

**GROSSER
SERVICETEIL:**
Traumhochzeit
Traumbäder · Fit & schön
Gesundheitsratgeber · Haus & Garten

Heft 5, 27. Mai 2011, Auflage 51.000

 www.facebook.de/alstertal magazin

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

Alstertal

Magazin

Foto: www.studiolassen.de

Exklusiv im
Alstertal-Magazin:



ALSTER TALK

Promi-Runde zur
Energiewende

Cornelia Poletto im Alstertal

Starköchin kocht beim großen Empfang „Alstertaler
Sommer“. Wie ihr neues Restaurant wird: Seite 8!

Rand FIGUR

John Ment als
Fußballtrainer
erfolgreich



Soul Lady:
Sängerin Zasha
Moktan

Charity Kicker:
NDR-Moderator
Alexander
Bommes

Foto: David Königsmann/Universal Music

Tel. 040 53 88 88 88
Fax. 040 53 84 676

Jürgen Weiß Immobilien

www.juergen-weiss-immobilien.de
info@juergen-weiss-immobilien.de

Ihr freundlicher Makler & Zertifizierter Sachverständiger in Hamburg

Wir bewerten unverbindlich Ihre Immobilie - Rufen Sie uns gerne an!

Hummelsbüttler Hauptstraße 10 in Hummelsbüttel - Stübeheide 153 in Klein Borstel - Falkenried 83a in Eppendorf



Teppich



STARK

*unverb. Preisempf.

SCHLAFEN WIE AUF WOLKE 7

€ 149,-*

TEMPUR® CLOUD ab € 998,-*

NEU

ab Frühjahr 2011

Die neue Produktlinie für ein supersoftes Liegegefühl mit der perfekten Balance aus sanfter Entlastung und gleichzeitiger Unterstützung.

Wir sind autorisierter TEMPUR® Händler! Hier erhalten Sie den vollen Garantieanspruch. Wir beraten Sie freundlich und kompetent zu allen Fragen rund um den gesunden Schlaf.



Poppenbütteler Bogen 94 • 22399 Hamburg Teppichboden & PVC • Parkett & Laminat
Telefon 040-611 66 80 • Fax 040-611 66 811 Gardinen & Stoffe • Matratzen & Betten
www.teppich-stark.de • info@teppich-stark.de Markisen & Sonnenschutz • Orientteppiche

NEU: ONLINE SHOP:
www.shop.teppich-stark.de



PRAXIS KLINIK

DR. MED. OLIVER MEYER-WALTERS
Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie



- Facelift
- Lidstraffung
- Nasenkorrektur
- Ohrkorrektur
- Brustvergrößerungen
- Brustverkleinerungen
- Bruststraffung
- Fettabsaugung
- Bauchdeckenstraffung
- Schamlippenkorrektur
- Faltenbehandlung

Terminvereinbarung für unverbindliche Beratungsgespräche unter:

040/41 910 120, Rothenbaumchaussee 22, 20148 Hamburg
www.Plastischer-Chirurg-Hamburg.de

Ordentliches Mitglied der deutschen Gesellschaft der Plastischen,
Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen. DGPRÄC (vormals VDPC)
Vereinigung der Deutschen Ästhetischen-Plastischen Chirurgen VDÄPC

Vetokratie jetzt!

VON WOLFGANG E. BUSS



Vetokratie der neue Weg! Nach Demokratie, in der sich das Volk über Wahlen auf einen gemeinsamen Weg der gesellschaftlichen Entwicklung einigte, kommt nun die Vetokratie. Sie ist das politische Ergebnis einer übersatteten Industrie-Gesellschaft, die sich von der politischen Klasse nicht mehr vertreten sieht und mehr und mehr Eigeninteressen über Ge-

samtinteressen stellt. Zunächst schien es, die Deutschen hätten sich aus dem politischen Prozess abgemeldet, seien politikverdrossen, wahlmüde und durchlebten eine Vertrauenskrise. Nun aber sind sie wieder da. War es in den 70ern die APO, also die außerparlamentarische Opposition, die gegen das Establishment kämpfte, so ist es heute das satte Bürgertum, das Veto einlegt. Nicht mehr für große gesellschaftliche Veränderungen, sondern für ihre privaten Interessen. Ihr Kampfplatz ist nicht mehr die Straße, sondern Bürger- und Volksbegehren. Hier ein bisschen Wohnungsbau verhindern, dort gegen ein Geschäftshaus sein, eine Straße weiter gegen einen Kindergarten oder andere Sozialeinrichtungen. Man ist im privaten Umfeld aktiv, kämpft um die eignen Pfründe.

Immer sind die Einwände in bunte politische Worthülsen gepackt, klingen naturerhaltend, gesundheitsbewahrend und gesamtverantwortlich. Dahinter allerdings stehen stets schöne private Einzelinteressen von Anwohnern, die entweder keine neuen Nachbarn oder schlicht ihre Ruhe behalten wollen. Und die von Anwälten vor sich her getrieben werden, denen die neuen Mandate sehr willkommen sind.

Das Instrument des Bürgerbegehrens (mit zur Zeit viel zu niedrigen Quoren, also nötigen Stimmen) hat ihnen eine politische Klasse ins Nest gelegt, die selbst tiefe Zweifel an politischer Glaubwürdigkeit hegte: die Grünen. Bei Bürgerbegehren (mit dem Ziel des Bürgerentscheids) werden niemals eigene politische Ziele formuliert oder visionär erdacht, sondern schlicht Projekte abgelehnt. Bürgerbegehren sind die neuen Geißeln der Politiker. Kaum hat eine Fraktion einen Plan gefasst, hat sich eine Partei in mühsamen Abstimmungsprozessen auf ein Projekt geeinigt, bildet sich Widerstand. Beobachter sehen bereits einer nahezu unplanbaren Zukunft entgegen. Denn es ist cool, sich gegen alles und jedes zu stellen und Unterschriften zu sammeln. Hatten zunächst nur die Konservativen mit dem Ungehorsam linker Bürgerbewegungen zu kämpfen, werden heute auch Grüne oder SPD nicht mehr geschont. Hauptsache gegen Politik und Politiker. Wählen gehen ist uncool, man macht ein Volksbegehren.

In Hamburg verkündet der Verein „Mehr Demokratie e.V.“ auf seiner Web-Seite stolz, wie viele Verfahren dieser Art gelaufen sind. Auf Bundesebene ist „mehr-demokratie.de“ auf dem Weg zum „Volksentscheid ins Grundgesetz“. Hier wollen die Gegen-alles-Aktivisten den Ritterschlag, nur die Zweidrittelmehrheit des Bundestages ist noch nicht überzeugt.

Politik und Verwaltungen übernehmen in der Vetokratie die Rolle der Vorschlags-Clowns, über deren Agieren sich die Vetokraten kurz amüsieren, um es dann abzulehnen.

Auch der Hamburger Senat ist konfrontiert. Populärstes Beispiel: das Volksbegehren gegen die Schulreform. Mit dem im Grunde nichtsagenden Slogan „Wir wollen lernen“ hatte die Initiative um Walter Scheuerl das 28. Volksbegehren in Hamburg initiiert. Mit Erfolg gegen eine „grüne“ Schulpolitik. Nur zwei Jahre zuvor übrigens hatte ein Volksbegehren den genau gegenteiligen Ansatz: „Eine Schule für alle“.

Hochkonjunktur für das St. Floriansprinzip. Selbst ein zügiger Atomausstieg droht an den „St. Florianern“ zu scheitern. Nötige neue Stromnetze, Windräder und Biogasanlagen drohen an tausenden Initiativen und Gerichtsverfahren zu scheitern.

So werden die Vetokraten zu Bremsern des ökologischen Umbaus – und leisten der Gesellschaft einen Bärendienst.

 Recycling
de Luxe.



Lust auf 'was Neues?

Bringen Sie uns Ihren in die Jahre gekommenen Schmuck und wir fertigen für Sie ein neues und atemberaubendes Stück.

willer
JUWELIER

Rolfinckstraße 13 · Tel. 536 96 50
Hamburg Wellingsbüttel

Liebesbriefe in Schmuck.

GUTE
ADRESSEN

www.willer.de
juwelier@willer.de

ASMUS HEIZUNG

Ökologische Heizsysteme
 Öl • Gas • Solar • Pellets • Wartung

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

75
 Jahre

Praktikum / Ausbildung

Junges Unternehmen in Norderstedt bietet Praktikum (mit Vergütung) und anschließendem Übergang zur Ausbildung zur Kauffrau/-mann für Bürokommunikation (ab 1.8.2011). Realschulabschluss, gute Deutsch- und Englischkenntnisse sowie ein freundliches Auftreten werden gewünscht. Bewerbung bitte per E-Mail an: s.bergerhausen@mice-access.com

www.my-conferencehotel.com - www.my-tagungshotel.com - www.mice-access.com

D RW Bedachungs GmbH

Meisterbetrieb

Dachsanierung • Neubau
 Schornsteinbekleidung • Bauklempnerei
 Flachdach • Fassade • Reparaturen
 info@rw-bedachung.de
 www.rw-bedachung.de



wie
 Dach-
 service

Dachsgang 19 • 22846 Norderstedt
 Tel. 0 40/524 95 28 Fax 0 40/524 36 52

Lott

HOLZ EISEN BAUSTOFFE

Volksdorfer Weg 194
 22393 Hamburg-Sasel
 Telefon: 040 / 60 17 987
 Mo.- Fr.: 07.00-18.00 Uhr
 Samstag: 08.00-12.00 Uhr
 www.lott-baustoffe.de

Stabile Biergartenbank

kesseldruckimprägniert, Holzstärke: 42mm ~~139,00 €~~ 129,00 €

40 Lt. Qualitäts-Blumenerde

hohe Wasserspeicherkraft ~~5,50 €~~ 2,50 €

50 Lt. Qualitäts-Rindenmulch

rein biologisch ~~7,50 €~~ 3,50 €

Große exklusive
 Auswahl und Top-Service.
 Neuer Gartenkatalog
 mit Gartenplaner jetzt
 bei Lott erhältlich!



Fachliche Beratung
 durch das Lott -
 Kompetenzteam
 (ein Zusammenschluss
 von 65 eigenständigen
 Profi - Unternehmen) in allen Fragen rund um Haus und Garten.

Der letzte Garten®

Ein Spiegelbild des vergangenen Lebens. So stelle ich mir eine schöne Grabgestaltung vor. Mit vielfältigen Pflanzen, Farben und Formen und deren symbolischer Bedeutung gestalte ich Gräber, die mit den Verstorbenen in Verbindung stehen. Gemeinsam mit Ihnen plane ich die Bepflanzung und Sie können bei der Ausführung gerne dabei sein oder mithelfen.

Friedhofsgärtnermeisterin Christine Ebgen
 Tel: (040) 30 85 06 82 - www.Der-letzte-Garten.de



IN DIESEM HEFT:

Magazin

Kolumne	3
Kunst und Kultur: Veranstaltungs-Tipps im Alstertal und den Walddörfern	6
Starköchin Cornelia Poletto kocht auf dem Alstertaler Sommer in Poppenbüttel und spricht über ihr neues Restaurant.....	8
Die Poppenbüttler Henneberg- bühne goes Musical.....	13
Neues prominentes Event: der Alstertaler Sommer.....	14
Der Wellingsbüttler Klaus Utermöhle lud zum Brunch mit Vortrag	16
Der NABU bittet die Natur mehr zu achten.....	17
Die Energiewende und ihre Folgen – Thema beim großen Alster Talk des Alstertal-Magazins.....	18
Die wichtigsten Statements der Alster Talk-Redner	20
Das Alstertal-Magazin sprach mit Moderator Alexander Bommes	

über „Kicken mit Herz“	24
Der Musiker Jochen Wiegandt sucht alte Hamburger Songs – auch aus dem Alstertal	26

Poppenbüttel

Kultmoderator John Ment kann auch anders – als Jugend- Fußballtrainer	34
Jubiläum: Der CVJM Oberalster feiert sein 60-jähriges Bestehen.....	36

Sasel

Von der Ex-Sängerin zur deut- schen Tanzmeisterin: die Saselerin Fiona Fricke.....	38
Großes Fest mit Spiel, Spaß und Flohmarkt in Sasel.....	40
Das Gymnasium Oberalster am Ernst Deutsch Theater.....	41

Volksdorf

Die NDR-Kunstsending „Lieb &	
------------------------------	--



Starköchin Cornelia Poletto spricht über ihr neues Restaurant (S. 8) und kocht im Juni auf dem großen Empfang „Alstertaler Sommer“ (S. 14).

Fotos: Mari Wohl



Fotos: David Königsmann/Universal Music

Soul-Sängerin auf neuen Pfaden: Im Juni kommt mit „State of Mind“ das zweite Album der in Fuhlsbüttel lebenden Sängerin Zascha Moktan in die Läden. S. 48



Radiomoderator John Ment mit neuem Nebenjob: In seiner Freizeit trainiert er die E-Fußballjugend des FC Poppenbüttel. S.34

Teuer“ sendet aus dem Museumsdorf Volksdorf42
Fahrrad fahren für die Umwelt: Am 19. Juni findet die Fahrradsternfahrt durch Volksdorf statt.....44

Duvenstedt

Der NABU zeigt in seinem Infohaus Impressionen von Sylt.....46
Neu: Erstmals gibt es eine „Duvenstedter Dorfmeile“.....47

Hummelsb./ Fuhlsbüttel

Im Gespräch: die Fuhlsbüttler Sängerin Zascha Moktan48

Wellingsbüttel

Nur noch für kurze Zeit: Das Torhaus zeigt seine letzte Ausstellung vor der Sommerpause51

AEZ

Kolumne57

Die schönste Bademode.....58
Tipps für die Bikinifigur62
Nachgeshopp: Liz Hurley.....63
Süßes Erdbeerrezept64
Tipps und Termine rund ums AEZ66

Service

Rund ums AEZ 27
Ärztehaus Wellingsbüttel..... 50
Fit und schön..... 52
Essen und trinken 71
Neues aus der Geschäftswelt..... 74
Traumhochzeit..... 76
Haus und Garten..... 78
Senioren 92
Gesundheitsratgeber..... 96
Traumbäder..... 98
Rund ums Tier 101
Handwerk 102
Motor-Magazin 103
Immobilien 109
Kleinanzeigen/Impressum..... 122

Kleinreparaturen
Instandhaltung
Fliesenarbeiten
gegründet 1954



Sanierung
Hochbau
Gewerbebau

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

Di / Do 11-17 Uhr • Lehmweg 35 • 20251 Hamburg • Tel.: 87 88 28 93
Handy 0177 / 85 05 555 • www.secondherzog.de



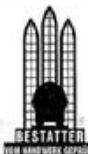
**Gleittüren
Schränke**

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

Schmidt-Peil 1869

Bestattungsinstitut seit 1913
Erd-, Feuer-, anonyme und Seebestattungen
Bestattungen auf allen Friedhöfen



Tag und Nacht erreichbar

040 - 672 20 23

Brockdorffstraße 14, 22149 Hamburg
www.beerdigungsinstitut-schmidt-peil.de
e-mail: schmidt-peil@t-online.de



EGGERS
EGGERS GRUPPE

Container

von 1 bis 30m³
ab 59,50 € inkl. MwSt.



Wir beraten Sie gern:

04109/27 99-23

Abfuhr/Entsorgung von:
**Bauschutt, Bauabfällen
Dachpappe
Gartenabfällen, Holz**
Zusätzlich Lieferung von:
Sand, Kies & Mutterboden

www.eggert-gruppe.de

Termine im Alste



Die Latin-Gruppe „Latonica sur“ tritt am 19.6. in der Stadteilschule Bergstedt im Rahmen des großen Musikfestes auf.

Holz bewegt

Tischler gestalten Möbel & mehr
Nachwuchswettbewerb



Foto: Lena Jürgensen

Ausstellung im
Museum der Arbeit –
Stiftung Historische Museen
Hamburg
15. April bis 26. Juni 2011



Foto: Lena Jürgensen

Wiesendamm 3 • 22305 Hamburg
Tel.: 040/428133-0 • www.museum-der-arbeit.de

Öffnungszeiten:
Mo.: 13 - 21 Uhr • Di. - Sa.: 10 - 17 Uhr
Sonn- und Feiertage: 10 - 18 Uhr

29. Mai

Im **Torhaus Wellingsbüttel**, Wellingsbüttler Weg 75b, findet um 11.30 Uhr eine plattdeutsche Matinee mit **Gerd Spiekermann** statt. Der studierte Gymnasiallehrer ist seit 1981 Rundfunkreporter beim NDR. Karten: ab 10 Euro. Mehr Infos unter **Tel.: 536 12 70** oder auf www.kulturkreis-torhaus.de.

31. Mai

Die **Bücherhalle Alstertal**, Heegberg 22, hat um 15 Uhr für **Kinder ab 4 Jahren** ihre Türen mit dem Bilderbuchkino „**Als das Nilpferd Sehnsucht hatte**“ von Iris Wewer geöffnet. Anschließend besteht die Gelegenheit zu basteln und zu malen. Eintritt: frei. Mehr Infos unter **Tel.: 690 838 52**.

Das **Museumsdorf Volksdorf**, Im Alten Dorfe 46-48, veranstaltet um 14 Uhr die „**Heimatkundliche Wanderung: Alster, Rader Forst**“ mit Heinz Waldschläger. Los geht's an der Bushaltestelle Wohldorf. Mehr Infos unter **Tel.: 603 90 98** oder auf www.museumsdorf-volksdorf.de.

6. Juni

Das **Torhaus Wellingsbüttel**, Wellingsbüttler Weg 75b, veranstaltet um 19.30 Uhr einen **Film-Abend**. Mehr Infos erhalten Sie unter **Tel.: 536 12 70** und auf www.kulturkreis-torhaus.de.

In der **Bücherhalle Volksdorf**, Weiße Rose 1, liest um 15 Uhr **Christiane Baars** „**Märchen aus aller Welt**“. Alle kleinen und großen Märchenfreunde **ab 5 Jahren** sind herzlich eingeladen. Eintritt: frei. Mehr Infos unter **Tel.: 609 122 90**.

9. Juni

In der **Bücherhalle Alstertal**, Heegberg 22, findet um 15.30 Uhr die Veranstaltung „**Kreativ zum Sommeranfang**“ statt. Irena Mehl dau hat viele kreative Ideen zum Thema Sommer, Sonne, Sand und Meer im Gepäck und hilft bei der Umsetzung. Kosten: 8 Euro. Anmeldung und Infos unter **Tel.: 73 44 622 70**.

11. Juni

Der **Siemers'sche Hof**, Bergstedter Markt 1, hat um 20 Uhr die **Nils Gessinger Band** zu

rtal

Mai und Juni 2011



affer Weg 3, spielt ab **20 Uhr** das **Blasorchester Duvenstedt**. Einlass für das Open-Air-Konzert ist ab **19 Uhr**. Mehr Infos unter **Tel.: 607 06 55** und auf www.vereinigung-duvenstedt.de.

19. Juni

In der **Stadtteilschule Bergstedt**, Volksdorfer Damm 218, heißt es um **10 Uhr** „**Bühne frei für junge Talente**“! Veranstaltet wird das große Musikfest von der Musikschule Bergstedt. Als „special Guest“ wird dieses Jahr um **15 Uhr** die Latingruppe „**Latonica sur**“ auftreten. Mehr Infos unter **Tel.: 600 13 445** oder auf www.musikschule-bergstedt.de.

25. Juni

In der **Ohlendorffschen Villa**, Im Alten Dorfe 28, findet ab **11 Uhr** bis in den späten Abend das 5. Volksdorfer Kulturfest unter dem Motto „**Ruhestörung – Wie viel Kultur verträgt Volksdorf?**“ statt. Eintritt: frei, mit Ausnahme der Abendveranstaltung. Mehr Infos unter **Tel.: 533 046 63**.

26. Juni

Der **Siemers'sche Hof**, Bergstedter Markt 1, zeigt noch **bis zum 26.6.** die Ausstellung „**Südliche Impressionen**“ von **Brigitta Winter**. Zu sehen sind die Öl-Acryl-Bilder sonntags von **12 bis 18 Uhr** und Dienstag bis Freitag von **12 bis 17 Uhr**. Mehr Infos gibt's unter **Tel.: 678 00 40**.

Besuch. Begleitet wird sie vom Hamburger Saxophonisten **Peter Weniger**. Kartenvorbestellungen für das Open-Air-Konzert sind erwünscht. Kosten: ab **16 Euro**. Mehr Infos unter **Tel.: 678 00 40**.

15. Juni

In der **Ohlendorffschen Villa**, Im Alten Dorfe 28, liest um **19.30 Uhr** **Thomas Brussig** aus „**Wie es leuchtet**“. Der Vorverkauf startet am **30.5.** in der Buchhandlung **Ida v. Behr**. Karten: ab **13,50 Euro**. Mehr Infos unter **Tel.: 533 046 63**.

17. Juni

Im **Festsaal im Hospital zum Heiligen Geist**, Hinsbleek 11, wird um **20 Uhr** die Premiere von „**Eenmol na boben**“ der Hennebergbühne gezeigt. Das Musical von **Ingo Sax** ist eine Gemeinschaftsaufführung des Verbandes **Hamburger Amateurtheater**. Mehr Infos unter **Tel.: 602 79 81** oder auf www.hennebergbuehne.de.

18. Juni

Im **Freibad Duvenstedt**, Puck-

Die **Vereinigung Duvenstedt**, Duvenstedter Markt 8, feiert um **11.30 Uhr** ihren **50. Geburtstag**. Mitglieder und Gäste können sich auf ein paar schöne Stunden freuen, in den die vergangene Zeit Revue passiert wird, aber auch Zukunftsvisionen entwickelt werden sollen. Mehr Infos unter **Tel.: 607 06 55**.

Die **KZ-Gedenkstätte Neuengamme**, Jean-Dolidier-Weg 75, veranstaltet um **15 Uhr** die alternative **Alsterkanalfahrt „Hamburg im Nationalsozialismus“**. Auf der zweistündigen Fahrt wird an bekannten Orten wie dem Alsterhaus und den Industriebauten von Kampnagel die Geschichte dieser Bauten im Nationalsozialismus vermittelt. Treffpunkt: **Alsteranleger Jungfernstieg**. Karten: **12 Euro**. Anmeldung und Infos unter **Tel.: 428 13 15 27**.

Mein SPIELZEUGPARADIES

Lerche

IM ALSTERTAL

Am Duvenstedter Kreisel

Poppenbütteler Chaussee 1 • **Hamburg-Duvenstedt**
Tel.: 60 76 10 80 • www.lerche-im-alstertal.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI

Dorothea Westphal & Tochter
GMBH

Hauptfriedhöfe:
Ohlsdorf, Bergstedt, Volksdorf



Wir sind dabei!
Landesgartenschau Norderstedt

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

DR. KLAUS SCHÜTTE

ZAHNARZT • GANZHEITLICHE ZAHNHEILKUNDE

Prophylaxe • Implantate/Vollkeramik
Zahnästhetik • Naturheilverfahren

Gesunde Zähne – Gesunder Körper
das biologische Konzept – Umweltzahnmedizin



Zahnarzt
Dr. Klaus Schütte



Zahnärztin
Kerstin Houché



Zahnärztin
Dr. Esmeralda Pinto

Sie sind müde, erschöpft,
nicht leistungsfähig oder krank?

Dann prüfen wir die Qualität Ihrer Zahnversorgung.

Symptommedizin finden Sie überall.

Am Zahn hängt jedoch auch noch der ganze Mensch,
der ursächlich behandelt werden will.

Wir erstellen Ihnen eine ganzheitlich-biologische Diagnose,
denn die Wurzel allen Übels steckt oft im Kiefer.

Telefon 040/642 99 10 | Termine nach Vereinbarung
Bramfelder Ch. 318 | 22177 Hamburg | www.dr-klaus-schuette.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.

Ein Möbelladen, der mir jedes Möbel baut, das ich will, wo gibt's denn so etwas?

Regale. Betten. Tische. Schränke.

Gertigstraße 27, 22303 Hamburg (Winterhude)
 Tel: 040 - 38 22 99



Ich helfe weiter, garantiert!

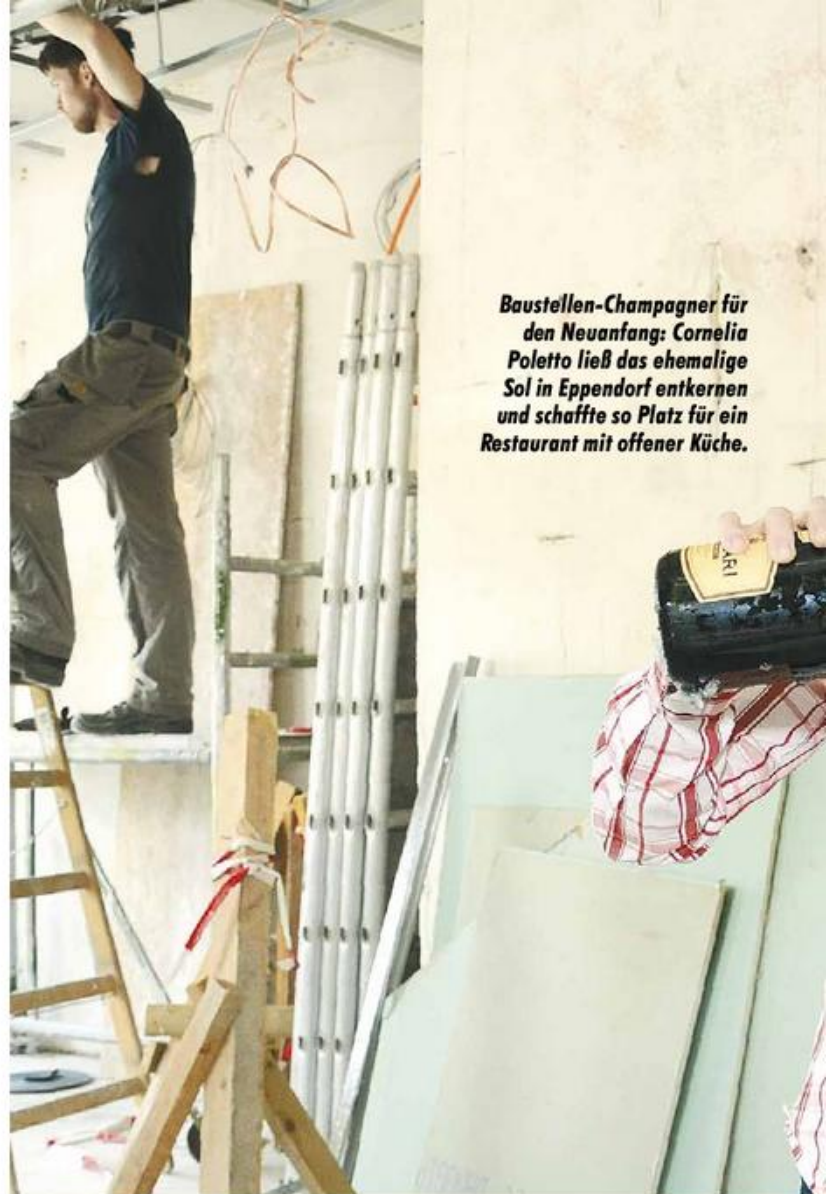
Inspiration unter
www.holzconnection.de

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



Baustellen-Champagner für den Neuanfang: Cornelia Poletto ließ das ehemalige Sol in Eppendorf entkern und schaffte so Platz für ein Restaurant mit offener Küche.

Die neue Lockerheit!

Sie ist das weibliche Gesicht der deutschen Top-Gastronomie: **Cornelia Poletto**. Ihr Name steht für italienische Haute Cuisine und Auszeichnungen. Nun legt sie einen anderen Gang ein und erfüllt sich einen lang gehegten Gastro-Traum. Das Alstertal-Magazin sprach mit der 39-Jährigen, die beim Alstertaler Sommer kocht (siehe S. 14), über ihren Neuanfang.

Zwei ausgefallene extravagante Menüs, bis ins kleinste Detail stimmig für Auge und Gaumen angerichtet, für ganz viel Geld und teure, teils sehr teure Weine. Das fand der Gast auf der Karte von Cornelia Polettos Sternrestaurant „Poletto“ in Eppendorf. Ende 2010 hat es geschlossen.

Am 1. Juni dieses Jahres öffnet die Star-Köchin, die bei Heinz Winkler in Aschau gelernt und später als Sous-Chefin im Sternrestaurant „Anna & Sebastiano“ bei Anna Sgroi die Raffinesse der italienischen Küche kennengelernt hat, mitten in Eppendorf eine neue Gourmet-Location. Im



ehemaligen und inzwischen entkernten Sol entsteht gerade eine Kombination aus Feinkostladen und Restaurant mit offener Küche, damit die Gäste den Köchen und Cornelia Poletto bei der Arbeit am Herd über die Schulter schauen können. Die Küche wird leicht und italienisch sein, die Weine passend und direkt vor Ort zu kaufen.

Alstertal-Magazin: In Frankreich haben viele Köche ihre Sterne freiwillig abgegeben, weil die Anforderungen zu hoch sind und sie sich im Kochen eingeschränkt fühlten. Wie war das bei Ihnen?

Cornelia Poletto: Das alte Poletto, in dem ich mir meinen Stern erkocht habe, musste einem Neubau weichen. Mein Entschluss, nun eine kleine italienische Gastronomie – ein Restaurant mit Delikatessengeschäft – zu eröffnen, ist die Erfüllung eines lang ersehnten Traums. Aber es ist, das ist mir ganz wichtig zu sagen, keine Entscheidung gegen erstklassige

Küche. Schließlich nehme ich mein Küchenteam aus dem alten Poletto, meine Sterntaler, mit in das neue Restaurant. Vielleicht wird ja bald eine neue Kategorie

Fortsetzung auf Seite 10



Neue Heimat: Polettos Italiener liegt in der Eppendorfer Landstraße.



LINDBERG

Reine Eleganz • Pure Präzision



D
a
n
i
s
h

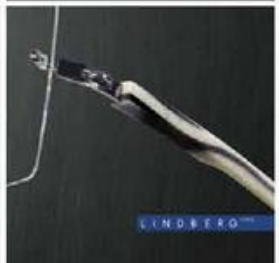
Diese vielfach international ausgezeichnete Kollektion zeigt die perfekte Harmonie zwischen Designkunst und handwerklicher Perfektion! Edelste Materialien werden hier in Vollendung verarbeitet.
- Made in Denmark

Seit Jahren präsentieren wir Ihnen diese einzigartigen Brillen exklusiv in Volksdorf!

Als zertifizierter Partner der Firma ZEISS, bieten wir Ihnen zudem die kompetente Beratung rund um das Auge. Wir vermessen Ihre Augen bis auf 1/100 dpt. genau und können die Brillengläser entsprechend anfertigen.

Wir geben Ihnen für Gleitsichtbrillen und Arbeitsbrillen die Zufriedenheitsgarantie!

D
e
s
i
g
n

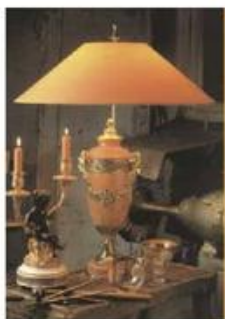


Besuchen Sie uns, Sie werden begeistert sein!

Gutes Sehen • Gutes Aussehen

Gellermann

Im Alten Dorfe 37 ■ 22359 HH-Volksdorf
Tel.: 040/6033335 ■ www.BrilleGesucht.de



Exklusive Leuchten

Antiklampen und Schirmanfertigung

Stilleuchten Götzl

Inh. S. Menk

in 22145 Hamburg-Rahlstedt • Fasanenweg 2

BAB-Abf. Stapelfeld, Nähe U-Bhf. Berne
Telefon: 040/644 85 79 - Fax: 040/644 75 12
www.stilleuchten-goetzl.de

Verteiler gesucht!

• Verteiler ab 13 Jahre

für Volksdorf
für Sasel
für Hummelsbüttel

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

www.kampen-rentanevent.com
hamburg@kampen-rentanevent.com

KAMPEN

Ihr Eventausstatter

Lassen Sie Ihren Tag mit uns einzigartig werden!



Gestalten Sie Ihr individuelles Fest mit unserem Porzellan, Gläsern, Bestecken, Stehtischen, Loungemobiliar, Stühlen mit Hussen, Kandelabern und vielem mehr...

Wir beraten
Sie
gern!



Studio Hamburg
Papenreya 53
22453 Hamburg
Tel. 0 40 | 57 26 25 -21
Fax 0 40 | 57 26 25 -29

Studios in ||| Hamburg ||| Bremen ||| Berlin ||| Leipzig |||
Hannover ||| Rostock ||| Neustadt-Glewe ||| Essen

Die neue Lockerheit!

Fortsetzung von Seite 9



Grafik: Peter Schmidt

für Köche erfunden, die hochwertige Produkte unprätentiös präsentieren.

Was ist das Schöne daran?

Spaghetti Carbonara mit einem Glas Wein oder frische Produkte vom Markt wie Sardinen oder Calamaretti einfach vom Grill und mit selbst gemachter Aioli anbieten, das macht einfach Spaß.

Warum könnte so etwas in der Sterneküche nicht bestehen?

Weil es eine unglaubliche Erwartungshaltung gibt, die vor allem immer mit Mehraufwand zu tun hat. Es müsste dann eine Variation von der Sardine sein, bisschen roh, bisschen gegrillt, bisschen dies, bisschen das. Das ist ja auch alles toll. Ich würde es niemals verurteilen, habe es ja schließlich fast 20 Jahre selbst sehr gerne getan. Aber jetzt kann ich machen, was ich will, deswegen wird alles viel lockerer und entspannter im Restaurant.

Gab es keine Wehmut, den Stern abzugeben?
Nein. Außerdem werde ich mich jeden ersten Donnerstag im Monat kulinarisch austoben und ein 5-Gang-Überraschungs-Menü anbieten wie früher im Poletto. **Also eine kleine Reminiszenz an alte Zeiten.**

Ja. Denn neben meiner neuen „einfachen“ Küche habe ich trotzdem Lust, mir einmal im Monat Gedanken über Ausgefallenes zu machen. Dabei werde ich vor allem die Saisonzeiten beachten und die Möglichkeit nutzen, bestimmte Produkte wie hochwertiges Fleisch im Ganzen einzukaufen und es vor den Gästen aufzuschneiden. Vorher wird es in einem Reifekühlschrank zu sehen sein. Ich finde es nämlich wichtig, dass man nicht immer nur das fertige Steak sieht, sondern auch mal eine ganze Keule oder einen ganzen Rücken, aus dem es stammt.

Sie leben gut ein halbes Jahr ohne Sterneküche. Ist es schön, plötzlich Zeit für die Tochter zu haben, oder können Sie das gar nicht, abends zu Hause sitzen?

Ich kann das echt nicht gut. Natürlich arbeite ich im Moment trotzdem viel, aber zu anderen Zeiten. Etwa nicht mehr bis spätabends. Das ist toll, weil ich mit meiner Tochter mal zusammen kochen, sie ins Bett bringen und Geschichten vorlesen oder nachmittags einfach mal einen Ausflug machen kann. Es ist wirklich eine schöne Zeit. **Die ist natürlich ab Juni leider wieder vorbei. Worauf**



Provisorium mit Bauhausschick: Ab dem 1. Juni wird eine richtige Eingangstür in Cornelia Polettos neues Gastro-Reich führen.



freuen Sie sich in Ihrem neuen Restaurant am meisten?

Zum einen, dass es eine offene Küche gibt. Für mich ist es nämlich beim Kochen am schönsten, den Gästen etwas über die von mir verwendeten Produkte zu erzählen und ihnen Tipps mit auf den Weg zu geben. Deswegen mache ich ja auch meine Kochsendungen. Und zum anderen, dass ich mir einen lang gehegten Traum erfüllen konnte: einen Glühplattenherd von Molteni aus Frankreich in der Küche stehen zu haben. Eine handgefertigte Sonderausführung mit Emaille in Poletto-Braun. Den gibt es nur einmal, ein tolles Stück.

Also Back to the Roots und gegen den Induktions-Trend?

Mit einer echten Wärmequelle zu arbeiten ist für mich das wahre Kochen – in der Mitte ist es sehr heiß und außen kann man Dinge warm halten. Man braucht nur die Töpfe hin- und herzuschieben. Das ist Kochen, bei dem man auch mal schwitzt und nicht im Winter einen Rollkragenpulli am Herd tragen muss, weil einem kalt ist. Das kommt meinem wahren Traum sehr nahe – ein Restaurant ohne Speisekarte, in dem die Menschen am Molteni-Herd stehen, reden, Spaß haben und anschließend gemeinsam essen. Kai Wehl

Baderneuerung?

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

Bei uns sind Sie richtig!

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



**Sanitärtechnik
Dacherneuerung
Hausanschlüsse
Heizungsbau
Solaranlagen**

**michael
Krohn**

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

**4. Juni
11. Juni
18. Juni**
ab 18 Uhr
im Tierpark

**Hagenbecks
Dschungel-
Nächte**

**Akrobatik voller
Spannung**
Atemberaubende Choreografien an einem
schwankenden, 14 Meter hohen Mast

akutor radio
10618
rock 'n' pop

hagenbeck.de **Tropische Klänge, Shows und Exotik**

- 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**

Das neue aPad!*

ALSTERTAL-MAGAZIN.de



*alstertalPad! Das Alstertal-Magazin auf dem iPad lesen!
Machen schon viele! Oder lesen Sie das Alstertal-Magazin auf einem
anderen Smartphone, Laptop oder PC. Alle Hefte, alle Anzeigen online!
www.ALSTERTAL-MAGAZIN.de/Magazine

Besuchen Sie uns auch bei  facebook!

Tipp: Exotische Dschungel-Nächte im Tierpark Hagenbeck live erleben

Seit mehr als 25 Jahren verzaubern die **Dschungel-Nächte** die Gäste im **Tierpark Hagenbeck**. Kein Wunder, denn es geht wild und geheimnisvoll zu – bald wieder **am 4., 11. und 18. Juni, jeweils bis 24 Uhr!** Dann erklingen im Dunkeln die Trommeln, die Affen kreischen, die Flamingos schnattern und die Löwen brüllen – der Tierpark bildet die exotische Bühne für rund 70 Künstler und 1.850 Tiere aus aller Welt.

Das Programm ist bunt und abwechslungsreich: Es gibt nämlich nicht nur Tiere hautnah, sondern u.a. auch Akrobatik- und Trampolinshows, artistische Stelzenläufer und witzige Walk-Acts, Comedy-Schnellzeichner und afrikanische Zopfleckkunst. Die kleinsten Besucher können sich auf Ponyreiten, Kinderschminken, Marshmallows grillen

und das Zooschulmobil freuen. Highlight ist als Ausklang des Abends ein Bengalisches Feuerwerk mit Musik hoch auf dem Felsen des berühmten Afrika-Panoramas.

Das Programm beginnt ab 18 Uhr (Abendzuschlag von 1,50 Euro zum Eintrittspreis ab 17 Uhr). Extratipp: Das Tropen-Aquarium Hagenbeck hat an den drei Tagen bis 21 Uhr geöffnet! Weitere Infos unter: www.hagenbeck.de.

Löwenparty: Die Dschungel-Nächte am 4., 11. & 18.6. bieten Exotik im Dunkeln.



Foto: Juri Schriener

Bürgergespräch in Wohldorf-Ohlstedt

Der **Bundestagsabgeordnete Dirk Fischer** (CDU) lädt Dienstag, 31. Mai, um 20 Uhr zum Bürgergespräch ins Landhaus Ohlstedt, Alte Dorfstraße 5, ein. Für politisch Interessierte bietet dieser Termin die Gelegenheit, Informationen über aktuelle po-

litische Themen aus erster Hand zu erhalten. Schwerpunkte Fischers sind übrigens eine familienfreundliche Stadtteilgestaltung sowie die Schaffung und Sicherung von Arbeitsplätzen – vor allem in den Bereichen Schifffahrt, Logistik und Luftverkehr.

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

OASIS Getränkemarkt
LIEFERSERVICE ☎ 538 69 67



Henneberg Bühne goes Music

Platter Musical-Hit

In diesem Sommer beteiligt sich die **Henneberg Bühne** am Musical „Eenmol na boben“ von Ingo Sax. Das Musical beschreibt die Geschichte vom „Fischer und seiner Frau“ einmal ganz anders.

Nämlich sehr komisch, sehr pffiffig und in neue Gewänder gekleidet. Der Butt ist ein Kredithai, welcher der Fischerfrau Ilse den Geldhahn erst auf- und

dann wieder zudreht. Aber Ilse lässt sich nicht so einfach unterkriegen, nein, sie steht ihren „Mann“. Das Ganze spielt im Hamburg der 50er-Jahre und beweist einmal mehr, dass alles zu erreichen ist, wenn man an sich und seine Träume glaubt. Das zeigen nicht weniger als 30 Mitwirkende, denn es handelt sich um eine Gemeinschaftsaufführung des Verbandes Hamburger Amateurtheater! Mit von der Partie ist auch der „Henneberger“ Rolf Beier, in der Rolle des Fischgroßhändlers Storjohann.

Vorstellungstermine im großen Festsaal des Hospitals zum Heiligen Geist, Hinsbleek 11, am 17. und 18.06. jeweils um 20 Uhr sowie Sonntag, 19.06. um 16 Uhr. Kartenbestellungen Telefon/Fax: 606 42 96 oder an der Abendkasse. Eintritt 6/5 Euro. Weitere Infos unter www.hennebergbuehne.de.

„Wird hier ein Komplott geschmie-
del?“



Foto: Henneberg Bühne

Markisen



Einbruchschutz • Garagentore
Rollläden • Terrassenüberdachung
Insekten-Pollenschutz • Plisse

Stephan
Riedel -
Sonnenschutz- und Sicherheitstechnik

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

Von der Kripo Hamburg
empfohlener Fachbetrieb
für mechanischen
Einbruchschutz

GLANZKLARE 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

Dieter Brose Meisterbetrieb · 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
www.KACHELOFEN- und -KAMIN.de

Exklusivmodell
Kachelöfen & Kamin

Großer Empfang im neuen Atrium der ECE in Poppenbüttel

Alstertaler-Sommer

Alstertaler
DER GROSSE HAMBURGER ABENDEMPFANG
SOMMER

700 prominente und geladene Gäste treffen sich nächsten Monat im Alstertal, um auf Einladung von ECE-Chef Alexander Otto, HASPA-Vorstandssprecher Dr. Harald Vogelsang und Verleger Wolfgang E. Buss zwei Ereignisse zu feiern: die Verleihung des Ersten Norddeutschen Stiftungspreises und das 20-jährige Jubiläum des Alstertal-Magazins. Starköchin Cornelia Poletto verwöhnt die Gäste mit kleinen Köstlichkeiten!



Hatte die Idee zum Alstertaler-Sommer: Verleger und Publizist Wolfgang E. Buss.

Das Alstertal wird zu Hamburgs gesellschaftlichem Mittelpunkt. Während des Abendempfanges „Alstertaler-Sommer“, im neuen atemberaubenden Atrium der ECE werden 700 Gäste die festliche Verleihung des ersten Norddeutschen Stiftungspreises erleben. Der wertvolle Preis wird die Bedeutung der Stiftungshauptstadt Hamburg unterstreichen. Es gibt aktuell 18.162 Stiftungen in Deutschland und alleine 1.199 in Hamburg. Damit ist Hamburg die Stadt mit den meisten Stiftungen.

Ein weiterer Anlass des großen Hamburger Abendempfanges ist das 20-jährige Jubiläum des Alstertal-Magazins. Mancher lobt es als das beste Magazin Hamburgs und als festen Bestandteil der Region. Hamburgs „neuer politischer Shootingstar“ (BILD), Dr. Andreas Dressel SPD, und Freund des Verlegers hält die Laudatio. Er gewann im Alstertal für seine Partei so ziemlich alles an Stimmen, was zu gewinnen war.

Der bekannte Moderator Dr. Martin Wilhelmi führt durch den Abend. Er schrieb vor Kurzem seinen ersten Hamburg-Krimi mit Erfolg und wurde zum Bestseller-Autor.

Eine Jury aus bekannten Hamburger Persönlichkeiten hat aus zahllosen Bewerbungen um den Norddeutschen Stiftungspreis die Preisträger ermittelt, die am Abend bekannt gegeben und in einer festlichen Verleihung geehrt werden. Dabei standen folgende Kriterien im Vordergrund: Qualität, Wirksamkeit, Effizienz und Nachhaltigkeit der

Stiftung. Die Stiftungsarbeit hat sich bewährt und weist nachhaltige und belegbare Erfolge auf. Die Stiftung geht relevante und drängende Probleme der Gesellschaft an und liefert wertvolle Beiträge, um diese Probleme zu lösen. Die Stiftungsgründer bzw. die derzeit Verantwortlichen prägen durch ihr Engagement die Gesellschaft und begeistern andere. Es herrscht in der norddeutschen Stiftungsszene eine gespannte Erwartung, wer den Preis erhalten wird.

Cornelia Poletto, Deutschlands beliebteste Starköchin, wird die Gäste mit speziell für den großen Abendempfang kreierten Köstlichkeiten verwöhnen. Außerdem eröffnet demnächst ihr neues Restaurant in Eppendorf (lesen Sie dazu Seite 8). Die Starköchin wird den Gästen am Abend persönlich ihre Ideen erläutern. Ein weiteres Highlight ist die Präsentation des edlen Jubiläumsmagazins ALSTERTAL MAGAZIN SPEZIAL. Es wird allen prominenten Gästen mit auf den Weg gegeben.



Hier wird gefeiert: Das atemberaubende Atrium in Poppenbüttel gehört zur Europazentrale der ECE.

EINLADUNG GEWINNEN!

Viele prominente Alstertaler werden zu Gast sein. Aber auch Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens, die eine Einladung erhalten haben.

Möchten auch Sie als Alstertal-Magazin-Leser teilnehmen? Können Sie! Mit ein wenig Glück sind zwei mal zwei Einladungen zum Empfang zu gewinnen! Schreiben Sie uns eine E-Mail oder eine Postkarte (E-Mail: b.schuemann@alster-net.de oder Magazin Verlag Hamburg, „Alstertaler-Sommer“, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg.) Wir ziehen aus allen Einsendungen per Los die insgesamt vier Gewinner.

Vier Alstertal-Magazin-Leser können beim „Alstertaler Sommer“ in der ECE-Zentrale in Poppenbüttel dabei sein.



Sie alle machen das große Event möglich:

INITIATOREN:

Haspa⁺
Hamburger Sparkasse

ECE

M
MAGAZIN VERLAG
HAMBURG

FÖRDERER:

Carl
KONFERENZ- & EVENTECHANIK



PORSCHE

MERIDIAN SPA

NORD EVENT

Porsche Zentrum
Hamburg Nord-West

arko

CORNELIA
POLETTA

PARTNER:

HOLSTEN

RINDCHEN'S
WEINKONTOR

KAMPEN

FRUTASIA

CVW PRALINE

Neue Technik ermöglicht noch kleinere Hör-Inlays und lässt sie im Ohr verschwinden.

Unsichtbares Hör-Inlay anstelle klassischer Hörgeräte?

Poppenbüttel (sk). Die meisten Menschen mit Hörverlust sind sich in einem Punkt einig: Sie möchten wieder alles hören und verstehen, aber keiner soll die Hörgeräte, die sie dafür benötigen, sehen.

Das wissen auch Norbert Ackermann und sein Team. Darum setzen sie bereits seit vielen Jahren auf Hörsysteme, die besonders unauffällig zu tragen sind. Und inzwischen haben sie sich auf sogenannte „Hör-Inlays“, wie sie die im Gehörgang sitzenden Hörsysteme nennen, spezialisiert.

Die Technik wird immer besser und kleiner.

„Im letzten Jahr überzeugte bereits ein sehr kleines Hör-Inlay viele unserer Kunden. Und obwohl es bereits sehr klein war, kam es doch nicht für jeden Gehörgang in Frage“, erzählt Norbert Ackermann. „Umso erfreuter waren wir, als wir die Tage erfahren haben, dass die neueste Technik bereits auf einem noch kleineren Chip integriert werden kann. Damit wird eine noch kleinere Bauform ermöglicht; und die Wahrscheinlichkeit, ein Hör-Inlay tragen zu können, steigt für viele potentiell Interessierte.“

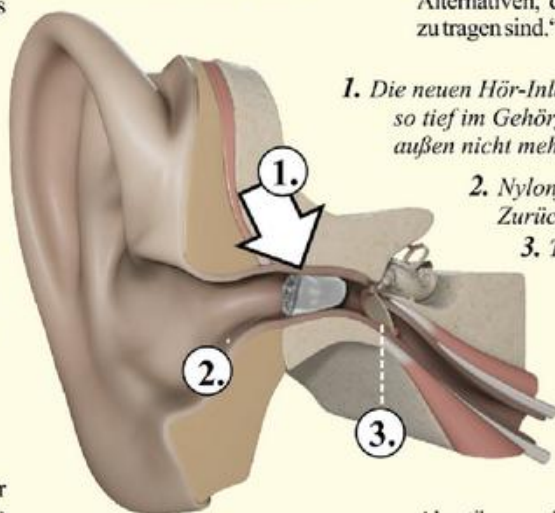
Die ersten Anzeichen eines Hörproblems.

Viele Menschen bemerken ihr Hörproblem vor allem dann, wenn sie in einem Restaurant ihr Gegenüber nicht mehr verstehen, weil der Geräuschpegel um sie herum vermeintlich zu laut ist. Ein häufiges Indiz für ein Hörproblem ist auch der Fernseher. Die Dialoge der Schauspieler in Spielfilmen mit



Anhand eines kleinen Nylonfadens wird das Hör-Inlay abends aus dem Gehörgang genommen. Durch die Lage der neuen Hör-Inlays sieht man meist nicht mal mehr das Ende des Fadens.

Hintergrundmusik werden dann ebenfalls nicht mehr deutlich genug verstanden. Die Folge: Viele stellen den Fernseher immer lauter.



1. Die neuen Hör-Inlays sitzen meist so tief im Gehörgang, dass sie von außen nicht mehr zu sehen sind

2. Nylonfaden zum Zurückholen
3. Trommelfell

Da das Interesse an den Hör-Inlays groß ist, bietet das Hörspezialistenteam von Ackermann

Akustikum aktuell allen Interessierten an, den Gehörgang mit einem Spezialgerät auf Hör-Inlay-Eignung zu prüfen.

Und wie können Hörgeräte, bzw. Hör-Inlays helfen?

Hör-Inlays zeichnen sich nicht nur durch die minimale Größe aus, sondern auch durch die Fähigkeit, schwierige Hörsituationen zu meistern. „Immer dann, wenn viele Menschen durcheinander sprechen oder es um einen herum laut ist, wird das Verstehen für viele zu einer echten Herausforderung“, weiß Katharina Oelke, Hörgeräte-Akustikerin aus langjähriger Erfahrung. „Die hohen Töne der Sprache sind in solchen Situationen besonders wichtig (z. B. ein gesprochenes „s“ und „f“). Gleichzeitig müssen aber die tiefen Töne weniger verstärkt werden“, erklärt sie.

Und genau hier beweisen die Hör-Inlays ihre Stärke. Durch die direkte Lage im Gehörgang wird im Vergleich zu Hörgeräten, die hinter dem Ohr sitzen, eine besonders natürliche Schallaufnahme ermöglicht. Das Richtungshören und damit das Verstehen in lauter Umgebung wird dadurch verbessert.

Eines ist Norbert Ackermann noch wichtig: „Bei einem hochgradig eingeschränkten Hörvermögen ist eine Versorgung mit den neuen Hör-Inlays nicht immer möglich. Es ist aber in jedem Fall einen Versuch wert, von uns überprüfen zu lassen, ob der Hörverlust und der Gehörgang sich dafür eignen. Sollte dies nicht der Fall sein, bieten wir eine breite Auswahl an Alternativen, die auch unauffällig zu tragen sind.“

Hör-Inlays im Überblick:

- von außen völlig unsichtbar
- kein lästiges Rückkopplungs-pfeifen
- hervorragendes natürliches Hörerlebnis
- maximaler Hörkomfort dank hervorragender Störgeräusch- unterdrückung
- höhere akustische Verstärkung und gleichzeitig geringerer Energiebedarf als bei bisher üblichen Im-Ohr-Hörgeräten
- verbessertes Richtungshören
- weniger Windgeräusche
- ideal für Brillenträger
- Neu: Eine größere Auswahl an unterschiedlichen Preisgruppen

Zuerst erfolgt dabei ein ausführlicher Hörtest mit Analyse. Anschließend wird der Gehörgang ausgemessen und anhand eines Kontrollabdrucks ermittelt, ob eine Eignung vorliegt.

Noch bis zum 30.06.2011 kann zusätzlich ein Hör-Inlay für eine Woche zu Hause Probe getragen werden.

Damit sich das Spezialistenteam ausreichend Zeit für Sie nehmen kann, empfiehlt sich eine telefonische Terminvereinbarung bei Ackermann Akustikum in Poppenbüttel unter der Rufnummer 040 - 60 82 47 24.

AKTION - jetzt Hör-Inlay testen:

Wir überprüfen Ihr Gehör, schauen in Ihren Gehörgang und ermitteln die Hör-Inlay-Eignung. Bis zum 30.06.2011 für Sie unverbindlich.



AA ACKERMANN AKUSTIKUM
MEISTERBETRIEB FÜR HÖRSYSTEME

VERLÄNGERT
Tragen Sie ein Hör-Inlay 8 Tage in Ihrer gewohnten Umgebung zur Probe. Jetzt bei den Hör-Inlay-Spezialisten in Poppenbüttel, direkt neben der Post, gegenüber AEZ!

Ackermann Akustikum
GmbH Alstertal
Heegberg 6
22391 Hamburg
Telefon 040 - 60 82 47 24
www.akustikum.de

Brunch mit prämiertem „Agressions-Autor“



Optimisten-Chef Klaus Utermöhle aus Wellingsbüttel mit Barbara Kunst und dem Gastredner und Autor Prof. Dr. Jens Weidner (v.l.).

Bereits zum 13. Mal traf sich der „Club der Optimisten“ zum Brunch in der Hanse Lounge. Auf Einladung des ersten Vorsitzenden, des Wellingsbüttlers Klaus Utermöhle, kamen fast 200 Gäste aus Politik, Wirtschaft, Handel und Medien zum entspannten Get-together mit Blick auf das Hamburger Rathaus. Als Gastredner war diesmal Prof. Dr. Jens Weidner geladen – Autor zahlreicher Wissenschaftsbücher und Professor für Pädagogik und Kriminologie an der University of Applied Science (HAW) in Hamburg. Zehn Jahre arbeitete Prof. Dr. Jens Weidner mit Gewalttätigern, mit Hooligans, Skin Heads und Totschlägern als Kriminologe und Erziehungswissenschaftler in Deutschland und in den USA und zehn Jahre mit Führungs-

Verleger Wolfgang E. Buss mit Lebenspartnerin Silke Lange und dem Volksdorfer und SPD-Fraktionschef Dr. Andreas Dressel (v.l.).

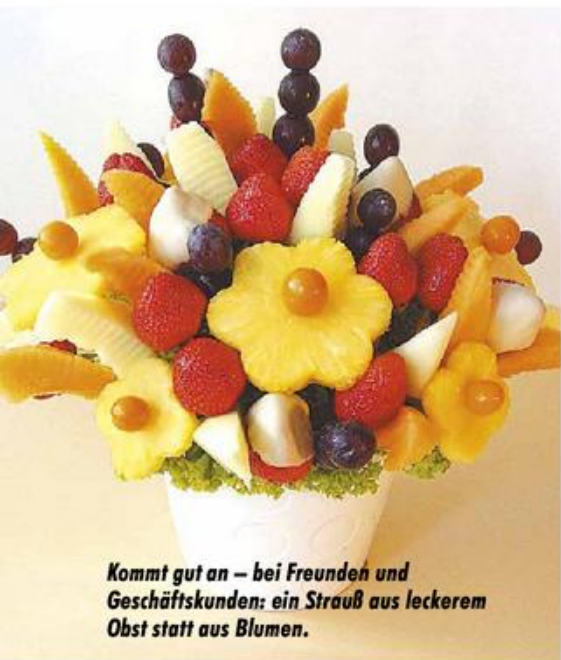


kräften als Managementtrainer in Deutschland und der Schweiz. Sein Bestseller „Die Peperoni-Strategie – So setzen Sie Ihre natürliche Aggression konstruktiv ein“ (www.peperoni-strategie.de) war 33 Wochen Platz 1 im Wirtschaftsbuch-Ranking der Financial Times Deutschland und wurde 2009 als „Karrierestrategie-Klassiker“ ausgezeichnet.

In seinem unterhaltsamen Vortrag gab Prof. Dr. Jens Weidner den Gästen eine Einweisung in die Kunst der positiven Aggression. Sein Tipp: „Wer sich im Leben bewähren will, der braucht neben fachlicher Kompetenz und Teamfähigkeit vor allem eines: Durchsetzungsstärke! Durchschauen Sie Machtspiele und setzen Sie sich durch, um Gutes zu tun!“

Anzeige

Neu in Hamburg: FRUTASIA – OBST STATT BLUMEN!



Kommt gut an – bei Freunden und Geschäftskunden: ein Strauß aus leckerem Obst statt aus Blumen.



Klassiker: Erdbeeren in Schokolade sind eine besonders beliebte Nascherei!



Auszug aus der Internetseite www.frutasia.de

Das Startup – FRUTASIA – in Hamburg gestaltet Bouquets mit frischem Obst anstelle von Blumen. Als Dankeschön für Freunde, als originelle Geschenkidee für Geburtstage, Hochzeiten, Jubiläen oder für Firmenkunden. Verschiedene Variationen und Größen stehen zur Auswahl. Des Weiteren werden frische Schokofrüchte in der Geschenkbox und Smoothie im eigenen Onlineshop angeboten. Die Früchte für die Bouquets werden von Hand geformt und kunstvoll arrangiert. Liebhaber von Schokolade können auch eine Variante auswählen, bei der Früchte in Schokolade getaucht sind. Mit den Schokofrüchten, kommen Schokoholics voll auf ihre Kosten. Es ist zudem eine gesündere Art des Schenkens. Der

Kunde kann auch hier zwischen unterschiedlichen Zusammenstellungen und Größen wählen. Drei köstliche Smoothie ergänzen das Produktsortiment von FRUTASIA. Einen besonderen Service bietet das Unternehmen mit personalisierten Etiketten. Der Kunde hat die Möglichkeit, die Etiketten auf allen Produkten durch eine persönliche Widmung oder dem Firmenlogo individuell zu gestalten, ob als Geschenk oder als Werbebotschaft auf Events wie Konferenzen, Messen, Tagungen und Firmenfeiern. Alle Produkte werden am Tag der Auslieferung hergestellt – ohne jegliche Zusatz- und Konservierungsstoffe. Damit gewährleistet das Unternehmen ein hohes Maß an Frische und Qualität. Mehr Infos unter Tel.: 040/49 29 34 45 und www.frutasia.de.



www.traumhaussylt.de

5-Sterne Ferienhäuser
in exponierten Lagen

Tel.: 040 53 69 40 06

Am Vatertag die Natur besser achten!

Bald ist Vatertag. Lustig? Nicht immer für die Natur. „Leider kommt es zu häufig vor, dass Besucher die Wege verlassen und mitten im Gelände picknicken“, so Dagmar Meske vom NABU Walddörfer. Der kümmert sich seit vielen Jahren um den Kranichschutz im Duvenstedter Brook. Damit die seltenen Vögel ungestört bleiben, sind Mitglieder insbesondere an den Feiertagen im Frühling im gesamten Naturschutzgebiet unterwegs – zur sogenannten „Besucherlenkung“. „Es werden nämlich nicht nur die Wege verlassen, sondern auch das Hunde-Verbot missachtet! Hundehalter, die dies tun, müssen mit einem Ordnungsgeld und einer Anzeige rechnen, da das Mitführen vom Hund in diesem Naturschutzgebiet strikt verboten ist.“

Gerade in der sensiblen Brut- und Aufzuchtzeit der Kraniche, um die sich der NABU Walddörfer verstärkt kümmert, kann es zur Aufgabe eines Geleges oder zum Verlust der Jungvögel kommen, wenn sich die Vögel, die seit 30 Jahren wieder regelmäßig in den Brook kommen, gestört fühlen. Speziell am Himmelfahrtstag sind regelmäßig große, laute Radfahrergruppen unterwegs. Damit auch in Zukunft die 10-12 Revierpaare wieder in den Brook kommen, um zu brüten, bittet der NABU alle Besucher des Gebiets darum, sich an die Vorschriften zu halten, insbesondere die Wege nicht zu verlassen und sich ruhig zu verhalten, so dass die gesamte Flora und Fauna des Duvenstedter Brooks erhalten bleibt und nicht gestört wird.



Foto: Dagmar Meske

Der NABU bittet um mehr Rücksicht in der Natur: vor allem am Vatertag, vor allem in Duvenstedter Brook, wo er seit Jahrzehnten z.B. die Kraniche schützt.

Der NABU Walddörfer trifft sich an jedem ersten Dienstag im Monat um 19 Uhr „Op'n Böhn“ in

der Volksdorfer Schulkate („Eulenkrug“), Im alten Dorfe 60, und freut sich über neue Interessenten!

HANSA[®]
COMPLET-KÜCHEN

Neue
Küchenideen
jetzt exklusiv
bei Hansa

Inspirierende Küchen
für hohe Ansprüche.

Studio-Neueröffnung: CONTUR EXKLUSIV

Noch mehr Kompetenz bei CONTUR Küchen: Hansa Complet bietet Ihnen mit der neuen Ausstattungslinie CONTUR EXKLUSIV neue Küchenideen, neue Oberflächen, und noch mehr Modelle. Jetzt im neuen CONTUR-Studio.

contur[®]
exklusiv

Lübecker Straße 126
22087 Hamburg
Tel. 040-2544900
info@hansa-kuechen.de
www.hansa-kuechen.de



Der „ALSTER TALK“ ist eine regelmäßige und prominent besetzte Diskussions-Runde des Alstertal-Magazins im Atrium der HanseMerkur-Versicherungsgruppe.

„Energie“-TALK

Der 8. „ALSTER TALK“ des Alstertal-Magazins stand ganz im Zeichen der Energiewende. Gastgeber Wolfgang E. Buss hatte fünf prominente Experten geladen – vor fast 500 Gästen diskutierten u.a. Hamburgs Erster Bürgermeister Olaf Scholz und HWWI-Direktor Prof. Dr. Thomas Straubhaar.



„Verschärfen Atomausstieg und Energiekrise die Eurokrise? Und was bedeutet das für Hamburg?“

Zu dieser Fragestellung diskutierten Hamburgs Erster Bürgermeister **Olaf Scholz**, Haspa-Vorstandssprecher **Dr. Harald Vogelsang**, der Direktor des Hamburgischen WeltWirtschaftsinstitutes (HWWI) **Prof. Dr. Thomas Straubhaar**, Schleswig-Holsteins ehemaliger Wirtschaftsminister **Dr. Werner Marnette** und der Leiter des Klima- und Energiebereichs von Greenpeace **Thomas Breuer** im Rahmen des 8. „ALSTER TALK“. Einer regelmäßigen und jeweils prominent besetzten

Diskussions-Runde des Alstertal-Magazins im Atrium der Hanse-Merkur. Gastgeber und Moderator ist der Verleger **Wolfgang E. Buss**. Auch diesmal ist es ihm gelungen, vor fast 500 geladenen Gästen aus Wirtschaft, Politik und Gesellschaft mit kritischen Fragen eine kontroverse Talk-Runde zu starten. Recht schnell kristallisierte sich dabei heraus, dass allen Rednern auf der Bühne die Erfordernis einer Energiewende bewusst ist, bei der Ausführung und vor allem Finanzierung eventueller Maßnahmen, schieden sich allerdings die Geister. Während Thomas Breuer gleich den Plan präsentierte, welchen Greenpeace zu diesem Zweck erdacht hat, warnte Dr. Werner Marnette vor einem zu überstürzten Ausstieg

aus der Kernenergie, der gefährliche Folgen für Staat und Wirtschaft haben könne. Auch Wirtschaftsexperte Thomas Straubhaar gab finanzielle Folgen zu bedenken, zeigte sich ansonsten aber mit der Lage in Deutschland zufrieden – selbst ein Kompliment für die frühere SPD-Bundesregierung fiel ab. Bürgermeister Olaf Scholz schlug vor, zu dem Ausstiegsplan zurückzukehren, der Ende der 90er-Jahre unter der Regierung Schröder bereits ausgehandelt worden war. Dr. Harald Vogelsang warnte vor unangebrachter Selbstgerechtigkeit der Kernkraftgegner.

Lesen Sie die wichtigsten Statements der fünf Redner auf der folgenden Seite!

cl/kw



Die Sponsoren und Teilnehmer des 8. „ALSTER TALK“: Holger Eschholz (Haspa), Dr. Werner Marnette (Wirtschaftsminister a.D.), Gastgeber und Moderator Wolfgang E. Buss, Haspa-Vorstandssprecher Dr. Harald Vogelsang, Hamburgs Erster Bürgermeister Olaf Scholz, Thomas Breuer (GREENPEACE), Prof. Dr. Thomas Straubhaar (Direktor HWWI) und Joachim Ewald (Haspa, v.l.).

8. „ALSTER-TALK“

Fortsetzung von Seite 19

Statements der Redner



Olaf Scholz, Erster Bürgermeister:

„Wir haben keine Eurokrise, wir haben eine Refinanzierungskrise einzelner Staaten. Die Regierungen Europas müssen darauf achten, dass jeder das Notwendige tut, damit man akzeptieren kann, dass diesen Staaten geholfen wird. Es muss geholfen werden, aber die Rahmenbedingungen müssen für die Akzeptanz auch stimmen. Deshalb gehört auch dazu, darauf zu bestehen, dass drastische Sparprogramme in den Haushalten gemacht werden – was dort auch tatsächlich geschieht.“



Dr. Harald Vogelsang, Haspa-Vorstandssprecher:

„Wenn ich als ganz schlichter Bürger etwa durch Niedersachsen fahre, sehe ich, wie immer mehr wertvolle landwirtschaftliche Flächen missbraucht werden, um statt Lebensmitteln genmanipulierten Mais für Biomasse und Biogas anzubauen. Nach zehn Jahren ist dann der Boden nachhaltig zerstört, weil die Fruchtfolge nicht eingehalten wird – währenddessen führen wir Lebensmittel und Futtermittel aus dem Ausland ein. Ich glaube, da muss eine Selbstkritik bei denen einsetzen, die – zu Recht! – erneuerbare Energien fördern wollen.“



Prof. Dr. Thomas Straubhaar, Hamburgisches WeltWirtschaftsinstitut:

„Das Problem ist nicht der Euro, das Problem sind einzelne Länder. Das starke Deutschland wird in Mithaftung genommen für ein Problem, das ganz sicher nicht hier verursacht wurde, da andere nicht so seriös gehaushaltet haben. Wir haben die letzten fünfzehn Jahre alles sehr, sehr gut gemacht. Wir haben erstens auf das Industrieland Deutschland gesetzt, zweitens hat die Agenda 2010 vieles richtig gemacht. Dies hat dazu beigetragen, dass wir heute eine andere Rekordzahl haben: eine rekordhohe Beschäftigung in Deutschland!“



Dr. Werner Marnette, Wirtschaftsminister a.D.:

„Wir stecken nicht in einer Energiekrise, wir stecken in einer Krise des politischen Managements. Wir haben die Kraftwerke, wir wissen, dass wir eine strukturelle Veränderung durchführen müssen. Da das jetzt so überhitzt begangen wird, verlieren wir zur Zeit völlig die Optik, wie man dieses Problem managen muss. Wir müssen mit dem Kopf arbeiten und nicht mit Schnellschüssen herumoperieren, denn dann schwächen wir unseren Wirtschafts- und Industriestandort Deutschland.“



Thomas Breuer, Greenpeace Deutschland:

„In Kohle und Atomkraft sind in den letzten 40 Jahren 500 Milliarden Euro an Fördermitteln geflossen. Da kommen wir mit den erneuerbaren Energien kaum hin, da diese immer attraktiver und marktfähiger werden. Die Umsetzung von Bioenergie und Biosprit hingegen geht in eine völlig falsche Richtung. Auch Vattenfall überlegt in Berlin, ob man das geplante Kohlekraftwerk mit Biomasse betreiben soll. Mit einer Plantage in Afrika wird die Problematik allerdings nur verlagert. Solche Auswüchse muss die Politik einfangen.“

Fortsetzung auf S. 22



Haspa Zinsgarant – Sichern Sie Ihr Zinsänderungsrisiko für Investitionsfinanzierungen jetzt ab!

Nach Monaten restriktiver Zinspolitik hob die Europäische Zentralbank den Leitkurs Anfang April an. Weitere Zinserhöhungen sind zu erwarten.

Bei einem variablen Zinssatz werden die Investitionskosten für die Unternehmen zum kalkulierbaren Risiko. Die Haspa bietet hierfür ein einfaches, klar strukturiertes Produkt zur Risikobegrenzung, das Flexibilität und Planbarkeit bestmöglich verbindet – **das Haspa ZinsGarant Darlehen.**

Es kann für **jeden Verwendungszweck** genutzt werden – für Investitionen als Teil einer gewerblichen Baufinanzierung oder auch für private Vorhaben. Der **Zinssatz ist variabel, allerdings nach oben begrenzt.** Er orientiert sich am 3-Monats-

Euribor, dem Terminzins des europäischen Bankenverkehrs. Sinkt der Euribor, so sinkt auch der Darlehenszins. Steigt er, steigt der Zins ebenfalls – aber nur bis zum vereinbarten „Cap“, der Obergrenze, kurz: **Sie profitieren an fallenden Zinsen ohne Verlust der Kalkulationssicherheit.**

Hinzu kommt die flexible Ausgestaltung. Die Laufzeit des Darlehens wird unter Berücksichtigung des Verwendungszweckes vereinbart. Das Darlehen kann mit einer Frist von drei Monaten ganz oder teilweise gekündigt werden. Es ist somit flexibel, aber zugleich eine sichere Kalkulation.

Die einmaligen Kosten für die Zinsabsicherung betragen ab einem Darlehen in Höhe von

25.000 Euro vier Prozent. Somit ist ZinsGarant ein rundum transparentes Produkt, das Unternehmen den nötigen Spielraum für Innovation und Investition gibt. Darüber hinaus bieten die Spezialisten der Haspa für größere Finanzierungsbeträge selbstverständlich individuelle Lösungen.

ZinsGarant – Ihre Vorteile:

- **Garantierte Zinsobergrenze**
- **Variable Verzinsung mit regelmäßiger Zinsanpassung**
- **Freier Verwendungszweck**
- **Sondertilgungen in gewünschter Höhe**

Sprechen Sie uns an!



**Haben Sie Fragen?
Wenden Sie sich gerne an:**

Kathrin Lemkau-Aschermann
Leiterin Firmenkunden Nord-Ost
Tel.: 040-3579-5809
E-Mail: kathrin.lemkau-aschermann@haspa.de

Meine Bank heißt Haspa.

Haspa^{SH}
Hamburger Sparkasse

8. „ALSTER-TALK“

Fortsetzung von Seite 20

Geladene Gäste aus Wirtschaft und Gesellschaft



Hamburgs Erster
Bürgermeister
Olaf Scholz (r.) mit
Haspa-Direktor
Holger Eschholz



Gastgeber Wolfgang E.
Buss mit Werner Marnette,
Ex-Wirtschaftsminister von
Schleswig-Holstein (r.)



Ralf Ahrens (Haspa)
mit Hartmut Carl (Carl
Konferenztechnik) und Torsten
Lischke (v.l.)



CDU-Landes-
geschäftsführer
Gregor Jaecke
und Partnerin
Dr. Verena
Lemcke (CDU)



Kabarettist und Autor
Hans Scheibner (l.) und
Chefredakteur Kai Wehl



Planetariums-Direktor Thomas
W. Kraupe mit Projektentwickler
Markus Linzmair und Florian
Kairat, Mercedes Benz (v.l.)



PR- und Eventberater
Gunnar Henke mit Silke
Lange (Shell Deutschland)
und Handwerkskammer-
Pressesprecherin
Ina Diepold (v.l.)



Präsident der HAW Hamburg
Michael Stawicki, Oberbau-
Direktor Jörn Walter und Rolf
Salo, FDP-Landesvorsitzender (v.l.)



Bärbel und Günter
Sawitsch, Herrenhaus
Wohldorf

Der ALSTER TALK wird ermöglicht durch die Unterstützung von:



Fotos: Stephan Walltocha

Einrichtungs- Eck in AHRENSBURG

- Englische Stilmöbel
Eibe, Mahagoni, Nussbaum
- edle Wohnaccessoires
der Premiumklasse
- Biohandwäsche für Teppiche
- bestsortierte Auswahl
an hochwertigen Teppichen
unverbindliche Beratung auch bei
Ihnen zu Hause, Sonderanfertigung
von Möbeln und Ledergarnituren

Gesamträumung
unserer Lagerbestände.
Preisnachlass bis zu 2/3 des
Ladenpreises!!



www.englische-moebel-hamburg.de • info@englische-moebel-hamburg.de

Große Str. 12 • 22926 Ahrensburg • Tel.: 04102/ 67 72 88 • Fax: 04102/ 46 94 47
Mo.-Fr. 10.00 - 18.00 Uhr Sa. 10.00 - 15.30 Uhr So. 11.00-17.00 Uhr
(nur Besichtigungen)

Home & Garden

Goldbekplatz 1 | Hamburg - Winterhude
Tel. 040 / 279 50 44 | Mo-Fr: 11 - 19 h | Sa: 10 - 16 h

mehrere
Container
neu
eingetroffen

LOTUS

jetzt bei Home & Garden



Tisch
100x100 cm
€ 399



Stuhl
99 €



Heiß auf den Charity-Kick!

Fußball zugunsten herzkranker Kinder. Darum geht es Ende Mai im Victoria Stadion, wenn zum 4. Mal UKE-Ärzte gegen Promis bei „Kicken mit Herz“ antreten. Wie 2010 dabei: NDR-Moderator Alexander Bommes. Das Alstertal-Magazin sprach mit dem 35-jährigen Hamburger über grillende Keeper und den heiligen Gral Sportschau.

Alstertal-Magazin: Bald wird wieder mit Herz gekickt. Schon heiß?

Alexander Bommes: Und wie! Ich freue mich schon riesig und achte, seitdem der Termin feststeht, darauf, am 29.5. keine Sendung zu haben. Zur Not hätte ich getauscht, denn freie Wochenenden sind bei mir selten.

Was ist das Schöne an dem Kick?

Dass wir immer gewinnen. (lacht) Unser Trainer Klaus Toppmöller hat ja mal bei Eintracht Frankfurt einen Adler in die Kabine gebracht. Ich bin gespannt, was er sich für uns einfallen lässt. Und wenn Peter Lohmeyer nicht wieder 90 Minuten bei uns auf dem Feld rumläuft, dann haben wir die Chance, sehr hoch zu gewinnen. (lachend)

Gut, dass Tim Mälzer diesmal wohl nicht im Tor steht, sonst hätten Sie ein Sicherheitsproblem!

Dafür, dass er 2010 meistens nur neben dem Tor stand und gegrillt hat, war er

nicht schlecht – schließlich war er mal Handball-Torwart. Diesmal haben wir mit dem Ex-St. Pauli-ner Klaus Thomforde auf jeden Fall einen sichereren Rückhalt. **Es wird für herzkranker Kinder gesammelt. Unterstützen Sie weitere Charity-Projekte?** Ich setze mich im Rahmen meiner zeitlichen Möglichkeiten sehr gerne für die Hamburger Tafel ein, denn Annemarie Dose und ihr Team machen eine fantastische Arbeit.

Apropos Arbeit. Sie waren Leistungssportler, haben dann Jura studiert und moderieren nun Sport. Keine Lust auf Jura?

Doch. Mein Vater ist ebenfalls Rechtsanwalt und Notar, war aber auch gleichzeitig Radiomoderator. Ich habe beide Leidenschaften von ihm geerbt, mich im Gegensatz zu ihm aber bereits früh während meines Studiums für den Journalismus entschieden. Eine gute Entscheidung, denn als Sportmoderator kann ich Anklänge an meine Zeit als Leistungssportler nehmen. Aber ich mache ja nicht nur Sport, sondern decke mit dem „Hamburg Journal“ tagesaktuelle Themen ab. Politik liegt mir dabei übrigens am meisten.

Sie haben bis 2008 professionell Handball gespielt. Was vermissen Sie?

Jeden Tag intensiv Sport zu treiben und nach dem Training auf ein Bier mit den Teamkollegen zusammensitzen. Seit meinem dritten Lebensjahr habe ich Mannschaftssport betrieben, der fehlt mir nun. Genau wie das Gefühl, nach Training oder Spiel

körperlich ausgepowert zu sein. Mediziner haben mir deswegen geraten, einen Sandsack zu kaufen. Das werde ich auch tun, denn mein Gehirn hat sich nach 25 Jahren zweimal Training am Tag noch nicht „auf Normalmodus“ umgestellt. Ich werde also bald zu Hause boxend meine überschüssige Energie abbauen. (lacht) **Demnächst kommt noch die Sportschau am Sonntag hinzu. Ein Highlight für jeden Sportmoderator?**

Natürlich! Es ist eine unfassbar traditionsreiche Sendung, die 50 Jahre besteht und mit der jeder Junge aufwächst, weil sie einfach zum Wochenende gehört. Auch bei mir natürlich. Umso schöner, jetzt selbst Teil der Sportschau zu werden. Allerdings kommt es mir vor, als wenn man in die Nationalmannschaft kommt. Man sagt ja, dass Fußballer erst mit 35 Länderspielen richtige Nationalspieler sind und nicht schon bei der ersten Berufung. Dementsprechend bin ich noch etwas zurückhaltend. (lacht)

Wann geht es los?

Mitte Juni.

Dann starten Sie also gleich mit der Frauenfußball-WM.

Ja, es geht gleich gut los. Ab Ende Juni bin ich während der WM drei Wochen als Reporter in Deutschland unterwegs. Ich rechne mit einer ähnlich guten Stimmung wie bei den Männern 2006 – Sommer, Sonne und internationales Flair. Das ist toll. **Dann passt ja „Kicken mit Herz“ perfekt als Auftakt in Ihre Fußballsaison!**

Stimmt, das wird das erste Highlight!

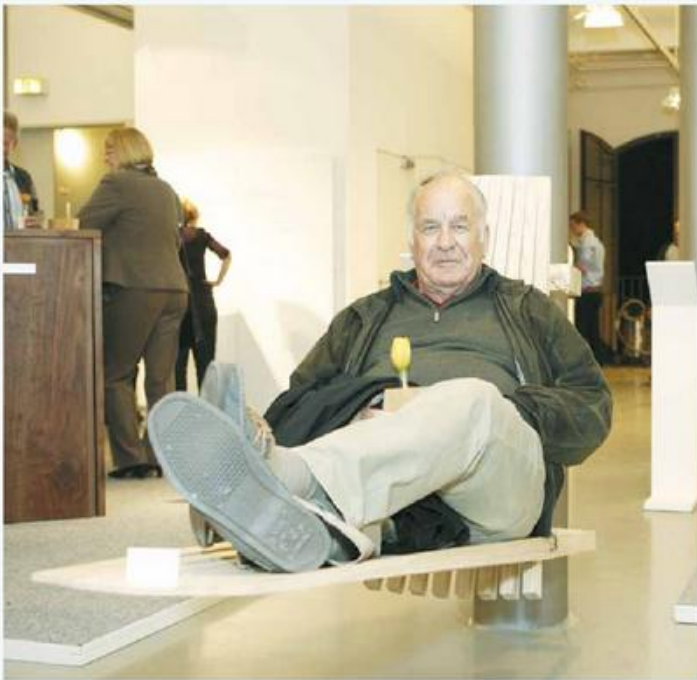
Kai Wehl

Moderator Alexander Bommes
(Hamburg Journal und NDR Sportclub)
beim Kicken mit Herz 2010. Auch in diesem Jahr wird der ehemalige Handballbundesligaspieler (u.a. Gummersbach) wieder auf Torejagd gehen!

Hingehen zum Charity-Kick!

„Kicken mit Herz“ am 29. Mai im Victoria-Stadion, Lokstedter Steindamm 87 (direkt beim UKE), ist ein Charity-Event für die Herz Kinder Hilfe HH e.V. und die Kinder Herz Station des UKE. Neben viel Familienspaß wird wieder ein Promi-Team mit Sportgrößen wie Sergej Barbarez, Alexander Bommes, Pohlmann, Peter Lohmeyer und Ben gegen UKE-Ärzte antreten. 2010 kamen 4.000 Zuschauer und 55.000 Euro Spendengelder zusammen! Einlass: 14 Uhr. Kickbeginn: 15 Uhr (2x30 Min.). Eintritt: 10 Euro/Kinder bis 14 Jahre 5 Euro/unter 8 Jahren frei! Infos: kickenmit Herz.de

„Bitte berühren“ im Museum der Arbeit!



Das Museum der Arbeit zeigt 30 prämierte Objekte junger Nachwuchstischler wie den „Stamplatz“ von Jasper Kreft (nicht auf dem Foto) aus Esche, Leder und einem Hanfstrick, mit dem der Stuhl an einer Säule befestigt wird.

Junge Tischlerinnen und Tischler aus Norddeutschland präsentieren **noch bis zum 26. Juni** innovativ gestaltete Möbel und Gebrauchsgegenstände im **Museum der Arbeit**, Wiesendamm 3. Gezeigt werden 30 Objekte, die im Rahmen des 2. Norddeutschen Nachwuchswettbewerbs „**Holz bewegt**“ aus 50 Bewerbungen von einer Jury aus Design- und Möbelfachleuten ausgewählt wurden. Sie sind unter der Prämisse entstanden ästhetische und praktische Ansprüche an ein Möbel aufeinander abzustimmen, dabei die Holzarten mit ihren

spezifischen Eigenschaften angemessen einzusetzen und Konstruktion und Herstellung so zu planen, dass die Ressourcen geschont werden. Mit Wettbewerb und Ausstellung sollen bei der jungen Holzverarbeitenden Generation Anreize geschaffen werden, sich diesem Thema zu widmen und zeitgemäße Möbel und Objekte zu entwickeln.

Öffnungszeiten: Mo. 13-21 Uhr, Di.-Sa. 10-17 Uhr, So. 10-18 Uhr. Eintritt: 6/erm. 4 Euro, unter 18 Jahren frei. Führungen auf Anfrage (und Infos) unter **Tel.: 42 88 600** und **Tel.: 42 81 330**. kw

Beim Wettbewerb sollten zeitgemäße Möbel und Objekte eingereicht werden: beim Lichtobjekt „**Unda Lucida**“ stehen Furnier und LED-Stripes im Fokus.



Foto: Lena Jürgensen

PARK & GARDEN
COUNTRY FAIR

Ideen pflücken!
9.-13. JUNI 2011
ALLES FÜR HAUS UND HOF, PARK UND GARTEN
GUT STOCKSEEHOF

WWW.PARK-GARDEN.DE

PLÖN
NEUMÜNSTER ▶ ◀ EUTIN
SEGEBERG

ÖFFNUNGSZEITEN: DO.- SO. 10-19 UHR · MO. 10-18 UHR
EINTRITT: €14,- · JUGENDLICHE BIS 16 JAHRE FREI
24326 STOCKSEEHOF

Unsere Frühjahrsbeilage ist da!
↳ www.kwp-baumarkt.de



DIE SITZENBLEIBER

SOMMER

FRISCHE **kwp**
BAUMARKT
Saseler Chaussee 211 | Mo-Fr 9-19 Sa 9-18
Tel 040/600 19 60 | www.kwp-baumarkt.de

Will traditionelle
Hamburger Lieder
bewahren: der
Musiker Jochen
Wiegandt.

Musiker Jochen Wiegandt:

„Es gibt kaum Lieder übers Alstertal“

Jochen Wiegandt (Liederjan) sammelt alte Hamburger Lieder. Das Alstertal-Magazin stellt eines der wenigen existierenden Lieder übers Alstertal vor!

Wie lange sammeln Sie schon Hamburger Liedgut?

Ich beschäftige mich schon seit sehr langer Zeit mit alten Hamburger Liedern. Ich habe festgestellt, dass bei meinen Veranstaltungen immer mal wieder jemand kommt und etwa sagt, er hätte da noch ein Lied von seinem Vater auf Kassette. Die schickt er mir dann zu und höre zum Beispiel „Tüddelband“ mit völlig anderer Melodie! Ich habe dann natürlich recherchiert und herausgefunden, dass das eine Melodie aus Berlin ist – von dem Operettenkomponisten Paul Lincke. Irgendjemand hat also ursprünglich auf diese Operette einen plattdeutschen Text gedichtet. Das zurückzuverfolgen macht Spaß, weil man da-

mit auch in die Lebensgeschichte der Leute reinkommt.

Warum rufen Sie gerade jetzt dazu auf?

Die heutigen Achtzigjährigen sind um 1930 geboren – das sind die letzten Ausläufer, die noch ein bisschen gesungen haben. Nach dem Krieg hatten sie Wichtiges zu tun. Aber sie haben noch die Wurzeln zu ihren Eltern, die in der Kaiserzeit gelebt haben. Wenn wir das Liedgut jetzt nicht sammeln, ist es unwiederbringlich verloren.

Meinen Sie, dass auch die Tonträgerindustrie das hoch individuelle und lokale Liedgut verdrängt hat?

Es ist eher eine andere Musik-

kultur bodenständig und nicht kommerziell. Das war mehr hamburggebunden und innerhalb der Bevölkerung verankert. In den 50er-Jahren, als es mit Freddy Quinn losging, wurde es kommerzialisiert – da konnte man auf einmal mit dieser Seefahrtsromantik Geld verdienen. Dann hat man die alten Sachen nicht mehr angeguckt. Der musikalische Lokalstolz ist auch verschwunden. Dass man sagte: Das kommt aus Hamburg oder dem Alstertal – das gibt es heute kaum mehr.

Was gibt es denn noch für Lieder übers Alstertal?

Das hier abgedruckte ist aus den 20er- oder 30er-Jahren, wahrscheinlich von einer Herrenpar-

tie. Ansonsten gibt es aus ganz alter Zeit natürlich die Alstertal-Lieder. Aber ausgesprochene Alstertal-Lieder? Also, ich kenne keine. Fragt doch die Leute, ob sie noch etwas wissen! *cl*

De Schinkentour in't Alstertal

De Bandonionclub „A-Dur“
de meuk mol eene Schinkentour,
een Schinken, den harrn se nu dor
dat wöör een Riesenexemplor,
vöran güng Kuddel Meyer!

Dann kämen de Musikanten
Dorünner de veel'n Bekannten
Se speeln dat Bandonium
So scheun as en Harmonium.
Un dann de lewen Froonslud.

De Froonslud wären all in witt
Se meuken gern son Rummel mit
Se sungem, ach, herjeminee
Dat scheune Leed: Still ruht der See.
Un dann meuken se Pause.

In de Paus güng dat Eten los
Jo, de Schinken de smeckt famos
Dorto geef dat noch Köm un Beer
Oh, Minschenhart, wat wullt noch mehr.
Un dann geef dat noch Krakehl.

Un mit Krakehl güng dat no Hus
Dorto käm noch en Regenguß
Nu wöm se natt bitt op dat Fell
Un kämen kum noch vun de Stell.
So wör't in Poppenbüttel!

HAMBURGER LIEDGUT GESUCHT!

Kennen Sie altes, fast vergessenes Hamburger Liedgut? Schicken Sie es an Jochen Wiegandt unter der Redaktionsadresse: Alstertal-Magazin, Stichwort: Jochen Wiegandt, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder mailen Sie an c.luscher@alster-net.de



Anzeigen

Expertentipp der Apothekerin Astrid Staffeldt, Wrobel's Apotheke am Kritenborg

Sommer, Sonne, Sonnenbrand?

Blauer Himmel, lange Tage, angenehme Temperaturen – der Sommer ist für viele Menschen die schönste Zeit des Jahres. Leider hat er aber auch seine Schattenseiten. Ein Sonnenbrand entsteht nach einer zu intensiven Bestrahlung der Haut mit Sonnenlicht. Besonders gefährdet sind hellhäutige Menschen, Babys, Kleinkinder und Menschen, die sich viel im Freien aufhalten. Auch Schwangere sollten sich aufgrund der hormonellen Umstellung besonders gut schützen. Ebenso können bestimmte Medikamente wie zum Beispiel Johanniskraut, Antibiotika oder Neuroleptika die Lichtempfindlichkeit verstärken. Es gibt verschiedene Symptome eines Sonnenbrands: Die Haut ist gerötet, überhitzt, spannt, juckt und wirft gar Blasen. Bei einer intensiven Rötung oder wenn die Blasen eine größere Hautfläche bedecken, außerdem bei auftretender Übelkeit, Fieber oder zusätzlichen Kreislaufbeschwerden sollte spätestens ein Arzt aufgesucht werden. Der Sonnenbrand ist passiert, was nun? Zunächst einmal sollten Sie die Sonne bis zur vollständigen Abheilung meiden. Kühlende, feuchte Umschläge oder Gele helfen gegen das Hautspannen und Jucken und lindern die Schmerzen. Trinken Sie viel, wobei alkoholhaltige Getränke zu meiden sind. Nach dem Abklingen der Symptome benötigt

die Haut eine intensiv feuchtigkeitsspendende Pflege. Jeder Sonnenbrand lässt die Haut altern. Daher sollte eine gute Prophylaxe aus ästhetischen und aus gesundheitlichen Gründen erfolgen. Je nach Hauttyp und Lichtintensität muss ein Produkt mit ausreichend hohem Lichtschutzfaktor gewählt werden. Der auf der Packung angeführte Lichtschutzfaktor gibt an, um wie viel Zeit sich der Eigenschutz verlängert. Das großzügige Eincremen sollte 20 bis 30 Minuten vor dem Sonnenbad erfolgen, so kann sich der Schutz aufbauen. Kleiner Tipp: Cremes Sie sich direkt nach dem Aufstehen ein. Ein Nachcremen verlängert die Schutzzeit nicht. Trotzdem sollten Sie sich bei starkem Schwitzen oder nach dem Baden erneut eincremen, um den „abgewaschenen“ Sonnenschutz zu erneuern. Kinder benötigen einen speziellen Sonnenschutz, der auf die Bedürfnisse der Kinderhaut abgestimmt ist. Die richtige Creme und nützliche Tipps bekommen Sie auch in Ihrer Apotheke. Entsprechende UV-Schutzkleidung, eine geeignete Sonnenbrille und ein Sonnenhut oder -schirm runden die Schutzmaßnahmen ab, so dass Sie unbeschwert die Sonne genießen können!



**Wrobel's
APOTHEKE
am KRITENBORG**

Das Team der Wrobel's Apotheke
am Kritenborg freut sich auf Ihren Besuch.

Kritenborg 7 • 22391 Hamburg • Tel. 75 11 50 07 • Fax 75 11 50 60

LERNZIRKEL ALSTERTAL
HEIKE KLÖRS

Jetzt Ferienkurse buchen:

- „Konzentration & Kunst“
- „Das Lernen lernen“

Heegborg 21 • 1. OG • 22391 Hamburg
direkt am AEZ / Außengalerie
Bürozeiten: Mo. - Fr. 14.00 - 18.00 Uhr



LERNZIRKEL
Tel.: 69 79 03 66
www.lernzirkel-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



Dr. Sinn
Zahnarzt und
Zahntechniker

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

*Wir ziehen
um!
Sie erreichen
uns ab Juni
Weidende 7*



Anzeigen

Expertentipp von Dr. Matthias Pein, Facharzt für Innere Medizin und Diabetologe, Diabeteszentrum Alstertal

Insulinresistenz – lässt sich ein Diabetes verhindern?



Der Zuckerhaushalt im Körper des Menschen wird von verschiedenen Hormonen reguliert. Nur eines dieser Hormone ist zur Senkung des Blutzuckerspiegels in der Lage: Insulin. Viele andere Hormone steuern dieser blutzuckersenkenden Wirkung des Insulins entgegen. Zudem wird die Wirkung des Insulins über seine „Zielorgane“, im wesentlichen Muskel-, Fett- und Leberzellen, gesteuert.

Wenn dieser sehr fein eingestellte Regelkreis aus dem Gleichgewicht kommt und die Wirkung des Insulins nicht wie erforderlich erfolgt, wird dieses Phänomen als Insulinresistenz bezeichnet. Die Insulinresistenz ist Vorstufe des Typ 2-Diabetes; wenn sie voranschreitet, kann ein Diabetes diagnostiziert werden. Ein erhöhtes Körpergewicht fördert die Insulinresistenz.

Aus Studiendaten lässt sich aber auch erkennen, dass bereits bei über 20% der normalgewichtigen Frauen eine Insulinresistenz und damit eine mögliche Veranlagung zum Typ 2-Diabetes vorliegt. Bei Übergewicht steigt diese Zahl auf 75%. Für Männer sind ähnliche Verhältnisse anzunehmen. Über eine nüchtern vorzunehmende Laboruntersuchung ist eine Insulinresistenz zu errechnen. Wer hier positive Werte aufweist, kann besonders von entsprechenden Vorsorgemaßnahmen profitieren. Diese wie auch die Laboruntersuchung selber werden nur im Rahmen von individuellen Entscheidungen von der gesetzlichen Krankenversicherung bezahlt.

Angesichts steigender Zahlen der von einem Diabetes betroffenen Personen und einem dann hohen Risiko für Folgeerkrankungen des Diabetes ist jedoch besonders die Diabetesprävention ein wichtiges Ziel der Gesundheitsvorsorge.

 **Diabeteszentrum
Alstertal** 

Diabetes-Schwerpunktpraxis

Dres. med. G. Beck • A. Dühr • M. Pein
Heegbarg 2 • 22391 Hamburg • Tel. 2716 7227

WE KEEP YOUR SMILE

IHR ZAHNTEAM

DRES. UETZMANN & KREYMBORG & PARTNER



Dr. Marc Vogeler • Dr. Christoph Uetzmann
Dr. Heike Kreymborg • Verena Viezens

THERAPIESPEKTRUM

Implantologie • Ästhetik • Praxislabor
Anti-Schnarch-Schiene • Elektroakupunktur
Prophylaxe • Endodontologie • Parodontologie

Mo.- Do. 7:00 - 21:00 Uhr, Fr. 7:00 - 17:00 Uhr,
Sa. nach Vereinbarung

Langenstücken 34 • 22393 Hamburg
Telefon: 040/ 633 11 - 210 • Fax: 040/ 633 11 - 229
E-Mail: info@ihrzahnteam.de • www.ihrzahnteam.de



ZAHNARZTPRAXIS
FÜR KINDER

DR. KATHARINA DORANDT
UND KOLLEGEN

Sie finden uns im
Geschäftshaus Heegbarg
gegenüber dem AEZ.
Heegbarg 4
22391 Hamburg / Poppenbüttel
Telefon 040. 611 36 07 - 0
Telefax 040. 611 36 07 - 11





Anzeigen

Expertentipp von Prof. Invitado Dr. (H) Peter Borsay, Zahnarzt

Feste Zähne an einem Tag

Sie haben morgens die OP und kauen mittags mit festen Zähnen – wäre das nicht perfekt? Und es ist tatsächlich keine Traumvorstellung, sondern realisierbar. Die gewaltigen technischen Entwicklungen der letzten Jahre, speziell im Bereich der Implantologie, neue Technologien wie der Bereich der Mini-Implantate und stark verbesserte Materialien verhalfen weltweit Millionen von Menschen zu einer besseren Lebensqualität. Die sogenannten Mini-Dental-Implantate lassen sich schon mit einer leichten, nur örtlichen Betäubung in unserer Praxis einsetzen. Sie haben neben der weniger aufwendigen und günstigeren OP den Vorteil, dass sie auch auf geschrumpften Kiefern halten und mehr Sicherheit bieten. Außerdem entstehen keine Wunden, Nähte oder Schmerzen. Mini-Dental-Implantate sind somit eine echte Alternative zu konventionellen und aufwendigen Implantationen.



Expertentipp von
Sylvia Schacht

Sonnenschutz für Ihr Haar

Endlich ist er da, der Frühling – und mit ihm die ersten Sonnenstrahlen. Jetzt wollen wir raus und die Wärme auf der Haut spüren. Die Sonne ist ja gesund, denn sie bringt unseren Körper dazu, knochenstärkendes Vitamin D zu bilden. Aber aufgepasst!

Noch ist die Haut nicht an die Sonne gewöhnt und ein Sonnenbrand ist schnell passiert. Also, immer gut eincremen, am besten Sonnenschutz mit Lichtschutzfaktor 30 oder mehr verwenden. Und – das ist ganz wichtig – auch wenn die Produkte wasserfest sind, sollten Sie sich nach dem Baden immer wieder neu eincremen. Nicht nur die Haut leidet übrigens unter intensiver Sonneneinstrahlung, sondern auch das Haar. Schützen Sie es! Es gibt Haarprodukte, die schützen, pflegen und gleichzeitig bestehende Schäden reparieren. Ist das Sonnenbad vorbei, ist eine lauwarme Dusche auf jeden Fall ratsam. Sie befreit Haut und Haar von Meersalz, Chlor und Sonnencreme. Und danach die Haut großzügig mit Feuchtigkeit verwöhnen, damit die Bräune lange erhalten bleibt.



Implantologie
Borsay Hamburg
Ihre Zahnärzte im AEZ

Feste Zähne an einem Tag

Haben Sie das Wackeln Ihrer Zahnprothese satt?

Vorteile für Zahnprothesenträger

- ✓ erhöhte Sicherheit und mehr Lebensqualität
- ✓ Halt auch auf geschrumpften Kiefern
- ✓ keine teure und aufwendige OP nötig
- ✓ unter lokaler Anästhesie schnell und minimalinvasiv eingesetzt, deshalb keine Wunden, Nähte oder Schmerzen



Mini-Dental-Implantate bieten somit eine ausgezeichnete Lösung mit FDA-Zulassung für eine Langzeitstabilisierung von Zahnersatz. Eine echte Alternative bei Zahnprothesen sind Mini-Implantate zu konventionellen und oft aufwendigen Implantationen.



Kostenlose Infoveranstaltung
Do., 26.5. um 18.00 Uhr

EAID im AEZ
HH-Poppenbüttel • Heegbarg 29
040/ 50 68 86 23 • www.borsay.com
Bitte um Anmeldung, da nur begrenzte Teilnehmerzahl!

Prof. Invitado Dr. (H) Peter Borsay - Zahnarzt, zertifizierter Implantologe
Präsident der Deutschen Gesellschaft für moderne Zahnheilkunde DGMZ
Dr. (H) Agnes Borsay - Zahnärztin, Parodontologie, Ästhetische Zahnheilkunde

Tel. 040 - 602 42 42 • www.borsay.com

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



COIFFEUR-TOPADRESSE
IN HAMBURG WWW.SYLVIASCHACHT.DE

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



SYLVIA SCHACHT

HEEGBARG 6
(GEGENÜBER AEZ)
22391 HAMBURG
TEL: 611 929 56
MO. GESCHLOSSEN
DI-FR 9:30-19:00 UHR
SA 9:30-16:00 UHR



Anzeigen

Expertentipp von Christiane Schlüter, HYPOXI-Studio Alstertal und Wandsbek

Was ist HYPOXI?

Die HYPOXI-Methode ist eine Kombination aus jahrhundertealter Vakuumtherapie, auch bekannt als Schröpfen, und modernster Technik. Der Einsatz von Überdruck, kombiniert mit einem Stoffwechseltraining, führt zu einer verbesserten Durchblutung in den Fettgewebsproblemzonen und dort zu einem gezielten Abbau der Fettreserven. Grundsätzlich eignet sich das HYPOXI-Training für jeden, egal ob Frau oder Mann, und unabhängig vom Alter. Schwangere und Stillende sollten allerdings darauf verzichten. Erfolge

stellen sich mit HYPOXI rasch ein: In den ersten beiden Intensivmonaten sind Umfangsverluste von bis zu zwei Konfektionsgrößen und Körperfettverluste von bis zu 9 kg möglich. Zusätzlich kann sich die Cellulite um einen Grad verbessern. Die Anzahl der Behandlungen ist dabei von verschiedenen Faktoren abhängig, die nur in einer gründlichen Körperanalyse ermittelt werden können. Pro Woche sind drei 30-minütige Behandlungen optimal. Viel mehr Zeit brauchen Sie nicht einzuplanen. Anstrengend ist das HYPOXI-Training nicht, ganz im Gegenteil. Alle Trainingsteilnehmer beschreiben eine Leichtigkeit und ein starkes Wohlfühl während des Trainings.



HYPOXI-STUDIO ALSTERTAL

Jetzt zur HYPOXI-Sommertherapie anmelden und sparen

In wenigen Wochen ist es soweit: Sommer, Sonne, Strand... Aber ist Ihr Körper schon bereit für die heiße Jahreszeit? Oder hat der Winter an den Problemzonen sichtbare Spuren hinterlassen? Keine Sorge: Mit HYPOXI® ist endlich eine gezielte Behandlung von Problemzonen möglich. Die Folge ist eine sehr deutliche Umfangreduzierung an Bauch, Po, Hüfte und Oberschenkel sowie eine Straffung der Haut. Ohne Anstrengung erreichen Sie in wenigen Wochen Ihre Wunschfigur.

HYPOXI-Studio Alstertal
Stadtbahnstr. 32 a • 22393 Hamburg
Tel.: 040/38 65 07 34
www.hypoxistudio-alstertal.de

HYPOXI-Studio Wandsbek
Wandsbeker Zollstr. 141-143
22041 Hamburg
Tel.: 040/68 91 65 53
www.hypoxistudio-wandsbek.de





Anzeigen

Expertentipp von Claudia van der Smissen, Orthoptistin, Augenarzt-Praxis Otto

Gesunde Babyaugen

Eltern sollten ihre Kinder schon im ersten Lebensjahr beim Augenarzt untersuchen lassen. Jedes achte Kind im Vorschulalter leidet an einer behandlungsbedürftigen Sehschwäche. Doch nicht einmal bei der Hälfte der betroffenen Kinder, schätzen Experten, wird die Störung rechtzeitig erkannt und adäquat behandelt. Oft wird der Sehfehler erst kurz vor der Einschulung im Rahmen des schulärztlichen Gesundheits-Checks entdeckt – vielfach sogar erst in der Schule, wenn das Kind die Buchstaben an der Tafel nicht erkennt oder wenn es beim Schreiben den Kopf eigentümlich schräg hält. Dann ist es meist zu spät, um noch eine vollständige Korrektur des Sehfehlers zu erreichen. Die Sehbahn, jener komplizierte Weg der Lichtreize von der Augenlinse über die Netzhaut und den Sehnerv bis zum Sehzentrum im Großhirn, ist im Alter von sieben bis acht Jahren weitgehend ausgereift. Ein bis dahin

nicht behobenes Defizit aber bleibt lebenslang bestehen. Auch wenn viele Erwachsene den Silberblick eines Babys goldig finden – er wächst sich nicht von allein aus, sondern muss behandelt, das heißt, gerade gestellt werden. Jede unbehandelte Kurzsichtigkeit, jedes unentdeckte Schielen beeinträchtigt langfristig die Entwicklung der Kinder. In der Schule wird der größte Anteil der Lerninhalte über optische Reize vermittelt. Spätestens im Verlauf des ersten Lebensjahres sollten die Kinder dem Augenarzt vorgestellt und Sehfehler gezielt behandelt werden. Bei starker Kurzsichtigkeit ab minus fünf Dioptrien sollte ein Baby bereits im sechsten Lebensmonat versorgt werden. Dann lässt sich noch in 90 Prozent der Fälle eine normale Sehentwicklung erreichen.



Augendiagnostik
Zentrum


ANDREAS OTTO
 FACHARZT FÜR AUGENHEILKUNDE

konventioneller
Einblick





Jetzt neu bei uns:

Optomap®-200c

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

www.augenarzt-otto.de
Tel. 040/53 04 88 77



ALLGEMEINE SPRECHSTUNDE, SPEZIELLE PRIVATSPRECHSTUNDE
HEGBARG 2 (DIREKT AM S-BAHN/BUS-BAHNHOF POPPENBÜTTEL)



Dr. Engeln & Schomaker

we care for your smile

Praxis für Zahnheilkunde

Bohren? Nein. Danke!®



Endodontie /
Wurzelbehandlung

Funktions- und
Schienentherapie

Behandlung von
Kindern/Senioren und
Angstpatienten

Parodontose /
Zahnerhaltungstherapie

Vollnarkose / Sedierung

Individual-Prophylaxe

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

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00-13:00	08:00-13:00	08:00-14:00	08:00-13:00	08:00-14:00
15:00-19:00	15:00-19:00	14:00-18:00	14:00-19:00	14:00-17:00



Wenn Sie, verehrte Poppenbüttler Geschäftsleute, im Alstertal-Magazin Werbung schalten oder sich beraten lassen möchten, dann ist unsere Mediaberaterin Gabriele Bergerhausen für Sie die richtige Ansprechpartnerin. Sie gibt Ihnen unter Tel.: 538 930 55 oder 0179 / 788 57 71 gerne nähere Informationen.



Anzeigen

Expertentipp von Andreas Perner, Steuerberater

„Private Katastrophen“ sind steuerlich absetzbar.



Nach einem Urteil des Niedersächsischen Finanzgerichtes können grundsätzlich auch Aufwendungen zur Beseitigung von Schäden am privaten selbst genutzten Wohneigentum steuerlich geltend gemacht werden. Es muss sich allerdings um ein unabwendbares und außergewöhnliches Ereignis handeln. Solche „privaten Katastrophen“ können z. B. der Wohnungsbrand, Hochwasser, Überflutung oder die Beseitigung von Hausschwamm sein. Berücksichtigt werden die Kosten als außergewöhnliche Belastung, soweit diese über der zumutbaren Belastung liegen (siehe § 33 EStG).

Eventuelle Versicherungsentschädigungen müssen natürlich gegengerechnet werden. Gerade die Beseitigung von Hausschwamm als Baumangel war bislang von der Rechtsprechung nicht als „Katastrophe“ angesehen worden. Dies wird jetzt erstmals anders gesehen. Der Befall mit Hausschwamm ist eher mit einem Wohnungsbrand vergleichbar als mit herkömmlichen Baumängeln. Ein derartiger Schicksalsschlag wird somit nicht von den Kosten der allgemeinen Lebensführung erfasst. Wie immer bei für die Finanzverwaltung ungünstigen Urteilen hat das Finanzamt Revision eingelegt. Es bleibt daher abzuwarten, ob diese Entscheidung auch vor dem Bundesfinanzhof Bestand haben wird.

WIR SIND UMGEZOGEN !

FRAHMREDDER 13

BLUHM & PERNER

WIRTSCHAFTSPRÜFER • STEUERBERATER

T. 600 460 0

WWW.BLUHM-PERNER.DE





Anzeigen

Expertentipp von Marina Ost, Leiterin Haspa, Individualkundencenter Poppenbüttel

Erfreuliche Änderungen in den KfW-Programmen – energieeffizient bauen und sanieren

Der Bund stellt 2011 für das CO₂-Gebäudesanierungsprogramm 936 Mio. zur Verfügung. Durch die Wiedereinführung von Förderungen und dann auch neu für Einzelmaßnahmen ermöglicht die KfW wieder eine energetische Modernisierung. Ab dem 1.3.2011 beziehen sich die technischen Anforderungen bei Einzelmaßnahmen an der Gebäudehülle (Dach, Fenster, Außenwände und Kellerdecke) auf den Wärmedurchgang am gesamten Bauteil, das heißt, bei der Mindestanforderung für die Erreichung wird die vorhandene Gebäudehülle berücksichtigt. Die Konsequenz daraus ist, dass die technischen Anforderungen

künftig ca. 20 Prozent höher sein werden und zur Qualitätssicherung Sachverständige bei Einzelmaßnahmen eingeschaltet werden müssen (Energieberater). Die Sonderförderung im Bauleitungsbonus gilt ab März für jede durchzuführende Einzelmaßnahme statt bislang erst ab zwei Einzelmaßnahmen. Die Planung bezüglich der Förderung des Ersatzneubaus wird im Moment hinsichtlich wirtschaftlicher, städtebaulicher und wirtschaftlicher Faktoren intensiv geprüft.



Mund-, Kiefer-,
Gesichtschirurgie
Dr. Dr. Norbert J. J. Bock
Dr. Dr. Sebastian Flinzberg
Kritenbarg 7
Telefon: 040 - 6 06 60 14

Internistisch-neurologische Praxis
PD Dr. Martin Bökmann
Dr. Christine Eysel, Dr. Eva Leue
Dr. Marion Anne Vössing
Heegbarg 10
Telefon: 040 - 6 02 40 66

Physiotherapeutin
Marett Carstensen
Heegbarg 2
Telefon: 040 - 6 06 97 79

Kinderzahnärztin
Dr. Katharina Dorandt
Heegbarg 4
Telefon: 040 - 61 13 60 70

Facharzt für Kinder- und
Jugendmedizin
Dr. Hans-Rudolf Drunkenmölle
Heegbarg 9
Telefon: 040 - 6 02 47 51

Zahnärzte und Prophylaxepraxis
Dr. Matthias Engeln
Sven Schomaker
Heegbarg 13
Telefon: 040 - 6 02 39 49

Fachärztin für Innere Medizin
und Naturheilverfahren
Dr. Apama Haskan
Heegbarg 14
Telefon: 040 - 64 42 42 26

Zahnärzte
Dr. Sabine Kuhn, Dieter Kappes
Dr. Kathrin S. Peters
Heegbarg 10
Telefon: 040 - 6 06 99 51

ALSTERTAL
MED
www.alstertalmed.de

Facharzt für Urologie
Dr. Stefan Lohmann
Heegbarg 14
Telefon: 040 - 6 02 28 00

Logopädin
Merja Mikkola
Heegbarg 4
Telefon: 040 - 78 89 60 06

Facharzt für Augenheilkunde
LASIK & Augendiagnostikzentrum
Andreas Otto
Heegbarg 2
Telefon: 040 - 53 04 88 77

Fachärzte für HNO
Dr. Volker Rennert
Dr. Rudolf Rüter, Claudia Pythlik
Heegbarg 2
Telefon: 040 - 6 02 33 37

Psychologische
Psychotherapeutin
Judith Veit
Kritenbarg 18
Telefon: 040 - 69 79 57 92

Fachärzte für Orthopädie
Dr. Jörg Wagner
Dr. Jürgen Schneeberger
Heegbarg 8
Telefon: 040 - 6 02 19 40

Ergotherapeutinnen
Anke Schliez-Waldeck
Angela Lein
Heegbarg 2
Telefon: 040 - 64 53 22 72

Fachärzte für Frauenheilkunde
Andreas Lesny
Dr. Sandra Nachtigäller
Heegbarg 10
Telefon: 040 - 6 02 15 15

Gesundheits-check-up
Gesundheit ist Verantwortung **NEU**
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.

jirmann
Sonnenschutzsysteme
Inh. Matthias Englert

Ihr Rollladen- und
Markisen-Spezialist



Sommer. Sonne.
Markise!

kostenlose Beratung
vom Fachmann vor Ort

Moorhof 11 • 22399 Hamburg
Tel.: 040/611 67 550
www.jirmann-sonnenschutzsysteme.de

**FISCH
FEINKOST**
Peter Wullbrand



jetzt ist
SCHOLLENZEIT

ab 7. Juni startet die
MATJESSAISON

SALATE
aus eigener Herstellung

Moorhof 14, Telefon 602 03 06



Fußballtrainer John Ment mit seinem Sohn und Teamkapitän Liam (10), Thorben Berg (9) und Max Weitzel (10), v.r.

Radiomoderator John Ment

Sprachg



Radio Hamburg-Moderator John Ment hat seit einiger Zeit einen neuen Nebenjob. Die bekannteste Stimme der Stadt ist in der Freizeit als Trainer der E-Fußballjugendmannschaft des SC Poppenbützel tätig. Wir sprachen mit dem 47-Jährigen über sein, wie er es selbst bezeichnet, liebstes neues Hobby.

Alstertal-Magazin: Wie kam es, dass du Fußballtrainer wurdest?

Einst war ich als Vater nur Zuschauer der Mannschaft, die ich jetzt betreue und trainiere. Denn mein Sohn Liam spielt schon seit einiger Zeit beim SC Poppenbützel. Als der damalige Trainer dann aus beruflichen Gründen aufhören musste, kam mir die Idee, das Traineramt zu übernehmen. Schließlich moderiere ich nur morgens, aber nachmittags habe ich frei. Nach Rücksprache mit dem Teamchef Börger Albes besuchte ich Lehrgänge beim Ham-

burger Fußballbund und machte meinen Betreuerschein. Das war mir sehr wichtig, um meine Arbeit zu legitimieren – auch den Eltern gegenüber, die mir ihre Kinder anvertrauen.

So wurde ich vom pöbelnden Vater zum pöbelnden Trainer am Spielfeldrand.

John Ment: Pöbelnder, aber glücklicher Trainer?

Für mich ist der Trainerjob mein liebstes neues Hobby. Am meisten begeistert es mich, wenn ich sehe, dass die Kids im Spiel das umsetzen, was ich ihnen im Training beigebracht und gesagt habe. Zu-

Henneberg Bühne
Poppenbützel e.V.
Niederdeutsches Theater im Hinsbleek 11

„Eenmal na boben“
Niederdeutsches Musical
von Ingo Sax,
Regie: Doris Lewerenz
Gemeinschaftauführung des Verbandes
Hamburger Amateurtheater

Freitag	17. Juni 2011	20.00 Uhr
Samstag	18. Juni 2011	20.00 Uhr
Sonntag	19. Juni 2011	16.00 Uhr

www.hennebergbuehne.de

Kartenbestellungen
Telefon/Fax: 040 / 606 42 96
oder an der Abendkasse
Eintritt: 5,- € und 6,- €

GOEBEL & HIRSCH
RECHTSANWÄLTE

Recht anspruchsvoll.

FAMILIENRECHT · ERBRECHT · ARBEITSRECHT

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



Sprachgewandter John Ment: morgens am Mikroskop der Radio Hamburg-Morning Show, nachmittags am Spielfeldrand.



1. Die E-Jugendmannschaft des SC Poppenbüttel mit den neu gesponserten Trikots von FIELMANN 2. Zweimal die Woche wird gemeinsam trainiert. 3. John Ment liebt sein Trainer-Dasein: hier mit Simon Rossberg (9).

ewandt am Spielfeldrand

dem ist es schön zu wissen, dass man es in der heutigen Zeit noch schafft, die Kinder von den neuen Verlockungen der Fernseh- und Computerwelt wegzuholen und sie für Sport zu motivieren.

Wie motivierst du denn deine 9- und 10-jährigen Spielerinnen und Spieler nach einer Niederlage?

Verlieren gehört zum Sport. Ich sage dann immer, wenn ihr jetzt verloren habt, dann wisst ihr das nächste Mal den Sieg wieder mehr zu schätzen. Das verstehen sie dann auch.

Wie erfolgreich seid ihr denn? Wir gehören zu den besten drei Mannschaften in unserer Gruppe.

Noch ist die Saison nicht ganz beendet, mal schauen, welchen Platz wir am Ende belegen – auch der erste Platz ist noch drin. Eines kann ich jetzt aber schon sagen, dass ich stolz bin auf die Jungs und Mädels. Denn das Team ist im letzten Jahr richtig gut zusammengewachsen.

Dein Sohn Liam spielt auch in der Mannschaft. Funktioniert es, auf dem Fußballfeld Trainer und Vater in einem zu sein?

Liam ist Kapitän der Mannschaft.

Aber nicht auf meinen Wunsch hin, sondern auf den der Mannschaft. Behandelt wird er von mir genauso wie alle anderen Spieler. **Hast du als Trainer ein Vorbild?**

Vielleicht Jürgen Klopp. Denn der trainiert mit Borussia Dortmund eine Mannschaft, der man vor der Saison nicht unbedingt zugehört hätte, dass sie deutscher Fußballmeister wird. Mit einem kleinen Schmunzeln kann man sagen, dass diese Situation unserer ähnelt. Denn auch wir haben uns als ‚Underdogs‘ an die Spitze hochgekämpft.

War dein Interesse an Fußball schon immer so groß?

Ich bin bekennender ‚Rautist‘. Bundesliga am Wochenende zu schauen, ist Pflichtprogramm. Aber als Trainer unmittelbar in Fußballspiele involviert zu sein, ist noch mal eine andere, sehr schöne Erfahrung. Manchmal merke ich nur, wenn ich im Training mit den Mädels und Jungs etwas mitspielen, wie anstrengend das doch ist und ziehe mich dann lieber schnell wieder an den Spielfeldrand zurück, um Anweisungen zu erteilen.

Christiane Kaufholt

HOTEL ROSENGARTEN

Das kleine feine Garni-Hotel im Alstertal

Inhaber: Erwin Randel



10 moderne Zimmer
DG-Studio mit Pantry
2-Zi-Appartement mit Küche
Familienfeiern ab 15-40 Personen

Poppenbüttler Landstr. 10 · 22391 Hamburg
Telefon: 040 - 608 714-0 · www.hotel-rosengarten-hamburg.de

100 Jahre
BESTATTUNGEN

Eggers

1911 - 2011

Ohlendieck 10
22399 Hamburg

Langenhorner Chaussee 371
22419 Hamburg

Telefon 040 602 23 81

Telefon 527 39 411

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

EP: Sommer die DVB-T
Fachleute

ElectronicPartner

TV, Video, HiFi, Telecom, PC, Multimedia

LCD + PLASMA TV
IM ANGEBOT

Wir meistern jede Reparatur ...
... auch wenn Sie das Gerät
nicht bei uns gekauft haben.

- Schnell
- Zuverlässig
- Preiswert

Shopping im Internet
über 4000 Artikel ständig
online bestellen.
www.ep-sommer.de

Harksheider Straße 8 • 22399 Hamburg • 0 40/6 02 16 59 • Fax: 0 40/60 67 95 46

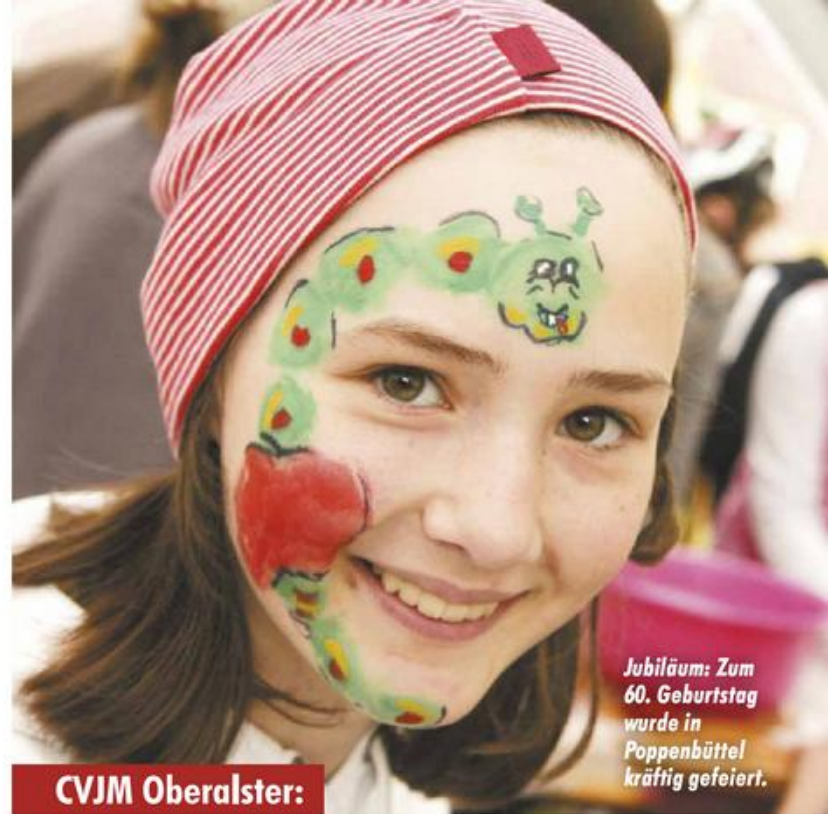


Gastieren am 7.6. in der Bücherhalle Alstertal: Christiane Richers und Axel Pätz mit der szenischen Lesung „Minus reist um die Welt“.

Szenische Lesung in der Bücherhalle Alstertal

Das Schauspiel Duo **Christiane Richers** und **Axel Pätz** präsentieren am 7. Juni in der **Bücherhalle Alstertal**, Heegberg 22, um 15.00 Uhr die **szenische Lesung „Minus reist um die Welt“** nach dem Kinderbuch von Sven Nordqvist. Auf seinem Weg in die Welt trifft Minus viele sonderbare Menschen und Tiere. Ihm begegnet zum Beispiel eine Frau, die im Gegensatz zu Enok glaubt, dass es gut ist, alles doppelt zu besitzen, falls man einmal ein Teil verliert. Er trifft drei weise Männer, die auf Kamelen unterwegs sind, einen Vierköpfler, eine Waldhexe, die Schlangensuppe kocht und andere skurrile Gestalten. Bei jeder Begegnung erkundigt sich Minus vergeblich nach dem richtigen Weg in die weite Welt. Den kennt offenbar niemand genau,

dafür bekommt er aber von allen einen Gegenstand geschenkt, den er in seinem Rucksack verstaut. Am Ende seiner abenteuerlichen Reise kommt er wieder zuhause an und beschließt erstmal etwas zu essen, bevor er sich erneut auf die Suche nach der weiten Welt macht. Unter der Regie von Gesche Groth ist eine kindgerechte, turbulente Umsetzung der Bilderbuchgeschichte „Minus reist um die Welt“ von Sven Nordqvist für Kinder ab fünf Jahren entstanden. Die Aufführung findet im Rahmen der „Fliegenden Leseaktionen – FLAx“ der Bücherhallen Hamburg statt. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Rückfragen beantwortet die Bücherhalle Alstertal unter Tel.: 690 838 52.



Jubiläum: Zum 60. Geburtstag wurde in Poppenbüttel kräftig gefeiert.

CVJM Oberalster:

60 Jahre

Der Christliche Verein Junger Menschen (CVJM) bietet Jugendlichen verschiedenste Freizeitaktivitäten – der CVJM Oberalster sogar schon seit 1951! Das Alstertal-Magazin wirft einen Blick auf die Geschichte der Organisation, die es seit nunmehr 60 Jahren in Poppenbüttel gibt.

Der CVJM stammt von den angelsächsischen YMCAs ab. Den ersten YMCA (Young Men Christian Association) gründete 1844 George Williams in London, der jungen Männern in der Großstadt religiöse Orientierung anbieten wollte. Der erste deutsche CVJM wurde 1883 in Berlin gegründet. Damals stand die Abkürzung noch für „Christlicher Verein Junger Männer“. Mittlerweile hat sich der Name der Organisation der Zeit angepasst – jetzt bedeutet CVJM „Christlicher Verein Junger Menschen“. Im Jahre 1951 beschlossen der damalige Pastor der Kirchengemeinde Poppenbüttel, Dr. Arthur Noffke und der damalige Kirchenälteste, Otto Ewald, auch in Poppenbüttel christliche Jugendarbeit zu leisten. Der CVJM Oberalster wurde gegründet – als Jugendabteilung des CVJM zu Hamburg e.V. Aktivitäten waren etwa Bibelstunden, Wochenendfahrten und Ferienfreizeiten. 1965 war das Jahr der Selbstständigkeit: Der Verein löste sich vom CVJM Hamburg und nannte sich zunächst „CVJM/CVMF zu Hamburg-Poppenbüttel e.V.“ (CVMF stand für „Christliche

Vereinigung für Mädchen und Frauen“). Schließlich wurde der Name „CVJM Oberalster zu Hamburg e.V.“ angenommen – diesmal mit der Bedeutung „Christlicher Verein Junger Menschen“. Seit den 60er-Jahren öffnete sich der CVJM Oberalster auch immer mehr aktuellen Jugendtrends. Bald entstand die Vereinszeitung „akut“, die neben christlichen Themen auch gesellschaftspolitische Fragen behandelt. Mittlerweile umfasst der CVJM Oberalster vier Standorte, nämlich die Kirchengemeinden Poppenbüttel und Lemsahl-Mellingstedt, das Jugendhaus „Jule“ in Lemsahl, das Freizeitheim Stoetze an der Görde und – demnächst – den Teenieclub Sasel. Ein Merkmal des CVJM ist, dass er für jedermann offensteht. Man muss also kein Mitglied des Vereins werden, um die Angebote des CVJM nutzen zu können. Am 14. Mai dieses Jahres feierte der CVJM nun sein sechzigjähriges Bestehen mit einem Jubiläumsfest in der Simon-Petrus-Kirche in Poppenbüttel. *cl*

„Der besondere Schuh“



Auswahl an Sommersandalen
auch für Diabetiker und Problemfüße

R. Schockmann • Stormarnplatz 1 • 22393 Hamburg
Tel. 040 / 601 19 55 • am S-Bahnhof Poppenbüttel



2007



1971

Jugendarbeit



1959



1983

Mit diversen
Freizeitaktionen
wie Wochen-
endausflügen
und Bibelstunden
versüßt der CVJM
Oberalster schon
seit 60 Jahren die
Leben der Jugend-
lichen.

1992



Fotos: CVJM Oberalster

Schirme & me(e)hr

Schirme aller Art, Marktzubehör,
Balkonumrandungen,
Windschutz, etc.

Näharbeiten, Tauwerk und
allgemeine Reparaturen.

Anke Noll • Tel. 601 18 98
Langenstücken 38
22393 Hamburg
www.marktschirme-hamburg.de

Tanz&Theater

Kurse für Kinder
und Jugendliche

EINS

Poppenbüttler Hauptstraße 7
040-24 82 57 17
www.s-eins.com

Tanz | Gesang | Schauspiel

Ihr Fachgeschäft im Alstertal

Elektro-Installation · Reparatur · Einbau-Geräte · Leuchten
Sprech-Anlagen · Kabel-TV · Telekom · ISDN-Anlagen
EDV-Netze · E-Heizung · Heißwasser

J. MELLE + SOHN **Miele**
LIEBHERR

Elektro- und Fernseh-Meisterbetrieb
Ihres Vertrauens · Meisterwerkstatt

Poppenbüttler Hauptstraße 11
22399 Hamburg · Tel. 602 22 41

www.j-melle-sohn.de

Kundenparkplätze links neben der Apotheke!
Geöffnet: 8.30-13.00 Uhr + 14.15-18.30 Uhr – Samstags 9.00-13.00 Uhr



SIEMENS
BRAUN
KRUPS
SIEDLE

Wir schaffen Paradiese

Neu- und Umgestaltung · Pflaster- und Plattenverlegearbeiten
Baumfällarbeiten · Stubbenfräsen · Regenerationsschnitt
Teichbau · Pflegearbeiten · Zaunanlagen · Schneeräumung



RGW Garten- und Landschaftsbau

Rolf-Günter Winckler, Göderseweg 4, 22399 Hamburg, Tel. 606 64 94, www.rgw-winckler.de

Kunsthandlung Alstertal

Ihr Rahmenfachgeschäft
mit individueller Beratung
und großer Auswahl ganz
in Ihrer Nähe.

M. Stooß · Frahmredder 10
S-Bahn Poppenbüttel · Tel. 601 49 43
Di.-Fr. 9-13 Uhr und 15-18 Uhr, Sa. 10-13 Uhr



Francis Méan

www.alstertal-magazin.de

Anzeige

Das Mobile Gardinenstudio

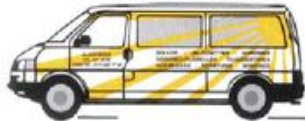
Beratung – Ausmessen – Montage



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, Jaloussetten, Plissees, Senkrechtlamellen

und Zubehör. Wenn der Kunde es wünscht, kommt Klaus Benke auch nach 18 Uhr oder sonnabends.
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

Fotos: Evelyn Timm

So schön strahlt die Siegerin: Fiona Fricke ist die deutsche Meisterin im „Dance4Fans“.



Das schönste Alstertaler Geschenk!

Dieses Buch nimmt Sie mit auf eine Zeitreise. Es beschreibt die Geschichte des Alstertals. Und 40 Jahre AEZ-Geschichte.

Eingebettet sind die Hamburger Ereignisse in das Weltgeschehen:

Was passierte noch in Deutschland und der Welt in den vergangenen vier Jahrzehnten? Und: Was kauften wir zu der Zeit? Was waren unsere Lieblingsprodukte? Das ideale Geschenk für alle, die das Alstertal und die Walddörfer lieben!



19,80 Euro
 ISBN 978-3-925800-11-5
 WOLFGANG E. BUSS
 VERLAG

Bestellbar auch unter:
www.buy-a-magazin.de

Vom „Lollipop-Star“ zur deutschen Meisterin:

Sasels smootheste Solo- Tänzerin

Fiona Fricke ist leidenschaftliche Tänzerin und Ex-Mitglied des Gesangs-Duo „Die Lollipops“. Deswegen berichtete das **Alstertal-Magazin** bereits vor drei Jahren über die talentierte **Saselerin**. Jetzt gibt es etwas Neues: den Gewinn der deutschen Meisterschaft im Tanzen in einer und der norddeutschen Meisterschaft in vier Kategorien. Wir sprachen mit der 14-Jährigen über das Tanzen und Zukunftsträume.

Alstertal-Magazin: Vor drei Jahren hatten wir das letzte Interview – was hat sich inzwischen geändert?

Fiona Fricke: Nach drei Jahren „Lollipops“ war für meine Partnerin Susi und mich jetzt Schluss, wir sind aus dieser Kindermusik-Szene rausgewachsen. Mein Traum ist es aber nach wie vor auf der Bühne zu stehen, zu tanzen und zu singen. Momentan arbeite ich an meinem ersten Gesangs-Soloprojekt.

Was für Musik machst du?

Es ist schwer einen richtigen Vergleich aufzustellen. Es geht in Richtung Dance, Pop – die Vorbilder sind schon Britney Spears, Kesha Uffi und Paches. Eine Mischung, die aber trotzdem den „Fiona-Style“ überbringen soll, etwas Eigenes also. **Worum geht es in deinen Songs?**

Das ist ganz verschieden! Letztens habe ich eine Ballade geschrieben, die erzählen ja meistens von Beziehungen und Jungs. Dann habe ich mir aber auch einen verrückten Song über Facebook ausgedacht – es sind immer Sachen, die mich selber bewegen und die mir gerade im Kopf rumschwirren. Mit meinen

Produzenten bin ich mehrmals wöchentlich im Studio, schreibe an den Songs und nehme sie auf. **Apropos Jungs – hat dir deine Bekanntheit da schon einmal geholfen?** (lacht) Was heißt geholfen – manchmal nach Auftritten sind



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



FACH-BETRIEB
Rolläden- und
Sonnenschutz-
Techniker-
Handwerk

www.markisen-droste.de

Die neue
Kollektion ist
eingetroffen!



KOMPETENZ SEIT 1924
benke

Am Saseler Markt Waldweg 2-6 22393 Hamburg Tel.040-6017985

Fett weg im Liegen

Jetzt
Abo-Preis
ab
320,- Euro

Um schlank zu sein, braucht niemand mehr unter Messer – dank Fettverbrennung mittels Ultraschall! Dabei werden Fettpolster, lästige Orangenhaut und Falten nachweislich reduziert und verschwinden auf „natürliche Weise“ – ohne Anstrengung und im Liegen! Mit Divinia-Ultra wird die Haut sichtbar straffer, denn der tiefgreifende Ultraschall und die feine Strom-Impulsgebung stimulieren den Stoffwechsel und beschleunigen die Freisetzung der Fettsäuren. Fettzellen werden voneinander gelöst und schnell und effizient reduziert. Bereits geschädigtes Gewebe kann ebenso schonend regeneriert werden. Schlackenstoffe werden gelöst



Heike Ghalai: Dipl. F.A. für neuromuskuläre Stimulation.

und völlig schmerzfrei abtransportiert. Schon nach der 1. Behandlung hat sich der Umfang um 2-5 cm minimiert.

Kostenlose Probebehandlung in Sasel bei

Praxis für
Body Forming



Tel.: 040/64 42 36 64

Waldweg 1

Reduzieren Sie beim Test 2-5 cm Umfang – je Person ein Coupon nur einmal einlösbar.

Polsterei Bietendübel

Antikpolsterungen
Sonderanfertigungen
Polsterservice
u.v.m.

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

DER ALLROUND-SALON

Unser Team bietet den Kunden
einen Rundum-Service:

Trendige Frisuren
Entspannende Massagen
Tiefenreine Kosmetik
Erholsame Pediküre
Schöne Fingernägel und Maniküre
Wimpernverlängerung

Wir freuen uns auf Sie in der
Kunastraße 11
22393 HH-Sasel
Tel.: 181 97 210



Räumungsverkauf

Marken - Kindermode und
Schuhe Outlet

22393 Hamburg-Sasel • Waldweg 8
Mo.-Fr. 10-18 Uhr und Sa. 10-13 Uhr

bis
Ende
Juni

uns die Jungs hinterher gelaufen und wollten dann die Handynummer haben. Manchmal ist es aber auch genau das Gegenteil. Manche wollten nur mit mir befreundet sein, weil ich im Fernsehen war. Man lernt schnell, was wahre Freundschaft und wahre Liebe ist – und was einfach nur darauf abzielt, mit einer Person zusammen zu sein, die in den Medien ist!

Und bist du momentan verliebt?

Nein, im Moment habe ich keinen Freund.

Wie läuft es eigentlich mit dem Tanzen?

Sehr gut! Vor einigen Wochen bin ich hier in Hamburg vierfache norddeutsche Meisterin geworden – im Solo-Auftritt und mit meinen drei Teams. In Düsseldorf bin ich dann noch deutsche Meisterin geworden. Ich tanze sowohl im Solo als auch in der Gruppe Hip Hop und „Dance4Fans“.

Wie oft trainierst du dafür?

Ich tanze eigentlich seitdem ich laufen kann – wenn nicht sogar schon davor (lacht). Wenn es geht, bin ich jeden Tag in der Tanzschule – und zu Hause übe ich auch so oft ich kann. Vor einer Meisterschaft kann es auch mal vorkommen, dass man zwölf Stunden am Tag trainiert. Aber es macht ja auch Spaß, gerade, wenn man im Team trainiert, zusammen lacht und eine gute Zeit hat. Tanzen ist meine Leidenschaft!

Tanzst du lieber im Team oder solo?

Schwer zu sagen! Im Team gefällt mir die Gemeinschaft – man ist zusammen auf der Meisterschaft, baut sich gegenseitig auf und arbeitet gemeinsam auf ein Ziel hin. Wenn man im Solo allein auf der Bühne steht und alle gucken nur dich an, ist das natürlich auch ein tolles Gefühl! **Wie schaffst du es bei den vielen Proben noch den Schulall-**

Sasel: Sommerfest und Schacherfolge!



Die Saselerin Karina Tobianski, Schachfreunde Sasel, wurde Hamburger Vizemeisterin und fährt zur deutschen Meisterschaft nach Oberhof!

Für Saseler, Saselerinnen und Saselfreunde findet vom **27. bis zum 29. Mai** auf dem Saseler Marktplatz das **IWG-Sommerfest** statt. Es beginnt am Freitag um 16 Uhr im IWG-Biergarten mit Bungee, Mini-Riesenrad, Kinderkarussell, Bäckerei, Holzkohlegrill und einem Weinstand. Ab 18 Uhr gibt es dann Disco mit DJ Heiko. Das Samstagprogramm beginnt ab 12 Uhr mit buntem Festbetrieb auf dem Marktplatz. Ab 15 Uhr spielen dann Schulbands aus dem Alstertal: ISS Musical Band, Boot Lace, Northern Leaves. Am Sonntag findet dann ab 7 Uhr ein großer Familienflohmarkt statt. Ab 11 Uhr kann man sich auf dem Marktplatz zum Frühschoppen treffen. Für Musik sorgt die „Alster Jazzband“. Im großen Raum vom

„Roten Hahn“ in der Kunastraße kann man sich außerdem von 12 bis 15 Uhr bei den **Schachfreunden Sasel** informieren – oder ihnen gleich gratulieren, denn bei den Schachfreunden gibt es derzeit etwas zu feiern! Drei Saseler Schachfreunde haben sich nämlich für die deutsche Schach-Meisterschaft qualifiziert! Die 13-jährige **Karina Tobianski** hat in der Hamburger Meisterschaft **Silber erlangt** und darf sich nun in Oberhof mit den besten Schachspielerinnen Deutschlands messen. Aber auch von den Erwachsenen konnten sich **Thomas Ruider** und **Ronald Modrak** bei den Ausscheidungskämpfen zur deutschen Schach-Amateurmeisterschaft 2010/2011 für das Endturnier qualifizieren.

tag zu bewältigen?

Das klappt eigentlich ganz gut. Ich gehe ja aufs Gymnasium und habe meistens bis 16 Uhr Schule, dann muss ich noch lernen, Hausaufgaben machen und Referate vorbereiten, aber irgendwie schafft man es immer. Ich hab ja auch die volle Unterstützung meiner Familie, dann ist es nicht so schlimm.

Was sind deine Pläne für die Zeit nach der Schule?

Am liebsten würde ich natürlich etwas mit Musik machen. Ich weiß, dass das ein schwerer Weg ist und ich glaube, dass auch viele Mädels in meinem Alter den Traum haben, berühmt zu sein. In der „Lollipop-Zeit“ habe ich einfach gemerkt, dass ich in meinem Element bin, wenn ich auf der Bühne stehe, singe und tanze – und deshalb arbeite ich auch daran, dass ich diesen Traum zum Beruf machen kann!

Evelin Timm



Die 14-jährige Saselerin ist außerdem 4-fache norddeutsche Meisterin im Hip Hop und „Dance4Fans“.

Saseler Schüler im Ernst Deutsch Theater

Saseler Schüler spielen im Ernst Deutsch Theater Liebesszenen von Shakespeare.

Am Montag, dem **6. Juni**, findet ab **18 Uhr** das Bergfest der aktuellen TUSCH-Partnerschaft vom **Gymnasium Oberalster** mit dem Ernst Deutsch Theater, Friedrich-Schütter-Platz 1, statt. Eingeladen sind Eltern, Geschwister, Freunde, Bekannte, Lehrer sowie alle Kulturinteressierten.

Nach einem Vorprogramm voller Überraschungen im Foyer des Theaters zeigen Saseler Zehntklässler im Bühnenprogramm ab 19 Uhr einen Ausschnitt aus der Inszenierung „In Love – with Shakespeare“, das auf einem Stück von Marlene Skala basiert. Es handelt sich um eine Collage verschiedener Liebesszenen aus berühmten Shakespeare-Stücken,

bei der unterschiedliche Vorstellungen von Liebe entwickelt und erörtert werden. Schauspielerinnen Imke Trommler vom Ernst Deutsch Theater hatte die Proben begleitet und die Schülerinnen und Schüler stets aufs Neue gefördert.

Insgesamt nehmen an dem kulturpädagogischen Großprojekt, das von der Schulbehörde, der Behörde für Kultur und Medien sowie der Körber-Stiftung gefördert wird, 14 Hamburger Theater und 18 Schulen teil. Die Schüler profitieren in Projekten und Workshops von der Zusammenarbeit mit professionellen Schauspielern, Komponisten und Dramaturgen und lernen Berufsfelder des Theaters kennen.

Vorsprung durch Technik 



Oben ohne... Lassen Sie die Sonne rein!

Jetzt attraktive, vorrätige Audi Cabriolet sichern.

Petschallies
Sasel

Petschallies Sasel GmbH

Volksdorfer Weg 192, 22393 Hamburg
Tel.: 0 40 / 60 01 45-0, Fax: 0 40 / 60 01 45-55
sasel@petschallies.de, www.petschallies.de

Wintergärten - Terrassendächer - Windfänge - Vordächer
Beschattungen - Fenster - Rollläden - Insektenschutz

Wir ziehen um!

**Räumungsverkauf
vom 26.05. bis 18.06.2011
alle Ausstellungsstücke**

bis zu 50% Rabatt

3 Vollkassettenmarkisen

5 Fenstermarkisen

1 Terrassenüberdachung 4,5 x 1,25 m
mit einem Seitenteil in Aluminium weiß

2 Haustüren in Kunststoff weiß

1 Meranti Holz Wintergarten 3,3 x 3,0

1 Mahagoni Tür 1,0 x 2,25 mit Seitenteil 0,5 x 2,25

Rollläden und Markisen vom Lager

2 ATIX Dachfensterrollladen für Velux VL45

1 Ganzglas Tür 1,3 x 2,05

div. Lampen, Scheinwerfer & Inventar

hatru

Bau- und Architekturbüro

Waldweg 31 22393 Hamburg Tel 040/ 601 40 89 Fax 040/ 601 31 36
info@hatru.de www.hatru.de www.gewe.com

GEWE

Werksvertretung Hamburg seit 1972

„Lieb & Teuer“-Kunstsprechstunde
zu Gast in Volksdorf

„220.000 €
statt 1.000!“

Foto: NDR / image-point.de / uwe ernst



Was sind das alte Erbstück oder der Flohmarktfund wert? Das beantwortet die Sendung „Lieb & Teuer“ – sonntags um 16 Uhr im NDR Fernsehen. Wer auch einmal einen seiner „Schätze“ bewerten lassen möchte, hat dazu bald in **Volksdorf** Gelegenheit, denn das Team um Moderatorin **Ann-Katrin Schröder** dreht im Museumsdorf!

KÜCK & PARTNER

Wirtschaftsprüfer | Steuerberater | Rechtsanwälte



Dieter Kück

Claudia Kattner

Matthias Kück

Persönlich. Umfassend. Kompetent.

Finanzbuchführung · Lohn- und Gehaltsbuchführung
Jahresabschlüsse · Steuerberatung
Betriebswirtschaftliche Unternehmensberatung
Rechtsberatung · Wirtschaftsprüfung

Groten Hoff 6 · 22359 Hamburg · Telefon 040|60 90 02-0
www.kueck-und-partner.de

Am Sonntag, den 3. Juli können Interessierte nach vorheriger Anmeldung zwischen 10 und 17 Uhr private Kunstgegenstände in das Museumsdorf Volksdorf, Im Alten Dorfe 46, bringen. Dort werden Kunstexperten eine erste Expertise abgeben. Bewerber mit Objekten, die noch nicht

in der Sendung gezeigt wurden, werden bei Interesse in eine der nächsten „Lieb & Teuer“-Aufzeichnungen eingeladen. Begutachtet werden: Porzellan, Glas, Silber, Keramik, Kunstgewerbe, Gemälde, Grafiken, Skulpturen, Möbel, Spielzeug, Bücher und Uhren ebenso Keramik, Porzellan, Metallarbeiten und Interieur aus China und Japan sowie buddhistische Kleinkunstobjekte. Eine Anmeldung ist unter Tel.: 01805/637 555 erforderlich (10-18 Uhr, 14 Cent/Min. aus dem deutschen Festnetz, mobil max. 0,42 € pro Min.). Pro Person kann jeweils nur ein Gegenstand begutachtet werden. Die Auskunft der Experten ist kostenfrei.

Alstertal-Magazin: Haben Sie auch schon einmal einen Kunstgegenstand aus Ihrem Privatbesitz schätzen lassen?
Ann-Katrin Schröder: Ja, ich hatte einmal die Brosche meiner

„Man kann nie wissen, welche Schätze sich zu Hause verbergen!“

Ur-Großmutter mitgebracht – das war historisch nichts Besonderes, aber doch schön zu wissen, dass es handwerklich von

toller Qualität ist.

Geht es den meisten eigentlich eher um den Wert oder um die mögliche Geschichte des zur Schätzung eingereichten Gegenstandes?

Das ist gut verteilt. Einige freuen sich, die Altvorderen und ihre Geschichte nochmal aufleben zu lassen, die anderen sind in erster Linie gespannt, was das Stück wert ist. Ich freue mich natürlich über die vielen – auch sehr emotionalen Familiengeschichten!

Was ist häufiger: Der Gegenstand ist mehr wert als vom Eigentümer erwartet, oder ist das eher umgekehrt?

Die meisten gehen bei uns doch zufrieden nach Hause. Endlich

Die Frage nach dem Preis ist natürlich immer der Knackpunkt und ich kann nie genau vorhersagen, wie der Gast reagiert. Manche sagen, sie erwarten gar nichts, aber das Gesicht verrät dann doch die große Enttäuschung. In einer der letzten Sendungen hat einer aber auch mal ganz anders reagiert: Als das Besteck, das vom Zarenhof stammen sollte, nur 100 Euro wert war, hat der Herr schallend losgelacht. Das war sehr erfrischend!

Was war das Skurrilste, das bei Ihnen jemals zum Schätzen vorgelegt wurde?

Wir hatten mal ein Filmplakat aus den 50er-Jahren, das hat uns schon an die Grenzen des Machbaren gebracht. Das war mit gut 4 m mal 2,50 m nämlich riesig. Die Bühnenbildner und Kameraleute haben dann aber alles gegeben und wir haben das Stück in voller Pracht zeigen können.

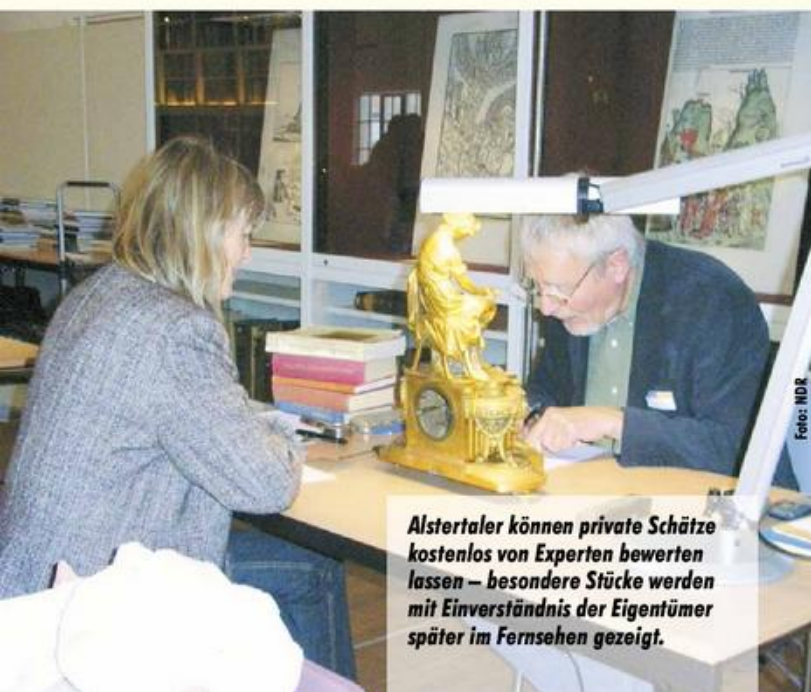
Gab es in einer Ihrer Sendungen eine echte Überraschung, weil ein Gegenstand sich als sehr wertvoll erwiesen hat?

Also der Mann, dessen Bilder Ansichten von Venedig zeigten, der war bei der Preisnennung schon ziemlich blass um die Nase. (lacht) Nach einer Haushaltsauflösung hatte er eigentlich ein Sofa bei e-bay versteigern wollen. Es meldete sich aber jemand, der die Bilder ÜBER dem Sofa kaufen wollte. Nachdem der Interessent ihm über 1.000 Euro bot, wurde der Besitzer hellhörig und kam zu unserer Kunststunde. Unsere Gemälde-Expertin bekam auch gleich einen erhöhten Puls, denn die Bilder waren kleine Meisterwerke! In der Sendung wurden sie auf insgesamt 60.000 Euro geschätzt, später dann in Zürich sogar für über 220.000 Euro verkauft! Das war natürlich ein Volltreffer!

kw

**Moderiert die NDR Kunstschätz-Sendung „Lieb & Teuer“:
Ann-Katrin Schröder – am 3. Juli
aus dem Museumsdorf Volksdorf.**

weiß man, was man hat – egal, ob dann die Erwartungen enttäuscht wurden. Klasse ist es natürlich für alle Beteiligten, wenn die Gäste aus dem Häuschen sind. Dann freue ich mich auch tüchtig mit! **Hatten Sie schon mal Ärger mit enttäuschten Eigentümern nach einer „Wertlos-Schätzung“ der Experten?**



Alstertaler können private Schätze kostenlos von Experten bewerten lassen – besondere Stücke werden mit Einverständnis der Eigentümer später im Fernsehen gezeigt.



WILLY J. ROHDE GmbH
Meisterbetrieb und Innungmitglied

- ✓ Reparaturverglasung
- ✓ Neuverglasung
- ✓ Glasduschen & Türen
- ✓ Spiegel
- ✓ Glastüren & Wände
- ✓ Fenster & Türen
- ✓ Insektenschutz

Blinde Fenster?

Isolierglas-Sanierung ohne Glastausch

www.glas-rohde.de • Tel. 0 40 / 6 03 76 51



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

prima
**TEXTIL-
PFLEGE**

2 Hosen spezial € 7.99

1 Hemd € 1.10
waschen + bügeln
(keine Seide)

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

Jetzt testen!

Kommen Sie zu einer E-Rad-Probefahrt!



Aluminium, Rücktrittbremse, 8-Gang-Nabenschaltung (sorgt für präzises Schalten und minimale Wartung), Reichweite bis zu 140 km



Solero Super Light: TREKKING BIKE
28 Zoll, schwarz, Aluminium, Shimano 7-Gang Nabenschaltung mit Rücktrittbremse, 14,9 kg, Halogenscheinwerfer mit Standlichtfunktion

Ehrig
Tel. 040/6034501 www.Ehrig24.de

www.EHRIG24.DE

CLAUS-FERCK-STR. 39, 22359 HH-VOLKSDORF, TEL.: 603 45 01

Kostenlos!

Bei Vorlage dieser Anzeige und Kauf eines Damen-/Herrenrades erhalten Sie einen **Fahrrad Computer**

bis 30.06.11



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



Schöner Lachen mit Dr. Volker Kruse, Zahnarzt.

Erfolgreiche Implantologen seit 1973

Modernste ästhetische Füllungstherapie

Alle Arten von funktionsgerechter prothetischer Behandlung

Praxiseigenes Labor, optimale medizinisch-ästhetische Versorgung anspruchsvoller Fälle

Prophylaxe / von 6 bis 17 Jahren kostenfrei

Modernstes dentales OP-Mikroskop zur Therapie von komplizierten Wurzelkanalbehandlungen

Sichere und schmerzfreie Wurzelbehandlung

Die Einführung des Dentalmikroskops in der Endodontie (Wurzelkanalbehandlung) ist für Patienten und Zahnärzte eine entscheidende Verbesserung. Sie sichert den Erhalt von Zähnen, die bislang als unrettbar galten und vermeidet in den meisten Fällen die gefürchtete Wurzelspitzenresektion. Viele Details des komplexen Wurzelkanalsystems können jetzt vor und während der Behandlung erst richtig erkannt und erfolgreich therapiert werden! Im Falle eines unvermeidlichen Zahnverlustes sichert unsere implantologische Erfahrung ihr vollständiges und ästhetisch überzeugendes Lächeln.

Uppenhof 5 im Ärztehaus, 22359 Hamburg
Telefon: 040/60 30 412, www.dr-volker-kruse.de

MAGAZIN VERLAG HAMBURG

Hier könnte auch Ihre Anzeige stehen!

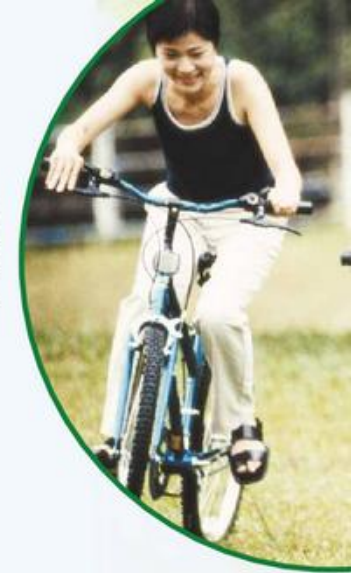


Wenn auch Sie sich für eine Anzeige auf den Volksdorf-Seiten des Alstertal-Magazins interessieren, dann rufen Sie mich gern an.

Björn Beutler, Mediaberatung
Tel: 040 / 538 930 - 63
Mobil: 0170 / 583 90 49
E-Mail: b.beutler@alster-net.de



Gemeinsam für mehr
Umweltfreundlichkeit: Die
Sternfahrt eignet sich auch als
Familienausflug.



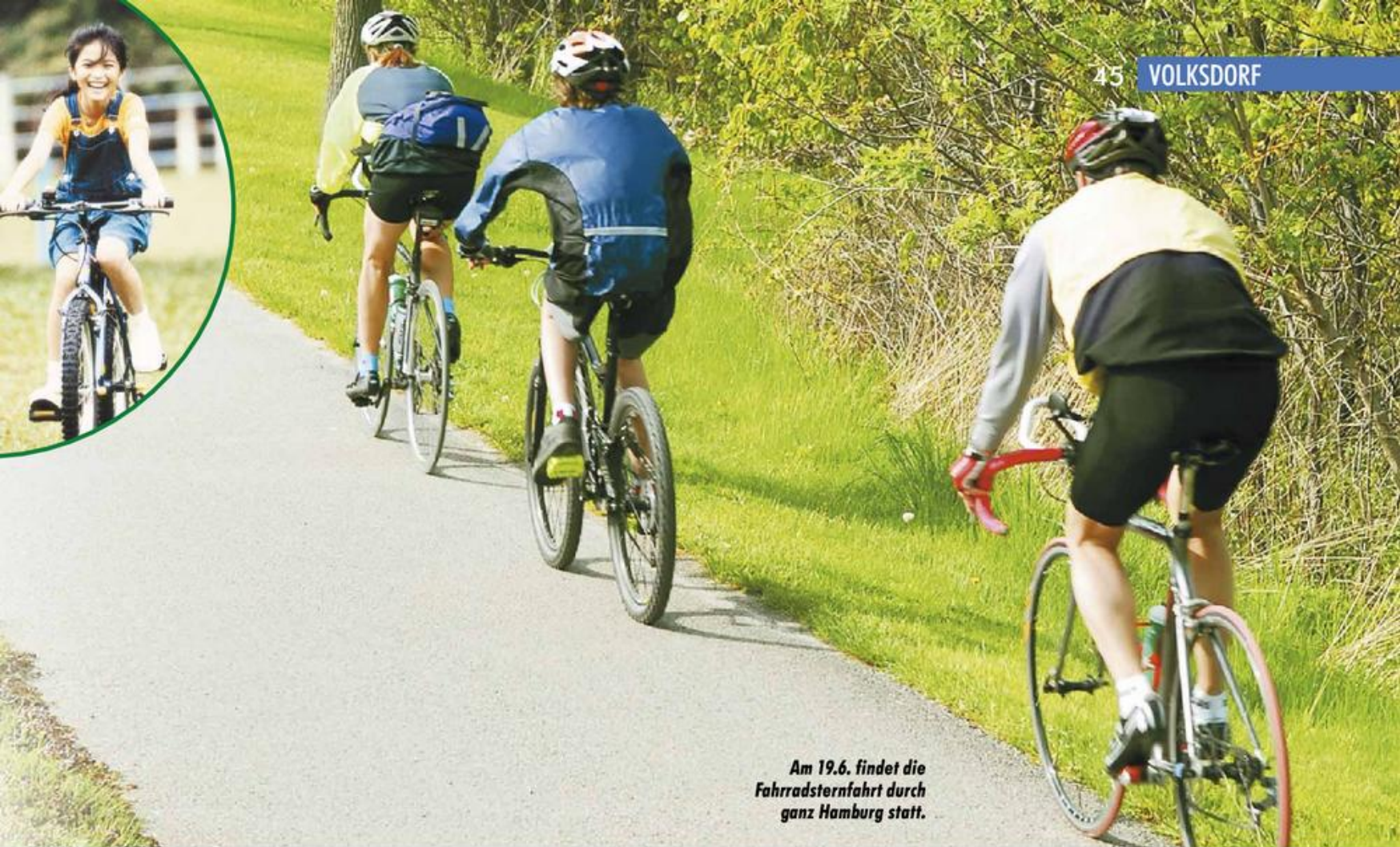
Die Fahrradsternfahrt:

Fit fürs Klima!

Es ist wieder soweit: Am **19. Juni** findet wieder eine **Fahrradsternfahrt** statt. Von rund **60** Startpunkten aus werden die Straßen unter dem Motto „**Mehr Fahrräder, weniger Autos: Fit fürs Klima!**“ von den Radfahrern erobert. Die Route der Sternfahrt verläuft dabei auch durch **Volksdorf**.

Auch die Absage des „autofreien Sonntags“ durch den Senat kann die Organisatoren der Fahrradsternfahrt von Mobil ohne Auto Nord e.V. (MOA) nicht davon abhalten, das Event stattfinden zu lassen. Es ist seit ca. 15 Jahren fester Bestandteil des Veranstaltungskalenders am jeweils 3. Sonntag im Juni. Zu diesem Zeitpunkt gibt es auch an vielen anderen Orten in Deutschland Kundgebungen unter dem Motto „Mobil ohne Auto“. „Hamburg braucht eine Verkehrspolitik, die Klima- und Lärmschutz ernst nimmt. Mit der Fahrradsternfahrt wollen wir der Umwelthauptstadt 2011 zeigen, dass das Fahrrad dabei eine tragende Rolle spielen muss“, erklärt Torsten Prinzelin, Vorstandsmitglied des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club aus Hamburg. Auf 21 verschiedenen Routen aus den Hamburger Stadtteilen und der Metropolregion werden die Teilnehmer der Sternfahrt zum Rathausmarkt geführt. Dort findet um 14 Uhr die Abschlusskundgebung statt. Für alle Volksdorfer Radfahr-Begeisterten beginnt die Sternfahrt um **11.15 Uhr am U-Bahnhof Volksdorf** beim Wochenmarkt. Auf alle Teilnehmer, die ihre Tour südlich der Elbe starten, wartet ein besonderes Highlight: Sie dürfen über die Köhlbrandbrücke fahren, die normalerweise für

den Fahrradverkehr gesperrt ist. Auch in diesem Jahr rechnen die Veranstalter mit einem großen Andrang an Radfahrern, die für eine umweltverträgliche Verkehrspolitik demonstrieren wollen. „Wir erwarten in Hamburg auch in diesem Jahr wieder deutlich mehr als 10.000 Teilnehmer, die mit der Fahrradsternfahrt gerade dem neuen Senat klarmachen wollen, dass die Absage des „autofreien Sonntags“ das falsche verkehrspolitische Zeichen für die Stadt ist, nachdem bereits die Planung für die Stadtbahn von der neuen Regierung gekippt worden ist“, sagt Uwe Jancke als Vorstand von MOA. „Wir stehen in keiner Anhängigkeit zur Stadt und werden konsequent unsere Meinung auf die Straße radeln. Wir sind sicher, dass es bald auch wieder zum Dialog mit den Behörden über unsere Forderungen kommen wird, wenn die verkehrspolitische Realität den Senat eingeholt hat“, so Jancke weiter. Für alle, die durch die Absage der Stadt verunsichert worden sind, hat MOA wieder das **Sternfahrt-Telefon (23 99 42 65)** eingerichtet, über das sich verunsicherte Radfahrer bis zur Fahrradsternfahrt am 19.06. persönlich informieren können. Mehr Infos finden Sie außerdem im Internet auf www.fahrradsternfahrt.org.



Am 19.6. findet die
Fahrradsternfahrt durch
ganz Hamburg statt.

Rosenkompetenz seit 1818




Wir vermehren und kultivieren in unserer Baumschule jedes Jahr 150.000 Rosen in über 140 ausgesuchten Sorten. Dabei wählen wir dank unserer fast 200-jährigen Erfahrung besonders robuste, duftende, reich- und mehrfachblühende, krankheitsunempfindliche Rosensorten für Sie aus.

Informationen erhalten Sie unter www.pflanzen-koelle.de


Hamburg-Volksdorf
Eulenkrogstraße 190, 22359 Hamburg
Tel. 040/ 5330449-0

Ihr Gärtner
seit 1818

**Pflanzen
Kölle**®



**Heizöl
Diesel
Holzpellets**
in Markenqualität



*Zuverlässig
seit Generationen...*

**Liefer-Ruf:
040/607 0136**

Bemd Iden GmbH
Poppenbütteler Ch. 9
22397 HH-Duvenstedt
Fax: 040 607 27 31
www.iden-heizael.de



Foto: Carl Hermann Lauk

Der NABU zeigt Erinnerungen an Sylt

Vom **2. bis zum 29. Juni** zeigt der NABU im **Naturschutz-Infohaus Duvenstedter Brook**, Duvenstedter Triftweg 140, die Ausstellung „**Erinnerungen an Sylt**“ mit Fotos von Carl Hermann Lauk. (Vernissage: 2.6., 12 Uhr). Vor über 20 Jahren entschied sich Carl Hermann Lauk (75) nach einem Bergunfall in den Karnischen Alpen in Österreich, sich ein neues

Urlaubsgebiet auszusuchen. Die Wahl fiel auf die Insel Sylt. In den vergangenen Jahren sind dort Fotografien entstanden, die als Erinnerung an diese schöne deutsche Insel angesehen werden können. Gleichzeitig sollen sie aber auch Anreiz sein, diese Insel zu besuchen. Die Fotografien vermitteln einen kleinen Überblick von der Insel, ohne einen Anspruch

auf Vollständigkeit zu erheben. Fast allen analogen Aufnahmen ist gemein, die Weite, die Ruhe und auch die Beschaulichkeit zu zeigen.

Öffnungszeiten: Di.-Fr., 14-17 Uhr, Sa., 12-18 Uhr, So., 10-18 Uhr. Eintritt: frei. Weitere Infos und Veranstaltungen des NABU gibt es unter www.NABU-Hamburg.de.

KOSMETIK-STUDIO
Steffi Schreyack
Jacqueline Richter, Jenny Rüggen
staatl. gepr. Fachkosmetikerinnen
med. Fußpflege

**Jetzt kurzfristige
Termine möglich!**
Wir sind auch in den Ferien
für Sie da!



STAGECOLOR
COSMETICS

Poppenbütteler Chaussee 32 • Tel.: 040/ 607 49 38

In Duvenstedt wird platt gesnackt und viel musiziert



Am Sonntag, dem **29. Mai** snackt Duvenstedt Platt, denn an diesem Tag wird die **plattdeutsche Mundart** gepflegt! Die Mitglieder des Stormarer Schriftstellerkreises Leslie Leuzinger (Volksdorf) und Jens Westermann (Großhansdorf) lesen **Texte der Duvenstedter Schriftsteller Heinz Waldschläger und Heinrich Kahl**. Musikalisch untermalt wird die Lesung vom „Trio ohne Namen“. Die Veranstaltung beginnt um 11.30 Uhr im Max-Kramp-Haus, Duvenstedter Markt 8. Der Eintritt beträgt 3 Euro. **Open-Air-Konzert im Freibad** Nächstes Highlight ist am Sonn-

abend, den **18. Juni** im Rahmen der Tage der Musik ein ganz besonderes Konzert: **das Blasorchester Duvenstedt** spielt ab 20 Uhr im **Freibad Duvenstedt**, Puckaffer Weg 3, unter freiem Himmel in bezaubernder Umgebung.

Für eine besondere Atmosphäre sorgt das Vorbereitungsteam; nun braucht es eigentlich nur noch schönes Wetter... Einlass ab 19.00 Uhr und bringen Sie eine Decke oder Ihren Klappstuhl mit, und vergessen Sie Ihren Picknickkorb nicht. Bitte keinen Grill mitbringen.

Einen Tag später, am **19. Juni**, gibt es um 16 Uhr im Max Kramp Haus das **Schülerkonzert der Musikschule Duvenstedt**. Zu hören sind Kinder und Jugendliche an Klavier und Keyboard, mit Querflöte, Saxophon und Klarinette sowie der Nachwuchs des Blasorchesters Duvenstedt.

Neustart! Wenn nicht jetzt? Wann dann?

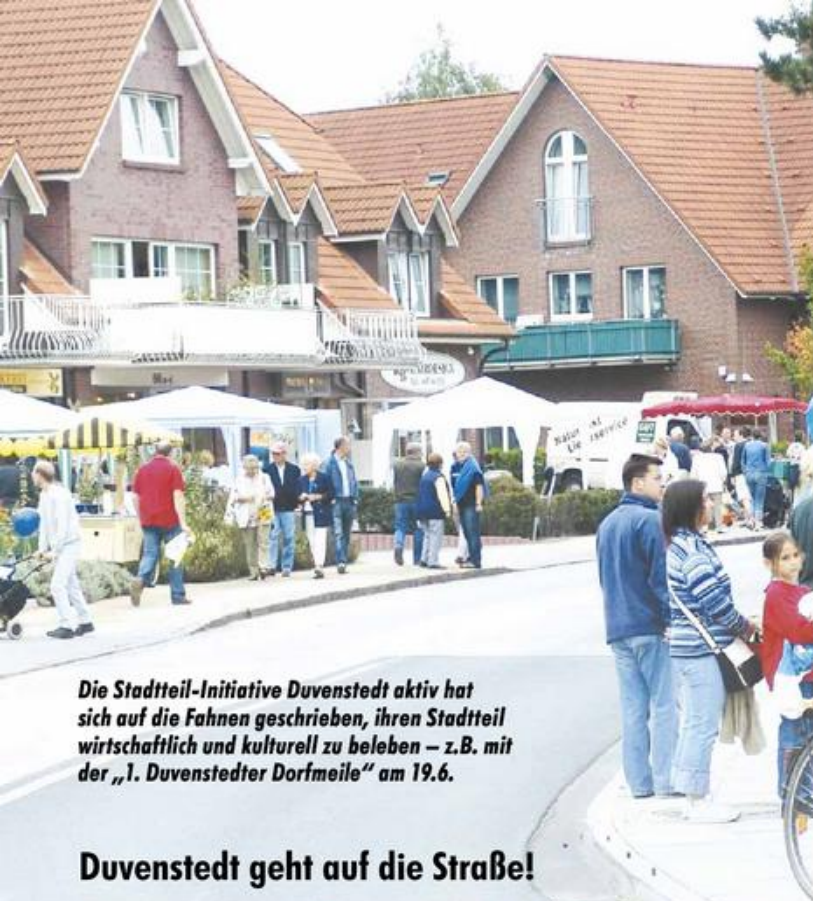
CUT 4 YOU

hairstyle by uschi boy

immer noch in Lemsahl, Lemsahler Landstraße 118a

040 6080557

www.cut-4you.de



Die Stadtteil-Initiative Duvenstedt aktiv hat sich auf die Fahnen geschrieben, ihren Stadtteil wirtschaftlich und kulturell zu beleben – z.B. mit der „1. Duvenstedter Dorfmeile“ am 19.6.

Duvenstedt geht auf die Straße!

Dorfmeilen-Premiere

Die Initiative Duvenstedt aktiv möchte die Vielfalt in den Bereichen Handwerk, Handel und Dienstleistung für die Menschen in Duvenstedt aufrechterhalten und ausbauen. Die Leistungsfähigkeit ihrer Mitglieder zeigt sie am 19. Juni auf der „1. Duvenstedter Dorfmeile“.

Im Oktober 2004 trafen sich Duvenstedter Bürger, Handwerker, Freiberufler und Gewerbetreibende, um eine Stadtteil-Initiative ins Leben zu rufen. Nur wenige Wochen später gründete sich der Verein Duvenstedt aktiv e.V. Seit dem haben die Mitglieder viel unternommen, um persönliche Kontakte unter den Duvenstedtern und ihren Nachbarn zu fördern und den Stadtteil wirtschaftlich voranzubringen. Die Erfolge können sich sehen lassen und sollen deswegen demnächst auf der neu ins Leben gerufenen „1. Duvenstedter Dorfmeile“ zu erleben sein: „Die Vielfalt aus allen Wirtschaftsbereichen des Dorfes wird sich dem Publikum präsentieren und die entsprechenden Experten mit Rat und Tat zur Verfügung stehen“, erklärt Beate Rudloff, Vorsitzende von Duvenstedt aktiv. Die Besucher können sich die Vorteile aus erster Hand erklären lassen. Dazu tragen

auch Vorführungen, Vorträge und Shows bei. Ein buntes Rahmenprogramm, auch für Kids, wird die Veranstaltung abrunden. „Wir haben eine gute Mischung gefunden“, freut sich Vorstandsmitglied und Koordinatorin Britta Slavik, „alle Bereiche und Bedürfnisse des täglichen Lebens können nämlich durch die Mitgliedsunternehmen von Duvenstedt-aktiv abgedeckt werden. Dabei wird auch das leibliche Wohl nicht zu kurz kommen.“

Leistungs-Shau

Die Initiative Duvenstedt-aktiv führt am 19. Juni ab 12 Uhr im Rahmen des verkaufsoffenen Sonntags die „1. Duvenstedter Dorfmeile“ durch. Ansässige Mitglieder der Initiative präsentieren ihre Produkte und Leistungen. Mehr Infos unter www.duvenstedt-aktiv.de.

QUALITÄT
macht
GLÜCKLICH!

great hair extensions

www.volkes-friseure.de

Montags geöffnet

Inh. Tanja Volke, Meisterbetrieb

Volke's Friseure

Poppenbütteler Chaussee 11 • HH-Duvenstedt • Tel.: 607 06 66



Meisterbetrieb
für Maler- u. Lackierarbeiten

Wragekamp 2
22397 Hamburg Duvenstedt
Tel.: 040/ 608 40 21
Fax: 040/ 608 43 77
info@meuthien.de

H. Meuthien & Sohn
farbe... und mehr

Die neuesten
Trends

bei



Poppenbütteler Chaussee 3
22397 Hamburg-Duvenstedt
Tel.: 607 09 69

z.B. Jeansjacke von
TUZZI

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



Fotos: David Königsmann/Universal Music

Vorgestellt: Zascha Moktan

Soulsängerin auf Abwegen

In Indien geboren, in Frankfurt zur Schule gegangen, die Welt bereist, seit zehn Jahren in Hamburg ihr Zuhause gefunden: **Zascha Moktan**. Die in **Fuhlsbüttel** lebende Hamburgerin mit nepalesischen Wurzeln ist **Sängerin** und Mutter. Wir sprachen mit ihr über Karriere, Kinder und ihr **neues Album**.

Alsteral-Magazin: Wie bist du zur Musik gekommen?

Zascha Moktan: Hauptsächlich durch meine Eltern, die beide Sänger sind. Dadurch bin ich automatisch mit Musik aufgewachsen, habe Gitarre und Klavier spielen gelernt und immer mitgetrallert, wenn meine Eltern gesungen haben – es war einfach immer normal, dass wir Musik im Haus hatten. Du wirst oft als „Soul-Diva“

bezeichnet – würdest du das von dir selbst auch sagen?

Für mich ist eine Diva jemand wie Whitney Houston oder Aretha Franklin – die gab es damals. Auch Beyonce ist für mich keine Diva. Soul-Sängerin trifft schon eher auf mich zu!

Dein neues Album „State of Mind“ kommt jetzt im Juni raus – was erwartet deine Fans?

Ein poppiges, frisches, junges Sommeralbum zum Mitsingen und Mittanzen – ganz im Gegensatz zu meinem ersten Album, das man nicht mal nebenbei hören konnte. Ich wollte etwas ganz Neues machen, weil auch ich mich verändert habe – deswegen auch „State of Mind“!

Was war der Auslöser für diese große Veränderung?
Meine Schwangerschaft und die

Geburt meines Sohnes waren sicherlich der Hauptauslöser, das hat mich geerdet. Vorher wollte ich immer viel reisen, viel erleben, viel Musik machen. Dadurch, dass ich meinem Sohn ein richtiges Zuhause bieten wollte, bin ich ruhiger geworden und auch meine Art, Musik zu machen, hat sich geändert.
Hast du einen Lieblingssong auf dem neuen Album?



Die Fuhlsbüttlerin **Zascha Moktan** bringt Anfang Juni ihr neues Album „State of Mind“ raus.

„When it's over“ – ein Song, den ich nicht geschrieben habe, sondern ein ganz junger Songwriter aus London. Als ich das Demo zum ersten Mal gehört habe, musste ich weinen, weil der Text einfach der absolute Knaller ist. Und er erzählt meine Geschichte. **Inwieweit hat dich dein Kind verändert?**

Komplett! Aber nur zum Guten, bis auf dass ich nicht mehr so spontan bin wie früher, aber das bringt das Mutter-Sein nun mal mit sich. Es hat mir einfach gezeigt, dass es viel Wichtigeres im Leben gibt als Karriere und ständiges Umherreisen.

Wie schaffst du es, Arbeit und Kind gleichzeitig zu managen?

Ich habe gedacht, dass es sehr kompliziert wird, aber im Grunde muss man alles nur ein bisschen besser organisieren. Spontane Angebote für Projekte mit anderen Künstlern müssen jetzt besser durchdacht werden und gehen nur dann, wenn es die Arbeit

weiterbringt und nicht nur zum Vergnügen ist.

Auf deinem Album sind einige Songs in Kooperation entstanden – wie war die Zusammenarbeit?

Die Arbeit mit Ryan Tedder war sehr diplomatisch und Cee-Lo Green hab ich quasi per Mail kennengelernt. Ich denke, mit meinem Produzenten arbeite ich einfach am besten zusammen. Wir kennen uns schon so lange und brauchen nicht mehr groß miteinander zu reden, um zu wissen, was der andere denkt.

Und mit wem würdest du gerne noch zusammenarbeiten?

Ich hatte drei Namen auf meiner Liste, Platz eins war Michael Bublé – seine Stimme ist einfach ein Traum! Leider war er gerade auf Tour, weshalb es nicht zur Zusammenarbeit gekommen ist. Wenn er Zeit für mich hätte, würde ich sofort mit ihm einen Song aufnehmen!

Evelin Timm

LaRhumBar

Eis & Café Lounge



Kleiner Mittagstisch

Italienisches Eis
(12 Sorten)

Cocktails

Happy Hour jeden Donnerstag
(21.00 - 22.00 Uhr)

**Sonntags -
Schlemmerfrühstück**
(Nur nach Reservierung!)



Öffnungszeiten: Montag - Sonntags 12:00 Uhr - 22:00 Uhr
Poppenbütteler Weg 88 - 22339 Hamburg - Tel.: 040.539049623
www.larhumbar.de

KANZLEI AHRENS

Steuerberater

Wilfried Ahrens

Rechtsanwalt

Marc Ahrens

Airport-Center (Haus C)

Flughafenstraße 52 A • 22335 Hamburg

Tel. 53 29 91 29 • www.kanzlei-ahrens.de

Kleid
m. Wickeloptik

Viskose, Stretch
ab **67 €**

I LOVE
—TREVARE—

Erdkampsweg 33
22335 Hamburg



1957 - 2007

Stoppt Tuberkulose!

Mit nur 50 Euro können Sie einen TB-Kranken retten.

Informationen unter:
Telefon 09 31/79 48-0
www.dahw.de

Weltweite Hilfe & seit 1957 erfolgreich

50 Jahre!
Ein Anfang.

DAHW
Deutsche Lepra- und
Tuberkulosehilfe e.V.

Ärztehaus Wellingsbüttel

Wellingsbütteler Markt 1 • Parkplätze/Tiefgarage vorhanden

Augenheilkunde:

Dr. med. Bertram Machnik
Augenarzt
Praxis für ambulante Operationen
Tel.: 536 30 727 • www.dr-machnik.de

Frauenheilkunde/Geburtshilfe:

Frau Dr. med. Shahin Shamsrizi
Frauenarztpraxis
Schwangerschaftsbetreuung • 3D/4D Ultraschall
Tel.: 600 39 700 • www.gyn-shamsrizi.de

Chirurgie:

Dr. med. Jens Lambrecht
Privatpraxis für Chirurgie
Phlebologie / Venenheilkunde
Tel.: 539 08 460

Neurologie:

Dr. med. Paul Hinse
Privatpraxis für Neurologie
Tel.: 539 08 460 • www.neuropraxis-eppendorf.de

Dermatologie:

Dr. med. Christina Hintz
Dermatologische Privatpraxis Hautprofil
Tel.: 600 90 760 • www.hautprofil.de

Orthopädie:

Dr. med. Norbert Kapitzka
Privatpraxis für Orthopädie
Chirotherapie • Sportmedizin
Tel.: 539 08 460 • www.orthopaedie-hamburg-drkapitzka.de

Frauenheilkunde/Geburtshilfe:

Katia Horstmann
Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Mammasonographie 3D/4D-Ultraschall
Tel.: 46 86 26 60 • www.praxis-horstmann.de

Physiotherapie:

Physiotherapie Wellingsbüttel
Krankengymnastik • Massage
Lymphdrainage • Säuglinge, Erwachsene
Tel.: 536 70 007 • www.ptwellingsbuettel.de

Kieferorthopädie:

Prof. Dr. Dietmar Gesch, Dr. Antje Kirbschus
Fachzahnärzte für Kieferorthopädie
kurze Behandlungszeiten • ästhetische Klammern
Tel.: 539 33 980 • www.die-kieferorthopaeden-hamburg.de

Zahnmedizin:

Dr. Armin Gräfe und Jens M. Wagner
Zahnärzte
Implantologie • Vollkeramik • Parodontologie
Tel.: 53 63 07 55 • www.zahnaerzte-wellingsbuettel.de



Foto: Barbara Koch

Malereien der Künstlerin Barbara Koch sind noch bis zum 13. Juni im Torhaus Wellingsbüttel zu sehen.

Kunst im Torhaus

Im Torhaus Wellingsbüttel, Wellingsbüttler Weg 75b, ist noch bis zum 13. Juni die Ausstellung „Künstlerhaus Ohlendorffturm“ zu sehen. Drei verschiedene Künstler haben ihre unterschiedlichen Werke zur Schau gestellt. Barbara Koch beschäftigt sich seit vielen Jahren mit der Malerei und den Themen: die Herde, der Schwarm und Landschaften. Ihr Kollege Gerrit Groteloh ist Plastiken-Bildner. Seine Objekte werden vor allem mit dem ungewöhnlichen Werk-

stoff Nylon angefertigt – z.B. aus Strumpfhosen. Vervollständigt wird die Ausstellung „Künstlerhaus Ohlendorffturm“ von den Fotografien der Künstlerin Alicia Marocchi Jannots. Die argentinische Fotografin beschäftigt sich seit Beginn ihrer fotografischen Tätigkeit mit den Phänomenen Licht und Bewegung. Mehr Informationen zur Ausstellung sowie die Öffnungszeiten erhalten Sie unter Tel.: 536 12 70 und auf www.kulturkreistorhaus.de.

Praxis für ästhetische, hochwertige und ganzheitliche Zahnmedizin



Dr. E. Höhna Dr. J. Hessel (Ang.)

zwei plus zahnheilkunde
in wellingsbüttel

Individualprophylaxe · Ästhetische Zahnmedizin ·
Zahnersatz · Kinderbehandlung · Amalgamsanie-
rung · Materialtestungen (Biotensor, Kinesiologie)
· Homöopath. Begleitbehandlung · Neuraltherapie

Barkenkoppel 58 · 22391 Hamburg · Tel.: 040 / 536 12-07 · Fax: 040 / 536 36 05



Hautprofil

Dr. med. Christina Hintz

Hautarztpraxis | Ästhetik & Gesundheit

- Anti-Aging
- Faltherapie
- Liquid-Lifting
- Peels & Meso
- Laserstützpunkt
- Decolleté & Hände
- Lippenaugmentation
- Cellulite- & Lipo-Therapie

Dermatologische Privatpraxis Hautprofil 040 - 60 09 07 60 www.hautprofil.de Wellingsbütteler Markt 1 22391 Hamburg



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

- Prophylaxe
- Zahnfleischbehandlungen
- Zahnästhetik (z. B. Veneers)
- Laserdiagnostik & Behandlung
- Behandlung in Narkose möglich
- Implantate inkl. Knochenaufbauten
- Materialverträglichkeitstest (VEGATEST)
- Eigenes Zahntechniklabor in der Praxis



Montag - Donnerstag: 8:00 - 20:00 Uhr Freitag: 7:00 - 14:00 Uhr
Rabenhorst 1b 22391 Hamburg (Nähe S-Bahn Wellingsbüttel)
Telefon 040 - 536 16 63 www.zahnarztpraxis-wellingsbuettel.de

LORENZ RECHTSANWÄLTE

Arbeitsrecht
Familienrecht
Erbrecht

Baurecht
Immobilienrecht
Maklerrecht

Mietrecht
Immobilienrecht
Straßenverkehrsrecht

Vertragsrecht
Wohnungseigentumsrecht
Immobilienrecht

Handelsrecht
Gesellschaftsrecht
Insolvenzrecht

Arbeitsrecht
Betriebsverfassungsrecht
Kündigungsrecht

Kai Lorenz

Kay G. L. Poulsen

Christian Verstege

Nico Franck

Dr. Timm Nissen

Hartwin Quistorf

Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Familienrecht

Fachanwalt für Bau-
und Architektenrecht

Fachanwalt für Miet-
und Wohnungseigentumsrecht

Fachanwalt für Miet-
und Wohnungseigentumsrecht

Gemüse, Obst und Getreideprodukte schützen unsere Haut und verleihen uns einen strahlenden Teint.

Essen Sie sich

schön

Eine bewusste Ernährung lässt unsere Haut oft viel schöner strahlen, als es ein gebräunter Teint je vermag. Das Alstertal-Magazin verrät hier, was Sie wann zu sich nehmen sollten, um nicht nur Ihrer Gesundheit, sondern auch Ihrem Äußeren etwas Gutes zu tun.

Klar, dass **fetthaltige Ernährung**, zu viel **Salz** und **Zucker** sowie jede Menge chemische Zusatzstoffe nicht nur die Figur ruinieren können, sondern auch das **Hautbild**. Fehlen etwa **Proteine**, kommt es zu Problemen bei der Reparatur der Zellen. Darunter leiden nicht nur Bindegewebe und Nägel, auch das Keratin der Haare ist aus Proteinen aufgebaut. Gute Gründe also, öfter Bohnen und Linsen zu essen, die dem Körper pflanzliches Eiweiß liefern. Ein weiteres Beispiel sind **ungesättigte Fettsäuren**. Ohne sie kann unsere Haut ihre Barriere schicht nicht aufrechterhalten, sie wird spröde, schuppt sich und verliert ihre gesunde Farbe. Um genug Omega-3-Fettsäuren aufzunehmen, empfiehlt es sich öfter fetten Seefisch zu essen und statt Sonnenblumen-, Distel- oder Maiskeimöl besser Raps-, Lein- und Walnussöl zu verwenden.

Vitamin-Doping für die Haut

Vor allem wer wenig schläft, viel Stress hat oder ausgiebig Sport treibt, sollte darauf achten, dass er **genügend Vitamine** zu sich nimmt. Denn in diesen Fällen setzt der Körper vermehrt **freie Radikale** frei. Diese schieben nicht nur **Entzündungsprozesse** an, sondern auch die **Hautalterung**. Die Zellschäden in Grenzen hält unter anderem **Vitamin E**. Es wirkt entzündungshemmend und hilft der Haut, sich zu regenerieren. **Vitamin E** steckt in Mandeln, Haselnüssen, Weizenkeimen und Vollkornbrot.

Vitamin C hingegen optimiert die Versorgung der Haut mit Sauerstoff und sorgt dafür, dass neue Kollagenfasern entstehen. Greifen Sie zu Paprika, Kohl, Kiwis und Zitrusfrüchten!

B-Vitamine, die z.B. in Vollkornbrot, Milch, Käse und Schweine-

fleisch stecken, sollen unter anderem vor aufgesprungenen Lippen und Pigmentflecken schützen.

Ein weiteres wertvolles Vitamin ist das **Vitamin B7** oder **Vitamin H**, das auch unter dem Begriff Biotin bekannt ist. Ist das nicht ausreichend im Körper vorhanden, können die Talg- und Schweißdrüsen nicht richtig arbeiten, der Teint wird trockener, die Haare verlieren ihren Glanz und die Nägel brechen leicht. Zwischen 30 und 60 Mikrogramm Biotin pro Tag sollte ein Erwachsener etwa zu sich nehmen. So enthalten z.B. 100 Gramm Haferflocken 20 Mikrogramm und 100 Gramm Spinat 6 Mikrogramm Biotin.

Die Wichtigkeit von Spurenelementen

Auch **Spurenelemente** und **Mineralstoffe** sind entscheidend, um gesund zu bleiben und eine

schöne Haut zu haben. Fehlen etwa **Eisen**, **Kupfer**, **Magnesium** oder **Selen**, verliert unsere Hülle an Geschmeidigkeit, sie wird rau oder rötet sich. Eine Folge können eingerissene Mundwinkel sein, die schlecht heilen.

Zink spielt ebenso eine wichtige Rolle und zwar für das **Immunsystem**. Es hilft bei der Teilung und Erneuerung der Zellen und neutralisiert freie Radikale. Zahlreiche **Enzyme** können ohne Zink nicht wirken. 15 bzw. 20 Milligramm Zink, mit den Aufnahme Helfern Histidin und Orotsäure über vier Wochen täglich eingenommen, steigern bei einem **Zinkmangel** die Abwehrkräfte und lassen Rötungen verblassen. Für die Kollagenbildung im Bindegewebe ist Silizium unverzichtbar. Knollen- und Wurzelgemüse sowie Vollkornbrot sind dafür gute Lieferanten.



Der Vitamin C-Gehalt in Zitrusfrüchten versorgt die Haut mit Sauerstoff und sorgt so für neue Kollagenfasern.

ANZEIGE

Dauerhafte Haarentfernung:

Immer mehr Männer wollen eine glatte Haut



Geschäftsführerin des abpilot Ästhetik-Zentrums in Poppenbüttel: Gianina Willroth.

Dauerhafte Haarentfernung für ein besseres Körpergefühl ist für viele Menschen mit gesteigertem Ästhetikbewusstsein ein Grundbedürfnis. Ein gepflegtes Äußeres spielt heutzutage eine immer größere Rolle und das schon längst nicht mehr nur bei Frauen. So wünschen sich immer mehr Männer z.B. einen haarfreien Körper. „Mittlerweile sind 30 Prozent meiner Kunden Männer, vor fünf Jahren waren es gerade mal 5 Prozent“, so Gia-

nina Willroth, Geschäftsführerin des abpilot Ästhetik-Zentrum, Heegbarg 2. Um unerwünschte Haare im Nacken, auf dem Rücken, den Schultern oder im Brustbereich loszuwerden, wird in diesem Zentrum die klinisch getestete I²PL-Lichtmethode EPILUX angewendet. Diese klinisch getestete Methode ist risikofrei und im Vergleich mit anderen Behandlungsweisen schmerzarm. Je nach Körperregion, Haarbeschaffenheit, Herkunft, Alter und Hormonstatus sind ca. vier bis sechs Sitzungen notwendig. Ratsam ist es, die Haarentfernung in jungen Jahren durchführen zu lassen, denn ergrautes Haar lässt sich nicht mehr entfernen. Mit der I²PL-Lichtmethode EPILUX können zudem störende Pigmentflecken und Rötungen abgebaut, kleinere Fältchen gestrafft sowie die Hautqualität verbessert werden. Überzeugen Sie sich jetzt und melden Sie sich telefonisch unter Tel.: 69 70 55 14 zu einer kostenlosen Probebehandlung und/oder eine unverbindliche Beratung an. Weitere Infos unter www.abpilot.de.



Ballett

für Kinder,
für Jugendliche,
für Erwachsene



Poppenbüttler Hauptstraße 7
040-24 82 57 17
www.s-eins.com



Tanz | Gesang | Schauspiel

YOUR LASHES

Hamburgs erstes Wimpernstudio!

Wimpernextensions

sind semi-permanente Verlängerungen der eigenen Wimpern mit einzelnen synthetischen Wimpern durch eine geprüfte Stylistin. Diese werden mit einem anti-allergisch geprüften Kleber auf die eigenen Wimpern aufgebracht. Ihre Wimpern sehen durch diese filigrane Technik absolut natürlich, aber ausdrucksstark und wunderbar voll aus. Mascara ist dann nicht mehr nötig. Sie werden begeistert sein. Gutscheine zum Verschenken stellen wir Ihnen gerne aus.

Traumwimpern
für verzaubernde
Augenblicke

YOUR LASHES | Ilona Kaiser

Herderstraße 54 | 22085 Hamburg | Tel. 0178 - 15 89 788

E-Mail: ilonakaiser@aol.com | www.yourlashes.de

www.abpilot.de

Machen Sie Ihren Haaren Beine!

OHNE LASER
Beratungsgespräch
040 / 69 70 55 14

I²PL 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!*

Heegbarg 2 (Direkt am AEZ) • 22391 Hamburg

Kostenlose Probebehandlung

abpilot
ÄSTHETIK ZENTRUM



Sauna im Sommer - sinnvolles Hitzetraining

Ein Saunabad ist Balsam für die Seele – nicht nur im Winter. Viele Menschen glauben, die positiven Effekte des Saunierens wirken nur in der kalten Jahreszeit und seien im Sommer überflüssig, doch weit gefehlt.

Denn wie ein alter VW-Käfer ist auch unser Körper sozusagen luftgekühlt und reguliert durch Schwitzen und der daraus resultierenden Verdunstungskühle unsere Körpertemperatur. Durch regelmäßiges Schwitzen lernt der Körper, sich besser vor Überhitzung zu schützen und verträgt auch hohe Temperaturen leichter. Saunabesuche im Sommer sind also eine ideale Vorbereitung für Urlaubsreisen in heiße Regionen. Doch auch darüber hinaus ist Saunieren während der heißen Monate sehr zu empfehlen. Durch das wechselwarme Bad wird der Körper erfrischt, die Psyche belebt und durch den Wechselreiz nimmt die Reaktionsfähigkeit der Blutgefäße in der Haut zu. Ablagerungstoffe werden durch den Schweiß abtransportiert, das Herz-Kreislauf-System wird trainiert und einer Sommergrippe beugt das Saunieren außerdem noch vor. Nach dem Saunagang die Abkühlung nicht vergessen – dann können die heißen Tage kommen.

Lange „Mittsommer“-Sauna-Nacht

Sie haben auch Lust auf Sauna bekommen? Dann freuen Sie sich am 17. Juni 2011 von 18.00 bis 01.00 Uhr auf die lange Saunanacht „Mittsommer“ im MeridianSpa Alstertal. Für Mitglieder kostenlos, Nicht-Mitglieder sind ab 18 Uhr mit einer Wellness-Tageskarte für 18 Euro herzlich willkommen. Weitere Infos auf www.meridianspa.de.

ALSTERTAL

EINKAUFSS - ZENTRUM

DAS CENTER-MAGAZIN

Foto: Palmers, Merle Cramer, Kai Weht



Sweet-dreams

Köstliches Erdbeerdessert
für warme Tage

19.6.
**Sonntags
shoppen!**
13-18 Uhr



Andrea-Lüdke

Die Schauspielerin unterstützt
soziales Event im AEZ

Strand- Schönheiten!

Die neuesten Bikinis
und Accessoires für
einen strahlend,
schönen Badetag

My first
PANDORA

UNSER GESCHENK FÜR DEINE SAMMLUNG

Kaufe ein Silberarmband mit
PANDORA-Verschluss ...



... schmücke es mit
Deinem Lieblings-
Silber-Charms ...

... und wir schenken Dir
ein Silber-Charms*



PANDORA SILBERARM BAND
MIT KUGELVERSCHLUSS

+ ZWEI SILBER-CHARMS FÜR € **88,-**

* Charms aus Sterling Silber im Wert von 29,- EUR. Nur so lange der Vorrat reicht.
Aktionszeitraum vom 15.04. bis zum 31.08.2011.

Lass Dich inspirieren auf pandora.net

PANDORA STORE

PANDORA STORE AEZ
Heegbarge 31
22931 Hamburg
Tel. 040 51909330

PANDORA STORE HAMBURGER MEILE
Hamburger Str. 31
22083 Hamburg
Tel. 040 63944291

PANDORA
UNFORGETTABLE MOMENTS



SOMMERLICH SCHÖNES IM AEZ!



Der Sommerurlaub rückt näher! Und was darf in dem nicht fehlen? – Natürlich das neueste Strandoutfit. Was diese Saison die **Must-Haves der Bademode** sind, das sehen Sie schon auf den folgenden Seiten.

Am **19.6.**, dem **verkaufsoffenen Sonntag**, haben Sie dann genügend Zeit, das alles einzukaufen. Und das Schönste: An diesem Tag, genauso wie

am **18.6.**, wird Ihr Shoppingbummel beim **Tag der Musik** auch zum musikalischen Erlebnis.

Ist Ihr schönstes Outfit gekauft, aber die **perfekte Bikinifigur** noch nicht erreicht? Auch hierfür finden Sie die richtigen Tipps in dieser Ausgabe.

Und wenn Sie so top gestylt sein möchten wie **Liz Hurley**, dann schauen Sie erst auf Seite 63 und kommen zum Nachshoppen ins AEZ.

Aber nicht nur dazu lohnt sich der Weg ins AEZ, sondern auch um künftig **Energie zu sparen**, **Gutes zu tun**, die besten Zutaten für das **Erdbeer-Rezept** von Seite 64 zu bekommen und vieles mehr. Genaueres erfahren Sie auf Seite 66.

Schauen Sie vorbei, wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Herzliche Grüße
Ihre


Karsten Bärschneider (l.) und Carsten Gogol
Center Manager



EKZ ALSTERTAL, HEEGBARG 29
TELEFON: 040/60682628

FÄRBETAG !


AUF ALLE
COLORATIONEN
5,- € GESPART

COUPON EINLÖSBAR 
BIS 31.08.2011 BEI



SHOPPINGTAG !


AUF ALLE
VERKAUFSPRODUKTE
20 % RABATT

COUPON EINLÖSBAR 
BIS 31.08.2011 BEI



SCHÖNE AUGEN !


COLLAGENPADS
ZUM 1/2 PREIS

COUPON EINLÖSBAR 
BIS 31.08.2011 BEI



FORM SPEZIAL !


30 % RABATT
AUF JEDE
UMFORMUNG

COUPON EINLÖSBAR 
BIS 31.08.2011 BEI



GLANZLEISTUNG !


CRYSTAL GLOSS ZUM
WOCHENENDE FÜR
NUR 5,- € STATT 10,- €

COUPON EINLÖSBAR 
BIS 31.08.2011 BEI



PARTNERTAG !

2 x 20 %
WENN EINER
NEUKUNDE IST

COUPON EINLÖSBAR 
BIS 31.08.2011 BEI



MONTAGS

DIENTAGS

MITTWOCHS

DONNERSTAGS

FREITAGS

SAMSTAGS

Golden Girl: Triangel-Bikini von Vero Moda für ca. 25 Euro.



- 1. Vintage: Ohrringe von Bijou Brigitte, ca. 10 Euro.
- 2. Animal-Print: Bikini-Top von Palmers mit Slip für ca. 90 Euro.
- 3. Beach-Begleiter: Tasche von Hunkemöller, ca. 20 Euro.
- 4. Legere: Pump-Hose von Esprit, ca. 50 Euro.
- 5. Seventies: Sandalette gesehen bei Görtz, ca. 185 Euro.
- 6. Easy going: mit der Kombination vom Bikini-Top zur 3/4-Buntfaltenhose, gesehen bei Benetton.



Beach

BESTSELLERS

Was gehört zu einem perfekten Beach-Tag? Ein schönes, luftiges Outfit und passende Accessoires. Wir zeigen hier die sechs Top-Trends für Ihren sonnigen Auftritt am Strand.

MÄDCHEN





1. Ein Hauch von Nichts: Bikini von Benetton. 2. Maritim: Kapuzen-Pullover von Gant. 3. Hochsee: Keil-Sandalette von Hilfiger, gesehen bei Görtz für ca. 80 Euro. 4. Seegang: Mit dem dem Outfit von Gant geht es zum Ostseestrand.



SAFARI-STYLE



1. Ein wahrer Hingucker: das sexy Strand-Outfit von Benetton. 2. Erfrischend: Ambré Solaire After Sun Milch, 400 ml für ca. 8 Euro. 3. Streifzug: Jumpsuite von H & M. 4. Retro-Stil: Sonnenbrille von Hugo Boss Black für ca. 190 Euro.

 **CENTA-STAR®**
the bed & bath company

Sensationelle ANGEBOTE für Bett & Bad

Wellness

Sommer-Bett (Leicht-Bett)

135 x 200 cm

statt 79,95 € **39,95 €**

Wellness

Kopfkissen

40 x 80 cm

statt 39,95 € **17,95 €**

80 x 80 cm

statt 59,95 € **24,95 €**

Strandtücher

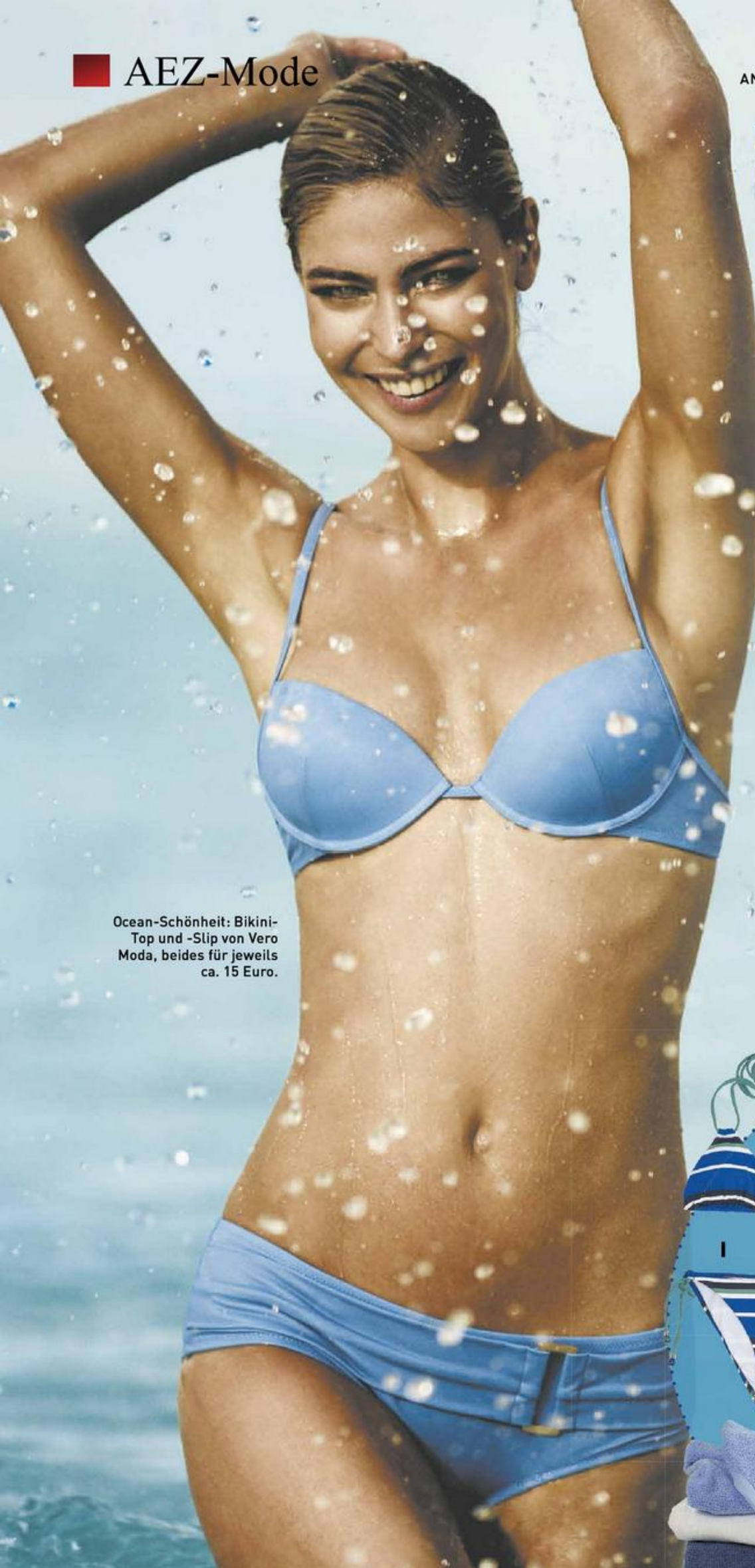
100 x 180 cm

statt 29,95 € **19,95 €**

Weitere attraktive Angebote erhalten Sie in unserem Ladengeschäft im Alstertal-Einkaufszentrum! Besuchen Sie uns. Wir freuen uns sehr auf Sie!



Alstertal-Einkaufszentrum
Centa-Star 1.UG (B.75)
Heegberg 31
22391 Hamburg
www.centa-star.de



Ocean-Schönheit: Bikini-Top und -Slip von Vero Moda, beides für jeweils ca. 15 Euro.



2

LADYLIKE



1. Mit dem farbigen Benetton-Outfit strahlen Sie mit der Sonne um die Wette. 2. Feminin: Bikini-Top und -Slip von Esprit, beides jeweils ca. 25 Euro. 3. Blumig: Schal von Jackpot, ca. 8 Euro. 4. Kuselig: Bademantel von Centa Star, ca. 90 Euro. 5. Beste Begleitung: Shopper von Strennesse Blue, ca. 270 Euro.



3



1. Blue-Ice: Bikini-Triangeltop und -Slip von Zara, beides jeweils ca. 25 Euro. 2. Flauschig: Badehandtücher von Centa Star, jeweils ca. 15 Euro. 3. Kurz hinaus: Short von Esprit, ca. 50 Euro. 4. Sportlich, elegant am Strand entlang mit dem Outfit von Esprit.



1

VENICE

4



3



2





COOLNESS

- 1. Auf ganzer Linie: Bikini von Gant.
- 2. Weißheit: Tunika von Palmers, ca. 70 Euro. 3. Denim: Jeans-Short von Esprit, ca. 40 Euro.
- 4. Luftig: Zehentrenner von Hunkemöller, ca. 10 Euro. 5. Offenherzig schön: der lässige Look von Gant.

Kleinkariert

Damen-Sneaker von Tommy Hilfiger:

59,95



SCHUHKAY

... über 50 mal in Norddeutschland und hier im Alstertal Einkaufs-Zentrum!



So läuft's sich zur Bikinifigur!

Der Urlaub naht, aber die perfekte Bikinifigur ist noch nicht in Sicht? Dann lesen Sie hier, welche Tipps **Personaltrainer Christian Schön** (MeridianSpa) hat, um mit dem richtigen Lauftraining den Körper in Form zu bringen. Zudem verraten wir Ihnen, welche Must-Haves an Sportmode- und accessoires dabei nicht fehlen dürfen.

AEZ-Center Magazin: Was gilt es vor einer ersten Lauftrainingseinheit zu beachten?

Christian Schön: Der Trainierende sollte seine Voraussetzungen bedenken, die er mit sich bringt. D.h. betreibt er regelmäßig eine andere Sportart, wenn ja, welche? Wenn nicht, hat er schon mal regelmäßig Sport gemacht, wie schaut seine körperliche Konstitution aus, ist er gesundheitlich fit, hat er Übergewicht etc.

Ist man unfit, wie sollten dann die ersten Trainingssessions aussehen?

Hat jemand lange

keinen Sport gemacht und ist unfit oder leidet unter Übergewicht, sollte er sich zunächst ein ärztliches „Go“ einholen. Im nächsten Schritt bereiten Kräftigungsübungen auf das Laufen vor, da diese die Stütz-muskulatur trainieren und stärken. Für Einsteiger ist es zudem wichtig, dass sie langsam mit dem Sport beginnen, um das Herz-Kreislauf-System nicht zu sehr zu belasten. Sie sollten in ihren ersten Einheiten nicht durchlaufen, sondern mit einem „Lauf-Geh-Rhythmus-Training“ beginnen. Menschen, die sich anfänglich gar nicht in der Lage fühlen zu laufen, starten zunächst mit Nordic-Walking.

Oftmals hört man die Aussage, Laufen geht auf die Gelenke. Stimmt das?

Zwar werden die Gelenke beim Laufen stärker belastet als z.B. beim

Schwimmen oder Radfahren. Jedoch würden sie es sonst auch verlernen, überhaupt beansprucht werden zu können. Belastet man seine Gelenke und Knochen nicht ausreichend, kann das zur Folge haben, dass die Knochen irgendwann sogar Risse bekommen. Beim Laufen hingegen werden Knorpel und Gelenke durch Bewegung mit Flüssigkeit umspült und die Knochen werden so versorgt und nicht porös. Wichtig ist dafür jedoch, dass man während des Sports genügend Flüssigkeit zu sich nimmt. Jemand, der sich regelmäßig bewegt, sollte mindestens 2 Liter täglich trinken und an warmen Sommertagen sogar noch mehr.

Kann ein Körper auch das Laufen verlernen?

Auch das kann vollkommen verlernt werden. Menschen, die nie in ihrem Leben Sport getrieben haben, fällt es deshalb oft schon verhältnismäßig früh schwer, z.B. Treppen zu steigen.

Welchen Puls sollte man haben, um gesund, aber

auch effektiv zu trainieren?

Eine generelle Aussage kann man über die Pulsfrequenz nicht treffen. Es gibt z.B. junge Menschen, bei denen hört der Maximalwert bei 150 auf und es gibt ältere Menschen, bei denen kann der Wert über 200 gehen. Um gesund und effektiv zu laufen, sollte man darauf achten, sich beim Laufen noch unterhalten zu können – das gilt vor allem für Laufanfänger.

Bei welchem Lauftempo nimmt man am besten ab?

Beim schnellen Laufen verbrennt der Körper zwar sehr viel Energie, aber es sind in erster Linie Kohlenhydrate. Das hat zur Folge, dass man nach dem Laufen einen verstärkten Hunger verspürt.

Um aber die zum Abnehmen nötige Fettverbrennung anzukurbeln, sollte man mit einem langsameren Tempo laufen und dafür lieber etwas länger. Um allerdings seine Leistungsfähigkeit zu steigern, sollten in das Lauftraining kurze Sprinteinheiten mit eingeführt werden. *Christiane Kaufholt*



Christian Schön, Personaltrainer im Alstertal.

DIE BESTEN LAUFACCESSOIRES!



1. Sport-Top von H & M, ca. 15 Euro. 2. adidas-Bottle Belt, ca. 20 Euro. 3. Puma-Sonnenbrille, ca. 80 Euro. 4. Laufschuhe von adidas, ca. 120 Euro. 5. Sport-Legging von H & M, ca. 25 Euro. Artikel von adidas und Puma erhältlich u.a. bei Runners Point, Sport Sperrk, Galeria Kaufhof (mehr: siehe Shopfinder AEZ-Homepage).

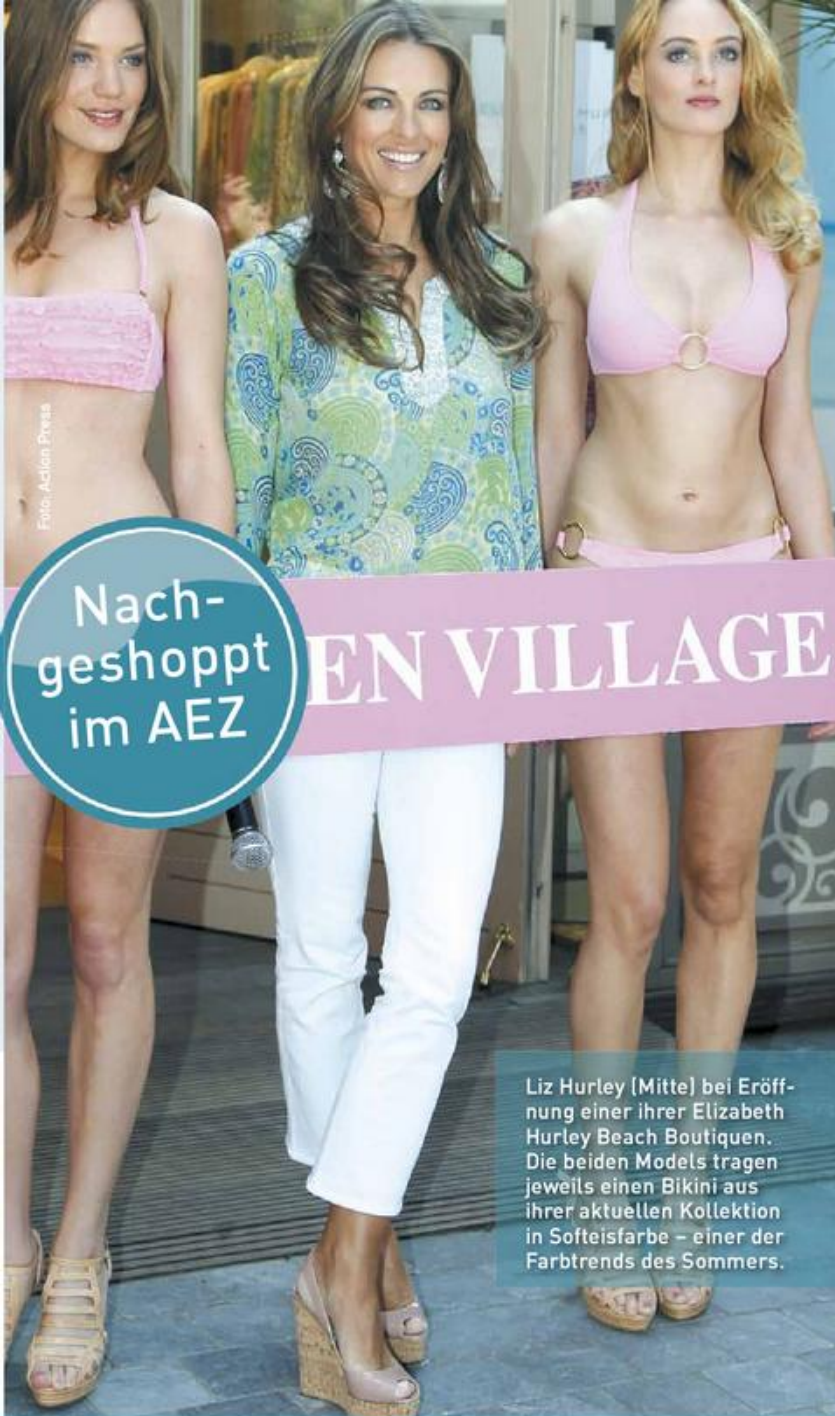


Foto: Axelien Pressa

Nach-
geshoppt
im AEZ

BEACH VILLAGE

Liz Hurley (Mitte) bei Eröffnung einer ihrer Elizabeth Hurley Beach Boutiquen. Die beiden Models tragen jeweils einen Bikini aus ihrer aktuellen Kollektion in Softeisfarbe – einer der Farbrends des Sommers.

Das sollte man über Liz Hurley wissen:

Elizabeth Jane Hurley, genannt Liz Hurley, wird am 10. Juni 46 Jahre alt. Auf dem roten Teppich zieht die natürliche Schönheit mit dem atemberaubenden Sex-appeal noch immer die Blicke auf sich. Beruflich startete die Britin einst sowohl als Model als auch als Schauspielerin durch. Bekannt wurde die 1,78 m große Society-Lady aber vor allem durch ihre Beziehung zu Hugh Grant. Nach den Schlagzeilen um Hughs Begegnung mit der Prostituierten Divine Brown trennte sich Hurley von dem Schauspieler 2001 nach 13 Jahren. Mittlerweile hat das ehemalige Gesicht von Estée Lauder auch als Designerin erfolgreich in der Fashionwelt Fuß gefasst und bringt unter dem Namen Elizabeth Hurley Beach ihre eigene Bademoden-Kollektion heraus (siehe Bild).

Alle im Magazin erwähnten Shops hier im Überblick!

- Bijou Brigitte**, OG, EB, Tel.: 602 45 15 • **United Colors of Benetton**, OG, EB, Tel.: 671 077 16 • **Esprit**, EG, BB, Tel.: 636 698 70 • **Gant**, OG, EB, Tel.: 611 686 97 • **Galeria Kaufhof**, UG/EG/OG, BB, Tel.: 606 76 0 • **Görtz**, EG, BB, Tel.: 602 992 63 • **Hair Cosmetic Team**, OG, BB, Tel.: 606 826 28 • **Hunkemöller** UG, EB, Tel.: 611 698 80 • **H&M**, UG/EG/OG, BB, Tel.: 606 82 080 • **Jackpot**, OG, BB, Tel.: 602 980 06 • **Marco Hops**, OG, BB, Tel.: 611 644 71 • **Mexx**, OG, BB, Tel.: 611 392 01 • **Palmers**, OG, BB, Tel.: 602 39 00 • **Pandora**, OG, BB, Tel.: 519 093 32 • **Schuhkay**, EG, BB, Tel.: 602 44 94 • **Thalia**, EG, BB, Tel.: 485 05 50 • **Vero Moda**, EG, BB, Tel.: 697 048 24

OG=Obergeschoss, EG=Erdgeschoss, UG=Untergeschoss, EB=Erweiterungsbau, BB=Bestandsbau, Tel.=Telefon

Liz Hurley

Wo Sie den Look der Schauspielerin Liz Hurley im AEZ nachshoppen können, lesen Sie hier.



- 1. Bling, bling: Ohrringe von Bijou Brigitte, ca. 20 Euro.
- 2. Oriental: Tunika von Palmers, ca. 60 Euro.
- 3. Hoch hinaus: Keil-Sandalette von Görtz, ca. 100 Euro.
- 4. Chic: Hose von Mexx, ca. 60 Euro.

MARCO HOPS

Wir schließen im AEZ!
 „Wenn sich eine Tür schließt, öffnet sich meist eine andere!“
Räumungsverkauf im AEZ

Wie Sie sicher wissen, haben wir im November des vergangenen Jahres mit großem Erfolg ein weiteres Geschäft in Hamburg Winterhude eröffnet. Nach nun 15 Jahren **AEZ** werden wir aber unser Geschäft im Alstertaler Einkaufszentrum zum Ende dieses Sommers schließen! Wir danken Ihnen für Ihre langjährige Verbundenheit und Treue und geben Ihnen **50% Nachlass** auf „alles“! Wir sind auch weiterhin für Sie da: Hohe Bleichen 23 und Sierichstraße 44. Ihr Marco Hops und Team.

*50% Nachlass gewähren wir ausschließlich für das Geschäft im AEZ.



Erdbeeren

– einfach himmlisch!

Endlich Erdbeersaison! Wir alle lieben die süßen, roten Früchte, die so herrlich nach Sommer schmecken. Hier zeigen wir ein Rezept für ein besonders **leckeres Erdbeer-Dessert**. Beim Probieren werden Sie garantiert dahinschmelzen.

Panna Cotta mit Erdbeersauce & weißer Schokolade

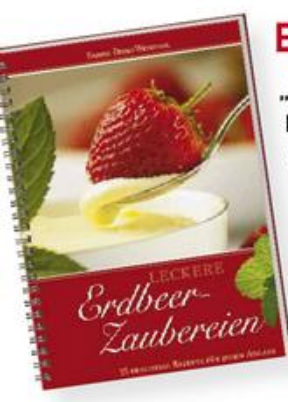
Zubereitung

- 1. Für die Erdbeersauce** die Erdbeeren waschen, abtropfen lassen, putzen und klein schneiden. Dann die Früchte zusammen mit dem Puderzucker im Mixer pürieren.
 - 2. Das Erdbeerpüree** zusammen mit 6 EL Wasser in einen Topf geben und aufkochen. Ein Blatt Gelatine in kaltem Wasser aufweichen und einrühren. Die Erdbeersauce 2 Minuten kochen lassen. Anschließend in 4 heiß ausgespülte Dessertgläser geben und in den Kühlschrank stellen, damit die Sauce geliert.
 - 3. Für die Panna Cotta** Sahne und Milch aufkochen und die weiße Schokolade darin schmelzen. Das zweite, in kaltem Wasser aufgeweichte Blatt Gelatine hinzufügen und einarbeiten. Anschließend die Panna Cotta auf die Dessertgläser verteilen.
 - 4. Vor dem Servieren** mindestens 4 Stunden kalt stellen.
- Tipp:** Wer keine Gelatine verwenden möchte, nimmt stattdessen jeweils 1/2 TL Agar-Agar.

Zutaten für 4 Personen:

Für die Erdbeersauce:
 250 g Erdbeeren
 30 g Puderzucker
 2 Blatt Gelatine

Für die Panna Cotta:
 200 ml süße Sahne
 150 ml Milch
 75 g weiße Schokolade



Buchtipp:

„Leckere Erdbeerzaubereien“ – ist das perfekte Kochbuch zur Erdbeersaison. Neben der hier beschriebenen Zubereitung eines Erdbeer-Panna Cottas finden Sie dort weitere 34 fruchtige Rezepte. Entdecken Sie nicht nur leckere Desserts, sondern u.a. auch Hauptgerichte mit Käse, Fleisch oder Fisch, Cocktails, Konfitüren und viele andere Ideen. Sabine Dein-Westphal; 96 Seiten; Preis: 9,95 Euro; 2011 Landwirtschaftsverlag; Buch gesehen bei Thalia.



EXPERTENTIPP

Feinster Erdbeergeschmack!

„Es ist empfehlenswert, Erdbeeren aus Deutschland zu kaufen. Sie sind in der Regel saftiger und weniger hart als die ‚Ausländischen‘. Da die heimischen Beeren meistens nicht gespritzt sind, sehen sie äußerlich zwar oft nicht ganz perfekt aus, schmecken dafür aber viel vollmundiger. Wie alle Beerenfrüchte, sollten sie nicht länger als einen Tag gelagert werden. Am besten halten sie sich dann im Kühlschrank, allerdings ohne vorher gewaschen zu sein“, so Anja Berger, Verkäuferin bei Früchte Selk.





Gourmet-Tipps

Genuss vor Ort!

It's Erdbeer-Time!

Eiscafé Florenz lädt Sie zum beerigen Genuss ein. Sie können dort zahlreiche Erdbeervariationen probieren: vom traditionellen **Erdbeer Becher** mit Eis und Sahne für 4,70 € bis hin zum erfrischenden Getränk „Amore“ – frischgepresster Orangensaft mit Erdbeeren für 3,80 €.

Unser Geheimtipp: **Erdbeer Carpaccio** – frische Erdbeeren, Balsamicoessig, frische Minze für 5,60 €.

Eis Café Florenz; BB;
OG; Tel.: 606 45 35



Sommerleicht zum Sommerpreis!

Steaks vom Grill – genau das Richtige für den sommerlichen Appetit. Und dazu eine leckere Ofenkartoffel mit Kräuterquark sowie eine Salatgarnitur. Bei DINEA gibt es das zur Wahl in den Varianten mit
- **Schweinerückensteak** für 7,00 €
- **Rinderhüftsteak** für 8,00 €
- oder für Fischliebhaber **mit Lachsfilet** für 9,00 €.



DINEA; BB; OG von
Galeria Kaufhof



Leichte Sushi-Spezialitäten!

Probieren Sie die köstlich, leichte Sushi-Küche bei Sushi Yama. Unsere Empfehlung für die Sommertage:

Mangold Maki – Mangold gefüllt mit Krebsfleisch und Avocado, 6 Stück für 5,20 €.

Dazu einen erfrischenden:

Kappa Salat – Gurke, Krebsfleisch, Sesam süßsauer für 3,00€ oder

Thuna Spicy Salad – Thunfisch, Gurke, Apfel, Sesam in scharfer Chillisauce für 4,80 €. (Die Chillisauce machen wir selber und kann bei uns erworben werden, 250 ml für 7,90 €.)

Sushi Yama; BB; EG (Markthalle); Tel.: 692 11 980



Wahre Frische und Echter Genuss

Der Hansebäcker Junge heißt Sie willkommen! Setzen Sie sich zu uns und probieren Sie unseren **Scharfen Segler** – das pikante Brötchen mit gekochtem Schinken, Frischkäse und Krautsalat für 2,90 €.

Entspannen Sie danach bei einem köstlichen **Latte Macchiato** für 2,40 € (mittel) und lassen Sie die Sinne schweifen.

Hansebäcker Junge; EB; UG



Leckerste Kleinigkeiten für Zwischendurch!

Sie möchten sich in Ihrer Shopping- oder Mittags-Pause mit einer Kleinigkeit stärken? Dann schauen Sie bei Früchte Selk vorbei und wählen Sie aus dem breit gefächerten Mittagsangebot aus: Backkartoffel, Nudelgerichte, Salate, Wraps, Joghurt dessert. Fruchtsalate etc., ab 3 €

Früchte Selk; BB; EG (Markthalle); Tel.: 602 34 01

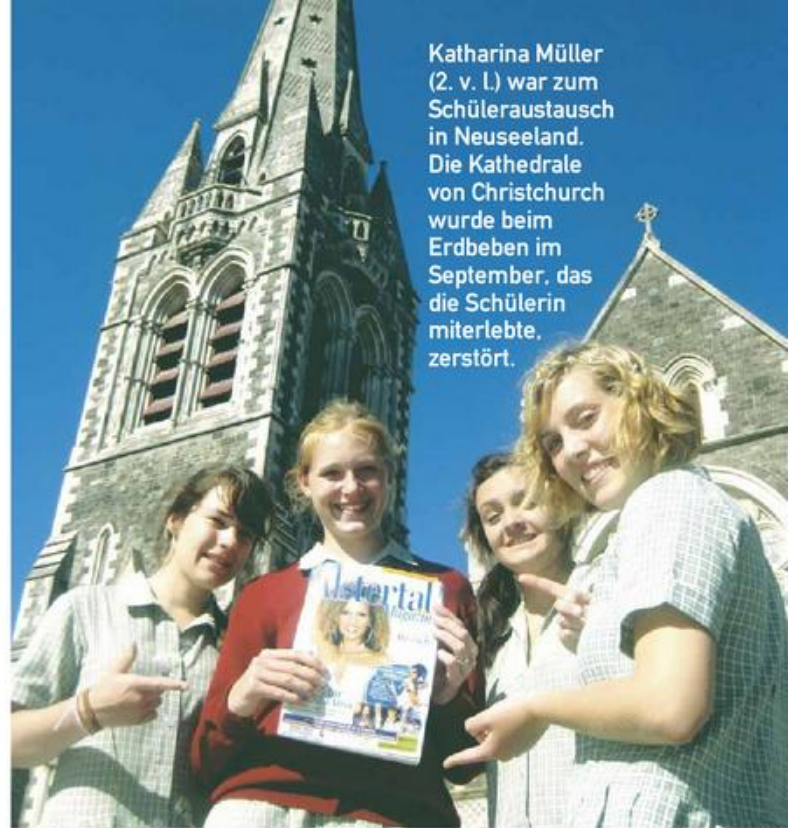


Ihre AEZ-Lieblingsshops sind gewählt!

Die Wahl des „AEZ-Lieblingsgeschäfts“ ist entschieden: Aufgrund ihres guten Service und des attraktiven Sortiments haben **Café con leche** und **H & M** gewonnen. Beide erhielten die meisten Stimmen der rund 450 Einsendungen. Auf Platz 2 folgten Galeria Kaufhof und die Thalia Buchhandlung und Platz 3 ging an den Apple Store und Zara. Aber nicht nur die beiden Gewinnerläden konnten sich freuen, sondern auch zwei Gewinnspielteilnehmer: Sabine Berg (44) aus Poppenbüttel, die H & M wählte, und Bärbel Jensen (57) aus Meiendorf, die am liebsten bei Café con leche shoppt. Sie erhielten jeweils einen 100 Euro-Center-Gutschein.



Michaela Montenegro, Mitarbeiterin und Tochter des Inhabers Hillmer Meyer von Café con leche, die Gutschein-Gewinnerinnen Bärbel Jensen und Sabine Berg, Annett Andrejewski, H&M-Filialeleiterin, und Center Manager Carsten Gogol (v.l.).



Katharina Müller (2. v. l.) war zum Schüleraustausch in Neuseeland. Die Kathedrale von Christchurch wurde beim Erdbeben im September, das die Schülerin miterlebte, zerstört.

Das Center-Magazin in Neuseeland

Im vergangenen Jahr reiste Katharina Müller für sechs Monate nach Neuseeland. „Ich wohnte in Christchurch bei einer Gastfamilie, bin dort zur Schule gegangen und habe viel unternommen“, so die Schülerin. Festgehalten hat sie die Zeit mit einem Foto vor einer Kathedrale, die durch das Erdbeben im September, das Katharina selbst miterlebte, zerstört wurde. Das Bild wird mit einem 50-Euro-Warengutschein honoriert. Herzlichen Glückwunsch!

Machen auch Sie mit! Die Spielregeln sind ganz einfach: Klappen Sie die Titelseite des Center-Magazins am Urlaubsort auf und lassen Sie sich damit an einem landes- oder ortstypischen Motiv fotografieren. Das originellste unter allen eingesendeten Fotos wird veröffentlicht und mit einem 50-Euro-Warengutschein prämiert. Wir freuen uns auf Ihre Urlaubsgrüße! Fotos bitte an: Alstertal-Einkaufszentrum, Stichwort „Urlaubsfoto“, Kritenbarg 4, 22391 Hamburg. Digitale Bilder per E-Mail an: centermanagement-aez@ece.de!

AEZ-Osterrallye mit glücklichen Gewinnern

Vom 18. bis zum 21.4. ging es aufregend zu im AEZ. Zahlreiche junge Besucher nahmen an der **Osterrallye von Build-A-Bear und dem Görtz Kinder-Club** mitten durch das Center teil. Am Ende gab es natürlich tolle Preise zu gewinnen – und zwar von Bolia.com, Build-A-Bear, Café con leche, Galeria Kaufhof, Görtz Kinder-Club, Mc Paper, Naturholz Peemöller und Thalia.

Gewinner: Simon und Liesa Bergstedt, Rieke Jahns, Caroline Ahlf, Nele Jahns, Lara und Janne Stoffers (v.l.). Es fehlen Emily Rühlicke, Emile Zerm, Jannick und Florian Junghaus.



**Räumungs-
verkauf!**



Wegen Geschäftsaufgabe.
Aktionsverlängerung:
bis zum **9.7.2011**
Bis zu 80 % Rabatt!!

**HARMSTORF
-ART GALERIE**
ALSTERTAL
EINKAUFZENTRUM

Tel. 602 60 77 | 1. OG, gegenüber Kaufhof | www.m-art-galeri.e.de

Musik liegt in der Luft!

Im AEZ erleben Sie den deutschlandweit stattfindenden Tag der Musik am 18. und 19.6. auf der Treffpunkt Bühne (UG):

Sa., 19. Juni: Klassik und Jazz der Gruppe TastenZauberSchlag (12 Uhr), Klassik und Volkslieder des Chors Germania von 1908 Rahlstedt e.V. (15 Uhr), verschiedene Musikstilrichtungen, gespielt von Ma Piroshka (17 Uhr).

So., 20. Juni: Pop und Rock mit Sophia Marklin, Pia Neumann und Magdalena Beiderbeck (13:30 Uhr), Klassik/Weltmusik mit dem Vokalensemble NADIA (15:30 Uhr).

Feinster Erdbeergenuss!

Erdbeeren sind unsere Lieblingsfrüchte und endlich haben sie Saison! Vom **16. bis zum 19. Juni** macht Ihnen der Erdbeermarkt im AEZ noch mehr Appetit auf diese unwiderstehlichen Beeren. In der Ladenstraße bekommen Sie alles rund um die Erdbeere.

Sonntags-Shoppen!

Am Sonntag, dem **19. Juni**, ist von **13 bis 18 Uhr** verkaufsoffener Sonntag im AEZ. Kommen Sie mit der Familie vorbei und shoppen Sie bei musikalischer Unterhaltung im Rahmen der Aktion „Tage der Musik“. Das Parken ist an diesem Sonntag kostenfrei!



Implantologie Borsay Hamburg

Mit Sicherheit zu festen Zähnen



Ihre Zahnarztpraxis für Implantologie und allgemeine Zahnheilkunde

Prof. Invitado Dr. (H) Peter Borsay - Zahnarzt, zertifizierter Implantologe
Präsident der Deutschen Gesellschaft für moderne Zahnheilkunde DGMZ

Dr. (H) Agnes Borsay - Zahnärztin,
Parodontologie, Ästhetische Zahnheilkunde

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



Neu!



1. STUNDE KOSTENLOS!



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



Bastel-Aktionen und mehr im Juni

Görtz-Kinder-Club

Lasst Euch überraschen, jeden Mittwoch von 15-17 Uhr:



1. Juni:
Lustige Clownfische lassen eure Finger staunen.



8. Juni:
Segelschiffe schwimmen auf dem Tisch.

22. Juni:
Kleine Seesterne lachen euch an.

15. Juni:
Hände in einer Unterwasserwelt.

29. Juni:
Schatzsuche im Kinder-Club – wer findet was?

English for Kids: Di. und Do. von 14-15 Uhr (durchgeführt vom Lernwerk Alstertal).

Neu: Mo. von 15-17 Uhr Kinderturnen mit Maike Junghaus.



präsentiert von

GÖRTZ

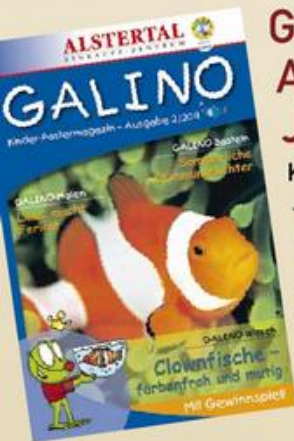
Öffnungszeiten:
Mo.-Fr.: 10-18 Uhr
Sa.: 10-19 Uhr

Die beste Geschenkidee!

Der Center-Gutschein ist das raffinierteste Geschenk zu verschiedensten Anlässen. Mit ihm kann sich der Beschenkte in allen 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, 50 oder 100 Euro. Erhältlich ist „das Präsent“ an der AEZ-Info. Sie können den Gutschein auch bequem mit EC-Karte erwerben.



Galino: Neue Ausgabe im Juni!

Kids aufgepasst! Im Juni könnt ihr euch auf die neue Ausgabe des kostenlosen Kindermagazins Galino freuen. Neben dem praktischen Kinderclub-Terminkalender mit aktuellem Programm, Witzen und einem großen

Poster sind noch viele andere spannende Dinge im Magazin zu entdecken. Zu erhalten im Kinderclub und an der AEZ-Information.

Shoppen und Ökostrom tanken!



Anfang des Jahres weihen u.a. ECE-Chef Alexander Otto und der Erste Bürgermeister a.D. Ole von Beust die

neue E-Ladestation für Elektroautos im AEZ ein. Seitdem können Sie bequem während des Shopping-Bummels Ihr Elektroauto im Parkhaus Mitte im Untergeschoss an einer von Vattenfall installierten Ladesäule mit emissionsfreiem Ökostrom aufladen.

Öffnungszeiten des AEZ:

Läden: Mo. – Sa. 9:30 – 20:00 Uhr
Markthalle: Mo. – Sa. 8:00 – 20:00 Uhr

So werden Sie Pate beim Entenrennen für den guten Zweck!



Prominente Unterstützung: Die Schauspielerin Andrea Lüdke hilft beim Patenscheinverkauf im AEZ mit.

Am **19. Juni** findet am Alsterlauf an der Poppenbüttler Schleuse Marienhof **ab 18 Uhr** das **große Entenrennen** des Vereins NÄCHSTEN-LIEBE e.V. statt. Der Verein unterstützt eine NCL-Forschungsgruppe an der Universitätsklinik Eppendorf.

Bei diesem Event mit Straßenfestcharakter schwimmen die kleinen, gelben Kunststoffentente um die Wette. Die Schirmherrschaft zu dieser Veranstaltung übernimmt die Staatsrätin der Behörde für Wissenschaft und Forschung Dr. Kristina Böhlke.

Um am Entenrennen teilzunehmen, muss man im Vorwege einen Patenschein für 2,50 Euro (pro Ente) erwerben. Erhalten kann man die **Patenscheine unter anderem vom 14. bis zum 18. Juni an einem Stand in der Ladenstraße des AEZ**. Eigenhändig mithelfen beim Verkauf im AEZ wird die Alstertaler Schauspielerin Andrea Lüdke.

Kommen Sie im AEZ vorbei, werden Sie Pate und gewinnen Sie beim Entenrennen mit etwas Glück einen tollen Sachpreis!

Weitere Infos unter www.ncl-naechstenliebe.de.

Hamea gibt Tipps zum Energiesparen!

Hamburg trägt in diesem Jahr den Titel „Green Capital – Umwelthauptstadt Europas. Aus diesem Anlass ist die Hamea, Hamburger EnergieAgentur, mit einer Wanderausstellung unter dem Motto „Mit Energie gewinnen!“ zum Schwerpunkt „Energie sparen im Haushalt“ auf Tournee. Vom **6. Juni bis zum 11. Juni** gastiert die **Energieausstellung von Hamea** im AEZ. Dort können sich die AEZ-Besucher kostenlos Tipps einholen, wie sie im Haushalt Energie sparen können. Die Ausstellung möchte die Besucher anregen, sich auf spielerische Art und Weise mit dem Thema Energieverbrauch im Haushalt auseinanderzusetzen und ihre eigenen Gewohnheiten zu hinterfragen. Denn obwohl viele Menschen ein Problembewusstsein haben, was Energieverbrauch angeht, gibt es in den meisten Haushalten noch ein großes Einsparpotenzial. Und beim effizienten Umgang mit Energie gewinnt nicht nur das Klima, sondern auch Ihr Geldbeutel. Also kommen Sie vorbei!

Neue Leasing Managerin



Birgit Gevert managt ab sofort die Vermietung im AEZ.

Birgit Gevert (37) ist seit April die neue Leasing Managerin North des AEZ. Die zweifache Mutter arbeitet bereits seit 11 Jahren bei der ECE und war während dieser Zeit schon einige Male im AEZ tätig. Birgit Gevert, die viele im AEZ noch unter ihrem Geburtsnamen Buße kennen, vermietete u.a. den Erweiterungsbau des Centers.

Die gebürtige Hamburgerin, die das AEZ schon aus ihrer Kindheit kennt, freut sich über ihre bevorstehenden Herausforderungen: „Als Vermietungsmanagerin in einem Center zu arbeiten, dessen Entwicklung man über die Jahre verfolgen konnte und an der man zum Teil selbst mitgewirkt hat, ist einfach wunderbar. Ich liebe den kommunikativen Kontakt zu den Menschen aus den unterschiedlichsten Branchen. Mein Ziel ist es jetzt, das Center weiterhin durch eine zeitgemäße und attraktive Mischung an Geschäften für jede Altersgruppe mitzugestalten.

Vor allem im Obergeschoss des Bestandsbau wird es in naher Zukunft einige neue, interessante Shops geben.“
(E-Mail-Kontakt: [Birgit.Gevert@ece.com](mailto:birgit.gevert@ece.com))



Christine Krümme (48): Ich hatte eine OP und muss mich deshalb zur Zeit etwas schonen. Ansonsten treibe ich aber regelmäßig Sport.



Jutta (65) und Rainer (70) Gelert: Dass wir uns fit fühlen, ist uns wichtig. Deshalb gehen wir auch dreimal die Woche ins MeridianSpa – direkt hier gegenüber.



Julia Bruttel (16), Jonas Hufert (19): Um eine gute Figur am Strand zu machen, versucht man gerade im Sommer, noch mal eine Fitnessseinheit mehr pro Woche einzulegen.



Ingrid (57) und Ruud (61) Broek: Wir kommen gerade vom Golfspielen. Das ist unsere neue Sportart, mit der wir uns künftig fit halten möchten. Voraussetzung: Wir schaffen die Platzreife.

Das machen wir für unsere Fitness

Hier verraten AEZ-Besucher, ob sie speziell jetzt zur Badesaison etwas für ihre Figur und Fitness tun und wenn was.



Ulrich Henken (60): Ich spiele Golf und Tennis. Mache das, weil es mir Spaß bringt und nicht aus dem Zwang heraus, eine gute Figur zu haben.



Michelle Glissmann (22): Ich fühle mich einfach rundum wohler, wenn ich regelmäßig etwas für meinen Körper tue.



v.l. Sabrina Mach (38), Bruni Möller (61): Um fit und gesund zu bleiben, bewegen wir uns viel. Wir versuchen z.B. viele Besorgungen im Alltag mit dem Fahrrad zu erledigen.



v.l. Franzl Röckindorf (16), Berit Suitner (17): Ehrlich? Wir treiben nicht viel Sport. Man nimmt es sich zwar immer vor, aber oft fehlt die Zeit oder einfach die Lust.



Anne (24): Badeurlaub mag ich zwar eher weniger. Treibe aber trotzdem viel Sport, um eine gute Figur zu haben.



Mariam Aalamian (38): Ich habe zum Glück gute Gene und muss nicht viel Sport machen, um eine gute Figur zu haben.

Das AEZ im iPad



Lesen Sie das AEZ-Magazin auf einem Smartphone, iPad oder PC.

www.alstertal-magazin.de/magazine



Wir sind drin! Besuchen Sie uns bei facebook!

www.facebook.com/alstertaleinkaufszentrum

Ägyptischer Cholesterinsenker

Die Artischocke: für viele lediglich eine Blume, für Feinschmecker eine herb schmeckende Delikatesse. Am häufigsten wird sie kalt mit einer Vinaigrette oder warm mit einer Sauce Hollandaise serviert. Aber auch als Dosengemüse ist das Gemüse vielseitig einsetzbar.

Exotisches zum Dippen: der Rendezvous-Salat.

Bereits um 500 v. Chr. genossen die Ägypter den feinherben bis zartbitteren Geschmack der Artischocke. Die bis zu 2m hohe Staude trägt große, fast runde Blüten und Knospen. Nicht nur zum Braten und Kochen wird das gesundheitlich guttunende Blü-
tengemüse verwendet, sondern auch für Säfte, Tees und andere Getränke. 2003 wurde es Arznei-

pflanze des Jahres. Die Artischocke gilt als Zeichen für Gesundheit und ein hohes Alter. Man sagt ihr nach, sie sei verdauungsfördernd, cholesteriensenkend und stoffwechsellanregend für Galle und Leber. Dass sie nicht nur eine Blume, sondern auch eine Appetit anregende Frucht ist, zeigen die folgenden vom Alstertal-Magazin ausgewählten Rezepte.

Artischocken mit zwei Dips (Rendezvous-Salat)

Zutaten für 2 Portionen:

2 Artischocken, Salz, 2 EL Zitronensaft, 2 Tomaten, 1 Beutel KNORR Salatkrönung „Französische Art“, 3 EL Salat-Mayonnaise, 1 EL Tomatenmark, 1 Knoblauchzehe, 1/2 TL Zucker

Zubereitung:

1. Stiele der Artischocken abbrechen. Reichlich Salzwasser mit dem Zitronensaft aufkochen und Artischocken darin 30 - 40 Minuten kochen. Die Blätter sollten sich dann leicht abzupfen lassen.
2. Für den Dip Tomaten abziehen, entkernen und Fruchtfleisch fein würfeln. Beutelinhalt mit Salatkrönung, Mayonnaise und Tomatenmark verrühren. Knoblauchzehe schälen und dazupressen. Dip mit Zucker abschmecken. Tomatenwürfel unterrühren.
3. Artischockenblätter abzupfen und in den Dip tauchen. Der fleischige untere Teil der Blätter und der Blütenboden sind essbar.

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten

Fortsetzung auf Seite 72

Wir feiern 15. Jubiläum!

Waldrestaurant Kelbg

Einfach nur genießen...

Geburtstagsmenü:

Pinot rosé-Winzersekt

Olafs leckeres Gurkenremesüppchen
mit Nordseekrabbenbällchen

Filet vom Wasserbüffel
hausgeräuchert auf einem Süßkartoffel-
püree mit Streifen vom Wildschinken

Hausgemachtes Erdbeertiramisu € 27,90

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



Taormina

Italienische Spezialitäten

Mittagstisch

Mo. - Sa. 12.00 - 17.00 Uhr
alle Pizzen + Nudelgerichte
Standardgröße aus Menükarte **4,95 €**

2 Gänge

Mo. - Fr. 12.00 - 17.00 Uhr
(Hauptgericht + Vorspeise)
täglich wechselnd **7,50 €**

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



LENZ
RESTAURANT



**Qualität und Frische
+
Preis/Leistung
=
Freude am Essen
im Lenz!**

**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

Restaurant Zur Kastanie



Wir grillen!
**ab 16. Juni jeden 2. Donnerstag um 18:00 Uhr
bei schönem Wetter!**

Zu jedem Termin – 16. Juni, 30. Juni, 14. Juli, 28. Juli, 11. August und 25. August – können Sie aus unserer Grillkarte wählen und bekommen einen großen Salatteller und gebackene Kartoffel mit Sour Cream als Beilage.

**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**



Umweltaktivistin.

Naturschutz beginnt im Alltag.
Ausflüge in die heimische Natur zeigen Ihnen die Welt aus einer anderen Perspektive.

Tipps für Naturgenießer und -entdecker gibt es kostenlos beim Naturschutzbund NABU, 10108 Berlin oder unter www.NABU.de.



OASIS
Getränkemarkt
Hummelsbüttel

PREMIUM DIREKTSÄFTE
AUS DEM TAUNUS




WASA
BRUNNEN
DIE LEICHTE
0,75 L FL.
IM PRAKTISCHEN
CITYKASTEN

Hummelsbüttler Hauptstr. 60
22339 Hamburg
Tel. 538 69 87 - Fax 52 70 17 80
www.oasis-getraenkemarkt.de



**Ägyptischer
Cholesterinsenker**

Fortsetzung von Seite 71

Mal anders: Die Artischocken mit Kartoffeln werden auf französische Art zubereitet.

Artischocken mit Kartoffeln

Zutaten für 4 Portionen:

4 kleine Artischocken, 1 Zitrone (Saft), 2 EL BERTOLLI Olivenöl, 3 mittelgroße, in der Schale gekochte Kartoffeln, 2 - 3 EL Weißwein, 2 TL KNORR Delikatess Brühe, 2 Beutel KNORR Salatkrönung „Französische Art“, Minzeblättchen zum Garnieren

Zubereitung:

1. Artischocken großzügig schälen, längs halbieren, vom „Heu“ befreien, senkrecht in dünne Scheiben schneiden und in mit Zitronensaft gemischtes Wasser legen, damit sie hell bleiben.
2. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Artischocken trockentupfen und darin etwa 10 Minuten braten. Kartoffeln pellen, in Scheiben schneiden und mit den Artischocken weitere 8 - 10 Minuten braten, bis sie eine knusprige Kruste haben. Dabei öfter wenden.
3. Weißwein, 200 ml Wasser, Delikatess Brühe und Beutelinhalt Salatkrönung in einen Topf geben und aufkochen. Die Artischocken-Kartoffel-Mischung auf einer Platte anrichten, mit der Marinade übergießen und unter gelegentlichem Wenden erkalten lassen. Vor dem Servieren mit Minzeblättchen garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten plus Kühlzeit: ca. 30 Minuten

15 Jahre Gute Küche



Alles neu macht der Mai im **Waldrestaurant Kelbg**, Im Regestall 53! Simone und Olaf Kelbg bieten nach kurzer Dekorationspause zum 15. Jubiläum ihren Gästen für das Auge schicke neue Polster und für den Gaumen ein ganz besonderes Jubiläumsmenü, das vom 25. Mai bis Mitte Juni serviert wird. Nach einem Pinot Rosé-Winzersekt wird Olafs leckeres Gurkencremesüppchen mit Nord-

Artischocken-Quiche

Zutaten für 12 Stücke:

Für den Teig: 150 g DU DARFST Die leichte Butter, 150 g Mehl (Type 405), 80 g Vollkornmehl (z. B. Dinkel), 1 1/2 TL Backpulver, 1/2 TL Salz

Für den Belag: 200 g Möhren, 1 Dose Artischockenherzen (Abtropfgewicht 240 g), 150 g Zucchini

Für den Guss: 250 g Ricotta (40 % Fett i. T.), 3 Eier, 2 TL Zitronensaft, 1/2 TL Kräuter der Provence, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Kalte Halbfettbutter klein würfeln. Mehl, Vollkornmehl, Backpulver, Salz und Halbfettbutter in eine Schüssel geben und mit kühlen Händen krümelig reiben. Kurz mit den Knethaken eines Handrührgerätes zu einem Teig zusammenfügen. In Frischhaltefolie wickeln und mindestens 1 Stunde kalt stellen.
2. Möhren schälen, schräg in Scheiben schneiden und in wenig kochendem Salzwasser 4 - 5 Minuten bissfest garen. Artischockenherzen abtropfen lassen und vierteln. Zucchini putzen, waschen und in Stifte schneiden.
3. Für den Guss Ricotta mit Eiern und Zitronensaft verrühren, mit Kräuter der Provence, Salz und Pfeffer würzen.
4. Den Teig zwischen zwei Frischhaltefolien oder auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer Platte von ca. 30 cm Durchmesser ausrollen und eine gefettete Tarte- oder Springform (26 cm Durchmesser) damit auslegen, dabei einen ca. 3 cm hohen Rand formen. Boden mehrmals mit einer Gabel einstechen. Ricottamischung darauf geben. Artischocken, Möhren und Zucchini darauf verteilen. Tarte im vorgeheizten Backofen bei 200 °C auf der 2. Schiene von unten ca. 35 Minuten backen.

Zubereitungszeit inkl. Backzeit: 1 Std. 50 Min.
plus Kühlzeit: 60 Minuten



Die lange Zubereitungszeit lohnt sich: Die Artischocke ist nicht nur lecker, sondern auch gesund!

Foto: Du darfst

Anzeige

see-Krabbenbällchen gereicht, gefolgt von hausgeräuchertem Wasserbüffelsteak auf einem Süßkartoffelpüree mit Streifen von Wildschinken und als Dessert hausgemachtes Erdbeertiramisu, alles zum unschlagbaren Preis von 27,90 Euro. Seit 15 Jahren verwöhnen Simone und Olaf Kelbg nun schon in ihrer kleinen kulinarischen Oase im Grünen ihre Gäste mit bodenständiger Küche mit

dem gewissen Pfiff. Die frischen Produkte werden dabei natürlich vom Lauf der Jahreszeiten beeinflusst. Für den Sommer leicht und frisch: Flammkuchen mit Pfifferlingen, von Hand filetierte Matjes, fangfrisches Marlinfilet auf Spargelrisotto, Spare Ribs mit Barbecuesauce und vieles, vieles mehr! Weitere Informationen unter Tel.: 645 32 772 oder auf www.waldrestaurant-kelbg.de!

LANDHAUS OHLSTEDT

CAFÉ - HOTEL - RESTAURANT - PARTYSERVICE
HAMBURG - OHLSTEDT

Genießen Sie ab 7.6. bei uns:
Neue holländische Matjesfilet's
in verschiedenen Variationen...

Weiter im Angebot bis 24.6.
Frischer deutscher Spargel...

TÄGLICH GEÖFFNET - KEIN RUHETAG - KÜCHE VON 11:30 - 22:00 UHR
TELEFON: 040 - 605 67 00 - U1-BAHN OHLSTEDT - BUS 276
ALTE DORFSTR. 5 - 22397 HAMB. - WWW.LANDHAUS-OHLSTEDT.DE



Sommerfeeling und Gaumenfreuden!



Stimmung pur!

Bei Patrizio im Ristorante L'Aurora kommen kulinarische Italienfreunde voll auf ihre Kosten: Genießen Sie unter anderem sizilianische Fischgerichte wie den delikaten Meeresfrüchtesalat unter freiem Himmel!

Ristorante L'Aurora

Hummelsbüttler Hauptstraße 47
22339 • Hamburg • Telefon: 040-53 05 46 89
Mo.-Fr.: 12-15 + 17.30-23 Uhr Sa.: 17-23 Uhr
So.: 12-23 Uhr • Um Reservierung wird gebeten.

Aromastark und so zart:
Seifarth's Königin-Matjes!
Gleich unseren Delikatessen-Katalog anfordern!



SEIFARTH.

EUROPA'S GROSSER CAVIARVERSAND

Robert-Koch-Str. 19 • 22851 Norderstedt - Glashütte
Tel. 040 - 4294749 - 0
www.seifarth.de • service@seifarth.de
Öffnungszeiten: Montags - Freitags 8 - 16.30 Uhr

Auf Wunsch Lieferservice

CAVIAR • RÄUCHERLACHS • KRUSTENTIERE • EDELFISCH • FOIE GRAS



Stilvolle Schnäppchen shoppen



Hohe Qualität, niedriger Preis: Das Einrichtungs-Eck macht Platz für neue Waren aus England und hat aus diesem Anlass einige kostbare Schnäppchen im Angebot.

Die Umsetzung neuer Ideen erfordert die Veränderung des Bestehenden – das weiß auch das **Einrichtungs-Eck**, Große Straße 12, in Ahrensburg. Hier finden Sie nicht nur geschmackvolle Möbel im englischen Stil in Form von Anrichten, Schränken, Vitrinen, Esszimmereinrichtungen und diversen Kleinmöbeln in Eibe und Mahagoni, sondern auch ein umfangreiches Sortiment an Wohnaccessoires wie Meissener Porzellan, Vasen, Kerzenleuchter, Kristallglas, Bilder, Silber und Spiegel sowie prachtvolle Teppiche in ausgesuchter Qualität – und trotzdem zu günstigen Preisen. Zukünftig soll auf einer anders gestalteten Ausstellungsfläche das Sortiment – eine große Lieferung neuer Waren aus England – noch geschmackvoller und gezielter präsentiert werden. Aus diesem Anlass wird der vorhandene Warenbestand erheblich reduziert. Deshalb bietet das Einrichtungs-Eck nicht nur stark heruntergesetzte Möbel und prachtvolle Orientteppiche zum Verkauf an, sondern Sie erhalten darüber hinaus je nach Höhe Ihres Einkaufswertes zusätzlich als Geschenk einen Beistelltisch oder aber ein Bücherregal. Ein zusätzlicher Service des Einrichtungs-Ecks ist die maßgerechte Anfertigung Ihrer Möbel für Ihr Zuhause. Orientteppiche können im Einrichtungs-Eck einer Biowäsche unterzogen und repariert werden. Außerdem können auch unverbindliche Beratungen bei Ihnen zu Hause vereinbart werden. Überzeugen Sie

sich selbst von den hochwertigen Angeboten: Das Einrichtungs-Eck hat von Montag bis Freitag 10 bis 18 Uhr, am Samstag 10 bis 15.30 Uhr und am Sonntag 11 bis 17 Uhr (nur Besichtigungen) für Sie geöffnet. Mehr Informationen zum Einrichtungs-Eck erhalten Sie auch unter **Tel.: 04102 67 72 88**, per Mail an **info@englische-moebel-hamburg.de** und auf **www.englische-moebel-hamburg.de**.



Stilvoll: Diesen Sekretür finden Sie beim Einrichtungs-Eck in Ahrensburg.

Wimpern zum Verzaubern



Eyelash-Stylisten und Inhaberin von „Your Lashes“ Ilona Kaiser zaubert Ihnen einen umwerfenden Augenaufschlag.

Welche Frau wünscht sich nicht, einen Augenaufschlag zu haben, der verzaubert? Bei „Your Lashes“, Herderstraße 54, können Sie sich diesen Traum erfüllen. Inhaberin und Eyelash-Stylisten Ilona Kaiser verhilft Ihren Wimpern mit Hilfe von Wimpernextensions zu neuer Länge und Dichte. „Um ein optimales Ergebnis zu gewährleisten und die eigenen Wimpern nicht zu schädigen, ist es wichtig, diese Applikationen von einer ausgebildeten Stylisten ausführen zu lassen“, so

Kaiser. Die bei „Your Lashes“ verwendeten einzelnen Wimpern sind geformt wie echte und werden mit einem Kleber auf die eigenen Wimpern aufgebracht. Das Ergebnis ist absolut natürlich. Nach drei bis vier Wochen fallen die eigenen Wimpern aus und mit ihnen die Extensions, welche anschließend erneuert werden müssen. Ein Refill-Termin ist bei Neukunden im Preis enthalten. Weitere Infos unter **Tel.: 0178 15 89 788** oder auf **www.yourlashes.de**.

Spitzenrad für entspanntes Cruisen!



Bieten Fahrspaß pur: der Easy Rohler und Stefan Ehrig vom Zweiradhaus Ehrig, das dieses Rad der Spitzenklasse neu im Angebot hat.

Der Sommer kommt und damit auch die Zeit für entspannte Radtouren durch das schöne Alstertal. Damit Sie diese wirklich genießen können, hat Stefan Ehrig vom **Zweiradhaus Ehrig** in der Claus-Ferck-Straße 39 einen besonderen Tipp parat: „Den **Easy Rohler**. Er hat sich in der Fachpresse und bei Fahrradfahrern den Ruf als ‚die Referenz‘ für Trekkingräder erworben. Das Fahrrad zeichnet sich vor allem durch ein angenehmes Fahrgefühl, seine Leichtgängigkeit dank präziser Schaltung und

guter Rolleigenschaften sowie seine hohe Verarbeitungsgüte aus.“ Das habe zwar seinen Preis, 3.599 Euro, aber dafür erhalten der Kunde ein Produkt der absoluten Spitzenklasse, so Stefan Ehrig. „Wir haben es ganz neu im Programm. Fahren Sie es doch einmal Probe, Sie werden einen Unterschied zu Ihrem Fahrrad feststellen“, verspricht der Fachmann. Probefahren geht, wie bei allen vorrätigen E-Bikes, auch ohne Terminvereinbarung! Mehr Informationen gibt es unter **Tel.: 603 45 01** und **www.ehrig24.de**.

Sicher mit Kappler

Fast 90 Jahre ist sie nun schon alt: die Firma **Rolf Kappler Einbruchschutz**, Erikastraße 45. Bereits die vierte Generation der Kapplers hilft mit, Kunden ihr Zuhause sicherer gegen dreiste Einbrecher zu machen – die fünfte steckt momentan noch im wahren Sinne des Wortes in den Kinderschuhen, ein zweijähriges Zwillingspärchen!

Auch nach Jahrzehnten wird Kundenfreundlichkeit bei Rolf Kappler Einbruchschutz noch großgeschrieben. Kostenlose Beratung vor Ort ist eine Selbstverständlichkeit. Alle Sicherheitsschlösser etc. werden zum Festpreis montiert – das heißt, es gibt kein böses Erwachen

mit nachträglich entstehenden Zusatzkosten. Die Anfahrt wird ebenfalls nicht berechnet: In ganz Hamburg gelten die einheitlichen Festpreise. Fenster und Türen werden geschützt, Vergitterungen angelegt, Schließanlagen eingerichtet. Neuerdings gibt es auch Alarmanlagen, z.B. Abus Secvest, die auch per Funk läuft und optional eine Notrufzentrale alarmieren kann. Rolf Kappler Einbruchschutz fertigt Laser- und Computergravuren und erstellt Tresor- sowie Autoschlüssel, auch mit Transponder. Mit dabei: ein Notdienst bis 22 Uhr – auch am Wochenende – zu zivilen Festpreisen! Mehr Infos unter www.kappler-einbruchschutz.de!

„Liebesbriefe in Schmuck“



Unternehmen mit Tradition: Seit 1928 ist die Goldschmiede Juwelier Willer in Familienbesitz.

...unter diesem Motto leiten der ausgebildete Goldschmied Rolf-Detlef Willer und seine Frau Gabriele ihr Juweliersgeschäft in Wellingsbüttel, Rolfinckstraße 13. Derzeit beschäftigt **Juwelier Willer** drei hauseigene und zwei externe Goldschmiede, die Ihnen bei der Auswahl und Gestaltung Ihrer ganz individuellen Schmuckstücke zur Seite stehen. So kann Juwelier Willer mit Designgefühl und einer perfekten Umsetzung auf Ihre Wünsche eingehen. „Unsere Kunden suchen oft etwas Einmaliges, das aber auch bezahlbar bleibt“, weiß Inhaber Rolf-Detlef Willer. Deshalb bietet der Juwelier ein vielfältiges Sortiment schmucker Kostbarkeiten an: Es gibt eine handverlesene Auswahl an Brillanten, Farbedelsteinen,

Perlen und außergewöhnlichen australischen Opalen, die in die mit dem Schmuckliebhaber besprochenen Designs einfließen. Ein umfangreiches Angebot internationaler Hersteller und Designer rundet das eigene Sortiment ab. Mehr Infos erhalten Sie unter **Tel.: 536 96 50**, per Mail an juwelier@willer.de und auf www.willer.de.



Edel: Juwelier Willer führt ein großes Sortiment an Farbststeinen.

Herzlich willkommen bei Cut 4 You in Lemsahl



Uschi Boy (Mitte) und ihr Team Stefanie Rohlfing (l.) und Patricia Matyszak kümmern sich jetzt als „Cut 4 You“ um Ihr haariges Wohlbefinden.

„Herzlich willkommen bei **Cut 4 You** in Lemsahl“, so klingt es seit dem 1. April, wenn Sie unter der Telefonnummer 608 05 57 im Friseurgeschäft von Uschi Boy in der Lemsahler Landstraße 118a anrufen. Denn das ehemalige Frisurenstudio Uschi Boy hat einen neuen Namen. Aber nicht nur das, sondern auch modisch neu gestaltete Räume. „Verschaffen Sie sich davon gerne einen Eindruck auf www.cut-4you.de – unserer neuen Homepage, die viele Informationen für Sie bereithält.“ Das hervorragende Preis- und Leistungsangebot für Kind, Mann oder Frau. Kurzfristige Terminvergaben sowie flexible ausgedehnte Ladenschlusszeiten sind hingegen gute Gründe für einen direkten Besuch im Geschäft: „Wir sind ein Qualitätsfriseur, den man sich leisten kann!“, so die Inhaberin Friseurmeisterin Uschi Boy. Ob

Sie den klassischen Haarschnitt oder einen individuellen, kreativen Haircut wünschen, er muss präzise, typgerecht und leicht zu handhaben sein! Ist der Schnitt ein Hit, macht sich das Styling mit ein paar Handgriffen (fast) wie von selbst oder? Talentierte, freundliche Mitarbeiterinnen mit „Liebe zum Detail“ erwarten Sie und verwenden ausschließlich besonders sanfte chemische Präparate – hautfreundliche Shampoos, Pflege- und Stylingprodukte sind obligatorisch. Nach wie vor ist „Cut 4 You“ ein Familienunternehmen (seit 1984 in Lemsahl). Eine weitere Filiale gibt es seit August 2010 in Fuhlsbüttel, Flughafenstraße 79 (Tel.: 5315792). Geöffnet sind beide Filialen von Montag bis Samstag. **Zum Kennenlernen einfach unter www.cut-4you.de einen Gutschein ausdrucken, mitbringen und sparen!**

VOLLE KRAFT VORAUSS. Die Seenotretter.



- bei jedem Wetter
- rund um die Uhr
- freiwillig
- unabhängig

Bitte spenden auch Sie!

Spendenkonto 107 2016 | BLZ 290 501 01
Sparkasse Bremen | www.seenotretter.de



So wird gefeiert! Die **3** beliebtesten Hochzeitsspiele!

Spiele gehören zu den Highlights einer jeden gelungenen Hochzeitsfeier. Das Alstertal-Magazin verrät hier die drei besten Hochzeitsspiele und was Sie dabei wirklich erwartet.

1 WADEN TASTEN

Nicht ohne Grund trauen sie sich sonst nur am Strand aus der Deckung: nackte Männerbeine. Immer behaart, meist kalkweiß, selten schön. Trotzdem: Beim „Waden tasten“ führt daran kein Weg vorbei – für die Braut. Nachdem ihr die Augen verbunden wurden, muss sie sich mit den Händen durch ein Dutzend nackter Männerwaden fühlen.

Das Ziel? Die Stoppeln des Liebsten zu identifizieren.

Dauer: für die Braut womöglich nicht kurz genug

Vorbereitung für ambitionierte Mitspieler: zwei Wochen morgendliches Joggen

Teilnehmer: Braut, Bräutigam und mindestens zehn weitere stramme Waden

Idealer Zeitpunkt: Wenn die zartbesaitete Großtante bereits im Bett ist.

3



2

PARTNERTEST

Wer bestimmt das Fernsehprogramm? Wer parkt besser ein? Wer quält sich morgens als erster aus dem Bett? Diese und andere Fragen müssen das Brautpaar Rücken an Rücken beantworten indem jeder als Antwort einen Schuh hochhält: ihren oder seinen. Je mehr Einigkeit, desto mehr Punkte.

Dauer: zehn Minuten

Vorbereitung: Fragen überlegen, am besten aufs Brautpaar individuell zugeschnitten

Teilnehmer: Brautpaar und Quizmaster

Idealer Zeitpunkt: volle Bäuche, noch unberührte Tanzfläche.

MANN AM MORGEN

Die Braut rückt ihrem Bräutigam mit Waschlappen, Rasierschaum, Zahnpasta und Gesichtscreme zu Leibe. Das Problem: Sie steht hinter ihm, er hat seinen Kopf durch ein Loch in einem Laken gesteckt, sie ihre Hände durch zwei weitere. Die nun aussehen, als wären sie seine. Während ein Gast den Tagesablauf des Bräutigams vorliest (von „wäscht sich das Gesicht“ bis „cremt sich ein“), reicht ein anderer der Braut die entsprechenden Utensilien. Und die verpasst ihrem Mann eine komplette Morgentoilette – ohne zu sehen, was sie da eigentlich tut. Ergebnis: eine sich vor Lachen kugelnde Hochzeitgesellschaft. Und ein ziemlich schmieriger Bräutigam.

Dauer: zehn Minuten

Vorbereitung: ein Besuch in der Drogerie

Teilnehmer: Brautpaar, „Erzähler“ und „Anreicher“

Idealer Zeitpunkt: je später, je matschiger – aber auch entspannter.

*Wir gestalten Ihnen eine individuelle und einmalige
Dekoration für Ihren ganz besonderen Tag!*

- Brautsträuße
- Autodekorationen
- Kirchenschmuck
- Tisch- und Raumdekorationen

frey ...mehr als Floristik!

Harksheiderstr. 51 • 22399 HH • Tel.: 602 28 01

Mellingburger Schleuse seit 1717

Hotel-Restaurant Lehfeldt – Hamburg

Romantisch feiern
am idyllischen
Alsterlauf

Traumhochzeiten
zu Traumkonditionen

Gratisübernachtung
für das Hochzeitspaar (ab 30 Pers.)

Neun Gesellschaftsräume
für 10- 450 Pers.

Rustikale „Scheune“ ab 50 Pers.

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

**OLDTIMER
Company**

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

**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

Brautschau

Braut- & Abendmode
Am Alten Markt 8
22926 Ahrensburg
Tel. 0 41 02 - 98 25 30
Di.-Fr.: 11 - 18 Uhr
Sa.: 11 - 16 Uhr
www.brautschau.com

Alte Mühle

Feiern Sie Ihre Traumhochzeit
in unseren Feierhäusern Mühlendiele, Mühlenkate
und seit Mai 2011 in unserem HAUS AM SEE

Alte Mühle 34
www.alte-muehle-hamburg.de

Tel.: 604 91 71
Fax: 604 49 172

Warme Küche von 12.00 - 21.30 Uhr
Mo. und Di. Ruhetag



Frank Druve GmbH

Zimmerei • Holzrahmenbau • Innenausbau
Dachgauben • Dielenböden • Veluxfenster
Bauplanung • Baustatik • Bauelemente

Rudolf-Diesel-Straße 14 • 22941 Bargtheide
Tel.: 04532 / 1219 • Mobil: 0171 / 532 38 73

Chillen im

Die Sonne ist da, ab ins Freie! Aber bitte mit Stil! Das Alstertal-Magazin zeigt, wie Sie Balkon oder Garten zum durchdesignten Frischluft-Wohnzimmer machen können.



SOLARLUX®

SCHAFFEN SIE MEHR RAUM, MEHR LICHT UND LEBENSFREUDE.
Mit den Design-Wintergärten und flexiblen Glas-Faltwänden von Solarlux.

Garstedter Weg 281
22455 Hamburg
040-555 99 481
auch Sa von 11-15 Uhr geöffnet

Gollub
www.gollub-bauelemente.de



Laternen-Schroeder

Hersteller für antike Laternen, Wandleuchten und Briefkästen aus Messing und Aluguss.

Besuchen Sie unsere Ausstellung in Timmerhorn, Alte Landstr. 3
Öffnungszeiten:

Di. - Fr. 9:30 - 12:30
Do. + Fr. 15:00 - 18:00

Alte Landstraße 3
22941 Jersbek
OT Timmerhorn
Telefon 045 32 147 14
Telefax 045 32 142 86
www.laternen-schroeder.de

Grillsaison.

Stilvoll wenden mit der Grillzange von Eva Solo.



Heiße Phase.

Mahlzeit mit dem Kohlegrill von Eva Solo.



Himmelbett.

Outdoor-Doppelliege von Impressionen..



SUN CONCEPT!
Sicht- und Sonnenschutztechnik

Richtig mit der Sonne umgehen...



Markisen
Sonnenschirme
Sonnensegel
Rollläden
Jalousien
Plissees
Rollos
Senkrechtlamellen
Flächenvorhänge
Insektenschutz
u.v.a.m.

sun concept
Sicht- und Sonnenschutztechnik oHG
Dorotheenstraße 184
22299 Hamburg
www.sunconcept-hamburg.de

Tel.: (040) 414 24 881
Fax: (040) 414 24 883
Mo. - Fr.: 9.00 - 13.00
+ 14.00 - 18.00
Sa.: 10.00 - 14.00

Freien



Beine hoch. Volle Entspannung mit „Summercloud“ von DEDON.



Feurig.
Licht ins Dunkel
mit dem Garden
Light von Eva
Solo.



Abhängen.
Seele baumeln lassen mit dem
Hängesessel von Impressionen.

Mahlzeit.
Stilvoller Grillteller von
Eva Solo.



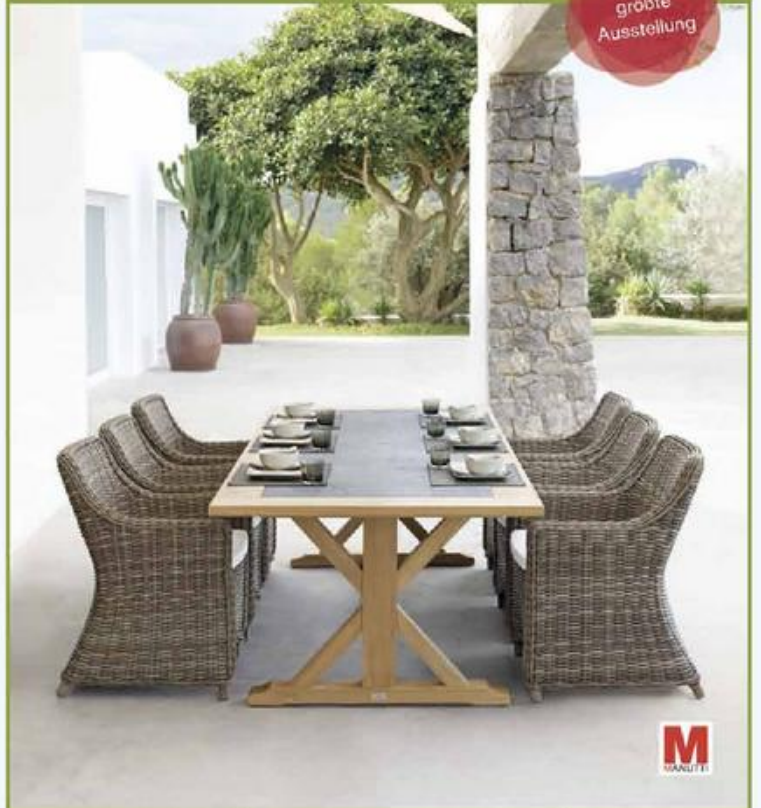
Fortsetzung
auf Seite 80



GUDEWER
DIE MÄRTENGRÜNDLICHEN

EXKLUSIVE
GARTENMÖBEL
SONNENSCHIRME & GRILLS

Hamburgs
größte
Ausstellung



Wohlfühlbasen aus aller Welt



Glatz

GLATZ
SCHIRME
stellen alles in den
Schatten



FerMob

DER FERMOB
SHOP IN SHOP
NEU und exklusiv
bei Gudewer

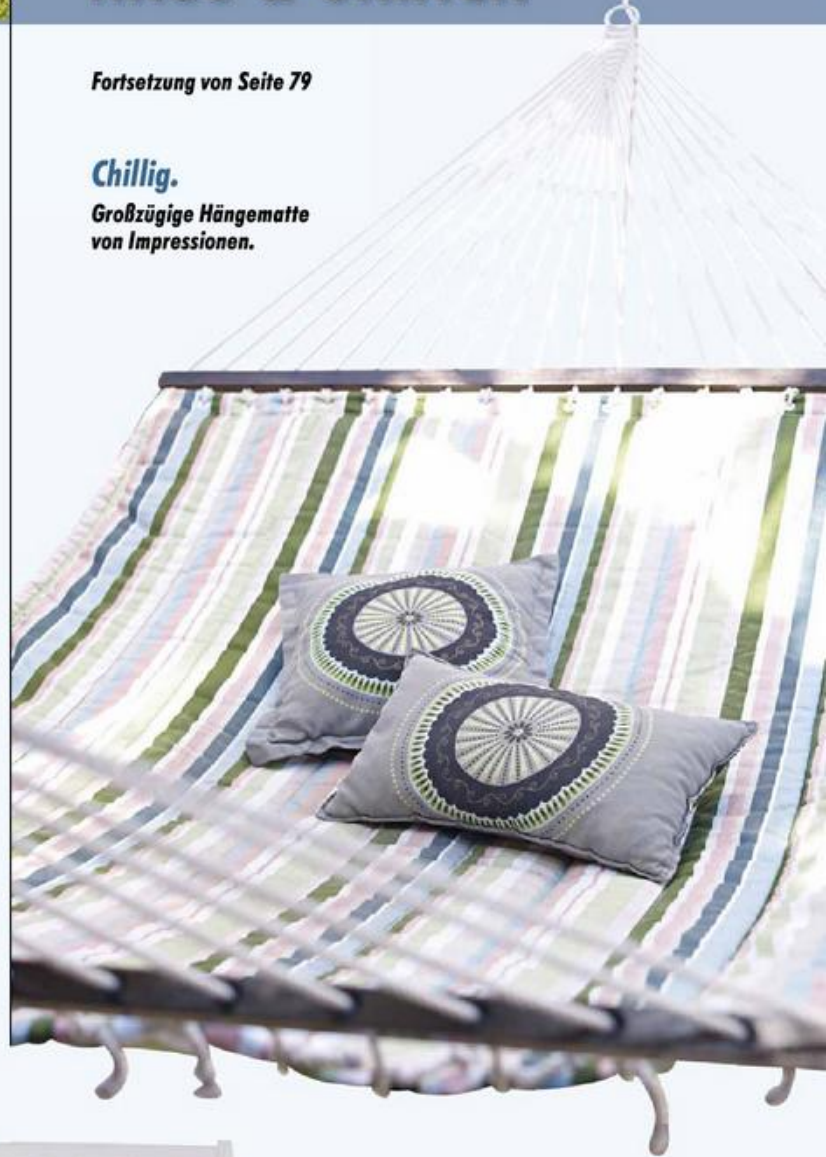


GRÖSSTE
WEBER GRILL-
AUSWAHL
in Norddeutschland

Fortsetzung von Seite 79

Chillig.

Großzügige Hängematte
von Impressionen.



SANITÄR - HEIZUNG - DACH



**JENS
GOTTSCHALK** GmbH

- Sanitärtechnik
- Heizungstechnik
- Bad - Ausstellung
- Gas- Ölanlagen
- Rohrreinigung
- Kundendienst
- Bedachung
- Bauklempnerei

www.jensgottschalk.de

Tel. 040 - 528 28 68 Niewisch 2
22848 Norderstedt

Lichtblicke für Ihre Fenster
Seit über 30 Jahren

Rollos
Plissees
Lamellen
Jalousien
Flächenvorhänge
Insektenschutz



**aktuell
ROLLO**

Fachkundige Beratung,
Aufmaß und Montage

Hoheluftchaussee 30, 20253 HH
Tel. 42 32 32 0 Fax 42 32 32 18

Mundsburger Damm 54, 22087 HH
Tel. 226 990 60 Fax 220 20 66

Mo. - Fr. 10 - 18.30 Sa. 10 - 14 Uhr
www.aktuellrollo.de



Sitz!

Gartenbank
mit Extra- Stauraum
von Impressionen.

M • KUMMERFELD  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!

Hochglanz.

Edle Pflanzgefäße von Thomas Gardener.



Lecker.
Praktisches Grill-
Zubehör von Eva Solo.



Flammend.
Deko-Feuer von Blomus.



Flagge zeigen.
Outdoor-Loungegruppe mit
Gartenfahnen von Impressionen.



Fortsetzung auf Seite 82

Jetzt zuschlagen!
Gut geschützt im Thaden Glashaus

Sie sparen bis
zu 1.200,- €!

4,80 m x 3 m
statt 10.195,- €
jetzt ab 8.995,- €



Abb. ähnlich

TNL Wintergarten GmbH
Terrassendächer, Wintergärten, Türen
Am Hatzberg 16
21224 Rosengarten/Nenndorf
Tel.: 0 41 08 / 414 29 - 0 u. 0 40 / 76 91 80 - 0
www.thaden-wintergarten.de



Sommerfestival
4. – 12. Juni

**Lassen Sie es mal
so richtig blühen!**



Dürfen wir Sie auf ein
Glas selbstgemachte
Rosenbowle einladen?
An den Wochenenden
leckerer Kuchen und
Kaffee im Wintergarten!

Eine Pracht. **Rosen**
Ein Schatz. **Hortensien**
Eine Freude. **Stauden**

Wir freuen
uns auf
Ihren Besuch.

**flower
power**

**GÄRTNEREI
FINDER**

Mo. – Fr. 8.30 – 19 Uhr · Sa. 8.30 – 16 Uhr · So. 10 – 13 Uhr
Volkisdorfer Weg 65 · 22393 Hamburg · Tel. 040/601 69 03

Fortsetzung von Seite 81



Großzügig.

Viel Platz auf dem
Lounge-Gartenmöbel
von Thomas Gardener.

Wärme.

Auch nachts stilvoll
warme Hände mit dem
Kamin von Blomus.



Mach Feuer!

Grillstarter von Eva Solo.

Zurücklehnen.

Gemütlichkeit auf dem Gartensessel
„Nap“ von Thomas Gardener.



Anzeige

Die smarte Planung. Kompliziert war gestern.

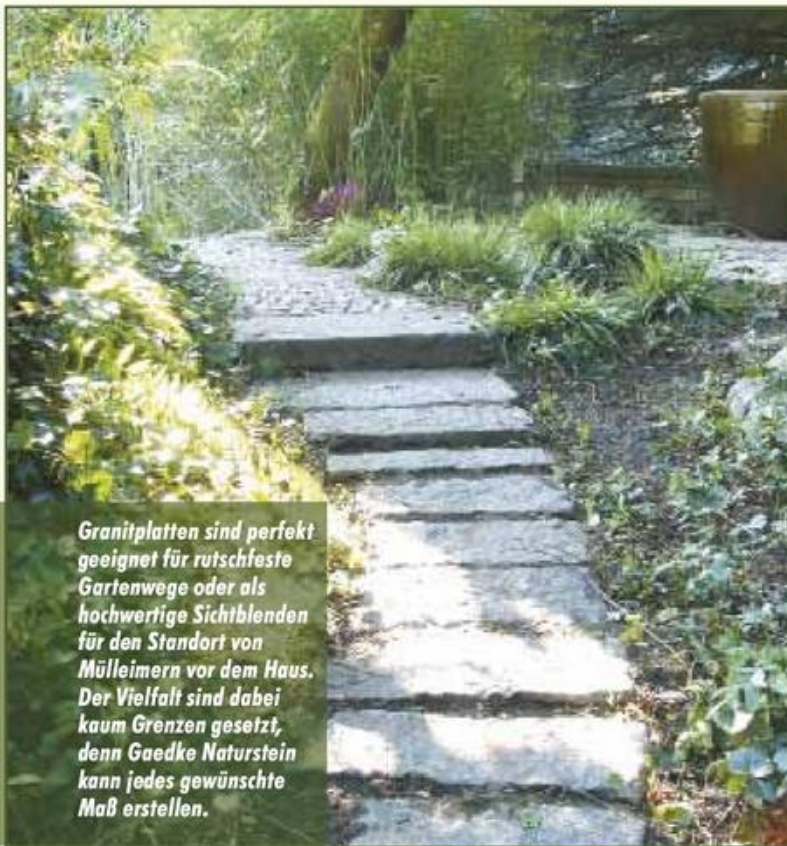


Wie muss eine Küche sein, die genau in unsere Zeit passt? Kann die Planung nicht flexibler sein? Offen für Optionen? Und unkompliziert? Kann man nicht auch auf kompakter Fläche viele smarte Funktionen unterbringen? Und sollten sich das nicht alle leisten können, die es wollen? Hansa Complet-Küchen, Lübecker Straße 126, hat die Antwort auf diese Fragen – die S3-Küche von SieMatic SmartDesign. Sie verkörpert ein neu entwickeltes, zeitgemäßes Planungskonzept. Wählen Sie aus einem inspirierenden Spektrum an Formen, Fronten, Farben, Materialien und Elektrogeräten, stellen Sie die Elemente ganz nach Ihren Wünschen zusammen und lassen Sie sich dann vom Preis angenehm überraschen. Mehr Infos unter Tel.: 25 44 900 und auf www.hansa-kuechen.de.

**Nur bei Hansa Complet-Küchen:
Die S3 ist die erste Küche aus der
SmartDesign-Serie, die in Hamburg
zu sehen ist.**

GAEDKE NATURSTEIN JOURNAL

SCHÖNER WOHNEN MIT NATURSTEINPRODUKTEN



Granitplatten sind perfekt geeignet für rutschfeste Gartenwege oder als hochwertige Sichtblenden für den Standort von Mülleimern vor dem Haus. Der Vielfalt sind dabei kaum Grenzen gesetzt, denn Gaedke Naturstein kann jedes gewünschte Maß erstellen.



Ihr Meisterbetrieb im Alstertal

Unter anderem erhalten Sie bei der Firma Gaedke folgende Produkte und Leistungen:

- Küchenarbeitsplatten
- Waschtischplatten
- Kaminverkleidungen
- Grabmale
- Reinigungsarbeiten
- Terrassen
- Hauseingänge
- Treppen
- Fensterbänke

Individuelle Steinplatten für den Außenbereich:

Faszination Naturstein

by Gaedke

Naturstein wird immer beliebter. Deswegen wird er immer häufiger auch im Außenbereich eingesetzt – etwa bei Terrassen, Treppen und Wegen. Der Spezialist Gaedke schneidet seinen überwiegend in Europa gewonnenen Naturstein für diese und weitere Zwecke selber nach Kundenwunsch zu und erfüllt so steingewordene Träume. Lassen Sie sich unverbindlich beraten!



Granitstein ist perfekt für individuelle Gartenträume geeignet – sei es als Zaunpfosten, Treppen- oder Wegplatte!

Sie haben bereits Naturstein?

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

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

Spot an: Leuchten für draußen

Und es ward Licht: Versteckte Spotlights machen Bäume und Sträucher nachts zur spektakulären Kulisse und setzen farbige Akzente. Die indirekte Beleuchtung vergrößert den Garten optisch und schafft echte Highlights. Für Romantik pur sorgen „Candle-Lights“, elektrische Teelichter, die individuell platziert werden können. Der Gartenteich wird mit schwimmenden Kugelleuchten illuminiert – zur „hellen Freude“ der Gäste. Die wird auch nicht durch hohe Energiekosten getrübt. LED-Lampen sind ä-

berst energieeffizient, halten bis zu 100.000 Stunden und können mit Solarenergie betrieben werden. Kleine Solarmodule laden tagsüber den integrierten Akku auf und liefern genug Energie für bis zu 30 Stunden Leuchtkraft. Die neuen Lampen schaffen zudem Sicherheit rund ums Haus. „Beleuchtung an Gehwegen, Haustüren und Fassaden enttarnen nächtliche Stolperfallen und schrecken ungebetene Gäste ab“, so Ralf Palm von der BHW Bausparkasse. Bewegungsmelder ersparen dabei die Suche nach dem Lichtschalter. An Wegrändern und Treppenabsätzen weisen dezente Lämpchen im Boden willkommenen Besuchern den Weg.

Stimmungsvolle Leuchtzeichen: Ob versteckt oder wie hier offen, geben sie dem Garten Atmosphäre.

Quelle: BHW Bausparkasse/Licht.de



HOME & GARDEN

GARTENKULTUR
INTERIEUR
LEBENSART

DAS ORIGINAL

23. bis 26. Juni 2011
Hamburg

Derby-Park Klein Flottbek
täglich 10 bis 19 Uhr

Weitere Veranstaltungsorte: Köln, Frankfurt, Düsseldorf, Geisenheim-Johannisberg, Berlin, München/Grünwald, Ludwigsburg, Dortmund, Salem

Info-Telefon 01805 - 899061

14 Ct./Min. aus dem deutschen Festnetz; Mobilfunkhöchstpreis: 42 Ct./Min.

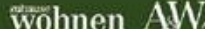
DER FEINSCHMECKER
präsentiert den
GOURMET-PAVILLON
mit großem
SHOWKOCHEN



Erstmals mit Oldtimer-Sondershow!

www.homeandgarden-net.de

Premiumpartner:



Richtig mit der Sonne umgehen...



Seit mittlerweile fast elf Jahren gehört die Firma sun concept, Dorotheenstraße 184, zu den führenden Anbietern rund um hochwertige Sicht- und Sonnenschutztechnik. Gerade jetzt in der sonnenreichen Zeit ist das Team anhand renommierter Hersteller wie z.B. markilux, Kadeco und Alulux sehr gefragt bei privaten sowie gewerblichen Endkunden und bei bekannten Hamburger Architekten. „Neben Projekten

Die Unternehmensleiter **Wolfgang Jermann (l.)** und **David Gbadamosi**.

auf Sylt haben wir die Planungen und die Lieferung der Markisen im ersten Bauabschnitt im Überseequartier in der Hafencity geleistet“, erklärt Wolfgang Jermann als einer der Geschäftsführer. „Derzeit sind weitere Objekte auch rund um Hotels und Gastronomien in Aussicht! Mit unserer Tätigkeit sehen wir anhand der stetig neuen Produkte unserer Hersteller auch in Zukunft ein großes Betätigungsfeld.“ Mehr Infos unter Tel.: 414 24 881 und auf www.sunconcept-hamburg.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

Exclusiv-Home

Markisen direkt vom Hersteller

Der richtige Sonnenschutz für Terrasse und Garten!



Jetzt nur **1645⁰⁰ EUR** z.B. 6,0m x 3,5m
statt ~~4560,00 EUR~~

- ohne Aufpreis - LED Lichtleiste
- ohne Aufpreis - 1 x Nothandkurbel
- ohne Aufpreis - Braun Markisenmotor
- ohne Aufpreis - Wetterfestes Teflontuch
- ohne Aufpreis - 2 x Funkfernbedienung

Markise
rein/raus

Farbenhaus-Metzler
www.exclusiv-home.de
Saseler Chaussee 162
D-22393 Hamburg
Tel.: +49(0)40-226 110 90
Mo - Fr 09:00 - 18:00 Uhr



In Wohnfragen gut beraten



Innenarchitektin Sabine Nerlich berät ihre Kunden kompetent!

Ob Wohnen in Haus oder Garten – bei **nerlich.raumkonzepte** sind Sie immer gut beraten! Sowohl bei der Umgestaltung von Haus und Wohnung als auch von Wintergärten kann die studierte Innenarchitektin

Sabine Nerlich individuelle Beratung bieten. Dabei setzt sie auf die Kraft der Farben und führt eine persönliche Farbberatung durch und realisiert dazu behutsam die Wünsche ihrer Kundschaft. Auch Grundrissveränderungen in Anpassung an die jeweiligen Wohnbedürfnisse sind möglich. Dabei können die neuen Einrichtungslösungen genau dargestellt werden, auch perspektivische Raumansichten sind möglich.

Sabine Nerlich wurde 1954 in Hamburg geboren. Nach dem Studium der Innenarchitektur ist sie seit 1993 selbstständig tätig für Privat- und Objektkunden (Hotel und Gastronomie). Sabine Nerlich hat zwei Kinder und wohnt seit 2004 in Fuhlsbüttel. Sie ist leidenschaftliche Individualreisende, wandert und reitet gern. Mehr Infos gibt es auf der Website www.nerlich-raumkonzepte.de im Internet!

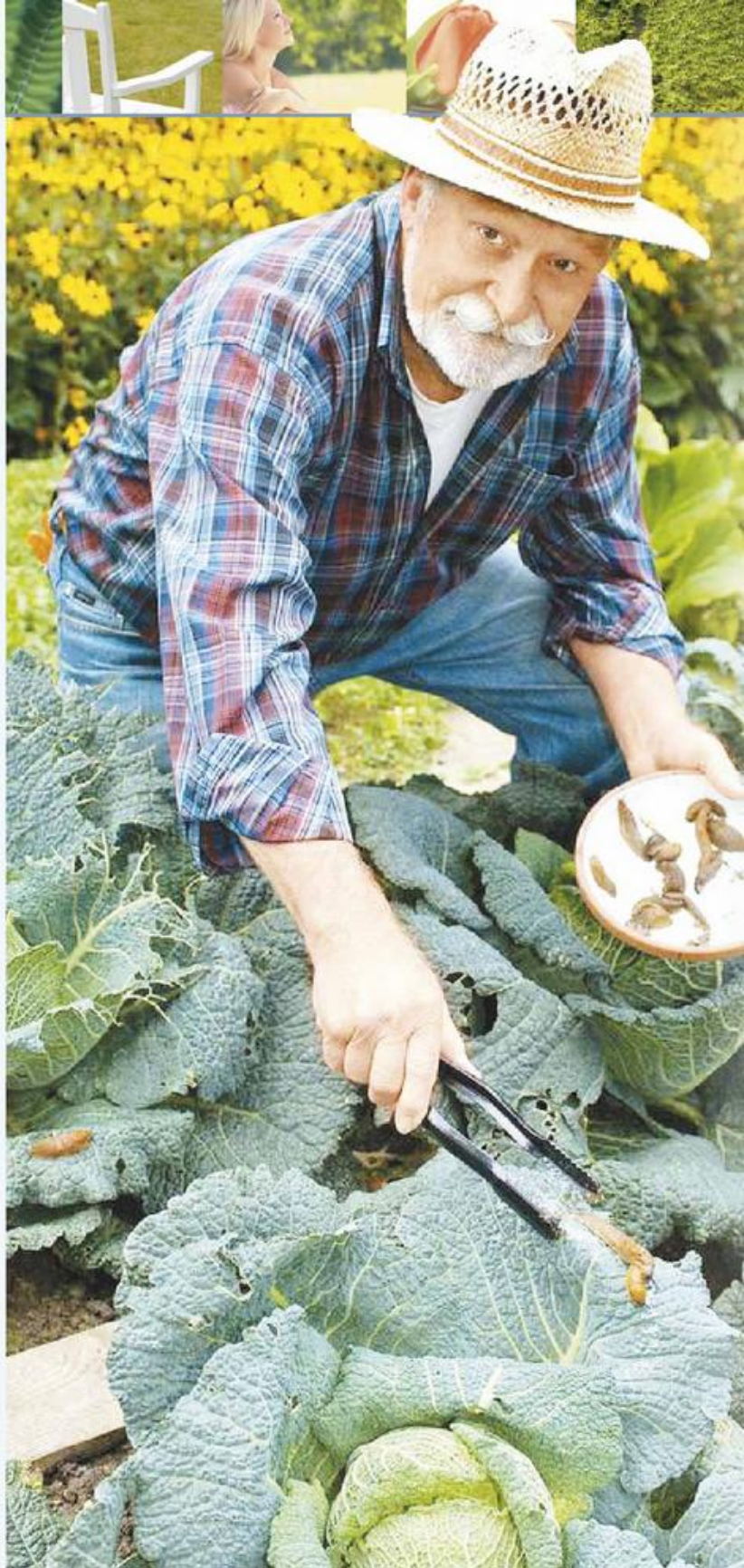


Foto: praxis press/immowelt.de



....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



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



Hochwertig & Brillant
Wir bauen die Möbel für Ihr Traumbad!

Wiedereröffnung
Seit dem 12.05.2011 in den neuen
Ausstellungsräumen in Norderstedt.

Sie finden uns in Norderstedt | Lemsahler Weg 21
Montag bis Freitag 08 - 18 Uhr | Samstag 10 - 14 Uhr





Innovatives Holz- & Wohndesign.
Traditionelles Tischlerhandwerk.

www.utz-design.de

Natürliche Schneckenbekämpfung:

Abwehr-Tipps

Schnecken zählen im Garten zu den schlimmsten Plagen. Über Nacht fressen sie, was tags zuvor liebevoll angepflanzt wurde. Lesen Sie hier, wie man dem Schneckenschreck mit natürlichen Mitteln ein Ende setzen kann.



Pflanzen abdecken

Vor allem für Jungpflanzen, die angezchtet werden, sind Salat- hauben ein guter Schutz. Diese werden über die Pflanzen gestülpt und der untere Rand mit einer Sandschicht abgedeckt. So wird verhindert, dass die Schnecken unten durchkriechen, erklärt die Expertin von immowelt.de. Eine kostengünstige Alternative sind Plastikblumentöpfe mit abge- schnittenem Boden.

Barrieren aufstellen

Ein Schneckenzaun hält die Plagegeister durch seine schar- fen Kanten ab. Der Zaun sollte mindestens zehn Zentimeter in die Erde hinein sowie zehn Zen- timeter darüber hinausragen und absolut lückenlos um das Beet herumführen. Außerdem dürfen keine Blätter über den Zaun hän- gen, die die Schnecken als Leiter benutzen könnten. Auch Algen- und Branntkalk, zerbröckelte Eierschalen, kleingeschnittenes Chinagrass, Fichtennadeln, Holz- asche, Sand, Säge- oder Gesteins- mehl halten die Plagegeister fern, da sie sich auf diesen Materialien

schlecht fortbewegen können.

Vorbeugende Maßnahmen

Nah der Beete, die geschützt werden sollen, ist es sinnvoll, keine Tagetes anzupflanzen, rät immowelt.de. Diese sind für Schnecken Leckerbissen mit magnetischer Wirkung – ebenso wie Petersilie, Ritter- sporn, Dahlien, Narzissen und Christrosen. Bartnelken, Fin- gerhut, Kornblumen, Malven, Löwenmaul, Bohnenkraut und Kamille werden dagegen eher gemieden – allerdings gibt es dafür keine Garantie, denn auch Schnecken haben unterschiedli-

che Vorlieben. Sehr schmackhaft für Schnecken sind auch frische Pflanzenreste, die zum Mulchen eingesetzt werden. Deshalb lieber nur mit trockenem, gehäckseltem Stroh mulchen oder am besten ganz darauf verzichten, damit der Boden gut abtrocknen kann. Denn Schnecken sind immer auf der Suche nach Feuchtigkeit.

Ein weiterer Tipp: Den Gar- ten stets morgens bewässern, da Schnecken die Sonne scheuen. Bis sie abends auf Wanderschaft gehen, ist längst alles trocken und damit bei weitem nicht mehr so verlockend.

Das Absammeln von Schnecken gehört zu den weniger schönen Gartenarbeiten.

Maßarbeit wie ich sie will:
Preiswert & passend.

Über 35x in Deutschland
und 3x in Hamburg!

Mehr Infos unter:
www.jaloucity.de



Rabattcoupon

bis zu **20%**
auf alle Markisen!

Vorzulegen bei Bestellung. Nicht kombinierbar. Nicht gültig für den Internet-Shop.

22081 Barmbek-Süd
Dehnhalde 1/
Ecke Barmbeker Markt
Tel. 040/20 97 66 80
Fax 040/20 98 28 40

20354 Innenstadt
Esplanade 41,
Im Finnlandhaus
Tel. 040/30 30 96 71
Fax 040/30 30 96 72

22529 Lokstedt
Siemersplatz 4
Tel. 040/55 77 99 77
Fax 040/55 77 92 93

23556 Lübeck
Holstenpassage,
An der Untertrave 113
Tel. 0451/4 99 86 56
Fax 0451/4 99 86 94

JALOU CITY

Jalousien • Rollos • Plissees • Markisen • Außendienst: 040/20 97 66 80

www.jaloucity.de

angenehm. neu. kultiviert.



Garten- und Landschaftsarchitektur.
Garten- und Landschaftsbau.

GAERTEN VON HOERSCHELMANN

www.gaertenvonhoerschelmann.de | 04532 - 288 24 42

www.gruenplan-hamburg.de
Freiraumplanung | Licht im Garten | Bepflanzung
Telefon 040 | 27 15 77 95

**aus ALT mach
NEU!**



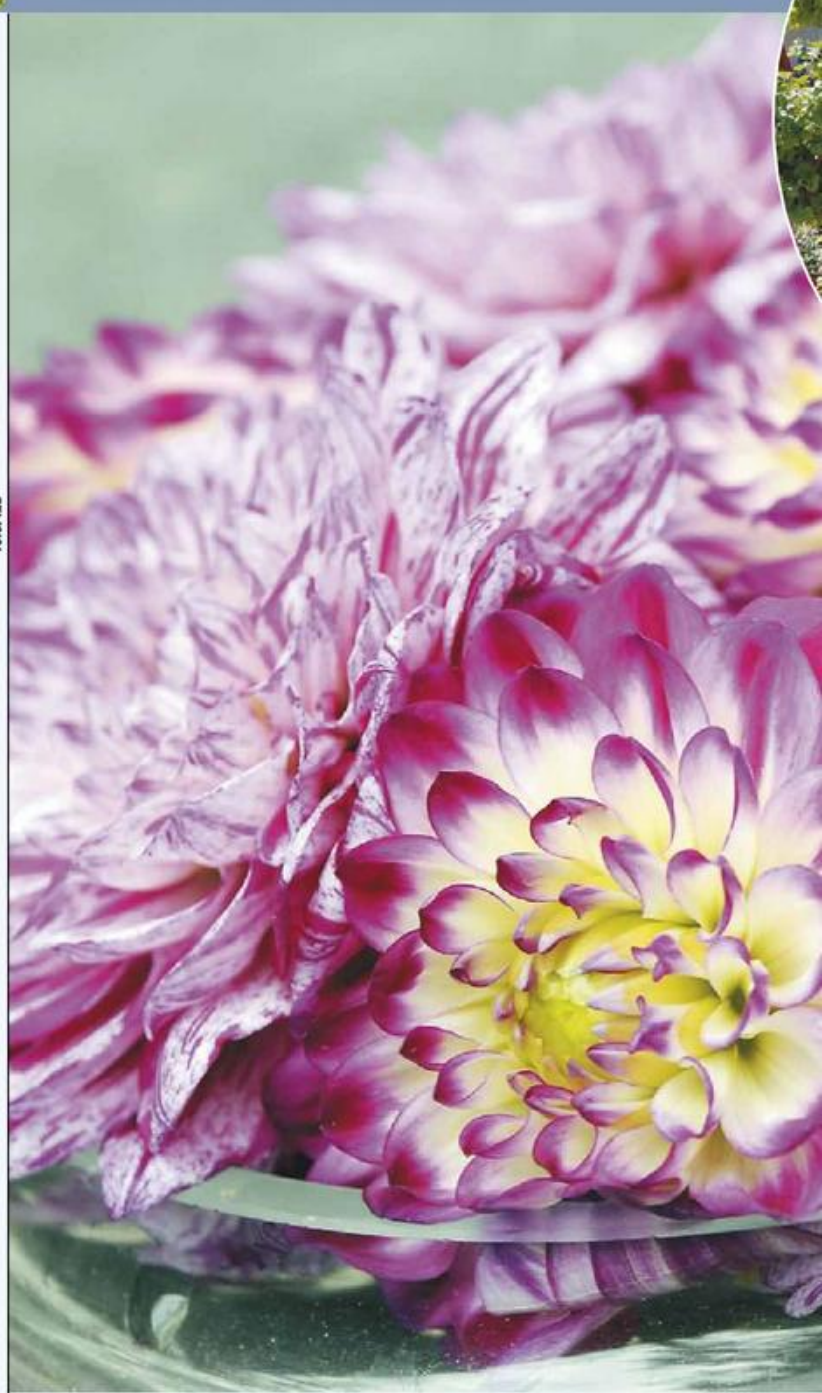
**Große Rasenmäher
Eintausch-Aktion**

**Meyer's
Mühle
GARTEN
TECHNIK**

Service in eigener Werkstatt
Verkauf + Beratung ✓

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

Foto: IZB



Dekorativ: Dahlien überraschen mit ihrer Farbvielfalt.

Wissenswertes zur Dahlie

Dahlien gehören zum Beliebtesten, was Garten und Balkon an Pflanzen zu bieten hat. Sie wurden nach dem schwedischen Botaniker Andreas Dahl benannt, einem Schüler des berühmten Naturforschers und Systematikers Carl von Linné. In Deutschland wurden sie zu Ehren des in Russland tätigen Botanikers Johann Gottlieb Georgi „Georginen“ genannt. Dieser Name konnte sich jedoch nicht durchsetzen. Er ist aber in Russland üblich

und manchmal werden Dahlien auch in Deutschland noch umgangssprachlich als Georginen bezeichnet. Seit dem Jahr 1897 gibt es die Deutsche Dahlien-, Fuchsien- und Gladiolen-Gesellschaft e.V., die am Anfang Deutsche Dahlien-Gesellschaft hieß. Sie vereint Profigärtner und Pflanzenliebhaber, dient dem Erfahrungsaustausch und fördert das Wissen um die Dahlien auf vielfältige Weise. <http://www.ddfg.de>



Wohn-Lust

- Richtiges Licht im Raum
- Neue Farbgestaltung
- Gute Raumstruktur

...für Haus, Wohnung und Garten!

Sie werden individuell und produktunabhängig von mir beraten. Rufen Sie mich an!

Sabine Nertlich Dipl.-Ing.
Telefon 040-29 8888 96
www.nertlich-raumkonzepte.de



Traumhaftes für Haus und Garten

Auch in diesem Jahr gibt es auf dem Gut Stocksee in Stocksee wieder Schleswig-Holsteins älteste Gartenmesse auf dem Lande, die „Park & Garden – Country Fair“. Und das bereits zum 12. Mal! Vom 9. bis zum 13. Juni zeigen über 200 Aussteller alles, was Haus und Hof, Garten und Balkon schöner macht! Neben der

Vielfalt von Gartenkunst und Interieur finden Sie hier eine exquisite Auswahl von Bäumen, Pflanzen, Kräutern, Garten- und Raumobjekten. Wie immer im Programm ist auch in diesem Jahr der Gartenwettbewerb „Small Gardens – Kleine Gärten“, der viele Schaulustige vor die Tore Hamburgs lockt. Motto diesmal: „Wasser in kleinen Gärten.“ Natürlich kommt auch das leibliche Wohl der Gäste nicht zu kurz: u.a. laden Delikatessen aus Frankreich und Italien zum Genießen ein. Öffnungszeiten: Do.-So., 10-19 Uhr/Mo., 10-18 Uhr. Eintritt: 14 Euro, Jugendliche bis 16 Jahre frei! Infos: www.park-garden.de.

Neuer Gardinenservice

Das Waschen schmutziger Gardinen ist zeitaufwendig, lästig und anstrengend, besonders, wenn man dabei noch auf die Leiter steigen muss. Der „AWA Gardinenservice“ aus Norderstedt nimmt Ihnen diese unliebsame Arbeit ab. AWA steht für „Abnehmen, Waschen und Aufhängen“. Nach maximal drei Tagen bekommen Sie Ihre Gardinen sauber frisch wieder zurück. Vor zwei Jahren hat sich Sabine Jacobsen mit ihrer kreativen Idee selbstständig gemacht. „Aus Liebe zur Raumgestaltung kam mir die Idee, mein Hobby zum Beruf zu machen. Durch das Entdecken einer Marktlücke konnte ich diese endlich verwirklichen“, erklärt Inhaberin Sabine Jacobsen glücklich. Neben dem Gardinenservice bietet die agile Geschäftsfrau auch Farb- und Raumberatung an und übernimmt Änderungswünsche der vorhandenen Gardinen, aber auch Neubestellungen von Vorhängen, Plissees, Rollos und Jalousien. Mehr Informationen gibt es unter **Tel.: 589 55 47-0** und im Internet unter www.awa-gardinenservice.de.



Abnehmen waschen aufhängen von Gardinen: Sabine Jacobsen übernimmt für Sie die Reinigung Ihrer Vorhänge.



JARKE[®]
Teak & Rattan
Wohnmöbel · Gartenmöbel · Auflagen



Juni, Juli, Jarke!

Neu eingetroffen: wetterfeste Lounge-Gruppen, Sessel und Stühle

Hochwertige
Sonnenschirme in div.
Größen ab € 59,-



div. Teak-Liegen +
Sonnenschirme



div. Klapptische
Klappstühle ab € 69,-



massive Teak-Bänke ab € 249,-



Ecolene-Stuhl „Sevilla“



Ecolene-Stuhl „Oleo“



wetterfeste Ecolene-Loungegruppe
"Casablanca" inkl. Outdoor-Auflagen + Kissen



wetterfester
Sessel „Cape Cord“
inkl. Fußhocker



Ecolene-Loungegruppe
"Arizona" in div. Farben



Teak-Deckchair,
div. Modelle ab € 249,-

Online-Shop: www.jarke-teak.de – über 1.500 Artikel!

Filiale Hummelsbüttel, Wilhelm-Stein-Weg 25/Ecke Lademannboden, Mo.-Fr.: 10-19 Uhr, Sa.: 10-16 Uhr, Tel.: 040/ 539 39 333

Filiale Norderstedt, In de Tarpen 101-107/Ecke Aspelohe, Tel.: 040/ 308 52 075, Mo.-Fr.: 10-19 Uhr, Sa.: 10-16 Uhr

Filiale Blankenese, Elbchaussee 520, 21. März bis 28. August 2011

Mo.-Fr.: 11-19 Uhr, Sa.: 10-16 Uhr und So.: 12-16 Uhr Ausstellung (keine Beratung + Verkauf)

• Adresse
• Größe
• Farbe
• Preis

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
Porgesring 12
22113 Hamburg
www.hansabaustahl.de

SEIT 1929 **Druve**
Sanitär · Gasheizung · Klempnerei

- BÄDER
- HEIZUNGSANLAGEN
- SOLARANLAGEN
- WARTUNGSDIENST
- BEDACHUNGEN

www.druve.com

Hoisbütteler Dorfstr. 11 • 22949 Ammersbek • Tel. (040) 605 06 20 • Fax (040) 605 15 32

GLASEREI IM ALSTERTAL

B. DENKER GMBH

- ◇ Fenster, Türen und Velux-Fenster
- ◇ Ganzglastüren und Trennwände
- ◇ Spiegel und Glasplatten
- ◇ Glasduschen
- ◇ Reparatur-Schnelldienst
- ◇ Versicherungsschäden



Poppenbütteler Bogen 35, 22399 Hamburg
Tel.: 602 37 64 • Fax: 606 42 57
glaserei-im-alstertal@t-online.de

Energie selbst erzeugen - mit eigenem BHKW...
Mini-Blockheizkraftwerke

Aktueller Vortrag:

Thema: BHKW - endlich
lieferbar - Anwendung,
Funktion, Nutzen

Do. 16. Juni 18-20 Uhr

**Wir bitten um Ihre
telefonische
Reservierung.**



www.august-kahl.de



AUGUSTKAHL®
HEIZUNGS- U. SANITÄRTECHNIK GMBH

Tel. 040-533 233-22 - Kompetenzzentrum Oehleckerling 4 - 22419 HH

**Markisen schützen
vor schädlichen
Sonnenstrahlen
und sorgen für ein
angenehmes Klima auf
der Terrasse.**

Foto: weinor.de

**Tipps, worauf beim Terrassenbeschatten
geachtet werden sollte:**

Das kleine M

**Sie ist das beliebteste Attribut des Sommers: die Sonne.
Sie hat aber auch ihre Schattenseiten – zu viel Wärme und
schädliche UV-Strahlen. Markisen schützen vor beidem und
sorgen für ein angenehmes Klima auf Terrasse und Balkon.
Aber welche Markise ist die richtige? Wir sagen es Ihnen!**

Es gibt die unterschiedlichsten Varianten und sie sind vielfältig nutzbar. Hilfreich bei der Anschaffung des optimalen Sonnenschutzes ist es, sich mit den einzelnen Begrifflichkeiten bereits vor dem Kauf auseinanderzusetzen, um zu prüfen, welche Markise die richtige ist. Markise ist nicht gleich Markise. Je nachdem, ob sie primär als Sonnen-, Wärme-, Blend-, Regen- oder Sichtschutz eingesetzt werden soll, kann man zwischen verschiedenen Markisentypen wählen. Grundsätzlich lassen sich drei Arten von Markisen unterscheiden: Bei der Roll-

Markise wird das Tuch auf eine Tuchwelle eingerollt. Die Falt-Markise ist zwar wie die Roll-Markise beweglich, das Tuch wird jedoch gefaltet und nicht um eine Tuchwelle gerollt. Die Fest-Markise ist – wie ihr Name schon sagt – nicht beweglich und wird vor allem im Objektbereich zum Beispiel vor Ladenlokalen eingesetzt. Besonders beliebt ist die Roll-Markise, von der es verschiedene Typen gibt. Entscheidend bei der Wahl einer Markise ist immer der Standort. Liegt der Balkon bzw. die Terrasse sehr geschützt, eignet sich eine Offene-Markise, bei der Tuchwelle und



Gartenpflege im Sommer

Wie bewältigt man im Handumdrehen die Gartenpflege im Sommer? Welche Möglichkeiten gibt es, den Wasserverbrauch im Garten deutlich zu senken und wie kann man mit einfachen Tricks den Schnecken das Leben schwer machen?

Helge Masch, Leiter des Botanischen Sondergartens gibt die Antworten und **informiert am Montag, dem 6. Juni, um 18 Uhr zum Thema Gartenpflege im Sommer** und gibt Tipps, welche Vorbereitungen zu treffen sind, damit der eigene Garten die Urlaubszeit gut übersteht. Dazu gibt es eine Führung im Freiland des Botanischen Sondergartens Wandsbek, Walddörferstraße 273. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und eine Anmeldung unter **Tel. 040/693 97 34** oder **sondergarten@wandsbek.hamburg.de** mit Angabe der Teilnehmerzahl erforderlich. Um auch in Zukunft Gartenwissenführungen anbieten zu können, bittet der Botanische Sondergarten um eine Spende von 2

Euro pro Person (Kinder frei).
Weitere Infos: www.hamburg.de/botanischer-sondergarten

TÜMLER & PEIL

**ROLLÄDEN
MARKISEN
ROLLTORE** Seit 1865

TP

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

arkisen 1x1

Technik offen liegen. Pfeift der Wind von allen Seiten ums Haus und auf die Terrassen, sollte man sich eher für eine Kassetten-Markise entscheiden, denn bei diesem Typ sind Tuch und Technik im eingefahrenen Zustand durch die Kassette komplett geschützt. Die Halbkassetten-Markise verfügt zwar nicht über eine eigene Kassette, aber hier erfolgt der Schutz über das Ausfallprofil, das Tuch und Technik weitgehend umschließt und so schützt.

Neben den Markisenarten, die für Balkon und Terrasse gedacht sind, gibt es noch weitere Möglichkeiten, seine Fenster von außen vor Licht, Sonne und Einsicht schützen: Bei den Senkrecht-Markisen handelt es sich um Fenster-Markisen mit senkrechter Tuchführung parallel zum Fenster. Die Fallarm-Markise verfügt über ein Ausfallprofil, mit dem das Markisentuch schräg nach außen gestellt wird. So lässt es sich auch bei herun-

tergelassener Markise noch bequem nach draußen schauen. Die Markisolette ist im oberen Teil Senkrecht- und im unteren Teil Fallarm-Markise und vereint so die Vorteile beider Systeme im Hinblick auf Sonnenschutz und Ausblick. Speziell für den Einsatz an Glasvorbauten aller Art wurde die Wintergarten-Markise entwickelt. Sie läuft in Führungsschienen und verfügt über ein Gegenzugsystem, das dafür sorgt, dass das Markisentuch immer gespannt bleibt – auch bei waagrecht und kombiniert waagrecht-senkrecht Verlauf. Neben diesen Grundtypen gibt es noch verschiedene Sonderformen, die für schräge Dachfenster geeignet sind. Egal, für welche Markise man sich entscheidet, eine kompetente Beratung ist die wichtigste Voraussetzung, damit man die optimale Lösung für die individuellen Bedürfnisse, den eigenen Geschmack und den Geldbeutel findet.

Ausstellungszentrum Braak
Wintergärten • Terrassendächer Markisen

Schulze

In unserer Ausstellung zeigen wir Ihnen über 20 verschiedene Wintergärten und Terrassendächer sowie eine der größten Markisenausstellungen Deutschlands.

Matthäus-Berg-Ring 18
22145 Braak
(2 Min. von der BAB-
Ausfahrt Stapelfeld)

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9.30 – 18.30 Uhr
Sa. 9.30 – 16.00 Uhr
Tel. 040 / 675 97 60
www.schulze-braak.de

CARPORT

Foto-Galerie:
über 400 Bilder unter
www.meincarpport.de

PREMIUM
CARPORTWERK

Tel: 0800 - 02277678 (gebührenfrei) www.meincarpport.de



Das Forum Alstertal
bietet Ihnen



<p>Betreutes Wohnen</p> <ul style="list-style-type: none"> • zertifizierte Wohnanlage • individuelle Wohnungsgrundrisse • Südlage mit Balkon / Wintergarten • attraktive & zentrale Lage • persönliche Atmosphäre <p>Bitte vereinbaren Sie Ihren Besichtigungstermin!</p>	<p>Tagungen & Events</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seminare • Workshops • Vorträge • Ausstellungen • Präsentationen • Konzerte
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Kritenbarg 18 22391 HH-Poppenbüttel 60 68 68 www.Forum-Alstertal.de

Begleitung, Betreuung und Gesellschaft für Seniorinnen und Senioren



Senioren Assistenz Alstertal

Unterstützung im Alltag und in der Freizeit

Siegrid Wurach – Qualifizierte Seniorenassistentin
Mobil: 0176 38 570 114 • Müssenredder 94 d • HH-Poppenbüttel
E-Mail: senioren_assistenz_alstertal@yahoo.de

Friseur speziell für pflegebedürftige Menschen



Wir kommen zu Ihnen.
Professionelle Friseure verwöhnen Sie zu Hause.
(Kenntnisse im Pflegebereich wie z.B. bei Demenz, Schlaganfall etc. vorhanden.)

Trockenhaarschnitt	12,50 €
Waschen, Legen o. Fönen	28,50 €
Dauerwelle	59,00 €
Arbeiten am Bett	zzgl. 6,00 €

zuzüglich Fahrtkostenpauschale 5,00 €
Ihr Friseursalon Marina Behrend • www.marina-chic.de
Wir freuen uns auf Ihren Anruf: Tel. 6 06 84 - 4 40

Ihr Pflegeheim in den Walddörfern



Senioren & Pflegeheim Margarethenhof

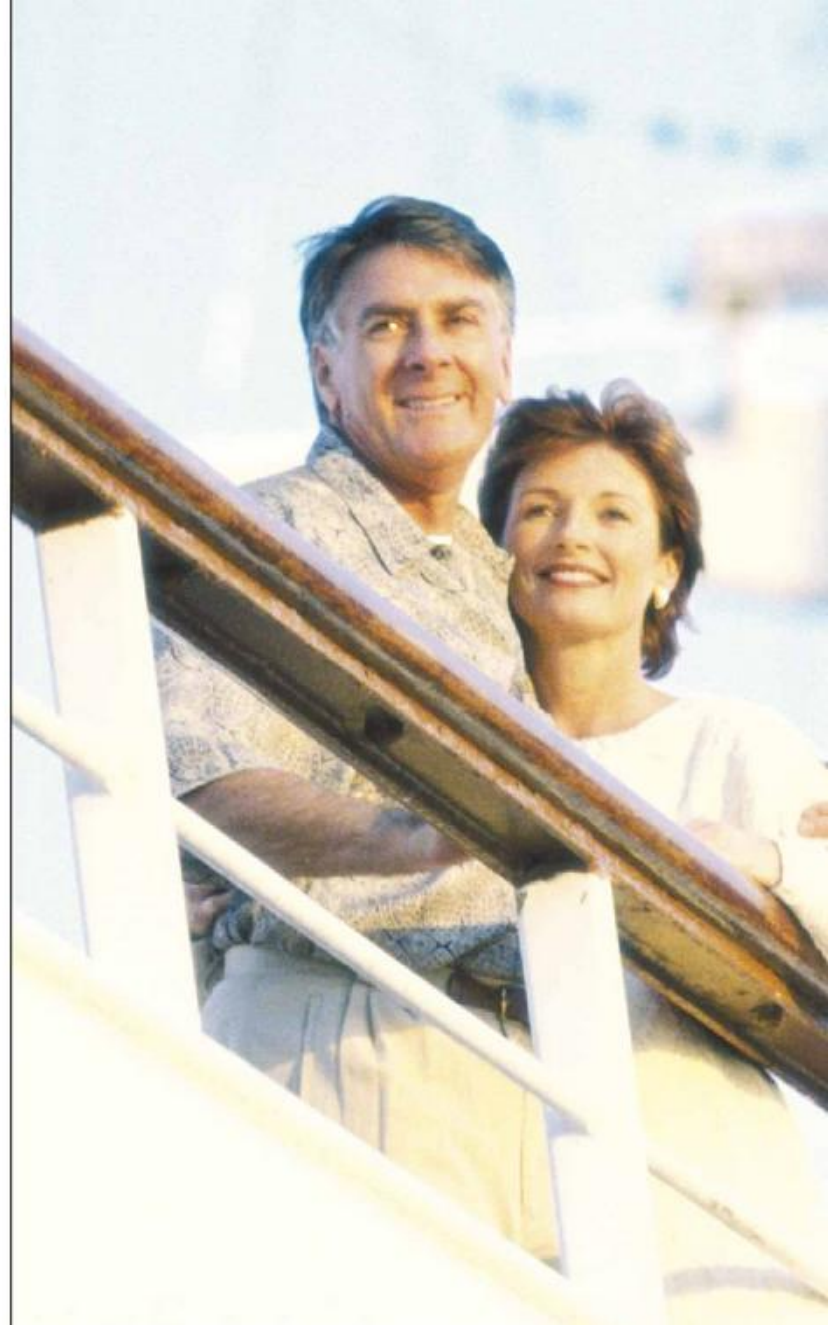


Wohldorfer Damm 156
22395 Hamburg - Bergstedt
Tel.: 040 - 604 87 42
Fax: 040 - 604 02 40
Mail: info@margarethenhof-hamburg.de

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 sozialhilfeberechtig
- umfangreiche Dementenbetreuung

www.margarethenhof-hamburg.de

Endlich Urlaub!

Endlich wieder Sommer – fast! Die beste Gelegenheit in den Urlaub zu fahren, bevor die Sommerferien anfangen und Touristenmassen die Ferienorte übervölkern. Das Alstertal-Magazin stellt Ihnen die fünf schönsten Reisemöglichkeiten für Senioren vor.

1. Kreuzfahrten

Eine Kreuzfahrt zu machen bringt viele Vorteile mit sich. Zum einen muss man sich keine Gedanken über die Freizeitgestaltung machen, da auf dem Schiff für alles gesorgt ist. Jeden Tag gibt es ein Programm, bei dem für

jeden Geschmack etwas dabei ist – und wenn Sie sich einfach nur entspannen wollen, tun Sie es! Auch für die Verpflegung an Bord ist gesorgt und ganz nebenbei können Sie neue Landschaften ganz bequem vom Schiff aus entdecken! Ob in Ägypten, auf der



**Seniorenresidenz
Wellingsbüttel**

*Ihr Stückchen
Ferienland 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

Entspannend: Auf einer Kreuzfahrt müssen Sie sich um nichts kümmern und können ganz neue Orte bereisen.

Elbe, dem Mittelmeer oder in der Karibik – mittlerweile kann man fast überall eine Kreuzfahrt machen. Ein besonderer Tipp: Auch die Elbe entlang kann man eine Kreuzfahrt machen und Orte wie das „Elbflorenz“ Dresden oder Potsdam erkunden.

2. Pauschalreisen

Beim All-Inclusive-Urlaub ist es ähnlich. Sie können sich Ihr Urlaubsziel selbst aussuchen und müssen sich um nichts kümmern, was Sie nicht selbst machen wollen. Ob Sie lieber weiter weg oder gleich nebenan verreisen, ob es

ein kleines gemütliches oder ein großes luxuriöses Hotel werden soll, das alles entscheiden Sie ganz nach Ihren Wünschen. Besonders beliebte Reiseziele sind die Türkei, Mallorca und die Malediven. Im Internet gibt es diverse Portale, die die günstigsten Reiseanbieter miteinander vergleichen und ein gutes Angebot für Sie zusammenstellen.

3. Kulturreisen

Wenn Sie eine Reise machen, um Ihren Wissensschatz aufzubessern mehr über Ihren Urlaubsort und

Fortsetzung auf Seite 94

**GAST-
UND
KRANKENHAUS**
WOHNEN MIT PFLEGE SEIT 1248

Würde und Geborgenheit – seit über 750 Jahren.

Im Alter unbelastet und zufrieden leben!

Das 1248 erstmals erwähnte Gast- und Krankenhaus bietet seinen Bewohnern eine sympathische Mischung aus Privatsphäre und Gemeinsamkeit.

Hier fühlt man sich wohl – eben wie zu Hause!



Nehmen Sie Kontakt mit uns auf – wir freuen uns auf Ihren Anruf:

Gast- und Krankenhaus · Hinsbleek 12 · 22391 Hamburg

Telefon 040/60 68 94 -0

info@gast-und-krankenhaus.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



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 Demenzbereich
- ✓ 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



Urlaubs-vertretung

für unsere Austräger gesucht,
mit eigenem PKW.

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



SENIOREN- UND PFLEGE-EINRICHTUNG HAUS HOG'N DOR Homfeldt OHG

Westerönfeld – Norderstedt – Neumünster



GEMEINSAM FÜR IHR WOHLBEFINDEN

Magret und Martina Homfeldt
 Alter Kirchenweg 2 • 22844 Norderstedt
 Tel.: 0 40 / 5 21 42 - 0 • Fax: - 184
www.haushogndor.de

Sehr gute Pflege,
zum sehr guten Preis

in Norderstedt, Schleswig-Holstein

- alle Pflegestufen • Kurzzeitpflege
- zentrale Lage • Deutsche Küche

Jederzeit unverbindlicher
Hausrundgang möglich.

Beste Bewertungen bei MDK und BIVA: 1,3
www.pflegelotse.de • www.heimverzeichnis.de

Ab 1. Juni
„Gerichte
rund um den Hering“
in unserer Friesenstube
Tel.: 040 - 52142186

Ihre Ansprechpartner: - 101
 Einrichtungsleitung: Jenny Patan
 Leitende Pflegekraft: Angela Haack
 Hauswirtschaftliche Betriebsleitung: Patricia Adams

Gerne senden wir Ihnen unsere
Informationsbroschüre zu!

OASIS Getränkemarkt
 LIEFERSERVICE ☎ 538 69 67

1957 - 2007

Stoppt Lepra!
 Mit nur 50 Euro ist
 Lepra heilbar

50 Jahre!
 Ein Anfang

Informationen unter:
 Telefon 09 31/79 48-0
www.dahw.de

DAHW
 Deutsche Lepra- und
 Tuberkulosehilfe e.V.

Fortsetzung von Seite 93

Endlich Urlaub!

Paradiesisch: An so einem traumhaften Sandstrand lässt es sich gut aushalten.



die fremden Kulturen erfahren wollen, dann sollten Sie einen Urlaub mit Reiseführer machen. Es gibt diverse Anbieter, die sich auf solche Reisen gerade für Senioren spezialisiert haben. Meistens reisen Sie in einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter, mit denen Sie sich über die neuen Eindrücke und Kulturschätze unterhalten können.

4. Urlaub in Deutschland

Warum weit weg fahren, wenn das Schöne so nah ist? Außerdem müssen Sie keine Reisestrapazen auf sich nehmen und sich an keine andere Zeitzone oder anderes Klima gewöhnen. Es gibt viele sehenswerte Orte in Deutschland, an denen Sie bestimmt noch nicht gewesen sind! Besuchen Sie doch zum Beispiel die Eifel und genießen Sie die schöne Natur rund um die Maare (Vulkanseen). Oder wie wäre es mit der Wartburg in Eisenach, der Frauenkirche in Dresden, dem Schloss Neuschwanstein in Füssen und der Zugspitze?

5. Gesundheitsurlaub

Wenn Sie sich erschöpft und kraftlos fühlen, dann gönnen Sie sich doch einen Gesundheitsurlaub. Auch hierfür müssen Sie nicht weit reisen, sondern können sich innerhalb Deutschlands umschauen. Bei dieser Art von Urlaub können Sie auf ein großes Wellness-Angebot zurückgreifen: entspannende Massagen und Saunagänge, aber auch ein leichtes Bewegungsprogramm mit Nordic-Walking, Schwimmen im Pool oder Wanderungen werden angeboten – ideal, um sich eine Auszeit zu nehmen und anschließend vollkommen erholt und gestärkt in den Alltag zurückzukehren.



Kultur pur: Das Kolosseum in Rom ist eine beliebte Touristen-Attraktion.



Gardinenservice
Abnehmen • Waschen • Aufhängen



Sabine Jacobsen

- Schnell und preiswert
- Kostenloses Angebot vor Ort
- Änderungen und Neuanfertigungen
- Gardinenhilfe bei Ihrem Umzug
- Farb- und Raumberatung

Telefon: 589 55 47-0 • Fax: 589 55 47-1
info@awa-gardinenservice.de • www.awa-gardinenservice.de



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, Samstag 10.00 - 14.00 Uhr



Tagespflege am Alsterlauf



Tagesbetreuung für Senioren

Unser Motto:
„Wohnen wie zu Hause,
Service wie im Hotel.“

Kritzenburg 47 • 22391 Hamburg
Tel.: 040-386 609 58 • www.lichtblick-tagespflege.de

Wenn ein Kind hungert

CARE hilft Ihnen zu helfen:
Mit nur 5€ können Sie einem Kind z. B. in Haiti 2 Wochen das Überleben sichern.

Senden Sie eine SMS mit CARE an die 81190 und unterstützen Sie uns mit 5€ (zzgl. SMS-Versand, Charity-Erlös 4,83€/SMS).
www.care.de





Die mit dem CARE-Paket.

Ein CARE-Paket hilft

„Zwei Trainingseinheiten à 20 Minuten haben meinen Körperfettanteil spürbar reduziert“



Unter der Aufsicht eines Personaltrainers wird bei Body Focus individuell und effektiv in persönlicher Atmosphäre trainiert.

„Für mich sind Sport und körperliche Auslastung genauso wichtig wie ein leckeres Essen. Daher mache ich seit mehreren Jahren Ausdauersport in Form von Fitnesskursen, die mir viel Spaß bringen. Allerdings lassen die merkbaren körperlichen Erfolge ein wenig auf sich warten und der zeitliche Aufwand, den ich dafür aufbringen muss, ist relativ hoch“, so Nicola Jansen. „Im vergangenen Sommer hörte ich von den Trainingsmethoden des Personaltrainers Mario Adelt. Er ist davon überzeugt, dass man mit einem High Intensity Training (HIT), d.h. mit einem kurzen und intensiven Muskeltraining, die gleichen Erfolge erzielt, wie mit einem mehrtägigen Workout pro Woche.“

Die HIT-Trainingsmethode bietet Mario Adelt in seinem Fitnessclub **Body Focus, Gänsemarkt 33**, an. Bei diesem Konzept reicht eine Trainingseinheit à 20 Minuten pro Woche aus, um mehr Muskeln aufzubauen und Fett zu verbrennen – ohne dabei hungern zu müssen. „Das konnte ich mir kaum vorstellen und probierte es deshalb aus. Schnell lernte ich konzentriert und ohne Ablenkung mit einem Personaltrainer zu trainieren. Kurz, intensiv und mit einer solchen Anzahl an Wiederholungen, dass meine Muskeln am Ende der Übung zitterten. Bereits nach den ersten zwei Trainingseinheiten spürte ich eine Veränderung: Mein Körper war straffer geworden und ich fühlte mich agiler als sonst. Eine Körperfettmessung bestätigte meinen Eindruck. Ich hatte innerhalb von zwei Wochen

meinen Körperfettanteil von 19 % auf 17% reduziert und ein Kilo mehr Muskeln aufgebaut. Mein Essverhalten veränderte ich dabei nicht.“

„Bei Body Focus habe ich gelernt, dass nicht etwa das Gewicht oder der BMI entscheidend sind, sondern die gesamte Körperzusammensetzung; sprich: die prozentuale Verteilung von Körperfett, Wasser und Muskeln. Ich weiß jetzt, dass man durch mehr Muskeln einen höheren Energiegrundumsatz hat. Lustig, wenn ich bedenke, dass ich jahrelang einen großen Bogen um Fitnessgeräte gemacht habe, aus Angst, dass ich zu viel Muskelmasse bekomme! Heute versuche ich einen guten Ausgleich zwischen HIT-Training und ausdauerorientiertem Sport im Fitnessstudio zu bekommen, fühle mich fit ohne Kalorien zu zählen und mache mich auch nicht mehr wegen meines Gewichtes auf der Waage verrückt.“ Weitere Infos zum hocheffizienten Personal Training bei Body Focus unter **Tel.: 040-35 71 44 80** und **www.body-focus.de**.



Mitglied Nicola Jansen mit Mario Adelt, Inhaber von Body Focus.

Neueröffnung in Poppenbüttel



Peter Hencke hat in Poppenbüttel seine dritte Physiotherapiepraxis eröffnet.

Die Praxis für Physiotherapie von Peter Hencke, Stormarnplatz 8, feierte große Neueröffnung. Das Leistungsspektrum der Praxis ist umfangreich: Nicht nur Krankengymnastik, Ergotherapie, medizinische Massagen, Elektrotherapie, Fangopackungen, Kinesio-Taping, Lymphdrainagen und manuelle Therapie werden von Peter Hencke und seinem Team

angeboten, sondern auch entspannende Wellness-Massagen. Als zusätzliche Service-Dienstleistung können Hausbesuche und Firmenmassagen vereinbart werden. Zwei weitere Physiotherapiepraxen von Peter Hencke sind in Rahlstedt, Bargtheider Straße 44, und in Eppendorf, Kümmelstraße 1. Mehr Informationen erhalten Sie unter **Tel.: 870 859 11**.

Zahnärztin hilft Bedürftigen in Indien



Die Wellingsbüttler Zahnärztin Dr. Erdmuth Höhna (r.) operiert ehrenamtlich Kinder in Indien.

Seit einigen Jahren nutzt die Wellingsbüttler Zahnärztin **Dr. Erdmuth Höhna**, Inhaberin der Praxis „zwei plus zahnheilkunde in wellingsbüttel“, Barkenkoppel 58, einen Teil ihres Urlaubs, um gemeinsam mit ihrem Ehemann Dr. Ralf Höhna in Indien unentgeltlich Bedürftige zu behandeln! Zuletzt im Februar: Mit vier Koffern, prall gefüllt mit gespendetem medizinischen Material, ging es nach Chittapur. Dort, in einer der ärmsten Gegenden Indiens, liegt das **Dr. Ohm Indo-German-Hospital**. Ein durch Spenden getragenes Pro-

jekt der Kinderhilfe Chittapur, in dem medizinische Teams bedürftige Patienten ehrenamtlich medizinisch und zahnmedizinisch versorgen. Dr. Höhna wird in der Zeit gemeinsam mit einem Hamburger Kollegen die Versorgung der Zahnstation übernehmen. Ihr Ehemann, Facharzt für Anästhesie, Narkosen durchführen. Die Praxis in Wellingsbüttel wird in ihrer Abwesenheit Dr. Julia Hessel übernehmen, die seit Februar das Praxisspektrum um ganzheitliche Zahnheilkunde erweitert hat. Mehr Infos zur Praxis gibt es unter **Tel.: 536 12 07**.

Kostenlose Impfung in Wandsbek



Das **Bezirksamt** bietet jeden 1. Mittwoch im Monat **kostenlose Impfungen** und Impfberatungen für Kinder und Erwachsene an. Kinder können gegen Masern, Mumps, Röteln, Varizellen, Diphtherie, Tetanus, Keuchhusten und Kinderlähmung geimpft werden. Die Hepatitis B- Impfung wird lediglich bis zum 15. Lebens-

jahr durchgeführt. Erwachsene können sich gegen Diphtherie, Wundstarrkrampf (Tetanus), Keuchhusten (Pertussis) und zur Grundimmunisierung auch gegen Kinderlähmung (Poliomyelitis) impfen lassen. Die nächste Impfsprechstunde findet am Mittwoch, dem 1. Juni, von 16 bis 18 Uhr statt. Die Impfungen werden ohne Anmeldung – möglichst mit Impfausweis – im Bezirksamt Wandsbek, Gesundheitsamt, Nebeneingang Robert-Schuman-Brücke 4, durchgeführt. Im Juli und August fallen die regulären Impftermine aus! Die nächste Impfsprechstunde wird nach den Hamburger Sommerferien, am Mittwoch, den 7. September angeboten. Alle Fragen rund ums Impfen werden unter den Telefonnummern **42 881 -24 52** oder **-34 94** beantwortet.

Alstertal Physiotherapie Zentrum
Vertrauen Sie unserer Kompetenz und Freundlichkeit

NEUERÖFFNUNG Krankengymnastik
Ergotherapie • med. Massage

Frühlingsangebot*
Rückenmassage (20 min) nur **EUR 9,-** (statt EUR 18,-)

Fangopackung*
Wärme für Ihr Wohlbefinden nur **EUR 7,-** (statt EUR 14,-)
*bis 30.06.2011

Peter Hencke • Stormarnplatz 8 • 22393 Hamburg • Direkt S1-Poppenbüttel
Telefon: **040-87 08 59 11**
Öffnungszeiten: Mo., Di., Do. 9 - 12 u. 13 - 20 Uhr • Mi., Fr. 8 - 13 Uhr

www.alstertal-magazin.de

WERDEN SIE TEAMPLAYER.

Mit **ÄRZTE OHNE GRENZEN** helfen Sie Menschen in Not. Schnell, unkompliziert und in rund 60 Ländern weltweit. Unsere Teams arbeiten oft in Konfliktgebieten – selbst unter schwierigsten Bedingungen. Ein Einsatz, der sich lohnt: www.aerzte-ohne-grenzen.de/mitarbeiten

Bitte schicken Sie mir unverbindlich

Informationen zur Mitarbeit im Projekt

Allgemeine Informationen über **ÄRZTE OHNE GRENZEN**

Informationen zu Spendenmöglichkeiten

Name: _____

Anschrift: _____

E-Mail: _____

ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.
Am Kölnischen Park 1, 10109 Berlin
Spendenkonto 97097
Bank für Sozialwirtschaft
BLZ 370 20500

BERNDT LANS FRONTIERE
ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.
Mitglied des Präsidiums

Modernste Diagnostik und Therapie

hochpräzise Tumorbehandlungen • 3-Tesla Kernspin-Tomographie (3-T MRT)
digitale Mammographie (Microdosis) • Behandlung von chronischen Gelenkbeschwerden
Nuklearmedizin • Behandlung von Rückenschmerzen (PRT)

Der erkrankte Mensch steht bei uns im Mittelpunkt

STRAHLENZENTRUM HAMBURG

Medizinisches Versorgungszentrum
Langenhorner Chaussee 369 • D - 22419 Hamburg
Tel.: 040 - 244 245 80 • Fax: 040 - 244 245 844

BERATUNG • BEHANDLUNG • BETREUUNG • www.szhh.info

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



TRAUMBÄDER

Foto: Burgbad

Bad im Licht: Schlau geplant ist die Sonne der Hauptakteur, der das Bad in immer wieder neuer Weise erstrahlen lässt.

Verführerische Bädertrends:

Meine

Wasser

Foto: Villeroy Boch

Zimmer mit Aussicht: Wer beim Baden den Blick schweifen lassen möchte, wird hier fündig.

Ob pures Wohlfühlen oder Bad im Licht: Der früher oft vernachlässigte Waschraum wird zum ansprechend designten Wellness-Zentrum mit State-of-the-Art-Technologie. Und es gibt so viele Möglichkeiten! Das Alstertal-Magazin zeigt besondere Prachtexemplare!

Fortsetzung auf Seite 100

Weniger ist mehr: Durch geschickt verborgenen Stauraum wissen auch kleinere Bäder mit viel Platz zu gefallen. Das Spiel mit Licht und Schatten tut das Übrige, um ein Badezimmer visuell aufzuwerten.

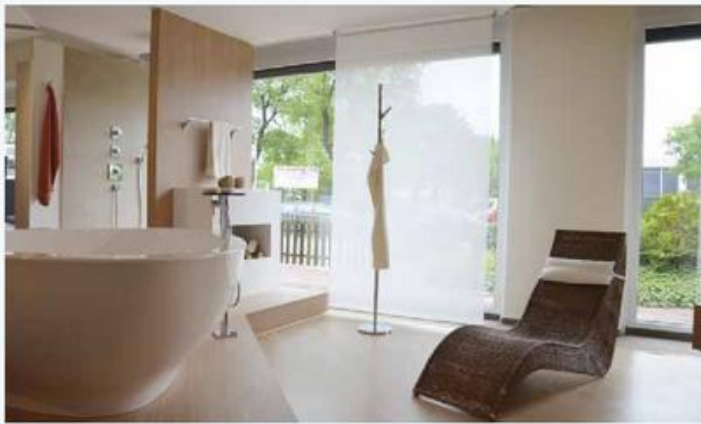


Foto: Duravit

Foto: Villeroy Boch

Zum individuellen Traumbad mit D.F. Liedelt

Anzeige



In der Ausstellung von D.F. Liedelt in Norderstedt mit rund 60 Bädern werden zahlreiche Badgestaltungsideoen für die eigenen vier Wände präsentiert.

D.F. Liedelt blickt auf eine fast 50-jährige Firmengeschichte zurück. Der Betrieb, der zur Andreas Paulsen Gruppe in Kiel gehört, ist von einem kleinen Heizungsgroßhandel zu einem der führenden Heizung- und Sanitär-Großhändler im Norden herangewachsen und befindet sich mittlerweile an 11 Standorten im

Großraum Hamburg. Der Hauptsitz in Norderstedt in der **Robert-Koch-Straße 23** bietet ein breit gefächertes Produktsortiment im Bereich moderne Badgestaltung und umweltfreundliche Haus- und Heizungstechnik. Ein besonderes Highlight ist die Badausstellung, die vom

preisgünstigen Bad, über barrierefreie Seniorenbäder bis hin zum hochwertigen Designer- und Wellnessbad verschiedenste Badeinrichtungsideen präsentiert. Kompetente Fachkräfte stehen Ihnen dort und zu Hause zur individuellen Beratung zur Verfügung. „Wir möchten unseren Kunden helfen, ihr persönliches Traumbad zu gestalten und planen mit ihnen alles bis ins kleinste Detail. Der Kunde kann sich bei uns eine 3-D-Planung von seinem maßgeschneiderten Bad anfertigen lassen, um so im Vorwege eine bestmögliche Vorstellung zu erhalten“, so Vera Camacho-Alves, Ausstellungsleiterin. Zudem arbeitet D.F. Liedelt mit hochwertigen Herstellern wie Ceramica Catalano oder GKI. zusammen und kooperiert mit einem namhaften Fliesenhändler. Beste Voraussetzungen also für eine perfekte Badgestaltung. Weitere Infos unter **Tel.: 040-529 02-1** oder **www.liedelt.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

Bad und Küche mit Gefühl und Geschmack

Wir helfen Ihnen, Wellnesswünsche und Genießerträume zu verwirklichen. Mit intensiver Beratung zu Technik und Design. Mit hochwertigen Produkten renommierter Hersteller wie SieMatic. Mit umfassendem Service von Planung bis Einbau. Lassen Sie sich in unseren Ausstellungen von Qualität überzeugen!



SieMatic

www.ellerbrock.com

bad & küche in duvenstedt · Puckaffer Weg 4 · T 040 6 07 62-0

bad & küche wohnmeile halstenbek · Gärtnerstr. 161 · T 04101 51 67 35

die küche im stilwerk · Große Elbstr. 68 · T 040 38 08 67 70

persönlich
gut beraten

-ellerbrock

FACHBERATUNG · LIEFERUNG · ENTSORGUNG · MONTAGE · REPARATUR

TRAUMBÄDER

Dieter Dräger GmbH

Sanitärtechnik und Klempnerei

Küchen • Bad • Dach • Gas-Geräte •
Solar und Heizungen • Kundendienst



Poppenbütteler Bogen 16 • 22399 Hamburg

Telefon: 606 16 60



Foto: Darenit

*Neue Offenheit:
Verschlossene
Verschlüsse werden
zu großzügig offenen
Räumen mit äußerst
herzeigbarem Design.*

Notdienst 0172 400 40 74

Ihr Wunschbad von uns:

www.prunsharms.de

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 HARMES
BAD- & HEIZUNGSSTUDIUM

Georg-Sasse-Straße 22 22949 Ammersbek
Telefon 040/605 50 206

Foto: Villenort Bach

**Gesamtkonzept: Wenn sich jeder
Bestandteil ästhetisch passend
einfügt, ist viel gewonnen!**

Bild: www.Sanitär-Praxis.de

D.F. LIEDELT
Die schönsten **BäderWelten**

In unseren **BäderWelten** erwarten Sie 200 traumhafte Komplettbäder in allen Preisklassen.
HH-Harburg | Buxtehuder Straße 56 | Wir sind für Sie da: Mo - Fr 9 - 18 Uhr | Sa 9 - 14 Uhr
22851 Norderstedt | Robert-Koch-Straße 23 | HH-Eilbek | Wandsbeker Chaussee 68
www.liedelt.de

Foto: Bürgelbad

**Klare Linien, bestechendes Design:
Moderne Bäder setzen Trends!**



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.



Diana

Diana war jemandem zugelaufen, wurde zum Polizeirevier gebracht und kam in den HTV. Mit ihren circa sechs Jahren wurde sie im Tierheim kastriert und gechipt. Sie war anfänglich den Pflegerinnen gegenüber zurückhaltend entpuppte sich dann aber als ruhige und liebe Katzenseele. Diana wünscht sich bald ein Zuhause, in dem sie ihr weiteres Katzenleben super umsorgt verbringen kann. Auch ein Revier im Garten zu haben wäre ihr Traum.

Lotte

Lotte kam als Fundhund ins Tierheim und wurde schnell vermittelt. Leider hat sie sich in ihrem Zuhause nicht mit dem schon vorhandenen Welpen verstanden und wurde wieder abgegeben. Diese junge Dame hat bisher noch nicht viel gelernt und kann sehr temperamentvoll sein. Mit ihr ist ein Besuch in der Hundeschule sicherlich notwendig. Ansonsten zeigt sie sich im Tierheim von ihrer guten Seite und ist sehr liebenswert. Wer gibt Lotte ein neues Zuhause?



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

Macchia

Macchia wurde wegen Umzug des Halters im HTV abgegeben. Elf Jahre lang hatte sie ein Zuhause und nun sucht sie eine neue Bleibe und zwar für immer! Sie benötigt ein Zuhause, in dem sie drinnen und draußen leben kann, da sie gern mal auf Tour im Garten unterwegs sein möchte. Sie benutzt den Kratzbaum, ist stubenrein und ein ruhiges Tier. Ihre Beschützer sollten Verständnis dafür haben, dass sie sich nicht gerne anfassen lässt und Kindern gegenüber sehr unsicher ist. Im HTV ist sie gechipt worden.



Tierarztpraxis in Bergstedt



Christina Ullmann
Bergstedter Chaussee 92
22395 Hamburg

Tel. 040 - 644 30 690 • www.tierarztpraxis-bergstedt.de

Sprechzeiten:

Mo.-Mi. 9-13 Uhr und 16-19 Uhr, Do. 9-15 Uhr,
Fr. 9-13 Uhr und 15-18 Uhr, Sa. 9-12 Uhr



TIERKLINIK VOLKSDORF: Tierärztliche Klinik für Kleintiere

Chirurgie • Orthopädie
Physiotherapie • innere Medizin
Kardiologie • Augenheilkunde
Hausbesuche

Dr. med. vet. Schneider und sein Team sorgen liebevoll und kompetent dafür, dass Ihre vierbeinigen Patienten schnell wieder gesund werden.



Tierklinik Volksdorf

Eulenkragstr.1, 22359 Hamburg, Tel.: 603 47 75 und 603 12 96

E-Mail: Dr.J.Schneider@t-online.de, www.tierklinikhamburgvolksdorf.de

Steildach
Flachdach
Fassaden- und
Schnsteinverkleidungen
Bauklempnerei
Reparaturen

Mende & Landes
Dachdeckermeister
Bedachung - Fassade

1970
40
2010

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 - Flachdachsanierung

Wilhelm-Stein-Weg 8 • 22339 Hamburg
Telefon 538 43 00

Zertifizierter Fachbetrieb für
senioren- u. behindertengerechte Bäder / Installationen



10 Jahre Qualitäts-Garantie auf alle RAL-Produkte.
Dafür steht der Ritter von SCHEERER.

**Vertrautes Design,
zeitlos schön!**

Klassisch die Optik, unverwechselbar die
Qualität: Unsere Traditions-Zäune werden
Ihnen auch nach Jahren Freude machen.



Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 7.00 - 18.00 Uhr
Sa. 8.00 - 13.00 Uhr

Bahnhofstr. 19
22926 Ahrensburg
Tel. 0 41 02/4 55 50
Fax 0 41 02/5 09 96

Holzland
H. Wulf

SCHEERER ... mit Holz und Verstand
ZÄUNSYSTEME • CARPORTS www.scheerer.de



» Räume mit Stil gestalten.

Wandunikate | Oberflächendesign | Farbgestaltung | Bodenbelagsarbeiten
Maler- und Tapezierarbeiten | Wärmedämmverbundsysteme

Malereibetriebe
SUCK
Anno 1932

22926 Ahrensburg
Telefon 04102/97 94 97
Telefon 040/32 59 97 69
www.maler-suck.de

Mitglied der Wertegemeinschaft
farbrat
Le Colman
Mitglied LC-VP Netzwerk



Seit 1965
in Hummelsbüttel

Achim Meier
Bauunternehmen

- Schimmel-/
Feuchtigkeitssanierung
- 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

SUCHEN SIE ANSCHLUSS?

Planen Sie gerade Ihr
Neues Haus? Prima!
Haben Sie schon
Wasser- und
Sielanschluss auf
Ihrem Grundstück?
Rufen Sie uns an.
Wir machen Ihnen
Ein gutes Angebot.

MACKENS + SOHN GMBH
KUNDENDIENST/NOTDIENST TEL. 608 72 50
SANITÄRE ANLAGEN • BAUKLEMPNEREI
POPPENBÜTTeler BOGEN 17 • 22399 HAMBURG



Fotos: Friedrich Sunk/Ford

Geht vom Werk Saarlouis in 80 Länder der Welt: der neue Ford Focus Turnier.

Aus Deutschland in die Welt

Mitte des vergangenen Monats ist die Auslieferung des neuen Ford Focus Turnier im Werk Saarlouis der Ford-Werke GmbH angelaufen. Ford beabsichtigt dort, noch in diesem Jahr 321.000 Einheiten des neuen Ford Focus als vier- und fünftürige Limousine und als Kombi-Variante Turnier zu produzieren. Das tägliche Bauvolumen des Werkes liegt bei insgesamt 1.850 Einheiten – Ford Focus und Ford Kuga – bei flexibler Fertigung im Dreischicht-Betrieb rund um die Uhr. Für die Umstellung des Werkes auf die neue Ford Focus-Generation wendete Ford in Saarlouis in den Jahren 2008 bis 2011 insgesamt 300 Millionen Euro auf. Die größte Einzelinvestition betrug über 75 Millionen Euro für die neuen Presswerkzeuge zur Formung der Blechteile.

Das Werk Saarlouis ist mit über 6.500 Mitarbeitern und weiteren 2.000 Beschäftigten im benachbarten Zulieferer-Industriepark der größte Arbeitgeber im kleinsten Flächen-Bundesland und das Stammwerk für die Produktion des Erfolgsmodells Ford Focus, das dort seit August 1998 gefertigt

wird. Der Anteil der Facharbeiter in der Belegschaft liegt bei 60 Prozent.

Alleine das tägliche Einkaufsvolumen des Werkes bei den saarländischen Lieferanten wird auf etwa 4,3 Millionen Euro beziffert. An Löhnen und Gehältern fließen jedes Jahr etwa 350 Millionen Euro in den regionalen Wirtschaftskreislauf.

82 Prozent aller Ford Focus werden von der Saar in über 80 Länder exportiert, darunter nach Australien, Japan, Taiwan und Neuseeland. Die wichtigsten Exportmärkte sind Großbritannien, Italien, Frankreich und Spanien. Die neue Generation des Weltautos Ford Focus wird außer in Saarlouis bereits seit Dezember 2010 für den amerikanischen Markt im Werk Wayne/US-Bundesstaat Michigan gefertigt.

Die erste Generation des erfolgreichen Ford Focus – in den beiden Jahren 2000 und 2001 der meistverkaufte Pkw der Welt – wurde zwischen August 1998 und Ende September 2004 in Saarlouis insgesamt 2,158 Millionen mal gebaut.



Der FORD FIESTA HUGO PFOHE EDITION.

Spitzentechnologie im Powerpaket.

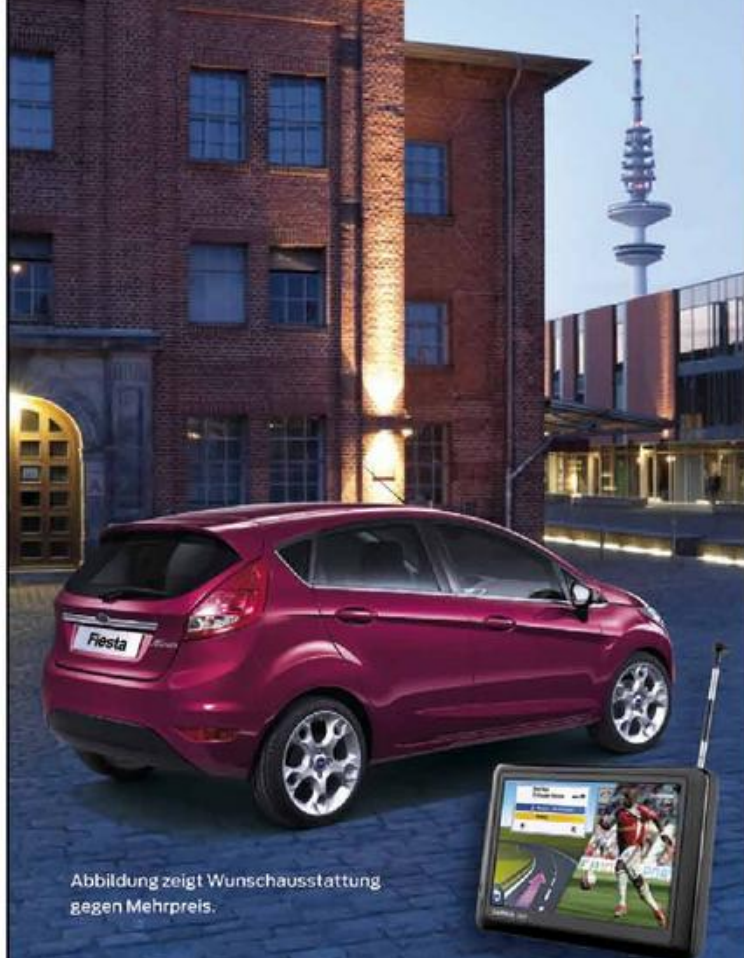


Abbildung zeigt Wunschausstattung gegen Mehrpreis.

DER FORD FIESTA HUGO PFOHE EDITION

Inkl. mobiles Garmin TV-Navigationsgerät mit Bluetooth Freisprecheinrichtung und werksseitiger A-Säulen Halterung, Midnight-Sky Blau Metalllackierung, Klimaanlage, Audiosystem CD, elektr. Fensterheber vorne, Zentralverriegelung mit Fernbedienung, Frontscheibe beheizbar, Sitzheizung vorne, Ford Garantie Schutzbrief für das dritte Jahr nach Erstzulassung bis 60.000 km.

Als Tageszulassung schon für

Sie sparen

€ 11.990,-¹

€ 3.293,-²



Kraftstoffverbrauch (in l/100 km nach RL 80/1268/EWG oder VO (EC) 715/2007): Ford Fiesta: 7,3 (innerorts), 4,4 (außerorts), 5,5 (kombiniert); CO₂-Emissionen: 127 g/km (kombiniert).

HUGO PFOHE

www.hugopfohe.de

FUHLSBÜTTEL
Alsterkrugchausee 355
(040) 500 600

WANDSBEK
Friedrich-Ebert-Damm 190
(040) 669 680

LOKSTEDT
Kollastraße 15
(040) 554 91 20

NORDERSTEDT
Niendorfer Straße 147
(040) 528 00 70

¹ Ford Fiesta Trend 3-türig, 44 kW (60 PS) Benzinmotor, mit Tageszulassung aus Mai 2011, das Angebot Hugo Pfohe Edition inkl. Navigationsgerät gilt solange der Vorrat reicht. Frachtkosten und Garantieverlängerung sind im Barverkaufspreis und im Preisvorteil enthalten. ² Gegenüber der UPE des Herstellers. Ford Flatrate Angebote für alle Ford Modelle erhalten Sie ebenfalls bei uns.

Jeep Day in Sasel



Das Original feiert Jubiläum: Der Jeep Wrangler Unlimited Mojave ist aktueller Nachfolger des Ur-Jeeps, der in diesem Jahr 70. Geburtstag feiert.

Foto: Jeep

Jeep

DAS ORIGINAL



Abb. zeigen Sonderausstattungen.

70 Jahre grenzenlose Freiheit. Jeep® Compass und Jeep® Grand Cherokee.

Das Original wird 70 – und trumpft groß auf. Mit dem neuen Jeep® Compass kommt jetzt ein variabler Kompakt-SUV für die City. Er überzeugt mit großer Fahrfreude, hoher Sicherheit und besonderem Komfort. Der luxuriöseste Jeep® aller Zeiten ist aber ohne Frage der neue Jeep® Grand Cherokee: hochwertiger Innenraum mit erlesenem Echtholz, beeindruckendes Design mit 7-Slot-Kühlergrill und ideale Offroad-Eigenschaften. Ab sofort gibt es ihn mit einem neuen durchzugsstarken Dieselmotor. Erleben Sie die neuen Modelle jetzt bei einer Probefahrt.

Ein Finanzierungsangebot, z. B. für den Jeep® Compass Sport 2,0l- 4 x 2 - 5 Gang:

KAUFPREIS	25.200,- €	GAP-Versicherung	1.838,09 €
Effektiver Jahreszins	0,7 %	Gesamtbetrag	19.604,21 €
Sollzinssatz, gebunden p. a.	0,7 %	Erste Rate	299,21 €
Bearbeitungsgebühr	0,00 €	69 Monatsraten à	284 €
Nettodarlehensbetrag	19.188,09 €	Anzahlung	7.850 €

Ein Finanzierungsangebot, vermittelt für die Chrysler Group Bank.

Der Jeep® Grand Cherokee bei uns ab 42.300,- €.

Über attraktive Leasing- und Finanzierungsangebote der Chrysler Group Bank informieren wir Sie gerne.

Kraftstoffverbrauch (l/100 km) nach RL 80/1268/EWG:
kombiniert 14,1-6,1. CO₂-Emission (g/km): kombiniert 327-161.

Jeep® ist eine eingetragene Marke der Chrysler Group LLC.



APW Lehmann Automobile GmbH

Autorisierter Chrysler, Jeep® und Dodge Verkauf und Service

Saseler Chaussee 62- 64
22391 Hamburg

Tel. 040 649 099 0
Fax 040 649 099 20

Lehmann Auto mobile

dl@lehmann-automobile.com
www.lehmann-automobile.com

Das Original feiert seinen 70. Geburtstag am Samstag den 4. Juni bei Lehmann Automobile. Der Schwerpunkt des Tages liegt in der Präsentation des neuen Jeep Compass mit ebenso neuem Dieselmotor und des Jeep Grand Cherokee, der auch mit einem völlig neuen Dieselmotor vorgestellt wird.

Aber nicht nur über diesen Tag gibt es Berichtenswertes, denn im Hause Lehmann Automobile, Saseler Chaussee 62-64, tut sich einiges: So wird beispielsweise der Markenname Chrysler – nicht die Modelle! – durch den Namen Lancia ersetzt. Das ist die logische Konsequenz aus der Beteiligung des Fiat Konzerns an Chrysler LLC. Damit alle Synergien genutzt werden können, um den künftigen Marktanforderungen gewachsen zu sein, entsteht auf diesem Wege einer der weltweit größten Automobilhersteller.

Der Chrysler-Interessent findet künftig auch die Modelle, die er in der Vergangenheit vorgefunden oder gefahren hat. Dazu gehört der Chrysler 300C, der jetzt Lancia Thema heißt und baugleich mit dem 300C ist, das gleiche gilt für den Chrysler Voyager der sich jetzt Lancia Voyager, nennt. Beide Modelle werden in den USA produziert.

Nach unten wird die Modellpalette durch den Lancia Delta, Lancia Muso und den brandneuen Lancia Y ergänzt. Der Lancia Y ist das sparsamste Fahrzeug seiner Klasse. In diesem Segment hatte Chrysler bisher nichts zu bieten, wohl aber besteht die Nachfrage nach kompakten und kleinen Fahrzeugen. Diese Interessentengruppe findet jetzt auch bei Lehmann Automobile ein Zuhause. Wer sich momentan nicht für die Anschaffung eines neuen Autos interessiert, kann den kostengünstigen „Boch Car Service“ von Lehmann Automobile nutzen. Außerdem erhalten alle Besucher des Tages, nach Terminabsprache, einen kostenlosen Urlaubsscheck!

50 Jahre Volvo P1800

Machte auch mit Anglern eine gute Figur: der Volvo P1800 im Jahre 1963.

Eines der spektakulärsten Volvo-Modelle, der P1800, feiert in diesem Jahr 50. Geburtstag. Das Sportcoupé ist das internationalste aller jemals gebauten Volvo Modelle: ein schwedischer Sportwagen, entworfen bei Pietro Frua in Italien, mit in Schottland gepresster Karosserie, in England montiert (zumindest die ersten 6.000 Exemplare), Amerika als wichtigstem Markt und erstmals als Prototyp präsentiert auf dem Auto-Salon 1960 in Brüssel. Durch die Verwendung von Komponenten des Volvo Amazon erhielt der Volvo P1800 auch den 90 PS starken B18B-Motor, der ebenso zum Erfolg beitrug wie das italienisch inspirierte Design des zweisitzigen Sportcoupés. Der Volvo P1800 wurde in Deutschland im ersten Jahr seines Verkaufs zu einem Preis von 17.500 D-Mark angeboten. Bis zum Produktionsende am 22.6.1972 39.414 Einheiten verkauft. Vom Schwestermodell, dem Volvo P1800 ES („Schneewittchensarg“), wurden zwischen 1971 und 1973 8.077 Exemplare produziert. Der Dreitürer präsentierte sich als Sportwagen mit Kombiheck, bei dem die hinteren Sitze nach vorn geklappt werden konnten, wodurch eine ebene Ladefläche entstand – eine für diese Zeit sehr ungewöhnliche Lösung.

Italienisches Design für den hohen Norden: der Volvo P1800.

1960



ABB. ZEIGT SONDERAUSSTATTUNG.



VOLVO V70 NEUWAGEN

RATE € 299,-*

**VOLVO V70 DRIVE € 35.460,- JETZT € 29.950,-
KURZFRISTIG LIEFERBAR!!!**

Volvo. for life



VOLVO V70 DRIVE DIESEL (EURO 5)
RTI-NAVIGATIONSSYSTEM
KLIMAAUTOMATIK
AUDIO HIGH PERFORMANCE MULTIMEDIA
EINPARKHILFE HINTEN
LEICHTMETALLFELGEN 16" ZOLL
POLSTERUNG TEXTIL/TRICOTECH
STOSSFÄNGER IN WAGENFARBE
DRIVE AERODYNAMIK-PAKET

Neupreis € 35.460,-
Krüll Aktion - € 5.510,-
Krüll Aktionspreis € 29.950,-

UPGRADE:

Dual-Xenon Scheinwerfer mit Kurvenlicht,
Sitzheizung, Scheinwerferreinigungs-
anlage **Krüll/Volvo Aktionspreis
€ 2.070,- € 950,-**

LEASINGANGEBOT VOLVO V70 DRIVE 84 KW (115 PS)

MONATL. LEASINGRATE	299,- EUR	ANZAHLUNG	4.900,- EUR
GESAMTFAHRLEISTUNG	40.000 KM	LAUFZEIT	48 MONATE
EIN ANGBOT DER VOLVO AUTO BANK.		ZUZÜGLICH 855,- EUR FRACHTKOSTEN.	

Diesel-Kraftstoffverbrauch (in l/100km) 5,3 (innerorts) 4,1 (außerorts) 4,5 (kombiniert) CO₂-Emissionen: 119 g/km. Die Angaben wurden ermittelt nach den vorgeschriebenen Messverfahren (RL 80/1268/EWG).

KRÜLL

**VOLVO
ZENTRUM**

Wellingsbüttel Wellingsbütteler Landstraße 22, Tel.: 040/ 500 990-0 **kruell.com**
Sonntags Schautag von 11.00 - 17.00 Uhr. Keine Beratung, kein Verkauf, keine Probefahrten.

Ohne Bügel:

Der neue offene Golf

Volkswagen setzt mit dem gerade erschienenen Golf Cabriolet eine Tradition fort. Für die drei Vorgänger entschieden sich zwischen 1979 und 2002 über 680.000 Autofahrer. Zeitweise war kein anderes Cabriolet auf dem Globus erfolgreicher. Das neue Golf Cabriolet hat das Potential, an diese Geschichte anzuknüpfen. Nur eines hat es nicht mehr: einen Überrollbügel. Dessen Funktion übernimmt im Jahr 2011 ein in Sekundenbruchteilen hochschnellender Überschlagschutz. Front- und seitliche Kopf-/Thoraxairbags, ein Knieairbag auf der Fahrerseite und ESP runden das Sicherheitspaket ab. „Das Golf Cabriolet steckt voller Geschichten aus drei Jahrzehnten. Es ist ein Liebhäberstück mit einer großen Fangemeinde, die sich nach Freiheit, Natur und Unabhängigkeit sehnt. Damals wie heute“, sagt Dr.

Ulrich Hackenberg, VW-Entwicklungsvorstand. Mit diesem Lebensgefühl sollen auch neue Kundengruppen überzeugt werden. Dafür sorgen viele technologische Neuerungen, ein emotionales Design und zahlreiche Ausstattungsideen. So hat der Vierzylinder serienmäßig ein vollelektrisches Stoffverdeck. In 9,5 Sekunden ist der Golf offen; bis Tempo 30 km/h funktioniert das auch während der Fahrt. Geschlossen gehört er zu den leisesten Cabrios. Angetrieben wird der Neue von insgesamt sechs zur Verfügung stehenden Turbo-Direkteinspritzern. Sie offerieren ein Leistungsspektrum von 77 kW / 105 PS bis 155 kW / 210 PS. Einen Benziner (TSI) und beide Diesel (TDI) wird es mit den energiesparenden BlueMotion Technologies (Rekuperation und Start-Stopp-System) geben. Der neue Wolfsburger ist ab 23.625 Euro zu haben.



Volkswagen hat aktuell die vierte Generation seines Golf Cabrio herausgebracht. Offensichtlichste Änderung – der Überrollbügel ist weg, der wurde durch einen hochschnellenden Überschlagschutz ersetzt.

Fotos: VW AG



Das Auto.



4 auf einen STREICH!

Bei uns auf dem Catwalk – die STYLE Sondermodelle!

Stockflethweg 30 . Hamburg Telefon 040 . 52 72 27 - 0	Ohechaussee 194 . Norderstedt Telefon 040 . 30 98 544 - 70	Bornkampsweg 4 . Hamburg Telefon 040 . 89 69 1 - 0
Segeberger Chaussee 181 . Norderstedt Telefon 040 . 52 99 07 - 0	Wendenstraße 150-160 . Hamburg Telefon 040 . 25 15 16 - 0	Blankeneser Landstraße 43 . Hamburg Telefon 040 . 86 66 60 - 0
Ulzburger Straße 167 . Norderstedt Telefon 040 . 52 17 07 - 0	Hoheluftchaussee 153 . Hamburg Telefon 040 . 42 30 05 - 0	

www.auto-wichert.de . info@auto-wichert.de





TradePort

Audi
Vorsprung durch Technik

Service mit Leidenschaft.



Ersatzwagen kostenlos

bei Inspektion

Stockflethweg 30 . Hamburg
Telefon 040 . 52 72 27-0

Segeberger Chaussee 181 . Norderstedt
Telefon 040 . 52 99 07-0

Ulzburger Straße 167 . Norderstedt
Telefon 040 . 52 17 07-0

Ohechaussee 194 . Norderstedt
Telefon 040 . 30 98 544-70

Wendenstraße 150-160 . Hamburg
Telefon 040 . 25 15 16-0

Hoheluftchaussee 153 . Hamburg
Telefon 040 . 42 30 05-0

Bornkampsweg 4 . Hamburg
Telefon 040 . 89 69 1-0

Blankeneser Landstraße 43 . Hamburg
Telefon 040 . 86 66 60-0

Nur bei uns. Service bis 22⁰⁰ Uhr

www.auto-wichert.de

**AUTO
WICHERT**



**Nachgefragt:
Was ärgert Autofahrer am meisten?**

Ärgerlich!

Nach Ansicht von Auto- und Radfahrern wird das Verhalten im Verkehr als zunehmend rücksichtslos empfunden. Das belegen Befragungen des ADAC unter seinen Mitgliedern.

Sich ärgern im Pkw, das kennt jeder Fahrer. Die meisten tun es über zu dichtes Auffahren und LKWs, die die Straßen blockieren, z.B. mit Elefantenrennen.

ne Licht unterwegs sind, bringen Autofahrer besonders häufig zur Verzweiflung. Sehr ärgerlich und brenzlich wird es, wenn Radfahrer trotz roter Ampeln weiterfahren oder wenn Autofahrer an Kreuzungen oder Grundstückszufahrten die Vorfahrt von Radfahrern missachten.

Blinkmuffel sind für 67 Prozent ein Ärgernis, insbesondere im Stadtverkehr. Beim Thema Parken sind das Zuparken von Geh- und Radwegen, das Parken in zweiter Reihe und das Türöffnen ohne Blick in den Rückspiegel die klassischen Aufreger.

Der ADAC plädiert für mehr Fairness und Gelassenheit im Straßenverkehr. Jeder Teilnehmer sollte sich an die Verkehrsregeln halten, dabei aber nicht auf seinem Recht bestehen. Vorausschauendes und defensives Fahren schützt vor Unfällen auf „beiden Seiten“ – selbst, wenn Radler oder Autofahrer im Recht gewesen wären.

Am häufigsten wird mit 83 Prozent das zu dichte Auffahren bei hohen Geschwindigkeiten als belastendes Problem beim Autofahren genannt. Weitere große Ärgernisse:

Auf Autobahnen führen Dränger, Rechtsüberholer, aber auch notorische Linksschleicher zum größten Verdross. Lkw-Fahrer, die sich kilometerlange „Elefantenrennen“ liefern, empfinden gut die Hälfte der Mitglieder als belastend.

In der Stadt liegen Rad- und Autofahrer sehr oft im Clinch. Zwei Drittel der Befragten klagten über Radfahrer, die sich nicht an die Verkehrsregeln halten. Geisterradler, die entgegen der vorgeschriebenen Fahrtrichtung fahren sowie Radfahrer, die bei Dunkelheit oh-

Autohaus BORNEMANN GmbH

Ihre Service-Werkstatt im Alstertal

Wir reparieren auch Citroen-Fahrzeuge!

Telefon 040-606 32 32
www.autohaus-bornemann.de
Harksheider Str. 45 · 22399 Hamburg




RESPEKT IST NUR EINE FRAGE DER RICHTIGEN PFLEGE.

BEST CARWASH Poppenbütteler Weg 94

Mo. - Fr. 8:00 - 20:00 Uhr
Sa. 8:00 - 18:00 Uhr
So. 13:00 - 19:00 Uhr
www.bestcarwash-hamburg.de

Die reinste Freude **BEST CARWASH**



Karosserie Fachbetrieb **JÜRGEN SCHRÖDER**
Autolackier- und Karosseriezentrum

Wir machen aus einer Beule keinen Elefanten!

Karosserie Fachbetrieb

Lademannbogen 145 (040) 538 933-0
22339 Hamburg www.juergenschroeder.com **Smart-Repair Service**

Die energetischen Anforderungen werden seit Jahren verschärft – höchste Zeit nachzurüsten!

Foto: BHW Bauparkasse



Sparmöglichkeit: Wärmedämmung

Gut gedämmt ist halb gewonnen

Wer an seinem Haus eine fachmännische Wärmedämmung vornimmt, kann bares Geld sparen. Doch dabei gibt es einiges zu beachten!

Angesichts ständig steigender Energiekosten stehen energetische Sanierungen bei Immobilienbesitzern hoch im Kurs. Eine Möglichkeit der energetischen Sanierung ist die nachträgliche Dämmung von Dach und Fassade, weiß das Immobilienportal immowelt.de.

Vorgaben der Energieeinsparverordnung
Die Standardanforderungen für

eine energetische Sanierung von Altbauten werden in der Energieeinsparverordnung (EnEV) geregelt. Die aktuellste Fassung von 2009 schreibt vor, dass bei Altbauten bis Ende 2011 entweder das gesamte Dach gedämmt werden muss oder zumindest die oberste ungedämmte Geschossdecke über geheizten Räumen. Diese muss zwar nicht begehbar, jedoch zugänglich sein. Bei der

Fortsetzung auf Seite 110



Neu im Alstertal!

Wenn Sie eine Hausverwaltung suchen oder nur Hilfe bei den Nebenkostenabrechnungen für ihre Mieter benötigen, bin ich Ihre kompetente Ansprechpartnerin, die sich durch fundiertes Fachwissen auszeichnet und Sie zuverlässig betreut. Der persönliche, direkte Kontakt zu Ihnen und Ihren Mietern steht bei mir an 1. Stelle. Gern erstelle ich Ihnen ein individuelles Angebot.



Schönteich
HAUSVERWALTUNG
Gesa Schönteich
Tel.: 040-38 675 672
www.schoenteich-hausverwaltung.de

ENGAGIERT, KOMPETENT & HANSEATISCH-SERIÖS:

ZU KAUFEN



Luxus-Wohnung, Wohnfläche ca. 310 m², Top-Lage mit Blick auf den Alsterlauf, Sauna, TG, KP € 695.000,-

ZU KAUFEN



Hübsche 3 Zimmer-Wohnung, Hummelsbüttel, Baujahr 1972, gut geschnitten, saniert, KP € 139.000,-

ZU KAUFEN



Charm. DHH, Lemsahl, Bj. 1999, ca. 110 m² Wfl./350 m² Grund, tolle Raumaufteilung und Ausstattung, KP € 334.500,-

WIR SUCHEN

**DRINGEND
GRUNDSTÜCKE UND
HÄUSER FÜR
VORGEMERKTE
KUNDEN**



ANJA VON WAGNER
IMMOBILIEN

Tel. 040-81 95 74 61
Tannenhof 65 • 22397 Hamburg
www.vonwagnerimmobilien.de

Professionelle
Wärmedämmung
entpuppt sich oft als
lohnende Investition
ins eigene Heim.

Annenhof: Exklusives Wohnen am Alsterlauf



Lage

- Saselbergweg 31 bis 37 direkt am Alsterlauf
- großes, parkähnliches Anwesen mit altem Baumbestand
- verkehrsberuhigtes Wohngebiet
- nur ca. 5 Autominuten vom AEZ entfernt

Objekt

- exklusive Stadtvilla für gehobene Ansprüche
- Wohnungen mit 3 und 3,5 Zimmern (EG und 1.OG)
- Wohnflächen zwischen ca. 120 und 130 m²
- 5-Zimmer-Luxus-Penthouse mit ca. 200 m²
- Tiefgarage und Fahrstuhl vorhanden
- renovierte Übergabe nach Vereinbarung

Ausstattung

- über 40,00 m² großer Wohn-/ Essbereich
- Bulthaup-Einbauküche mit kompletter Ausstattung
- hochwertiger Buchen-Parkett-Böden
- Süd-Balkon mit elektrischer Markise oder Süd-Terrasse
- Voll- und Duschbad, Toilette separat und Gäste-WC
- alarmgesicherte Wohnungstür, abschließbare Fenster
- Kellerraum und eigene Waschküche für jede Wohnung

Miete

ab EURO 1.595,00 zzgl. BK, TG, Kaution, Courtage

Weitere Objekte auf Anfrage.

Exposé und individuelle Besichtigungstermine über:

Dirk Rhode Immobilien
Rüdingsmarkt 39
20459 Hamburg

Telefon: 040-98 26 84 90
Mobil: 0171-527 70 40
E-Mail: mail@dirkrho.de

DIRK RHODE
immobilien

Grundrisse und weitere Fotos:
www.DirkRho.de

Vom Auto, Bahn oder Bus sofort nach Hause
Wir erstellen 6 ETW mit Fahrstuhl und TG
direkt am Markt von Berne in Hamburg
Informieren Sie sich über unser

TWIN HUUS

direkt bei uns.



Wir vermarkten IHRE Immobilie!

Möchten Sie Ihr Haus, Wohnung
oder Grundstück verkaufen?
Gerne beraten wir Sie persönlich!



Martina Meyer-Walters



Malke Yezer

PRO
KONZEPT
IMMOBILIEN GMBH
www.prokonzeptimmobilien.de

Langenstücken 29
HH-Poppenbüttel
040 / 636 03 69 4

Gut gedämmt ist halb gewonnen

Fortsetzung von Seite 109

Modernisierung der Außenwände muss die EnEV nur eingehalten werden, wenn die modernisierte Fläche eine gewisse Größe überschreitet. Ab 2012 werden die energetischen Anforderungen in einem weiteren Schritt nochmals verschärft, weiß immowelt.de. Eigentümer von Ein- und Zweifamilienhäusern sind von der Sanierungspflicht allerdings freigestellt, wenn sie ihr Haus bereits am 1. Februar 2002 bewohnt haben.

Energetischer Zustand: Wärmebildkameras geben Auskunft

Ob und an welchen Stellen ein Gebäude gedämmt werden muss, kann mit Hilfe einer Wärmebildkamera ermittelt werden. Das Haus wird dabei

Verkauf und Vermietung... Ihr Hausmakler in den Walddörfern und Alstertal



Hamburg-Hummelsbüttel
hochwertiges Anwesen zu verkaufen

GATERMANN GmbH
HAUSMAKLER - RDM

In den Walddörfern zu Hause.

Siekkamp 1a
D-22393 Hamburg-Sasel
Tel.: 040 / 60 75 18 80
Fax: 040 / 60 75 18 85
E-Mail: info@gatermann-gmbh.de



WWW.GATERMANN-GMBH.DE

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



an einem möglichst kalten Tag von außen fotografiert. Auf den entstandenen Bildern ist durch unterschiedliche Färbungen genau zu erkennen, an welchen Stellen des Hauses Wärme verloren geht, so immowelt.de. Die Messungen können zum Beispiel von einem Energieberater durchgeführt werden. Kontakte zu Beratern in der Region bietet zum Beispiel die Webseite des Bundesamts für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle.

Behagliches Wohnklima ohne Schimmelpilzbefall

Neben den geringeren Heizkosten haben umfassende Dämmmaßnahmen weitere Vorteile. So herrscht in Häusern mit Fassadendämmung oder gedämmtem Dach ein behagliches und ausgeglichenes Wohnklima. Im Winter wird die Wärme in den Wänden gespeichert und strahlt gleichmäßig ab, was für

eine angenehme Raumtemperatur sorgt. Im Sommer heizen sich die Räume nicht so stark auf und bleiben angenehm kühl. Durch die höhere Oberflächentemperatur der Innenwand gibt es bei normalen Wohnverhältnissen und Klimabedingungen keine Schwitzwasserbildung. Es besteht somit keine Gefahr für feuchte Wände und Schimmelpilzbefall. Voraussetzung ist dafür allerdings, dass die Arbeiten fachgerecht ausgeführt werden, gibt immowelt.de zu bedenken.

Wertsteigerung und Förderungen

Häuser und Wohnungen mit einer wirkungsvollen Wärmedämmung sind auf dem Immobilienmarkt deutlich gefragter als Immobilien in einem energetisch schlechten Zustand. Zudem unterstützt die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) Sanierungen mit diversen Förderprogrammen.



Durch gute Dämmung kann auch das Klima der Innenräume beträchtlich verbessert werden.

Garantiert KfW55-förderfähig!

Danhaus
Das 1 Liter-Haus!

- Höchste Energie-Effizienz
- Unverwechselbare Architektur



Danhaus Musterhaus: 21435 Stelle
Zum Reiherhorst 34c (B4)
Mittwoch bis Sonntag von 11-18 Uhr

Katalog: 04174-2110

www.danhaus.de

HGK
HAMBURGER GRUNDSTÜCKSKONTOR

Wir bauen exklusive Häuser



Ihre Wünsche.
Ihr Haus.
Ihre Sicherheit.
Ihr solider Partner
beim Hausbau.

Projektstart!

Hamburg-Lemsahl, beste Lage
Vier großzügige EFH ab 524.500 Euro
Inkl. BNK, Hausanschluß, Außenanlage
KEINE COURTAGES
ZAHLUNG ERST BEI ÜBERGABE

Tel.: 04102/70 66-0

www.hgk-hamburg.de

Mollwitz
— Massivbau —

Gute Architektur schafft Mehrwert



Individuelle Architektenplanung zum Festpreis

- Erstklassige Betreuung in allen Bauphasen
- Energieoptimiertes Bauen
- Modernste Haustechnik
- Hochwertige Markenprodukte
- Höchste Bauqualität in Massivbauweise
- DEKRA-geprüft nach jedem Bauabschnitt
- Garantierte Fertigstellungstermine

Wir freuen uns auf ein unverbindliches Beratungsgespräch mit Ihnen.

Gebr. Mollwitz Massivbau GmbH, Bahnhofstr. 7, 22941 Bargtheide
Tel. 04532-2066-0, Fax 04532-2066-22

www.mollwitz.de



Tipps für Steuererklärung:

Mit Riester viel Geld sparen

Am 31. Mai endet die Abgabefrist für die Steuererklärung 2010. Riester-Sparer können ihre Altersvorsorgebeiträge als Sonderausgaben beim Fiskus geltend machen. Wer den Wohn-Riester zur Finanzierung seines Eigenheims nutzt, kann durch **Zulagen und Steuervorteile mehrere Tausend Euro sparen.**

Seit dem Jahr 2008 kann die staatliche Riester-Förderung auch für den Erwerb von selbstgenutztem Wohneigentum eingesetzt werden. Die maximale Grundzulage von 154 Euro erhalten Förderberechtigte, wenn sie jährlich vier Prozent ihres Vor-

jahresbruttoeinkommens (abzüglich Zulagen) in einen Riester-Bausparvertrag einzahlen. Für jedes Kind gibt es zusätzlich bis zu 300 Euro Kinderzulage. Einkommensgrenzen gelten nicht. Zusätzlich können Sparer die Altersvorsorgebeiträge bis zum

Höchstförderbetrag in Höhe von 2.100 Euro (inklusive Zulagen) als Sonderausgaben von der Steuer absetzen. Dafür müssen sie die Beiträge in der dafür eigens vorgesehenen Anlage AV der Steuererklärung eintragen. Das Finanzamt nimmt dann die so-

genannte Günstigerprüfung vor: Übersteigt der Steuervorteil die Höhe der Riester-Zulagen, wird die Differenz erstattet. Je höher dabei der persönliche Steuersatz ist, desto größer fällt der Steuervorteil aus. „Alleinstehende

Fortsetzung auf Seite 114



BREYER & SECK BAU

Massive Wohnträume

- Massive Bauweise: Stein auf Stein
- Klassische Architektur - individuell geplant
- Energiesparen & Klimaschutz



Ihre Sicherheit. Ihre Zukunft. Ihr Haus.

Musterhäuser

Musterhaus Stellingen
 Molkenbührstraße 22
 22525 Hamburg
 0 40 - 300 331 77

Musterhaus Barsbüttel
 Fahrenberg 48 a
 22885 Barsbüttel
 0 40 - 27 14 20 34

Verkaufsbüros

Büro Volksdorf
 Groten Hoff 1
 22359 Hamburg
 0 40 - 64 86 29 05

Büro Bergedorf
 Bergedorfer Str. 105
 21029 Hamburg
 0 40 - 739 286 10



Einmal bestimmt auch in Ihrer Nähe

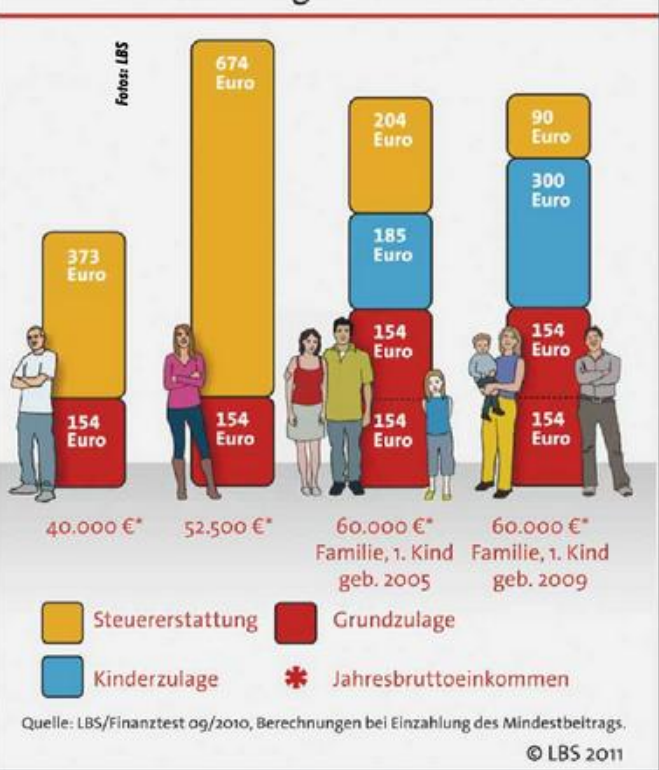
Weitere Infos unter: www.breyerundseckbau.de

Vereinbaren Sie einen Termin mit uns.

Sie suchen ein Grundstück oder wollen Ihres verkaufen?
 Wir sind der richtige Ansprechpartner für Sie!



Wohn-Riester: Zulagen und Steuervorteile



Fortsetzung von Seite 112
 können beim Wohn-Riester meist mit höheren Steuererstattungen rechnen, Familien profitieren vor allem von den Zulagen“, sagt Joachim Klein von der LBS.

Zulagen und Steuervorteile erleichtern die Eigenheim-Finanzierung

Bei einem Alleinstehenden mit einem Jahresbruttoeinkommen von 40.000 Euro müssen insgesamt 1.600 Euro im Jahr in den Vertrag fließen, damit er die vollen Zulagen erhält. Davon muss er 1.446 Euro aus eigener Tasche einzahlen, zusätzlich gibt es 154 Euro Grundzulage. Darüber hinaus ergibt sich für ihn nach Berechnungen der Zeitschrift Finanztest ein Steuervorteil von rund 370 Euro jährlich. Bei gleichbleibenden Voraussetzungen kommen so in zehn Jahren über 5.200 Euro Förderung zusammen.

Ein berufstätiges Ehepaar mit einem 2009 geborenen Kind und einem Haushaltsbruttoeinkommen von 60.000 Euro muss insgesamt 2.400 Euro in seinen Riester-Verträgen ansparen. An Zulagen winken in diesem Fall insgesamt 608 Euro: zweimal die Grundzulage von je 154 Euro und einmal die Kinderzulage von 300 Euro. Das Paar selbst muss jährlich 1.792 Euro besteuern. Zusätzlich erhält es 90 Euro Steuern erstattet. In zehn Jahren liegt der Fördervorteil bei rund 7.000 Euro. „Zulagen und Steuervorteile können sich beim Wohn-Riester über die Jahre auf viele Tausend Euro summieren“, erklärt Joachim Klein. „Wer die Förderung bei der Eigenheim-Finanzierung als Sondertilgungen in den Riester-Bausparvertrag einbringt, senkt die Gesamtkosten der Finanzierung und verkürzt die Laufzeit.“

Aufmerksam: Riestern lohnt sich auch bei der Steuererklärung!

Wer sich ein Haus zusammenriestert, könnte auch bei der Steuererklärung sparen!

Wohnen

Wohn-Immobilien

Lust auf neue Perspektiven?

1. Volksdorf

Neubauvorhaben mit fünf modernen Eigentumswohnungen, Baubeginn bereits erfolgt, ca. 99m² bis 144m², 3 bis 4 Zimmer
 Kaufpreis: ab € 359.000,-

2. Sasel

Doppelhaushälfte, Bj. 1989, 4,5 Zimmer, ca. 115 m² Wohnfläche, Vollkeller, ca. 302 m² Grundstück, Außenstellplätze, beliebte Lage
 Kaufpreis: € 345.000,-

3. Duvenstedt

Maisonette-Eigentumswohnung, Bj. 2001, 2,5 Zimmer, ca. 69 m² Wohnfläche, modern und individuell, toller Blick vom Balkon
 Kaufpreis: € 170.000,-

4. Poppenbüttel

Eigentumswohnung, Bj. 1971, 1 Zimmer, ca. 40 m² Wohnfläche, 4. OG, Lift, Außenstellplatz, Bestlage direkt am AEZ
 Kaufpreis: € 90.000,-



Shop Poppenbüttel
 Stormarnplatz 1,
 22393 Hamburg

Sie denken daran, Ihre Immobilie zu verkaufen?
 Wir schätzen deren Wert marktgerecht ein und beraten Sie diskret und kompetent. Unser Team freut sich auf Ihren Anruf!

Tel. 040 / 350 80 20
 www.grossmann-berger.de

Grossmann & Berger



Anzeige

Immobilien aus Leidenschaft

Günther & Günther Immobilien im Heegbarg 89a vermittelt Immobilien im Alstertal und Umgebung und das mit großer Leidenschaft. Der Schwerpunkt liegt dabei auf exklusiven Villen, bezaubernden Einfamilienhäusern, reizenden Doppel- und Reihenhäusern und attraktiven Wohnflächen. Gewerbliche Objekte ergänzen das Angebot.

„Wir leben unseren Beruf“, so Geschäftsführer Michael-Gerrit Günther. „Immobilien vermitteln Werte. Die eigenen vier Wände sind Anker, Ruheoase, Familienleben und Zukunft. Wer eine Immobilie kaufen oder mieten möchte, der wird auch nach seinem persönlichen Wohlgefühl entscheiden“, weiß Günther aus der Erfahrung mit vielen zufriedenen Kunden.

Daher werden Immobilien mit Charme und Stil, in den besten Lagen, sorgfältig ausgewählt – Immobilien mit Wohlfühlgarantie. Von der Kontaktaufnahme bis zum letzten Händedruck stehen die versierten Mitarbeiter zuverlässig zur Seite. Service, Qualität



Der Experte für Immobilien im Alstertal und dessen Umgebung: Michael-Gerrit Günther.

und innovative Konzepte verstehen sich von selbst. Weitere Infos unter **Tel.: 600 810 20** und **www.guenther-immobilien.de**.

TUDSEN

IMMOBILIEN

EIN AUSZUG AUS UNSEREM AKTUELLEN ANGEBOT:

ZUR CAPITALANLAGE .

3-Zimmer-Eigentumswohnung mit lebenslangem Wohnrecht für die jetzige Bewohnerin. Etwa 90 m² Wohnfläche in Volksdorf nahe dem Ortskern. Sehr gepflegter Zustand, Küche und Bad in Weiß. Tiefgaragenstellplatz. € 165.000,--

MEIENDORF .

Einfamilienhaus mit etwa 133 m² Wohnfl. + Keller. Sehr gelungene Raumaufteilung mit wenig Schrägen im DG. Umfassende Modernisierung erforderlich. 1.006 m² sonniges Grdst. Garage für 2 PKW. € 345.000,--

SASEL .

Rotsteinhaus mit etwa 120 m² Wohnfl. Bj. 1997 und sehr gepflegt. Großzügiger Wohn- / Essbereich mit Parkett und Kaminanschluss, drei gleichwertige Zimmer im DG. 550 m² Grdst. in ruhiger und sonniger Wohnlage. € 375.000,--

VOLKSDORF .

Ein großes Haus, auch als Zweifamilienhaus geeignet. Etwa 340 m² Wohnfl. Großzügige Räume. Vollkeller. Das Dach wurde 1992 neu ausgebaut und gedämmt. Alles sehr gepflegt. 1.167 m² liebevoll angelegtes Süd-Grdst. Doppelgarage. € 695.000,--

VILLA ANNO 1909 .

Villa in Volksdorf mit etwa 320 m² Wohnfl. Das Haus wurde vollständig und mit viel Liebe zum Detail saniert. Zahlreiche original erhaltene Stilelemente, hohe Decken und großzügige, lichtdurchflutete Räume. 1.500 m² Süd-Grdst. € 1.600.000,--

... UND NOCH VIEL MEHR .

Gern informieren wir Sie über weitere Angebote.

GESUCHT !

Aufgrund der großen Nachfrage suchen wir für unsere vorkommenden Kunden weitere Eigentumswohnungen, Doppelhäushälften, Einfamilienhäuser und Villen.

GESUCHT !

Aufgrund der großen Nachfrage suchen wir für unsere vorkommenden Kunden weitere Baugrundstücke für Einfamilienhäuser, Doppelhäuser, Villen, Mehrfamilienhäuser und den Bau von Eigentumswohnungen.

040 / 609 019 30 www.tudsen.de

TUDSEN IMMOBILIEN Eulenkugstr. 7 22359 Hamburg



Neue Heimat oder „Rente aus Stein“: Ein Haus spielt viele Rollen!

Trendsetter Neubau:

Da schaust du, altes Haus!



LGE

Landesgründerwerb
Mecklenburg-Vorpommern GmbH

Mecklenburg
Vorpommern

MV tut gut.

FERIENHAUSGRUNDSTÜCKE ROSENHAGEN



- erschlossen 80,00 bis 150,00 Euro/m²
- 500 m bis zur Ostsee
- Nähe Travemünde

Rufen Sie uns an, Frau Jahn-Rieck berät Sie gern!
Telefon 0385 3031-750 · Fax 0385 3031-751 · E-Mail info@lge-mv.de

www.lge-mv.de

Mehr Gestaltungsfreiheit, Energieeffizienz und Sicherheit für die Zukunft – die Lust der Deutschen, ein neues Haus zu bauen, nimmt zu. Das zumindest erklärt eine aktuelle Umfrage.

Deutschland baut wieder neu: Die Zahl der Baugenehmigungen lag 2010 um 5,5 Prozent über dem Vorjahr. Für 2011 sagen Experten einen weiteren Anstieg auf über 200.000 Wohnungen in Ein- und Zweifamilienhäusern voraus. Alle Signale stehen auf Grün – die Neubau-Talsole 2008 mit rund 152.000 Genehmigungen scheint überwunden. Kommunen vergeben mehr Baugrund und die Politik strebt Vereinfachungen im Baurecht an. Eine Bestätigung des Trends liefert jetzt eine Emnid-Umfrage im Auftrag der BHW Bausparkasse. Demnach favorisieren 52 Prozent der Befragten den Neubau gegenüber dem Altbau. Ob mit Architekten oder Bauträgern, ob als Fertig-



haus, Ökohaus oder Reihnhaus – immer mehr Deutsche wollen zupacken, Ärmel hochkrempeln, selber Neues gestalten und technische Innovationen nutzen.

Sympathieträger Neubau

Und wo ein neues Haus gebaut wird, wird oft ein altes frei. Rund 90 Prozent des Wohnungsbestandes sind Altbauten, die selten den aktuellen Energiestandards entsprechen. Die erforderlichen Investitionen in Wärmedämmung, Technik und Optik sind oft hoch, schließlich gilt es die Altbauten auf den neuesten Standard zu bringen. Daher ist der Bedarf an Modernisierungen, insbesondere an energetischen Sanierungen, sehr hoch. Dass die Sympathie für den Neubau wächst, ist gut nachvollziehbar. Hinzu kommt: Altbaumodernisierung ist mit einem hohen Unsicherheitsfaktor verbunden, teure Verfahren zum Erhalt der Substanz sind oft umstritten,

die Förderung ungewiss. Anders beim Neubau, wo die Kosten meist besser zu kalkulieren sind – auch die der Finanzierung. „Die wirtschaftliche Situation hat sich stabilisiert und erleichtert es jungen Familien wie auch der Generation 50 plus, jeder Gruppe auf ihre Art, die Zukunft sicher zu planen“, bestätigt Iris Laduch-Reichel von der BHW Bausparkasse den Trend.

Investition mit Weitblick

Auch die derzeit attraktiven Zinskonditionen ermuntern dazu, in einen Neubau zu investieren. Immobilien sind zudem in der Wirtschaftskrise zur beliebtesten Anlageform avanciert. „Die Rente aus Stein ist besonders bei den über 60-Jährigen geschätzt“, so BHW-Expertin Laduch-Reichel. Bei den 52 Prozent der Deutschen, die laut BHW-Umfrage am liebsten ein Haus bauen würden, sind sie mit 56 Prozent am stärksten vertreten.

Trendwende: Die Deutschen wollen wieder mehr bauen, heißt es in Umfragen.



Foto: BHW Bausparkasse


SPARDA IMMOBILIEN GMBH

Tangstedt-Wilstedt
Einfamilienhaus mit Einliegerwohnung
auch geeignet für
generationsübergreifendes Wohnen!

ca. 160 m² Wohnfläche,
Grundstück 974 m², Gartensauna,
Bj. 1972 laufend modernisiert,
wunderschöner Garten



Kaufpreis: 286.000,- €

Frau Brigitte Peschel
Frau Verena Radbruch
Heegbarg 4, 22391 Hamburg

Tel.: 040/38015-5945 oder
040/38015-5942
www.spardaimmobilien.de

Trumm Immobilien GmbH

**Starten Sie Ihren
Immobilienverkauf
mit uns**

Der Weg ist das Ziel ::

 seriös & kompetent

596100
Firmengründung 1978

www.TrummImmobilien.de

**Niedrigzinsen
jetzt sichern!**

Egal ob Ihre Zinsbindung heute
oder in 3 Jahren endet: Jetzt
aktuelle Niedrigzinsen sichern!

**Anschlussfinanzierung mit
0,10 %-Punkten Zinsrabatt!**

- Tilgung von 1% bis 10% p. a.
- Änderung der Tilgung 2x kostenlos möglich
- Sondertilgung bis zu 5% p. a.
- Einfache und schnelle Abwicklung
- Beratung vor Ort

Gleich Termin vereinbaren:
Finanzagentur Porschen
Eekbusch 35a
22395 Hamburg
040-64505415
Ihr unabhängiger Finanzberater

Ein Partner der

ING DiBa

www.dahlercompany.de

DAHLER & COMPANY
IMMOBILIEN



Ein Zahnarzt sucht ein Haus oder eine Wohnung im Umkreis von 5 km rund um Poppenbüttel, mindestens 4 Zimmer, ab 120 m² Wohnfläche, NKM: EUR 1.600,-



Poppenbüttel, EFH, Baujahr 1960/1999, ca. 285 m² Wohnfläche, 8 Zi., 4 Bäder, Kamin, Gästehaus mit Sauna, ca. 1.019 m² Grdst., 2 Garagen, VK, KP: EUR 890.000,-



Volksdorf, ETW, Bj. 1971, 1999 modernisiert, 1. OG, ca. 94 m² Wohnfläche, 2 Zimmer, 2 Bäder, Loggia, Fahrstuhl, Tiefgaragenstellplatz, KP: EUR 249.000,-



Ohlstedt, EFH, Baujahr 1965, ca. 268 m² Wohnfläche, 7,5 Zimmer, 3 Bäder, Siematic-EBK, Südausrichtung, ca. 941 m² Grdst., Garage, KP: EUR 795.000,-



Wellingsbüttel, Grundstück mit Bungalow in Top-Lage, Baujahr 1961, ca. 137 m² Wohnfläche, 4,5 Zimmer, ca. 1.500 m² Grundstück, Vollkeller, Garage, KP: EUR 899.000,-

HAMBURG-ALSTERTAL
TEL. 040 - 53 05 43-0
AUCH AM WOCHENENDE

Urteile um die Immobilie

Vorsicht, Kamera!

Das Alstertal-Magazin präsentiert auf seinen Immobilienseiten in lockerer Reihenfolge aktuelle Urteile zur Rechtsprechung rund um die Immobilie. Diesmal geht es um Videoüberwachung: Wie viel ist erlaubt, wann wird es illegal?

Die moderne Elektronik ermöglicht Haus- und Grundbesitzern eine nahezu lückenlose Überwachung ihrer Immobilie. Überall können heute - vergleichsweise preiswert und auch sehr unauffällig Videokameras angebracht werden. Die Geräte liefern dann fortwährend Bilder in das heimische Wohnzimmer von dem, was draußen vor sich geht. Aber auch schlechte, althergebrachte Fotos sind immer noch gefragt. Zum Beispiel, um die Aufnahmen von fremden Anwesen

im Internet zu veröffentlichen, wie das gelegentlich geschieht. Doch nicht alles, was technisch möglich ist, wird von den Gerichten auch gestattet. Gerade im Bereich der Videoüberwachung gelten strenge Vorschriften. Keinesfalls dürfen die Persönlichkeitsrechte von ahnungslosen Passanten verletzt werden. Kollidieren die Interessen von Grundstückseigentümern und „Überwachten“, dann entscheidet sich die Justiz häufig gegen die lückenlose Beobachtung und

für die Bürgerrechte. Der Infodienst Recht und Steuern der LBS hat einige Fälle zu dem Thema gesammelt.

Big Brother is watching you!

Grundsätzlich wird Hauseigentümern von der Justiz zwar nicht das Recht bestritten, dass sie aus Sicherheitsgründen ein Videoüberwachungssystem installieren. Aber es muss dabei streng darauf geachtet werden, durch eine Beschilderung auf die Überwachung

hinzuweisen und allenfalls sehr eingeschränkt in den öffentlichen Raum hinein zu filmen. Das Amtsgericht Berlin-Mitte (Aktenzeichen 16 C 427/02) machte einem Grundstücksbesitzer dementsprechend strenge Auflagen. Erlaubt sei lediglich das Filmen der Geschehnisse in einem schmalen Streifen entlang der Hauswand, hieß es im Urteil. So könne einerseits die Sicherheit gewährleistet werden, andererseits sei kein unbeteiligter Dritter zu erkennen.

Fortsetzung auf Seite 120

Wellingsbüttel



Großzügige 4-Zimmerwohnung mit ca. 170 m² Wohnfläche im 1.+2. Stock, Baujahr 1990, 2 Bäder + WC, Garage, in kleiner Wohnanlage nahe S-Bahn Wellingsbüttel, € 490.000,-

Lemsahl-Mellingstedt



4-Zimmer-Doppelhaushälfte mit ca. 106 m² Wohnfläche zzgl. Vollkeller, Baujahr 1991 – erstklassiger Zustand, ca. 200 m² Grundstück in ruhiger Sackgassenlage, € 285.000,-

Duvenstedt



5-Zimmer-Einfamilienhaus – Baujahr 1980, ca. 195 m² Wohnfläche, voll unterkellert, 2 Bäder, Sauna, Doppelcarport, 927 m² Grundstück in familienfreundlicher Lage, € 445.000,-

Bergstedt



Komfortables 5-Zimmer-Reihenhaus mit ca. 130 m² Wohnfläche zzgl. Vollkeller, Baujahr 2006, 2 Bäder, Carport, 164 m² pflegeleichtes Grundstück in beliebter ruhiger Lage, € 300.000,-

Neben unserem umfangreichen Angebot an Einzelhäusern, Wohnungen und Grundstücken im Verkauf, verfügen wir außerdem auch über eine Vielzahl von attraktiven Mietangeboten, speziell im Bereich Alstertal und in den Walddörfern. Gern stehen wir Ihnen für ein Beratungsgespräch zur Verfügung.

WITTHÖFT
Immobilien
aus gutem Hause.

Zentrale Sasel:
Saseler Chaussee 203,
22393 Hamburg
Immo Shop Wellingsbüttel:
Rolfinckstraße 15, 22391 Hamburg

www.witthoef.com
Telefon: 040/63 64 63-0



Grafik: LIS/Tomtek

Anzeige

Annenhof: Luxuriöses Wohnen am Alsterlauf



Erlesen wohnen: In diesen luxuriösen Stadtvillen am Alsterlauf sind aktuell 3- und 3,5-Zimmerwohnungen zur Miete im Angebot!

Im Alstertal exklusiv wohnen. Davon träumen viele Menschen. Dirk Rhode, Inhaber von **Dirk Rhode Immobilien**, Rödingsmarkt 39, macht es möglich: mit einer Immobilie auf dem Annenhof, einem großen, parkähnlich angelegten Grundstück direkt am Alsterlauf. Ruhig gelegen und trotzdem in der Nähe des AEZ. Auf dem großen Anwesen eines 1922 errichteten, denkmalgeschützten Gutshauses wurden 1992/1993 sieben luxuriöse Stadtvillen mit jeweils fünf Wohneinheiten errichtet. Die Wohnflächen haben eine Größe zwischen 120 und 200 Quadratmetern und sind

komfortabel ausgestattet, zum Beispiel mit Parkett, bodentieffen Fenstern, Süd-Balkonen oder -Terrassen. Zur Einrichtung gehören außerdem alarmgesicherte Wohnungstüren, ein Fahrstuhl, eine großzügige Tiefgarage mit 72 Plätzen, Marken-Einbauküchen sowie eine Video-Klingelanlage. Jede Wohnung verfügt zudem über eine eigene Waschküche. Aktuell hat Dirk Rhode, der die Häuser Saselbergweg 31 bis 37 betreut, 3- und 3,5-Zimmerwohnungen im Angebot. Weitere Informationen und individuelle Besichtigungstermine über **Tel.: 98 26 84 90** und **www.DirkRho.de!**

zapf & umzüge
Internationale Umzugsfachspezialisten
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

CHARLOTTE MARACKE IMMOBILIEN



Erwägen Sie den Verkauf Ihrer Immobilie?
Wir unterstützen Sie gern kostenlos mit einer Bewertung.

Seit rund 20 Jahren vermitteln wir Wohnimmobilien in Hamburg mit den Schwerpunkten Alstertal, Walddörfer und Hamburgs Norden. Persönlich, diskret, engagiert.

Telefon (0 40) 500 95 41 | www.maracke.de | anfrage@maracke.de

"Wir haben zwei wunder- volle Objekte gesichtet."

Michael-Gerrit Günther, Geschäftsführer



Das Märchenschloss auf Rügen

Dieses traumhafte Schloss von 1868, mit Blick auf die Ostsee, besitzt eine Wohnfläche von ca. 400 m² und eine Grundstücksgröße von ca. 7.453 m². Es wurde 1997 saniert. Es hat 12 Zimmer und 4 Bäder. Durch seine exponierte Lage am Südhang der Semperheide kann man das Schloss schon von Weitem sehen.
Kaufpreis: € 2.300.000,-



Familienfreundlicher Bungalow

Der Bungalow in HH-Lemsahl-Mellingstedt verfügt über eine Wohnfläche von ca. 170 m² und steht auf einem ca. 1.078 m² großen Grundstück. Der Bungalow hat 6 Zimmer und einen herrlichen Wintergarten.
Kaufpreis: € 499.000,-

Telefon: 040/600 810 20 | Internet: www.guenther-immobilien.de
Büro: Heegbarg 89a, 22395 Hamburg

GÜNTHER & GÜNTHER
IMMOBILIEN AUS LEIDENSCHAFT

Immobilienverkauf: für Sie durch uns

Unser TIPP: Ihr Immobilienvermögen in eine Rente umwandeln - ohne auszuziehen - Wir beraten Sie gerne!

Für Sie leisten wir unter Einsatz unserer Markterfahrung, moderner Werbemedien und Verkaufstechniken den umfassenden und zügigen Verkauf, aber auch die Vermietung Ihres Hauses, Wohnung oder Grundstückes.

BIBOW
Immobilien

Bibow-Immobilien.de

Tel. 040 / 608 75 100

E BIBEL

AUSSAGEKRÄFTIGER

als die Immobilienofferten der meisten Makler gestalten wir unsere Immobilienangebote. Mit besonders gut aufgemachten Exposés schaffen wir auch für Ihre Immobilie bei ernsthaften Interessenten konkretes Interesse. Das ist nur ein Baustein unseres bewährten Erfolgskonzeptes, mit dem wir im Alstertal und in den Walddörfern Häuser und Wohnungen sicher, zielstrebig und zum bestmöglichen Preis verkaufen. Sprechen Sie am besten gleich mit uns, denn so werden Sie

MIT SICHERHEIT GUT BERATEN!

FRÜNDL
IMMOBILIEN
☎ 040 / 6001 6001
Internet: www.fruendl.de

IVD
RDM
VHH

ABEL IMMOBILIEN 

Makler & Bauträger

Wir suchen Häuser und Grundstücke
6000 91 60 • abel-immo.de

ZIMMERMANN
IMMOBILIEN SERVICE
WILHELM ZIMMERMANN

**Schwieriges Grundstück?
Nicht für uns!**



Testen Sie die Profis für Grundstücksteilung. Familie Zimmermann freut sich auf Ihren Anruf!

Frahmredder 7
22393 Hamburg
Telefon: 040 - 600 10 600
www.zimmermann-ivd.de

ivd 

**Handwerker/Gärtner/
Marktbeschicker!!!**

Halle ca. 120 m² und
Freifläche ca. 120 m² ab
1. April 2011 zu vermieten.
Hamburg-Sasel
Büro: 040-633 177 50
Mobil: 0172-953 65 75

Grundstücksbewertung
- unabhängig - marktgerecht

Stephan Teschke
Diplom Sachverständiger (DIA/Uni Freiburg)
für die Bewertung von bebauten und unbebauten Grundstücken, für Mieten und Pachten

Gutachter im Hause Witthöft
- Hausmakler RDM/VHH

Tel.: 040/ 63 64 63 44
auch abends und am Wochenende

**SolarZentrum
Hamburg**



- neutrale Basisberatung Solar/- Bioenergie
- aktuelle Förderinformationen
- objektbezogene Vorplanung

Wir beraten Sie gern kostenfrei und firmenunabhängig!

www.solarzentrum-hamburg.de • Tel.: 040 35 905 820
Beratung im Auftrag der Behörde für Stadtentwicklung und Umwelt Hamburg

Grafik: IBS/Fromick



Fortsetzung von Seite 118

Es ist also den Hausbesitzern dringend zu empfehlen, Videoaufnahmen wenigstens nicht heimlich zu machen, sondern deutlich darauf hinzuweisen. Das verbessert die Chancen bei einer späteren gerichtlichen Auseinandersetzung deutlich.

Doch auch dieses Vorgehen reicht nicht immer aus, eine Überwachung zu rechtfertigen, wie das Amtsgericht München (Aktenzeichen 423 C 34037/08) entschied. Zwar hätten sich die Mieter dank einer vorherigen Information des Eigentümers auf das Kameraauge über dem Eingang einstellen können. Aber für einen solchen Eingriff müsse schon eine bessere Begründung vorhanden sein als ein vager Verdacht auf künftige Straftaten. Denn es sei wichtig, dass Hausbewohner unüberwacht Besuch empfangen bzw. selbst ohne Kontrolle kommen und gehen könnten. Innerhalb einer Immobilie muss sich normalerweise niemand fotografieren lassen. Hier überwiegen nämlich die Persönlichkeitsrechte des Betroffenen.

Werden allerdings in einem öffentlichen Gebäude Aufnahmen erstellt und hat der Fotograf klar vernehmbar um ein Zeichen des Widerspruchs gebeten, wenn jemand nicht mit auf das

Bild möchte, dann sollte man seine Meinung auch klar zum Ausdruck bringen. Das Landgericht Bochum (Aktenzeichen 8 O 214/06) wies jedenfalls die Schmerzensgeldklage einer Frau zurück, die nicht reagiert hatte, sich aber im Nachhinein durch die Veröffentlichung der Aufnahme in ihren Persönlichkeitsrechten schwer verletzt gesehen hatte. Ein Fachbetrieb für Sicherheitstechnik, der ständig mit Videoüberwachungen zu tun hat, sollte seine Kunden auf die damit verbundenen juristischen Aspekte hinweisen. Vor allem ist es seine Pflicht, an die Rechte möglicherweise gefilmter Nachbarn zu erinnern.

Vager Verdacht reicht nicht aus

Ist allerdings die Firma bei der Anbringung der Kameras (hier: sieben Geräte auf einem Privatgrundstück) korrekt vorgegangen und hat sie öffentliche und fremde private Flächen aus dem Blickwinkel der Objektivs genommen, dann kann sie nach Ansicht des Bundesgerichtshofes (Aktenzeichen VI ZR 176/09) nicht bei späteren Klagen der Nachbarn gegen den Betreiber der Anlage in Anspruch genommen werden. Schärfste rechtliche Anforderung



sich ein Nachbar gestört, der auf dem Weg zu seinem eigenen Pkw wider Willen ins Visier der Kamera geriet. Das Oberlandesgericht Düsseldorf (Aktenzeichen I-3 Wx 199/06) gab ihm Recht bei seiner Beschwerde. Der Nachbar könne ja noch nicht einmal nachprüfen, ob und wann die Aufzeichnungen überhaupt wieder gelöscht würden, argumentierten die Richter unter anderem.

Auch Schmierereien im Hausflur reichen in der Regel nicht aus, um die dauerhafte Anbringung zweier Videokameras

rungen gelten, wenn im privaten Bereich heimliche Videoaufnahmen gefertigt werden sollen, zum Beispiel zur Überführung eines Straftäters. In diesem Falle muss das Prinzip der Verhältnismäßigkeit gewahrt werden. Das heißt, es darf nicht ein vergleichsweise niedrig anzuesiedelndes kriminelles Verhalten mit einer umfassenden Ausspähung „beantwortet“ werden. Das Oberlandesgericht Köln (Aktenzeichen 24 U 12/05) verwarf aus diesem Grunde heimlich erstellte Aufnahmen eines Vermieters aus der Waschküche, der damit einer Mieterin eine Sachbeschädigung an den Waschmaschinen nachweisen wollte. „Das rechtswidrig erlangte Videoband durfte nicht in Augenschein genommen werden“, hieß es in dem Urteil.

Keine vorsorgliche Überwachung

Die vorsorgliche Überwachung eines Kfz-Stellplatzes mit Hilfe einer Videokamera ist höchst problematisch. Ein Mitglied einer Wohnungseigentümergeinschaft hatte vom Balkon aus den Parkplatz gefilmt, um mögliche Beschädigungen des eigenen Autos zu dokumentieren bzw. Täter von vorneherein abzuschrecken. Dadurch fühlte

im Aufzug einer Wohnanlage zu rechtfertigen. Eine Vermieterin hatte sich über derartige Sachbeschädigungen geärgert und den Mietern gegenüber die Installation der Kameras angekündigt. Niemand beschwerte sich. Später, als dann die Überwachung bereits lief, ordnete das Kammergericht Berlin (Aktenzeichen 8 U 83/08) auf die dann doch erfolgte Klage einer Mieterin die Entfernung der Objektive an. Hier seien die Persönlichkeitsrechte wichtiger als eine Entlarvung von Schmierern. Der Schutz vor Kameras ist aber nicht grenzenlos. „Die Veröffentlichung von Fotos eines Wohnhauses stellt keinen Eingriff in das Allgemeine Persönlichkeitsrecht dar“, urteilte das Landgericht Köln (Aktenzeichen 28 O 578/09) in einem Zivilprozess. Eine Internetplattform hatte einzelne Aufnahmen von Häusern, Straßen und Plätzen präsentiert. Eine Anwohnerin klagte dagegen. Die Richter kamen aber zu dem Ergebnis, dass auf den Fotos auch nicht mehr zu sehen sei, als ohnehin jeder an dem Anwesen vorbei gehende Passant erkennen könne. Problematisch wäre lediglich eine Verknüpfung der Aufnahmen mit den Namen der Hauseigentümer, doch das war hier nicht der Fall gewesen.

RESCHKE IMMOBILIEN

SIE MÖCHTEN VERKAUFEN ODER VERMIETEN! WIR BEWERTEN IHRE IMMOBILIE GERN!

Sie wünschen eine unverbindliche, kompetente und ausführliche Bewertung oder Beratung bezüglich Ihrer Immobilie, dann rufen Sie uns gerne in unserem Büro in Volksdorf Im Alten Dorfe 38 unter der Rufnummer **040 - 64 20 88 20** an!

TRAUMHAFTE NEUBAUDOPPELHAUSHÄLFTEN IN VOLKSDORF

Noch 3 wunderschöne Neubau - Doppelhaushälften (KfW 70 – Effizienzhäuser) im Rotklinkerstil in schöner und familienfreundlicher Lage, Wohnflächen zwischen ca. 142 m² und 192 m² Wohnflächen, 4 bis 6 Zimmer zzgl. Ausbaureserve und Vollkeller, die Gesamtgrundstücksgröße beträgt 2.172 m², die Miteigentumsanteile betragen je 1/4, Fußbodenheizung über Luft-Wasser-Wärmepumpe, 2 Kfz-Stellplätze je DHH! Die Fertigstellung ist für das 4. Quartal 2011 geplant!

Kaufpreise ab € 428.000 bis € 605.000

WIR SUCHEN FÜR UNSERE KUNDEN SCHÖNE HÄUSER IN GUTEN LAGEN!

Wir suchen dringend Einfamilienhäuser in schönen und familienfreundlichen Lagen, ab mindestens 5 Zimmern und Wohnflächen ab ca. 140 m². Das Grundstück sollte eine südwestliche Ausrichtung haben!

Kaufpreise bis € 800.000!

VOLKSDORF ZUR MIETE

5 Zi.- EFH auf schönem Westgrundstück, ca. 125 m² Wohnfläche, Vollbad mit sep. Dusche, Parkett, Garage, ca. 1.100 m² Grundstück!

€ 1.600 zzgl. Nk./Ct./Kt.

VOLKSDORF

Traumhaftes Grundstück in bevorzugter Lage, kann mit einer Grundfläche von 200 m² bebaut werden, ca. 992 m² Grundst., Bebauungsplan Volksdorf 43 mit WR II o fest geschrieben, nur 5 Gehminuten vom Walddorfer Gymnasium entfernt!

Kaufpreis € 565.000

BAUGRUNDSTÜCKE GESUCHT!

Wir suchen weitere EFH- oder DHH-Baugrundstücke (gern auch Mehrfamilienhausbaugrundstücke in schönen Lagen in den Walddörfern, Alstertal, Rahlstedt, Ahrensburg und Großhansdorf!

RESCHKE IMMOBILIEN GmbH · Mitglied im RDM/IVD

Im Alten Dorfe 38 · 22359 Hamburg
Tel. (040) 64 20 88 20 · Fax (040) 64 20 88 21
www.reschke-immobilien.de

Job/Arbeit

Friseur/in mit Erfahrung
in Duvenstedt gesucht!
Volke's Friseure
Tel.: 607 06 66

Unterricht

Engländer, Dipl. Anglist
erteilt Konversations- und
Geschäftsentenglisch, Firmenunterricht,
Nachhilfe- spez. Abitur, Übersetzungen
Tel.: 040 / 643 08 50

**Effektive Nachhilfe
und Lerntherapie**

Lernwerk
Alstertal • Frahmredder 1
Nahe S-Bahn Poppenbütte/AEZ
☎ 040/64423077
www.lernwerk-ag.de

**Einzelnachhilfe
zu Hause**
Erfahrene
Nachhilfelehrer
in Deutsch, Mathe,
Engl., ReWe usw.
Das Lernen lernen,
alle Klassen
seit über 10 Jahren
in HH und Umgebung
abacus-nachhilfe.de
68 13 70 / 60 76 16 83

UVBS
FRANZÖSISCHER SPRACHENSERVICE
Unterricht • Nachhilfe • Konversation
einzeln, kleine Gruppen, Firmen
individuelle Programme, persönl. Atmosphäre
Übersetzungen • Sprachreisen
ULRIKE VOM BRÜCK- SPYCHALA
REEKAMP 1 • 22415 HAMBURG
FON: 531 89 56 • 0170 - 710 27 20 • FAX: 53 93 19 63
www.uvbs-service.com

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

Verschiedenes

!! KUNDE PLEITE !!
Aus geplätzten Aufträgen bieten wir noch wenige
NAGELNEUE FERTIGGARAGEN
zu absoluten Schleuderpreisen (Einzel- oder
Doppelbox). Wer will eine oder mehrere?
Info: MC-Garagen
Tel. 0800 - 77 11 77 3 gebührenfrei (24 h)

auf Maß Regal, Schrank, Bett, Tisch
Schiebetür, Holzkörperverkleidung
Möbelbemalung Bilderrahmung > 2500 Muster
Vergolderei ☎ 81 99 65 35
zum Verlieben bettinanohe.de
Beratung daheim Ludolfstr. 39 • HH-Eppendorf
Gemäldereinigung • 8000 Ideen Kunstdrucke u.a.
Chagall, Picasso, Monet, Degas, Warhol, Dix, ...

Suche **Schallplatten** aus den Bereichen
**Jazz, Beat, Rock und Soul der 60er-
und 70er-Jahre.** Tel.: 695 46 76

**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

Erfahrene Privatsekretärin ordnet/verwal-
tet zuverlässig und diskret Ihre Unterlagen
(auch im Trauerfall), Referenzen vorhan-
den. Tel.: 04106 - 613 539 od.
0176 - 96 22 66 80

Engagierte Sekretärin/Assistentin
sucht interessante Tätigkeit zum
1.7.2011, gerne auch Teilzeit.
roherr@gmx.de

Hundeglück Hamburg – Gasservice
für Hamburgs Norden und Umgebung,
Abhol- und Bringservice, 2 - 2,5 h
Spaziergang, Hundegruppen werden
kompetent, liebevoll und immer zu zweit
betreut. Tel.: 0172 / 427 73 47
www.hundeglueck-hamburg.de

Kein Magazin bekommen?

Frau Schmelter-Haun/Vertrieb 040 / 538 34 52



Ihre Kleinanzeigen können Sie uns per E-Mail schicken:
c.Luscher@alster-net.de oder per Post an
Magazin Verlag Hamburg, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg

Hinweis: Da wir private Kleinanzeigen als kostenlosen Service
anbieten, können aufgrund der Vielzahl der Eingänge leider nicht
alle Anzeigen berücksichtigt werden.

**Schöne
Ferienwohnungen**

Sylt ist bei jedem Wetter schön
Appartement-Brüdig
Inh. Bärbel Lundershausen
Gut ausgestattete Apartments:
Westerland, Wenningstedt, Tinnum
Tel.: 0 46 51/ 58 58 • Fax: 0 46 51/ 58 59
www.appartement-bruenig.de

HUSSMANN
Sylt ist ein Grund, das Leben zu lieben!
Ferienwohnungen und -häuser, auch unter Reet
Tel.: 04651-836330 • www.hussmann-sylt.de

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

**Warrings-Möbel mit Intarsien/Kirsch-
baum, z.B. Rollsekretär und ande-
re.** Tel.: 0179 / 788 57 71

Kosmetik

www.kosmetikschulehamburg.de

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 (Poppen-
bütte/Haspa), Tel. 538930-55;
Björn Beutler (Volksdorf,
Eppendorf), Tel. 538 930-63;
Jutta Brandes (AEZ, Fuhsbüttel,
Hummelsbüttel), Tel. 538 930-50;
Ingrid Hesse (Haspa),
Tel. 538 930-0; Michaela Jeric
(Volksdorf, EKZ Hamburger
Straße), Tel. 538 930-56; Anne-
gret Linke (Eppendorf, Winter-
hude), Tel. 538 930-67; Sabine
Merbach (AEZ, Volksdorf), Tel.
538930-17; Sabine Meyerrose
(Sasel), 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;
Michael Wiele (Uhlenhorst,
Pöselndorf, Mittelweg, Harve-
stehude, Rotherbaum), Tel. 538
930-53
Verteilung/Vertrieb
040 / 538 34 52
E-Mail:
redaktion@alster-net.de
anzeigen@alster-net.de
Internet:
www.alster-net.de
www.alsterv.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 Waldöffern.

Verlagsanschrift: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg;

Herausgeber/Verleger: Wolfgang E. Buss (v.l.S.d.P.) | **Chefredakteur:** Kai Wehl | **Redaktion:** Christian Ehrhorn, Christiane Kaufholt (CVD AEZ-Magazin), Christian Luscher, Evelin Timm | **Korrektorat:** Regina Ahrens | **Produktion/Anz.-Disponenten:** Cassandra Friedrichsen, Birgit Schümann, Nils Tauscher | **Chefgrafikerin:** Stefanie Oldhaver | **Grafik:** Annerieke Kaack, Sarah Kretschmer, René Kriese, Jan Michaelis, David Nagel, Nils Tauscher, Melissa Uygur | **Titelgestaltung:** Stefanie Oldhaver | **EDV- und DTP-Beratung:** IT-Service Thilo Noack | **Druck:** Krügers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel | **Vertrieb:** Magazin Verlag Hamburg Egenvertrieb, | **Auflage:** 51.000 Exemplare © 2011 Magazin Verlag Hamburg

Schlank, gesund und leistungsfähig - in nur 20 Minuten pro Woche

BodyFocus

Hocheffizientes Personal Training



Bei Body Focus trainieren Sie mit der innovativen HIT-Methode (HIT = High Intensity Training) der New Yorker Business-Elite. Immer unter professioneller Anleitung eines Personal Trainers und an speziellen medizinischen Geräten. So erreichen Sie Ihre Ziele absolut sicher und effektiv.

IHRE VORTEILE

- Bei jedem Training ist Ihr Personal Trainer nur für Sie da
- Sie trainieren lediglich 20 Minuten pro Woche
- Die flexible Terminvereinbarung erfolgt nach Ihrem persönlichen Zeitmanagement
- Sie gehen keine Dauermitgliedschaft ein und zahlen keine Aufnahmegebühren
- Bei Ihrem persönlichen Einzeltraining bleibt Ihre Privatsphäre gewahrt

IHRE ZIELE

- Abbau von Rücken- und Nackenschmerzen
- Stressabbau / Leistungssteigerung
- Fettabbau / Gewichtsreduktion
- Stoffwechsoptimierung
- Figurstraffung

DIE PRESSE BERICHTET
über die revolutionäre Trainingsmethode HIT:
Fit For Fun, DER SPIEGEL, GEO,
und WirtschaftsWoche



Gänsemarkt 33
20354 Hamburg
Fon: 040 / 35 71 44 80

www.body-focus.de



Die Zelltherapie – „High-Tech-Kosmetik“

Schönheit ohne Skalpell und Spritzen

Cellulartherapy nach der Originalmethode des Schweizer Cellap Laboratoire/Lausanne.

Cellap Laboratoire, Schweizer Erzeuger und Hersteller für Cosmeceuticals, entwickelte mit Cellcosmet eine revolutionäre Pflegelinie zur Revitalisierung der Haut. Als eine der wenigen Einrichtungen weltweit, die sowohl die Technologie der zellularen (Zyto-) sowie die Phyto- und Meeres-Biokomplexe beherrscht, genießt Cellap Laboratoire internationale Anerkennung als Experte in Schweizer Zellular- und Phyto-Cosmeceuticals. Nur wenige auserwählte 5-Sterne Institute in Deutschland wurden autorisiert Cellcosmet zu führen.

Darüber hinaus bietet die Kombination von Cellcosmet-Behandlungen mit der exklusiven TDS-Methodik (verschiedene sich ergänzende Behandlungs-Module) die hochwirksame Alternative zur ästhetischen Chirurgie.

Sie möchten ein jüngeres, strafferes, vitaleres Hautbild?

Ihre Nasolabial, Mund-Augen-Zornes- und Stirnfalten natürlich und ohne Spritzen verbessern?

Ihre Poren verfeinern, die Durchblutung anregen, Altersflecken und Pigmentstörungen mindern?

Dann berate ich Sie gerne und entwickle mit Ihnen gemeinsam Ihr individuelles Behandlungskonzept. Das Ergebnis lässt sich auch schon nach einer Behandlung sehen!

Testen Sie eine neue, einzigartige Pflegedimension aus der Schweiz, mit dem **Gutschein von 30,- €** auf Ihre erste Cellcosmet-Behandlung.

Nur ein Gutschein pro Person. Keine Barauszahlung.



JQ

Institut für ganzheitlich-ästhetische Kosmetik

★★★★★

Jasmin Quinten

Wellingsbüttler Weg 123
22391 Hamburg

Fon: 040/881 76 443
kontakt@jasminquinten.de
www.jasminquinten.de



DER BESTE ORT FÜR GENIESSER.

DAS AMAYĀNA DAY SPA.



Kommen Sie dem Zustand schönster Ausgeglichenheit ein Stück näher. Im AMAYĀNA Day Spa erleben Sie in einer ganz besonderen Atmosphäre eine Vielfalt an Beauty-Behandlungen, Massagen und Ayurveda-Anwendungen. Von entspannend bis stimulierend, von reinigend bis ausgleichend – hier finden Sie die richtige Behandlung, damit Sie sich anschließend rundherum wohl fühlen. Reservieren Sie sich Ihren Wunschtermin telefonisch oder an der Rezeption Ihres MeridianSpa Alstertal – selbstverständlich auch ohne Mitgliedschaft oder Tageskarte. **Unser Tipp: Verschenken Sie doch eine kleine Auszeit. Gutscheine erhalten Sie im MeridianSpa oder unter www.meridianspa.de/eshop.**

Anrufen – Termin vereinbaren – Verwöhnen lassen:

AMAYĀNA im MeridianSpa Alstertal
Heegbarg 6 • 22391 Hamburg • S-Bahn Poppenbüttel
Anmeldung unter 040/65 89-14 90
Öffnungszeiten: Mo–So, 10–21Uhr
www.meridianspa.de • www.amayana.de

Wir arbeiten mit Produkten unserer eigenen Pflegelinie AMAYĀNA face & body, Maria Galland und O.P.I.



MERIDIAN SPA
Fitness. Wellness. Bodycare.