erschienen sind. Die Mercedes-Benz A-Klasse

setzte sich überlegen an die Spitze. Sie ist damit das Lieblingsauto der Deutschen und wurde von Europas größtem Automobilclub dafür mit dem „Gelben Engel 2013“ ausgezeichnet.

Die A-Klasse begeistert mit progressivem Design. Ihr Exterieur zeigt einen besonders eigenständigen, sportlichen Charakter, den ein innovatives Interieur mit hoher Wertanmutung ergänzt. Zudem bietet sie hohe Dynamik und Motoren, die sowohl mit Leistung als auch mit moderner, umweltfreundlicher Technik

glänzen. Das Leistungsspektrum reicht von 80 kW (109 PS) bis 155 kW (211 PS). Der A 180 CDI BlueEFFICIENCY Edition ist mit einem NEFZ-Verbrauch von 3,6 l/100 km und einem CO₂-Wert von lediglich 92 g/km der genügsamste Mercedes-Benz aller Zeiten.

Gleichzeitig unterstreicht die A-Klasse, dass Sicherheit bei Mercedes-Benz keine Preisfrage ist – unter anderem ist das radargestützte Assistenzsystem COLLISION PREVENTION ASSIST serienmäßig an Bord. Darüber

hinaus integrierte Mercedes-Benz in der A-Klasse als weltweit erster Automobilhersteller das iPhone® vollständig in das Bedien- und Anzeigekonzept eines Fahrzeugs.

Die Ausnahmestellung der Mercedes-Benz A-Klasse in ihrem Segment hatten übrigens zuvor schon die Leser des großen Automobil-Fachblatts AUTO BILD bestätigt. Sie hatten den Star unter den Kompaktwagen zum schönsten Auto Deutschlands gewählt und ihm den AUTO BILD Design Award 2012 verliehen.

Aus Roßbach wird Nord-Ostsee Automobile, Center Alstertal

Ihr persönlicher Service in Hamburg und Schleswig-Holstein

Seit 1. Januar dieses Jahres gibt es am Poppenbütteler Weg 5 im Alstertal einen neuen Nachbarn.

Im Rahmen einer Nachfolgeregelung haben die Gesellschafterfamilien der Firma Roßbach sich entschieden, ihren traditionsreichen Standort in Hummelsbüttel an ein größeres Familienunternehmen weiterzugeben. Somit bleibt der persönliche



Sönke Peters, Leiter Kundendienst und Sebastian Bartels, Pkw-Gebrauchtwagen-Verkäufer im Center Alstertal.

Mercedes-Benz und smart Service im Alstertal auch in Zukunft gesichert.

Neuer Betreiber ist Nord-Ostsee Automobile, die jetzt mit sieben Mercedes-Benz Betrieben im Norden vertreten sind. Der Grundstein wurde vor mehr als 100 Jahren als Kutschenreparaturbetrieb in Heide gelegt, die Vertragspartnerschaft mit der Daimler AG besteht schon seit 75 Jahren.

Heute sind 400 Menschen für das Unternehmen tätig, davon 80 Auszubildende. Jeder Betrieb ist noch so übersichtlich, dass ein persönlicher Service für die Kunden spürbar ist. Daher passt der ehemalige Roßbach-Standort mit seinen 60 Mitarbeitern so gut in das Konzept von Nord-Ostsee Automobile.

Hohe Kundenzufriedenheit, eine gute Ausbildung für den Nachwuchs und die Sicherung von Arbeitsplätzen im familiären Mittelstand sind die Ziele des Unternehmens.

Neu im Programm sind die Alstertal-Sterne: das sind die jüngsten Gebrauchten von Nord-Ostsee Automobile, die ab sofort zur Probefahrt bereit stehen. Noch mehr Informationen gibt es unter www.nord-ostsee-automobile.de oder bei einem persönlichen Besuch beim neuen Nachbarn im Poppenbütteler Weg 5.



Ihr persönlicher Service.

Jetzt neu in Hamburg-Alstertal.

Shuttle-Service, Boxenstopp, Rädereinlagerungen, Garantie- und Kulanzleistungen, Alstertal-Sterne und vieles mehr. Wir kümmern uns ganz persönlich um Sie und Ihr Fahrzeug und möchten, dass Sie sich bei uns wohlfühlen. Nähere Informationen finden Sie unter www.nord-ostsee-automobile.de



Mercedes-Benz

Nord-Ostsee Automobile GmbH & Co. KG

Autorisierter Mercedes-Benz Service

Center Alstertal

Poppenbütteler Weg 5, 22339 Hamburg

Telefon 040/538009-0

Ihr persönlicher Service. In Hamburg und Schleswig-Holstein.

www.nord-ostsee-automobile.de

Knapp 600 000 Kilometer Stau

Im Jahr 2012 hat der ADAC auf deutschen Autobahnen rund 285.000 Staus mit einer Gesamtdauer von 230.000 Stunden registriert. Das ergibt die aktuelle Auswertung der Verkehrsdatenbank des Clubs. Die gemeldeten Staus haben sich dabei zu einer Gesamtlänge von 595.000 Kilometern summiert. Die Staubilanz zeigt, wie überlastet das deutsche Autobahnnetz mittlerweile ist. Daher, so der ADAC, müssen die Fernstraßen dringend an besonders stauanfälligen Abschnitten ausgebaut werden. ADAC Präsident Peter Meyer: „Als wichtiger Wirtschaftsstandort im Herzen Europas muss Deutschland alles daran setzen, seine Verkehrswege

in Schuss zu halten und wo notwendig zu erweitern.“ Sowohl bei den gemeldeten Staueinheiten als auch den gemeldeten Stautunden führt Nordrhein-Westfalen mit einem Anteil von rund 25 Prozent das Feld der Bundesländer deutlich an. Bayern (16 Prozent) und Baden-Württemberg (14 Prozent) folgen auf den weiteren Plätzen. Auf den Autobahnen A 5, A 8 und A 1 standen die Autofahrer besonders lange in Staus. Der ADAC weist darauf hin, dass die ermittelten Daten nur bedingt mit den Vorjahresdaten vergleichbar sind. Das tatsächliche Staugeschehen war 2012 nach Einschätzung des ADAC auf einem ähnlich hohen Niveau wie im Vorjahr.



V60-Plug-in-Hybrid

Sieg im Crash

Wie das Euro NCAP Konsortium in Brüssel bekanntgab, erzielte der Volvo V60 Plug-in-Hybrid die Höchstwertung von fünf Sternen im Euro NCAP Crashtest. Es ist das beste Ergebnis aller bisher getesteten Fahrzeuge mit Elektromotor.

Die Höchstwertung von fünf Sternen im aktuellen Test, der unter anderem einen versetzten Frontalaufprall bei einer Geschwindigkeit von 64 km/h umfasste, unterstreicht, dass der Volvo V60 Plug-in-Hybrid in puncto Sicherheit den anderen Modellen der Mittelklasse-Baureihe mit konventionellem Antrieb in nichts nachsteht. „Wir wenden die gleichen hohen Standards für alle Produkte unseres Hauses an. Das Resultat des Euro NCAP Crashtests zeigt, dass der innovative Volvo V60 Plug-in-Hybrid den für alle unsere Fahrzeuge geltenden strengen Sicherheitsanforderungen in vollem Umfang gerecht wird“, kommentiert Jan Ivarsson,

Senior Manager Safety Strategy & Requirements das Ergebnis. Die Integration der gut abgeschotteten, unter dem Boden des Laderaums montierten Batterieeinheit und das mit ihr verbundene Mehrgewicht machten ein spezielles Sicherheitskonzept bei der Entwicklung des Volvo V60 Plug-in-Hybrid erforderlich. Im Hinblick auf eine kontrollierte Verformung, welche die Gewährleistung bestmöglicher Resultate zum Ziel hatte, wurden verschiedene Modifizierungen und Verstärkungen bei Karosserie und Fahrwerk vorgenommen. „Der Volvo V60 Plug-in-Hybrid musste während seiner Entwicklung die gleichen umfangreichen



Der V60 Plug-in-Hybrid wurde durch Modifizierungen an Karosserie und Fahrwerk sicherer gemacht.



REINHARD MÜLLER GmbH
Autolackierungen - Design - Unfallreparatur

Mehr als Lack - ein Konzept mit Service und Qualität



Nina Müller
Geschäftsführerin

Poppenbütteler Bogen 86
22399 Hamburg
Telefon 040 - 606 52 33
Telefax 040 - 606 66 89
www.lackmueller.de
info@lackmueller.de



**MACHEN SIE IHR AUTO SCHÖN,
FÜR DIE SCHÖNSTE STADT DER WELT.**

WILLKOMMEN BEI BEST CARWASH IN HAMBURG-POPPENBÜTTEL, DIREKT AM RING 3.

DAS SAUGEN VOR DER AUTOWÄSCHE IST BEI UNS IMMER KOSTENLOS,
UND UNSERE PREMIUM-WÄSCHEN SORGEN FÜR PERFEKTEN GLANZ.
SO KÖNNEN SIE SICH JEDERZEIT AUF HAMBURGS STRASSEN SEHEN LASSEN.

Poppenbütteler Weg 94
Mo. - Fr. 8:00 - 19:00 Uhr
Sa. 8:00 - 18:00 Uhr
So. 13:00 - 18:00 Uhr
www.bestcarwash-hamburg.de





Nicht nur umweltfreundlich, sondern auch sicher: Der V60 Plug-in-Hybrid.

test

Testprogramme wie alle anderen Volvo Modelle durchlaufen“, erläutert Jan Ivarsson. „Großangelegte Crashtests mit frontalen, rückwärtigen und seitlichen Aufprallsituationen bei unterschiedlichen Beladungen stellten sicher, dass die Batterietechnik unsere strengen Auflagen erfüllt. Der Volvo V60 Plug-in-Hybrid verfügt zudem über alle bei Volvo üblichen Sicherheits-Features. Zu ihnen gehören beispielsweise das preisgekrönte City Safety System sowie der Notbremsassistent mit automatischer Fußgänger-Erkennung“, so der Sicherheits-Experte.

Bei dem herstellerunabhängigen Crashtest-Programm der Euro NCAP Organisation wird die gesamte Sicherheit eines Fahrzeugs bewertet. Der Crashtest ist dabei in vier Teilbereiche gegliedert, die in unterschiedlicher Gewichtung zu einem Gesamtergebnis zusammengefasst werden.



Fotos: Volvo Car Corporation

Wir machen aus einer Beule keinen Elefanten!



JÜRGEN SCHRÖDER

Autolackier- und Karosseriezentrum
Lademannbogen 145 • 22339 Hamburg

Die Profis vom Karosserie-Fachbetrieb:
Wir bügeln Unfallschäden wieder aus.
Günstig. Professionell und schnell.
Immer in Ihrer Nähe. Bei allen Automarken.



www.juergenschroeder.com



Smart-Repair-Service Tel.: (040) 538 933 -0



VOLVO V40 PREMIUM EDITION

NUR 19.950,- EURO*

EINMALIGES ANGEBOT!!!



V40 Neuwagen

Abb. zeigt Sonderausstattung.

Volvo V40 D2 Diesel Krüll Premium Edition: Klimaautomatik, Rückfahrkamera, Sitzheizung, beheizbare Frontscheibe, Alufelgen, Fußgängerairbag, City-Safety-Technologie, Audio Performance Radio/CD/AUX/MP3 uvm... Auf Wunsch mit Wartungspaket für 20,- Euro/Monat.**

Leasingangebot Volvo V40 D2 Diesel 84 kW (115 PS)

Laufzeit	36 Monate	Gesamtfahrleistung	30.000 km
Anzahlung	990,- Euro	Ein Angebot von Volvo Car Financial Services.	

199,- EURO* MONATLICHE LEASINGRATE

***ZZGL. 855,- EURO FRACHTKOSTEN**

**Begrenzte Stückzahl: Nur solange der Vorrat reicht.
Extra time: Gilt nur bei Bestellung bis 06.02.2013**

Kraftstoffverbrauch (in l/100km) 4,0 (innerorts), 3,4 (außerorts), 3,6 (kombiniert), CO₂-Emissionen (kombiniert): 94 g/km (gemäß VO/715/2007/EWG). **Zum Beispiel bei einer Laufzeit von 24 Monaten und 10.000 km/Jahr.

KRÜLL

VOLVO ZENTRUM

AMC Krüll GmbH **Sasel** Meiendorfer Mühlenweg 29, Tel.: 040/ 60 17 19-0 kruell.com
Sonntags Schautag von 11.00 - 17.00 Uhr. Keine Beratung, kein Verkauf, keine Probefahrten.

Verspricht komfortables Fahren in ansprechendem Innen-Design: der neue Range Rover mit einer Monocoque-Karosserie aus leichtem Aluminium.



Foto: Range Rover

Einführung eines Luxusliners!

Der neuen Range Rover – steht seit Anfang des Jahres bei den Land Rover-Vertrags-Händlern – hat dem SUV-Markt eine absolute Neuheit beschert: Als erstes Modell der Welt besitzt der britische Luxusliner eine Vollaluminium-Karosseriestruktur, die wesentlich leichter, leistungsfähiger und nachhaltiger als konventionelle Lösungen ist. Mit der Monocoque-Karosserie aus leichtem Aluminium schafft der Range Rover eine deutliche Gewichtseinsparung:

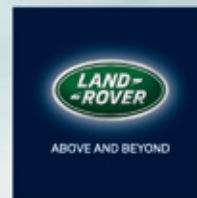
Die neue Struktur allein bringt 180 Kilo weniger auf die Waage, sie ist sage und schreibe 39 Prozent leichter als eine vergleichbare Stahlkarosserie – bei überragender Festigkeit. Hinzu kommen weitere Einsparungen im Fahrzeug, wodurch das neue Modell insgesamt bis zu 420 Kilogramm leichter wird. Für den neuen Wagen stehen drei Motorisierungen zur Auswahl. Los geht es mit dem 3,0-Liter-TDV6, der 190 kW (258 PS) Leistung mit niedrigen Verbrauchs- und

Abgaswerten vereint. Gekoppelt mit Stopp-Start-Automatik, weist der neue TDV6 CO₂-Emissionen von nur 196 g/km aus. Dabei stellt er seine 600 Nm Drehmomentmaximum derart rasch bereit, dass der Spurt von 0 auf 100 km/h in gerade einmal 7,9 Sekunden gelingt. Der Durchschnittsverbrauch liegt bei 7,5 l auf 100 km. Innovative und überlegene Technik macht jedoch nur einen Teil der Faszination des Range Rover aus. Mindestens ebenso bedeutend ist für

viele Besitzer die unvergleichliche Atmosphäre, die das Interieur verströmt. Verwöhnender Luxus und kompromissloser Komfort sind hier gepaart mit exquisiten Materialien, handwerklich perfekter Verarbeitung und einem ebenso stilvollen wie anspruchsvoll modernen Design. So wird komfortables Reisen mit dem Auto zum außergewöhnlichen Erlebnis. Der neue Range Rover ist in der Ausführung 3.0L TDV6 HSE ab 89.100 Euro lieferbar.

RANGE ROVER

DIE NÄCHSTE GENERATION



Der neue Range Rover verbindet charakteristisches Design mit modernster Technologie. Als weltweit erstes SUV mit Vollaluminium-Monocoque-Karosserie ist er der leistungsfähigste Range Rover aller Zeiten.

Ab 89.100,- €

HUGO PFOHE GmbH

Alsterkrugchaussee 355 • 22335 Hamburg

Telefon: (040) 500 60 500

www.hugopfohe.de

Kraftstoffverbrauch für den Range Rover 3.0 TDV6 in l/100 km kombiniert 7,5; innerorts 8,5; außerorts 7,0. CO₂-Emission: kombiniert 196 g/km; CO₂-Effizienzklasse B. Die Angaben wurden ermittelt nach den vorgeschriebenen Messverfahren RL 80/1268/EWG.



Foto: ŠKODA

Rallyehelden: Im Jahr 2012 gewann der tschechische Autobauer zum dritten Mal in Folge den Titel in der IRC-Marken- und Fahrerwertung und ist mit 27 gewonnenen Rennen IRC-Rekordsieger.

ŠKODA ist die erfolgreichste Marke der IRC-Geschichte

Wie schon in den beiden Vorjahren war ŠKODA auch 2012 wieder das Maß aller Dinge in der IRC. Souverän entschieden die Tschechen die Markenwertung für sich. Neuer und alter IRC-Champion wurde das Fahrerduo Andreas Mikkelsen/Ola Fløene im werkseigenen ŠKODA Fabia Super 2000. Neben dem IRC-Doppelsieg machten Titelgewinne

bei der Rallye-EM, der Asien-Pazifik-Meisterschaft (APRC) und sechs nationalen Rallye-Meisterschaften 2012 zu einem weiteren Erfolgswort in der 111-jährigen Motorsporttradition der Marke. Mit dem IRC-Titelgewinn gelang Mikkelsen als erstem Fahrer überhaupt die Titelverteidigung in dieser Meisterschaft. Mit dem neuerlichen Doppel-Triumph

untermauerte die Marke seine herausragende Position: Insgesamt 27 Rennsiege konnte ŠKODA Motorsport seit 2009 einfahren. Kein anderer Hersteller erreichte mehr. „Wir haben in der IRC ein herausragendes Erfolgskapitel geschrieben“, sagt Michal Hrabánek, Teamchef ŠKODA Motorsport. „Die Meisterschaft war von Anfang an eine glän-

zende Plattform, um zu zeigen, was ŠKODA im Rallyesport drauf hat. Unser Dank gilt allen, die zu unseren historischen Erfolgen beigetragen haben. Unsere Siege sind die beste Motivation für künftige Projekte“, so Hrabánek. Die IRC wird 2013 mit der Rallye-Europameisterschaft zur European Rally Championship (ERC) zusammengeschlossen.



149,- €*
mtl. Finanzierung inkl.
Versicherung und 4 Jahre Garantie

Škoda Fabia 1.2 COOL EDITION, 44 kW, 149,- €* monatliche Rate

Radio, Klimaanlage, Seitenairbags vorne, Lackierung: Pazifik-Blau, Ausstattung: Stone-Grau

*Anzahlung 890,00 €, Laufzeit 48 Monate, Schlussrate 5.365,42 €, 10.000 km jährliche Fahrleistung, 1,90 effektiver Jahreszins. Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis. Kraftstoffverbrauch des Škoda Fabia in l/100 km: innerorts 7,3l, außerorts 4,5l, kombiniert 5,5l, CO₂-Emissionen g/km: kombiniert 128. Finanzierung ein Angebot der ŠKODA Bank, Zweigniederlassung der Volkswagen Bank GmbH, gebunden an die Laufzeit des Finanzierungs- oder Leasingvertrags, Vollkasko mit 500,- € SB und Teilkasko mit 150,- € SB (Monatsrate 113,27 €, Vollkasko 10,- €, Haftpflicht 19,90 €, KaskoPlus 5,83 €, gesamt monatlich 149,- €). Der Monatsbetrag ist inkl. der KaskoPlus Anschlussgarantie (48 Monate) Danach gilt der individuelle Versicherungsbeitrag.

Weitere Fabia-Angebote vorrätig. Sprechen Sie uns an.

Service mit Leidenschaft.

kostenloser Ersatzwagen bei Inspektion

Auto Wichert GmbH | www.auto-wichert.de | info@auto-wichert.de

ŠKODA



Auto Wichert GmbH
Ulzburger Straße 167
22850 Norderstedt
Tel. 040 . 52 17 07 - 0

Autohaus **BORNEMANN** GmbH

Ihre Vertragswerkstatt im Alstertal




Wartung, Garantie, Reifen und Unfallschäden.
Egal, wo Sie Ihr Fahrzeug gekauft haben,
wir sind für Sie da!

Telefon 040-606 32 32
www.autohaus-bornemann.de
Harksheider Str. 45 · 22399 Hamburg



Fotos: Honda

High-Tech-Charakter: Der NSX will mit klaren Linien futuristisch wirken.

HONDA
The Power of Dreams

Testen Sie jetzt beim Honda
Fahrspaß-Frühstück 2013...

... den Honda Civic.
... den neuen Honda CR-V.
... viele weitere Frühstücksangebote.

Am 26. Januar, 9-16 Uhr

Der Honda Civic bei uns schon ab
€ 13.590,-*



Laube.

<p>Wandsbek Friedrich-Ebert-Damm 184 22047 Hamburg Tel. 040 - 66 86 04-0 Fax 040 - 6 68 36 82</p>	<p>Wellingsbüttel Saseler Chaussee 34-36 22391 Hamburg Tel. 040 - 64 06 77-0 Fax 040 - 6 40 00 81</p>
---	---

E-Mail: honda@lausse.de
Internet: www.lausse.de
Autohaus Ernst Laube GmbH

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: kombiniert 7,7-4,2; CO₂-Emission in g/km: 180-110 (Alle Werte gemessen nach 1999/94/EG).

* Preis gilt für einen Civic 1.4 i-VTEC[®] S. Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 6,6; außerorts 4,7; kombiniert 5,4. CO₂-Emission in g/km: 128 (Alle Werte gemessen nach 1999/94/EG).
Gültig für Privatkunden bis 31.03.2013. Verkauf, Probefahrt und Beratung nur innerhalb der gesetzlichen Ladenöffnungszeiten. Abb. zeigt Sonderausstattung.

Erster Blick ins Innere des NSX

Mit dem zweiten NSX Concept zeigt Honda auf der North American International Auto Show (NAIAS) in Detroit die nächste Evolutionsstufe des neuen Supersportwagens. Erstmals wird dort auch ein Blick in seinen Innenraum gewährt. Das Außendesign orientiert sich außergewöhnlich nah am ursprünglichen Konzept. So kommt auch die aktuelle Version flach und breit daher. Klare Linien betonen die dynamischen Proportionen, während ausgefallene Details den High-Tech-Charakter des futuristischen Boliden unterstreichen. Wie schon bei der ersten NSX-Generation stand für die Honda Designer auch bei der Neuauflage die Synergie zwischen Mensch und Maschine im Fokus. So steht im Inneren der Fahrer klar im Mittelpunkt des Geschehens. Er profitiert von einer hervorragenden

Rundumsicht, einer perfekten Sitzposition und einem intuitiven „Simple Sports Interface“, das die Bedienelemente auf ein Minimum reduziert. Für den Antrieb sorgen ein V-6-Mittelmotor mit Direkteinspritzung und das innovative Sport Hybrid SH-AWD (Super Handling All Wheel Drive) System. Das Gesamtpaket soll ein völlig neues Fahrgefühl erzeugen und dabei sowohl die Supercar-typische Dynamik als auch exzellente Umwelteigenschaften bieten. Entwickelt wird der neue NSX von einem internationalen Team unter der Leitung von Honda R&D Americas in Los Angeles (Kalifornien) und Raymond (Ohio). In Ohio steht auch das neue Werk, in dem der neue NSX produziert werden wird. Seine Europapremiere feiert das neue NSX Concept im März beim Genfer Auto-Salon.

Ein „Simple Sports Interface“ soll die Bedienelemente auf ein Minimum reduzieren.

Im Inneren des Boliden profitiert der Fahrer von hervorragender Rundumsicht.





Jens Hilscher (Audi Elbvororte), Jürgen Deforth Geschäftsführer Audi Zentrum Hamburg und Ingo Böhm (Audi Zentrum Hamburg, v.l.).

Erneut ausgezeichnet!

Kundenzufriedenheit und ein überdurchschnittliches Leistungsspektrum, dafür steht die Audi Hamburg GmbH, die mit zwei Standorten, Audi Zentrum Hamburg und Audi Elbvororte mit dem Titel „Audi Top Service Partner 2013“ durch die Audi AG ausgezeichnet wurde. Damit gehören das Audi Zentrum Hamburg, Kollaustraße und Audi Elbvororte, Rugenbarg zum exklusiven Kreis der von Audi ausgezeichneten Servicebetriebe. Gleichzeitig wurde das Audi

Zentrum Hamburg vom ADAC mit „sehr gut“ bewertet. „Mit der Auszeichnung haben die beiden Standorte in allen Servicekategorien exzellente Leistungen nachgewiesen und glänzten darüber hinaus mit überdurchschnittlich guten Ergebnissen bei der jährlichen Kundenzufriedenheitsbefragung. Der Titel bestätigt, dass unsere Mitarbeiter hoch qualifiziert sind und erstklassige Arbeit leisten“, erklärt Geschäftsführer Jürgen Deforth zufrieden. Weitere Infos www.audizentrum-hamburg.de.



Von der Straße auf die Rennbahn: Audi geht beim 24-Stunden-Klassiker in Daytona mit modifizierten R8 an den Start.

Audi in Daytona am Start

Gleich vier Audi R8 GRAND-AM gehen beim 24-Stunden-Rennen in Daytona (Florida) an diesem Wochenende an den Start. Damit möchte Audi Sport customer racing für den Audi R8 und die US-Rennversion des faszinierenden Mittelmotor-Sportwagens werben. Die US-Version des erfolgreichen Kundensport-Rennwagens der AUDI AG wurde für die Saison 2013 technisch weiterentwickelt. Durch optionale Flics an der Front, die Entlüftung der vorderen Radhäuser durch

Gitter („Louvres“) oberhalb der Vorderräder und eine neue Heckflügelposition wurde die aerodynamische Effizienz verbessert. Um das vom Reglement vorgegebene Mindestgewicht zu erreichen, hat Audi das Ultra-Leichtbau-Konzept für 2013 weiter ausgebaut. So sind nun auch in der GRAND-AM Türen aus kohlenstofffaserverstärktem Kunststoff (CFK) erlaubt. Das Rennen findet vom 26. Januar um 15:30 Uhr bis zum 27. Januar um 15:30 Uhr statt.

Audi Service



Ihr Audi Top Service Partner in Hamburg.

Die AUDI AG hat uns ausgezeichnet: als Audi Top Service Partner 2013. Diesen Titel erhalten Audi Partner, die ihre Kunden mit exzellentem Service überzeugen und die den hohen Standards der Marke Audi gerecht werden. Und auch der ADAC hat unsere Werkstatt im Audi Zentrum Hamburg mit „sehr gut“ bewertet. Erwarten Sie Top-Service, wann immer Sie uns besuchen.

Unser Angebot für Sie:

Bremse vorne komplett

für Audi A4, 105 kW (140 PS) TDI, Bj. 2009 –6/2011 1LA

€ 444,00 inkl. Montage

Ein Angebot der Audi Hamburg GmbH

Audi Elbvororte

Rugenbarg 248, 22549 Hamburg

Telefon 0 40 / 8 79 74 46-0

Audi Zentrum Hamburg

Kollaustraße 41-63, 22529 Hamburg

Telefon 0 40 / 5 48 00-0

info@audizentrum-hamburg.de

Vom ADAC mit „sehr gut“ bewertet.



*Nichts geht übers Eigenheim –
doch bei der Finanzierung
muss man Vorsicht
walten lassen!*

Vorsicht, Finanzierungsfall!

Eigene vier Wände lohnen sich – vorausgesetzt, man macht bei der Finanzierung keine schweren Fehler. Sonst kann das **Traumhaus** schnell um eine fünfstellige Eurosumme teurer werden. Es folgen die acht häufigsten Finanzierungsfallen!

1. Zu wenig Eigenkapital:

Jeder Euro, den man sich leihen muss, verteuert die Finanzierung. Bauherren sollten in einer soliden Finanzierung mindestens ein Viertel der Gesamtkosten aus Eigenmitteln bestreiten,

rät Schwäbisch-Hall-Experte Marcus Weismantel. Zum Eigenkapital zählen neben Barvermögen auch nutzbare Guthaben, etwa auf einem Sparbuch, einem Geldmarktkonto oder Bausparvertrag.

2. Kreditbedarf falsch berechnet:

Unterschätzt man seinen Kreditbedarf, wird eine teure Nachfinanzierung nötig. Setzt man ihn zu hoch an, verlangen Banken eine Nichtabnahmeentschädigung auf die nicht ausgezahlte Kreditsum-

me. Darum so genau wie möglich kalkulieren!

3. Nominal- und Effektivzins verwechselt:

Der Klassiker: Nur der Effektivzins ist wirklich aussagekräftig,

FRÜNDT

FUNDIERTE
IMMOBILIEN-
BERATUNG

REGIONAL STARK
IM NORDEN UND
OSTEN HAMBURGS

ÜBERZEUGENDE
LEISTUNGS-
KENNZAHLEN

NACHFRAGE-
POTENZIAL FÜR
IHRE IMMOBILIE

Dienstleistung
mit Herz und
Leidenschaft

TRADITION
IM IMMOBILIEN-
GESCHÄFT

IVD
VHH
FIABCI

FRÜNDT
IMMOBILIEN

☎ 040 / 6001 6001

MIT SICHERHEIT GUT BERATEN

BÜROHAUS SASELER MARKT 1 – 22393 HAMBURG – INTERNET WWW.FRÜNDT.DE – MAIL INFO@FRÜNDT.DE

wenn man Finanzierungsangebote vergleicht. Er beinhaltet auch Extrakosten wie beispielsweise Kontoführungs- und Darlehensgebühren, die manche Banken erheben.

4. Eigenleistung überschätzt:

Schön, wenn man am Bau selbst mit anpacken kann und Freunde und Verwandte mithelfen. Doch viele Häuslebauer überschätzen nicht nur ihre Fähigkeiten und die verfügbare Zeit, sondern auch die Einsparmöglichkeiten. Mit der falsch kalkulierten Muskelhypothek wird der Bau nicht billiger, sondern teurer.

5. Zu hohe Belastung:

Das Alltagsleben geht auch für Bauherren weiter. Unvorhergesehene Ausgaben wie etwa eine größere Autoreparatur müssen problemlos bezahlbar bleiben. Darum nicht den letzten Cent des Nettoeinkommens verplanen und sicherheitshalber eine Reserve in

Höhe von drei bis sechs Monatsgehältern bilden.

6. Zu niedrige Tilgung:

Je geringer die Tilgung, desto länger dauert es, bis die Immobilie schuldenfrei ist. Das sollte spätestens bei Renteneintritt der Fall sein. Und je länger die Laufzeit eines Kredits, desto höher sind die Gesamtkosten der Finanzierung. Tipp: Bauherren sollten die derzeitige Niedrigzinsphase für eine langfristige Zinsbindung und eine Tilgung von mindestens zwei Prozent nutzen. Handeln Sie mit Ihrer Bank auch ein Recht auf kostenfreie Sondertilgungen aus, wie sie bei Bausparverträgen selbstverständlich sind.

7. Nebenkosten übersehen:

Für Notar und Grundbucheintrag werden rund 1,5 Prozent des Kaufpreises fällig, die Grunderwerbssteuer beträgt zwischen 3,5 und 5 Prozent. Maklergebühren können noch deutlich höher zu

Buche schlagen. Vorsicht beim Kauf vom Bauträger: Enthält der „Festpreis“ wirklich alle Kosten, beispielsweise auch die Erschließungskosten für das Grundstück?

8. Laufende Kosten unterschätzt:

Auch Hauseigentümer müssen rechtzeitig Rücklagen für Renovierungen bilden, etwa mit einem Bausparvertrag. Faustregel: Die Bausparsumme sollte 15 Prozent des Verkehrswertes der Immobilie betragen.

**Geld gespart:
Wer allfällige
Fallen
vermeidet, hat
keine Verluste!**



Fotos: Bausparkasse Schwäbisch Hall



**„Wir bauen individuell
geplante Häuser
für höchste Ansprüche.“**



**Jedes für sich ein Unikat –
einzigartig und wertvoll.“**

(Martin Rensch, Geschäftsführer Rensch-Haus)

RENSCH-HAUS GMBH ... nun auch in Ihrer Nähe:

22850 Norderstedt, Segeberger Chaussee 43

Weitere Informationen im Verkaufsbüro unter Tel. 040 525601-25 oder

Mail: hamburg@rensch-haus.com · www.rensch-haus.com

**RENSCH
HAUS®**
Wohnen neu erleben!

zapf & umzüge
 Internationale Umzugfachspezialisten
 NAH • FERN • AUSLAND • ÜBERSEE

Umzugspartner VRK Hamburg GmbH
 Tel.: 040 / 8 53 33 90
 Fax: 040 / 8 51 51 50
 www.zapf.de
 hamburg@zapf.de

Traum-Immobilie oder Immobilien-Alptraum?

☑ SCHADENSGUTACHTEN
 ☑ BAUABNAHME-SERVICE
 ☑ KAUFBERATUNG

DR. IMMOBILIA
 Rainer Golunski
 Dipl. Ing. Architekt
 www.dr-immobilia.de ☎ 0163 1811539

Immobilienverkauf: stressfrei & sicher

Für Sie leisten wir unter Einsatz unserer Markterfahrung, moderner Werbemedien und Verkaufstechniken den umfassenden und zügigen **Verkauf**, aber auch die **Vermietung** Ihres Hauses, Grundstückes oder Ihrer Wohnung.

Unser **TIPP**: Ihr Immobilienvermögen in eine **Rente** umwandeln - ohne auszuziehen - Wir beraten Sie gerne!

Bibow Immobilien
 www.Bibow-Immobilien.de Tel. 040 / 608 75 100

Immer für Sie da – auch am Abend.

Hilmar Mühlig, Verkaufsleiter Alstertal
 Günther & Günther Immobilien

Villa an der Costa Blanca
 Entspannen bis in den Abend. Großzügige ca. 467 m² Wohnfläche auf 10 Zimmer verteilt. 2007 auf einem Hanggrundstück mit ca. 1.570 m² erbaut. Traumhafter Meerblick inklusive.
Kaufpreis: € 1.800.000,-

Neubauprojekt Lemsahl
 Außen außergewöhnlich – innen innovativ. Erstbezug eines futuristischen Stadthauses in Lemsahl-Mellingstedt. Ca. 116 m² auf 4 Zimmer verteilt. Leben Sie der Zeit voraus.
Kaufpreis: € 419.000,-

Homepage: www.guenther-immobilien.de
 E-Mail: info@guenther-immobilien.de
 Telefon: 040/600 810 20 | Büro: Heegbarg 89a, 22395 Hamburg

GÜNTHER & GÜNTHER
 IMMOBILIEN AUS LEIDENSCHAFT



Unter bestimmten Umständen kann man im Zusammenhang mit einer Scheidung von der Grunderwerbsteuer befreit werden.

Urteile um die Immobilie

Seezugang und Opfergrenze

Das Alstertal-Magazin stellt auf seinen Immobilienseiten in lockerer Reihenfolge aktuelle **Urteile zur Rechtsprechung** rund um die Immobilie vor. Diesmal geht es um **Stolperfallen, falsche Seegrundstücke und teure Sanierungen!**

Arbeitsunfall zu Hause?

Eine selbstständig tätige Kauffrau unterhielt in ein- und derselben Immobilie sowohl ihre Privatwohnung als auch ihre Büroräume. Beide waren durch eine Treppe getrennt. Genau diese Treppe betrachtete die Frau offensichtlich als ihren Arbeitsweg. Denn als sie eines Tages von der Wohnung ins

Büro gelangen wollte und dabei stürzte, machte sie einen Wegeunfall im Sinne der gesetzlichen Unfallversicherung geltend. Doch vor dem Kadi kam sie mit dieser Argumentation nicht durch. Wie der Infodienst Recht und Steuern der LBS mitteilt, verweigerten die zuständigen Richter die Anerkennung als Arbeitsunfall. Die Grenze

zwischen häuslichem Lebensbereich und dem Betriebsweg sei von der Rechtsprechung in der Vergangenheit bewusst eng gezogen worden, hieß es im Urteil. Einer der Gründe: Man dürfe andere Versicherte nicht schlechter stellen, deren Arbeitsweg erst beim Durchschreiten der Haustüre beginne.

(Sozialgericht Karlsruhe, Aktenzeichen S 4 U 675/10)

Fällige Steuer

Wer ein Grundstück erwirbt, der

muss, wie der Name schon sagt, dafür die Grunderwerbsteuer bezahlen. Von dieser Regel gibt es nicht allzu viele Ausnahmen. Eine davon ist nach Information des Infodienstes Recht und Steuern der LBS die Vermögensübertragung unter früheren Eheleuten – zumindest dann, wenn die Scheidung der Anlass für diesen Vorgang war und das auch nachgewiesen werden kann. (Finanzgericht Hessen, Aktenzeichen 5 K 2338/08)

Der Fall: Ein Ehepaar war je zur Hälfte Eigentümer eines Hauses

mit Grundstück. Die Ehe wurde geschieden, wobei lediglich ein Versorgungsausgleich durchgeführt wurde. Weitere Vereinbarungen über die Aufteilung des gemeinsamen Vermögens wurden nicht getroffen. Nach der Scheidung bewohnten die eine Wohnung des Hauses der geschiedene Ehemann und die andere Wohnung des Hauses die Mutter der Klägerin. Kurz nach dem Tod der Mutter übertrug der Ex-Mann, der sich zwischenzeitlich mit seiner neuen Partnerin für einen Hausneubau entschieden hatte,

seinen hälftigen Miteigentumsanteil auf die Klägerin. Das Finanzamt forderte die Grunderwerbsteuer, weil es keinen Zusammenhang mehr mit der Scheidung erkannte.

Das Urteil: Die Finanzrichter vertraten ebenfalls die Meinung, es fehle hier an der erforderlichen Ursächlichkeit der Scheidung für die Vermögensauseinandersetzung. Anlass für die Grundstücksübertragung sei vielmehr der Tod der Mutter gewesen. Die Vermögens-

Fortsetzung auf Seite 106

TUDSEN

IMMOBILIEN

HUMMELSBÜTTEL .

Zweigeschossige weiße Haushälfte mit ca. 144 m² Wohnfl. Sehr großzügiger Wohn- / Essbereich und 28 m² Schlafzimmer. Terrasse + Dachterrasse. Renovierung erforderlich. Etwa 500 m² Süd / West - Grundstück. Garage. € 369.000,--.

VOLKSDORF .

Zweigeschossiges Rotklinkerhaus Bj. 2007 im Stil einer Hamburger Kaffeemühle. Fast neuwertig. Etwa 233 m² Wohnfläche + ausgebauter Keller. Holzdielen, Wohnküche, Kaminofen. 535 m² Grdst. in sehr bevorzugter Wohnlage. € 890.000,--.

OHLSTEDT .

Hochwertige Villa. Sehr gepflegt. Etwa 250 m² Wohnfläche. Mit sehr hochwertiger Landhausküche von Siematic, zahlreichen Einbauten und großzügigen Räumen. Kamin, Alarmsystem. 1.550 m² Grdst. mit herrlichem Blick. € 980.000,--.

WELLINGSBÜTTEL .

Moderne Villa mit besonderer Ausstrahlung. Bj. 2007. Etwa 264 m² Wohnfl. zzgl. Keller. Parkettböden, Kamin, hoher Sicherheitsstandard. Großzügige Terrassenfl. in Erd- und Obergeschoss. 1.200 m² Grdst. mit sehr geschützter Gartenanlage. Garage. € 1.375.000,--.

GESUCHT !

Aufgrund von abgewickelten Verkäufen suchen wir für unsere Interessenten Einfamilienhäuser und Doppelhaushälften mit 120 - 150 m² Wohnfläche in Wellingsbüttel, Sasel und Volksdorf. Je nach Zustand bis € 600.000,--.

GESUCHT !

Für Kunden unserer Firma suchen wir ein großzügiges Einfamilienhaus / Villa ab 160 m² Wohnfläche. Standort Wellingsbüttel, Volksdorf oder Sasel. Wichtig ist eine sehr gute Wohnlage. Süd oder Süd / West - Grdst. Kaufpreis bis € 1.000.000,--.

040 / 609 019 30

www.tudsen.de

Kontorhaus Eulenkrugstraße 7 22359 Hamburg Volksdorf



Fortsetzung von Seite 105

auseinandersetzung sei nach der Scheidung zunächst verschoben worden, weil der Mutter die dauerhafte Grundstücksnutzung ermöglicht werden sollte. Dies betreffe aber nicht mehr die eigentlichen ehelichen Beziehungen der früheren Eheleute und deswegen sei eine Steuerbefreiung ausgeschlossen.

Die „Opfergrenze“

Wer eine Immobilie vermietet, der ist verpflichtet, sie in einem bewohnbaren und sicheren Zustand zu erhalten. Selbst größere, finanziell aufwendige Reparaturen können ihm dabei zugemutet werden. Aber ein krasses Missverhältnis zwischen dem Wert des Mietobjekts und den Renovierungskosten muss er nicht hinnehmen. (Bundesgerichtshof, Aktenzeichen VIII ZR 131/09)

Der Fall: Es ging um ein 40 Jahre altes Einfamilienhaus in Dresden, das unstreitig in einem sehr schlechten Zustand war. An den

5x
in Hamburg



JÜRGEN WEISS IMMOBILIEN

www.jw-i.de

Wir bieten Ihnen ständig neue Objekte an und unterstützen Sie gerne bei der Vermittlung Ihrer Immobilie – ob zum Kauf oder zur Vermietung



Renovierte Doppelhaushälfte im schönen Bramfeld

Doppelhaushälfte auf einem ca. 440 m² großen Grundstück. Asiatisch angelegter Garten mit kleiner Terrasse und großer Grünfläche. Das Haus wurde 1930 erbaut und 2009 saniert. 124 m² + 26 m² Ladengeschäft, welche sich auf 5 Zimmer verteilen, Doppelcarport. KP € 400.000



Herrschaftliches Stadthaus nahe Klosterstern

Herrschaftliche Altbauvilla in unmittelbarer Nähe zum Klosterstern auf einem ca. 321 m² großen Grundstück. 1898 erbaut und 2010 umfassend modernisiert. 390 m² Wohnfläche auf drei Geschossen und Bereich im Souterrain. KP € 2.850.000



Hochwertiges Zinshaus in 1A Lage mit unverbaubarem Alsterblick

Das ca. 347 m² große Grundstück ist mit einem mehrgeschossigen Wohnhaus bebaut und erstreckt sich insgesamt auf eine Wohn-/ Nutz- und Gewerbefläche von ca. 663 m² exklusive Keller, verteilt auf 25 Zimmer. Ab 2004 saniert und seitdem regelmäßig instandgehalten. KP auf Anfrage



Einzigtages Jagdanwesen in Traumlage bei Ahrensburg

Dieses Anwesen liegt in einer absolut ländlichen Umgebung auf einem ca. 62.000 m² großen Forstgrundstück. Haupthaus ca. 440 m² Wohn-/ Nutzfläche, auf 13 Zimmer verteilt. Nebenhaus ca. 110 m² Wohn-/ Nutzfläche, auf 4 Zimmer verteilt. KP auf Anfrage

IHR PARTNER SEIT ÜBER 20 JAHREN
ZERTIFIZIERTER SACHVERSTÄNDIGER

Hummelsbüttler Hauptstraße 10
22339 Hamburg
Tel.: 040 / 53 88 88 88

Grafiken: IBS/Tomiczek



Darf man auch dann von einem Seegrundstück sprechen, wenn es gar keinen Berührungspunkt mit einem See hat?

Innen- und Außenwänden der Immobilie zeigten sich Risse, auf deren Beseitigung der Mieter drängte. Eine Reparatur, deren Erfolg gar nicht sichergestellt gewesen wäre, hätte mindestens rund 50.000 Euro, vermutlich aber einen noch höheren Betrag gekostet. Dabei war das Haus selbst nur noch 28.000 Euro wert, die Monatsmiete für das Objekt betrug 351 Euro. Wegen dieses Missverhältnisses weigerte sich der Eigentümer, die Arbeiten vornehmen zu lassen. **Das Urteil:** Der Bundesgerichtshof sprach von einer „Opfergrenze“ für den Vermieter, die im konkreten Fall erreicht sei. Zwar könne man durchaus von einem gravierenden Mangel der Mietsache sprechen, aber es sei noch nicht einmal sichergestellt, dass die Sanierung etwas helfe, denn die Ursachen der Rissbildung seien nicht bekannt.

Direkter Seezugang?

Es ist verständlich, dass der Verkäufer eines Hauses sein Objekt in den leuchtendsten Farben schildert. Doch man sollte dabei nicht allzu sehr übertreiben und vor allem nichts behaupten, was gar nicht stimmt. (Oberlandesgericht Schleswig, Aktenzeichen 3 U 49/10) **Der Fall:** „Toplage! Einfami-

lienhaus mit direktem Seezugang“, hieß es in einem Maklerexposé. Weiter war davon die Rede, das Grundstück sei „wunderschön eingewachsen und direkt an den (...) See grenzend“. Nach Vertragsabschluss stellte sich allerdings heraus, dass zwischen dem Grundstück und dem See ein fünf Meter breiter Uferstreifen lag, der in der Hand eines anderen Eigentümers war. Die Erwerber fühlten sich getäuscht und strengten eine Schadenersatzklage an. Der Verkäufer betonte, er sei selbst von einer Uferlage ausgegangen. Näheres habe er nicht gewusst, da er das Grundstück auch nur geerbt habe. Eine vorsätzliche Täuschung seinerseits liege nicht vor.

Das Urteil: Beide mit dem Fall befassten Gerichtsstellen schlugen sich in ihren Urteilen auf die Seite des Käufers. Die Formulierungen im Exposé seien so eindeutig, dass man bei Vertragsschluss von einer Lage direkt am See ausgehen müssen. Vor dem Landgericht war ein Sachverständiger gehört worden, der den Wertverlust wegen des fremden Grundstückstreifens mit 7.500 Euro beziffert hatte. Diese Summe musste der Verkäufer als Schadenersatz bezahlen.

Villa Hoheneichen
Wohnen im Herzen von Wellingsbüttel

NEUBAU
Fertigstellung Fröhsommer 2013
Schöne 3 Zimmer - Wohnung im 1.OG mit Balkon, Aufzug, Fußbodenheizung, Wannenbad und Duschbad, Dreifachverglasung, Echtholzparkett, Rollläden, solarunterstützte Warmwasser- und Heizungswärmung
ca. 93 m² = 410.000,-€

Langenlücken 29
22393 Hamburg
Tel. 040 / 636 036 94
info@prokonzeptimmobilien.de
www.prokonzeptimmobilien.de

SIG
Holstein

Immobilienverkauf mit dem richtigen Partner
Ihr Objekt in guten Händen

Professionelle Unterstützung beim Immobilienverkauf mit der SIG-Holstein für Hamburg-Alstertal und Walddörfer

Brigitte Peschel
Telefon: 040 / 710001 75767
Mobil: 0151 / 550 062 04
www.sig-holstein.de

ZIMMERMANN
IMMOBILIEN SERVICE
WILHELM ZIMMERMANN

Pläne umsetzen!

Wenn Sie - vielleicht schon lange - überlegen, sich von Ihrer lieb gewonnenen Immobilie zu trennen: Nutzen Sie jetzt den Schwung des Marktes und unsere kompetente Unterstützung! Sie beginnt mit einer unverbindlichen Beratung.

Frahredder 7
22393 Hamburg
Telefon: 040- 600 10 600
www.zimmermann-ivd.de

ivd TÜV

www.dahlercompany.de

DAHLER & COMPANY
IMMOBILIEN

Axel Beth, Filialleitung
Wir suchen neue Objekte für unsere vorgefertigten Kunden und würden uns freuen, Sie bei der Vermittlung Ihrer Immobilie unterstützen zu dürfen. Gerne erstellen wir Ihnen eine kostenlose Bewertung Ihrer Immobilie.

Sasel, Wohnung im EG, Baujahr 2002, ca. 111 m² Wohnfläche, 3 Zimmer, großz. Wohn-/Essbereich, offene EBK, Wannenbad, Gäste-WC, Terrasse, TG-Stellplatz, KP: EUR 345.000,-

Poppenbüttel, großz. ETW, Baujahr 1969, ca. 151 m² Wohnfläche, 4 Zimmer, hochwertige Ausstattung, EBK, Gäste-WC, Süd-Terr., ca. 534 m² Grundstück, Garage, KP: EUR 395.000,-

Lemsahl-Mellingstedt, EFH für die große Familie, Baujahr 1986, ca. 256 m² Wohnfläche, 7 Zimmer, moderne EBK, 3 Bäder, Gäste-WC, ca. 3.478 m² Alstergrundstück, KP: EUR 950.000,-

Tangstedt/Rade, einzigartiges Fachwerk-anwesen bestehend aus 3 Gebäuden, Bj. 1985, ca. 276 m² Wohnfl., 5 Zimmer, ca. 16.640 m² Grundstück, Pferdehaltung möglich, KP: EUR 1.750.000,-

HAMBURG-ALSTERTAL
TEL. 040 - 53 05 43-0
AUCH AM WOCHENENDE



Foto: Ralf Buischer / www.ralfbuischer.de

Haus an Hanglage: Deswegen „liegt“ das zur Straße hin gelegene Wohnzimmer „auf“, der Rest „schwebt im Garten“.

Eckig ist in!

Was die Stadt neues an darstellungswürdiger Baukunst bietet, präsentiert regelmäßig das Jahrbuch „Architektur in Hamburg“. Wir zeigen als eines der Highlights: Wohnarchitektur im Bauhaus-Stil.

Fortsetzung auf S. 110

SASEL



Familiengerechtes 4-5 Zimmer Reihenhäuser mit ca. 125 m² Wohnfl., Baujahr 1984, Kamin, Carport, sonniges 185 m² Südwestgrundstück, in ruhiger Wohnlage, Grenze Wellingsbüttel, € 298.000,-

VOLKSDORF



Anspruchsvolles Ein-/Zweifamilienhaus mit ca. 240 m² Wohnfl. zzgl. Keller, 7-8 Zimmer, Baujahr 2000, Doppelcarport, 1.100 m² Südwestgrundstück in bester Villenlage, € 780.000,-

WELLINGSBÜTTEL



Erstklassig geschnittene 3-Zimmer ETW mit ca. 87 m² Wohnfl. im Erdgeschoss Vollbad, Gäste-WC, Keller + Bodenraum, nahe Bahnhof, inkl. TG-Stellplatz € 270.000,-

VOLKSDORF



"Neubau-Erstbezug", 8-Zimmer Einfamilienhaus, ca. 241 m² Wohnfl. + Vollkeller, hochwertige Ausstattung mit 3 Bädern, 570 m² Grundstück in beliebter Lage am Naturschutzgebiet

ST.GEORG



ALSTERCAMPUS - Trend-Flats in bester City-Lage zur Vermietung, Neubau-Erstbezug, ca. 50-148 m² Wohnfl., Fertigstellung April/Mai 2013, Mietpreise ab € 714,- mtl. excl. Informationen unter: www.witthoefft-alstercampus.com

WITTHÖFT
Immobilien aus gutem Hause

Zentrale Sasel:
Saseler Chaussee 203,
22393 Hamburg
Immo Shop Wellingsbüttel:
Rolfinckstraße 15, 22391 Hamburg

www.witthoefft.com
Telefon: 040/63 64 63-0

Zum 35-jährigen Jubiläum präsentieren wir unseren neuen Haustyp

seit 1978
Trumm
Häuser der Extraklasse

☎ 59 61 00
Diashow zu Trumm's Sextett:
www.TrummImmobilien.de



Musterhaus Besichtigung ** sonntags 14-17 Uhr ** Bramkoppel 1 in Sasel

Ein Erlebnis mit 6 Ecken, wir nennen es "Trumm's Sextett"
[Bauvorhaben in ausgesuchten alstertaler Lagen: Goldröschenweg 27 + Distelkoppel 9]

Trumm Immobilien GmbH Hausbau Makler Bewertungen Coaching

VOIGT + OHLER
 Voigt + Ohler Grundstücksgesellschaft mbH & Co. KG

INOVIATION AUS TRADITION

Renommiertes Hamburger Unternehmen sucht Baugrundstück für die Errichtung von Wohn- und Mehrfamilienhäusern, auch mit Altbestand möglich.

WWW.VOIGT-OHLER.DE

Tel. 040 - 536 60 95
 info@voigt-ohler.de

Baufinanzierung:

Sonderzins (Stand Januar 2013)

- **30 Jahre Zinsbindung (Voraussetzung: 2% Tilg.)**
- 3,25% nom. / 3,30% eff. (80% - Beleihung)
- zzgl. KfW - Mittel
- 5% Sondertilgung p.a.
- **100% Sondertilgung ab dem 5. Jahr kostenlos möglich**
- 18 Monate keine Bereitstellung

Ich bin für Sie da!

Finanzierungsexperte
 Guido Porschen
 Eekbusch 35 a
 22395 Hamburg
 Tel. 040/64505415
 e-mail:
 info@finanzagentur-porschen.de

Handwerker/Gärtner/ Marktbeschicker!!!


Hallenflächen ca. 140m² und 30 m² mit Freiflächen zu vermieten.
 Hamburg-Sasel
 Büro: 040-633 177 50
 Mobil: 0172-953 65 75

VOLKER WARNKE
IMMOBILIEN

- VERKAUF
- VERMIETUNG
- VERWALTUNG

Saseler Kamp 25 - 22393 Hamburg
 Telefon: 040 / 601 78 74
 Telefax: 040 / 601 76 44
 E-Mail: volker-warnke@t-online.de

Das Alstertal-Magazin online lesen!



Glückliches & gesundes 2013!

Erfüllen Sie sich in Hamburg-Ohlsdorf Ihren Traum von den eigenen 4 Wänden:

- in attraktiver, ruhiger Wohnanlage
- mit Aufzug, Tiefgarage, Parkett u.v.m.
- 2 - 4 Zimmer, ab 245.900,- €
- WK-/KfW-Förderung möglich

Bereits 25% verkauft!

INFO vor Ort: Sonntag: 14 - 16 Uhr
 Beisserstr., Ecke Kerbelweg

Tel. 040 - 20 00 50
 www.nccd.de/kerbelweg



Fortsetzung von Seite 108

Architektur ist wohl DAS Thema, das im öffentlichen Raum am stärksten polarisiert. Kein Wunder, steht ein neues Gebäude erst einmal, dann steht es meist für lange Zeit. Etwa das Spiegel-Hochhaus am östlichen Eingang zur inneren HafenCity. Eines der Objekte, das nach Juryentscheid in das neuen Architekturjahrbuch gehört und dort behandelt wird – negativ wie positiv, immer aber auch kritisch. Exemplarisch für den privaten Wohnungsbau zeigen wir zwei Villen in Volksdorf. Eine der größten Herausforderungen für die beauftragten Architekten von LA‘KET war die Integration der Neubauten in die bestehenden Bauensembles. Das Projekt mit dem Arbeitstitel „Duve“ (Foto S. 108) befindet sich in einer Straße mit Nachbarhäusern aus Putz, Mauerwerk und Naturstein mit Sattel-, Walm- und Flachdächern. Am auffälligsten waren weiß geschlämmte Häuser aus den 1960er- und 1970er-Jahren. Diese haben die Architek-

ten aufgenommen und „modern“ im Bauhausstil interpretiert: mit schlichten Formen und großen, bodentiefen Fenstern. Das lässt viel Natur nach innen. Ähnliches gilt für ein weiteres Projekt namens „Röge“. Entsprechend seiner direkten Nachbarschaft ist es in rotem Klinker gehalten. Allerdings als großer zweigeschossiger Kubus mit klaren Linien, der sich dadurch deutlich vom Altbestand der Straße abhebt. Ein gelungener Neubau unter Beachtung der spezifischen Wurzeln seiner Umgebung. Darüber hinaus greift das Jahrbuch wie in den vorherigen Ausgaben Themen der Stadtentwicklung und Stadtplanung auf. Beispielsweise das Hamburger Schulbauprogramm und die geplanten Abrisse des GEG-Ensembles auf der Peute. Fazit: Auch dieses Jahrbuch gibt wieder einen guten Ein- und Überblick über aktuelle Projekte und Tendenzen in Hamburgs Architektur, Städtebau und Freiraumplanung.

Kai Wehl



Das Wohnzimmer befindet sich direkt über dem abgesenkten Hauseingang und der „Garage“. Die besteht aus einem Vorsprung der Hausfassade.



Buchtipps:

„Architektur in Hamburg. Jahrbuch 2012“, Herausgeber: Hamburgische Architektenkammer, Junius Verlag, 192 Seiten, Klappenbroschur, 39,90 €

*225 qm Nutzfläche hinter der Umgebung
angepasstem Rotklinker: Allerdings kommt
dieser bei dem Projekt in Maß und Verputz
eher süd- statt norddeutsch daher.*



Fotos Ralf Bostler / www.ralfbostler.de

Unser Maßstab sind Ihre Ansprüche und Vorstellungen



UNSERE STÄRKEN



Massive Bauweise



Individuelle Planung



Effiziente Ausführung

BREYER & SECK BAU
Massive Wohnräume

Weitere Informationen finden Sie unter

www.breyerundseckbau.de

Ihre Sicherheit. Ihre Zukunft. Ihr Haus.

Grundstücksbewertung
- unabhängig - marktgerecht

Stephan Teschke

Diplom Sachverständiger (DIA/Uni Freiburg)
für die Bewertung von bebauten und ungebauten Grundstücken, für Mieten und Pachten

Gutachter im Hause Witthöft
- Hausmakler RDM/VHH

Tel.: 040/ 63 64 63 44
auch abends und am Wochenende

Das Alstertal-Magazin
online lesen!



www.alster-net.de

ABEL IMMOBILIEN ®
Makler & Bauträger
Häuser & Grundstücke gesucht
abel-immo.de
6000 91 60
Ein Partner von **ELBE-HAUS**
So will ich bauen.

Service rund um Haus und Grund



Neutrale Beratung - auch vor Ort - bei Neubau,
Kauf, Ausbau, Sanierung und Modernisierung

- Vertragsprüfung
 - Bauüberwachung und Kontrolle
 - Begleitung bei Übernahme und Abnahme
 - Bauschadenermittlung
 - Bewertung von Immobilien
 - Haus- und Anlagentechnik
- Ihre Mitgliedschaft lohnt sich immer!

Grundeigentümer-Verband
Glockengießerwall 19 · 20095 Hamburg
Telefon (040) 309 67 20
Telefax (040) 32 13 97
www.grundeigentuemerverband.de
info@grundeigentuemerverband.de



**Grundeigentümer-
Verband
Hamburg**



Foto: Dantonus

Interessante Entwicklung: Fertighäuser haben sich seit 2000 stärker verteuert als Massivhäuser.

Fertighäuser werden teurer

Einfamilienhäuser in Fertigbauweise haben sich seit der Jahrtausendwende stärker verteuert als konventionelle Neubauten. Das zeigen Zahlen des Statistischen Bundesamts. Während die Preise für Massivhäuser um 23 Prozent zulegt, kosten neue Fertighäuser heute rund 31 Prozent mehr als im Jahr 2000.

In der europäischen Schuldenkrise setzen die Bundesbürger verstärkt auf Wohneigentum – zur Selbstnutzung, aber auch als Anlageobjekte. Die Zahl der Baugenehmigungen steigt seit vier Jahren kontinuierlich an, wenn auch auf vergleichsweise niedrigem Niveau. Am häufigsten entstehen neue Wohngebäude nach wie vor in Eigenregie, gefolgt vom schlüsselfertigen Bauen und dem Bau von Fertighäusern. Im Durchschnitt kosten neue Einfamilienhäuser rund 300.000 Euro, Wohnungen schlagen mit 220.000 Euro zu Buche. Bei Bestandsimmobilien bewegen sich die Preise in etwa auf dem Niveau von vor zehn Jahren. Ein gebrauchtes Einfamilienhaus gibt es im Schnitt für 158.000 Euro, eine Wohnung für 105.000 Euro.

Laut Statistischem Bundesamt haben die Preise für Fertighäuser vom Jahr 2000 bis heute am stärksten zugelegt. Sie verteuerten sich um fast ein Drittel. Massivhäuser, die mit Hilfe von Architekten und Bauunternehmen errichtet werden, kosten 23 Prozent mehr als zur Jahrtausendwende. Gründe für die Preisanstiege sind vor allem höhere Arbeits- und Materialkosten sowie die Anhebung der Mehrwertsteuer im Jahr 2007. „Ob Massivhaus oder Fertigbauweise, neu oder gebraucht – die Bedingungen für die Finanzierung einer selbst genutzten Immobilie sind dank niedriger Zinsen derzeit besonders attraktiv“, sagt Gregor Schneider von der LBS. Laut „Finanztest“ (04/2012) hat das aktuelle Zinstief denselben Effekt wie ein Rückgang der Immobilienpreise um zwanzig bis dreißig Prozent. Wer zusätzlich die Wohn-Riester-Förderung in seine Finanzierung einbaut, kann die Belastung weiter senken. „Zulagen und Steuervorteile summieren sich über die Jahre auf Zehntausende Euro“, so Schneider. Dadurch sind Eigentümer bis zu fünf Jahre schneller schuldenfrei.

Suche Schallplatten aus den Bereichen
Jazz, Beat, Rock und Soul der 60er-
und 70er-Jahre. Tel.: 695 46 76

Winterreifen zu verkaufen.
Goodyear Ultra Grip 7, ca. 10.000
km gefahren, 185/60/R14, mit
Stahlfelge auf Polo gefahren.
Tel.: 0157 - 71 47 96 33

**Einzelnachhilfe
zu Hause**
Infratest:
GUT (1,8)
Erfahrene
Nachhilfelehrer
in Deutsch, Mathe,
Engl., ReWe usw.
Das Lernen lernen,
alle Klassen
Bundesev. Elternbefragung 2007
ABACUS
seit über 10 Jahren
in HH und Umgebung
68 13 70 / 60 76 16 83
abacus-nachhilfe.de

GARAGE neben AEZ, abschließbar,
ab 1.2.13 Karl-Lippert-Stieg zu
vermieten. Tel.: 0172 433 93 26

Erfahrene Privatsekretärin ordnet/
verwaltet zuverlässig und diskret
Ihre Unterlagen (auch im Trauerfall),
Referenzen vorhanden. Tel.: 04106 -
613 539 od. 0176 - 96 22 66 80

Kaufe Bücher/Bibliotheken
Freue mich über Ihren Anruf!
040/67 58 73 77 oder 0179/49 19 333

Plattdeutsch-Unterricht für Kinder
von 6 bis 16 Jahren. Singen, tanzen,
spielen, lesen und Theater spielen
alles kostenlos! Henneberg Bühne,
donnerstags 16:30h im Haus Iris
des Hospital zum Heiligen Geist,
Hinsbleek 11. Anmeldung und Info
unter Tel.: 040- 602 79 81

Englische Möbel
www.internamoe-net.com
Tel.: 040 - 60 70 630

auf Maß Regal, Schrank, Bett, Tisch
Schleibtr, Heizkörperheizung
Bilderschienen Bilderrahmung > 2500 Muster
Möbelbemalung Vergolderei
040/81996535
bettmanohe.de
zum Verlieben Ludolfstr. 39 • U Kellingh. str.
Gemäldereinigung • 8000 Ideen Kunststriche u.a.
Chagall, Picasso, Monet, Degas, Warhol, Dix, ...

Verkaufe Audi A6 Limousine 3.0
TDI Quattro, 240 PS, Automatik, in
Quarzgrau, mit Vollausstattung und
vielen Extras aus 2. Hand, HU/AU
neu, für VB 24.999 Euro von Privat.
Tel.: 0177 - 589 78 42

**Gartenarbeit aller Art
F. Balta**

Friesenwälle, Teichanlagen
Gartengestaltung-Gartenpflege
Baumpflege-Heckenschnitt
Jahresgartenpflege
Zäune/Palisaden setzen
Pflasterarbeit

Tel.:/Fax: 04191-502049
Mobil: 0170-48 24 911

Tjark, fast 3 Jahre alt, wohnt in der
Nähe vom Treudelberg. Er sucht eine
liebvolle, mobile und agile Ersatz-
Oma. Bitte unter folgender Nummer:
0179-2921692 melden.

Effektive Nachhilfe & Lerntherapie
 **Lernwerk**
www.lernwerk-ag.de
Alstertal ☎ 64 42 3077

Praktikum / Ausbildung

MICE access GmbH in Norderstedt bietet Praktikum (mit Vergütung)
und anschließendem Übergang zur Ausbildung Kauffrau/-mann für
Bürokommunikation (ab 1.8.2013). Realschulabschluss, sehr gute Englisch-
kenntnisse sowie ein freundliches Auftreten werden gewünscht.

Bewerbung bitte per E-Mail an: s.bergerhausen@mice-access.com

www.mice-access.com

Sylt ist bei jedem Wetter schön...
- auch Ostern Vorsaisonpreise -
Appartement-Brünig Inh. Bärbel Lundershausen
Gut ausgestattete Apartments: Westerland, Wenningstedt, Tinum
Tel.: 0 46 51/ 58 58 • Fax: 0 46 51/ 58 59 www.appartement-bruenig.de

Wir suchen Sie!

Ihr neuer Job im Magazin Verlag Hamburg.

Media-Sales-Kollege/in (in Teilzeit oder Vollzeit)

Jetzt bewerben:

Das mobile Internet ist der
stärkste Wachstums- und
Zukunftsmarkt. Hier spielt
die Musik und in genau diesem
Marktsegment bieten wir Ihnen eine
spannende Aufgabe im Bereich Medien.
Für die Metropolregion Hamburg suchen wir
eine/n neue/n Kollegen/in für den Bereich
Verkauf/Vertrieb. In Teilzeit oder Vollzeit.
Kommen Sie in unser Team. Im Schwerpunkt
steht der Vertrieb von mobilen Websites

in Verbindung mit dem QR-Code plus
(unten testen) und die Betreuung unserer
Anzeigenkunden.
Sind Sie neugierig auf neue Märkte,
engagiert, kundenorientiert und
leistungsbereit? Wir bilden Sie fachlich aus.
Bitte senden Sie Ihre Bewerbung an:
Wolfgang E. Buss,
Magazin Verlag Hamburg,
Barkhausenweg 11,
22339 Hamburg.



IMPRESSUM

So erreichen Sie uns:

Verlagszentrale:
040 / 538 9 30-0
Mo.- Fr.: 9.00 bis 13.00 Uhr

Buchhaltung:
040 / 538 9 30 13
Mo.- Fr.: 8.00 bis 12.00 Uhr

Redaktion:
040 / 538 9 30 46
Mo.- Fr.: 9.00 bis 16.00 Uhr

**Media-Berater/innen,
Direktwahl:**
Gabriele Bergerhausen (Poppenbü-
tel, Haspa), Tel. 538930-55; Jutta
Brandes (AEZ, Fuhlsbüttel, Hum-
melsbüttel), Tel. 538 930-50; Marc
Brando (Eppendorf, Hohenfelde,
Uhlenhorst, Autohäuser, Pöseldorf,
Tel. 538 930-56;

Mittelweg, Harvestehude,
Rotherbaum) Tel.538930-63;
Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538
930-0; Annegret Linke (Winter-
hude), Tel. 538 930-67; Sabine
Merbach (AEZ, Volksdorf), Tel.
538930-17; Sabine Meyerrose
(Sase), Tel. 538 930-52;
Simone Niklaus (Wellingsbüttel,
Duvenstedt und Lemsahl-
Mellingstedt), Tel. 538930-14;
Andreas Rohloff (Autohäuser),
Tel. 538 930-51; Barbara Suhr
(Makler), Tel. 538930-54;
Helmuth Wegner (Volksdorf,
Uhlenhorst, Hamburger Meile),
Tel. 538 930-56;

Verteilung/Vertrieb
040 / 538 34 52

E-Mail:
redaktion@alster-net.de
anzeigen@alster-net.de

Internet:
www.alster-net.de
www.alstertv.de
www.alster-talk.de
www.talkhamburg.de
www.hamburger-
herbstempfang.de

Fax:
040 / 538 9 30 11

Das Alstertal-Magazin ist unabhängig und überparteilich. Es erscheint monatlich im Alstertal und den Walddörfern.

Verlagsanschrift: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg;

Herausgeber/Verleger: Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.) | **Chefredakteur:** Kai Wehl | **Redaktion:** Christian Ehrhorn,
Maria Heggemann, Christiane Kaufholt (CVD AEZ-Magazin), Christian Luscher, Jonas Sachtelber, Katharina Siegel | **Korrektur:** Regina Ahrens

Produktion/Anz.-Disponenten: Birgit Schümann | **Chefgrafikerin:** Stefanie Oldhaver

Grafik: Juliane Duczmal, Annerieke Kaack, René Kriese, David Nagel, Tobias Nowatzky, Luka Plepp, Alina Sophie Schulz

Titelgestaltung: Stefanie Oldhaver | **EDV- und DTP-Beratung:** IT-Service Thilo Noack

Druck: Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22680 Wedel | **Vertrieb:** Sandra Schmelter-Haun,
Magazin Verlag Hamburg Eigenvertrieb, | **Auflage:** 51.000 Exemplare © 2013 Magazin Verlag Hamburg.

Beilagenhinweis:

In einem Teil unserer Auflage liegt ein Prospekt von Immobilienmakler Fründt.

Kein Magazin bekommen?

Frau Schmelter-Haun/Vertrieb 040 / 538 34 52

Ist Monogamie unnatürlich?

Entspricht Monogamie wirklich der Natur des Menschen oder fühlen wir uns nur durch gesellschaftliche Normen dazu genötigt? Darüber diskutiert nicht nur die Wissenschaft.

Keiner möchte der oder die Betrogene in der Partnerschaft sein. Die Studie „pairfam“ untersucht das Treue-Thema. Seit Beginn der Studie 2008 werden Jahr für Jahr über 12.000 Personen dazu befragt. Erste Auswertungen zeigen: Treue ist ein wertvolles Gut. Der Aussage „Fremdgehen wäre für mich ein ernsthaftes Beziehungsproblem“ stimmen rund 62 Prozent der 35- bis 37-Jährigen zu. Bei den U20-Jährigen stimmen sogar 77 Prozent zu. Warum haben wir dann aber in der Praxis so ein Problem treu zu sein – und zwar egal, ob Mann oder Frau?

Die Gene verbreiten

Eine biologische Ursache für das Fremdgehen könnte sein, dass wir eben doch noch nicht allzuweit vom Steinmenschen entfernt sind. Treue ist damit ein Konstrukt, das mit der Biologie der Primaten im Widerspruch steht. Denn im Grunde geht es darum, seine Gene weiter zu verbreiten. So leben auch die meisten Säugetier-Arten nicht monogam. Allerdings muss bei den Geschlechtern differenziert werden: Männliche Säugetiere produzieren Millionen von Spermien,



Je höher der Testosteronspiegel, desto weniger treu kann Mann sein. Aber auch Frau hat ihre „Monogamieprobleme“.

weibliche hingegen setzen nur eine große Eizelle einmal im Monat frei. Daraus ergeben sich für Männer und Frauen unterschiedliche Reproduktionsinteressen.

Testosteron verhindert Treue

Frauen, die Wert auf Treue legen, sollten sich einen Mann mit geringerem Testosteronspiegel suchen. Denn die

haben weniger Möglichkeiten sich fortzupflanzen und sind deshalb zäher. Zwar wirken Männer mit mehr Testosteron reizvoller auf Frauen, sind aber seltener treu.

Affären zum Machtausgleich

Meist ist es Studien zufolge zwischen dem fünften und zehnten Beziehungsjahr soweit: Eine Affäre schafft Luft in

der zu eng gewordenen Partnerschaft, sorgt für prickelnde Bestätigung und Aufmerksamkeit, die man zu Hause nicht mehr bekommt. Auch kann sie die Machtbilanz regulieren, wenn zwischen den Partnern ein Ungleichgewicht herrscht. Zum Beispiel sollen Männer eher fremdgehen, wenn sie ihrer Partnerin finanziell deutlich unterlegen sind. ck



Maria Heggemann,
Redakteurin

Ist absolute Treue umsetzbar?

PRO

„Ich bin der festen Überzeugung, dass es möglich ist, in einer Beziehung monogam zu leben. Und man damit glücklich ist. Für mich gibt es an dieser Wertvorstellung auch nichts zu rütteln. Sicherlich ist Monogamie in manchen Kulturen ein Fremdwort, aber in unserer Gesellschaft

werden genau diese Werte vermittelt und für alles andere fehlt mir die Vorstellungskraft. Würde mein Partner mich betrügen, ist es in jedem Falle ein Grund die Beziehung zu beenden. Es ist ein Vertrauensbruch und so etwas könnte ich nie tolerieren. Ich möchte mich auf meinen Partner verlassen können und mich geborgen fühlen. Ohne Angst haben zu müssen, dass er morgen zu einer anderen Frau geht. Meine Kinder sollen in einem soliden Umfeld aufwachsen, zusammen mit ihrem Vater und nicht mit fünf verschiedenen Männern.“

CONTRA

„Die Versuchung lauert überall, heißt es so schön. Egal, ob am Arbeitsplatz, im Café oder im Wartezimmer – überall kann Frau oder Mann einem Menschen begegnen, von dem er sich angezogen fühlt. Der Grund dafür muss nicht unbedingt sexueller Natur sein, sondern kann auch psychologisch basiert sein. Denn wir alle streben nach Anerkennung, Selbstbestätigung sowie Erfüllung von Lust und Glücksmomenten. Wird eine dieser Bestrebungen in unserer Beziehung nicht mehr befriedigt, suchen und finden wir sie oftmals in einer Affäre. Für mich ist es deshalb völlig unrealistisch zu behaupten, dass absolute Treue stets umsetzbar ist. Ich betrachte es eher als Zufall, wenn jemand sein Leben lang treu und monogam gelebt hat. Diesen Menschen fehlte – warum auch immer – schlicht und einfach die Möglichkeit zum Untreusein.“



Christiane Kaufholt,
Redakteurin

Ihre Meinung interessiert uns! Können und müssen wir treu sein?

Bitte an: Alstertal-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder redaktion@alster-net.de, facebook.de/alstertalmagazin!

Mollwitz-Mehrfamilienhäuser

Anspruchsvolle Architektur, individuelle Planung und höchste Wohnqualität



www.mollwitz.de

Mollwitz Massivbau GmbH, Bahnhofstr.7, 22941 Bargteheide, Tel. 04532-20 66-0, Fax 04532-20 66-22, www.mollwitz.de

Grossmann & Berger



Volksdorf

Einfamilienhaus, Baujahr 1998,
6 Zimmer, ca. 178 m² Wohnfläche,
ruhig gelegen, ca. 1.590 m² Grdst.
Kaufpreis: € 775.000

Tangstedt

Zweifamilienhaus, Baujahr 2008,
8 Zimmer, ca. 267 m² Wohnfläche,
behindertengerecht, ca. 902 m² Grdst.
Kaufpreis: € 775.000

Duvenstedt

Zweifamilienhaus, Baujahr 1992,
6 Zimmer, ca. 225 m² Wohnfläche,
Sackgasse, ca. 835 m² Grundstück
Kaufpreis: € 650.000

Bramfeld

Eigentumswohnung, Baujahr 1959,
2 Zimmer, ca. 55 m² Wohnfläche, zeit-
gemäße Ausstattung, 2. Obergeschoss
Kaufpreis: € 135.000



Wir schätzen, was Sie besitzen!

Sie denken daran, Ihre Immobilie zu verkaufen? Dann sprechen Sie uns gern an. Mit langjähriger Erfahrung und umfassender Marktkenntnis erstellen wir Ihnen unverbindlich eine Wertanalyse und begleiten Sie durch den Verkaufsprozess.

Wir beraten Sie gern!

Grossmann & Berger macht. Das Zuhause Ihres Lebens!

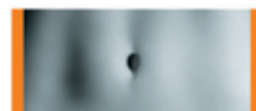


JETZT MITGLIED WERDEN MIT NUR
80 € AUFNAHMEGEBÜHR (STATT 200 €)

LOS GEHT'S!

Nur noch bis 28.02.2013

ALSTERTAL • Heegbarg 6 • 040/65 89-14 50
4 x in Hamburg
www.meridianspa.de



MERIDIANS PA
Fitness. Wellness. Bodycare.