



Der Ritter Otto von Bahren



700 Jahre Ottensen

Interview mit Hollow Skai

Liebe Nachbarn,

das neue Jahr hat begonnen und wir hoffen, dass Sie gut ins Jahr gestartet sind. Und natürlich freuen wir uns, Ihnen unsere erste Ausgabe des **winkelblicks** 2010 zu präsentieren.

Ottensen steht dieses Jahr ganz im Zeichen seiner Geschichte von nunmehr 700 Jahren. Mit unserer Rückblick-Serie wollen wir interessante Begebenheiten und Geschichten erzählen. In dieser Ausgabe geht unser Blick noch vor die erste urkundliche Erwähnung und bietet einen kleinen Abriss der Entwicklung der Siedlung.

In unserem Interview plaudern wir mit dem Schriftsteller Hollow Skai, der mit seinem Buch „Alles nur geträumt – Fluch und Segen der Neuen Deutschen Welle“ für den „Award for Excellence in Historical Recorded Sound Research“ nominiert wurde.

Außerdem stellen wir viele interessante Projekte aus unserem Stadtteil vor – vom Hundesport des SC Ottensen, über ein Kanuprojekt der Max Brauer Schule, bis hin zu einem Besuch beim Theaterkaffee „Die 2te Heimat“.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Lektüre und freuen uns schon auf Ihre Meinungen, Anregungen und Tipps. Jeder Zuspruch und jede Kritik ist uns willkommen.

Gerne können Sie uns auch empfehlen, wir suchen für unser junges **winkelblick**-Projekt noch Verstärkung in der Mediaberatung, Verteilung und freuen uns immer auch über Anzeigenkunden, die unser Heft als geeignete Werbepattform sehen. Denn je mehr Anzeigen geschaltet werden, um so mehr Seiten wird unser Magazin beinhalten.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen schönen Februar,

Ihr **winkelblick**-Team



Kostenlos aber nicht umsonst

Wir bieten:

NUR 30-40% Anzeigenanteil,
60-70% redaktioneller Inhalt
Hohe Auflagen und hohe lokale Abdeckung

Lieferung und Verteilung an alle Haushalte
durchgehender 4-Farbdruck
Faire Preise

eine Anzeige
im Winkelblick



Inhalt

Augenblick: Notizen aktuell	S. 3
Rückblick: 700 Jahre Ottensen Alles Gute Ottensen Wer war Otto von Bahren?	S. 4 S. 5
Gewerbe & Wohnen in Ottensen: Der Theatersalon „die 2te Heimat“ Fortschrit Hamburg-Institut gegen familiäre Gewalt Genossenschaftliches wohnen in Altona	S. 6 S. 7
Interview: Hollow Skai - Talk mit Mister Write	S. 8-9
Recht im Winkel: Gedanken zum Erbschaftsrecht	S. 10
Gesundheit im Blick: Kundalini Yoga Die Ergotherapie	S. 11
Familienwinkel: Schülerprojekt an der Max-Brauer-Schule Das Boot in dem wir sitzen „Projekt Winkelblick“	S. 12
Kultur: Tipps für Februar und März	S. 13
Sport im Blick: Hundesport-Agility beim SC Ottensen	S. 14
Glück im Winkel: Kreuzwinkelrätsel	S. 15

Impressum

Verlag
Gianni Sommer Verlag
Am Born 19
22765 Hamburg
www.winkelblick.net
info@winkelblick.net
040-32 96 23 19

Herausgeber
Gianni Sommer (GS)
gianni.sommer@winkelblick.net

Redaktion
redaktion@winkelblick.net
Myriam Lampe (ML), Lilly Perez (LP),
Thomas Karp (tek), Arndt Prenzel (AP),
Elke Post (EP), Martin Rieke (MR),
Hari Krishan (HK)

Grafik & Illustration
grafik@winkelblick.net
Ansgar Hilbig

Fotos
Angelika Jakat, Arndt Prenzel

Anzeigenberatung
anzeigen@winkelblick.net
040-32 96 23 20
Elena Chmielewski, Jane Malvar

Verbreitungsgebiet
über kostenlose Hausverteilung
(über 90 Prozent Abdeckung garantiert) in Ottensen und zusätzlicher
Auslage in Altona Altstadt. Auflage:
15.000 Exemplare

Leserbriefe

Hallo liebe Leute, ich bin durch Zufall an einem Aushang (Job zu vergeben) auf Euer Magazin aufmerksam geworden. Bin dann gleich mal ins Net gegangen um es mir anzuschauen, schön! Aber wo sind die Kleinanzeigen? Das Salz in der Suppe, lockert auf und steigert das

Interesse, geht oftmals sogar durch mehrere Hände. Das wäre mal meine kleine Anregung für ein sonst tolles Magazin!
MfG. Heiner T.
Vielen Dank für die Anregung, hatten wir auch schon überlegt, sind dafür aber noch zu „dünn“ bzw. haben da auch

Konkurrenz. Für später ist es aber ange-dacht, auch so etwas aufnehmen zu können.
WB
Hallo Leute, völlig überrascht fand ich am Samstag 05.12.09 Eure ganz tolle Zeitschrift im Briefkasten!!!!!!!





Alles in einer Hand

Die Immobilienfirma Union Investment Real Estate GmbH kaufte Ende 2009 das Geschäftshaus Ottensen von Pirelli Real Estate und der B&L GRUPPE für 60,05 Millionen Euro.

Frank Billand, der Verantwortliche für das Asset Management Deutschland in der Geschäftsführung der Union Investment Real Estate, erklärt: „Mit dem ‚Mercado‘ und dem direkt anschließenden Geschäftshaus haben wir innerhalb kürzester Zeit zwei hervorragende Objekte für unseren Deutschland-Fonds erworben. Beide profitieren von der ausgezeichneten Verkehrsanbindung an den Bahnhof Altona und stehen mit ihrem erstklassigen Mieterbestand für langfristig stabile Erträge.“ Pirelli RE wird wie beim ‚Mercado‘ auch weiterhin das Property Management des Objektes übernehmen.

Pirelli RE eröffnete im Oktober 2008 das Geschäftshaus Ottensen auf dem Grundstück der 94 Jahre alten, ehemaligen Schwimmhalle „Bismarckbad“ und neben dem Shoppingcenter Mercado. Es entstand ein Gebäude mit rund 10.500 Quadratmeter Mietfläche für Einzelhandel und Büros. Martin Mörl, Geschäftsführer der Pirelli RE, betonte, dass es sich bei dem Neubau nicht um eine Erweiterung des Mercado handelt, sondern um eine eigenständige Immobilie, die zudem über 83 eigene PKW-Stellplätze verfügt. AP

Stadtteilschule Altona

Das Kurt-Tucholsky-Gymnasium startet nach den Sommerferien durch: Die offene Ganztagschule mit Nachmittagsangeboten und Mittagstisch bietet als Konzept gemeinsames Lernen bis Klasse 10 an.

Schulwechsel sind hier nicht mehr erforderlich: Am Standort ist alles möglich - vom ersten, mittleren oder Realschulabschluss bis zum Abitur. Schulleiter Ulrich Becker sieht große Chancen in der Neuausrichtung: „Wir haben ein hoch engagiertes Kollegium und arbeiten bereits seit fünf Jahren kompetenzorientiert mit den Schülern – das erfolgreiche Modell steht jetzt im Schulgesetz.“ Er ist sicher: „Die 40 Jahre lange Erfahrung, um Schüler mit unterschiedlichen Schulkarrieren zum Abitur zu führen, wirkt sich auch beim Projekt Stadtteilschule positiv aus.“

Im neuen Schuljahr wird zudem die 7. Klasse der Theodor-Haubach-Schule integriert. Diese Klasse steht allen offen natürlich auch den Schülern, die eine Übergangsberechtigung in die Klasse 7 des Gymnasiums haben. Für eine Übergangszeit folgen die Klassenstufen 5 und 6 der Schulen Othmarscher Kirchenweg und der Theodor-Haubach-Schule. Um die erweiterte Schülerzahl zu bewältigen, ist bereits ein Neubau geplant. AP

Näheres unter www.kurt-tucholsky-gymnasium.de

Es war die erste, die ich in die Hand bekam. Mit großem Interesse habe ich die aktuellen Artikel gelesen und mein Geschichtswissen mit dem Drama 1813 aufgefrischt.

Den Termin 30.01.2010 werde ich im Auge behalten; vermutlich aber erst am

22.02.10 lesen können, da ich ab 30.01. im Urlaub bin. Weiter so!!! Mit freundlichen Grüßen und Frohe Weihnachten Sigurd K.

Viel Spaß im Urlaub und danke für die Blumen WB

Mit **winkelblick** zu Ihren Kunden

Flyerverteilung in Ottensen und Eimsbüttel zu günstigen Preisen

Wir bieten alles in einem oder einzeln

- Marketingplanung
- Flyererstellung
- Druckabwicklung
- Haushaltsverteilung

Alles was Sie für Ihre Werbung brauchen

Sprechen Sie uns an: 040-32 96 23 19
anzeigen@**winkelblick**.net



ARDAS

Die Yoga Oase im Herzen von Hamburg-Ottensen

YOGA - ein Weg zu Dir!

Mit Meditationen, Körper- und Atemübungen hilft Kundalini Yoga uns Ruhe, Entspannung und Gelassenheit zu finden und uns zu regenerieren. So können wir gestärkt dem Druck dieser hektischen Zeit standhalten und gesund bleiben. Herzlich Willkommen! Wir freuen uns auf Dich!

Mehr als 25 Kurse pro Woche!

Laufend neue Grundkurse!
Aufbau-, Intensiv-, Männer- und Frauenkurse
Kinder-, Familien- und Seniorenyoga
Schwangerenyoga und Rückbildung
Business Yoga - auch in Ihrer Firma
Einzelunterricht und Beratung
Zertifizierte Lehrerausbildung
Fortbildungen und Seminare
Gongmeditationen

Hawaiianische- und Thai-Yoga-Massage

Familienyoga auf Spendenbasis:

Freitags 15:00 - 16:30 Uhr
sowie in Kurzworkshops an ausgewählten Sonntagen (vgl. WebSite)



ARDAS

Zentrum für Yoga & Gesundheit
Spritzenplatz 5 - 7 C
040-398 05 275 info@ardas.de

www.ardas.de



Alles Gute, Ottensen

In diesem Jahr feiert der Stadtteil Ottensen seinen 700. Geburtstag. Ein stattliches Alter, das wir zum Anlass nehmen, die Entstehung und Geschichte „unseres Elbdorfes“ in einer sechsteiligen Serie etwas genauer zu beleuchten.



Wo und wie fing alles an? Und wer war maßgeblich daran beteiligt? Und wie kam Ottensen zu seinem Namen? Winkelblick startet die Zeitmaschine zurück in die Vergangenheit und beschreibt Ottensens Weg durch die Jahrhunderte: Von der kleinen Siedlung „Tottenhusen“ bis hin zum heutigen Großstadtviertel. Wussten Sie, dass Ottensen vermutlich genau so alt ist wie Hamburg? Das Dorf wurde 1310 erstmals urkundlich erwähnt, aber bis dahin war es ein langer Weg in der Entwicklung einer Siedlung, die wie folgt entstand:

1 Die ersten Siedler des heutigen Ottensens...

... haben sich, gemäß Vermutungen archäologischer Forscher, am Nordhang der Elbe niedergelassen und waren sogenannte Jäger und Fischer, die als Nomaden umherzogen. Doch das raue Klima zwang die Anwohner um 2000 bis 1000 v. Chr. zur Flucht von der Wasserseite auf den geschützten Elbhang, auf dem ihnen schwere Sturmfluten nichts mehr anhaben konnten. Trotz des kälteren und nasserem Klimas während der Eisenzeit, entstanden um 1000 v. Chr. die ersten Siedlungen im heutigen Ottensen, dessen Natur von Sümpfen, Mooren und dichten Urwäldern geprägt war. Die Bewohner dieser Region nannten sich Germanen und lebten vom Ackerbau und Viehzucht. Erst um 200 n. Chr. siedelten sich die ersten Sachsen an. Aus dieser Zeit stammt vermutlich ein Brunnen aus zwei Meter langen Eichenplanken, der in der Nähe des heutigen Bahrenfelder Bahnhofs entdeckt wurde. Leider sind die Forschungsergebnisse aus dieser Zeit so spärlich, dass keine genauen Indizien zu den Lebensgewohnheiten der Sachsen gemacht werden können.



2 Karl der Große erobert Norddeutschland

Um 811 überschreitet der Frankenkönig Karl der Große die Elbe, um hier die Hammaburg (Hamma = Wald) im Urwald zu errichten. Parallel zum Elbufer lässt er einen Heerweg durch das Dickicht schlagen, um so einen Teil des Verkehrs von Wedel her, an der Siedlung Tottenhusen (Ottensen) vorbei, zur geplanten Hammaburg zu lenken.

3 Die Gründung der Hammaburg und ihre Folgen

König Ludwig gründet 820 auf Wunsch seines verstorbenen Vaters Karl zwischen Alster und Bille ein Kastell als Bollwerk gegen die heidnischen Völker. Die sogenannte „Hammaburg“ entsteht direkt auf dem Geestrücken des Elbstroms, denn hier kreuzt der Handelsweg zwischen den Städten den von Karl dem Großen errichteten Heerweg. Auch die nahe liegenden Flüsse prägen die bevorzugte Lage der Hammaburg, denn diese werden rege von Seefahrern und Handelsschiffen befahren. Um die Hammaburg herum liegen kleine Siedlungen, die von Sachsen, Franken und Slawen gegründet wurden. Westlich der Hammaburg, auf dem Geestrücken der Elbe, haben sich Fischer, Jäger und Bauern in der Siedlung Tottenhusen (Ottensen) niedergelassen.

Um 1180 macht die Hammaburg ihren Einfluss immer deutlicher geltend. Im Umkreis von zwei Meilen darf keine weitere Burg errichtet werden. Und das Gelände um sie herum wird kahlgeschlagen, um nahende Fremde und Feinde rechtzeitig ausmachen zu können. Die Bewohner der Hammaburg müssen weder Heeresdienste leisten, noch Steuern zahlen. Diese Regelung gilt bis zur Elbmündung. 1246 schenkt Graf Adolph IV. seiner Gemahlin Hedwig den Bauern- und Adels-hof Herwardeshude, der an der Grenze von Hamburg zu Ottensen gelegen ist. Zum Hof gehören viel Weideland und eine Wassermühle. Nach dem Willen der Gräfin entsteht aus dem Hof ein Zisterzienserinnen-Kloster, dessen Äbtissin die Gräfin selbst wird. Dem Kloster gehören neben Ottensen auch die Dörfer Bahrenfeld und Othmarschen.

12 Jahre später erhält Hamburg das Weichsbildrecht bis zum Herwardeshuder Bach. Bis dort hin herrscht Hamburger Gerichtsbarkeit. Das Kloster liegt durch diese neue Grenzverschiebung auf hamburgischem Gebiet. 1295 entschließen sich die Nonnen – aus Angst vor Seeräubern und wegen der ständigen Überschwemmung der Elbe – das Kloster abzubauen und an der Alster neu aufzubauen. Die Siedlung um das Kloster herum bleibt jedoch bestehen, fällt aber 13 Jahre später einem Brand zum Opfer.





4 29. September 1310:

Ottensen wird erstmals urkundlich erwähnt. Nachdem die Häuser um das ehemalige Kloster komplett abgebrannt sind, verpflichten sich die Nonnen urkundlich, im Grenzgebiet zwischen Ottensen und Hamburg keine Wohnhäuser mehr zu errichten. Hamburg will dadurch verhindern, dass neue Siedlungen in seiner unmittelbaren Nachbarschaft entstehen. Das Kloster bekommt innerhalb Ottensens neuen Besitz geschenkt und kann nun von hier aus seine Liegenschaften bewirtschaften. 1313 schenkt Graf Adolph von Holstein und Schauenburg dem Kloster Herwardeshude einen weiteren Platz beim Dorf Ottensen. Die Nonnen gründen Wohnstätten und beackern die Ländereien an der Elbe, wo früher das Kloster stand. Neben bäuerlicher Bevölkerung lassen sich nun auch Handwerker im Dorf nieder, eine neue siedlungssoziologische Ära beginnt. Denn gut 200 Jahre später bildet das Kirchdorf Ottensen den Mittelpunkt im Westen von Hamburg. Die Ländereien der wohlhabenden Bauern reichen bis hin zur Grenze Hamburgs und dienen der gemeinsamen Nutzung. In dieser Zeit bekommt der erste Ottenser Wirt seine Schankerlaubnis und darf erstmals Wein, Rot- und Weißbier an die rund 500 Anwohner des Dorfes verkaufen.

5 Die Entstehung Altonas

Um ein Gasthaus entwickelt sich ein Dorf. 1536 bekommt der Fischer Joachim von Lohe, der durch eine Sturmflut seinen kompletten Besitz verloren hat, die Sondergenehmigung des Grafen Adolph von Schauenburg am Standort des ehemaligen Klosters ein Haus zu errichten. Dort eröffnet dieser ein Gasthaus und nennt es „Krug Altona“. In den laufenden Jahren entsteht hier eine Siedlung aus der sich später die Stadt Altona entwickelt.



Doch darüber mehr im nächsten Teil unserer Ottensen-Serie, in der wir uns ebenfalls auf Spurensuche des Ritters Otto von Bahren begeben, der noch heute als Namensgeber mehrerer Stadtteile im Westen Hamburgs gilt. ML

Die Existenz Ottos wurde uns von keiner offiziellen Stelle, bestätigt. Die Gestalt des Ritters Otto von Bahren hat auch deshalb etwas Geheimnisvolles, weil bis vor ein paar Jahren noch niemand von ihm gehört hat. Und wir fragen uns

- Hat es ihn wirklich gegeben?
- Wer hat diese geheimnisvolle Sagengestalt in die Welt gesetzt und warum?
- Was für Geschichten erzählt man sich über ihn?
- Was für Lieder singt man von ihm an stillen Lagerfeuern?
- Ist er tatsächlich der legendäre Namensgeber der Orte, Ottensen, Bahrenfeld und Othmarschen?

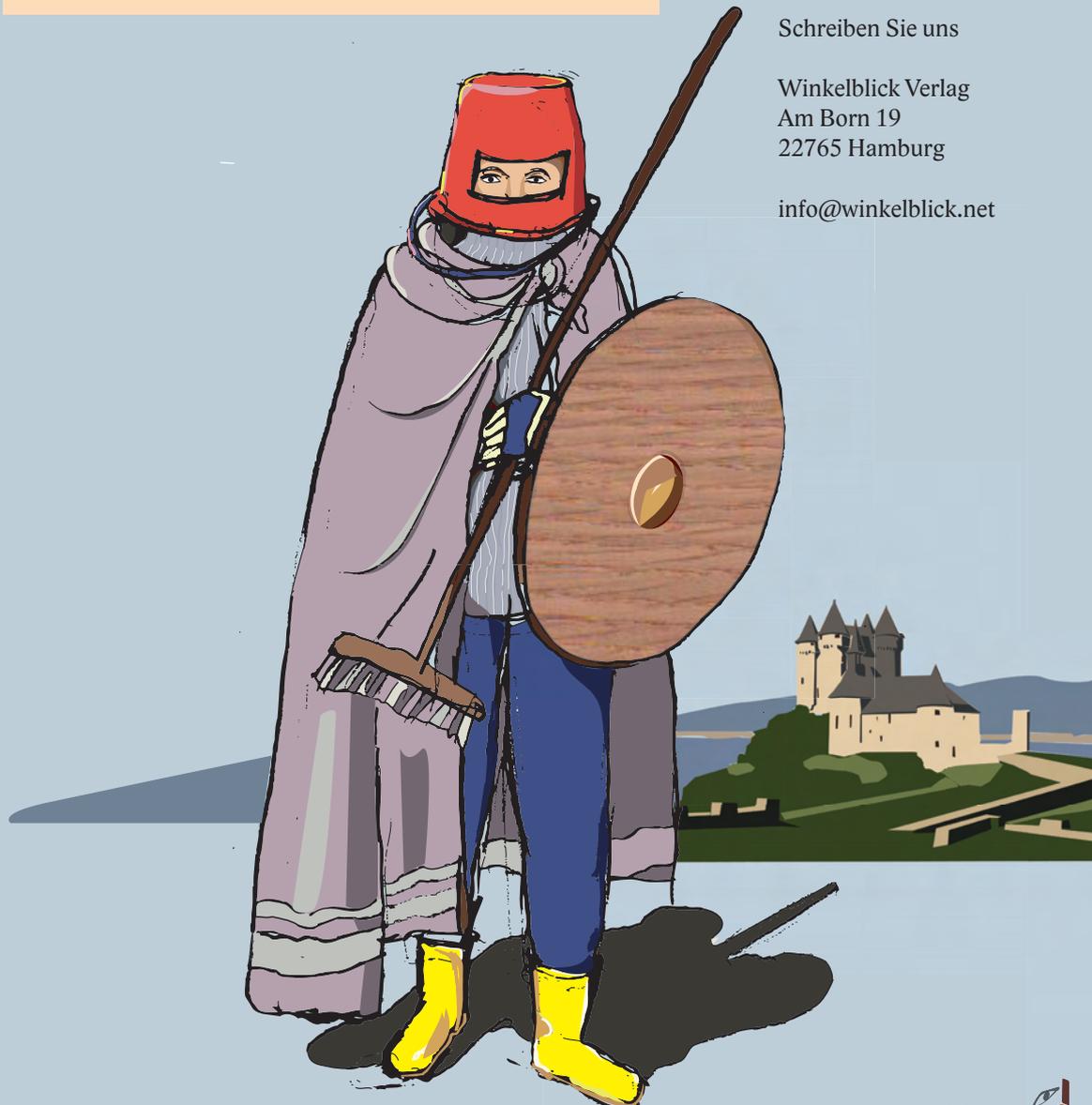
Helfen Sie uns!

Was wissen Sie über den Ritter Otto von Bahren? Welche Geschichten oder Lieder haben sie gehört?

Schreiben Sie uns

Winkelblick Verlag
Am Born 19
22765 Hamburg

info@winkelblick.net





Ankommen, Wohlfühlen, Genießen Theatersalon „Die 2te Heimat“

Mit einer Kombination aus Kultur, Kulinarischen und Kommunikation bietet der Theatersalon „Die 2te Heimat“ seinen Gästen eine alle Sinne anregende Pause vom Alltag.

Die Betreiber, das schweizerisch-deutsche Duo Thomas Gisiger und Andreas Löher, knüpfen mit ihrem Konzept an die Kultursalons der 1920er-Jahre an. „Die Leute sollen sich bei uns ganz privat fühlen und einen ungewungenen Abend verbringen. So als ob wir sie zu uns nach Hause eingeladen hätten“, so Löher. Dieser empfängt die Gäste persönlich, fast familiär, im Erdgeschoss des sanierten Speichergebäudes in der Max-Brauer-Allee 34, während sich sein Partner auf seinen Auftritt vorbereitet. Er steht heute gemeinsam mit Thomas Schultz

im Stück „Darf’s ein bisschen mehr sein?“ auf der Bühne. Im gemütlich-stilvoll eingerichteten Foyer stimmen sich die Gäste derweil bei einem Aperitif und Fingerfood auf einen Abend fern ab vom schnellen Kulturkonsum ein, um anschließend im kleinen Theatersalon entspannt, neben mit Wein und Wasser gefüllten Karaffen Platz

zu nehmen. Dann beginnt das etwa einstündige Theaterstück. Nach dem Schlussapplaus wird zu Tisch gebeten. Noch einmal öffnet sich ein Vorhang zu einem Zimmer und gibt den Blick frei auf zwei schmale, liebevoll dekorierte Holztafeln. Bei Kerzenschein und einem 3-Gänge-Menü inklusive Getränken lässt es sich wunderbar plaudern

über das Stück und was einem sonst so auf dem Herzen liegt. Wer mag, kann den Abend im Anschluss gemütlich an der Kaffeebar ausklingen lassen oder im „Emotionalienraum“ so manches entdecken und erwerben, was er zuvor als Dekoration auf dem Tisch oder im Foyer gesehen hat und sich so ein kleines Stück 2te Heimat mit in die eigenen vier Wände nehmen, damit das Heimweh nicht ganz so schlimm wird. Mehr zum laufenden Programm, den Terminen und Preisen unter www.die2teheimat.de. LP

Anzeige

city-wohnen

www.city-wohnen.de - 040 - 19430



Wohnen auf Zeit

Ankommen und zu Hause sein

Kostenfrei für Vermieter! Wir übernehmen die komplette Vermarktung und Vermittlung.

Neues Fortbildungs - Institut in Ottensen

Die Familie sollte ein Ort der Freude und des liebevollen Miteinanders sein. Doch leider sieht die Realität häufig ganz anders aus.

Häusliche und familiäre Gewalt häufen sich in unserer Gesellschaft. Das Hamburger Fortbildungsinstitut fortschritte Hamburg möchte Familien im achtsamen Zusammenleben stärken und dazu beitragen, dass Gewaltstrukturen schneller erkannt und eine angemessene Unterstützung sowie Begleitung gewährleistet werden kann. Daher bietet fortschritte Hamburg Fort- und Weiterbildungen sowie Seminare für pädagogische und therapeutische

Fachkräfte an, die schwerpunktmäßig mit Kindern, Jugendlichen und Familien arbeiten. Darüber hinaus gibt es unterschiedliche Vorträge und Seminare für Eltern und Begleiterinnen/Begleiter von Kindern und Jugendlichen. Die Themen der Veranstaltungen umfassen die Bereiche Psychotraumatologie, Pädagogik und Psychohygiene. LP

Fortschritte Hamburg sind Jessika und Alexandra Distelmeyer
www.fortschritte-hamburg.de

Pulitzer-Preis nominiert. Original Play® verbessert das Körpergefühl, die Selbstachtung und dient der Prävention und Lösung von Gewalt. Es schafft optimale Bedingungen für Lernen, Kreativität und Entwicklung. Vortrag,

Do.25.02.2010,
20.00h, 15,-/12,- €

Grundschule An der Osterkirche 17, HH-Ottensen
Kontakt: T 040/43 21 52 02
www.fortschritte-hamburg.de
Workshops 26.-28.02.2010
Anmeldung: U. Reisenauer
040/88129122
www.originalplay.de



Nächster Vortrag:

zum Thema: „Original Play“ –
Ursprüngliches Spiel
O. Fred Donaldson, Ph. D. gilt

als Spezialist zum Thema Spielen und genießt international Anerkennung. Sein Buch „Von Herzen spielen“ wurde für den

„Von Langeweile keine Spur“

Auch Neubauten haben das gewisse Etwas

Am Born, Ecke Behringstraße, ist Familie Neumann mit Mutter Dina (32), Vater Peter (36) und Töchterchen Zoe (2) seit Kurzem Zuhause. Kind Nummer II verstärkt im Mai die lebendige Runde.

Im Gegensatz zu meinem letzten Besuch in der Maxi-WG im Rahmen unserer „Wohnen in Ottensen“-Reihe führt mein Weg zur Familie Neumann. Anfang September bezog sie ihr Domizil in der neuen Wohnanlage des Altonaer Spar- und Bauvereins (AltoBa). Schon beim Eintreten begeistert mich das moderne Gebäude, in dem 12 Parteien leben. Ganz im Sinne meiner Bequemlichkeit gibt es einen Lift, der mich ohne Anstrengung in den dritten Stock hievt.

Dort wartet Familienoberhaupt Dina, um mir stolz die Wohnung zu zeigen. Ganz schön komfortabel, denke ich, während ich 95 Quadratmeter schickes Stepp-Parkett

beschreite. Dina erzählt mir, dass ihre Familie alt eingesessene Ottenser sind und es auch bleiben wollen. Leider war die Altbauwohnung, die ebenfalls dem Altonaer Spar- und Bauverein gehört, für die geplante Familienerweiterung zu klein. Klar, dass sie sich, nachdem sie von der Wohnanlage gehört haben, sofort um eine Wohnung bewarben. Drei Jahre später und um das erste Familienmitglied reicher, konnten die Neumanns ihre Wohnung beziehen. Absolut positiv daran ist, dass sie bei der Innenausstattung mitentscheiden und Einfluss auf Küchengestaltung sowie Bodenbeläge in den Bädern nehmen konnten.

Heute, ein Vierteljahr nach

dem Einzug, genießen und schätzen die drei ihr Zuhause. Tochter Zoe hat ein großzügiges, helles Kinderzimmer in dem sie sich selbst mit Geschwisterchen wunderbar ausbreiten kann. Den Mittelpunkt bestimmen eine offene Küche mit extra Essbereich und der angrenzende Wohnraum. Ganz im Sinne von Familien haben die Architekten dort unauffällige Wandschränke mit vielen Staumöglichkeiten einbauen lassen. Die Naturmaterialien

Granit und Sandstein trumpfen im Vollbad auf. Absolutes Highlight ist allerdings der 12 Quadratmeter große Südbalkon, den die Sonne von morgens 11 Uhr bis abends bescheint. Draußen wie drinnen ein echter Wohlfühl-Ort.

MI



Anzeige

13 000 Mitglieder, 6 500 Wohnungen,
eine Genossenschaft.

Altonaer Spar- und Bauverein eG | www.altoba.de



NEUERÖFFNUNG

Liebling
OTTENSEN



Erdmannstr. 16 · 22765 Hamburg · Tel.: 040.41 30 40 30
Mo.:14.00-18.30 · Di-Do.:9.00-18.30 · Fr.:9.00-19.00 · Sa.:9.00-14.00

WOHNEN SIE SCHÖNER



DEKOSTOFFE · SONNENSCHUTZ · TEPPICHBODEN · MÖBELSTOFFE

HELM&HELM
INNENEINRICHTUNG

HH-OTTENSEN · BAHRENFELDER STR. 71 · TEL. 39 60 93 · 10-19, SA 10-16
WWW.HELM-UND-HELM.DE



Hollow Skai

Talk mit Mister Write – oder wer ist eigentlich der Mann mit Hut?

In Ottensen tummeln sich viele Kreative. Hollow Skai, seit Jahren ein Ottenser Urgestein, ist einer von ihnen. Der passionierte Musik-Journalist und Autor, den viele nur als den „Mann mit Hut“ kennen, gründete in den 80er Jahren sein eigenes Plattenlabel und war einige Jahre als Pop-Redakteur beim „stern“ tätig. Bis heute hat Hollow Skai eine beachtliche Zahl an Büchern geschrieben, darunter die Biografie des verstorbenen Ton Steine Scherben Frontmannes Rio Reiser, der am 9. Januar 60 Jahre alt geworden wäre. Winkelblick traf den Mann, der weiß dass Iggy Pop für sein Leben gern Staub saugt.

WB: Du hast dir deinen Künstlernamen selbst gegeben. Was bedeutet „Hollow Skai“ und wie bist du darauf gekommen?

Skai: In der Punk-Zeit Ende der 70er Jahre war es üblich, sich einen neuen Namen und eine neue Identität zu geben. Meiner stammt aus „The Passenger“, einem Song von Iggy Pop.

WB: Dein Erkennungszeichen ist der schwarze Hut, ohne den man dich selten trifft. Woher hast du ihn und wann setzt du ihn ab?

Skai: Den ersten hatte ich 1998 auf dem ehemaligen Sklavenmarkt in Charleston, South Carolina erworben, meinen neuen habe ich mir im Mai bei JJ Hat in New York gekauft. Ich setze ihn immer dann ab, wenn es mir darunter zu warm wird, schließlich bin ich nicht Udo Lindenberg.

WB: Du kommst gebürtig aus Hannover - was hat dich nach Hamburg verschlagen?

Skai: Ein Job bei einer Zeitschrift, die eingestellt wurde, als ich dort gerade anfing. So bin ich dann beim „stern“ gelandet, wo ich fünf, sechs Jahre lang Pop-Redakteur war.

WB: Heute lebst du in Ottensen. Was würdest du hier verändern,

wenn du König von Deutschland wärst?

Skai: Ich würde Maßnahmen gegen die schleichende Eppendorfsierung von Ottensen einleiten. Die Ottenser Hauptstraße zur Fußgängerzone machen, auf der dann samstags immer Floh- und Wochenmarkt wäre (wie in London oder Amsterdam). Alle Stelltafeln entfernen und alle verhaften lassen, die mitten auf dem Bürgersteig stehen bleiben, um ein Schwätzchen zu halten.

WB: Hast du bestimmte Lieblingsplätze hier im Viertel? Welche sind das und was macht sie so besonders für dich?

Skai: Ich sitze gerne bei König & König, im Café Knuth oder im Lisboa, esse vorzugsweise im Restaurant FuH oder im Leuchtturm, kaufe mit Vorliebe auf dem Markt ein, stöbere mitunter bei Slam Records und bei Weiland, wasche meine Wäsche stets in der Laundrette und stehe wie jeder in der Schlange vor der Eisliebe an. Mir gefallen vor allem die kleinen Läden, von denen es erfreulicherweise

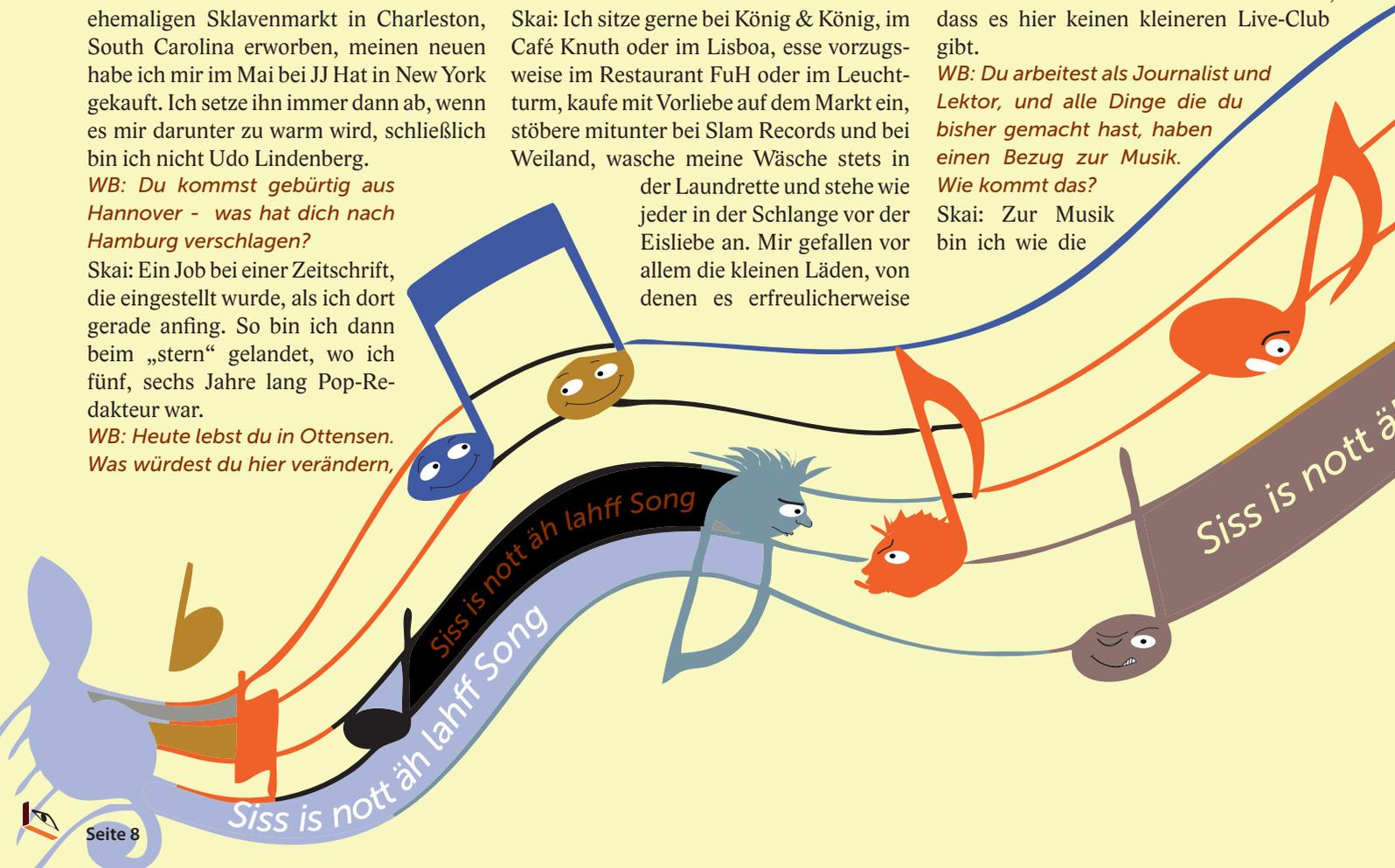
wieder viele in den Seitenstraßen gibt (und nicht nur in Mercado-Nähe). Ich mag die Unübersichtlichkeit des Viertels, die jeden Amerikaner erfreut, weil hier nicht alle Straßen rechtwinklig sind, und die Nähe zur Elbe, wo ich allerdings viel zu selten bin. Vor allem aber gefällt mir an Ottensen, dass es eine Kleinstadt am Rande der Reeperbahn ist.

WB: Wo spielt deiner Meinung nach in Ottensen die Musik?

Skai: Im Aurel, im Blauen Haus, in der Laundrette und in der Fabrik. Schade nur, dass es hier keinen kleineren Live-Club gibt.

WB: Du arbeitest als Journalist und Lektor, und alle Dinge die du bisher gemacht hast, haben einen Bezug zur Musik. Wie kommt das?

Skai: Zur Musik bin ich wie die





Hollow Skai „Gestern“

Jungfrau Maria zum Kind gekommen. Punk war für mich so was wie eine zweite Jugend und hat mein Leben grundlegend verändert. Statt Lehrer zu werden, habe ich ein Label gegründet und angefangen, über Musik zu schreiben. Wie Lou Reed schon gesungen hat: *It's my life and it's my wife.*

WB: Du schreibst also über Musik, hast sogar mal ein

Jahren machen mir aber Lesungen großen Spaß — dafür habe ich ja auch lange genug geübt, als ich meiner Tochter Gute-Nacht-Geschichten vorgelesen habe.

WB: In deinem Buch „In A Da Da Da Vida“ schreibst du über die Entstehung verschiedener Pop- und Rocksongs. Wie bist du auf die Idee gekommen, solch ein Projekt in Angriff zu nehmen, und wer hat dir die Geschichten verraten?

Skai: Die Geschichten hatte ich sieben Jahre lang recherchiert und gesammelt. Die Idee war, die Welt der Popmusik in all ihren Facetten und mit all ihren Mysterien zu erklären. In Form von Stories, die man sich am Lagerfeuer erzählen kann.

WB: Du bist Vater einer Tochter. Tun sich zwischen euch beiden musikalische Abgründe auf oder hast du ihren Musik-Geschmack beeinflusst?

Die Schlümpfe sind jedenfalls dankenswerterweise an mir vorübergegangen und auch sonst kann ich mich über den Musikgeschmack meiner Tochter nicht beklagen. In der Regel entdeckt sie „ihre“ Bands aber selbst — in meinem CD-Regal.

WB: In all den Jahren als Autor hast du viele Band-Biografien geschrieben. Welche lag dir besonders am Herzen und weshalb?

Skai: Natürlich die von Rio Reiser, den ich sehr verehrt habe und der viel zu früh gestorben ist. Echt traurig, dass seine Erben den „König von Deutschland“ so schnöde an den MediaMarkt verramscht haben.

WB: Angenommen, du dürftest dir einen Künstler aussuchen, um seine Biografie zu schreiben:

Wer wäre das und wieso genau der?

Skai: In aller Bescheidenheit: Am liebsten würde ich meine Autobiografie verfassen.

WB: Dein neues Buch „Alles nur geträumt“* handelt von der Entstehung und dem Untergang der Neuen Deutschen Welle. Nenne mir drei Gründe warum dieses Buch absolut lesenswert ist!

Skai: Erstens: Es ist von mir. Zweitens: Es ist ein amüsantes Lehrstück darüber wie die Plattenindustrie und die Medien die NDW erst abgelehnt und dann vereinnahmt haben. Drittens: Ich bin alt und brauche das Geld.

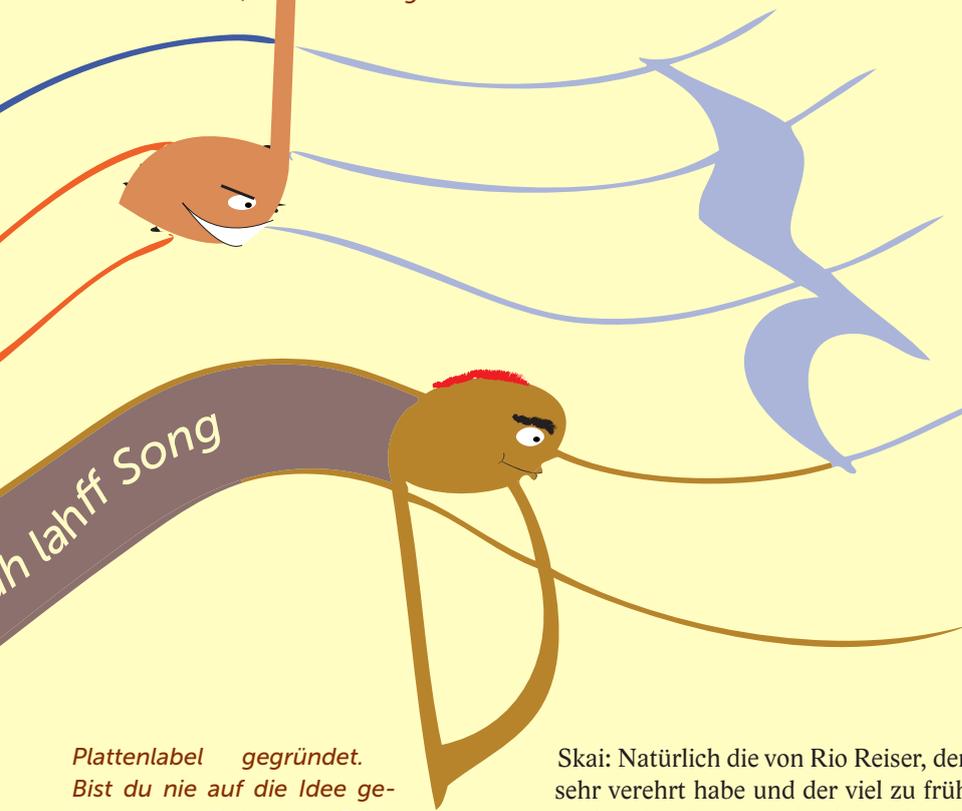
WB: Winkelblick wünscht dir viel Erfolg für die Preisverleihung und bedankt sich für das Gespräch.

Aktuelle Meldung:

In seinem neuesten Werk „Alles nur geträumt – Fluch und Segen der Neuen Deutschen Welle“ liefert Mister Write viele Hintergrundinformationen und skurrile Fakten zur NDW.

Das hat nicht nur uns begeistert: Gerade wurde Hollow Sky von der ARSC, „Association for Recorded Sound collections“ Oklahoma/ USA, für den „Award for Excellence in Historical Recorded Sound Research“ nominiert, der für herausragende Musikrecherche im Mai 2010 in New Orleans verliehen wird.

ML



Plattenlabel gegründet. Bist du nie auf die Idee gekommen, selbst auf der Bühne zu stehen?

Skai: Na klar, nach dem ersten Auftritt mit Terrock V3 habe ich jedoch Gott sei Dank eingesehen, dass ich nicht singen kann und mich lieber schriftlich ausdrücke. Seit vier



Hollow Skai „Heute“





Gedanken zum Erbschaftsrecht 2010

In die Sonne schauen...

Die eigene Sterblichkeit wird häufig erst durch eine eindringliche Erfahrung bewusst: ein Partner stirbt, eine Diagnose wird gefällt oder etwas Verdrängtes wird bewusst und bahnt sich in Form einer seelischen Krise seinen Weg an die Oberfläche. In der übrigen Zeit hat unsere Gesellschaft immer bessere Methoden entwickelt, das Ende zu verdrängen.

Aufgaben werden delegiert, Zerstreung angeboten, wichtige Themen werden in der Familie totgeschwiegen, häufig bis es zu spät ist sie einer Klärung zuzuführen. Zurück bleibt häufig ein ungelöster Zwiespalt und Unterhaltungen, welche nicht geführt wurden. Für Epikur liegt der Schrecken denn auch nicht im Ende selbst, sondern in dem Bedauern über nicht gelebtes Leben.

Was haben diese Gedanken in einer Rechtsrubrik zu tun? Nun, allein an rechtlichen Problemen sollte man keine Minute Lebenszeit verschwenden. Rechtliche Probleme sind nur dann relevant, wenn dadurch menschliche Probleme gelöst oder vermieden werden können.

Ein konkreter Anlass ist die Reform des Erbrechts zum 1.1.2010: Die – leider nicht weitreichend genug – verabschiedeten Änderungen zur Anerkennung der Pflege von Sterbenden. Sie ist ein wichtiger Schritt schwierige familiäre Situationen auch rechtlich besser zu lösen. Ebenfalls reformiert wurde der Pflichtteilsergän-

Anzeige

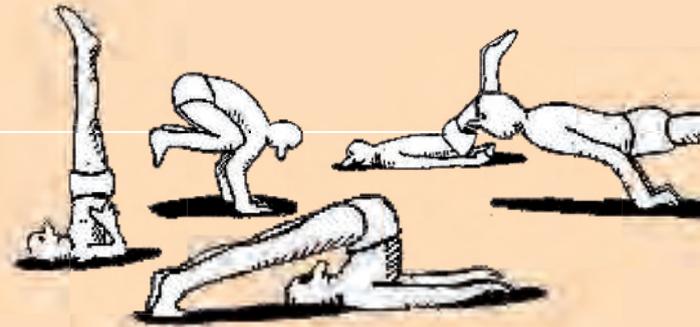
zungsanspruch. Hier stimmen Form und Inhalt: Der Anspruch ist so komplex wie das Wort lang.

Allgemeiner, aber gleichsam akuter zweiter Anlass ist, dass ca. 80% der Deutschen keinen letzten Willen aufgeschrieben haben. Denn Testamente lösen in der Regel nicht nur rechtliche Probleme vor und nach dem Todesfall, sondern sie lösen auch etwas aus. Sie sind häufig Instrument sich den eigenen Lebensentwurf bewusster zu machen, die Beziehungen zu Menschen im Umfeld zu klären oder den Raum für die Verwirklichung eines Traumes zu schaffen.

Lauter schöne Dinge also - in Reichweite eines Zettels, einer handgeschriebenen Erklärung mit eigener Unterschrift. MR

Empfehlenswerte Bücher:
 Irvin Yalom - *In die Sonne schauen: Wie man die Angst vor dem Tod überwindet*
 Mitch Albom - *Dienstags bei Morrie: Die Lehre eines Lebens.*

Ein Text von Hari Krishan (43), zertifizierte Yogalehrerin dieses Kurses. Sie ist Mutter von zwei Kindern (9 und 11) und unterrichtet seit mehreren Jahren Anfänger- und Fortgeschrittenenklassen, Schwangeren- und Kinderyoga im ARDAS Zentrum.



Anzeige

Yoga in Ottensen
 Yoga für alle Lebenslagen
 Yoga für Schwangere
 Yoga- und Klangtherapie
 Reiki
 Naturheilpraxis in Hof
 Bremerstraße 30, Tel. 53 43 78 49
 www.yoga-mit-ada.de
 mit Ada Namani • Devinderjit

Achtung • Achtung • Achtung
winkelblick
 Zahlt für jede erfolgreiche
 Anzeigenvermittlung
25% Provision
 info@winkelblick.net

ergo praxis **elke post**
 Ergotherapeutische Praxis
 Neurologie • Pädiatrie • Orthopädie
 Psychiatrie • Hausbesuche • Coaching
Arnoldstr. 59 • 22763 Hamburg-Ottensen
 Tel. 040/390 50 97 • Fax 040/39 90 67 45
Max-Brauer-Allee 62-64 • 22765 Hamburg-Altona
 Tel. 040/38 61 62 62 • Fax 040/38 61 68 10
Norderreihe 63 • 22767 Hamburg-Altona
 Tel. 040/33 42 67 57 • Fax 040/33 42 67 58
 info@ergopraxis-elkepost.de • www.ergopraxis-elkepost.de

PHYSIOTHERAPIE PRAXIS AULBACH
 Christian Aulbach & MitarbeiterInnen
 • Cranio-Sacrale-Osteopathie • Manuelle Therapie
 • Reflektorische Atemtherapie • Cyriax-Konzept
 Am Born 2 22765 Hamburg Tel. 040/ 39 53 64
 Fax 040/ 39 90 21 32 aulbach.praxis@t-online.de

Vortrag zum Erbschaftsrecht
 am 11. Februar
die ParaGrafen
 Anwaltskanzlei
 RA Martin Rieke Tel: 300 35 888 www.die-paragrafen.de

Die **PRAXIS FÜR LOGOPÄDIE**
MEIKE HUMMEL
 ist umgezogen!
 Wir freuen uns nun auf Sie wenige Meter von der alten Praxis entfernt in der
Erdmannstraße 16
22765 Hamburg - Ottensen
 Tel. 41 36 7750 / www.hummel-logo.de

Dem Alltag begegnen mit Kundalini Yoga

Yoga unterstützt uns, auf allen Ebenen gesund zu bleiben und zu unserer Balance zu finden. So können wir den Herausforderungen eines oft druckvollen Alltags freudiger begegnen. Eine besondere Art ist das Kundalini Yoga.

Die tantrische Lehre bezeichnet Kundalini als eine ätherische Kraft im Körper. Sie wird symbolisch als eine im untersten Chakra schlafende, zusammengerollte Schlange (Sanskrit:

kundala „gerollt, gewunden“) dargestellt.

Bei dieser Technik wird durch Körperübungen, so genannte Asanas, Atemtechniken und Meditation unser Nervensystem gestärkt, der Geist geklärt und der

ganze Körper gedehnt, gekräftigt sowie entspannt. Das Besondere ist, dass das Singen von Mantras, also eingängige Melodien mit sich wiederholenden Textzeilen, die Übungen begleiten. Atemtechniken, Entspannung, Meditation und Körperübungen sind dadurch feste Bestandteile beim Praktizieren. Esoterisches Ziel ist das Aufsteigen der Kundalini bis ins oberste Chakra, um schließlich Erleuchtung und Glück erfahren zu können.

Ein neuartiges Projekt für Kundalini Yoga ist das

Familienyoga, welches das ARDAS Zentrum am Spritzenplatz anbietet. Dort kann die ganze Familie auf Spendenbasis jeden Freitagnachmittag Yoga machen, um anschließend entspannt ins Wochenende zu gehen. Zusätzlich können an ausgewählten Sonntagsterminen Kurzworkshops für Familienyoga besucht werden. Hier erleben Mamas und Papas mit ihren Kindern eine lebendige Mischung aus viel Spaß mit Yoga, kreativem Spiel, Tanz, Malen, Entspannung und Meditation.^{HK}

Hilfe zur Selbsthilfe

Die Ergotherapie

Unfälle, Krankheiten oder andere Beeinträchtigungen können Menschen aus der Bahn werfen. Diesen Patienten zur größtmöglichen Selbständigkeit und Unabhängigkeit im Alltag, Berufsleben oder in der Schule zu verhelfen, ist Aufgabe der Ergotherapie.

Ergotherapeutin Elke Post erklärt, worauf es ankommt.

Die Ergotherapie hat zum Ziel, begleitend neben anderen Therapieformen, nicht vorhandene oder verlorene körperliche, psychische oder kognitive Funktionen herzustellen beziehungsweise wieder zu erlangen.

Bei dieser Methode steht der handelnde Mensch in seinen verschiedenen Lebensbereichen mit seinen gesamten Fähigkeiten im Vordergrund.

Dabei betrachtet der Therapeut nicht nur eine einzelne Lebenssituation, sondern ganzheitlich. Durch diesen ganzheitlichen Ansatz der Therapie grenzt sich die Ergotherapie ganz klar von Physiotherapie und Logopädie ab.

Während die Physiotherapie, auch Bewegungstherapie

genannt, eher auf die Arbeit mit dem Körper konzentriert, therapiert die Logopädie auf den Gebieten der Stimme, der Sprache und des Schluckens.

Die individuelle Beratung der Patienten und deren Angehörigen sowie die Zusammenarbeit mit Ärzten, Logopäden, Physiotherapeuten und Psychologen sind wichtige Bausteine der ergotherapeutischen Arbeit.

In der Ergotherapie werden Menschen jeden Alters einzeln oder in der Gruppe behandelt.

Die Behandlung kann ortsunabhängig erfolgen, da keine großen Geräte nötig sind.

Die gezielte und fundierte Behandlung ist eine ärztlich verordnete Maßnahme, die als Leistung von allen gesetzlichen Krankenkassen anerkannt ist.

EP

Anzeige

Die Schwerpunkte ergotherapeutischer Arbeit mit Patienten können folgende Ziele haben

SELBSTÄNDIGKEIT

Erreichen größtmöglicher Selbständigkeit im beruflichen und häuslichen Alltag, z. B. Körperhygiene, Haushalt oder bezüglich der Fortbewegung.

WAHRNEHMUNG

Fördern der Wahrnehmung in allen Sinnesbereichen, z. B. Taktil-kinästhetisch (Oberflächen- und Tiefensensibilität), bei (zerebralen) Seh- und Hörstörungen und bei Störung des Gleichgewichtorgans.

SENSO-MOTORIK

Entwickeln und Verbessern der Bewegungsanbahnung, Koordination der Bewegung, Grob- und Feinmotorik.

PSYCHO-SOZIALE BEGLEITUNG

Ergotherapeutisches Ziel è Unterstützen und Fördern der Ressourcen (z.B. in Form eines Krisenmanagements von Zukunftsperspektiven Tagesstruktur oder Entspannung).

ARBEITSOPTIMIERUNG

Betriebliche Gesundheitsförderung und berufliche Vorbereitung durch Arbeitsplatzanalyse, Symptomprophylaxe, Zeit- und Raummanagement.

Akupunktur Chinesische Medizin

Leiden Sie unter Rückenschmerzen oder Migräne, sind Sie erschöpft oder möchten Sie mit dem Rauchen aufhören?

Akupunktur kann Ihnen helfen!

Fragen? Rufen Sie mich an oder besuchen Sie meine Homepage:

040-431085 · www.praxis-holste.de



Praxis für Ergotherapie
Astrid Netzband
MSc. & Team
sensorische Integration,
Bobath, Handtherapie

ergoteam
ottensen

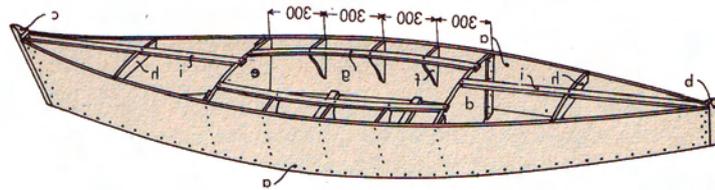
Behringstraße 5 22765 Hamburg-Ottensen
Tel .. 3990 34 35 www.ergoteam-ottensen.de



Langzeitprojekt an der Max-Brauer-Schule:

Im eigenen Kanu über die Peene

Es könnte so einfach sein: Richtung Wasser fahren, Bootsverleih ansteuern, Kanu mieten und lospaddeln. Doch den 23 Schülerinnen und Schülern der Klasse 7b der Max-Brauer-Schule Altona ist das entschieden zu langweilig.



Kanus selbst bauen, ist für sie die weit herausfordernde Alternative. Das Ganze nennt sich außerschulisches „Langzeitprojekt“. Dabei stehen nicht Vokabeln und Mathe pauken im Vordergrund, sondern die Formeln der sozialen Kompetenzen: Engagement, Teamfähigkeit, Verantwortungsbewusstsein und Durchhaltevermögen anwenden oder gar erst lernen.

Bereits seit einigen Monaten stecken die Jugendlichen in den Vorbereitungen und kämpfen mit den typischen Unternehmerfragen: Wie bekommen wir das Geld zusammen und wie baut man überhaupt ein Kanu? Flohmärkte wurden organisiert,

Äpfel geerntet und verkauft und Selbstgebasteltes auf dem Weihnachtsmarkt verscherbelt. Rund 1000 Euro pro Schüler kostet das Projekt und noch fehlt einiges an Kleingeld in der Kasse. Über Sponsoren würden sich die jungen Schiffsbauer übrigens freuen. Ansonsten heißt es bis zum Beginn des neuen Schuljahres unermüdlich Geld sammeln.

Im September wird es Ernst: In Peenemünde wartet Ursula Latus, die Leiterin des Bootsbaukurses und Lehrer Dirk Lüdke-Besselman auf die Schüler. Der begeisterte Wassersportler wird sie hoffentlich nicht allzu sehr mit seinem Bootsbau-Chinesisch überfordern. Denn wer

weiß schon was Mallen aufstellen, Steven verleimen, Leisten aufplanken oder Duchten und Paddel bedeuten. Zum Glück haben die Schüler 14 Tage Zeit die zwei Kanus anzufertigen. Währenddessen wird Ursula Latus ein wachsames Auge auf ihre Sprösslinge werfen und ihnen erklären wird, dass die

Duchte ein Sitzbrett ist. Anschließend schippert die Nachwuchskanuten mit der Jolle Marke Eigenbau und weiteren gemieteten Kanus eine Woche lang auf der Peene, einem kleinen Fluss in Mecklenburg-Vorpommern. Na dann, viel Spaß und Schiff ahoi!
LP
(Infos unter www.kanuprojekt.de)



Das Boot in dem wir sitzen:

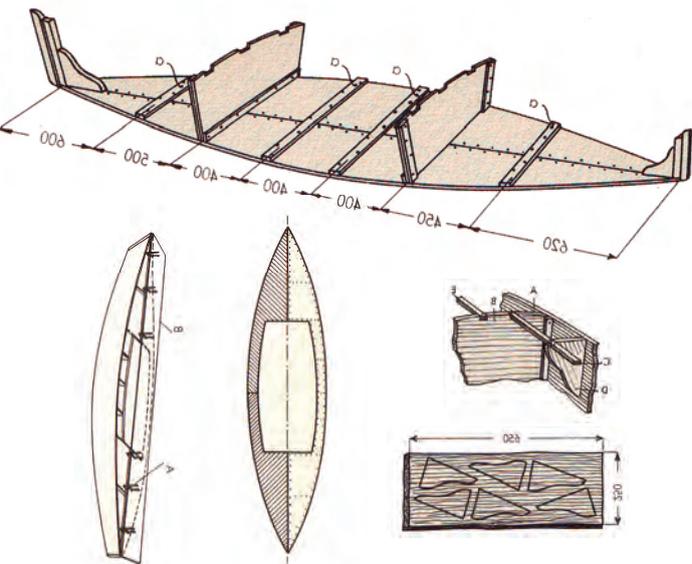
Projekt Winkelblick

Nach windigen ersten Monaten im Jahre 2009 setzt die Winkelblickmannschaft nun ihre Segel und versucht 2010 in ruhigere Gewässer zu steuern.

Damit dies gelingt, steuern die Seemänner nun ein weiteres Winkelblick-Stadtteilmagazin in Eimsbüttel an. Da das Wasser auf offener See tiefer ist, haben die Winkelblickler ein größeres Boot bestiegen und suchen unbedingt noch Ruderer für die Mediaberatung und viele kleine Helfer für die Verteilung

der Magazine an die Haushalte. Damit möchte die Winkelblickmannschaft in der Bucht der beiden Stadtteile anker und ein gern gesehener und gelesener Bestandteil im Viertel werden. Wer also wetterfest ist und die rauhe See verträgt, soll sich unter bewerbung@winkelblick.net oder 32962319 melden

GS



Anzeige



Kurt-Tucholsky-Gymnasium
Sechstufiges Gymnasium · Offene Ganztagschule · Aufbau-Gymnasium



Theodor-Haubach-Schule
Grundschule
Integrierte Haupt- und Realschule
Ganztagsbetreuung Klassen 5 - 10

Stadtteilschule in Altona

Eckernförderstraße 70
22769 Hamburg ♦ Tel.: 040 42 888 58 01



Theater

Schachnovelle
von Stefan Zweig

Auf einem Kreuzfahrtschiff gelingt es einem Unbekannten unter den staunenden Blicken der Mitreisenden, den amtierenden Schachweltmeister Czentovic bei einer Showpartie zu einem Remis zu zwingen. Zwei Gegenspieler treffen aufeinander in einer aufreibenden Partie um Psyche, Intellekt, Macht und Kalkül. Der Unbekannte ist Dr. Bertram, der sein Überleben dem Königsspiel verdankt: Ein Schachbuch hielt damals seinen Verstand wach und half ihm, die Folter der Gestapo zu überstehen. Doch was ihn zunächst bei Sinnen hielt, wendet sich schließlich gegen ihn. Er verliert sich in nervenzerreißenden Schachpartien gegen sich selbst. Ein anfangs ‚nur‘ bemerkenswertes Spiel zweier Schachkontrahenten reißt in seinem Verlauf Dr. Bertrams seelische Abgründe auf. Denn der verschlossene Emporkömmling Czentovic agiert berechnend und kaltblütig, sein Ziel ist der Sieg – um jeden Preis.

Die Schachnovelle ist Stefan Zweigs letzter, meisterhafter Roman und weltweit ein Klassiker der Literatur. Die psychoanalytische und fesselnde Novelle, in der der Autor auch eigene Erlebnisse verarbeitet, wurde in über 35 Sprachen übersetzt. *Regie Peter Kühn*

WANN: bis 20 März 2010

WO: Altonaer Theater

EINTRITT: von 9,00 € bis 29,00 €

GEWINN: 5x2 Karten mit Stichwort „Theater“

Film

Wir haben vergessen
zurückzukehren

Zum Abschluss der Fatih Akin Werkschau zeigen die Zeise Kinos am 22. Februar die Dokumentation „Wir haben vergessen zurückzukehren“.

In diesem Film ging Regisseur Fatih Akin, in Hamburg-Altona geboren, der Frage nach, was seine Eltern seinerzeit nach Deutschland trieb. Als Gastarbeiter wollten die Akins 1965 eigentlich nur für zwei Jahre nach Deutschland kommen. Daraus wurden unerklärliche 35 Jahre. „Wir haben einfach vergessen zurückzukehren“, so kommentiert es Fatih Akins Vater, der zur Zeit der Dreharbeiten noch immer in der gleichen Fabrik arbeitete, die ihn damals anwarb. Dieses ungeplant lange Bleiben in Deutschland ist exemplarisch für viele türkische Familien.

Mit Hilfe von Interviews und Anekdoten malt Akin ein komplexes Bild deutsch-türkischen Lebens in Deutschland und der Türkei, das für jedes seiner Familienmitglieder anders aussieht; die Spurensuche führt den Regisseur von seinem Geburtsort Hamburg aus über Istanbul in das türkische Dorf, aus dem die Familie Akin stammt. *ZH*

WANN: 22 Februar

WO: Zeise Kinos

EINTRITT: von 4,00 € bis 7,80 €

GEWINN: 3x2 Karten mit Stichwort „Zeise“

Comedy

Ausflugstipp auf den Kiez
Thomas Hermanns lädt ein

Am 6.03.2010 stehen die Comedians Daniel Reinsberg, Cloozy Haber, Robbi Pawlik und Mark Britton auf der Bühne.

WANN: 04 - 06 März

EINTRITT: 16,90 € – 25,90 €

GEWINN: 3x2 Karten mit Stichwort „Comedy“

Anzeige

TANKSTUNDEN

täglich von 18 - 21h
alle Longdrinks und Caipi nur 5 Euro

Bahnenfelderstr. 132 | 22765 Hamburg
www.gazoline-bar.de

gazoline

Landhaus Dill

Elbchaussee 94
22763 Hamburg
Tel. 040 / 390 50 77
www.landhausdill.com

**Ihre Nachbarn in Ottensen
Unser Schlemmer-Menü im Februar**

z.B. Menü Rosenmenü zum Valentinstag
.- mit Rosenblüten dekorierte Tische-
Rose von hausgeräucherter Entenbrust mit
Chicoree-Mango-Salat und Balsamico Sauce
3 Gänge 27,50 € + Speisekarte

Ihr Urlaub ist
unsere Leidenschaft!

REISELAND
DB ReiseBüro

Städtereisen bei den Experten buchen!

Das Reiseland DB-ReiseBüro Hamburg Altona freut sich auf Ihren Besuch.

Reiseland DB-Reisebüro Hamburg Altona • Paul-Neumann- Platz 15 • 22765 Hamburg
Tel.: 040 39182387 • Fax: 040 39182870 • E-Mail: hamburg-altona@dbreisebuero.de
Öffnungszeiten: Mo-Fr 08.30 - 18.00 Uhr • Sa 10.00 - 15.00 Uhr



Ohne Tunnel-Phobie durch den Parcours

Agility beim SC Ottensen

Wenn Dackelhündin „Snuut“ im Rekordtempo durch den Parcours-Tunnel flitzt und routiniert die Aufgaben beim Slalom meistert, strahlt Halterin Edith Ströh. Die Chefin vom Sport-Club Ottensen weiß, was sie an ihrem Vierbeiner hat. Dem Talent ihres Dackels und dem eigenen Ehrgeiz verdankt die 57-jährige, dass sie es bis zu den Deutschen Agility Meisterschaften geschafft hat.

Vor knapp zehn Jahren probierten Edith Ströh und Clubkollegin Christine Schröder den aus England stammenden Hundesport Agility, das übersetzt Wendigkeit bedeutet, aus. Was in den

siebziger Jahren die Pausen bei britischen Reitsportveranstaltungen füllte und inzwischen weltweit anerkannter Wettkampfsport ist, sollte sich auch in Ottensen etablieren. „Schnell war uns klar, dass dieser Sport sowohl für

Halter also auch für die Vierbeiner eine schweißtreibende Angelegenheit ist“, erinnert sich Edith Ströh.

Mit geübten Führtechniken, Körpersprache und Stimme leitet der Halter durch einen Parcours, der ähnlich wie beim Springreiten aus Sprüngen, Wippe und Tunneln aufgebaut und in einer vorgegebenen Zeit zu bewältigen ist. Dabei dürfen Herrchen und Frauchen weder ihren Schützling noch die Hindernisse berühren. A und O für einen guten Lauf ist eine harmonisierende Verständigung zwischen Hund und Halter, die permanent trainiert werden muss.

Ob beim Sprung durch den Reifen oder beim meist von Anfängern gefürchteten Slalomlauf die Ottenser haben es inzwischen zu beachtlichen Erfolgen gebracht. Edith Ströh ist mit Dackel „Snuut“ und spanischen Mischling

„Skippy“ regelmäßig bei Titelkämpfen am Start. Christine Schröder ist den beiden mit „Lasse“ allerdings dicht auf den Fersen. Experten prognostizieren dem jungen Münsterländer Jagdhund eine große sportliche Zukunft. Wenn der Shooting-Star mit knapp fünf Metern in der Sekunde durch den Hindernislauf spurtet, sind wenig Fehlerpunkte in einer beachtlich kurzen Zeit das Ergebnis.

Die Übungseinheiten finden meist auf einem Trainingsplatz in Sülldorf statt. Damit die Ablenkung nicht zu groß ist, sollen maximal sechs Paare auf dem Gelände sein. „Ohne Konzentration läuft nichts.“ Deshalb ist immer nur ein Tier unterwegs während die anderen an der Leine warten müssen. „Stillhalten ist oft die größte Herausforderung. Schließlich wollen sich alle an den Hindernissen austoben statt



Der Sprung durch den Reifen – eine Übung für Fortgeschrittene.

Anzeige



**TIERÄRZTIN
Dr. Bärbel Feider**

SPRECHZEITEN

MONTAG - FREITAG
09.00 - 11.00 UHR
16.00 - 18.00 UHR

SAMSTAG
09.00 - 11.00 UHR

**GROSSE BRUNNENSTRASSE 139
22763 HAMBURG**

TELEFON 040 - 39 30 29
TELEFAX 040 - 39 08 801

E-MAIL INFO@TIERARZT-DRFEIDER.DE
INTERNET WWW.TIERARZT-DRFEIDER.DE

Naturheilkunde für Tiere
Silke Huber-Röhring
Zertifizierte Tierheilpraktikerin/staatlich geprüfte Heilpraktikerin



Lobuschstr.39, 22765 Hamburg, 040 / 390 1773
www.hausbesuchefuertiere.de
Termine nach telefonischer Vereinbarung !





Erfahrung • Kompetenz • Persönlicher Einsatz

Tierärztliche Gemeinschaftspraxis
Dr. B. Rüschoff und Dr. B. Christian
Schmarjestr. 52, 22767 Hamburg-Altona

Tel: 040 / 380 96 48 www.tierarzt-hh-altona.de

herumzusitzen.“

Grundsätzlich kann jeder Hund diesen Sport ausführen. Er fördert Kondition, Bewegungskoordination und Konzentrationsfähigkeit bei Mensch und Tier. Weniger gut eignen sich schwerere Hunde, die aufgrund ihres Gewichts Probleme mit den Gelenken bekommen könnten. Hin und wieder passiert es, dass einzelne Hindernisse trotz intensiven Trainings verweigert werden. „Ein Hund mit Tunnelangst bekommt man eben nicht durch ein sechs Meter langes Plastikrohr. Das ist genau wie bei uns Menschen.“

Die Profis von Ottensen sind weit entfernt von Phobien und bereiten sich derzeit auf ein neues sportliches Ereignis vor. Einige sind zur internationalen Ausstellung Hansepeder in Hamburg eingeladen und beweisen im April vor großem Publikum, dass nicht nur Pferde anspruchsvolle Aufgaben meistern können.

Weitere Informationen gibt es beim SC Ottensen, Telefon unter 040/800 84 09. (tek)



Clubchefin Edith Ströh mit Dackel hündin „Snuut“ (li.) und „Skippy“

vulkanisches Gestein	heilig	konfus	Zahnfäule	Göttin der Blumen	nackt	aktuell	Fussball, Standard	bei	Einwohner Togo	entgaste Steinkohle	die eine welche	Schwaiger
						Atherrausch						
bösartige Geschwulst	knapp					historische Geologie	Konzert	Heiligenbild				
			kurzer Ausflug	bisher			Werkzeug Lochstich					
Teil des Auges				in Gang	Ausbilder							Zutat Spätzle
Fleischschmitte					genähete Linie	Absturz		Waldtier	Tropfstein			
Hinweis	stetig	Gebiet Sibiriens								zurück	Begeisterung	
		mündlich	sehr betagt				Bewohner Baltikum	Addition				Junge
chines. Hohlmaß			Unterhose	Abbild der Erde				Creme	Staat im Baltikum			
gleichlaufende Linie									geräuschvoll	Menschenhülle		
Hütte	Kanton der Schweiz				Hauptstadt Tadschikistan	sehr gut						
						Staatsanghörigkeit	sgesetz-bayrischer Rettich			Abk. f. Altes Testament	Hafen	
Erscheinungsbild							ehrlloser Mensch	Herdentier			nicht gebraucht	
		Absonderung	auf diese Art									negation
sächlich	eitler Mensch		Sprechen					beständig				
					Teil eines Baumes				agieren			

Lösung Sudoku Dez.09

8	4	5	7	1	6	9	2	3
2	1	9	5	8	3	4	6	7
3	6	7	9	2	4	1	5	8
6	5	3	4	9	7	8	1	2
1	9	4	2	6	8	7	3	5
7	2	8	3	5	1	6	4	9
4	3	1	8	7	2	5	9	6
5	8	6	1	3	9	2	7	4
9	7	2	6	4	5	3	8	1

5	3	2	9	6	1	8	7	4
7	1	8	2	4	5	9	3	6
6	4	9	3	8	7	5	1	2
3	8	5	7	1	4	2	6	9
9	7	6	5	2	3	4	8	1
1	2	4	6	9	8	7	5	3
4	6	3	8	7	9	1	2	5
2	9	7	1	5	6	3	4	8
8	5	1	4	3	2	6	9	7

Anzeige

Mit uns in Ihr neues Zuhause...

huckepack

Umzüge

040-39 16 33

Umzüge Nah & Fern • europaweit • Büroumzüge

moderne beheizte Containerlagerung • Umzugskartons

Behörden- & Arbeitgeberabrechnung • Beiladungen

wöchentlich Süddeutschland • professionelle Beratung

Schnackenburgallee 47-51 • 22525 Hamburg • Tel. (040) 39 16 33 • Fax (040) 39 57 62 • www.huckepack.de

Unsere kostenlose Servicenummer: 0800-39 16 330

Anzeige

Tierphysiotherapie

Ursula Stampa

Große Brunnenstraße 34

22763 Hamburg (Ottensen)

Telefon 0 40/35 96 91 31

Termine nur nach Vereinbarung

Massagen

Akupressur

Lymphdrainage

u. v. m.

für Hunde

Pferde und Katzen

Einzelnachhilfe

- zu Hause -

Der erfolgreiche Weg zu besseren Noten

Im gesamten Westen Hamburgs

- Über 15 Jahre Erfahrung
- Alle Fächer, alle Klassen
- Das Lernen lernen
- Jeder 3. Schüler kommt auf Empfehlung
- Unser ABACUS-Institut wurde bereits mehrfach ausgezeichnet

Geschäftsstellen:

040 - 8 39 75 03

040 - 500 490 95

04103 - 8 38 65

www.nachhilfe-hh.de

EFFENBERGER

VOLLKORN - BÄCKEREI

Wir machen Brot

ausschließlich aus

100% Vollkorn

frisch vermahlen

Bahnenfelder Str. 115

Mo-Fr 11-14, 14.30-18, Sa 11-18 Uhr

Öko-Wochenmarkt, Spritzenplatz, Mo + Sa



LADY FITNESS CENTER



Anti-Schmerz Rückenkonzept

Prae-Fit
Gesundheits-Studio

DSSV • DFAV • DFLV
GEPRÜFTE QUALITÄT
Gesundheit • Fitness • Wellness

Kooperationspartner von



Laufend neue §20 Kurse! Von den Krankenkassen mit bis zu 75,- € erstattet.

Bei lizenzierten Prae-Fit®-Studios kann man darüber hinaus darauf vertrauen, dass unter anderem folgende Kriterien überprüft wurden:

- die Mitgliedschaft ist Kundenfreundlich
- durch einen Eingangstest werden gesundheitliche Fragen im Vorfeld abgeklärt
- mithilfe eines Fitness-tests wird der körperliche Fitnessstand ermittelt.

Im Dienste Ihrer Gesundheit
und Ihrer Figur
Schillerstr. 44, 22767 Hamburg
Tel. 040 389 45 98
www.lady-fitness-center.de



kostenloses Probetraining

Ab 13. November

PHYSIKDRUCK

Laden für gute Shirts und gediegene Haushaltstextilien

Friedensallee 61

Telefon 80 600 417

Öffnungszeiten:

Mi. 10-16 Uhr

Do. und Fr. 10-19 Uhr

Sa. 11-15 Uhr

Ein Betriebsteil von

barner 16 /

alsterarbeit gGmbH

