

**GROSSER
SERVICETEIL:**
Wintergärten
Geschenk-Ideen - Küchentrends
Weihnachten und Silvester genießen

Heft 11, 19. November 2010, Auflage 51.000

www.alstertal-magazin.de

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

Alstertal Magazin



Exklusiv im
Alstertal-
Magazin



Nandini Mitra, Moderatorin

Hamburgs Erster Bürgermeister
Christoph Ahlhaus mit Gattin Simone

Hamburger Herbstempfang 2010:

Promis feierten

Hamburgs „Sozial-Oscar“
im Grand Elysée

Ina Menzer, Boxerin

Marek Erhardt, Schauspieler

Mirja du Mont, Model

Fotos: Stephan Wallocha

IHR FREUNDLICHER MAKLER IM ALSTERTAL

IMMOBILIENBEWERTUNG DURCH ZERTIFIZIERTEN SACHVERSTÄNDIGEN

Gesucht!!!

Jürgen Weiß
Immobilienmakler



„Café-Villa“ Das Novum in Hamburg
Finden Sie Ihr Traumhaus bei Kaffee,
Snacks und netter Atmosphäre

Häuser/Wohnungen/Grundstücke

Hummelsbüttler Hauptstraße 10, Tel.: 53 88 88 88

Stübeheide 153 in Klein Borstel • Tel.: 59 35 16 71

www.juergen-weiss-immobilien.de

40
JAHRE TEPPICH STARK
1970 - 2010

Teppich

STARK

VERLÄNGERT

ENDSPURT im JUBILÄUMS VERKAUF

Nur bis zum 27.11.2010

Garantiert
25%
bis
70%

Rabatt auf den gesamten
Warenbestand*

176,25

auf Gardinen Nählohn

50% Rabatt**

VORWERK

Uni Seiden-
velours

400 und 500 cm breit

~~19,99~~

12,74
€/m²

Parkett

Eiche Landhausdielen

rústikal, geólt, 1-Stab, ca. 3 mm
Nutzschicht, 158 mm breit

~~64,-~~ **38,62**
€/m²

Kaltschaummatratze

7 Zonen in den Standardmaßen
15 cm Kernhöhe, Gesamthöhe
18 cm, made in Germany 
90 x 200 cm ~~399,-~~
100 x 200 cm

*Nicht kombinierbar mit anderen Rabattaktionen.

**außer Raffrollos
und nur bei uns gekaufte Stoffe, nicht kombinierbar
mit anderen Rabattaktionen



Poppenbütteler Bogen 94 • 22399 Hamburg
Telefon 040-611 66 80 • Fax 040-611 66 811
www.teppich-stark.de • info@teppich-stark.de

Teppichboden & PVC • Parkett & Laminat
Gardinen & Stoffe • Matratzen & Betten
Markisen & Sonnenschutz • Orientteppiche

Moderne Personalvermittlung

Nebenjob | Teilzeit | Vollzeit

einfach | fair | persönlich

Die Nebenjob-Agentur Hamburg vermittelt zwischen Arbeitgebern und BewerberInnen passgenau, unbürokratisch, kurzfristig und in allen Branchen.

Die vertrauensvolle und auf Nachhaltigkeit angelegte Zusammenarbeit mit unseren Kunden auf Arbeitgeberseite ist uns ebenso wichtig wie der individuelle Umgang mit den BewerberInnen.



J. Langhein

Marion Schmitz

Nebenjob-Agentur

Hamburg



Marion Schmitz

Frahmredder 16 | 22393 Hamburg | Telefon: 37 42 35 15 | www.nebenjobagentur-hamburg.de

Koch'sche Konservendosen

VON WOLFGANG E. BUSS



Nur der Wandel ist beständig! Alles ist im Fluss, entwickelt sich weiter, entsteht, vergeht. Die Welt lässt sich nicht anhalten. Trotzdem, so Roland Koch, Ex-Politiker und neuerdings Autor, könnte man es mal versuchen. In seinem neuen Buch „Konservativ“ will er uns erklären, warum. Und scheitert.

Konservativ, erkennt auch er, ist ein schwieriger Begriff. Der Wort-Ursprung hat mit „konservieren“ zu tun, etwas flapsig gesagt, mit Konservendosen. Natürlich handelt das neue Koch-Buch nicht von Brechbohnen in Dosen, sondern vom Erhalten und Bewahren im gesellschaftlichen Sinn.

Es richtet sich an Menschen, die sich ebenfalls als konservativ bezeichnen – aber in einem Widerspruch leben. Sie wollen zwar das Alte bewahren, müssen aber feststellen, dass sich ihre Lebensqualität umso rasanter verbessert, desto mehr sich die Gesellschaft verändert und modernisiert durch Medizin, Technik, Demokratie, usw.

Der konservative Roland Koch kann einem an dieser Stelle leidtun. Es gibt da nichts Erhaltenswertes aus den früheren deutschen Jahrhunderten (außer man lebte im Adelsstand): Leibeigenschaft, Hunger, Kriege um Glauben und Habgier, Krankheiten, rechtlose Kinder und Frauen, Folter, Inquisition, Unrecht, Judenvernichtung, Weltkriege, brennende Städte, Millionen von Toten.

Wozu dann trotzdem konservativ sein? Dazu müsste ich doch etwas finden im Koch-Buch. Aha, da: Er will „die Werte“ erhalten. Gespannt rücke ich meine Lesebrille zurecht: Auf welche alten „Werte“ wird er sich beziehen, um sie zu erhalten? Familie? Ja! Aber welche Form will er „konservieren“? Die Familie des Mittelalters? Mit Entrechtung, Elend, Tyrannei, nein! Die des Kaiserreichs, in der Frauen nicht einmal wählen durften, Kinder geprügelt wurden, die Söhne dem Kaiser als Kanonenfutter dienten? Nein! Nationalsozialismus? Mit deren Idealisierung hat sich schon Tagesschausprecherin Eva Hermann ins Abseits gefaselt. Koch bleibt eine konkrete Antwort schuldig – auf 200 Seiten. Was müsste gegen eine junge, moderne, liberale, fortschrittliche Familie zurückgetauscht werden?

Welche Werte nennt er noch erhaltenswert? Koch findet Begriffe wie „Ehrlichkeit“. Man könnte noch Freundschaft, Liebe, Gerechtigkeit, Lust, Glück, Harmonie, Bescheidenheit hinzufügen. Doch diese Werte müssen nicht erhalten – sie müssen geschaffen und gelebt werden!

Koch in der Klemme. Darum wendet er einen konservativen Trick an: Er schreibt, unsere moderne Gesellschaft sei „in einer tiefen Krise“. Ach so! Daraus lässt sich leicht ein dümmliches „Damals war alles besser“ konstruieren. (War es doch eigentlich auch, Roland: Wir waren jung, damals, voller Sturm und Drang, hatten volles Haar, waren voll im Saft und sowieso! Und heute: voll die Krise!) Klar! Aber muss man dazu ein ganzes Buch schreiben?

Ehrlichkeit, Gerechtigkeit, Mitmenschlichkeit, Friedensliebe, Vertrauen sind keine konservativen Werte, sondern die Grundlage einer humanistischen Gesellschaft, und es ist unsere Pflicht, sie immer weiter zu qualifizieren. Durch Veränderung und Verbesserung!

Koch nimmt uns – und das ist übel – die Chance, die Großartigkeit des Jetzt und Heute zu sehen, sie zu genießen und anzuerkennen. Dieses ewige „Wir leben in einer tiefen Krise“-Gefasel ist die Ursache einer unzufriedenen Gesellschaft.

Das Fehlen von menschlichen Werten beklagten schon Shakespeare, Goethe genauso wie Sokrates im antiken Griechenland. Damals sicher zu Recht. Sie haben immer Veränderung und Erneuerung gefordert, um zu einer besseren Gesellschaft zu gelangen. Nix konservativ! Nix Koch!

Unsere

neuesten edlen
Tropfen:



Sweet Drops von Ole Lynggaard
Verkostung: Montag – Freitag 9:00 – 19:00
alle Samstage im Advent 9:30 – 18:00

willer
J U W E L I E R

Rolfneckstraße 13 · Tel. 536 96 50
Hamburg Wellingsbüttel

Liebesbriefe in Schmuck.

Leben Sie Ihre Weiblichkeit

und zeigen Sie Ihre feminine Seite!

Ob natur, gefärbt oder grau,
Ihre Haare werden strahlen mit
einer neuen Farbe oder durch
triple blonde Strähnen!

Linda Geier

Spezialistin für lange Haare,
Haarfarben & Strähnen



Individuelle Terminvereinbarung: 0172 - 57 58 57 0
Info: www.lindageier-hairstyling.de



Alsterdorfer Straße 280

D

wie
Dach-
service

RW Bedachungs GmbH

Meisterbetrieb

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



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

Vyana
AYURVEDISCHE MASSAGEN

Kerstin Daumann
Ayurvedische Massagetherapeutin
Volksdorfer Damm 26b
22359 Hamburg
Telefon: 040 - 60685303
Mobil: 0170 - 2104587
www.vyana-hamburg.de

Naturstein u. Pflasterbau

Umgestaltung
Neuanlagen
Erdbau

Auffahrten
Terrassen
Podeste
Mauern
Zaun
Teich

Andreas Kremer
www.ak-galabau.de
Tel. 040 / 601 56 79

ASMUS HEIZUNG

Ökologische Heizsysteme
Öl • Gas • Solar • Pellets • Wartung

75
Jahre

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



Foto: Stephan Wailöcher

Wolfgang E. Buss lud zum
Hamburger Herbstempfang ins
Grand Elysée – 800 Hamburger
Persönlichkeiten, unter ihnen die
Schauspielerin Andrea Lüdke aus
Sasel, kamen gerne. S. 8

IN DIESEM HEFT:

Magazin

Kolumne	3
Kunst und Kultur: Veranstaltungs-Tipps im Alster- tal und den Walddörfern	6
Über 800 Hamburger Persönlichkeiten feierten auf Einladung von Wolfgang E. Buss im Grand Elysée den Hamburger Herbstempfang ...	8
Das sind die Preisträger des auf dem Hamburger Herbst- empfang verliehenen „Sozial- Oscars“ für engagierte Jugendliche	16
Von prominenten Laudatoren und Hamburgs Erstem Bürger- meister Christoph Ahlhaus als Golfer für den guten Zweck ...	18
Familiengeschichte: Die Restaurantdynastie Randel ...	20

Spaß-Sport: Alstertaler Persönlichkeiten beim Cross- Golf auf Sylt	24
Aufgestockt: Die Polizei hoch zu Ross in Volksdorf	26
Von besinnlichen Texten und Harfen – Kunst im Torhaus und dem Siemers'schen Hof	28

Poppenbüttel

Die Henneberg Bühne prä- sentierte Hänsel und Gretel als Weihnachtsmärchen	39
Erstling: Andreas Woltemath schreibt Kinderbuch über Regentropfen	40
Prämiert: Obwohl unfertig, wurde die Bushaltestelle in Poppenbüttel „Bauwerk des Jahres 2009“	42



Aufgestiegen: Der Saseler Ralf Meyer ist seit Kurzem statt Polizei-Pressesprecher Vize-Chef beim LKA Hamburg. S. 50



Wettbewerbsbild aus dem Jahr 2009 von Marie Louise (9)

Mitmachen: Wie in den vergangenen Jahren, startet das Alstertal-Magazin 2010 wieder seinen großen Weihnachtsmann-Malwettbewerb! S. 54

Volksdorf

Kulturtyp: Historischer Jahrmakrt im Museumsdorf
Volksdorf46

Duvenstedt

Duvenstedt aktiv „zündet“ das beliebte Lichtermeer der Weihnachtszeit47

Wellingsbüttel

Endlich: Peter-Petersen Schule nun offiziell mit neuem Namen.....48

Sasel

Der Saseler Ralf Meyer über seinen neuen Job als LKA-Vize-Chef..... 50
Mitmachen: Großer Weihnachtsmann Malwettbewerb

des Alstertal-Magazins..... 54

Service

- Rund ums Tier 30
- Rund ums AEZ 31
- Gartenratgeber 38
- Handwerk 56
- Wintergärten 58
- Weihnachten und Silvester genießen 61
- Essen und trinken 66
- Geschenk-Ideen 68
- Gesundheitsratgeber 70
- Senioren 76
- Küchentrends 78
- Immobilien 80
- Motor-Magazin 91
- Kleinanzeigen/Impressum 96
- Sudoku 98

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

FRIEDHOFSGÄRTNEREI

Dorothea Westphal & Tochter
GMBH



Hauptfriedhöfe:
Ohlsdorf, Bergstedt, Volksdorf

Grabpflege,
Neugestaltung, Dauergrabpflege

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



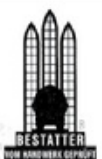
**Gleittüren
Schränke**

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 AG

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

LÖHNER NARJES
§ L. § § N. §
RECHT§ANWALT RECHT§ANWÄLTIN
www.alstertal-rechtsanwaelte.de

Perfekt gepflegte Hände & natürlich schöne Nägel

Herzlich willkommen zu einem
Pflege und Wellness-Kurzurlaub
für Ihre Hände und Nägel



Birgit Gladich

Hand & Nagelpflege

Vorweihnachts-Angebote
bis 17.12.2010:

Spa Maniküre
statt 45,- nur 25,- €

Naturnagel Verstärkung
statt 65,- nur 45,- €

Terminvereinbarung: 0172 – 307 48 31
Info: www.gladich-nagelpflege.de

Alsterdorfer Straße 280

Verteiler gesucht!

ab 13 Jahre

für Wellingsbüttel und Ohlstedt

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

Termine im Alste

19. November

Die **Bücherhalle Alstertal**, Heegberg 22, zeigt noch bis zum 28.12. in der **Ausstellung „Natur und Harmonie“** Werke der Künstlerin Alina Baudisch – ein Spiel von Farben und Formen, deren Zusammenklang Harmonie entstehen lässt. Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr. 11-19 Uhr und Sa. 10-14 Uhr.

Das **Torhaus Wellingsbüttel**, Wellingsbüttler Weg 75b, präsentiert noch bis zum 21. November seinen **Weihnachtsmarkt der Kunsthandwerker**. Öffnungszeiten jeweils 10-18 Uhr.

Noch bis zum 10. Dezember ist die Künstlerin Bettina Malinowski mit ihrer Ausstellung **„Ohne Titel“ Mixed Media 2010** bei Mercedes-Benz Roßbach Automobile GmbH, Poppenbütteler Weg 5, zu sehen. Öffnungszeiten: Mo.-Fr., 7-19 Uhr und Sa., 9-14 Uhr. Mehr Infos unter **Tel.: 0171 74 27 347** oder **www.art-bettinamalinowski.de**.

20. November

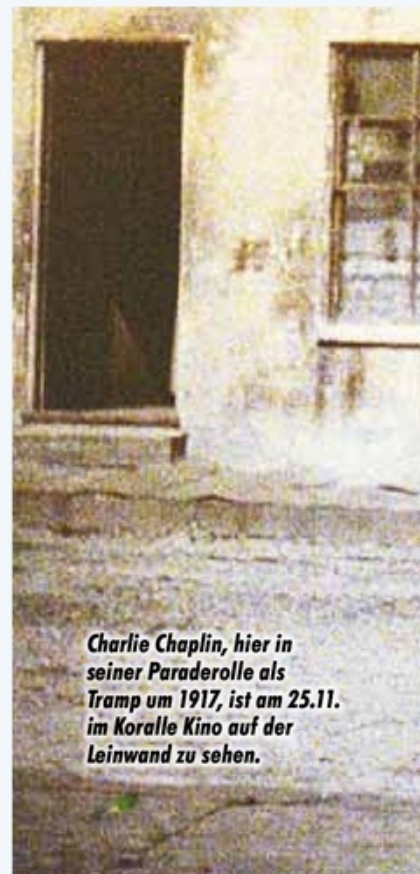
Das **Forum Alstertal**, Kritenborg 18, präsentiert am 20. und 21. November jeweils von 11 bis 18 Uhr seinen traditionellen, **weihnachtlichen Kunsthandwerkermarkt**. Am Sonntag um 15 Uhr spielt außerdem der Chor „Swinging Colours“ winterliche Gospels. Eintritt ist frei! Mehr Infos unter **www.forum-alstertal.de!**

23. November

Die **Bücherhalle Alstertal**, Heegberg 22, präsentiert um 15 Uhr in seiner Reihe Bilderbuchkino „Pinguin Tamino“, der für Prinzessin Nanuma ein Geburtstagsgeschenk besorgen muss. Natürlich hat sie schon alles. Was also schenken? Die Antwort und anschließendes Basteln gibt es für Kinder ab 4 Jahren in der Bücherhalle. Eintritt frei. Dauer ca. 60 Minuten.

24. November

Talentierte Nachwuchskünstler der **Ballettschule John Neumeier** präsentieren um 19 Uhr im Festsaal des **Hospitals zum Heiligen Geist**, Hinsbleek 11, ihr Können. Eintritt: 12 Euro. Karten gibt es an der Rezeption und an der Abendkasse. Infos unter **Tel.: 60 60 11 22**.



Charlie Chaplin, hier in seiner Paraderolle als Tramp um 1917, ist am 25.11. im Koralle Kino auf der Leinwand zu sehen.

25. November

Im Rahmen eines bundesweiten Vorlesetages wird um 15.30 Uhr in der **Bücherhalle Alstertal**, Heegberg 22, das Märchen „Die Schneekönigin“ vorgelesen (für Kinder von 5 bis 12 Jahren). Anschließend wird mit den Kindern gemalt. Anmeldung ist nicht erforderlich, Eintritt frei. Infos unter **Tel.: 690 838 52**.

Die **Bücherhalle Volksdorf**, Weiße Rose 1, präsentiert Sven Nordqvists **„Pettersson kriegt Weihnachtsbesuch“**. Pettersson hat ein Problem, er verstaucht sich am 23.12. seinen Fuß. Was nun? Die Antwort, inkl. Gestaltung eines Weihnachtsbaumes, gibt es jeweils am 25.11., 2. und 9.12. von 15 bis 16 Uhr. (Für Kinder zwischen 5 und 7 Jahren). Anmeldung in der Bücherhalle oder unter **Tel.: 609 122 90**. Kosten: 1,50 Euro.

Das Koralle-Kino, Kattjahren 1a, zeigt um 19.45 Uhr den Film-Klassiker **„Charles Chaplin: Lichter der Großstadt“** aus dem Jahr 1931. Die Filmauswahl und die kommentierende Einführung erfolgt durch Christian Mainz. Weitere Infos: **www.kulturkreiswalddoerfer.de!**

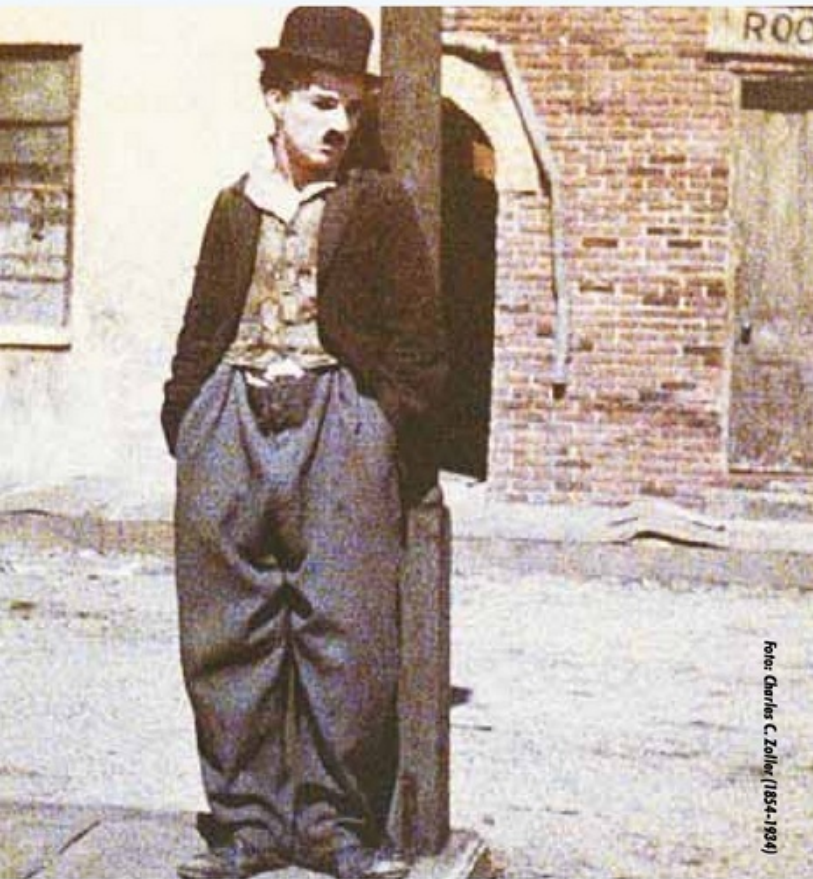


Foto: Charles C. Zoller (1854-1934)

26. November

Um 15.30 Uhr liest die Autorin Doris Dörr im **Kinderleseclub im Sasel Haus**, Saseler Parkweg 3, aus ihrem Buch „**Oskar und Lotti und der Hafengeburtstag**“. Anschließend gibt es eine Mal-/Bastelaktion. Für Kinder ab 4 Jahren. Eintritt: 3 Euro. Infos unter **Tel.: 601 71 60**.

Das **Gut Basthorst** präsentiert an den vier Adventswochenenden (jeweils Fr.-So., 11-19 Uhr) seinen **Weihnachtsmarkt** mit rund 250 Ausstellern aus verschiedensten Regionen und Bereichen sowie Musikattraktionen und Kutschfahrten. Neu: stündlicher Shuttle ab HH/HBF (ZOB)! Eintritt 3,50 Euro (unter 16 Jahren frei). Weitere Infos unter **Tel.: 04159 - 82 52 0** und www.gutbasthorst.de.

27. November

Ab 15 Uhr öffnet das **Gast- und Krankenhaus**, Hinsbleek 12, seine Pforten für einen „**Tag der offenen Tür**“. Besucher können nebenbei mit Freunden und Familie auf dem **Adventsmarkt** durch traditionelles Kunsthandwerk stöbern und weihnachtliches Gebäck genießen. Infos unter **Tel.: 60 68 94 0**.

Im **Museumsdorf Volksdorf**, Im Alten Dorfe 46/48, findet am 27. und 28.11. der 3. historische **Weihnachts-Jahrmarkt** statt. Zu den Klängen der Drehorgel wird Kulinarisches von den Herstellern und aus dem Backhaus angeboten. Am Sonnabend ist der Weihnachtsmarkt von 12-19 Uhr, Sonntag von 11-18 Uhr geöffnet. Infos: www.museumsdorfvolksdorf.de.

28. November

In der Tanzschule S-eins, Poppenbüttler Hauptstraße 7, liest Schauspieler **Katharina Naumow** (Pfefferkörner) von 14.30 bis 16 Uhr aus Andreas Woltemaths erstem Kinderbuch „**Lara&Kalli**“.

30. November

Im **Torhaus Wellingsbüttel**, Wellingsbüttler Weg 75b, findet um 19.30 Uhr ein Kammermusik-Abend statt. Die japanische Pianistin Keiko Tamura und der deutsche Cellist Jens Peter Maintz werden – passend zum Schumann-Jahr – Werke von **Robert Schumann** sowie Sonaten von **Ludwig van Beethoven** und **Benjamin Britten** zum Besten geben. Karten gibt's ab 10 Euro unter **Tel.: 536 12 70**.

Mein SPIELZEUGPARADIES

Matthe Kruse
weckt Gefühle

Kaufmannsläden

Puppenhäuser, Schaukelpferde u.v.m.



Prinzessin
Lillifee

HABA

FELIX

KOSMOS

playmobil



Capt'n
Sharky



Schleich S

u.v.m.



Vom Weihnachtsmann
empfohlen

Lerche
IM ALSTERTAL

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

STAATLICH ANERKANNTE SCHULE BERUFSFACHSCHULE
R. SCHAUSPIEL FÜR SCHAUSPIEL HAMBURG



Schauspielausbildung

staatlich anerkannt und BAFÖG gefördert

Schauspielkurse als Weihnachtsgeschenk:

Talenttage, Kurzseminare, Jugendprogramm, Schauspieltraining
Wir gestalten einen Gutschein für Sie – rufen Sie uns an.

Oelkersallee 33 | 22769 Hamburg | info@schauspielschule-hamburg.com

Infos und Anmeldung: 040/4302050 oder www.schauspielschule-hamburg.com

Alle
Fotos
unter:
www.hamburger-herbstempfang.de

HAMBURGER HERBSTEMPfang



Preisträger und
Laudatoren des Hamburger
„Sozial-Oscars“ bei der
Preisverleihung.



Das Alstertal-Magazin lud ein – zum 16. Mal Prominente und Glamour in der Stadt

Hamburger *Herbstempfang 2010*

Rund **800 Hamburger Persönlichkeiten** aus Politik, Gesellschaft, Sport und Medien folgten der Einladung von **Wolfgang E. Buss** zum **16. Hamburger Herbstempfang** im Grand Elysée – dem wohl **glamourösesten Event der Stadt**. Ein Highlight: Die Verleihung des Hamburger „Sozial-Oscars“!

„Der Herbstempfang gehört zu Hamburg, das ist Ihr Verdienst, Herr Buss“, lobte Hamburgs Erster Bürgermeister **Christoph Ahlhaus** den Gastgeber **Wolfgang E. Buss** zu Beginn seiner Eröffnungsrede. Anschließend konnte er ein Novum bestaunen, das er mit den Worten „eigentlich stehe doch immer nur ich da oben“ lächelnd kommentierte: Seine **Gattin Simone** hielt erstmals eine Rede vor so großem Publikum. Gemeinsam mit dem Model **Mirja du Mont** hielt Hamburgs First Lady eine Laudatio auf den Gewinner des Hamburger „Sozial-Oscars“ – entsprechend dem Motto „Jugend heute: Andere sind mir wichtig“ ehrt dieser Kinder und Jugendliche, die sich in sozialer Hinsicht hervorgetan

haben. In der Jury, die die Preisträger auswählte, saßen **Michael Stich, Marc Bator, Olivia Jones, Dagmar Berghoff, John Ment und Wolfram Kons**. (Näheres Seite 16) Der Preis ist seit verganginem Jahr neben dem Get-together-Gedanken Schwerpunkt des glamourösen Festes im großen Festsaal des Hotel Grand Elysée. Bis in die Nachtstunden feierten die rund 800 geladenen Persönlichkeiten der Stadt die ausgezeichneten Jugendlichen bei Sekt und Wein sowie bei bester kulinarischer Versorgung durch den Elysée-Küchenchef Peter Sikorra, der mit seinem Team unter anderem mit getrüffelter Pasta und diversen Fingerfoodvariationen für das leibliche Wohl sorgte.

Fotos: Stephan Wallroche



Hamburgs Erster
Bürgermeister **Christoph Ahlhaus** mit **Silke Lange**
und **Simone Ahlhaus** mit
Gastgeber **Wolfgang E. Buss**
(v.l.)

Haspa-Chef Dr. Harald Vogelsang (l.) mit Finanzsenator Carsten Frigge

Die Grande Dame der Tagesschau Dagmar Berghoff (r.) mit Olivia Jones und Mr. Radio Hamburg John Ment

ECE-Chef Alexander Otto mit Gattin Dorit

ECE-Geschäftsführer Stephan Kugel mit seinem designierten Nachfolger Henrie W. Kötter (r.)

Boxweltmeisterin Ina Menzer

Mirja du Mont

Kam übergücklich mit Babybauch: RTL-Moderatorin Susanne Böhm.



HAMBURGER HERBSTEMPfang



Society-Redakteurin
Jeannine Ehmssen mit
Marek Erhardt, der
den „Sozial-Oscar“
moderiert.



Schauspielerin
Christine Zierl



Hamburgs Erster
Bürgermeister Christoph
Ahlhaus (r.) mit Gattin
Simone
und Ole von Beust



Schauspielerin
und
Moderatorin
Nandini Mitra



Wirtschaftssenator Ian Kiru Karan (l.)
mit Immobilieninvestor Dieter Becken



Alexandra von Rehlingen und
Prof. Dr. Matthias Prinz



Connie Sachse und Leo Eckstein,
Geschäftsführer MeridianSpa



CDU-Fraktions-
chef Frank Schira mit
Barbara Ahrons (CDU)

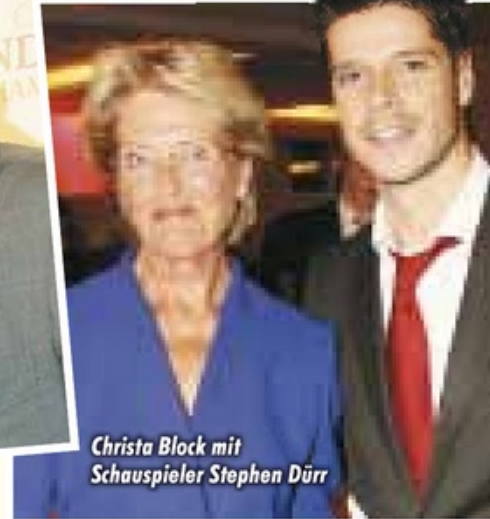


LKA-Vizechef
Ralf Meyer

Hartmut
Carl (r.), Carl
Konferenz- &
Eventtechnik
mit Sabine und
Jörg Finck



Wimbledonsieger
Michael Stich mit
Gattin Alexandra



Christa Block mit
Schauspieler Stephen Dürr



Ronja Hilbig (l.) und Leo
Bartsch von Queensberry



Jürgen Heuer, Susanne Stichler,
Doris Petersen und Karsten Luchow, (v.l.)



Unfälle beim Spielen können eine schwere Behinderung zur Folge haben. Mit der Haspa-Vorsorgelösung sind Kinder dann zumindest finanziell abgesichert.

Anzeige

Absicherung bei Invalidität

Haspa KinderSicherheitsplan – Vorsorge nach Maß!

Invalidität durch Krankheit oder Unfall: Das hat Einfluss auf die Lebensgestaltung und zieht finanzielle Auswirkungen mit sich. Ein Thema, was gerne verdrängt wird, aber eigentlich ganz nach oben auf die Tagesordnung gehört. Gerade, wenn es um die Absicherung unserer Kinder geht. Die Haspa bietet dafür eine maßgeschneiderte Vorsorgelösung an.

Allein in Hamburg sind rund 3.300 Kinder im Alter unter 15 Jahren schwerbehindert und müssen mit einer dauerhaften Einschränkung ihrer körperlichen oder geistigen Fähigkeiten leben. Schicksalsschläge dieser Art haben einen erheblichen Einfluss auf die Lebensgestaltung der gesamten Familie. Auch die finanziellen Folgewirkungen sind gravierend. Denn gerade bei Kindern steigt mit der Schwere einer Invalidität der Versorgungsbedarf überdurchschnittlich. Neben den Aufwendungen für die Genesung bzw. der Linderung der Folgen einer Invalidität müssen die Eltern mit zusätzlichen Kosten für die Ausbildung rechnen. Zwar gibt es staatliche Hilfen zur Unterstützung von schwerbehinderten Kindern und ihren Familien. So kommen beispielsweise die Krankenkassen für die medizinische Grundversorgung auf. Zudem gibt es je nach Grad

der Pflegestufe Geld von der Pflegekasse. **Diese Leistungen reichen aber nicht aus, um die Kinder optimal zu versorgen** und ihnen die Möglichkeit zu geben, ihr Leben dennoch gut zu bewältigen und zu gestalten. So rät etwa die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen zu einer **zusätzlichen Kinderinvaliditätsversicherung** – sie bietet einen wichtigen Schutz bei Invalidität durch Krankheiten. So resümierte z.B. die Zeitschrift Finanztest von der Stiftung Warentest: „Geld macht behinderte Kinder nicht wieder gesund, aber es hilft, mit den Folgen zu leben. Finanziellen Schutz versprechen hierbei Kinderinvaliditätsversicherungen.“

Diesbezüglich ist es gut zu wissen, dass die Haspa mit dem **Haspa KinderSicherheitsplan** jetzt eine Vorsorgelösung anbieten kann, die für diese Aufgabe



Benedikt Kronfeldner berät Sie gerne in der Haspa-Filiale „Poppenbütteler Weg“ unter Tel.: 040-35 79-28 03.



Martin Jarcinski ist Ihr Ansprechpartner in der Haspa-Filiale im AEZ unter Tel.: 040-35 79-58 94.

maßgeschneidert ist. Der Haspa KinderSicherheitsplan schützt vor den finanziellen Folgen einer Invalidität und hilft, die Zukunft des Kindes abzusichern. Er ist eine Kombination aus einer Kinder-Invaliditätsversicherung und einer Sparkomponente. Mit dem Abschluss dieser neuen

Vorsorgelösung tun Sie einen wichtigen Schritt für die gesicherte Zukunft ihrer Kinder und Enkelkinder.

Für weitere Informationen stehen Ihnen die Mitarbeiter der Haspa zur Verfügung. Rufen Sie gerne an oder kommen Sie direkt in die Haspa-Filiale in Ihrer Nähe.

Meine Bank heißt Haspa.

Haspa[§]
Hamburger Sparkasse



Büros und Dienstleistungen günstig u. flexibel mieten!

- Büros 15 - 250 m² (möbliert und unmöbliert)
- Konferenzräume & Meetings (Empfang u. Gästebetreuung)
- Geschäftsadresse & Postservice (mit / ohne Büroanmietung)
- Telefondienst in Ihrem Namen z. B. für Rechtsanwälte, Arztpraxen, Handwerker und viele andere...
- Telefonmarketing
- Dienstleistungen
- freies Parken

**„Tag der offenen Tür“
montags - freitags
8 bis 18 Uhr**

Jetzt kostenfrei testen !

☎ (040) 532 99 102
www.master-office.de
Airport Center (Haus C)
Flughafenstr. 52 a
22335 Hamburg

OASIS Getränkemarkt
LIEFERSERVICE ☎ 538 69 67

Dich schickt der Himmel ...
... auf den Michel-Weihnachtsmarkt
26. bis 28. November

Über 80 Aussteller präsentieren
Weihnachtliches in der Krypta, im
Gemeindehaus St. Michaelis und
vor dem Michel.

Freitag, 26.11. von 15 - 19 Uhr
Sonnabend, 27.11. von 11 - 19 Uhr
Sonntag, 28.11. von 11 - 19 Uhr

NIESSING
Ein Stück Schmuckkultur

Niessing Spannring Verlauf
mit sherryfarbenem Brillanten



TENDENZEN



Tendenzen Goldschmiede
Schmuggelstieg 2 22848 Norderstedt
Tel.: 0 40 - 5 29 67 76
www.tendenzen-goldschmiede.de

IHR NIESSING-PARTNER IM NORDEN



Susanne Holst

Wandsbeks
Bezirksamtsleiterin
Cornelia Schroeder-
Piller und
Weihbischof Hans-
Jochen Jaschke

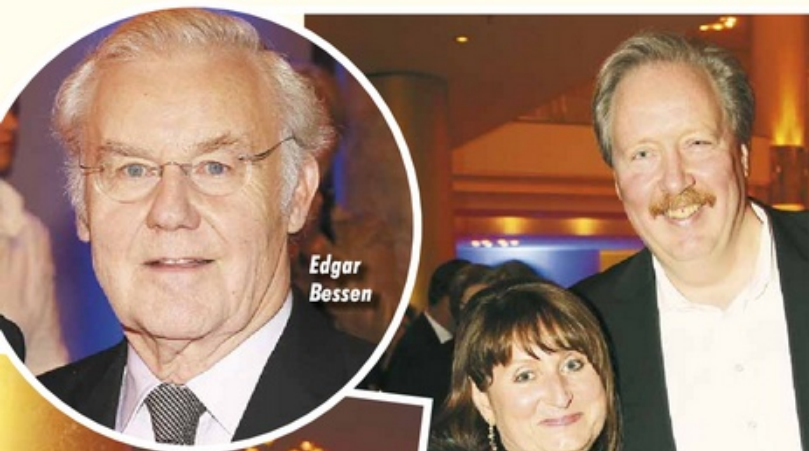
Tagesschau-Legende
Jo Brauner

Box-Europameister
Alexander Dimitrenko und
Jürgen Hunke (r.)

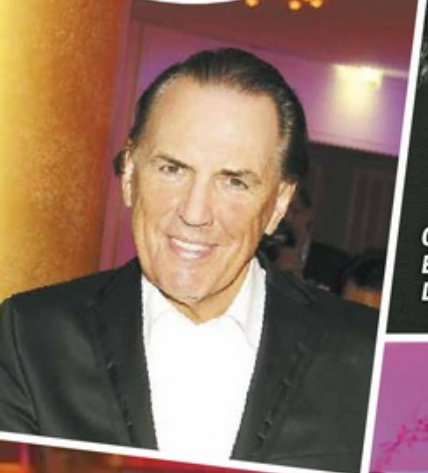
Ehrte als Laudatorin
Gewinner des „Sozial-
Oscars“: Schauspielerin
Andrea Lüdke.

Farid Müller (GAL)
und Andreas Fischer-
Appelt (r.)

CDU-Landes-
geschäftsführer
Gregor Jaecke und
Silke Lange



Edgar Bessen



Globetrotter-Chef Andreas Barthmann mit Gattin Dorith.



Ex-HSV-er Richard Golz (l.) mit Frau Natascha und Chefredakteur Kai Wehl



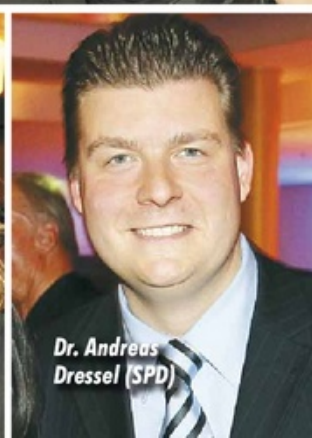
Jutta Breyer-Hammers mit HSV-Manager Bernd Wehmeyer



Senator a.D. Dr. Michael Freytag mit Gattin Inga Unger-Freytag, Wolfgang Kühl und Dr. med. Angela Stahl (v.l.)



Dr. Martin Wilhelmi und Kerstin Graf



Dr. Andreas Dressel (SPD)

Fotos: Stephan Wollochs, Kai Wehl

Heizung erneuern?

Wir sind die Spezialisten!

Ihr Heizkessel ist in die Jahre gekommen, die Energiekosten explodieren und werden weiter steigen.

Mit einem neuen Kessel senken Sie die Heizkosten bis zu 30%.

Eine Investition, die sich schnell rechnet. Wir beraten Sie gern.



Sanitärtechnik
Solaranlagen
Dacherneuerung
Hausanschlüsse
Regenwassernutzung

michael Krohn

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

DR. KLAUS SCHÜTTE

ZAHNARZT · GANZHEITLICHE ZAHNHEILKUNDE

Prophylaxe • Implantate/Vollkeramik
Zahnästhetik • Naturheilverfahren

Gesunde Zähne – Gesunder Körper
das biologische Konzept – Umweltzahnmedizin



Zahnärztin
Dr. Esmeralda Pinto

Zahnarzt
Dr. Klaus Schütte

Zahnärztin
Dr. Julia Hessel

Sie sind

- erschöpft und müde
- umweltbelastet
- chronisch krank
- Allergiker
- oder Sie haben Rückenschmerzen?

Dann prüfen wir

- die Verträglichkeit Ihrer Zahnmaterialien und Titanimplantate
- wurzelbehandelte Zähne
- Zahnstößfelder
- Bissverhältnisse

Wir kombinieren die Methoden der Schulmedizin konsequent mit den Erkenntnissen der ganzheitlichen Heilkunde.

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.

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

RIBLING
 CAFÉ · RESTAURANT · BAR

WEIHNACHTSMENÜ
 AM 25. & 26.12.2010 VON 12.00 - 24.00 UHR
 VERSCHIEDENE MENÜS ZUR AUSWAHL
 AB 25,50 EURO

SILVESTER-GALA-BUFFET
 INKL. EINEM GLAS SEKT UND BERLINER UM
 MITTERNACHT. 31.12.2010 AB 19.00 UHR
 39,90 EURO



FUHLSBÜTTLER STRASSE 757 · 22337 HAMBURG
 WWW.RIBLING.DE
 RESERVIERUNGEN 040.50 790 790
 MO-FR 11-24 UHR · SA+SO 9-24 UHR



Friedrich Wilhelm Werner mit Gattin Brigitte und Heike Kugel (r.)



Dr. Andreas Mattner (ECE) mit Gattin Susanne



Fotografenlegende Jay Ullal mit Gattin Rajni



Sozialsenator Dietrich Wersich (r.) mit Bruder Ekkehart (CDU)



Sir Michael Lou und Kerstin Eichstädt



Segellegenden: Tim Kröger und Achim Griese (r.)

Fotos: Stephan Wallocher, Kai Wehl



Bild-Chef Matthias Onken (l.) und Tagesschausprecher Marc Bator



Detlef Hammer und
Jens Pelikan (r.)



Jonica Jahr-Goedhart und
Marietta Andreae (r.)



Raphaël Marionneau
mit Freundin
Christina Müller und
Hund Kinski



Thomas W. Kraupe mit
Iris Schultz



Florian Käirat und Arne
Dost (r.)



Gerd Spiekermann



Gero Erhardt mit
Frau Jutta



Christian Quadflieg



Exklusive Maßanfertigung

Modebewusste Frauen, die einen perfekten, luxuriösen Stil bevorzugen, jedoch keine Idealmaße aufweisen können, sind häufig auf Maßgeschneidertes angewiesen. Mit viel Freude und stilsicherer Beratung nimmt sich Helga Hack solcher Kundinnen an. Eine große Auswahl edler Stoffe und wunderschöner Mustermodelle in prächtigen Farben werden Sie inspirieren... ob ein Kleid, ein Hosenanzug oder ein wunderschönes Kostüm, festliche Abendroben oder Braut-Couture. Das professionelle Team erfüllt alle Wünsche.

„Mode ist, wenn man den eigenen Stil immer wieder der Zeit anpasst!“

Modeatelier Helga Hack
Modedesign & Stilberatung

Lemsahler Landstr. 328 • 22397 Hamburg
Terminvereinbarung unter: 040 - 607 40 13
www.helgahack.de • info@helgahack.de



Gratis* Thermografieaufnahmen
Ihrer Fenster – wir zeigen, wie viel Sie mit
Rollläden sparen können!

*Kosten von 70,-€ werden bei einem Auftragswert ab 1000,-€ gutgeschrieben.

Stephan
Riedel -
Sonnenschutz- und Sicherheitstechnik

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



Mirja du Mont und unsere Bürgermeistergattin Simone Ahlhaus (v.l.) hielten die Laudatio für die Schüler des Gymnasiums Eppendorf, die mit ihrem Projekt „Hege Helping Hands“ den ersten Platz belegten.

Junge Vor

Rund 220 Bewerbungen gingen bei Charity-Organisatorin Jeannine Ehmsen für den Preis „Jugend heute: Andere sind mir wichtig“ ein. Er würdigt herausragende soziale Leistungen von Jugendlichen – die Haspa stiftete dazu wertvolle Preise.

Bereits zum zweiten Mal wurde im Rahmen des Hamburger Herbststempfangs der Preis „Jugend heute: Andere sind mir wichtig“, Hamburgs „Sozial-Oscar“, verliehen. Besonders glamourös war in diesem Zusammenhang der erste offizielle Auftritt von Bürgermeistergattin

Simone Ahlhaus, die gemeinsam mit Mirja du Mont die Laudatio für den Erstplatzierten hielt. Über den Preis freute sich besonders Jonica Jahr-Goedhart, deren Sohn zu den Preisträgern gehörte: „Es ist klasse, dass die Schüler des Gymnasiums Eppendorf mit dem Projekt der „Hege Helping



Das feine
4-Sterne-Designhotel
im Norden Hamburgs



Herzlich willkommen!

Lassen Sie den Alltag hinter sich...

22 großzügige Doppelzimmer und 3 Junior-Suiten, individuell gestaltet und zum Teil mit großzügiger Terrasse ausgestattet, warten darauf, dass Sie sich wohlfühlen können. Fast alle Zimmer unseres 4-Sterne-Designhotels verfügen über ein gemütliches Kingsize-Bett, in dem Sie eine erholsame Nacht verbringen werden.



★★★★ Hotel du Nord
Im Alten Dorfe 40 · D-22359 Hamburg

Telefon: +49 (0) 40 638 56 96 - 0
Fax: +49 (0) 40 603 87 54

E-Mail: info@hotel-dunord.de
Internet: www.hotel-dunord.de

bilder!

Hands“ hilfsbedürftigen Kindern unserer Welt helfen. Im letzten Jahr sammelten sie durch eine Seilspringaktion rund 50.000 Euro für die Erdbebenopfer auf Haiti und durch einen Einrad-Weltrekord 30.000 Euro für NCL-krankte Kinder“. Der zweite Preis ging an **Dirk Hagmaier**, der sich mit anderen Jugendlichen für aidsranke Menschen einsetzt und bereits 20.000 Euro gesammelt hat. Die erste Spende davon ging an die Michael Stich Stiftung, diese half den Jugendlichen dabei, den Verein „Jugend gegen Aids e.V.“ zu gründen. Zu guter Letzt wurden die Schüler des **Margaretha-Rothe-Gymnasiums** mit dem dritten Preis

ausgezeichnet, die das Kinder-Hospiz Sternenbrücke mit über 20.000 Euro unterstützt haben. Außerdem gab es in diesem Jahr erstmals einen **Ehrenpreis, gestiftet von Capital Intermodal, für das beste Integrationsprojekt**: Er ging an den Verein „Switch“.

J. Ehmsen



Wirtschaftssenator Ian Kiru Karan hielt die Laudatio für den Ehrenpreis „Switch“ in der Kategorie „Integration“. **Marek Erhardt** moderierte. (v.l.)



Christa Block und Stephen Dürr hielten die Laudatio für den zweitplatzierten **Dirk Hagmaier**.

2. Platz

3. Platz



Dr. Harald Vogelsang, Stifter der wertvollen Preise, **Nandini Mitra** und **Andrea Lüdke** (v.l.) hielten die Laudatio für die Schüler des **Margaretha-Rothe-Gymnasiums**, die den dritten Platz belegten.



Goldbekplatz 1
22303 Hamburg
Tel.: 040 - 279 50 44
info@homeandgardenhamburg.com

Home & Garden

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 11 - 19 h
Sa. 10 - 16 h

Unsere Laudatoren:



Preisstifter: Dr. Harald Vogelsang



„Hamburgs First Lady“ Simone Ahlhaus, Mirja du Mont, Jeannine Ehmsen (Organisatorin), Andrea Lüdke und Nandini Mitra (v.l.)



Christa Block und Stephen Dürr

Einsatz für den guten Zweck!



Moderierte den „Sozial-Oscar“: Marek Erhardt

Marek Erhardt und unsere prominenten Laudatoren und Juroren waren sofort bereit, sich ehrenamtlich für den guten Zweck einzusetzen. Mit ihrer Anwesenheit gaben sie der Preisverleihung den passenden Hauch von Glamour.

Ehrlichkeit, Menschlichkeit und Respekt! Für diese Werte wurden

die Jugendlichen von unseren prominenten Juroren und Laudatoren geehrt. Gerade in der heutigen schnelllebigen Zeit bleiben

diese Dinge oft auf der Strecke. Wir hingegen setzen mit unserer Preisverleihung im großartigen Festsaal des Grand Elysée ein

Zeichen und zeigen, dass es noch heute soziale Menschen gibt, an denen man sich ein Beispiel nehmen kann. Jeannine Ehmsen

Unsere Juroren:



Marc Bator



Olivia Jones, John Ment und Dagmar Berghoff (v.l.)



Wolfram Kons (RTL)



Michael Stich

Sponsoren und Partner des Hamburger Herbstempfangs





„Bürgermeister-Putt“

Christoph Ahlhaus beim Putten, beäugt von Wirtschaftssenator Ian K. Karan, Hans Braasch, Hamburger Golfverband, und Karl Schwanbeck (v.l.)

Martin Thater, Golfplatz Gut Waldhof, mit Gattin und Karl Schwanbeck (v.l.)

Fotos: Stephen Wallochs

Der Golfplatz Gut Waldhof, vertreten durch seinen Chef Martin Thater und die D.F. Liedelt-Stiftung, organisierten auf dem Hamburger Herbstempfang einen Putting-Contest für den guten Zweck. Karl Schwanbeck von der D.F. Liedelt-Stiftung war begeistert: „Viele prominente Persönlichkeiten unserer Stadt putteten um den Hauptgewinn.

Eine Kreuzfahrt mit der Queen Mary II.“ Drei Putts kosteten zehn Euro, die direkt an hilfsbedürftige Kinder in Afrika gestiftet wurden. Seit Jahren setzt sich Dietrich Liedelt mit seiner Stiftung für Afrika ein. Den „hanseatischsten Putt“ machte unser Bürgermeister Christoph Ahlhaus. Es gab viele kleine Präsente vom Golfplatz Waldhof. je

Container sind Wir.

Bauschutt Bauabfälle Grünabfälle Altpapier
Aktenvernichtung Schrott...

040-5 50 89 70 **Freisler**

CONTAINERDIENST

www.freisler.com

Man sollte die Dinge so nehmen, wie sie kommen. Aber man sollte dafür sorgen, dass die Dinge so kommen, wie man sie nehmen möchte.

[Curt Goetz]

Vorsorge
eine Sorge weniger

Alster
Bestattungen

Moorblick 24b 22399 Hamburg

Fuhlsbüttler Str. 301 22307 Hamburg

Telefon (040) 69 70 20 90 Telefax (040) 63 99 82 25

Partner der Deutschen Bestattungsvorsorge Treuhand AG
Partner des Kuratorium Deutsche Bestattungskultur GmbH



Dieter Brose Meisterbetrieb · Innungsmitglied

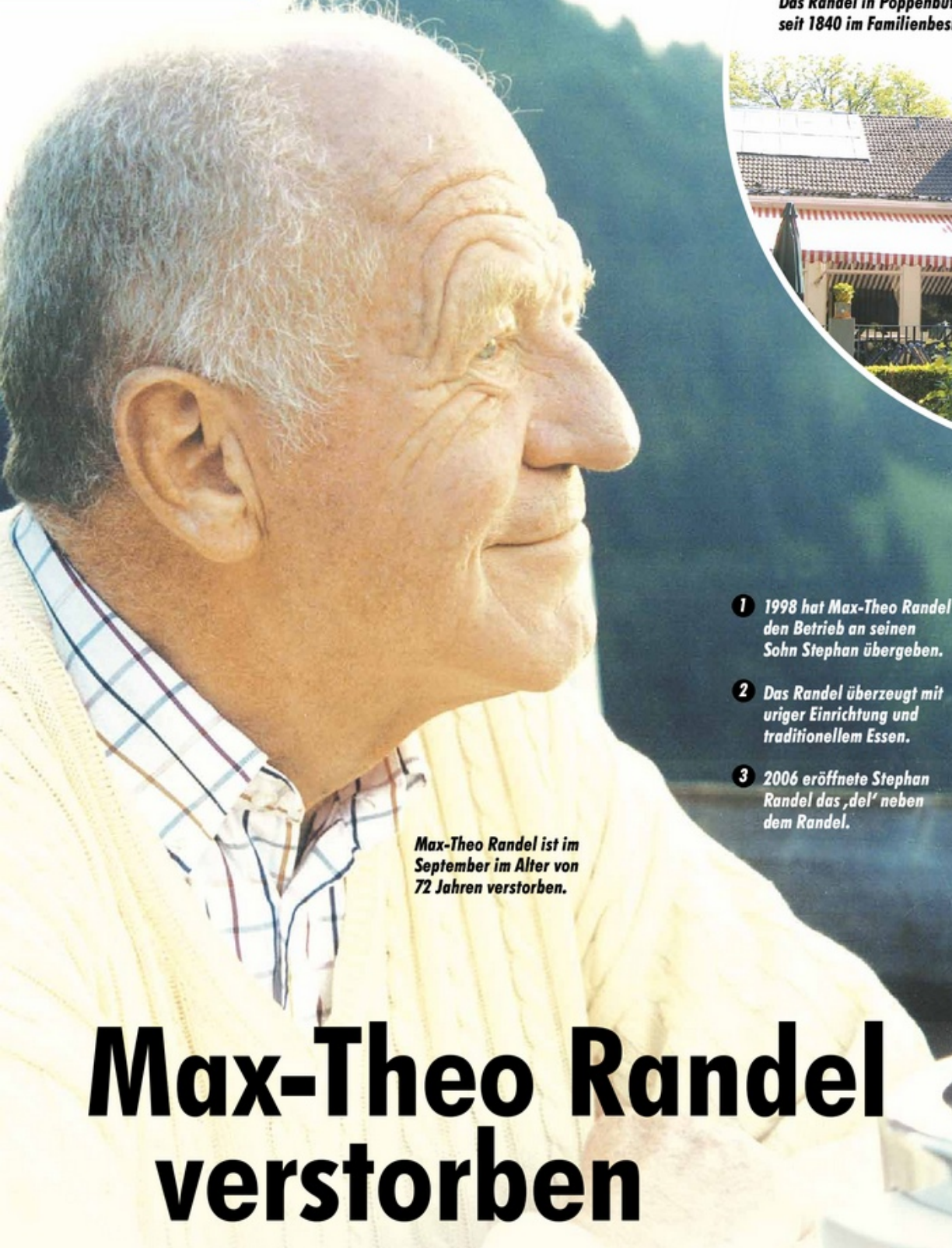
Wir bieten Ihnen das ganze Programm!

- Individuelle Kaminanlagen
- Kachelöfen aller Ausführungen
- Kaminöfen aller namhaften Hersteller
- Schornsteinbau – Schornsteinanierung

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

Das Randel in Poppenbüttel ist seit 1840 im Familienbesitz.



Max-Theo Randel ist im September im Alter von 72 Jahren verstorben.

- 1 1998 hat Max-Theo Randel den Betrieb an seinen Sohn Stephan übergeben.
- 2 Das Randel überzeugt mit uriger Einrichtung und traditionellem Essen.
- 3 2006 eröffnete Stephan Randel das „del‘ neben dem Randel.

Max-Theo Randel verstorben

Der Senior im Betrieb Randel, Max-Theo Randel, ist vor Kurzem verstorben. Sohn Stephan hatte den Betrieb bereits 1998 übernommen. Randels Witwe Renate erinnert sich an die ersten Begegnungen.

Ich werde strahlend und angenehm von Randel-Kellnern in Empfang genommen. Mit einem Schluck frisch gepressten Orangensaft beginne ich das Gespräch mit Renate Randel und ihrem Sohn Stephan, die mir von ihrem verstorbenen Mann und Vater erzählen wollen. „Wir wussten alles voneinander und hatten keine Geheimnisse“, erzählt Renate Randel. Frau Randel,

eine gebürtige Hannoveranerin, hat sich die letzten Monate liebevoll um ihren Gatten gekümmert. Im vergangenen September verstarb er im Alter von 72 Jahren. Am 24. November 1938 kam Max-Theo im Haus des Randel-Restaurants in Poppenbüttel, übrigens genau an der Grenze zu Wellingsbüttel, zur Welt. Er besuchte zuerst die Schule im

Wellingsbütteler Herrenhaus, die dort provisorisch untergebracht war, und später wechselte er auf die Rudolf-Steiner-Schule. Nach seinem Schulabschluss begann er eine Lehre zum Koch im Atlantic-Hotel, danach ging er für drei Jahre in die Schweiz auf die Hotelfachschule in Lausanne.

„Kennengelernt haben wir uns

Fortsetzung auf Seite 22





HANSETRANS

Wir kümmern uns

PRIVAT- UND FIRMENUMZÜGE

Tel.: 040 - 38 38 38

Und was können wir Ihnen abnehmen?

- Nationale und internationale Umzüge
- Küchen- und Möbelmontagen
- Fachgerechte Altmöbelentsorgung
- Spezieller Seniorenanzugsdienst
- Direkt-Abrechnung mit allen Behörden
- Rahmenvertragspartner Bundeswehr und Auswärtiges Amt



Seit Jahrzehnten vertrauen uns anspruchsvolle, namhafte Kunden ihre Umzüge an.

Wir freuen uns, auch für Sie tätig zu werden.

www.hansetrans-umzug.de

E-Mail: hh.umzug@hansetrans.de

Tel.: 040-38 38 38

HANSETRANS Möbel-Transport GmbH
Große Bahnstraße 11-25
22525 Hamburg



Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001



HANSETRANS

Wir kümmern uns

0800 / 3 38 38 38

KOSTENLOS

FIRMEN- & PRIVATUMZÜGE

Max-Theo Randel verstorben

Fortsetzung von Seite 20

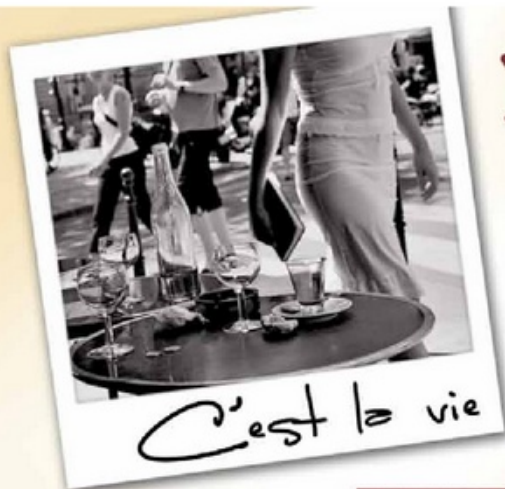


46 glückliche Ehejahre haben Renate und Max-Theo Randel miteinander erlebt.

1962 in der Schweiz: Ich machte eine eineinhalbjährige Sprachreise, um Französisch zu lernen. Max-Theo arbeitete neben dem Studium im Hotel ‚Trois Couronne‘. 1964 heirateten wir glücklich verliebt mit dem Schwur: bis dass der Tod uns scheidet.“ 1965 übernahmen Max-Theo und Renate das elterliche Restaurant Randel in Poppenbüttel in der sechsten Generation. Der Vater erkrankte, konnte den Betrieb nicht mehr führen, doch er gab noch viele seiner Erfahrungen weiter.

„Mein Mann war nicht nur guter Geschäftsmann –, er führte das Randel mit großem Einsatz Jahrzehnte weiter – er war auch ein liebenswerter Vater. Wir sind gerne gereist. Auch, wenn oftmals nicht die Zeit blieb, hatte die Familie oberste Priorität“, erinnert sich Renate Randel.

1998 übergibt der Senior das Restaurant an seinen Sohn Stephan. „Sag Bescheid, wenn du Hilfe brauchst – aber ruf‘ ja nicht an“, erinnert sich der Sohn schmunzelnd an den großen Moment der Geschäftsübergabe. Mariëlle Rösler



C'est la vie

Brasserie Flum



DITHMARSCHER

GÄNSEKEULE

AB 11. NOV.

Oeni,
heut' mag sich's mal ganz anders!

DITHMARSCHER GÄNSEKEULE IN 3 KÖSTLICHEN VARIATIONEN:

»Holsteinische«

Gänsekeule aus dem Backofen mit Beifußsauce, geschmortem Altländer Apfel-Rotkohl und Kartoffelklößen.

»Elsässische«

Gänsekeule mit glacierten Apfelspalten, Champagnerkraut und Brasseriekartoffeln.

»Asiatische«

Gänsekeule mit grünem Spargel und Kaiserschoten aus dem Wok in Ingwersauce, serviert mit Duftreis.

Aus Altem wird ein Kinderlächeln

Alle Jahre wieder: Noch bis zum 30. Dezember läuft die **Spielzeug-Sammelaktion** der Stadtreinigung Hamburg und der „Hamburger Toys Company“. Im Rahmen der Aktion können an sechs **Recyclinghöfen**, u.a. in **Sasel**, Volkssdorfer Weg 196, oder in **Hummelsbüttel**, Lademannbogen 32, gebrauchtes Spielzeug abgegeben werden. Besonders gern gesehen sind technische Geschenke wie Eisenbahnen, Carrerabahnen, Lego,



Wenn Sie Ihr gebrauchtes Spielzeug zum Recyclinghof bringen, können Sie vielen Kindern eine große Freude machen.

oder Fisher Price, erklärt Heinrich Fiege, Leiter der DEKRA Hamburg, Projektträgerin der Hamburger Toys Company. „Auch alte Kinderfahrräder, Roller, Dreiräder, Schaukelpferde oder Puppenhäuser machen die Kinder glücklich.“ Die abgegebenen Spielsachen werden von arbeitslosen Hamburgern

aufgearbeitet und schließlich meist noch vor Weihnachten in Krankenhäusern, Kindergärten und Frauenhäusern verschenkt. Fast 6.000 Kinder können auf diesem Wege eine fröhliche Weihnachtsbescherung erleben. Mehr Infos unter **Tel.: 25 76 0** oder auf **www.stadtreinigung-hh.de**. *et*

Besinnliches auf dem Michel-Weihnachtsmarkt

Unter dem Motto „**Dich schickt der Himmel auf den Michel-Weihnachtsmarkt...**“ präsentieren vom **26. bis 28. November 2010** über 80 professionelle und ehrenamtliche Aussteller in der Michel-Krypta, auf dem Kirch-

platz und im Gemeindehaus St. Michaelis (Englische Planke 1) Kunsthandwerk, Mode, Schmuck, weihnachtliche Dekoration und vieles mehr. Neben einem Kultur- und Musikprogramm – unter anderem Adventsliedersingen mit dem

Kinder- und Jugendchor – wird auch Kulinarisches geboten. Für die kleinen Besucher wird es ein buntes Kinderbasteln geben. Eintritt: frei. Öffnungszeiten: 26.11., 15-19 Uhr/27.11. und 28.11., 11-19 Uhr

GLANZKLARE MÖBEL



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



Alsterdorfer Str. 385, 22297 Hamburg
Telefon 040 52980916
Onlineshop: www.moebel-glanz.de

Die Top Adresse für *Lampen und Schirme*



Eine gut ausgewählte Beleuchtung schafft in Ihrem Zuhause Wohnatmosphäre, darum lassen Sie sich von unserem Fachpersonal beraten.

Exklusive Leuchten

Aus Messing, Silber und Bronze, italienische Terracotta-Vasen sowie alte und antike Leuchten.

Lampenschirme

Nach Ihren Maßen und Wünschen aus französischem Karton, in Seide und mit Blattgold belegt sowie handeingefärbt.

Stilleuchten Götzl Inh. S. Menk

in 22145 Hamburg Rahlstedt · Fasanenweg 2 · Nähe Berner Brücke

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9-18 Uhr · Sa. 9-14 Uhr · Telefon: 040 / 644 85 79 · Internet: www.stilleuchten-goetzl.de

An den 4 Adventssamstagen haben wir von 9 - 16 Uhr geöffnet!

Schauspieler Till Demtröder lud erstmals zum Charity-Cross Golf auf Sylt

Cross Golf Premiere

Fotos: Franziska Krug

Moderatorin Inge Steiner und weitere Promis schlugen auf Sylt für den guten Zweck ab.

Organisierten das Golf-Event: Till Demtröder (l.) und Gunnar Henke

Lichtblicke für Ihre Fenster
Seit über 30 Jahren

- Rollos
- Plissee
- Lamellen
- Jalousien
- Flächenvorhänge
- Insektenschutz



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

In Norderstedt
Jeden 1. Sonntag im Monat
Schauspiel von 13 - 17 Uhr
kein Verkauf | keine Beratung

D.F. LIEDELT
Die schönsten BäderWelten

www.liedelt.de



In unseren BäderWelten erwarten Sie 200 traumhafte Komplettbäder in allen Preisklassen.
22851 Norderstedt | Robert-Koch-Str. 23 | Wir sind für Sie da: Mo - Fr 8 - 18 Uhr | Sa 9 - 14 Uhr
22089 HH-Eilbek | Wandsbeker Ch. 68 - 21073 HH-Harburg | Buxtehuder Str. 56

Bestes Fernsehen für die schönste Stadt.
Reingucken lohnt sich!

www.alstertv.de





Gewichtheber-Olympiasieger Matthias Steiner mit Frau Inge (Mitte) und Verleger Wolfgang E. Buss (r.) mit Partnerin Silke Lange (l.)

Ende Oktober verwandelte der Schauspieler Till Demtröder Sylt in eine faszinierende Golf-Location. 120 geladene Persönlichkeiten, darunter der Alstertaler Wolfgang E. Buss mit Partnerin Silke Lange, schlugen beim ersten Sylter Cross-Golf Turnier ab.

Doch noch bevor das Turnier auf Deutschlands schönster Insel begann, war das Staunen bei den geladenen Teilnehmern in Hamburg groß. Nahezu königlich ging es nämlich chauffiert in luxuriösen Audi-Limousinen in einer Auto-Kolonnen von hier aus nach Niebüll und dann mit dem Autozug nach Sylt. Am nächsten Tag startete, nachdem im A-ROSA Hotel in List Viererflights zusammengestellt wurden, das 1. „Sylt Cross Golf Turnier“. Abgeschlagen wurde u.a. zwischen Dünen, im Watt und sogar von einem schaukelnden Fischkutter aus. Dabei hatten erfahrene Golfer und Anfänger gleichermaßen Spaß. Statt Sport stand vor allem der Gesellschaftsgedanke im Vordergrund und so entwickelten sich in den Flights und in den Pausen in lockerer Atmosphäre neue Freundschaften, so etwa zwischen dem Verleger Wolfgang E. Buss und dem stärksten Mann der Welt, dem Gewichtheber und Olympiasieger **Matthias Steiner**, und seiner Frau **Inge**. Mit von der Partie waren auch **Stefan Kretz-**

schmar, Kai Wiesinger, Jan Hofer, Bettina Cramer, Aleksandra Bechtel, Bernhard Bettermann, Helmut Zerlett, Hans Sigl und Marko Rehmer. Begeistert erzählt **Till Demtröder**, der das Event gemeinsam mit dem PR-Agenturinhaber **Gunnar Henke** durchgeführt hat: „Neben den sportlichen Highlights und stilvollen Abendevents ging es uns auch um den guten Zweck für hilfsbedürftige Kinder. Mit einem spektakulären Abschlag an der Sturmhaube in Kampen wurde mit Hauptsponsor Audi eine Charity-Aktion zugunsten des RTL-Spendenmarathons sowie dem Sylter Küstenschutz initiiert, an der sich auch Urlauber oder Einheimische beteiligen konnten. Mit drei Golfschlägen für 30 Euro konnte mit einem Hole in One ein Audi A1 gewonnen werden. Es gelang niemanden, aber es kamen dabei rund 10.000 Euro zusammen!

So zieht der Organisator auch ein positives Fazit: „Wir konnten alle unsere kreativen Ideen erfolgreich umsetzen, vor allem dank unseres Hauptsponsors, der Audi AG, und weiterer Sponsoren wie Mont Blanc, Hans Trumpa von GEWE mit seinen Wintergärten in List und dem Alstertaler Hans Trumpa, Gaastra und der Haspa Private Banking. Unser Programm kam gut an, denn unsere Gäste haben sich mit einem breiten Lächeln auf dem Gesicht verabschiedet“, freut sich **Till Demtröder**. *Jeannine Ehmsen*

TIPP: Wolfgang E. Buss' TV Produktionsfirma AlsterTV filmte das Event – zu sehen unter www.alstertv.de



Moderatorin Bettina Cramer

AlsterTV-Team: Christian Begemann und Jeannine Ehmsen



Laarmann & Peez präsentiert:

Werkzeuge und Maschinen für höchste Ansprüche

Weil's einfach besser wird, wenn's wirklich passt.



FESTOOL

Werkzeuge für anspruchsvolle Handwerker

Wer gut sein will, braucht perfektes Werkzeug. Wer besser sein will, braucht System. Mit Systemen, die nur eines zum Ziel haben: Noch schneller, leichter und besser zum Erfolg zu kommen.

Mehr Informationen und eine umfangreiche Beratung gibt es bei Laarmann & Peez, Ihrem Festool-Fachhändler.

Ihr Partner in Bramfeld

Bramfelder Dorfplatz 23

22179 Hamburg

Laarmann & Peez GmbH, Bramfelder Dorfplatz 23
22179 Hamburg, Tel. 040 64 21 61 - 0
info@laarmann-peeze.de, www.laarmann-peeze.de

Weihnachtsmarkt Gut Stockseehof

www.stockseehof.de

WEIHNACHTSSTIMMUNG
GESCHENKIDEEN
WEIHNACHTSBÄUME
KULINARISCHES

JEDEN TAG!

27. Nov. - 12. Dez.
TÄGLICH 11-18 UHR

Mo-Fr Eintritt frei · Sa/So Erwachsene 4,- €
... wird beim Kauf eines Baumes angerechnet

24326 STOCKSEE · TEL. 04526-1780
ZWISCHEN PLÖN UND BAD SEGEBERG
AN DER B 404 - B 430 BEI BORNHÖVED

„FERNE LÄNDER ENTDECKEN“

Mit Garantiefonds
von Union Investment
Anlagechancen in fernen
Ländern nutzen!

Mehr Informationen
erhalten Sie unter
www.hamvoba.de und in
unseren Geschäftsstellen.

Aktueller
Garantiefonds
bis 10.12.2010
erhältlich!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Anlegen mit den Garantiefonds von Union Investment.

Ausführliche produktspezifische Informationen und Hinweise zu Chancen und Risiken der Fonds in dieser Werbemitteilung entnehmen Sie bitte den aktuellen Verkaufsprospekten, die Sie kostenlos bei allen Volks- und Raiffeisenbanken, über den Kundenservice der Union Investment Service Bank AG, Wiesenhüttenstraße 10, 60329 Frankfurt am Main oder über die Union Investment Luxembourg S.A., die gleichzeitig der Garantgeber ist (Risiko des Ausfalls des Garantgebers), erhalten. Stand: 01. Oktober 2010.

Union
Investment

Hamburger Volksbank
Man kennt sich.



Die neue Reiterstaffel:

Sattelfest

Lange ist's her, da patroulierte die Polizei noch zu Pferd durch Hamburgs Straßen – das war vor 35 Jahren. Damals wurde die Reiterstaffel aus finanziellen Gründen abgeschafft. Das Alstertal-Magazin hat die neue Generation berittener Gesetzeshüter in Volksdorf getroffen und befragt.

Zwei Reiterinnen der Polizei Hamburg auf ihren Pferden – ein noch ungewohntes Bild, das schon bald wieder alltägliche Routine auf Hamburgs Straßen sein wird. Doch das vom damaligen Innensenator Christoph Ahlhaus so favorisierte und schließlich ins Leben gerufene Projekt trifft nicht nur auf Gegenliebe. Viele halten die berittene Polizei für zu teuer. Die Schätzungen, was die Höhe der jährlichen Personalkosten betrifft, schwanken zwischen 200.000 und 600.000 Euro – so oder so ein teurer Spaß. Hinzu kommt, dass die Pferde nur etwa vier Stunden im Einsatz sein können, den Rest der Zeit werden sie transportiert oder aufgezäumt. Die sechs Frauen und vier Männer der neuen Reiterstaffel

stehen also vor einer harten Bewährungsprobe. Zwei von ihnen traf das Alstertal-Magazin auf ihrer ersten Streife im Polizeikommissariat 35.

Alstertal-Magazin: Wie schafft man es, so ein Vertrauen zu den Pferden aufzubauen?

Bierbaum: Wir waren für die Ausbildung ein halbes Jahr in Hannover. Was uns geholfen hat, war die fachkundige Unterstützung unserer erfahrenen Kollegen. In der Ausbildung eines Polizeipferdes geht man vom Leichten zum Schwierigen, das bedeutet, man fängt mit leichteren Übungen an, wie zum Beispiel Fahnen, die das Pferd berühren oder leisere Geräusche. So schafft man es Schritt für



Die Polizistinnen Dörte Bierbaum (r.) und Christina Havermann gehören zur neuen Generation der Reiterstaffel Hamburg.

?

Schritt, sie an optische und akustische Reize zu gewöhnen. Wichtig ist dabei, dass das Tier jederzeit das Gefühl hat, dem Reiter zu 100 Prozent vertrauen zu können. Viel Lob gehört natürlich auch dazu, da der positive Lerneffekt die größten Erfolge beim Pferd erzielt.

Wie war die Zusammenarbeit mit den Hannoveranern?

Die Zusammenarbeit mit unseren Kollegen aus Hannover war einfach spitze! Sowohl für die Pferde, als auch für uns Reiter war diese Situation komplett neu. Gerade in dieser ungewohnten Lage hatte es enorm geholfen, dass uns die niedersächsischen Kollegen so gut unterstützt haben. Sie waren sehr hilfsbereit und haben jederzeit versucht, uns in der kurzen Zeit so viel Wissen wie möglich zu vermitteln. Wir haben uns bei ihnen wirklich sehr gut aufgehoben gefühlt.

Was werden die zukünftigen Einsatzbereiche der Reiterstaffel sein?

Am Anfang ist es erst einmal wichtig, dass die Reiterstaffel sich zeigt. Wir werden viele Präsenzstreifen

reiten und dann werden natürlich immer mehr Aufgaben auf uns zukommen. Später werden wir dann Einsätze bei Fußballspielen, wie auch schon beim Revierderby des HSV gegen den FC St. Pauli reiten. Außerdem soll in naher Zukunft das Überwachen öffentlicher Veranstaltungen, Demonstrationen, des Hafenmarathons oder Triathlons dazu kommen. Im Grunde werden wir bei allen größeren, für Hamburg typischen Events vor Ort sein – dazu gehören auch Konzerte oder Veranstaltungen in der O₂ World Hamburg.

Die Reiterstaffel wurde 1975 schon einmal aus Geldgründen abgeschafft, glauben Sie nicht, dass es jetzt wieder so kommt?

Das kann man natürlich nie so genau sagen. Aber gerade deshalb ist es unsere Aufgabe, uns besonders anzustrengen, damit wir bei den Bürgern und den Politikern gut angesehen werden. Wir wollen eine gute Arbeit machen und beweisen, dass wir das Geld auch wert sind. *et*

Schlafwandel®

SYSTEM-BETTEN • MATRATZEN

Handwerklich solide verarbeitete Massivholz-Systembetten, Schrank- und Regalsystem, orthopädisch ausgerichtete und allergikergerechte Matratzen und Lattenroste in allen Maßen. Individuell gestaltbar!



Kostenlose
Anlieferung und Montage

Halbenkamp 1 • 22305 Hamburg • Tel. (040) 23 15 76 • Fax (040) 236 95 89
Öffnungszeiten: Mo - Fr 11⁰⁰ - 18⁰⁰ Uhr, Sa 10⁰⁰ - 14⁰⁰ Uhr und nach Vereinbarung
www.schlafwandel-hamburg.de

Polsterei Bietendübel

Antikpolsterungen
Sonderanfertigungen
Polsterservice
u.v.m.

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



coloRepair ist der Experte für die Reinigung und Aufbereitung Ihrer Polstermöbel und hochwertigen Stoffe. Egal, ob Rotweinflecken auf dem Sofa oder Kaffeereste auf dem Sessel – wir entfernen die Verunreinigung professionell.

Stoff & Lederreinigung



vorher



nachher

Unsere Leistungen:

- Reinigung von Stoff-, Microfaser- und Ledergarnituren
- Spezial-Fleckenentfernung wie Rotwein, Kaffee, Tee, Fett, Öl, Tinte, Ketchup etc.
- Reparatur von Brandlöchern
- Imprägnierung von Möbel-Stoffen
- Nanoversiegelung von Möbel-Stoffen (Lotusblüteneffekt)
- Polsterarbeiten

Nähere Informationen erteilt Ihr coloRepair-Fachmann:

coloRepair Hamburg • Helbingstraße 52 • 22047 Hamburg
Tel.: 040 / 710 950 40 • Fax: 040 / 254 863 30 • 0170 / 188 68 75
www.colorepair.de • E-Mail: colorepair-hamburg@t-online.de

Das Torhaus mit Kammermusik und besinnlichen Texten

Das **Torhaus Wellingsbüttel**, Wellingsbüttler Weg 75b, am 30. November um 19:30 Uhr **Kammermusik mit Jens Peter Maintz (Cello) und Keiko Tamur (Klavier)**. Auf dem Programm der beiden preisgekrönten

Musiker stehen unter anderem Werke für Violoncello und Klavier von Robert Schumann, die Sonate C-Dur für Violoncello und Klavier von Ludwig van Beethoven und die Sonate op. 65 für Cello und Klavier von Benjamin Britten. Karten: 20 / 18,50 / erm. 10 Euro. Das Jahr klingt dann im Torhaus am **5. Dezember** (2. Advent) um 17 Uhr mit einem „**Vorweihnachtlichen Nachmittag**“ mit dem Schauspieler, Regisseur, Intendant, Sänger, Autor, bekennender Hamburger und Rezitator **Volker Lechtenbrink** aus. Mit seiner unverwechselbaren, charakteristischen, einzigartigen, markanten Stimme stimmt er mit heiteren sowie besinnlichen Texten auf das nahe Weihnachtsfest ein. Karten: 25 / 23 / erm. 15 Euro. Infos zum Programm und zum Torhaus Wellingsbüttel unter **Tel.: 536 12 70** und **www.kulturkreis-torhaus.de!** kv

Liest am 5.12. Heiteres und Besinnliches im Torhaus Wellingsbüttel: der Schauspieler Volker Lechtenbrink.



Foto: Kai Wehl

Von Harfen und Hexen im Siemers'schen Hof

Der **Siemers'sche Hof**, Bergstedter Markt 1, präsentiert am **4. Dezember** um 20 Uhr besinnliche und tänzerische **Harfenklänge** als Seelenwärmer zur dunkleren Jahreszeit von und mit **Thomas Breckheimer**. Der Musiker stellt Harfen mit unterschiedlichen Klangbildern und Musikstilen vor – eine Zusammenstellung aus mittelalterlichen und keltischen Klängen und Eigenkompositionen in alten und neuerem Stil bis hin zu jazzigen Klängen. Der Eintrittspreis beträgt 10, ermäßigt 9 Euro. Am **5. Dezember** gibt es um 16 Uhr **Lieder zum Mitmachen** für Kinder ab vier Jahren mit Catharina Caspar alias **Hexe Knickebein**. Ein appetitliches Programm mit 13 Küchenliedern zum Mitsingen und Mitmachen – der Koch raspelt auf der Sambagarbke, sieben Gangster aus Chicago werden ganz brav mit Applecrumble und passend zur Glasnudelsuppe gibt es Flaschenxylophonmusik. Eintrittspreis: 6, für Kinder 5 Euro. Mehr Infos zum Programm und zum Siemers'schen Hof unter **Tel.: 678 00 40** und **www.siemershof.de!** kv



Foto: Christian Lüncher

Singt am 5.12. im Siemers'schen Hof Lieder für Kinder ab 4 Jahren zum Mitsingen: Catharina Caspar.

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



www.traumhaussylt.de

5-Sterne Ferienhäuser
in exponierten Lagen

Tel.: 040 53 69 40 06

Ländlicher Guts-Weihnachtsmarkt



120 Aussteller sorgen auf Gut Stockseehof für Weihnachtsatmosphäre.

Das Gut Stockseehof in Stocksee präsentiert passend in weihnachtlicher und ländlicher Atmosphäre vom 27. November bis zum 12. Dezember seinen traditionellen Weihnachtsmarkt. Über 120 in- und ausländische Aussteller präsentieren Christbaumschmuck, Holzspielzeug, Kunsthandwerk und Antiquitäten und vieles mehr. Dabei kommt auch das Kulinarische nicht zu kurz: Enten, Gänse,

Wildfleisch, Äpfel, Datteln, Nüsse sowie Glühwein, Erbsensuppe und Waffeln aus der Gutsküche stärken die Besucher. Die können hier auch gleich den passenden Weihnachtsbaum aus dem guts-eigenen Forst mit nach Hause nehmen. **Öffnungszeiten:** täglich von 11 bis 18 Uhr. Weitere Informationen gibt es unter **Tel.: 04526 - 17 80** und **www.stockseehof.de!**

Anschlag in Volksdorf: Zeugen gesucht!



Mehrere Scheiben wurden stark beschädigt, als in Volksdorf die Chaoten loslegten.

Waren es linksradikale oder allgemeine Chaoten, die das Polizeikommissariat 35 in der Nacht zum 1. November gegen halb drei mit Farbgläsern bewarfen und die Scheiben zerstörten? Das LKA hat die Ermittlungen übernommen, bislang fehlt von den Randalierern jede Spur. Zeugen werden jedoch gebeten, sich mit dem LKA unter **Tel.: 42 86 - 567 89** in Verbindung zu setzen.

Polizeihasser? Unbekannte beschädigten am 1.11. das Kommissariat 35 – und verschwanden.



Das Besondere lieben

Mode von

Tandem/Transit
Rundholz
Heymann
Eva Claudi
Backstage

Wohnaccessoires
von

Dutz
Henry Dean
Sompex
Langani



Das Geschenk und die Mode

Johanna Groger • Rolfinckstraße 17a
Hamburg-Wellingsbüttel • Tel.: 536 18 07

RATHJENS
Garten- und Landschaftsbau GmbH



Wir machen Ihre
Gartenräume wahr!

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



Zuhause gesucht!

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



Leo

Der Schäferhund-Mischling Leo ist ein liebenswerter Hund, der sich im Tierheim freundlich gegenüber Menschen und seinen Artgenossen verhält und einen aufgeweckten Eindruck macht. Da Leo als Fundhund ins Tierheim kam, ist leider wenig über seine Vergangenheit bekannt. Mit seinen geschätzten zehn Jahren ist Leo zwar kein junger Hund mehr, aber er ist noch weit davon entfernt zum „alten Eisen“ zu gehören. Seine ergraute Schnauze verleiht ihm sogar einen gewissen Charme. Wer gibt Leo ein Zuhause und schenkt ihm noch viele glückliche Jahre?

Dipl.-Tierpsychologin arbeitet ganz individuell mit Ihrem Hund, eine Einheit dauert ca. 2 Std. ab € 55,00 und sollte mind. 1 x wöchentl. erfolgen. Ihr Hund wird von mir "ausgepowert"; Kopf und Körper werden trainiert. Ihr Hund würde mich sofort anrufen, tun Sie es für ihn!
Angela v. Arnstedt/Tel. 0176/62753361
hundefein@live.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. www.care.de

Ein CARE-Paket hilft



Einladung zur Praxiseröffnung



Tierarztpraxis in Bergstedt

Starten Sie mit mir in die Selbstständigkeit am 11. Dezember 2010 von 14.00 bis 18.00 Uhr in meiner

Tierarztpraxis in Bergstedt
Bergstedter Chaussee 92, 22395 Hamburg.

Herzlich willkommen auf 4 und 2 Beinen
Ihre Christina Ullmann

Tel. 040 - 644 30 690 • www.tierarztpraxis-bergstedt.de



Helfst 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

Helfen Sie mit einer Mitgliedschaft – schon ab 3 Euro!

www.hamburger-tierschutzverein.de

Hamburger Tierschutzverein von 1841 e. V.
Süderstraße 399, 20537 Hamburg, Tel.: 040 211 10 6-0

Besuchen Sie uns und unsere Tiere:

Mo, Mi, Fr: 10-16 Uhr • Do: 10-18 Uhr • Sa, So, Feiertage: 9-12 Uhr dienstags geschlossen



Kalle

Im besten Hundalter landete Kalle als Fundtier in der Süderstraße. So hatte er sich das bestimmt nicht vorgestellt, aber vielleicht kann es ja genau die Chance für den siebenjährigen Schäferhund sein, ein gutes Zuhause zu finden. Bei Menschen, die ihn nicht im Stich lassen und bei denen er sich vertrauensvoll einleben kann. Erfahrung im Umgang mit einem selbstbewussten Rüden sollte vorhanden sein.



Fiete

Fiete wurde angebunden aufgefunden, so landete er im Tierheim. Der zwölfjährige Cocker Spaniel ist für sein Alter ein sehr agiler Hund, der sich schnell in einem ruhigen, ebenerdigen Zuhause einleben würde. Dann hätten seine neuen Besitzer noch lange Freude an ihm.



Blacky

Blacky kam durch eine Sicherstellung in den HTV, sein Halter ist krank und kann ihn nicht mehr versorgen. Er ist ein ruhiger, freundlicher Kater, der sich nach einer Bleibe sehnt, um sich wieder wohler zu fühlen und schmusen zu können. Der hin und wieder auftretende Durchfall scheint bei ihm ein Stressfaktor zu sein. Sein neues Zuhause sollte ihm ganz alleine gehören, er mag nämlich keine anderen Katzen um sich herum. Da Blacky bereits elf Jahre alt ist, ist sein Blick nicht mehr ganz so klar und das linke Auge hat eine stärkere Linsentrübung. Eine Chipnummer besitzt er auch.



Hannibal

Der fünfjährige Hannibal ist ein netter Kater, der von der Polizei in den HTV gebracht wurde, es war die sehr kalte Jahreszeit im Februar 2010. Er musste einige Zeit behandelt werden, nun suchen wir für ihn ein Zuhause, in dem er liebevoll aufgenommen wird. Hannibal braucht etwas Zeit, um sich im neuen Umfeld heimisch zu fühlen, denn er ist anfänglich etwas scheu und zurückhaltend im Wesen. Er braucht eben den Menschen seines Vertrauens, um entspannt zu sein. Eine Untersuchung hat ergeben, dass er Kontakt mit dem Coronavirus hatte.



Anzeigen

Expertentipp von Sylvia Schacht

Frisurentrends im Herbst & Winter 2010

Eigentlich bleibt alles, wie es ist. Das heißt: Trend sind sowohl kurze als auch lange Haare oder lockige Frisuren. Der Bob ist dabei wie schon im Sommer in verschiedenster Variation angesagt. Auch bei der Haarfarbe sind kaum Grenzen gesetzt: Die Palette reicht von intensiven Kontrasten in dunklen Kirsch- und Brombeertönen über

ausdrucksstarke Kombinationen aus kühlen und warmen Braunnancen oder weichen Farbschichten in Braun- und Kupfernuancen mit raffinierten Akzenten bis hin zu hellen, schimmernden Farben oder gedämpften Pastelltönen.



LERNZIRKEL ALSTERTAL
HEIKE KLÖRS

Einfach gute Nachhilfe!

LERNZIRKEL
WWW.LERNZIRKEL-ALSTERTAL.DE

Heegbarg 21 • 1. Obergeschoss in 22391 Hamburg
direkt am Alstertal-Einkaufszentrum a. d. Außengalerie
Bürozeiten: Mo. - Fr. 14.00 - 18.00 Uhr **Tel.: 69 79 03 66**

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.

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

Bohren? Nein. Danke!®

- Endodontie / Wurzelbehandlung
- Funktions- und Schienentherapie
- Parodontose / Zahnerhaltungstherapie
- Vollnarkose / Sedierung
- Individual-Prophylaxe

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

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

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

Anziehend!

SCHNEIDEREI – ATELIER
GOLDDISTELWEG 33, 22391 HAMBURG-POPPENBÜTTTEL

- ANFERTIGUNG - ÄNDERUNG
- LIEBLINGSSTÜCKE NACHSCHNEIDERN
- PRODUKTION VON KLEINSERIEN
- PERSÖNLICHE BERATUNG, FAIRE PREISE!

Ich komme auch gern zu Ihnen nach Hause!
TERMINVEREINBARUNG: 040 / 47 19 33 37

NINA KROGMANN



Anzeigen

Expertentipp von Dr. Maike Frost,
Gesundheitscoach, privatärztliche
Fachpraxis Martin J. Järvinen



Immunsystem stärken!

In der kalten und nassen Jahreszeit nimmt unsere Lust, sich an frischer Luft zu bewegen, rapide ab. Den inneren Schweinehund kennen die meisten von uns. Auch wenn es nicht stürmt und schneit, bleiben unsere Vorhaben manchmal genau das:

Vorhaben. Aber gerade im Herbst und Winter, wenn trockene Heizungsluft unseren

Atemwegen und unserer Haut zu schaffen macht, kann ein Spaziergang bei Wind und Wetter belebend und wohltuend sein. Die zahlreichen körperlichen und seelischen Vorteile von körperlicher Aktivität sind bekannt, aber oft hilft uns das nicht weiter. Wie kann man sich überlisten? Versuchen Sie es einmal mit „Kopfkino“: Stellen Sie sich ganz bildlich vor, wie gut Sie sich fühlen werden, wenn Sie trotz garstigem Wetter draußen waren. Vielleicht haben Sie Erinnerungen an einen besonders schönen Spaziergang in knackiger Kälte, bei dem Sie das Nachhausekommen so richtig zelebrieren konnten? Oder wie Sie als Kind bei Sturm und Schnee rotwangig und begeistert draußen getobt haben? Spüren Sie, wie die kribbelnde Wärme wieder in die Fingerspitzen steigt? Wie gut der heiße Kakao schmeckt, wenn man so richtig durchgefroren ist? Und letztendlich, wie gut wir es haben, in ein beheiztes Zuhause kommen zu können? Bildhafte Vorstellungen können helfen, manches Vorhaben in die Tat umzusetzen. Viele Annehmlichkeiten wissen wir erst dann besonders zu schätzen, wenn wir einmal auf sie verzichten. Wir brauchen den Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung, zwischen Freude und Leid, aber auch zwischen Wärme und Kälte. Probieren Sie es aus!

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

Heegbarg 14 (gegenüber AEZ) • 22391 Hamburg

Tel.: 040-602 84 84 • www.zahnarzt-dr-sinn.de



www.abpilus.de

Machen Sie Ihren Haaren Beine!

OHNE LASER
Beratungsgespräch
040 / 69 70 55 14

IPL SYSTEM - EPILUX



*Schnelle,
sichere & dauerhafte
Haarentfernung
ohne Laser!*

Dauerhafte Haarentfernung

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

Geschenk-
Gutscheine

Heegbarg 2 (Direkt am AEZ) • 22391 Hamburg

20% Weihnachtsrabatt
für Neukunden bis zum 31.12.2010

abpilus
ÄSTHETIK ZENTRUM



Privatärztliche Fachpraxis im Alstertal

MARTIN J. JÄRVINEN

Lungen- und Bronchialheilkunde, Allergologie
Schlafdiagnostik, Innere Medizin, Akupunktur
www.privatpraxis-ilstertal.de



*Wir nehmen uns
Zeit für Sie.*

Heegbarg 16
22391 Hamburg
Tel. 819 717 44



Anzeigen

Expertentipp von Zahnarzt Dr. Stephan Sinn

Das Hollywood-Lächeln

Jeder kennt den Begriff des Hollywood-Lächelns. Was versteht man nun unter dieser Umschreibung, die sich ja vor allen Dingen auf die Ästhetik im Frontzahnbereich bezieht? Die Ästhetik des Mundes und der Zähne wird durch verschiedene Charakteristika geprägt. Wichtig ist die Ober- und Unterlippe in ihrer Fülle und Form, daneben die sogenannte Lachlinie und die Frage, wie viel Zahnfleisch gezeigt wird. Außerdem ist die Kombination von sogenannter roter und weißer Ästhetik von großer Bedeutung. Unter roter Ästhetik versteht man die Ästhetik des Zahnfleisches, während die weiße Ästhetik sich auf die Zähne bezieht. Bestimmend für die Schönheit des Zahnfleisches sind seine Farbe sowie das Fehlen von Entzündungserscheinungen. Unschön wirken auch dunkle Verfärbungen am Kronenrandhals, Ausdruck von Metallrändern. Die Definition der weißen Ästhetik ergibt sich durch die Zahnfarbe sowie das Verhältnis von Zahnlänge und Zahnbreite. Die Zahnfarbe wird beschrieben mit einer Kombination aus Buchstaben und Zahlen. Die Zahnfarben A1 und B1 sind die hellsten, während C4 und D4 die dunkelsten Zahnfarben sind. Die Zahnfarbe muss natürlich im Verhältnis stehen zu Gesicht und Alter. Bei einer achtzigjährigen Patientin Zahnprothesen mit einer

Zahnfarbe A1 oder B1 einzugliedern würde unnatürlich wirken und trotz einer sehr schönen Farbe eher einen unästhetischen, künstlichen Eindruck vermitteln. Sehr wichtig ist das Verhältnis zwischen Zahnlänge und Zahnbreite. Quadratische Zähne wirken unschön und vermitteln das Gefühl von verkürzten Zähnen. Wichtig ist es, eine Relation zu erreichen, die ca. ein Verhältnis 2:1 zwischen Zahnlänge und Zahnbreite beschreibt. Die Zahnform lässt sich durch Verblendschalen (sog. Veneers) optimieren. Mit diesen Keramikschalen kann man sowohl die Zahnform als auch die Zahnfarbe in sehr beeindruckender Weise verändern. Veneers, die vor allen Dingen im Frontalzahnbereich von großer Bedeutung sind, werden mit Kunststoff auf den eigenen, an der Oberfläche nur leicht veränderten Zahn angeklebt. Durch die sogenannte Adhäsivtechnik zwischen Veneer und Zahn entsteht eine so feste Verbindung, dass sie den Patienten kaum mehr den Unterschied zwischen einem mit einem Veneer versorgten Zahn und einem eigenen, nicht präparierten Zahn erkennen und fühlen lässt. Besonders das CEREC-Verfahren eignet sich für die Herstellung dieser Verblendschalen.



jetzt neu

FEMTO-LASIK



nice-eyes-one.de

Tel. 040 - 611 826 07
Heegbarg 2 · 22391 Hamburg



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

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



Anzeigen

Expertentipp von Medizintechnikerin Dipl.-Ing. Elham Djafari, „Medical Beauty Elinina“

Jünger aussehende Haut dank innovativer Behandlung

Das RF-ReFacing bedeutet Radiofrequenz Rejuvenation der Gesichtshaut. Dies ist eine innovative Methode zur Verjüngung und Glättung der Haut in den Bereichen Gesicht, Hals und Dekolleté. Sie gehört zu den sogenannten minimal invasiven Verfahren, die ihre Wirkung ohne Zerstörung der oberen Hautschichten und damit ohne nachhaltig unerwünschte Nebenerscheinungen entfalten. Bei ästhetisch störenden Veränderungen wie z.B. Fältchen und kleineren Falten, Tränensäcken sowie bei fleckiger, welliger oder lichtgeschädigter Haut, Cellulitis, Dehnungsstreifen und schlaffem Bindegewebe kann das RF-ReFacing eingesetzt werden. Bei der Behandlung werden Radiowellen über eine spezielle Sonde in die Tiefe

der Haut geschleust. Die Energie der Wellen erreicht die Lederhaut (Dermis) und bewirkt eine Verkürzung der zu lang gewordenen Strukturen, insbesondere Haltefasern (Kollagenfasern). Zusätzlich werden bestimmte Zellen, die Fibroblasten, aktiviert, neue Fasern (Kollagen und Elastin) zu bilden. Dieser Effekt kann durch das Auftragen spezieller Cremes noch gesteigert werden. Sie enthalten unter anderem den hautglättenden Wirkstoff Hyaluronsäure, der durch die Radiowellen in die Haut eingebracht wird. Die Methode ist ungefährlich und schmerzlos. Sie spüren nur eine geringe Wärmeentwicklung im Bereich der behandelten Areale. Erste Wirkungen sind nach zwei bis vier Wochen sichtbar. Die Zahl und Häufigkeit der Behandlungen erhöht und beschleunigt die Wirkung. Die Haut wird straffer und glatter, kleine Fältchen verschwinden, braune Flecken werden heller. Vor und einige Zeit nach der Behandlung muss intensive Sonnenbestrahlung vermieden werden. Nach der Behandlung tritt lediglich eine leichte Rötung auf, die spätestens nach 24 Stunden, in den meisten Fällen jedoch schon früher, verschwunden ist. Die Behandlung kann beliebig oft wiederholt werden. In den meisten Fällen ist eine dreimalige Anwendung im Abstand von zwei bis drei Wochen ausreichend.

Info-Abend über das REVIDERM-SYSTEM

Beauty-Geheimnis für jüngeres Aussehen mit dem **REVIDERM-SYSTEM**-
Mikrodermabrasion + Ultraschall

REVIDERM
skintelligence

Am 27.01.2011

ab 17 Uhr bei Getränken + Fingerfood beantworten wir sehr gern Ihre Fragen und zeigen Ihnen bei einer Demo-Behandlung durch eine Reviderm-Hautpflegeexpertin den genauen Ablauf.

Tel. Anmeldung unter 600 49 849
(Es ist nur eine begrenzte Teilnehmerzahl möglich.)

MEDICAL BEAUTY "ELININA" ÄRZTEHAUS

Fachzentrum für dauerhafte Haarentfernung und ästhetische Hautbehandlung

Stormarnplatz 1 • 22393 Hamburg

Tel.: 600 49 849 • www.elinina.de • mail@elinina.de



Implantologie Borsay Hamburg

Mit Sicherheit zu festen Zähnen

- ✓ Sicherheit durch über 30 Jahre Berufserfahrung
- ✓ Schonende Behandlung mit 4 hochmodernen Spezial-Dentallasern
- ✓ Alles in einer Hand. Eigenes zahntechnisches Meisterlabor in der Praxis



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: Heegbarg 29 • 22391 Hamburg-Poppenbüttel

Tel. 040 - 602 42 42 • www.borsay.com

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



ALSTER TV



Anzeigen

Expertentipp Arne Roth, Optikermeister, Augendiagnostik Zentrum Andreas Otto

Multifunktionale Kontaktlinsen kontra Gleitsichtbrille

Die Welt sieht mit Kontaktlinsen einfach besser aus. Sie unterstreichen Ihre Persönlichkeit und haben dabei den Kopf frei. Mit Kontaktlinsen zeigt sich Ihr Gesicht so, wie es ist – natürlich und unmittelbar. Sie sehen nicht nur gut aus, sondern fühlen sich frei und selbstbewusst. Selbst wenn Sie der zufriedenste Gleitsicht-Brillen-träger sind – manchmal stört es doch, mit skurrilen Kopfbewegungen den gewünschten Entfernungsbereich einstellen zu müssen. Mit innovativen Multifokallinsen können jetzt auch Brillenträger mit einer Alterssichtigkeit (Presbyopie) und Menschen mit einer Hornhautverkrümmung (Astigmatismus) eine uneingeschränkte Rundumsicht und bessere Schärfe in Ferne und Nähe genießen. Diese

Kontaktlinsen werden mit sogenannten Hornhaut-Topographiegeräten angepasst. Diese Geräte erstellen ein digitales Abbild der Augenhornhaut. Mit diesen hochpräzisen Daten wird dann Ihre individuelle Kontaktlinse gefertigt. Die früher so langwierige Anpassung geschieht dann praktisch virtuell, also innerhalb eines Computers. Entscheidend für dauerhaft erfolgreiches Kontaktlinsentragen ist nicht die Linse allein. Achten Sie bei Ihren individuellen Kontaktlinsen auf einen ganz persönlichen Service von der Beratung über die Anpassung bis hin zur regelmäßigen Nachbereitung.



Augendiagnostik
Zentrum


ANDREAS OTTO
 FACHARZT FÜR AUGENHEILKUNDE




Jetzt neu und exklusiv bei uns:
Optomax-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
 HEEGBARG 2 (DIREKT AM S-BAHN/BUS-BAHNHOF POPPENBÜTTEL)


DR. KATHARINA DORANDT
 ZAHNARZTPRAXIS
 FÜR KINDER

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



DR. HANS HERO HEEREN DR. KLAUS KÜBERLING

ZAHNÄRZTE

TÄTIGKEITSSCHWERPUNKT: IMPLANTOLOGIE

BESONDERE LEISTUNGEN:
 IMPLANTOLOGIE, LASERBEHANDLUNG (CHIRURGIE), PROFESSIONELLE
 ZAHNREINIGUNG, INDIVIDUALPROPHYLAXE, FISSURENVERSIEGELUNG,
 BLEACHING (ZAHNAUFHELLUNG), GEBISSSCHUTZ FÜR SPORTLER,
 KNIRSCHER-SCHIENE, FUNKTIONSANALYSE, PRAXISLABOR

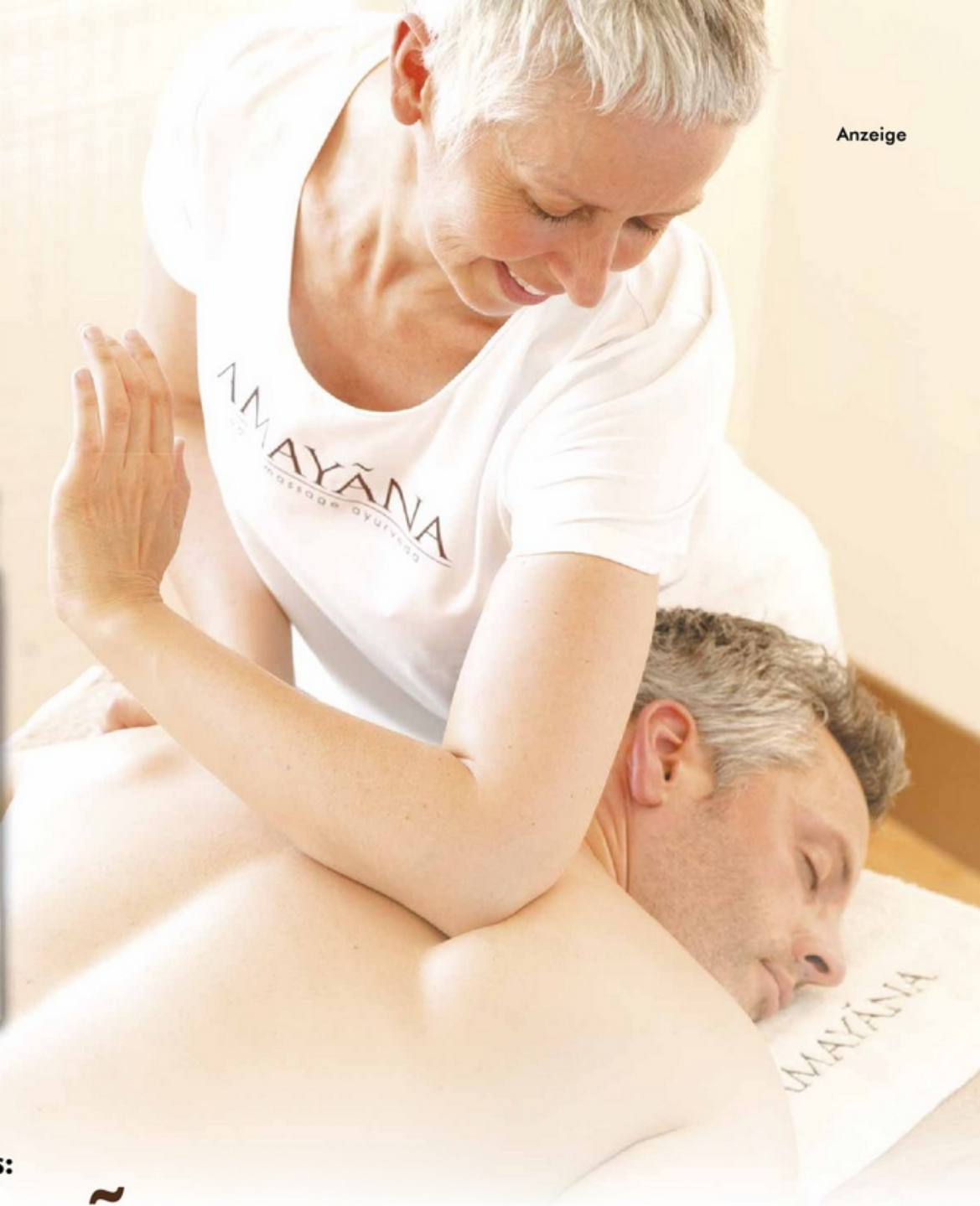
HEEGBARG 10A, 22391 HAMBURG (POPPENBÜTTEL)
ÄRZTEHAUS GEGENÜBER DEM AEZ
TEL. 040 / 606 27 77

Unser Weihnachts-Tipp:

Die Produkte von AMAYĀNA face & body sind ein ideales Geschenk zu Nikolaus, Weihnachten oder einfach nur so. Pflegen Sie Körper und Gesicht von Reinigung über Cremes und Lotions bis hin zu Masken und Ampullen ab 19 Euro ganzheitlich jung und schön. Die Kosmetikerinnen im MeridianSpa Alstertal beraten Sie gern.

Die AMAYĀNA-Massage kostet inklusive 50ml „AMAYĀNA face & body“ Körperöl 69 Euro und dauert 50 Minuten. (Das Angebot gilt bis zum 31. Dezember 2010.)

Weitere Informationen erhalten Sie im Internet auf www.meridianspa.de, direkt im MeridianSpa Alstertal (Heegberg 6) oder telefonisch unter 040/65 89-14 90.



Hochgefühl statt Herbstblues:

Die AMAYĀNA Massage macht rundum happy!

Wolkenverhangener Himmel, kühle Temperaturen, braune Blätter – jetzt bloß nicht in ein herbstbedingtes Stimmungstief fallen... Beste Gegenmaßnahme: Gönnen Sie sich eine ausgleichende und vitalisierende AMAYĀNA-Massage, die obendrein auch das Immunsystem stärkt!

„Die Flügel putzen“ – dieses Pflegeritual aus dem Ayurveda ist einer der festen Bestandteile der AMAYĀNA-Massage im MeridianSpa. Hier werden die Muskeln unterhalb der Schulterblätter massiert. Ein himmlisches Gefühl! Doch das ist erst der Anfang dessen, was die 50-minütige Wohlfühl-Einheit so besonders macht. Eine fein

aufeinander abgestimmte Kombination aus chinesischer Druckpunktmassage, Ausstreichungen aus dem Ayurveda, klassischen Massagegriffen und Elementen der Fußreflexzonenmassage lässt die Außenwelt vergessen. Die Effekte können sich sehen lassen: Neben muskulären Verspannungen lösen sich bei der Ganzkörper-Anwendung Ener-

gieblockaden – ein echter Schub für das Immunsystem! Unterstützt wird dieser Anti-Grippe-Effekt durch Glückshormone, die bei jeder Massage freigesetzt werden. Zusätzlich fördert das Auflegen eines seidigen, mit Amethysten gefüllten Augenkissens die innere Ruhe und Ausgeglichenheit – der Herbstblues hat keine Chance! Natürlich darf bei

einer Massage das passende Öl nicht fehlen: das „AMAYĀNA face & body“-Körperöl aus Traubenkernen, Avocados und Mandeln. Es wurde für MeridianSpa exklusiv entwickelt. Frei von Konservierungsstoffen und voll von natürlichen Orangenblüten-, Sandelholz- und Lotusblüten-Aromen bekommt die Haut eine Extraportion Pflege.

Expertentipp von Priv. Doz. Dr. med. Martin Bökmann, Internist

Chronische Bronchitis

Nach der Definition der Weltgesundheitsorganisation ist eine chronische Bronchitis dann anzunehmen, wenn bei einem Patienten in zwei aufeinander folgenden Jahren über mindestens drei Monate hinweg Husten und Auswurf bestehen. Besonders schlecht ist es, wenn der Schleim die zarte Haut auf den Bronchien bedeckt und die Luft nicht richtig ausgeatmet werden kann. Diese Verengung der Bronchien wird Obstruktion genannt und führt dann zur chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD) mit Luftnot und weitergehenden Folgen für die Lunge und den Kreislauf. Eine klinische Untersuchung und Abhören der Lunge sowie eine apparative Lungenfunktionsuntersuchung (LUFU), die in fast jeder Hausarztpraxis zur Verfügung steht, kann diese Diagnose stellen. Wichtig ist auch, ein Röntgenbild der Lunge anzufertigen, um wichtige andere Erkrankungen nicht zu übersehen. Wie behandelt man nun? Bei einem akuten Infekt müssen Antibiotika gegeben werden. Dadurch wird in der Regel die Infektion gestoppt und eine Lungenentzündung verhindert. Außerdem wird so eine innere Vernarbung der Lunge gebremst, so dass die Austauschfläche zwischen Luft und Blut nicht zu klein wird. Hilfreich sind auch Medikamente, die den Schleim

in den Bronchien verdünnen wie ACC (nicht mit ASS verwechseln), Fenchel, Efeu und anderes. Bei schwereren Formen werden noch Medikamente zum Inhalieren eingesetzt. 1. Sympathikomimetika: Sie tragen dazu bei, dass der kleine Muskelmantel um die Bronchien erweitert wird und man so besser atmen kann. 2. Kortison, das zum Abschwellen der verdickten Bronchialschleimhaut führt. Wichtig sind auch Atemgymnastik, Beklopfen des Brustkorbs und ein sogenannter Flutter. Ein Flutter sieht aus wie eine Pfeife. Man atmet in den Flutter aus, dadurch drückt der Luftstrom eine kleine Eisenkugel hoch, die gleich wieder in den Luftstrom zurückfällt. Dieser Rückstoß der Luft bewirkt ein Klopfen auf den Bronchien. Zur Vorbeugung: kein Zigarettenrauch, Nasennebenhöhlenentzündungen behandeln, jährliche Grippeimpfung (auch des Partners) und Impfungen gegen Pneumokokken (häufiger Erreger der Lungenentzündung) alle fünf bis sechs Jahre (Impfpass mitbringen) und ein gesundes Leben natürlich ohne Stress.



 <p>Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie Dr. Dr. Norbert J. J. Bock Dr. Dr. Sebastian Flinzberg Kritenbarg 7 Telefon: 040 - 6 06 60 14</p>	 <p>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</p>	 <p>Physiotherapeutin Marett Carstensen Heegbarg 2 Telefon: 040 - 6 06 97 79</p>	 <p>Kinderzahnärztin Dr. Katharina Dorandt Heegbarg 4 Telefon: 040 - 61 13 60 70</p>	 <p>Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin Dr. Hans-Rudolf Drunkenmölle Heegbarg 9 Telefon: 040 - 6 02 47 51</p>	 <p>Zahnärzte und Prophylaxepraxis Dr. Matthias Engeln Sven Schomaker Heegbarg 13 Telefon: 040 - 6 02 39 49</p>
 <p>Fachärztin für Innere Medizin und Naturheilverfahren Dr. Apama Haskan Heegbarg 14 Telefon: 040 - 64 42 42 26</p>	 <p>Zahnärzte Dr. Sabine Kuhn, Dieter Kappes Dr. Kathrin S. Peters Heegbarg 10 Telefon: 040 - 6 06 99 51</p>	 <p>ALSTERTAL MED</p> <p>www.alstertalmed.de</p>		 <p>Fachärzte für Frauenheilkunde Andreas Lesny Dr. Sandra Nachtigäller Heegbarg 10 Telefon: 040 - 6 02 15 15</p>	
 <p>Facharzt für Urologie Dr. Stefan Lohmann Heegbarg 14 Telefon: 040 - 6 02 28 00</p>	 <p>Logopädin Merja Mikkola Heegbarg 4 Telefon: 040 - 78 89 60 06</p>	 <p>Facharzt für Augenheilkunde LASIK & Augendiagnostikzentrum Andreas Otto Heegbarg 2 Telefon: 040 - 53 04 88 77</p>	 <p>Fachärzte für HNO Dr. Volker Rennert Dr. Rudolf Rüter, Claudia Pyttlik Heegbarg 2 Telefon: 040 - 6 02 33 37</p>	 <p>Psychologische Psychotherapeutin Judith Veit Kritenbarg 18 Telefon: 040 - 69 79 57 92</p>	 <p>Fachärzte für Orthopädie Dr. Jörg Wagner Dr. Jürgen Schneeberger Heegbarg 8 Telefon: 040 - 6 02 19 40</p>
 <p>Ergotherapeutinnen Anke Schliez-Waldeck Angela Lein Heegbarg 2 Telefon: 040 - 64 53 22 72</p>	 <p>Facharzt für Innere Medizin, Onkologie und Hämatologie Dr. Thomas Alexander Walter Heegbarg 8 Telefon: 040 - 41 91 05 85</p>	<p style="font-size: 24px; font-weight: bold; text-align: center;">Gesundheits-check-up</p> <p style="text-align: center; font-style: italic;">Gesundheit ist Verantwortung</p> <div style="float: right; border: 2px solid white; border-radius: 50%; padding: 10px; color: red; font-weight: bold; font-size: 24px;">NEU</div> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">Gesundheits-check-up für Frauen, Männer und Kinder. Weitere Informationen und Beratung unter Tel.: 040/60 15 15 oder unter check-up@alstertalmed.de.</p>			

Garten-Wissen

So vielfältig wie Anzahl und Art der Pflanzen sind auch ihre Geschichten. Das Alstertal-Magazin hat einige der spannendsten herausgesucht:

Propeller und führen dazu, dass sich die reifen Samen beim Herunterfallen langsam drehen. Dadurch bleiben sie länger in der Luft und der Wind hat mehr Möglichkeiten, die Samen zu erfassen und davonzutragen. Dies führt zu einer besseren Verbreitung der Samen und sie können an Standorten keimen, an denen die Lichtverhältnisse besser sind als direkt unter dem Baum, von dem sie stammen. Die Flügel an den Samen sind auch der Grund, dass der Ahorn manchmal als „Engelsköpfchenbaum“ bezeichnet wird. Durch die Flügel fliegen die Samen wie Engelchen vom Baum herunter.

Nicht zu übersehen: japanischer Ahorn mit prachtvoller Herbstfärbung. Die Flügel der Ahornsamens tragen dazu bei, dass die Samen länger in der Luft bleiben.

Helikopter statt Sturzflug
Die Samen des Ahorns haben kleine Flügel. Diese wirken wie

men gegeben. Dort heißt der Apfel alma. Almaty bedeutet so viel wie Stadt der Äpfel. In der Region wuchsen viele wilde Apfelbäume und der Apfel wurde zum Wahrzeichen der Stadt. Auch heute gibt es dort noch unzählige Obstbäume, darunter viele Wildapfelbäume.

Heilige Pflanze in China

Der Bambus hat in China eine hohe symbolische Bedeutung. Er gilt dort unter anderem als Symbol für ewige Jugend und Beständigkeit. Zusammen mit der Chrysanthe, der Orchidee und der Pfauweide gehört er auch zu den „vier edlen Pflanzen“, die in China gemeinsam für Glück und Wohlstand stehen.

Uralte Pflanzengattung

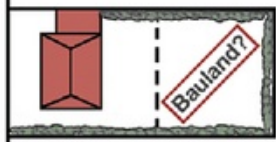
Der aus Nordamerika stammende Amberbaum (Liquidambar styraciflua) gehört zu einer ural-

ten Pflanzengattung, die wie der Ginkgo und die Magnolien schon im Tertiär existierte. Liquidambar lievenii, ein Verwandter des nordamerikanischen Amberbaumes, war vor den Eiszeiten in Mitteleuropa beheimatet, wurde aber durch das Eis verdrängt. Dies belegen fossile Blätter, die in einem Braunkohleabbaugebiet in NRW gefunden wurden.

Conference-Birnen: Zart oder mit Biss

Conference-Birnen schmecken von Beginn bis zum Ende ihrer Reifung echt lecker. Das unterscheidet sie von vielen anderen Birnensorten. Hat die Schale eine grüne Grundfarbe, ist eine Conference knackig mit Biss. Am Ende der Reifung wird die Birne hellgelb. Dann ist das Fruchtfleisch zart, herrlich süß und aromatisch.

Ist Ihr Garten vielleicht Bauland?



Wenn Ihr Garten noch genug Restfläche hat, sollte geprüft werden, ob die nicht als Bauland lukrativ zu verkaufen ist!

Jürgen-Weiss-Immobilien.de • 53 88 88 88
Staatlich geprüfter Bautechniker und zertifizierter Sachverständiger für Immobilienbewertungen.

Wir suchen dringend Häuser + ETW für solvente Kunden

kundiger gehölzschnitt bewahrt die seele ihres gartens



Gaerten und Landschaftsarchitektur.
GAERTEN VON HOERSCHELMANN
Garten- und Landschaftsbau.

www.gaertenvonhoerschelmann.de | 04532 - 288 24 42



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



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

Winterzeit

RGW Garten- und Landschaftsbau

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



Die böse Hexe (Angelika Voss) will vor der entsetzten Gretel (Alexandra Solle) wissen, ob Hänsel (Mayla Rickert) fett genug zum Fressen ist!

Die Henneberg Bühne präsentiert ihr
Weihnachtsmärchen

Märchen- klassiker

Das Team der Henneberg-Bühne wartet im Dezember mit einem echten Klassiker als Weihnachtsmärchen auf: Es präsentiert „Hänsel und Gretel“ nach den Gebrüder Grimm (Regie: Willi Kühl).

Aber anders als in der bekannten Version um die Kinder fressende Hexe spielt diesmal die ganze Geschichte nur im Wald, und die Kinder und Erwachsenen sitzen mittendrin. Man begegnet den beiden Waldwichteln Walle und Wolle. Der eine tut ganz cool, der andere ist ein Angsthase. Es sind jedoch zwei lustige Gesellen. Dann ist da noch die Eule mit einem wunderschönen Namen, die aber nicht weiß, was das Wort „böse“ bedeutet. Tanzende Elfen und Waldgeister huschen über die Bühne. Natürlich dürfen „Hänsel und Gretel“ nicht fehlen, die durch den Wald irren und schließlich vor einem alten Haus landen, in dem ja eine alte Hexe wohnt. Die ist schon 528 Jahre alt und hält sich immer noch für die Schönste aller Hexen! Seit 160 Jahren wartet sie schon auf zwei

Kinder. Durch zu viel Sonne hat aber ihre Zauberkraft stark nachgelassen. Und zu ihrem Unglück ist der Zauberbesen plötzlich verschwunden! Liebe Kinder, habt keine Angst und kommt in den Henneberger Märchenwald zu „Hänsel und Gretel“. Ein Spaß für die ganze Familie – Kinder, Eltern, Oma und Opa, Tanten und Onkel –, diesmal in hochdeutscher Sprache, damit es auch alle verstehen.

Hier sind alle Vorstellungstermine auf einen Blick:

3.12., 17 Uhr / 4. und 5.12., 14 und 17 Uhr / 10.12., 17 Uhr / 11. und 12.12. 14 und 17 Uhr.
Auftrittsort: Großer Saal des Hospitals zum Heiligen Geist, Hinsbleek 11. Kartenbestellungen unter Tel./Fax 606 42 96 oder an der Abendkasse.

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

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

**GAST-
UND
KRANKENHAUS**
WOHNEN MIT PFLEGE SEIT 1248

Wir laden Sie herzlich ein:

Am 27. November 2010
ab 15:00 Uhr

stehen unsere Türen für Sie offen.

Stöbern Sie nebenbei mit Freunden und Familie durch traditionelles Kunsthandwerk und lassen Sie sich von weihnachtlichem Gebäck auf unserem Adventsmarkt verwöhnen.

Tag der offenen Tür



Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Gast- und Krankenhaus · Hinsbleek 12 · 22391 Hamburg

Telefon 040/60 68 94 -0

info@gast-und-krankenhaus.de

Adventsausstellung

Wir laden Sie herzlich ein

am Sonntag, 21.11.2010
von 10 - 15 Uhr! Ihr Frey-Team
Harksheiderstr. 51 • 22399 HH
Tel.: 040 / 602 28 01



frey ...mehr als Floristik!



Han

BEERDIGUNGSIINSTITUT
"St. Anskar von 1880"
Bernh. Han & Sohn

Tel.: 600 18 20

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

Erd-, Feuer-, See- und anonyme Bestattungen

LOEWE.

HDluxe.

HD ist nicht gleich HD. Der neue Loewe Individual zeigt, welche Brillanz mit der richtigen Technik erreichbar ist. Mit LED-Backlight-Technologie, mehr Bewegungsschärfe mit bis zu 400Hz und integriertem HDTV-Empfang. Jetzt in den Größen 32", 40", 46" und 55" bei uns im Loewe Fachhandel.



J. Melle & Sohn
Poppenbüttler Hauptstr. 11, 22399 HAMBURG
Tel. 040 602 22 41, www.j-melle-sohn.de

Geöffnet: 8.30 - 13.00 Uhr und 14.15 - 18.30 Uhr • Sa. 9.00 - 13.00 Uhr

An den Advents-Samstagen durchgehend von 9 - 18 Uhr geöffnet.

Vom Garten- und Landschaftsbauer zum Autoren

„Papa, eine Geschichte, bitte!“

Andreas Woltemath liest seinen Kindern Geschichten vor. Doch nicht nur seine Kinder sollen seine selbst ausgedachten Abenteuer hören, sondern jetzt auch alle anderen: Der **Poppenbüttler** hat sein erstes Kinderbuch „Lara & Kalli“ herausgebracht. Dem **Alstertal-Magazin** erzählt er von dieser Idee und der Umsetzung.



Andreas Woltemath denkt sich seit Jahren nahezu jeden Abend neue Abenteuer für seine Kinder aus.

Nahezu jeden Abend sitzt Andreas Woltemath an zwei Kinderbetten und erzählt Gute-Nacht-Geschichten: Seine Tochter Victoria, 11 Jahre, und sein Sohn Jonathan, 6 Jahre, hören nur zu gerne die Abenteuer ihres Vaters. Doch es sind nicht irgendwelche Märchen, sondern die selbst ausgedachten Geschichten des Vaters. „Natürlich erzähle ich beiden Kindern verschiedene Geschichten, weil Victoria immerhin 5 Jahre älter ist als Jonathan und kein Inter-

esse mehr an kleinen Feuerwehr-Abenteuern hat“, so Andreas Woltemath. Vielmehr mag die Elfjährige spannende Erlebnisse von zwei Mädchen hören, denen viele Kleinigkeiten auffallen, wie zum Beispiel, dass das Licht eines Geschäfts an jedem Tag aus ist nur an einem nicht. Die zwei Freundinnen machen sich auf den Weg zu diesem Laden und entdecken so eine mysteriöse Entführung... „Victoria mag nur noch Abenteuer von den beiden Mädchen hören und freut sich mittlerweile sogar ins Bett zu gehen.“ So verbringt der Garten- und Landschaftsbauer nach Feierabend gerne die Zeit an den Bettkanten seiner Kinder und lässt seiner Fantasie freien Lauf. Doch nicht nur seine kleinen Schützlinge sollen diese Geschichten lesen dürfen. „Ich habe einem Freund von meiner blühenden Fantasie erzählt und dieser gab mir den Rat, meine vielen Geschichten aufzuschreiben.“ Gesagt – getan! Andreas Woltemath hat diese Einfälle nämlich aufgeschrieben: „Lara & Kalli“ ist seine Ersterscheinung und handelt von zwei Regentropfen mit selbigen Namen, die mit vielen anderen Regentrop-



fen zusammen in einer großen Regenwolke leben. Sie erleben bei ihren Einsätzen lustige, spannende und lehrreiche Abenteuer. Ein schön illustriertes Kinderbuch, aus dem die Schauspielerin Katharina Naumow (Die Pfefferkörner) am 28. November von 14.30 bis 16 Uhr in der Tanzschule S1, Poppenbüttler

Hauptstraße 7, vorlesen wird. Sie können sich aber schon vorher einen guten Eindruck verschaffen: Auf www.deinemaerchen.de kann man in das Hörbuch der Geschichte hineinhören und dieses oder das Buch bestellen. Außerdem ist das Buch in der ‚Kinderpost‘, Moorhof 11, erhältlich. *Mariëlle Rösler*

Das Alstertal-Magazin verlost drei „Lara & Kalli“-Bücher. Wer gewinnen möchte, der sendet eine Postkarte mit dem Stichwort „Regentropfen“ an: Alstertal-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an m.roesler@alster-net.de Einsendeschluss: 29.11.2010



GOEBEL & HIRSCH

RECHTSANWÄLTE



FAMILIENRECHT • ERBRECHT • ARBEITSRECHT



POPPENBÜTTLER HAUPTSTR. 13 • TEL. 606 79 226

WWW.ALSTERANWALT.DE

Vorhang auf für dich



Neue Kurse für dich:

Kindertanz, Kinderballett, MiniHopper, Tanz & Theaterspaß, Musical High School, HipHop, Schauspiel

Und für deine Eltern:

Paartanz, Salsa, Discofox, Steptanz, Dance Kombi, Ballett für Erwachsene, Latin Solo Dance, Musical- & Popgesang, ...

Einfach anmelden zur Probestunde!

Tanzschule
Gesangsschule
Schauspielschule

EINS

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

Neu!

Der nächste Winter kommt bestimmt!



Wir verwenden

- TOTAL thermoplus schwefelarm: das Hochleistungsheizöl für energiesparendes und umweltbewusstes Heizen
- TOTAL Heizöl EL schwefelarm: durch Sparsamkeit und Effizienz umweltschonend.

Die Experten für Heizöl, Heizung und Heizungswartung!

Woltemath
Mineralöl



Partner der **TOTAL**

Tel.: 040 / 602 21 35 • Poppenbüttler Hauptstr. 33 • 22399 Hamburg
E-Mail: info@woltemath-heizoel.de • www.woltemath-heizoel.de

Helen Doron 
Early English



Eine schöne Idee zu Weihnachten: Spielend Englisch lernen in Poppenbüttel !!!

Seit gut einem Jahr heißt es auch im Poppenbütteler Bogen 25: „Früher Englischspaß für Kinder!“ In liebevoll gestalteten Unterrichtsräumen lernen Kinder im Alter von 1 bis 14 Jahren nach der für Kinder seit 25 Jahren weltweit führenden Muttersprachenmethode von Helen Doron. Das besonders engagierte Lehrerteam sorgt durch einen phantasievollen und abwechslungsreich gestalteten Unterricht für viel Spaß und Begeisterung bei seinen Schützlingen. In Probestunden haben Kinder und Eltern die Möglichkeit erstmals Helen Doron-Luft zu schnuppern. Aber auch im Internet kann man durch einen kleinen Film unter www.helendoron.de/poppenbuettel einen sehr lebendigen Eindruck bekommen. Weitere Informationen erhalten Sie von Mo-Fr, zw. 9.30-12.00 Uhr, unter **Tel. 60 95 10 10 (Fr. Carl)**.

Ihr Fachgeschäft im Alstertal

J. MELLE + SOHN

Spezialist für **BOSE LOEWE SONY Panasonic**

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



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

Mit exklusiver Bose Unify™ Technologie

Poppenbüttler Hauptstr. 11 · 22399 Hamburg · Tel. 602 22 41
Kundenparkplätze links neben der Apotheke!
Geöffnet: 8:30–13:00 h und 14:15–18:30 h, Sa. 9:00–13.00 h
An den Advents-Samstagen durchgeh. v. 9:00–18:00 h geöffnet

Henneberg Bühne

Poppenbüttel e.V.

Niederdeutsches Theater im Hinsbleek 11

In hochdeutscher Sprache
„Hänsel und Gretel“

nach den Brüdern Grimm, Regie Willi Kühl

Freitag	03.12.2010	17 Uhr
Samstag	04.12.2010	14 u. 17 Uhr
Sonntag	05.12.2010	14 u. 17 Uhr
Freitag	10.12.2010	17 Uhr
Samstag	11.12.2010	14 u. 17 Uhr
Sonntag	12.12.2010	14 u. 17 Uhr

KARTENTELEFON 040/606 42 96 (auch Fax)

Eintrittspreis Märchen 7,- €

www.hennebergbuehne.de

Die wie eine transparente
Flugzeugtragfläche gestaltete
Busanlage in Poppenbüttel
wurde „Bauwerk des
Jahres 2009“.



Architekturpreis für Busanlage Poppenbüttel

Ärgern unter prämie

Foto: Hamburger Hochbahn AG

Der Bahnhof Poppenbüttel kommt nicht aus der Diskussion: zu teuer, zu lange Bauzeit, fehlgeplant. Nun gibt es eine gute Nachricht: Der Bushaltestellen-Neubau wurde gerade zum „Bauwerk des Jahres 2009“ gekürt. Wer sich also künftig über die unfertige Brücke zur S-Bahn ärgert, kann dies nun unter einem preisgekrönten Dach tun!

Die Busbahnhof Poppenbüttel erhielt vor Kurzem vom Architekten- und Ingenieurverein Hamburg den Titel „Bauwerk des Jahres 2009“. Ein Preis für herausragende Bauwerke in Hamburg. Der Jury gefiel in diesem Fall besonders die Leichtigkeit und Transparenz des Haltestellen-Neubaus. Der wurde von der Hamburger Hochbahn beim Büro Blunck+Morgen Architekten in Auftrag gegeben und im Oktober 2009 nach zweijähriger Bauphase fertiggestellt und in Betrieb genommen. Die aus dem Jahr 1973 stammende Anlage erhielt dabei im Rahmen der Modernisierung

(Kosten rund 4 Mio. Euro) ein neues Gesicht. Hauptmerkmal: Ein auf Stahlstützen stehendes, über 1800 Quadratmeter großes sichelförmiges Dach, das aus zwei Elementen besteht: einer transparenten Folienkonstruktion und einem geschlossenen Flügeldach. Die Folienkonstruktion ist witterungs- und alterungsbeständig, UV-stabil und selbstreinigend. Das Flügeldach besteht aus einer Stahlkonstruktion mit unterseitiger Aluminiumverkleidung. Grund der Modernisierung war das Verkehrsaufkommen. „Es hat sich seit den siebziger Jahren mit 20.000 Fahrgästen am

rttem Dach

Tag verdreifacht. Heute nutzen täglich zirka 60.000 Fahrgäste die Anlage, die von bis zu 60 Bussen pro Stunde angefahren wird“, so die Hochbahn. „Die Auszeichnung hat uns sehr gefreut. Sie zeigt, dass wir mit dem Ausbau und der Modernisierung unserer Anlagen auf dem richtigen Weg sind, den öffentlichen Nahverkehr für die Fahrgäste noch attraktiver zu gestalten“, sagt Ulrich Sieg, Vorstand Betrieb und Infrastruktur. Diese positive Stimmung teilen nicht alle Alstertaler, denn bekanntermaßen ist die mit ursprünglich 3,8 Mio. Euro veranschlagte Fußgängerbrücke zwischen Bushaltestelle und S-Bahn mit P+R-Haus noch nicht fertig (das Alstertal-Magazin berichtete). „Angesichts des Zustandes der Baumaßnahmen ist der Preis etwas bizarr“, findet Dr. Andreas Dressel (SPD), „solange die Zuwegung katastrophal ist, nützt auch der schönste Busbahnhof nichts“.

Der Zustand sorgt auch bei der Hochbahn für Unwohlsein: „Unabhängig von der Tatsache, dass mit der Treppe ein wesentlicher Bestandteil des Gesamtprojektes fehlt, freuen wir uns über den Preis, der ja die Architektur bewertet. Unabhängig von Preisen sind wir mit der Situation alles andere als glücklich. Zum einen sieht es mit der unfertigen Brücke nicht gut aus, zum anderen ist damit die Gesamtsituation für die Busnutzer und die Umsteiger alles andere als zufriedenstellend“, so Pressesprecher Christoph Kreienbaum. Die Verantwortung dafür sieht er beim Bezirk Wandsbek. Der verweist auf die Behörde für Stadtentwicklung. Die erklärt, dass die Brücke erst weitergebaut werden kann, wenn die Finanzierung ermittelter Mehrkosten von 1,2 Mio. Euro geklärt ist. Möglich sei aber auch eine Neuplanung, weil das P+R-Haus in der geplanten Form gekippt wurde. Das Ergebnis scheint offen. Kai Wehl

Perfekte Lichtschacht-Abdeckungen.
Von Neher. Nach Maß.

LiSA Nie mehr Lichtschacht reinigen!

INSEKTEN SCHUTZ
NEHER
Jetzt auch regensicher.

PERFECT BIS INS DETAIL

Wir beraten Sie gern:
jirmann
Sonnenschutzsysteme
Inh. Matthias Engler

Ihr Rollladen- und Markisen-Spezialist

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

Nachhilfe

Anmeldung & Beratung

Annegret Tranelis
Mo.-Fr. 14⁰⁰ - 18⁰⁰ Uhr

POPPENBÜTTEL
Poppenbütteler Weg 177
Tel. 606 41 64

studienkreis
Nachhilfe.de

Neu bei Laarmann & Peez: Funk-Alarmsysteme für den Außen- und Innenbereich

Innovative Sicherheitslösungen von
MEBO Sicherheit – z. B. Daitem D 21



MEBO
Sicherheit



Gutschein
für eine kostenlose **Sicherheitsberatung**.
Ausführend und qualifiziert
in unserem
Showroom.

Harksheider Str. 6 a • 22399 Hamburg-Poppenbüttel
Tel. (0 40) 64 21 61 22 • Unsere Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9-13 Uhr und 14-18 Uhr, Sa. 9-14 Uhr

Riesiger Jubiläumsverkauf

40
JAHRE TEPPICH STARK
1970 - 2010

Zur Zeit wird gerade der 40jährige Firmengeburtstag der Firma Teppich Stark mit einem riesigen Jubiläumsverkauf gefeiert, es wird der gesamte Warenbestand mit garantierten Rabatten von 25% – 70% angeboten.



Seit 40 Jahren auf dem Teppich geblieben!

STARK (e) Leistung!

40 Jahre Teppich Stark – ein Grund zum Feiern. Am 01.01.1970 gründete Hans-Jürgen Stark, damals noch in der Kieler Straße in Hamburg, seinen Teppich Großhandel und legte den Grundstein für ein erfolgreiches und solides Unternehmen. Schnell wurden die Räumlichkeiten in der Kieler Straße zu klein und es wurde in Barsbüttel eine Lagerhalle angemietet. 1980 erfolgte der Umzug in die neu gebauten Geschäftsräume nach Poppenbüttel.



Ziegler Teppich

handgeknüpft, Flor 100%
beste Schurwolle
ca. 250 x 350 cm ~~7.648,-~~ **1.999,-**
ca. 200 x 300 cm ~~5.465,-~~ **1.499,-**

Besonders gute Angebote in der gerade vergrößerten Teppichabteilung. Hier können Sie aus einer riesigen Auswahl von ca. 5.000 Teppichen Ihren Traumteppich auswählen. Das Sortiment besteht aus Orient, Designer, Hochflor,

Nepal und Berber Teppichen. Außerdem können Sie Ihren echten Teppich auch fachmännisch reparieren und waschen lassen. Teppich-Auswahl und Vorlage auch gerne bei Ihnen zu Hause.



Reparatur und Wäsche

Wir reinigen, waschen und reparieren
Ihren echten Orient-Teppich, inkl. Abhol-
und Lieferservice



Pakistan Jaldar

handgeknüpft, Flor 100%
feinste Schurwolle veredelt
durch Glanzwäsche
ca. 60 x 90 cm ~~199,-~~ **59,-**
ca. 80 x 120 cm ~~375,-~~ **119,-**
ca. 120 x 180 cm ~~705,-~~ **399,-**



Hochflor-Kuschel-Teppich

in verschiedenen Farben
 ca. 65 x 130 cm ~~45,-~~ **29,-**
 ca. 130 x 190 cm ~~129,-~~ **95,-**
 ca. 160 x 230 cm ~~199,-~~ **149,-**



Nepal-Teppiche

Orient-Teppiche

Gabbeh-Teppiche

Seiden-Teppiche

Ziegler-Teppiche

Berber-Teppiche

Moderne-Teppiche



Indo Nepal Poshtie

ca. 40 x 60 cm ~~8,95~~ **1,-** Stk.

Jubiläumsschnäppchen gibt es natürlich in allen anderen Abteilungen z.B. Laminat ab 2,99 €/m² Teppichböden ab 2,50 €/m², Matratzen ab 69 € Stk. Außerdem erhalten Sie in der Gardinen-Abteilung 50% Rabatt auf Nählohne oder 15% Rabatt auf Bestellungen



Traditioneller Mir Teppich

handgeknüpft in Indien
 Flor aus 100% Schurwolle

beige oder rot
 ca. 170 x 240 cm ~~199,-~~ **99,-**
 ca. 200 x 300 cm ~~375,-~~ **199,-**
 ca. 250 x 350 cm ~~705,-~~ **299,-**
 ca. 300 x 400 cm ~~1.199,-~~ **399,-**



Poppenbütteler Bogen 94 • 22399 Hamburg
 Tel.: 040 - 611 66 80 • Fax: 040 - 611 66 811
 www.teppich-stark.de • info@teppich-stark.de

Privatpraxis für Physiotherapie Boris E. Kaempfe



Wir ziehen um...
Neueröffnung
am Sonnabend, dem 27.11.10
von 11 - 16 Uhr

Volkisdorfer Damm 34 | 22359 Hamburg
Telefon: 040 - 67 38 74 04
www.kaempfes.de | info@kaempfes.de



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

prima
**TEXTIL-
PFLEGE**
2 Hosen spezial € 7.99
1 Hemd € -.99
waschen + bügeln
(keine Seide)

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



WILLY J. ROHDE GmbH
Meisterbetrieb und Innungsmittglied

Blinde Fenster?

Isolierglas-Sanierung ohne Glasaustausch

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

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



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



Der historische Weihnachtsmarkt in Volkisdorf lädt zum Stöbern und Entdecken ein.

Weihnachtsfeeling wie in alten Zeiten!

Am ersten Adventswochenende, den 27. November von 12-19 Uhr und den 28. November von 11-18 Uhr, gibt es zum dritten Mal den „historischen Jahrmarkt“ im Museumsdorf Volkisdorf, Im Alten Dorfe 46-48. Darauf lässt sich live erleben, wie es früher auf einem Jahrmarkt in der Vorweihnachtszeit zugeht. Zu den Klängen der Drehorgel wird Kulinarisches von Herdstellen und aus dem Backhaus angeboten. Während die Erwachsenen bei den (Kunst-)Handwerkern ihre Weihnachtseinkäufe tätigen oder sich bei einem Punsch mit ihren Freunden am „Knusperhaus“

treffen können, können Kinder auf Entdeckungstour gehen. Das Angebot für Groß und Klein ist vielfältig – es gibt u.a. Kristins Mäuseroulette, eine Geistermühle, Pferde von XXS bis XXL zum Reiten, eine Messer-Schleiferei, einen Besenbinder, einen „Hauden-Lukas“, ein Karussell und Schiffsschaukeln. Lassen Sie sich von diesen und weiteren Dingen sowie Gauklern und Spielbudenbesitzern in die „gute alte Zeit“ entführen.

Eintritt: Familien 5-8 Euro und Erwachsene 2 bzw. 3,50 Euro, Kinder ab Schulalter 1 Euro. Wer an diesen Tagen Mitglied im Verein „De Spieker“ wird, braucht keinen Eintritt zu bezahlen! Weitere Infos unter www.museumsdorf-volkisdorf.de oder Tel.: 603 90. mr



Viele Leckereien versüßen den Aufenthalt im Museumsdorf Volkisdorf.



Foto: Duvenstedt aktiv

Jedes Jahr sorgt die festliche Beleuchtung Duvenstedts für Weihnachtsstimmung. Die Illumination 2010 startet am 27.11. mit einem kleinen Fest!

Das Duvenstedter Lichtermeer kurz vorm „Entzünden“

Am 27. November beginnt von 16 bis 22 Uhr am Duvenstedter Kreisel bei Glühwein und Weihnachtssingen sowie Buden, Ständen und Imbissen das schon zur Tradition gewordene „Duvenstedter Lichtermeer“ des Vereins „Duvenstedt aktiv“. „Wir möchten mit der Illumination Duvenstedts alle Menschen wieder auf die Advents- und

Weihnachtszeit einstimmen, die für jeden von uns – egal ob Kind oder Erwachsener – eine besondere Zeit ist. Deswegen möchten wir neben aller durchaus berechtigten Geschäftigkeit und Geschäftlichkeit ein wenig von dem aufscheinen lassen, was das Geheimnis von Weihnachten ist“, erklärt Beate Rudloff, Vorsitzende des Vereins „Du-

venstedt aktiv“. Wie in jedem Jahr wird der Höhepunkt des Abends die Illumination der Kreiseltanne sein, die durch das Duvenstedter Blasorchester musikalisch begleitet wird. Gleichzeitig wird das „Duvenstedter Lichtermeer 2010“ erstrahlen und stimmungsvoll die wohl emotionalste Zeit des Jahres einleiten. *kw*

Vortrag: Neues Leben nach der Kohle



Foto: NABU-Stiftung / S. Röhrscheid

Stillgelegte Braunkohle-Tagebauten bieten nach der Renaturierung vielen Tieren – hier unzähligen Kranichen – neuen Lebensraum.

Der NABU Hamburg veranstaltet am Mittwoch, 24. November um 19 Uhr im Naturschutz-Informationshaus Duvenstedter Brook, Duvenstedter Triftweg 140, den Diavortrag „Neues Leben nach der Kohle“ von Dr. Stefan Röhrscheid. Eine völlig neu geborene Landschaft – seit dem Ende der Eiszeit gab es dies in Deutschland nicht mehr. Erst der Braunkohletagebau veränderte die Erdoberfläche wieder radikal. Der NABU-Vortrag be-

richtet über die Chancen dieser Umgestaltung für die Natur. Dr. Stefan Röhrscheid stellt das Naturschutzprojekt „Naturparadies Grünhaus“ vor, das die NABU-Stiftung Nationales Naturerbe in den stillgelegten Tagebauten bei Finsterwalde in Brandenburg aufbaut. Auf rund 20 Quadratkilometern darf sich die Natur weitgehend ungestört entwickeln, brüten schon heute Wiedehopf und Kranich, jagen Seeadler und Rohrweihe.



Top
Qualität

Kamin- futter

Kaminholz (Buche) Anmachholz, Holzpellets (15 kg-Sack) Bündelbriketts, Eierkohle u. Koks.



Frei Koffer-
raum od.
auf Wunsch
geliefert!

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

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



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

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: privat

Feierliche Zeremonie: Senatorin Goetsch, Sendler-Tochter Zgrzemska und Schulleiterin Pape pflanzten symbolisch einen Apfelbaum.

Irena-Sendler-Schule in Wellingsbüttel:

Weg mit dem Nazinamen!

Endlich ein würdiger Namenspatron! Die ehemalige Peter-Petersen-Schule in Wellingsbüttel, die über Jahre hinweg nach dem wegbereitenden Pädagogen und nebenberuflichen Judenhasser benannt war, hat ihren Namen feierlich geändert. **Willkommen, Irena-Sendler-Schule!**



*Fehlt Ihnen noch eine
Geschenkidee für Weihnachten?*

FIGUR } **ATELIER**
ALSTERTAL

Neu
in Hamburg

Der einfache Weg zur Wunschfigur für Sie & Ihn

Über unsere Geschenkgutscheine für Sie & Ihn freuen sich nicht nur die Beschenkten.

Wir beraten Sie gern.

Figuratelier Alstertal
Rolfinckstraße 39
22391 Hamburg

Tel.: 040 53250840
Fax: 040 53250841

info@figuratelier-alstertal.de
www.figuratelier-alstertal.de



Groß waren sie, die Verdienste Peter Petersens um die Pädagogik. Leider war seine ideologische Verblendung mindestens ebenso groß – und sehr problematisch, sah er doch Adolf Hitler als den „Erzieher des deutschen Volks“. Der Reformpädagoge, dessen wissenschaftliche Einsichten in die Erziehung weit über das damals Übliche hinausgingen, wurde in neuen Forschungen allerdings mehr und mehr als Nazi-Sympathisant entlarvt und damit als Namensgeber immer weniger tragbar. Bereits in diesem Januar berichtete das Alstertal-Magazin über die zunächst eher zögerlich scheinenden Bemühungen der Wellingsbüttler Peter-Petersen-Schule, den ungeliebten Namenspatron loszuwerden. Seitdem hat sich einiges geändert, der Schriftzug ist abgenommen und der Name der Schule wurde in einer feierlichen Zeremonie in „Irena-Sendler-

Schule“ umbenannt. Dem voraus ging eine Befragung der Schüler und Schülerinnen zu gesammelten Namensvorschlägen. Zunächst führte der spanische Künstler Pablo Picasso mit 35% vor Irena Sendler (24%) und dem Komiker Heinz Erhardt (21%), der jahrelang in der Nachbarschaft der Schule gelebt hatte. Um eine absolute Mehrheit zu erreichen, wurde daraufhin eine „Kampfabstimmung“ zwischen Picasso und Sendler durchgeführt, die letztere mit 53% der Stimmen gewann.

„Über das große Interesse und die hohe Beteiligung bei der Suche nach einem neuen Namen für unsere Schule, besonders der Schülerinnen und Schüler, habe ich mich sehr gefreut“, erklärte Schulleiterin Ute Pape. „Das ist eine gute Basis für die weitere Beschäftigung mit der einzigartigen Lebensleistung und Persönlichkeit unserer neuen Namensgeberin.“ *cl*



Runter damit: Peter Petersen, als begeisterter Nazi entlarvt, ist kein würdiger Namensgeber für eine Schule.

Wer war Irena Sendler?

Die 1910 geborene Irena Sendler ließ sich als Krankenschwester in das Ghetto von Warschau einschleusen und schmuggelte 2500 jüdische Kinder heraus. 1943 von der Gestapo verhaftet und aufs schwerste gefoltert, verriet sie die Kinder nicht. Nur knapp der Hinrichtung entkommen, lebte sie im Untergrund und setzte sich auch nach dem Krieg für die von ihr befreiten Kinder ein, deren Namenslisten sie in Einmachgläsern unter einem Apfelbaum vergraben hatte.

Kulturkreis Torhaus



Di., 30.11. Jens Peter Maintz, Violoncello
19:30 Uhr **Keiko Tamura, Klavier**
Schumann, Beethoven, Britten

So., 06.12. Volker Lechtenbrink
17:00 Uhr Ein vorweihnachtlicher Nachmittag

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



PRAXIS FÜR GANZHEITLICHE ZAHNHEILKUNDE
Dr. Sebastian Schläeger 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

Fett weg im Liegen

Jetzt
Abo-Preis
ab 320,- Euro

Um schlank zu sein, braucht niemand mehr unters 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 und völlig



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

schmerzfrei abtransportiert. Schon nach der 1. Behandlung hat sich der Umfang um 2-5 cm minimiert. www.gesundheit-nach-mass.de

Kostenlose Probebehandlung in Sasel bei

Gesundheit
nach
Maß



Tel.: 040/64 42 36 64

Waldweg 1

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

RÖWA

Geborgenheit.

Bettssystem Etera Deauville mit Doppel-Matratze



Röwa Bettssystem Etera Deauville:

Das exklusive Taschenfederkern-System mit Doppel-Matratze verbindet ein luxuriöses Liege-Gefühl mit den Erfordernissen der Ergonomie. Durch eine außergewöhnliche Idee: Einem intelligent abgestimmten Zusammenspiel von drei aktiven System-Elementen, die sich um eine feinfühlig Körperanpassung kümmern. Jetzt Probeliegen!

KOMPETENZ SEIT 1924
benke

Am Saseler Markt • Waldweg 2-6 • 22393 Hamburg
Tel. (040) 601 79 85 • www.benke-hamburg.de

P Kundenparkplätze
hinter dem Haus.

Über die neuen Aufgaben des Saselers
Ralf Meyer beim LKA

Die neu

Als Pressesprecher verlieh Ralf Meyer über sechs Jahre lang der Polizei ein Gesicht. Seit gut einem halben Jahr ist der Saseler nun aus der Öffentlichkeit verschwunden und als Vize-Chef des LKA für Hamburgs Sicherheit verantwortlich.

Alstertal-Magazin: Was war der Grund für Ihren Wechsel?

Ralf Meyer: Der Leiter des LKA geht in zwei Jahren in den Ruhestand. Deswegen hat die Polizeiführung beschlossen, schon jetzt einen Nachfolger einzuarbeiten. Die Wahl fiel auf mich. Das bedeutet, dass meine Stellvertreterschaft der Einarbeitung gilt. Bis 2012 kann natürlich noch viel passieren und meine Probezeit endet im Dezember. Ich bin jedoch optimistisch, dass alles klappt.

Haben Sie gezögert, den Job anzunehmen?

Ein bisschen mulmig war mir schon. Im Pressebereich hatte ich es mit einem kleinen Team von 20 Menschen, mit vielfältigen Themen und alltäglichem Druck zu tun. Jetzt habe ich plötzlich 1380 Mitarbeiter und extrem komplexe Themenbereiche mit teils sehr hoher Verantwortung, z.B. bei der Terrorismusbekämpfung. Trotzdem habe ich nicht wirklich ge-

zögert, so eine einmalige Chance zu nutzen. Zumal ich nach über sechs Jahren als Pressesprecher nach neuen Herausforderungen gesucht habe.

Haben Sie sich schon in Ihren neuen Job eingelebt?

Ja, aber bis ich alles verinnerlicht habe, wird sicherlich noch gut ein Jahr vergehen, weil der Aufgaben- und Zuständigkeitsbereich so unglaublich vielfältig ist. Er reicht von der Terrorismusbekämpfung über die Bekämpfung der organisierten Kriminalität bis hin zu Morden, Sexualdelikten und speziellen Brand- sowie z.B. Flugunfallermittlungen. Bis man die dahinterstehenden Rechtsprobleme erfasst hat, dauert es eine Weile.

Wie genau muss man sich Ihre Aufgaben als Nr. 2 vorstellen?

Mein Aufgabenschwerpunkt liegt in der Leitung nach innen. Alle Vorgänge, die reinkommen, werden von mir beur-

teilt und dann an die entsprechenden Stellen im Haus weiterleitet.

„Hamburgs größtes Problem sind derzeit die Wohnungseinbrüche und brennende Autos!“

Neue Herausforderung:
satt Pressemeldungen der Polizei zu verkünden, beurteilt und verteilt der Saseler Ralf Meyer jetzt Fälle im LKA.



e Nr. 2

Schwerwiegende Probleme werden gemeinsam beraten, so etwa der Fall der Hamburger Islamisten im afghanischen Grenzgebiet. Prävention gegen islamistische Gewalt in Hamburg ist einer unserer neuen Schwerpunkte. So läuft etwa die Zusammenarbeit mit den Moscheen in der Stadt in der Regel recht gut.

Wie groß ist bei uns aktuell die Gefahr

vor islamistischer Gewalt?

Die seit Längerem bestehende abstrakt hohe Gefährdung in Deutschland, also auch in Hamburg, hat sich nicht verändert. Es sind Deutsche, darunter auch Hamburger, ausgereist, um im Ausland aktiv zu werden. Konkrete Gefährdungen durch diese Personen oder andere Islamisten in Hamburg sind uns zurzeit nicht bekannt.

Nicht so schlimm, aber ärgerlich sind die brennenden Autos, auch im Alstertal. Kommen die auf Ihren Tisch?

Ja, wegen der Schwere und hohen Zahl der Delikte. Meist im Umfeld bestimmter Veranstaltungen wie dem Schanzenfest,

Fortsetzung auf Seite 52



droste

markisen | rollläden | jalousien | terrassendächer

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

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

volksdorfer weg 1
tel.: 040 - 300 607-40

www.markisen-droste.de



FACHBETRIEB
Rolläden- und
Sonnenschutz-
techniker-
Handwerk

Schokolade mit persönlicher Note



Kleine
Präsente
bescheren
große
Freude

Hamburgs feine Chocolaterie präsentiert ein reichhaltiges Angebot an handgefertigten Geschenkideen für Groß und Klein. Auch als Gruß aus Hamburg sind unsere versandfreundlichen Holzverpackungen bestens geeignet.

Chocolaterie Die Ise • Waldweg 9 a • 22393 Hamburg-Sasel • Telefon (040) 63 31 13 25
info@die-ise.de • www.die-ise.de • Mi, Do, Fr, 9-13 und 15-18 Uhr, Sa 10-13 Uhr

Anzeige

Das Mobile Gardinenstudio

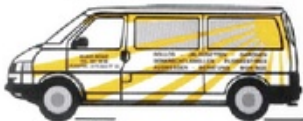
Beratung – Ausmessen – Montage



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, Jalousien, 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

Stilvoll einrichten mit Raum für Ideen



Wir danken Ihnen für das erfolgreiche Geschäftsjahr 2010 und wünschen eine frohe Adventszeit und ein schönes Weihnachtsfest. Wir freuen uns auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit im nächsten Jahr.



Hier finden Sie uns:

Lehmweg 43
 20251 Hamburg-Eppendorf
 Telefon 040 - 46 00 99 60

Hamburger Straße 29 - 31
 22926 Ahrensburg
 Telefon 0 41 02 - 5 66 99

Waldweg 33
 22393 Hamburg-Sasel
 Telefon 040 - 6 01 37 80

www.anja-beck.de

Fortsetzung von Seite 51

aber auch in deren Nachwege. Dazu gehörten auch die Taten in Wellingsbüttel und Hummelsbüttel. Wir haben in einem Fall den Täter identifizieren, aber leider nicht überführen können. Im Rahmen der Gefahrenabwehr haben wir ihn und seine Eltern angesprochen, um weitere Taten zu verhindern. Seitdem ist es zum Glück in diesem Bereich ruhig. **Ist es ein Alstertaler?**

Ja.
War die Tat politisch motiviert oder die eines gelangweilten Jugendlichen?

Wir gehen nur in ganz wenigen Fällen von einer politischen Motivation aus, in denen es in aller Regel ein Bekennerschreiben gibt. Mit entsprechenden Inhalten gegen Polizei und Staat. Ansonsten sind die Motive unterschiedlichster Art und reichen von Rache, Vandalismus oder Versicherungsbetrug.

Wie ist man auf ihn gekommen?

Durch unsere Profiler, mit einer Auswertung vergleichbarer Taten der vergangenen Jahre. Übereinstimmungen haben uns dann zu dem möglichen Täter geführt. Leider gelingt uns eine derartige Aufklärung nur in einem kleinen Teil der bis zu 150 Taten pro Jahr.

Die Aufklärungsquote ist ja leider auch bei den jetzt in der dunklen Jahreszeit wieder steigenden Wohnungseinbrüchen schlecht. Ihr Zuständigkeitsbereich?

Nein, wir erstellen und veröffentlichen einmal im Jahr die Einbruchs-Gesamtstatistik, aber ansonsten sind die regionalen Polizeikommissariate verantwortlich. Allerdings sehe ich das als Gesamtaufgabe der Polizei und das LKA ist für die Prävention verantwortlich.



Ralf Meyer, der statt 20 Mitarbeiter (Pressestelle) nun 1380 Mitarbeiter (im LKA) hat, vor dem Präsidium in Alsterdorf.

Welche sind am effektivsten?

Auf jeden Fall Anwesenheit zu suggerieren. Beispielsweise durch Zeitschaltuhren für Lampen, damit das Haus oder die Wohnung für Beobachter bewohnt aussieht. Gut ist auch, wenn die informelle Struktur unter Nachbarn funktioniert. Der Satz „Kann ich Ihnen helfen“ wirkt bei potentiellen Täter immer hemmend. So etwas klappt im Alstertal gut, aber kaum in der anonymen Innenstadt. Dort bewegen sich Banden deswegen am liebsten. Deswegen niemand ins Treppenhaus lassen! Und lieber einmal zu viel die 110 anrufen, als einmal zu wenig.

Könnte gegen so etwas mehr Polizeipräsenz helfen?
 Nicht wirklich, denn realistisch





betrachtet besteht zwischen einem Weniger an Mitarbeitern und den Einbruchzahlen kein direkter Zusammenhang. Wir verfügen an den örtlichen Kommissariaten über eine angemessene Polizeipräsenz. Mehr wünschen kann man sich natürlich immer. Aber leider leben wir in Zeiten, in denen gespart werden muss, auch bei der Polizei. Wir sind froh, dass nur wenige Stellen und zwar nur in Stäben gestrichen wurden. **Wie steht denn Hamburg im Bundesvergleich mit seiner Aufklärungsquote da?**

Das lässt sich aufgrund der Struktur der einzelnen Länder schlecht vergleichen. Hamburg hat eine Aufklärungsquote von rund 46 Prozent, andere Länder jedoch über 50 Prozent. Die Gründe können vielfältig sein, zum Beispiel in der Anonymität der Großstadt liegen. Dennoch steht Hamburg gut da, ist relativ sicher und verfügt über eine zeitgemäße Polizei. Besser geht immer, und in einigen Dingen – etwa der Zahl der Internetanschlüsse für Polizeibeamte – gibt es Nachholbedarf, an dem wir arbeiten.

Das Sicherheitsempfinden wird natürlich durch brutale Schlägereien und Messerstechereien stark beeinflusst.

Das ist richtig, aber Sicherheitsempfinden hat auch mit der medialen Aufbereitung zu tun. Wir lesen von einer Tat dadurch drei Mal, wenn sie passiert, in den nächsten Tagen in der Aufbereitung und wenn es zum Prozess kommt. Das beeinflusst die subjektive Wahrnehmung von

Kriminalität. In Wahrheit steigt nicht die Anzahl der Gewalttaten, sondern die Brutalität. Derzeit ist es zum Glück ruhig und die Presse lebt von alten Fällen wie den am Jungfernstieg. Das passt zu der seit Jahren sinkenden Gesamtkriminalstatistik. Trotzdem muss man sich darüber im Klaren sein, dass es eine gewaltlose Gesellschaft niemals geben wird.

Fühlen Sie sich im LKA von der Politik alleine gelassen?

Nein, wir können sogar mitwirken. Es gab beispielsweise gerade eine Senatskommission zum Thema Gewalt und Intensivtäter, in der u.a. der Justiz-, der Innen- und der Sozialsenator mit den Vertretern der Behörden weitere Konzepte entwickelt haben. Ich hoffe, die Umsetzung, etwa Jugendliche schneller nach der Tat als bisher Konsequenzen spüren zu lassen, trägt Früchte.

Schauen Sie eigentlich noch Krimis?

Nicht häufig, aber bestimmte Krimis schon. Mir gefallen schnelle Sachen wie Henning Mankel oder der Hamburger Tatort mit Mehmet Kurtulus. Die Inhalte der Geschichten kommentiere ich nicht, aber die Darstellung ist gut. **Also gibt es keine haarsträubenden Fehler in den Ermittlungen?**

Doch und das ist gut. Wir freuen uns über jede Darstellung, die nicht der Realität entspricht, weil Kurtulus ja verdeckter Ermittler ist, die haben wir hier ja auch im LKA und deswegen wollen wir am liebsten davon gar nichts zeigen.

Kai Wehl

ONLINE BESTELLEN
↳ www.kwp-baumarkt.de

WEIHNACHTSMARKT
DER BESONDEREN VIELFALT

kwp
BAUMARKT

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

SASEL HAUS
ZENTRUM FÜR KULTUR & BILDUNG
Veranstaltungen im Sasel-Haus

"Dialog im Dunkeln" zu Gast im Sasel-Haus:

Hamburg-Krimis live:	26.11.2010, 20.00 Uhr
Das Phantom vom Fischmarkt	Eintritt: 20,-€
Kinder-Kino:	30.11.2010, 15.00 Uhr
OBEN, für Kids ab 8 J.	Eintritt: 1,50 €
Weihnachtsmarkt der Kunsthandwerker.	4.+5.12.2010, 10.00-18.00 Uhr
Klassik Konzert:	12.12.2010, 18.00 Uhr
Ensemble Obligat: Serenade	Eintritt: 10,-€ bis 23,50

Karten unter: **Sasel-Haus e.V.**,
Saseler Parkweg 3 • 22393 Hamburg • 601 716-0
www.saselhaus.de oder www.ticket-online.de

SASELER
MARKT-APOTHEKE

Inhaber:
Christoph Jarchow

Advents-Wochenangebot

- 1. Adventswoche :** alle Produkte von La Roche-Posay -10%
- 2. Adventswoche :** alle Olivenöl-Produkte von Dr.Theiss -10%
- 3. Adventswoche :** alle Pflegeprodukte von Weleda -10%
- 4. Adventswoche :** alle Pflegeprodukte von Eucerin -10%

Angebot gilt für vorrätige Artikel

Montag-Freitag: 8.30 - 18.30 Uhr • Samstag: 8.30 - 13.00 Uhr
Saseler Markt 12 b / Ecke Waldweg • 22393 Hamburg • Tel.: 601 80 20
www.Saselermarkt-Apotheke.de QMS-zertifiziert

Großer Malwettbewerb



Claus Christian (8) hat uns beim letzten Malwettbewerb eines der schönsten Weihnachtsmann-Bilder zugesandt. Greift wie Marie Louise (9) zu Stift oder Pinsel (re).

Malt uns einen Weihnachtsmann!

Kreative Köpfe aufgepasst! Wenn ihr Lust am Zeichnen oder Malen habt, dann bringt einen Weihnachtsmann aufs Papier und schickt ihn uns! Die 3 schönsten gewinnen je einen Einkaufs-Gutschein!

Wenn du 12 Jahre oder jünger bist und Lust hast, an unserem großen weihnachtlichen Mal-Wettbewerb teilzunehmen, dann greif zu Stift oder Pinsel und male uns einen Weihnachtsmann. Du kannst eine Winterlandschaft mit ihm und seinen Rentieren tuschen oder ihn mit seinen helfenden Engeln im Himmel malen – deiner Kreativität sind

keine Grenzen gesetzt! Der erste Preis ist ein Einkaufs-Gutschein im Wert von 30 Euro, der in allen ECE-Centern eingelöst werden kann. Der zweite wird mit einem 20-Euro-Gutschein und der dritte Platz wird mit einem 10-Euro-Gutschein ausgezeichnet. Wichtig ist, dass deine Eltern ihre Unterschrift auf die Rückseite des Bildes setzen, denn das

ist die Einverständniserklärung zu eurer Teilnahme an unserem Wettbewerb. Außerdem müssen Absender, Alter sowie Telefonnummer deutlich lesbar aufgeschrieben werden. Bitte pro Kind nur ein Bild abgeben! Dieses entweder per Post an Alstertal-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder in digitalisierter Form per E-Mail an

m.roesler@alster-net.de senden oder direkt im Verlag abgeben! Der Einsendeschluss ist der 26. November.

Mariëlle Rösler

Einen königlichen Weihnachtsmann malte uns Elina (6) in kräftigem Rot.



Augustin
Kompetenz in Weihnachtsbäumen
 - Schnitt- und Bindegrün für Ihren Advent, Weihnachtsdekorationen frisch vorrätig -
 BAUMSCHULEN - GARTENBEDARF
 Bergstedter Chaussee 237

Made in Holstein.

Kompetenz vor Ort. Made in Holstein.

Christian Sahlmann. Ihr neuer Leiter
des Vermögensmanagement Sasel,
Stadtbahnstraße 4.

 Sparkasse
Holstein

Ingo Berndt Malermeister
 Ausführung sämtlicher Malerarbeiten
 Wischtechnik bis Marmortechnik • Tapezieren • Lackieren
 Fassadenbeschichtung • Versicherungsschäden
 Teppichbodenverlegung und Reinigung

Tel.: 606 29 44 • Mobil: 0172/ 400 60 18 www.IngoBerndt-Malermeister.de



Steildach
 Flachdach
 Fassaden- und
 Schornsteinverkleidungen
 Bauklempnerei
 Reparaturen

Mende & Landes
 Dachdeckermeister
 Bedachung – Fassade

1970
 40
 2010

Goethestr. 13 • 22848 Norderstedt • Tel.: 0 40 / 5 23 56 38

Dieter Dräger GmbH
 Sanitärtechnik und Klempnerei

**Küchen • Bad • Dach • Gas-Geräte
 und Heizungen • Kundendienst**

Poppenbütteler Bogen 16 • 22399 Hamburg
Telefon: 606 16 60




www.prunsharms.de

Ihr Wunschbad von uns:

Die 5 Sterne GARANTIE

- Planung + Beratung Individuell und persönlich
- Komplett-Leistung Alles aus einer Hand
- Termin-Garantie Fertig zum Fixtermin
- Sauberkeits-Garantie Staubfreie Sanierung
- Festpreis-Garantie

PRUNSHARMS
 BAD- & HEIZUNGSSTUDIO

Georg-Sasse-Straße 22 22949 Ammersbek
 Telefon 040/605 50 206

Notdienst 0172 400 40 74

Sonnenkraft die Wärme schafft.

Aktuelle Vorträge:

Mi. 1. Dez. um 18 Uhr
 Thema: Heizen mit der Sonne
 Dazu: Ein spezieller Gast mit Biss und Witz.

Do. 2. Dez. um 18 Uhr
 Thema: Werkzeugtrends für sinnvolles Schenken
 Dazu: Ein Kunsthandwerker dreht durch - Drechsler in Aktion
 Wir bitten um Ihre telefonische Reservierung vorab.

Technik der neuesten Generation.

Mitglied der

AUGUSTKAHL® GAS Gemeinschaft
 HEIZUNGS- U. SANITÄRTECHNIK GMBH
 Hamburg e.V.

www.august-kahl.de
 Tel. 040-533 233-22 - Kompetenzzentrum Oehleckerring 4 - 22419 HH

EINE FEINE KLEMPNEREI!

Die richtige Bauklempnerei auszuwählen ist eine Kunst! Das Preis-Leistungsverhältnis muss stimmen, die Qualität der ausgeführten Arbeiten - und natürlich die Termine.

MACKENS+SOHN GMBH
 KUNDENDIENST / NOTDIENST TEL. 608 72 50
 SANITÄRE ANLAGEN • BAUKLEMPNEREI
 POPPENBÜTTELER BOGEN 17 • 22399 HAMBURG



ter Hürne
einzigartig wie das Leben

Die Bodengeneration des 21. Jahrhunderts
Avatara-Floor

Avatara-Floor ist der einzigartige Hochleistungs-Designboden, der viele Qualitäten der Natur intelligent vereint:
Brillante Ausstrahlung, weiches Laufgefühl, robuste Oberfläche.

Entdecken Sie den einzigartigen Boden in unserer Ausstellung.



Birnbäum hellbraun
Schiffsboden 2-Stab, 10 mm stark
inklusive Trittschalldämmung

nur 20,99 €/qm

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



www.holzbandwulf.de

Glasreparaturen – Spiegel – Wärmeschutzglas

Glaserei
Marcus Koch
Meisterbetrieb

Ihre Glaserei in Langenhorn
Tel.: 53 02 57 02 • Fax: 53 02 57 03
Krohnstieg 86 • 22415 Hamburg
derglaser@glasereikoch.de
www.glasereikoch.de

Duschkabinen – Fenster – Türen – Fenstertechnik

» 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 Wertgemeinschaft
farbrat

Le Colours
Mitglied LC-VIP Netzwerk

STELTZER Sanitär GmbH
Inh. Carsten Peters
Ihr Meisterbetrieb ganz in Ihrer Nähe!

Gasheizungen - Kundendienst - Klempnerei
Sanitäre Anlagen - Flachdachsanie rung

Wilhelm-Stein-Weg 8 • 22339 Hamburg
Telefon 538 43 00



Zertifizierter Fachbetrieb für
senioren- u. behindertengerechte Bäder / Installationen



Design vereint mit Perfektion und Individualität. Das sind unsere Markenzeichen.

Vereinigte Ofen- und Kaminwerkstätten Hamburg AG • Bei der Braaker Mühle • 22145 Hamburg/Braak • (040) 675 95 160 • Mo.-Fr. 10-18h • Sa. 10-16h • So. (Schahtag) 12-17h

WINTERGÄRTEN

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



Für alle die mehr wollen als nur einen guten Preis:
Mehr Beratung! Mehr Service! Mehr Qualität!



hatru

GEWE

Bau- und Architekturbüro Werksvertretung Hamburg seit 1972
Waldweg 31 22393 Hamburg Tel 040/ 601 40 89 Fax 040/ 601 31 36
info@hatru.de www.hatru.de www.gewe.com

**Metallbau – moderne Ästhetik.
Schlosserei – solides Handwerk.
Zeitloser Wert!**

Treppenkonstruktionen
Geländer
Überdachungen
Toranlagen
Lichtdächer

STOLWARKER

Aus Metall. Aus Glas. Aus Leidenschaft.

Weg GroBlohe 62a, HH | www.stolwarker.de | 040.600 09 90 00

Wintergärten,

Türen und Fenster aus
Aluminium-Profilen,
Blecharbeiten, Schlossdienst,
Metallbau und Schlosser-
arbeiten jeglicher Art!



ALTER TEICHWEG 67
22049 HAMBURG,
TEL.: 040 / 54 57 92



M • KUMMERfeld ff INH • A • HARTfiel
SCHLOSSEREI • METALLBAU

WWW.FF-METALLBAU.DE



Ganzjährig auf der *Sonnens*

Ein Wintergarten rettet das Sommergefühl in die kalte Jahreszeit und bringt viel Licht ins Haus. Hier erfahren Sie Tipps zur Materialauswahl und zum ganzjährigen Wintergarten-Wohlfühlambiente.

Wer würde nicht gerne das ganze Jahr in der Morgensonne frühstücken oder den verschneiten Garten genießen, ohne zu frieren? Ein Wintergarten rettet das Sommergefühl in die kalte Jahreszeit, ermöglicht Sonnenbäder gegen Depressionen und bringt viel Licht ins Haus. Die Voraussetzung für so viel zusätzliche Wohnqualität ist eine optimale Planung. So muss als erstes die Ausrichtung festgelegt werden, die maßgeblich

von der Nutzung abhängt. Indirektes Nordlicht ist ganztägig gleichmäßig hell. Frühaufsteher wählen eine Ostlage, mit der es tagsüber kühler bleibt. Die meisten Sonnenstunden bietet ein Glashaushaus gen Süden. Und wer möglichst lange etwas von der Tageswärme haben will, baut im Westen an.

Das Gerüst und sein Material
Das tragende Gerüst eines Wintergartens besteht in der



Aluminium wird beim Wintergartenbau oft eingesetzt. Es ist leicht und korrosionsbeständig.

Foto: Bundesverband Wintergarten e.V.

Saison verlängern! Im Thaden Wintergarten.

Sie sparen bis zu 4.300,- €!

Flügeldachwintergarten
4,24 m x 3,24 m
jetzt nur 15.500,- €

Abb. ähnlich



TNL Wintergarten GmbH

Terrassendächer, Wintergärten, Türen
Am Hatzberg 16
21224 Rosengarten/Nenndorf
Tel.: 0 41 08 / 414 29 - 0 u. 040 / 76 91 80 - 0
www.thaden-wintergarten.de



Thaden

eite

Regel aus Holz, Aluminium oder Kunststoff, in selteneren Fällen auch aus Stahl. Da alle diese Materialien ausgereift und prinzipiell geeignet sind, hängt die Entscheidung letztlich vom Budget, der Optik und dem Pflegeaufwand ab.

Bei Holzprofilen benötigt man keine Zusatzdämmung, und wer handwerklich begabt ist, kann das Tragwerk sogar selbst errichten. Die Profile sind allerdings dicker als bei Metall. Da das Material witterungsanfällig ist, muss es regelmäßig gepflegt werden. Stahl und Aluminium sind dagegen fast wartungsfrei. Beides ermöglicht grazile Konstruktionen, aufgrund der Wärmeleitfähigkeit sind aber

Fortsetzung auf Seite 60



TÜMLER & PEIL

**ROLLÄDEN
MARKISEN
ROLLTORE** Seit 1865

6 93 20 45

**Wintergartenmarkisen
Scheren- u. Rollgitter
Vordächer
Motorisierungen
feste Vergitterungen**

**Am Stadtrand 58
22047 HH-Wandsbek**

www.tuemler-peil.de

Beratung
Montage
Reparatur
Wartung



Schluss mit Schmutz und ungebeten Gästen

Kellerschacht- abdeckung

- flächenbündig
- stabiles Aluminiumprofil
- einbruchsicher

Showroom mit Beratung in Poppenbüttel.
Jetzt Termin vereinbaren: (0 40) 64 21 61 22



Harksheider Straße 6 a · 22399 Hamburg
www.laarmann-peeze.de



Foto: Bundesverband Wintergärten e.V.

Fortsetzung von Seite 59

thermisch getrennte Profile erforderlich. Aluminium wird gern eingesetzt, da es leicht und korrosionsbeständig ist, die Profile sind dicker als bei Stahl. Auch Kunststoffrahmen sind wetterbeständig und pflegeleicht, Mehrkammerprofile sorgen hier für eine gute Dämmung. Besonders gefragt sind Materialkombinationen: Holz im Innenbereich vermittelt Wohnlichkeit, eine Alu- oder Kunststoffschale außen schützt vor Sonne und Regen.

Glas mit vielen Eigenschaften

Glasbauten sind Wärmefallen. Damit es drinnen nicht zu heiß wird, verwendet man am besten Funktionsgläser. Sie sperren Hitzewellen quasi aus, lassen aber genügend Licht zum Gedeihen

Um riskante Turnpartien zu vermeiden, ist es sinnvoll, selbstreinigendes Glas einzubauen.

der Pflanzen hinein. In den meisten Fällen setzt man Wärmeschutzgläser ein, die gleichzeitig schallabweisend sind. Spezielle Sonnenschutzgläser bieten sich insbesondere für nach Süden ausgerichtete Wintergärten an. Sinnvoll ist auch ein selbstreinigendes Glas. So werden riskante Turnpartien beim Putzen vermieden.

Ganzjähriges Wohlfühlklima

Komfortabel ist eine automatische Steuerung zur Regelung des Wohnklimas, die Sonnenschutz, Lüftung und Heizung perfekt koordiniert. Je nach Bedarf lassen sich mit derartigen Systemen zum Beispiel automatisch die Jalousien oder Rollläden, die 80 % der Wärmestrahlen reflektieren, herunterfahren, die Fenster zum Lüften öffnen oder die Heizung schaltet sich selbsttätig zu/ab. Auf diese Art und Weise ist ganzjähriges Wohlfühlklima im Wintergarten garantiert.



SOLARLUX®

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

Garstedter Weg 281
22455 Hamburg
040-555 99 481
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 11-17 Uhr
Sa. 11-15 Uhr

Gollub
www.gollub-bauelemente.de

Gut & Günstig!
STERN-WINTERGÄRTEN



www.stern-wintergarten.de

Wintergärten ★ Überdachungen
Eigene Fertigung / Montage
Besuchen Sie uns:

Ausstellung:
Zimmerstraße 10 • 22085 Hamburg
☎ 040 / 22 69 81 16 • Fax 2 27 72 55

Alu - Kunststoff - Holz

GLASEREI IM ALSTERTAL
B. DENKER GMBH

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

Wir bieten mehr als GLAS

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

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.

Wir bauen für Sie um!
Attraktive Preisvorteile auf alle Ausstellungsstücke in der Filiale in Norderstedt.

Aktionszeitraum:
01.11.2010 - 23.12.2010

utz®
Innovatives Holz- & Wohndesign.
Traditionelles Tischlerhandwerk.

Sie finden uns in Norderstedt, Lemsahler Weg 21
Öffnungszeiten: Dienstag bis Freitag 08 - 18 Uhr | Samstag 10 - 14 Uhr

www.utz-design.de

Gans ganz einfach

Weihnachten steht vor der Tür und damit ist es auch Zeit, sich um das Festmahl Gedanken zu machen. Das Alstertal-Magazin hält drei leckere Gans-Rezepte für Sie bereit.



Krosser Gänsebraten mit Cranberries-Maronen-Füllung

Zutaten für 6 Portionen:

1 küchenfertige Gans (3,5 - 4 kg), Salz, Pfeffer, 3 TL getrockneter Thymian, 3 Äpfel (ca. 300 g), 3 Zwiebeln, 100 g Cranberries frisch oder tiefgekühlt, 100 g küchenfertige Maronen (Dose oder Glas), 3/4 l (750 ml) KNORR Hühner-Kraftbouillon, 1/8 l (125 ml) Rotwein, evtl. MONDAMIN Fix Soßenbinder, dunkel

Zubereitung:

1. Gans innen mit Salz, Pfeffer und Thymian einreiben, außen nur pfeffern und salzen. Äpfel und Zwiebeln schälen und in Stücke schneiden. Eine Hälfte mit Cranberries und Maronen mischen und in die Gans füllen.
2. 1/2 (500 ml) Hühner-Kraftbouillon in einen Bräter gießen. Gans mit der Brustseite nach unten hineinlegen und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Umluft 175 °C) auf der untersten Schiene 1 1/2 - 2 Stunden braten. Gans wenden, restliche Apfel- und Zwiebelstücke zufügen und weitere 1/2 - 1 Stunde garen.
3. Gans aus dem Bräter nehmen und warm stellen. Bratensatz entfetten, restliche Hühner-Kraftbouillon und Rotwein dazugießen. Sauce pürieren, evtl. mit Soßenbinder binden und mit Salz abschmecken.

Zubereitungszeit inkl. Backzeit:

ca. 3 Std. und 25 Min.

LANDHAUS OHLSTEDT

HOTEL - RESTAURANT - CAFÉ - PARTYSERVICE

HAMBURG - OHLSTEDT

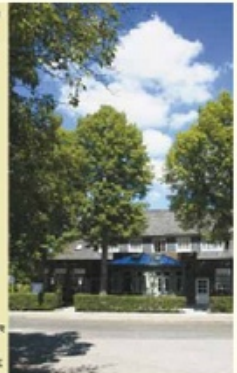
Ab 15.10.2010

bis 15.1.2011

Ganze Gans

mit Rotkohl, Rosenkohl, Soße, Füllung, Kartoffelklößen, Kroketten, Bratäpfeln und 1 Fl. Rotwein für 4 Personen € 95.-

Auf Vorbestellung - Ofenfrisch
mindestens 3 Stunden Vorlauf - Nicht vom 24. bis 26.12.
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



ITALIENISCH GENIESSEN!

La Casetta
Ristorante italiano

Buchen Sie Ihre
Weihnachtsfeier
in unseren gemütlichen
Räumen im Obergeschoss
bis ca. 80 Personen.

Mittagstisch: Mo.-Sa. v. 12-17 Uhr,
Fisch o. Fleisch kombiniert mit Suppe o. Salat, ab € 6,90

Verkauf auch außer Haus • Täglich geöffnet von 12 bis 23:30 Uhr
Rollfinckstraße 19, Tel. 536 21 49 (Direkt am S-Bhf. Wellingsbüttel)



LA MADERA RESTAURANTE EVENT-KALENDER

Dezember

Weihnachtsbrunch 25. & 26.12.
von 10⁰⁰ Uhr- 13⁰⁰ Uhr

Weihnachtsmenüs 25. & 26.12.

Silvester

31.12.
ab 19³⁰ Uhr
inkl. 4-Gänge-Menü, Getränke, Mitternachts-Buffer und Neujahrs-Champagner
ab 21⁰⁰ Uhr

Wir bitten für die Dezember-Events um rechtzeitige Reservierung !!!

Januar

Neujahrs-Empfang 01.01.2011
ab 15⁰⁰ Uhr

Brunch

Jeden Sonntag
von 10⁰⁰ Uhr- 14⁰⁰ Uhr
inkl. Begrüßungssekt oder frischen Orangensaft, Kaffee, Tee und heiße Schokolade.

An einem großen Kalt- & Warm-Buffer erwarten Sie Klassiker und viele weitere Köstlichkeiten.

*Vergessen Sie Ihre eigene Weihnachtsfeier nicht, reservieren Sie rechtzeitig.
Wir unterstützen Sie gerne bei der Planung und Durchführung.
Räumlichkeiten für 30 - 60 - 120 Personen.*

Saseler Chaussee 101 - 22393 Hamburg
Tel.: 040-38076165 - Fax: 040-38076164
www.la-madera.de

Restaurant Zur Kastanie

„Gänsebraten satt“ auf Vorbestellung
26,50 Euro pro Person – ab 4 Personen



Am 24.12. von 11– 15 Uhr bekommen Sie auf Vorbestellung eine Gans (oder mehrere!), die ca. 5 Personen satt macht auch zum Mitnehmen!

Sie bringen drei Töpfe für Rotkohl, Klöße und Majoransauce sowie 80,00 Euro pro Gans mit und die ganze Familie kann gemütlich speisen!

In diesem Jahr findet bei uns wieder eine Silvesterfeier statt zum Komplettpreis von € 109,-!

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



Mellingburger Schleuse

Hotel-Restaurant Lehfeldt

an einem der schönsten Plätze Hamburgs

Ganze Gans für 4 Personen 99,50 €
am Tisch tranchiert-Vorbestellung erbeten

Große Spezialitäten Wildkarte
mit Wild aus eigener Jagd

Öffnungszeiten an den Feiertagen:

Hellgabend bis 17 Uhr, 1. und 2. Weihnachtstag von 11 bis 23 Uhr.
Silvester von 11 bis 23 Uhr (Vorbestellung erbeten)

Mellingburgredder 1 • 22395 Hamburg-Sasel
Tel. 040 / 602 40 01 • www.MellingburgerSchleuse.de

Weihnachtszeit in der Mühle: Genuss & Shopping

Notizen:

Die Mühle bietet das perfekte Ambiente, um mit Freunden oder der Familie die Weihnachtszeit zu genießen.

Tolle Geschenkideen sowie besondere Köstlichkeiten finden Sie direkt nebenan in der kleinen Mühle.

Mühlenredder 38
22397 Hamburg
Tel.: 6076650

13
14

15

die mühle
restaurant

www.die-muehle-hamburg.de



Gefüllter Gänsebraten mit Rotkohl

Zutaten für 4 Portionen:

1 Gans, ca. 3,5 kg, küchenfertig (tiefgefroren, aufgetaut), Salz, Pfeffer, 4 Äpfel (z.B. Cox Orange), 1 Bund Majoran, 2 Gläser (à 400 ml) Gänsefond, 2-3 EL Pflaumenmus, 1 Prise Zimt, 6 EL MONDAMIN Soßenbinder dunkel,

Für den Rotkohl: 1 Zwiebel, 1 EL Öl, 1 Glas (680 g) Rotkohl, 3 EL rotes Johannisbeergelee, Salz, 1 Granatapfel

Zubereitung:

1. Gans abspülen und trocken tupfen. Innen und außen mit Salz und Pfeffer einreiben. Äpfel abspülen, vierteln und entkernen. Majoran abbrausen. Gans mit Äpfeln und Majoran füllen. Die Öffnung mit Zahnstochern zusammenstecken. Die Gans mit der Brust nach oben auf die Fettpfanne des Backofens setzen und bei 200 Grad (Gas: Stufe 3-4, Umluft: 180 Grad) ca. 45 Minuten braten.

2. Temperatur auf 180 Grad (Gas: Stufe 2-3, Umluft: 160 Grad) herunterschalten und die Gans weitere 2 Stunden braten. Dabei nach und nach den Gänsefond angießen. Gans vom Blech nehmen.

Gans
ganz einfach



Foto: Mondfamin

Bratenfond in einen Topf gießen und entfetten. Ofentemperatur auf 225 Grad (Gas: Stufe 4-5, Umluft: 200 Grad) heraufschalten. Gans wieder zurück aufs Blech setzen. Die Gans mit Salzwasser bepinseln und ca. 10-15 Minuten knusprig braun braten.

3. Pflaumenmus in den Bratenfond einrühren und mit Salz, Pfeffer und Zimt abschmecken. Saucenbinder einstreuen und unter Rühren 1 Minute kochen lassen.

4. Für den Rotkohl Zwiebel pellen und würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel darin andünsten. Rotkohl zugeben, Johannisbeergelee einrühren und mit etwas Salz würzen. Zugedeckt ca. 20 Minuten garen. Granatapfel aufschneiden und die Kerne herauslösen. Granatapfelkerne unter den Rotkohl mischen. Nochmals abschmecken.

5. Die Gans tranchieren und die Brust aufschneiden. Gans zusammen mit Sauce und dem Rotkohl anrichten.

Zubereitungszeit:

3 Std. + 15 Min.

Wir empfehlen uns für

FESTLICHKEITEN ALLER ART

bis zu 150 Personen

Gerne beraten wir bei der Gestaltung der Festlichkeiten von der Musik bis zur Auswahl Ihrer Menü-Wünsche.
HOTEL - RESTAURANT



Familie Stubbe

Segeberger Ch. 309
22851 Norderstedt

☎ 5 29 86 60

Hotel mit Schwimmbad · Restaurant und Kegelbahnen

Alte Mühle

mit Hersträumen,
Mühlentate und Mühlendiele

Grünkohl- Wild- Gänse- Gerichte

Gänseessen ab 3 Personen
am Tisch tranchiert
(nur auf Vorbestellung)

Karpfen frisch aus dem
Bassin

Silvesterparty € 90,00
inklusive Buffet,
Getränke und Musik

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

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

DITHMARSCHER GÄNSEBRATEN

können Sie bis Weihnachten bei uns genießen.

WEIHNACHTSFEIERN

im kleinen oder großen Rahmen –
gern sind wir für Sie da!

SILVESTER

genießen Sie À la carte -
Spezialitäten aus unserer Küche

FAMILIEN- BESCHNITZELUNG

Sonntags ab 17 Uhr eine
Vielfalt an Schnitzelvariati-
onen für Groß und Klein
neben unseren À la carte-
Gerichten.

BRUNCH MAL GANZ ANDERS, immer wieder

sonntags 11-14 Uhr, € 19,90
p.P. exkl. Getränke.

KÜCHENPARTY

für 8 - ca. 16 Pers., einfach
super: Stimmung, kochen, ge-
meinsam genießen (nur montags).
Sprechen Sie uns an!

1. JANUAR Neujahrs-Mittags-Brunch

www.del-restaurant.de

Poppenbüttler Landstraße 1c (neben Randel)
22391 Hamburg • Telefon: 040 - 602 70 61

Di. bis So. abends geöffnet, Fr. bis So. mittags u. abends geöffnet

LENZ

RESTAURANT



Oldenburger Gänse,
Vierländer Enten, Grünkohl, ...

... und alles, was Spaß macht

Firmen- und Weihnachtsfeiern
in gemütlicher Atmosphäre

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
ATHEN

Party-
service

Brunch: Jeden Adventssonntag ab 11.30 Uhr 11,90 €
mit Wildgerichten und Scampis satt

Weihnachtsfeier: Raum für Weihnachtsfeiern bis 70 Personen

Weihnachten: Weihnachtsmenü oder à la carte

Silvester-Party 2010/2011 mit Mega-Buffer

So.-Mittag pro Familie erhalten 2 Kinder bis 12 Jahren
je ein Gericht und ein Getränk **kostenlos!**
Bitte reservieren Sie rechtzeitig!

Mo.-Do. 17.00-0.30 Uhr • Fr./Sa. 12.00-15.00, 17.00-0.30 Uhr
sonn- und feiertags von 12.00-0.30 Uhr, Heiligabend geschlossen
Partyservice • Heimgarten 19 • 22399 Hamburg • Telefon 040/602 11 92



*Gans
ganz einfach*

Foto: Bertolli

Gänsebraten mit Maronenfüllung

Zutaten für 6 Portionen:

1 küchenfertige Gans (ca. 3,5 kg), Salz, Pfeffer, 1 Zwiebel, 60 g BERTOLLI Pflanzencreme, 1 Brötchen, 1 feste Birne, 400 g geschälte Maronen (vakuumverpackt), 4 EL gehackte Kräuter, 3 EL BERTOLLI Olivenöl extra vergine – Gentile, nach Belieben Soßenbinder, außerdem: Holzspießchen zum Feststecken

Zubereitung:

1. Gans innen und außen waschen und trockentupfen. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.
2. Zwiebel schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. In der heißen Pflanzencreme dünsten. Brötchen ebenfalls würfeln, zufügen und goldgelb braten. Alles in eine Schüssel geben.
3. Birne waschen, vierteln, entkernen und würfeln. Maronen grob zerkleinern. Mit den Kräutern und Birnenwürfeln in die Schüssel geben, alles gut mischen und mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken. Die Gans damit füllen und die Bauchöffnung mit Holzspießchen zustecken.
4. Gans mit Olivenöl bestreichen und mit der Brustseite nach unten in einen großen Bräter legen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Umluft: 175 °C) ca. 45 Minuten braten. Wenn die Brust Farbe genommen hat, die Gans umdrehen, ½ l (500 ml) Wasser angießen und weitere 2 Stunden braten. Mit einem Holzspieß die Haut zwischen den Schenkeln einstecken, damit das Fett austreten kann. Die Gans in regelmäßigen Abständen mit dem Bratfond begießen. Evtl. etwas Wasser nachgießen.
5. Gans aus dem Bräter nehmen und auf einer warmen Platte anrichten. Das Fett abgießen, den Bratensatz mit etwas Wasser loskochen, Soßenbinder einrühren und die Sauce damit binden. Zur Gans servieren.

Zubereitungszeit inkl. Backzeit:

ca. 3 Std. 20 Minuten



Im Dezember...

verwöhnen wir Sie mit leckeren **Wildgerichten**, z.B. Barberie-Flugentenbrust, Hirschkeule, Rehrücken, oder Wildschwein.

Weihnachtsfeiern: Gerne beraten wir Sie bei der Planung Ihrer Feier und bieten ausgewählte Menüs an.

Weihnachten: 3-Gänge-Festmenü (vier Gerichte zur Auswahl) kleine Auswahl à la carte. 25. und 26.12., 12 - 15 Uhr und 18 - 22 Uhr. Heiligabend geschlossen.

Silvester: Lassen Sie das Jahr bei uns in gemütlicher Atmosphäre mit einem festlichen **4-Gänge-Menü** für 59 € (inkl. Begrüßungsgetränk) bis 23 Uhr ausklingen. **Neujahr:** geöffnet von 18 - 22 Uhr

Öffnungszeiten: Di. - So. 12 - 15 Uhr und 18 - 23 Uhr, **Montag Ruhetag**
Classenweg 59 / Ecke Saseler Chaussee, Tel.: 536 20 72, Fax: 536 70 634



TIPP: Menüs rund um die Gans



Foto: Hartung PR

Unter dem Motto „**Hamburg ganz(s) weihnachtlich**“ servieren 48 Hamburger Top-Restaurants **noch bis zum 23.12.** weihnachtliche Menüs rund um die Gans. Die unterschiedlichen Gänsevariationen beginnen ab 23,99 Euro – ein fairer Preis, sich gemeinsam mit Freunden oder der Familie kulinarisch auf Weihnachten einzustimmen. Aber auch für Unternehmen ist diese

Aktion ein willkommenes Angebot, um mit den Mitarbeitern das Geschäftsjahr festlich ausklingen zu lassen. Dank des feststehenden Preises ist die Weihnachtsfeier finanziell leicht zu kalkulieren und die Gefahr einer bösen Überraschung bei Rechnungserhalt ist minimiert. Die teilnehmenden Restaurants und ihre Menüs gibt es im Internet: www.hamburg-kulinarisch.de.

**WEIHNACHTEN FEIERN IM
CAFÉ & RESTAURANT IM HERRENHAUS**

Köstliche Weihnachtsmenüs am **25. & 26. Dezember**
mit unterschiedlichen Hauptgängen:

Medaillons vom Seeteufel an Champagner-Safransauce
mit Pfeffer-Spitzkohl, Roter Beete und zweierlei Reis

❧

Barbarie Entenbrust in eigener Jus mit Kirschkohl,
Selleriepüree und hausgemachtem Kartoffelstrudel

❧

Geschmorte Gänsebrust an Preiselbeerjus
mit Speck-Rahmwürsting und
hausgemachten Kartoffelklößen

2-, 3- und 4-Gang Menü für € 20,50, € 26,50 und € 32,50
Mehr Informationen unter www.cafe-im-herrenhaus.de.

Um Reservierung wird gebeten!

Wellingsbüttler Weg 71, 22391 Hamburg
Tel: **970 70 980** Mittwoch bis Sonntag ab 11 Uhr



Riesen-Scampi „Seifarth-Spezial“

Rarität aus frischen Fängen – unsere hervorragenden Seewasser-Riesen-Scampi ohne Schale bestechen durch ihre Größe (100 g pro Scampi!) und den aromatischen Geschmack.

Gleich unseren Delikatessen- und Präsentkatalog 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

170 Jahre Randel

Knusprigen Dithmarscher Gänsebraten mit allen Beilagen können Sie bis Weihnachten bei uns genießen.

Christmas Party - Fr. 17.12.
ab 22 Uhr Einlass, Eintritt € 15,- inkl. einem Glas Prosecco. Vorher ab 19.30 Uhr winterliches Buffet. € 32,50 p.P inkl. Eintritt.

Weihnachtsfeier - gern beraten wir Sie und richten Ihre Feier für Sie aus, gern auch mit unserem Party-Service zu Hause oder in Ihrer Firma.

Silvester - lassen Sie das Jahr bei uns in gemütlicher Atmosphäre am Kamin mit einem festlichen Menü ohne Partytrubel bis 23 Uhr ausklingen.

1. Januar haben wir für Sie geöffnet.

Restaurant

Randel

www.restaurant-randel.de

Poppenbüttler Landstraße 1
22391 Hamburg • Tel.: 040-602 47 66
Fax: 040-606 52 98 • (Montag Ruhetag)



Dinner for two

1. November bis 23. Dezember



- Flasche Rot- oder Weißwein, 075 l
 - Antipasto Speciale per due
 - Fisch, Fleisch oder Pasta
 - Gemischtes Dessert
- Für 2 Personen
€ 58,50

Gerne nehmen wir Ihre Reservierung für Ihre Weihnachtsfeier bis 70 Personen entgegen.

Ristorante
L'Aurora

Jeden Montag
Überraschungs-Menü
Pro Person
€ 18,50

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.

Vorspeise

Ob im Restaurant oder beim privaten Mehrgänge-Menü – eine **Suppe als Vorspeise** ist vom Tisch nicht wegzudenken. Das Alstertal-Magazin präsentiert eine leckere Variante mit einer der beliebtesten Gemüsesorten überhaupt: **Brokkoli**.

Röschensuppe mit Mandelblättchen

Zutaten für 4 Portionen:

500 g Brokkoli, 800 ml Gemüsebrühe (Instant), 1 Zwiebel, 1 EL Butter, 100 ml Kochsahne, 3 EL MONDAMIN Klassische Mehlschwitze hell, Salz, Pfeffer, einige Spritzer Zitronensaft, 25 g Mandelblättchen

Zubereitung:

1. Brokkoli putzen, abspülen und in Röschen teilen. Stiele schälen und klein würfeln. Gemüsebrühe aufkochen, Brokkoli zugeben und ca. 12-15 Minuten garen. Einige Röschen für die Einlage nach ca. 6-8 Minuten mit einer Schaumkelle herausnehmen und beiseite stellen.
2. Zwiebel pellen und würfeln. Butter in einem zweiten Topf erhitzen. Zwiebel darin andünsten. Brühe mit Brokkoli zugeben und pürieren. Kochsahne angießen und aufkochen. Mehlschwitze einstreuen und unter Rühren 1-2 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Beiseite gestellte Brokkoliröschen in die Suppe geben und erhitzen.
3. Mandeln in einer kleinen Pfanne fettfrei rösten. Die Suppe mit Mandeln bestreut anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 25 Min.



ADVENTSBRUNCH mit Live Pianomusik

Schlemmen Sie nach einem Begrüßungssekt exzellente Vorspeisen, Knuspriges von Gans, Ente und Pute sowie weihnachtliche Desserts und süße Leckereien.

€ 32 pro Person

am 28. November sowie
am 5., 12. & 19. Dezember

RESTAURANT
CONCORDE

im Courtyard by Marriott
Flughafenstr. 47/22415 Hamburg
T 040 53102 357
service@airportth.com
Restaurant-Concorde.de

OASIS
Getränkemarkt
Hummelsbüttel

MAGNUS
Regional die beste Wahl
Das Beste zum Feste!

Festweine
aus
Italien,
Spanien, Frankreich & Deutschland

BISOTTI
SEIT 1924

**Rot oder
RoSecco**
Württemberg
trinkt der Kenner

Hummelsbüttler Hauptstr. 60
22339 Hamburg
Tel. 538 69 67 - Fax 52 70 17 60
www.oasis-getraenkemarkt.de

Hat jemand den Laubfrosch gesehen?



Manche Arten gehen für immer verloren. Solche Lücken haben weitreichende Folgen. Der NABU bewahrt die Artenvielfalt für Mensch und Natur.

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



is en- Klassiker



Foto: Manfredin



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

THE ORIGINAL
CHICAGO
ROASTHOUSE

Chicago Roasthouse
Hamburg
Saseler Chaussee 63
D-22391 Hamburg
Tel. 040.
325 186 13

Weltklasse Spareribs!

Für nur
€7.95
Preis pro Person

Inklusive einer
Folienkartoffel
und einem
kl. Coleslaw
Salat.



1 Portion hausgemachte Spareribs in original amerikanischer Barbecue Sauce mariniert!

Normaler Preis € 9,95 – Sparen Sie jetzt € 2,00. Und zusätzlich
erhalten Sie auch noch einen kleinen Coleslaw Salat! Nur für € 7,95.
» Dieses Angebot ist zeitlich limitiert! «

Chicago Roasthouse Hamburg
Saseler Chaussee 63 | D-22391 Hamburg
Tel. 040. 325 186 13
7 Tage die Woche von 11.00 Uhr - 22.00 Uhr
www.chicagoroasthouse.de





GESCHENK-IDEEN

malschule Volksdorf

- Kinder-Ferien-Malkurse
- Fortlaufende Kurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- Anfänger und Fortgeschrittene

Atelier Karsten Grote / Hoisberg 32
(Hofeingang neben der Tankstelle)
Info-Nr.: 0800 - 644 7 644
www.malschule-volksdorf.de

ALSTERTAL IN HAMBURG GANZ OBEN



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



Schnäppchen Markt



Weihnachts- und
Geschenkartikel
Kinderbücher, Textilien
und Haushaltsartikel

Hamburger Straße 108 • 22949 Ammersbek
Tel. 040/604 00 43 • Fax 040/604 00 54
(direkt an der U-Bahn Hoisbüttel)

Verteiler gesucht!

ab 13 Jahre

für Lemsahl
und Sasel

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



Geschenke

Weihnachten rückt näher und Sie wissen nicht, was Sie der
Gattin, Partnerin oder lieben Freundin schenken können?
Das Alstertal-Magazin hat ein paar **elegante Geschmeide**
herausgesucht.



Edel. Glitzerndes Armband
von Schmuck-art, ca. 55
Euro.



Brillant.
Flügel-Ring von
Thomas Sabo, ca.
350 Euro.



Verspielt. Armband mit
Elementen von Pandora,
ca. 150 Euro.



Mit elegantem Silberschmuck trifft man(n) immer den Geschmack der Frau.

Foto: Thomas Sabo



Elegant. Perlenkette mit Diamant versetzt von Pandora, ca. 250 Euro.

Funkelnd. Auffällige Silberkette von JOOPI, ca. 270 Euro.

Weihnachtlich. Brisur-Ohringe von Thomas Sabo, ca. 180 Euro.

Geschwungen. Silberne Ringe von Pandora, jeweils ca. 70 Euro.

Informationstag am 23. November 12 bis 19 Uhr



Wir stellen vor:

Festtagsschminken mit Visagist Holger Hoffmann, Geräte im Einsatz zum Bodyformen u. Faltenmindern, SPA-Liege, Kosmetik durch Schüler und Profis u.v.m.

Prozentwürfeln auf Pflegeprodukte bis 14.12.

Hoheluftch. 108 • Tel.: 55 56 54 30 • info@die-hbk.de
www.die-hbk.de • www.kosmetikschulehamburg.de

**Weihnachts-
Ausstellung 2010**
Keramikwerkstatt
Birgit Best



27. & 28. 11. 2010
von 11 bis 18 Uhr
5 Gastaussteller

Langenwiesen 15
22359 HH-Volksdorf
Tel. 040 / 603 49 51
www.best-keramik.de

abrahams



Wohnaccessoires, Geschenkartikel
und weihnachtliche Dekorationen

Colonnaden 36
Hamburg-City, Tel. 040-6 02 48 33

Physiotherapie

Langenhorn

Physiotherapie

Wellingsbüttel



5x Massage und Wärmetherapie für € 95,-

Wellness-Gutscheine – das persönliche Geschenk

Kronstiege Center - 2. OG
22415 Hamburg
Tel.: 040 520 27 24
www.ptlangenhorn.de

Wellingsbüttler Markt 1-2. OG
22391 Hamburg
Tel.: 040 536 70 007
www.ptwellingsbuettel.de

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
07.00 bis 19.00 Uhr
Sonnabend
08.00 bis 14.00 Uhr

Montag bis Freitag
07.00 bis 19.00 Uhr

Barrierefreie Zugänge und kostenlose Parkplätze.
Alle Preise sind – gültig bis 31.12.2010 – Barpreise und im Voraus zu entrichten.



Saunieren, aber richtig!

Saunagänge entschlacken und stärken die Immunabwehr des Körpers. Immer mehr Menschen gehen nahezu regelmäßig in die Sauna, um ihrem Körper etwas Gutes zu tun oder einfach mal wieder richtig abzuschalten. Doch für den Körper ist die Schwitzkammer alles andere als eine Auszeit: Der ist damit beschäftigt, Wasserhaushalt im Einklang zu behalten und arbeitet auf Hochtouren. Damit Sie Ihrem Körper nicht zu viel zumuten, hat das Alstertal-Magazin ein paar Tipps für Sie vorbereitet.

Rund 30 Millionen Menschen – 17 Millionen Männer und 13 Millionen Frauen – gehen in Deutschland mehr oder weniger regelmäßig in die Sauna, Tendenz steigend. Das hat eine Umfrage im Auftrag des Deutschen Sauna-Bundes ergeben. „Saunieren entschlackt nicht nur, sondern wirkt sich auch positiv auf das vegetative Nervensystem aus. Darüber hinaus stärkt es das Immunsystem“, erklärt Mike Römer, Präventionsberater der Techniker Krankenkasse (TK) in Sachsen. Auch das Hautbild lasse sich durch saunieren verbessern.

Während eines Heißluftbades erhöht sich die Körpertemperatur auf bis zu 39 Grad Celsius. Das führt zu einem künstlichen Fieber, und die extreme Wärme zerstört – wie bei echtem Fieber – vorhandene Krankheitserreger. Der Körper schwitzt und scheidet Wasser, Salz, Ballast- und Giftstoffe aus. Dadurch wirken Saunagänge und Dampfbäder reinigend auf den ganzen Organismus. Wer sich anschließend eiskalt abkühlt, steigert diesen Effekt sogar noch.

„Schon bevor sich der Durst bemerkbar macht, sollte man

ausreichend Flüssigkeit zu sich nehmen“, rät Römer. „Vor der Sauna auf Vorrat zu trinken, ist unnötig.“ Wer vor dem Saunieren schwer isst, mutet seinem Kreislauf einiges zu. Noch schlimmer ist es, mit gänzlich leerem Magen. Hier droht ein Kollaps. Eine Kleinigkeit wie zum Beispiel ein belegtes Brot reicht aus, um dies zu verhindern. Zwischen den Saunagängen keinesfalls essen – darin sind sich die Fachleute einig. Aber ob man auch nichts trinken soll, ist umstritten. Denn manche meinen, dass die Flüssigkeitszufuhr den Entschla-

ckungseffekt hemmt. Allerdings gilt nach dem Saunabesuch: Der Flüssigkeitsverlust durch das Schwitzen muss ausgeglichen werden – auch über den Durst hinaus. Wie viel Wasser man ausgeschwitzt hat, lässt sich relativ einfach ermitteln, weiß Mike Römer: „Vor und nach der Sauna unbedeckt auf die Waage gehen. Die verlorenen Kilos entsprechen ungefähr den Litern fehlender Flüssigkeit.“ Als Getränk eignet sich am besten Mineralwasser. Es führt dem Körper verlorene Nährstoffe wieder zu und enthält keine unnötigen Kalorien.

Dr. Angela Stahl über die Verbindung von Schulmedizin mit TCM

„Oft kann nur die ganzheitliche Medizin helfen“

Die Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie **Dr. Angela Stahl** praktiziert die ganzheitliche Therapie. Dabei hat sie sich auf die **Traditionelle Chinesische Medizin** spezialisiert. Das Alstertal-Magazin sprach mit ihr über diese Wissenschaft und die Volkskrankheit „Burn-out“.



Dr. Angela Stahl: „Oftmals hilft im Krankheitsfall nur eine Kombination aus Schulmedizin, Psychotherapie und Naturheilverfahren.“

Alstertal-Magazin: Was versteht man unter der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)?

Dr. Angela Stahl: Bei der TCM handelt es sich um eine ganzheitliche Medizin, die den Menschen in seiner Ganzheit und als Teil des Kosmos insgesamt versteht und sämtliche Lebensfunktionen zueinander in vielerlei kybernetische Beziehungen setzt. Wenn ein Mensch erkrankt, hält die TCM im Gegensatz zur westlichen keine Messapparate bereit, sondern versucht, die entgleisten Lebensfunktionen im Gesamtkontext ihrer Wirkung zu bewerten (plus Zungen- und Pulsdiagnose) und vor dem Hintergrund der fünf Funktionskreise und der energetischen Qualität yin und yang zu verstehen; beides stellt die Grundlage für die diagnostische Einschätzung dar. Die fünf Funktionskreise sind den fünf Organsystemen zugeordnet, wobei jedes wiederum ein yin- und einen yang-Aspekt hat. Die Organsysteme sind nunmehr

über die Akupunkturpunkte, die über die zugeordneten Meridiane erreichbar sind, behandelbar. Bei der Behandlung kommen der Anwendung chinesischer Arzneimittel und dem Einhalten von chinesischer Diätetik neben der Akupunktur eine große Bedeutung zu.

Das Ganze verknüpfen Sie mit der Schulmedizin. Warum?

Nur eine Medizin, die sowohl den körperlichen wie auch den physischen, psychischen und spirituellen Gegebenheiten eines Menschen gerecht wird, kann auf Dauer zu einer Heilung oder Besserung führen. Dies spiegelt sich in meinem Logo wider mit einem Dreieck in der Mitte, das für die Stabilität zwischen Schulmedizin, Psychotherapie und Naturheilverfahren – eingebettet in die chinesische Denkweise – steht. Diese Art der Behandlung ist sehr zeitintensiv.

Welche Ausbildung absolvierten Sie, um so vielseitig zu behandeln?

Ich bin Nervenfachärztin und habe ein zweites Hochschulstudium in TCM abgeschlossen. Die üblichen Zusatzausbildungen für Psychotherapie, Naturheilverfahren und Ernährungsmedizin an der Ärztekammer sind für mich ein wichtiges Zuwerk, um meine Patienten auf allen Ebenen ihres Seins besser verstehen zu können.

Sie therapieren u.a. das Burn-out-Syndrom mit der TCM.

Stimmt, das Burn-out-Syndrom entsteht durch das jahrelange Zusammenwirken von materiellen, psychosomatischen und psychosozialen/energetischen krankmachenden Faktoren. Vielfältige Beziehungsmuster, die bei der Entwicklung und Entstehung von Krankheit eine Rolle spielen, kommen hier zum Tragen. Einer schweren chroni-

schon Überforderung folgt i.d.R. eine seelische Erschöpfung. Perfektionismus, Omnipotenzgefühle, mangelnde Selbstsicherheit und Leistungsdruck folgen inneren Mustern, die uns schon seit unserer Kindheit begleiten. Die seelische Erschöpfung ist gefolgt von einer schweren körperlichen Erschöpfung mit vielen Somatisierungen. Auch laborchemisch lassen sich einige Parameter bestimmen, die einen indirekten Hinweis auf die Schwere und das Ausmaß der psychosomatischen Burn-outs geben. Traditionell chinesisch spielen beim Burn-out neben einer Leber-qi-Strangulation vor allem eine Depletio des qi lienale (Mitten-qi-Mangel) und eine depletio des yin renale (nierenyin-Mangel) eine große Rolle.

Wie behandeln Sie Burn-out-Patienten?

Wie schon geschildert, bedarf eine solide Therapie immer der Beachtung körperlicher, seelischer und energetischer Aspekte. Zunächst sollte ein Burn-out-Patient schulmedizinisch untersucht werden, denn nicht selten werden bestimmte funktionelle Abweichungen als Burn-out-Syndrom verstanden und nicht als Symptom einer beginnenden anderen Erkrankung erkannt. Laborchemische Parameter zeigen dann oftmals schon eine Konstellation, wie wir sie bei vielen Burn-out-Patienten vorfinden. Hierzu sind Spezialuntersuchungen notwendig,

die auch modernste Erkenntnisse aus der orthomolekularen Medizin und der Erforschung von nitrosativem Stress mit einbeziehen. Therapeutisch sollte dem Patienten nach einer schulmedizinisch fundierten Diagnostik ein Behandlungsangebot unterbreitet werden, das neben einer psychosomatischen Aufarbeitung früherer Erlebnismuster und der Analyse der Burn-out-Syndrom auslösenden Faktoren auch die Möglichkeit moderner westlicher Naturheilverfahren, westlicher physikalischer Therapie und der TCM beinhaltet. Neueste Studien sind veröffentlicht, die eine Spezialtherapie der chronischen Erschöpfung (vor allem bei MS) insbesondere auch zu Hause und ohne viele Laufwege bzw. Arztbesuche beschreiben. Diesbezüglich berate ich meine Patienten ausführlich. Ich gehöre einer international forschenden Ärztegemeinschaft an, die sich mit diesen Fragen ständig beschäftigt.

Ich merke, Sie üben Ihren Beruf mit intensiver Leidenschaft aus. Wie schützen Sie sich selbst vor chronischer Erschöpfung?

Manager, Lehrer und Ärzte gehören vor allem zu denen, die von der chronischen Erschöpfung betroffen sein können. Einen Ausgleich zu meinem Beruf finde ich beim Musizieren, Lesen und Sporttreiben; das ist meine persönliche Burn-out-Prophylaxe. ck

Neurologie und Psychiatrie

Psychotherapeutin • Naturheilverfahren • Ernährungsmedizin •

Akupunktur TCM (abgeschlossenes Hochschulstudium in Traditioneller Chinesischer Medizin, Universität Witten/Herdecke mit CPC-Zertifikat)

Rathausallee 7-9 • 22846 Norderstedt • Tel. 040/35 96 98 00

Fax 040/35 96 98 099 kontakt@stahl-nerven.de www.stahl-nerven.de
im Therapiezentrum für Chinesische Medizin

Dr. med. Angela Stahl ist Studiogast bei GesundTV.
Zu sehen auf AlsterTV.de

Neu!



ALSTER TV



Anzeige

Ergotherapie

Für Kinder und Erwachsene



Sabine Berndt: Kompetenz auf dem Gebiet der Ergotherapie.

In den Praxen Hamburg und Henstedt-Ulzburg arbeiten engagierte Fachkräfte, die sich mit Entwicklungs- und Verhaltensauffälligkeiten sowie Lernstörungen bei Kindern beschäftigen. „Unsere Tätigkeitsfelder umfassen

die Bereiche Pädiatrie (Kinder), Neurologie, Orthopädie, Geriatrie und Psychiatrie“, erklärt Ergotherapeutin und Psychotherapeutin (HP) Sabine Berndt. „Ihr Ziel ist es, nicht vorhandene bzw. verloren gegangene körperliche, psychische oder kognitive Funktionen wiederherzustellen oder zu fördern, damit die Betroffenen größtmögliche Selbstständigkeit erreichen und wieder in das häusliche und soziale Umfeld integriert werden können.“ Hierbei werden nicht nur Angehörige des Patienten, sondern auch seine behandelnden Ärzte, Lehrer oder Erzieher in das multimodale Gesamtkonzept der zertifizierten Praxis mit einbezogen, um eine effektive Therapie sowie einen anhaltenden Behandlungserfolg zu gewährleisten.

Therapiezentrum Fuhlsbüttel

Sabine Berndt
Ergotherapeutin und Psychotherapeutin (HP)
Etzestr. 64 • 22335 Hamburg
Tel.: 040/ 59 55 52 • Fax: 040/ 59 35 16 51
www.ergo-berndt.de

Jünger aussehen, festere Konturen, eine schlanke und straffe Körpersilhouette

- gezielter Fettabbau (Ultraschall)
- Gewebstraffung • Bodyforming
- Lipomassage • Cellulitebehandlung (LPG)
- Mikrodermabrasion • Reviderm-System
- Liftmassage (LPG) Gesicht

Sylvia M. Bickmeier
Maria-Louisen-Str. 43
Tel. 040 / 34 83 31 52



Praxis für Neurochirurgie

Dr. Amir Mofid & Siamak Radmehr

Nackenbeschwerden?
Rückenschmerzen?

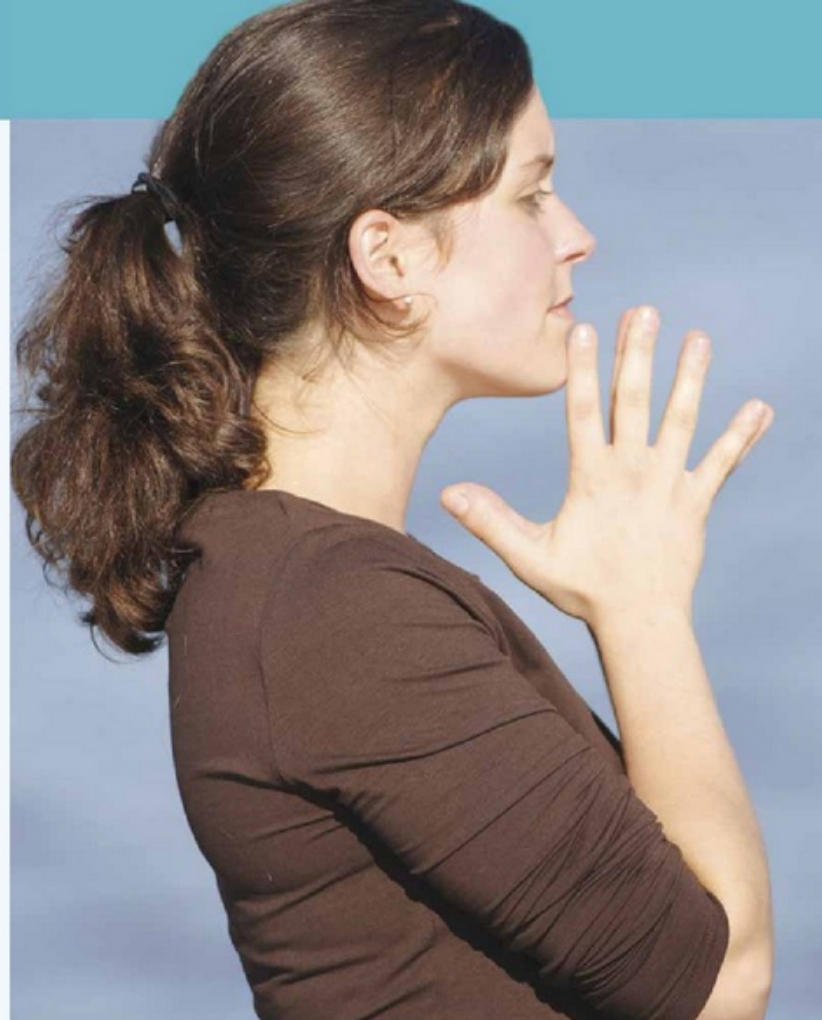
Wirbelsäulenprobleme?
Kribbeln und Taubheitsgefühl?

Die Beschwerden und Symptome sind vielseitig und können verschiedene Ursachen haben. In unserer Praxis werden Sie ausführlich beraten und mit Hilfe moderner Methoden und hochwertiger Technik behandelt.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Poppenbütteler Chaussee 37 22397 Hamburg (Duvenstedt)
Tel. 040 - 611 68 38 80 www.neurochirurgie-duvenstedt.de



Wetterfähigkeit:

Hilfe für Wettergeplagte

Wechselhaftes Wetter kann bei vielen Menschen Körper und Psyche beeinflussen und zu Befindlichkeitsstörungen führen. Doch man ist nicht gänzlich schutzlos den Einflüssen der Atmosphäre ausgesetzt, sondern kann selbst etwas für das eigene Wohlbefinden tun.

Atmosphärische Einflüsse

Rund die Hälfte aller Deutschen glaubt Umfragen zufolge, wetterfühliger zu sein und klagt über Schmerzen oder Krankheitssymptome. Etwa ein Drittel aller Wetterfühligeren wird von den Witterungseinflüssen so stark beeinträchtigt, dass die tägliche Arbeit darunter leidet.

Dass das Wetter starken Einfluss auf den Organismus hat, ist wissenschaftlich erwiesen. Neben Luftdruckschwankungen sind die Forscher weiteren Phänomenen

auf der Spur, die Wetterfähigkeit auslösen könnten. Zu nennen sind in diesem Zusammenhang sogenannte Sferics, Kelvin-Helmholtz-Wellen oder alpine Fallwinde (Föhn).

Bei Wetterfühligkeit handelt es sich nach Erkenntnissen der Medizin nicht um eine Krankheit, sondern um eine Befindlichkeitsstörung. Denn auch bei gründlicher Untersuchung können Ärzte zumeist keine krankhaften organischen Veränderungen feststellen.

Wetterfühligkeitstypen

Viele Menschen fühlen sich schlechter, wenn der Druck in der Atmosphäre fällt. Kein Wunder, denn schließlich lastet auf einem Erwachsenen Luft von durchschnittlich knapp 20 Tonnen Gewicht, das je nach Wetterlage innerhalb weniger Stunden um etwa eine halbe Tonne ab- und wieder zunehmen kann. Gesunde Menschen verkraften das problemlos, ältere und kranke reagieren wesentlich sensibler, Frauen stärker als Männer.

Die Forschung unterscheidet neben den sogenannten Wetterreaktiven, die praktisch nichts von den wechselnden Wetterlagen mitbekommen, die Wetterempfindlichen. Dabei reagieren wetterfähige Personen sensibel auf Wetterumschwünge mit spürbaren Symptomen wie Müdigkeit, Kopfdruck oder Konzentrationschwäche.

Wetterempfindliche Menschen haben aber schon einen geschwächten Organismus, der kaum noch kompensieren kann. Hierunter zählt man beispielsweise chronisch Kranke, Herzpatienten, Personen mit

Rheuma oder Asthma. Bestimmte Wetterlagen können Schübe bei chronischen Erkrankungen, Narbenschmerzen oder Herzbeschwerden verstärken.

Hilfe für Wetterfähige

Wenn Sie durch Ihre Wetterfühligkeit stark beeinträchtigt sind, sollten Sie sich von Ihrem Hausarzt bzw. Ihrer Hausärztin untersuchen und beraten lassen. Sie können aber auch selbst gegen die persönliche Wetterfühligkeit aktiv werden. Übergewicht fördert beispielsweise die Wetterbeschwerden ebenso wie Stress oder mangelnde Bewegung im Freien.

Die wichtigsten Tipps:

- Härten Sie sich ab (Wechselduschen, Kneippsche Bäder, Sauna).
- Halten Sie sich oft im Freien auf.
- Lüften Sie regelmäßig.
- Achten Sie auf eine vielseitige, vitaminreiche Ernährung.
- Trinken Sie ausreichend.
- Machen Sie Ausdauersport.
- Sorgen Sie für genügend Schlaf.
- Vermeiden Sie Stress.
- Verzichten Sie auf Alkohol und Nikotin.

Anzeige

Wieder frische, strahlende Augen



Dr. Jürgen Tacke erklärt, wie Augen wieder frisch und wach wirken.

Unsere Augen sind immer im Blickpunkt. Die Haut rund um die Augen ist besonders zart und wird dadurch schneller faltig. Beim Gegenüber entsteht ein müder, trauriger Eindruck. „Mit minimalen Behandlungen kann ein viel jüngeres Aussehen erzielt werden“, so der Hamburger Facharzt Dr. Jürgen Tacke. Die Methoden, die Augenpartie zu verjüngen, sind so individuell

wie die Augen. Nach einer sorgfältigen Analyse und vergleichbaren Vorher-Nachher-Fotos vereinbaren Patient und Facharzt die Behandlung. Je nach Befund werden der Hautüberschuss am Oberlid, kleine Fettpölsterchen oder Tränensäcke operativ entfernt. Tränenrinnen und unschöne Unterlider kann man oft ohne OP erstaunlich gut mit Hyaluron- oder Polymilchsäure verjüngen. Wichtig bei jeder Behandlung ist, dass das Gesicht insgesamt jünger aussieht. So können zudem Knitterfalten in den Augenwinkeln oder Steil-, bzw. Zornesfalten zwischen den Augen mit Botox™ geglättet werden. Nahezu alle Frauen berichten nach einer Verjüngung der Augenpartie von einer neuen, frischeren und aufgeweckten Ausstrahlung auf ihre Mitmenschen. „Das Geheimnis einer Behandlung ist“, erklärt der Facharzt Dr. Jürgen Tacke, „dass die Augenpartie ‚unoperiert‘ wirkt – natürlich jung und frisch.“ Mehr Informationen gibt es unter **Tel.: 35 01 99 60** und im Internet unter: **www.die-fachpraxis.de**.



HYPOXI-Weihnachtsangebot

The Beauty and the Beast

Sie müssen den inneren Schweinehund nicht überwinden, um eine gute Figur zu machen. Denn die angenehme Methode, um Ihre Figur in Form zu bringen, ist die HYPOXI-Therapie! Mit HYPOXI® ist es möglich, in acht Wochen bis zu zwei Kleidergrößen abzunehmen. Und das, ohne hungern zu müssen. Für den Erfolg sorgt ein moderates Fettverbrennungstraining sowie die gezielte Aktivierung der Problemzonen durch die HYPOXI-Therapiegeräte. Auf diese Weise lassen sich Pölsterchen an Bauch, Hüfte, Beinen und Po sichtbar reduzieren! Hautstraffung mit der Hypoxi-Methode heißt, Ihre Haut wird mit 400 Druckkammern angeregt und aktiviert. Schon nach wenigen Anwendungen bekommen Sie eine fühlbar und sichtbar straffere und glattere Haut.

Gutschein 

Bei Buchung einer 2 Monatskur HYPOXI schenken wir Ihnen bei Beginn vom 20.11.-15.12. einen Monat Hautstraffung gratis dazu. (Wert: 200€)

nur gegen Vorlage dieses Gutscheins, nur für Neukunden

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

HYPOXI
 design your body

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



DER GESUNDHEITSRATGEBER

Outdoor-Sport stärkt das Immunsystem – nur übertreiben sollte man es nicht.



DIE FACHPRAXIS

FÜR PLASTISCHE UND ÄSTHETISCHE CHIRURGIE

DR. JÜRGEN TACKE

DR. CYRUS BACHTIARI fachärzte für
plastische und ästhetische chirurgie

große bleichen 32 · 20354 **hamburg**

fon 040 - 350 199 60

info@die-fachpraxis.de



makel-los: botoxface^{lift}
macrolane^{falten}behandlung
polymilch&hyaluron^{säure}
nasenohrlidkorrektur^{brust}straffung
verkleinerung^{vergrößerung}
bauchdecken^{straffung}
fettabsaugung^{intim}chirurgie



www.die-fachpraxis.de

vdäpc · vereinigung der deutschen ästhetisch-plastischen chirurgen und
dgprac · deutsche gesellschaft der plastischen, rekonstruktiven und ästhetischen chirurgen

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

Die 5 größten Erkältungsfallen

Ständig erkältet und Sie wissen nicht, was Sie dagegen tun können? Das Alstertal-Magazin verrät die 5 besten Tipps, wie man den häufigsten Erkältungsfallen entgegensteuert.

1. Aufpassen beim Anfassen

Vorsicht während der Erkältungszeit beim Anfassen von Türgriffen, Telefonhörern, Tastaturen und Händegeben. Denn Erkältungsviren überleben auf der Haut, in der Luft und auf fast allen Materialien locker drei Stunden. Da sich jeder Mensch ganz unbewusst mehrmals in der Stunde an die Nase fasst oder die Augen reibt, gelan-

gen die Viren direkt oder über den Tränenkanal in die Nase – dorthin, wo sich die Erkältung entwickelt.

2. Schlecht dran mit wenig Schlaf

Etwa fünf Stunden Schlaf braucht das Immunsystem, um sich vollständig zu regenerieren. Bekommt man weniger, reduzieren sich Killer- und Helferzellen um die Hälfte

te. Bei der Disconacht kommen oft die Immunkiller Alkohol und Zigaretten dazu, bei einer schlaflosen Nacht aus Kummer der immunschwächende Faktor Stress.

3. Gefährlich: kalte Füße

In der kalten Jahreszeit bekommt man schnell kalte Füße und die Blutgefäße ziehen sich automatisch zusammen. Das bedeutet geringere Durchblutung, auch im Nasen-Rachen-Raum, und damit schlechter funktionierende Nasenschleimhaut: weniger angewärmte Luft, weniger Befeuchtung, verminderte Abwehrkraft.

4. Wenig trinken macht es Viren leicht

Während der kalten Monate trinken die meisten Menschen viel zu wenig, weil das Durstgefühl fehlt. Doch damit die Schleimhäute Erreger optimal abhalten können, müssen sie immer schön feucht sein. Und das sind sie nur mit ausreichend Flüssigkeit (ca. zwei Liter pro Tag).



Damit die Schleimhäute Erreger optimal abhalten können, sollten sie stets befeuchtet werden.

5. Achtung, Outdoor-Sport!

Schweißtreibendes Laufen durch kühlen Nebel macht nicht krank – im Gegenteil, Bewegung ist ein gutes Immuntraining. Aber: sofort danach umziehen. Herumstehen in nassen Kleidern strapaziert die Abwehr. Besonders belastend für das Immunsystem ist auch der Wechsel von eisig zu bullig warm. Auch übermäßiges Training ist schlecht. Es laugt das Immunsystem aus, deswegen sind Leistungssportler sehr anfällig für Infekte.

Anzeige

Osteopathie unterstützt den gesamten Körper

In der kalten Jahreszeit leiden viele Menschen an Infektionskrankheiten. Dies ist unter anderem die Folge der nasskalten Wetterbedingungen, die das Immunsystem so vorbelasten, dass Erreger wie Bakterien eine bessere Chance haben, unseren Körper zu besiedeln. Für den Osteopathen geht es also in der kalten Jahreszeit vornehmlich darum, das Immunsystem mit seinen gezielten Handgriffen zu unterstützen, indem er zum Beispiel für eine verbesserte Durchblutung der Leber sorgt. Die Leber ist nämlich unser wichtigstes Stoffwechselorgan und an mannigfaltigen körpereigenen Prozessen beteiligt. Unter anderem bildet sie auch das Eiweißgerüst der für unser Immunsystem so wichtigen Antikörper, die sogenannten Immunglobuline. Eine verbesserte Stoffwechselleistung der Leber infolge besserer Durchblutung, effektiverer lymphatischer Drainage und vermehrter Beweglichkeit wird also das Immunsystem nachhaltig stärken, ohne dass der Patient auf Medikamente zurückgreifen muss. Wenn Sie mehr über den Heilpraktiker



Als Heilpraktiker hat sich Alexander Mallok auf die Osteopathie spezialisiert.

Alexander Mallok oder seine Therapie erfahren wollen, rufen Sie unter **040.180 66 053** an oder informieren Sie sich unter **www.mallok-wiegleb.de**.

Anzeige

NATURHEILPRAXIS WALDDÖRFER
Heilpraktikerin Ellen Maria Hilgers

„Ihr Darm – Schlüssel zur Gesundheit?“ Vom Darm gehen vielfältige Leiden aus.



Durch jahrelange Ernährung mit industriell verarbeiteten und chemisch belasteten Lebensmitteln, sowie dem Missbrauch von Alkohol, Medikamenten und Nikotin, leidet der Darm erheblich. Die Bewegungstätigkeit ist reduziert, alte Nahrungsreste lagern sich ab und erschweren den Fluss des Darminhaltes. Abführmittel zerstören auf Dauer die Darmschleimhaut. Aus alledem kann neben unserer Zivilisationserscheinung, der „Verstopfung“, auch eine Selbstvergiftung des Körpers resultieren, die sich äußern kann in Müdigkeit, Konzentrationsmangel, Ängsten und Depressionen. Aber auch Infektionen, Entzündungen, Rheuma, Neurodermitis, Akne, Schuppen-

flechte, Migräne, Allergien, Herz-Kreislaufbeschwerden, Bluthochdruck und vieles mehr haben hier oft ihren Ursprung. Nach sorgfältiger Diagnose können durch die Anwendung von Darmspülungen in Verbindung mit entsprechender Medikation überraschende Ergebnisse erzielt werden. Neben der Irisdiagnose als diagnostisches Mittel, lege ich großen Wert auf pflanzliche Arzneien. Meist werden individuell abgestimmte Teemischungen, Tinkturen oder Salben eingesetzt, wodurch häufig noch bessere Heilerfolge erzielt werden können. Weitere Infos: www.naturheilpraxiswalddoerfer.de oder telefonisch unter: **60901828 Groten Hoff 6, 22359 Hamburg.**



Service-Wohnen
zwischen dem
Alsterlauf und AEZ



Forum Alstertal

Genießen Sie **altersgerechtes Wohnen**,
in **traumhafter** Lage und schönem Wohnambiente.
Hochqualitativ, sympathisch und DIN-zertifiziert.

Besuchen Sie uns **unverbindlich**,
wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Kritenborg 18 HH-Poppenbüttel 60 68 68 www.Forum-Alstertal.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. Föhnen	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 sozialhilfeberechtigt
- umfangreiche Dementenbetreuung

www.margarethenhof-hamburg.de



A&V Haus Duvenstedt

Ihr Pflegeheim in Duvenstedt bietet:

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




Redakteure kommen bei Ihnen vorbei!

Wir machen
Weihnachtsstimmung! 

Zur gemütlichen Jahreszeit hat sich das Alstertal-Magazin etwas ganz Besonderes ausgedacht: Seniorenheime der Region können sich melden, damit zwei Redakteure mit Geschichten und Gebäck bei ihnen ordentlich Weihnachtsstimmung verbreiten. Jetzt schnell bewerben!

Wenn die Tage kürzer und kälter werden, ist es seit jeher Brauch, dass sich die Menschen zusammenfinden und beim Schein des Feuers Geschichten erzählen. Die Anzahl derartiger Geschichten und Gedichte zur Weihnacht geht in die Tausende. Eine solche festliche Stimmung möchte das Alstertal-Magazin in einem Seniorenheim verbreiten. Am 28. November kommen die beiden Redakteure Mariëlle Rösler und Christian Luscher nachmittags

mit Geschichten und Gebäck im Gepäck vorbei, um die Vorfreude auf Weihnachten zu verstärken. Wer mitmachen möchte, schreibt einfach eine Postkarte mit dem Stichwort „Alstertal-Weihnachten“ an das Alstertal-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder sendet ein Fax an 538 9 30 11 – oder schreibt eine E-Mail an m.roesler@alster-net.de! Unsere Redakteure freuen sich auf einen festlichen Nachmittag!

Bewerben Sie sich
jetzt, und vielleicht
kommen die Alstertal-
Magazin-Redakteure
Mariëlle Rösler und
Christian Luscher auch
bei Ihnen vorbei!

Eine kleine Kostprobe

Als kleiner Vorgeschmack auf den Nachmittag soll
dieses Gedicht dienen, das dann sicher ebenfalls von
den Redakteuren vorgetragen werden wird!

Weihnachten bei den Großeltern

Heut' abend, als wir zu euch gingen,
da war in der Luft ein leises Klingen,
da war ein Rauschen, man wußt' nicht woher,
als ob man in einem Tannenwald wär,
da huschte vorüber und ging nicht aus
ein heimliches Leuchten von Haus zu Haus.
Der Mond kam über die Dächer gesprungen:
„Wohin noch so spät, ihr kleinen Jungen?
Ihr müßt ja zu Bett, was fällt euch ein?“
und lächelte uns an mit vollem Schein.

Da lachten wir wieder: „Du alter Klöner,
heut' abend ist alles anders und schöner.
Und glaubst du's nicht, kannst mit uns gehen,
da wirst du ein blaues Wunder sehn.“
Da sprang er leuchtend uns voran,
bei diesem Hause hielt er an.
Wir gingen hinein mit froher Begier,
und Klingen und Rauschen und Leuchten ist hier.

Jakob Loewenberg 1856-1929



SENIOR aktiv
Hamburg

Praktische Dinge fürs Leben

Geschenk-
ideen
zu
Weihnachten

Großstasten-Telefone, PCs 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



**Seniorenresidenz
Wellingsbüttel**

Ihr Stückchen
Friesland im Alstertal



- ③ Wohnqualität mit versierter Pflege
- ③ Stilvolles Ambiente mit privater Atmosphäre
- ③ Fachlich qualifiziertes Therapieangebot
- ③ Kurzzeitpflege & Probewohnen
- ③ Anerkannter Vertragspartner der Pflegekassen

Tel.: 040-640 90 9-0 Fax: -29

Waldingstr. 1 • 22391 Hamburg • www.seniorenresidenz-wellingsbuettel.de

OASIS Getränkemarkt
LIEFERSERVICE ☎ 538 69 67



Mitten im Herzen
von Bergstedt

Fröhlich
Senioren- und
Pflegepension GmbH



Mitglied im Bundesverband
privater Anbieter sozialer
Dienste e.V.

Sie sind auf der Suche
nach einem Pflegeplatz
in familiärer Umgebung?

Sprechen Sie uns
unverbindlich an!

Ihre Heike Fröhlich

Rodenbeker Str. 3-5 • 22395 Hamburg
Tel.: 040 - 60 44 11 -10 • Fax -21
E-Mail: mail@froehlich-im.net
Internet: www.froehlich-im.net

**SENIoren- und PFLEGEeinrichtung
HAUS HOQ'N DOR
HOMFELDT OHG**

Westerrönfeld – 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: 1,6
www.pflegelotse.de • www.heimverzeichnis.de

Ihre Ansprechpartner: - 101
Einrichtungsleitung: Jenny Patan
Leitende Pflegekraft: Angela Haack
Hauswirtschaftliche Betriebsleitung: Patricia Adams

Gerne senden wir Ihnen unsere
Informationsbroschüre zu!



Küchen mit Klasse

Moderne Kochrefugien kommen zunehmend großzügig, zeitlos und professionell daher: Hightech präsentiert sich im Designerkleid, Ebenmaß bestimmt die Optik. Schwäbisch Hall-Expertin Ingrid Lechner zeigt aktuelle Küchen-Trends.

Im Wohnraum Küche gewinnt das Design enorm an Bedeutung. Als Kochzentrum fungiert heute zu meist ein frei stehender Block. In ihn sind neben Kochfeldern und Spüle mittlerweile auch schon mal iPod-Dock oder Touchscreen-Monitor integriert. Bei den großen Elektrogeräten übertrumpfen sich die Hersteller geradezu mit wohlgestalteten Modellen.

Auf der anderen Seite sind integrierfähige Produkte gefragt, die optisch komplett in der Küche verschwinden. Was einst Profiköchen vorbehalten war, erobert heute die heimische Küche. Da wird das Geschirr in

Wärmeschubladen vorgewärmt, schnell und temperaturgenau auf Induktionsherden gebraten und schonend mit Dampf gegart. Letzteres passt zum Trend des gesunden Genießens. Denn der Dampfgarer erhält die unterschiedlichen Aromen, die Vitamine und den Eigengeschmack der Lebensmittel. Eine weitere wichtige Entwicklung geht in Richtung Automatik. Beim Backofen beispielsweise liefert sie schlichtweg ein perfektes Brat- oder Backergebnis. Ideal für jeden, der sich unsicher ist oder einfach unkompliziert kochen möchte. Ambitionierten Köchen geht das zwar

zu weit, aber auch sie schätzen es, wenn alles feinstufig regulierbar ist. In Sachen Sicherheit gilt eine Abschaltautomatik als unschlagbar. Komfort ist das eine, Ökonomie und Ökologie sind weitere Argumente für die Hightech-Küche. Die heutige Spülmaschinen-Generation zum Beispiel verfügt über moderne Sensortechnik. Damit ist sie imstande, ganz automatisch die Beladungsmenge und den Verschmutzungsgrad des Geschirrs zu erkennen und unter optimalem Einsatz von Energie, Wasser und Reinigungsmittel das passende Programm auszuwählen.



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



Wohnraum Küche: Offene Räume und klare Linien bestimmen heute das Bild.

Foto: Poggenpohl Plusmodo

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



GAEDKE

GRANIT MARMOR SANDSTEIN

GESTALTEN MIT NATURSTEIN

Küchenarbeitsplatten • Waschtische • Bäder
Fußböden • Terrassen • Treppen

Poppenbütteler Chaussee 81 • 22397 Hamburg-Duvenstedt
Telefon 607 66 00 • Fax 60 76 60 14
info@gaedke-naturstein.de • www.gaedke-naturstein.de



Inspirierende Küchen für hohe Ansprüche.



50 Jahre
grifflose Küchen

1960
2010
SieMatic

Vor **50** Jahren hat SieMatic die erste **GRIFFLÖSE KÜCHE** der Welt präsentiert.

Und weil das so gut passt, verlosen wir einen Mercedes-Benz **GLK**. Sie können mitmachen und gewinnen! Teilnahmekarten gibt es bei uns oder im Internet: www.siematic.de/glk



GLK zu gewinnen.

Abbildung ähnlich.

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



SPARDA IMMOBILIEN GMBH

**Durch die Bank
gut verkauft:**

Als 100%ige Tochter der Sparda-Bank Hamburg e.G. beraten wir Sie kompetent und seriös.

Besuchen Sie uns unverbindlich im Immobilien-Shop Heegberg 4 gegenüber vom AEZ!

Wir bieten Ihnen eine Verkaufswertschätzung Ihrer Immobilien für nur 199,- € an – bei Auftragserteilung ist diese Dienstleistung für Sie kostenlos!



Frau Brigitte Peschel und Frau Verena Radbruch freuen sich auf Ihren Besuch!

Heegberg 4, 22391 Hamburg
Tel. 040/38015-5942 oder 040/38015-5945

www.spardaimmobilien.de

**Bausachverständiger
für Schäden an Gebäuden**

Auch Ihnen muss geholfen werden?

- Kaufberatung bei Neu- u. Altbauten
- Energieberatung
- unabhängige Bauüberwachung
- Beratung in Bewertungsfragen
- Bau-Mediation



Im Ellernbusch 41b 22397 Hamburg
Tel. 040.6071108 info@stoltepartner.de

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



GUSTAFSEN & CO®

IMMOBILIEN · GEGRÜNDET 1931



Top sanierte Wohnanlage in HH

Bj. 1939/2008 u. 2009 top saniert, 15 WE, Balkone, NKM p. a. ca. € 110.050,-, KP € 1.820.000,-

ZINSHAUSABTEILUNG: 41 40 95 0
HOCHALLEE 2 · 20149 HAMBURG
WWW.GUSTAFSEN.DE



Wer eine Immobilie sein Eigen nennt, steht finanziell viel besser da. Das bestätigt erneut die Einkommens- und Verbrauchsstichprobe.

Höheres Vermögen durch Immobilien:

Wohlstand d vier Wände

Auswertung der Einkommens- und Verbraucherstichprobe ergibt: Wohneigentümer sind am Vorabend des Ruhestands fast sechsmal so vermögend wie Mieter. Aber auch ihr Geldvermögen ist deutlich höher!

Die Menschen in Deutschland haben im abgelaufenen Jahrzehnt ihr Privatvermögen weiter ausgebaut. Besonders gut abgesichert sind die Wohneigentümer, und zwar unabhängig vom Einkommen. Dies ist das Ergebnis einer Sonderauswertung der aktuellen Einkommens- und Verbrauchsstichprobe (EVS) 2008 des Statistischen

Bundesamtes, die vom Berliner Forschungsinstitut empirica im Auftrag der Landesbausparkassen (LBS) durchgeführt wurde. Danach haben 50- bis 59-jährige Eigentümer-Haushalte mit einem Nettoeinkommen zwischen 1.700 und 2.300 Euro pro Monat immerhin doppelt so hohe Geldvermögen wie die Mieter der gleichen Alters- und Ein-



TUDSEN

IMMOBILIEN

EIN AUSZUG AUS UNSEREM AKTUELLEN ANGEBOT:

KAPITALANLAGE .

Vermietete Wohnung Bj. 2000 in sehr reizvoller Lage von Großhansdorf nahe U-Bahn / Ortskern. Etwa 103 m² Wohnfl. Großzügig und hochwertig ausgestattet. NME € 9.789,-, KP € 195.782,-. Zwei weitere Wohnungen verfügbar.

VOLKSDORF .

Eigentumswohnung am Volksdorfer Ortskern. Etwa 111 m² Wohnfl. im I. OG mit SW-Balkon. Großzügige Räume. Alles sehr gepflegt mit weißem Bad und weißer Küche, Einbauten, SW Balkon. TG. € 300.000,-

BERGSTEDT .

Ein großzügiges Walmdachhaus. Etwa 176 m² Wohnfl. Eingangshalle mit Kamin und Empore, ein weiterer Kamin im Wohnbereich. Hochwertige Küche mit Granit-Arbeitsplatte. Zwei Bäder. Alles sehr gepflegt. 1.380 m² Grdst. mit schönen Rhododendren. Doppelgarage. € 445.000,-

WELLINGSBÜTTEL .

Erstbezug. Hochwertige Wohnung in erstklassiger Wohnlage Bj.2010. Etwa 188 m² Wohnfläche im I. OG (Endetage). Parkett, hohe Decken, Rollläden. 3 Balkone, Fahrstuhl. Erdwärme, KFW 40. Ausstattung nach Ihren Wünschen. Großes Süd-Grdst. € 789.000,- / TG á € 14.000,-

WELLINGSBÜTTEL .

Villa unter Reet. Etwa 350 m² mit dem besonderen Charme alter Häuser. Eingangshalle mit wunderschöner Treppenanlage, hohe Wohnhalle, 2 Kamine, Bulthaup-Küche. 1.000 m² Grundstück. Zwei Garagenstellplätze. € 1.075.000,-

... UND NOCH VIEL MEHR .

Gern informieren wir Sie über weitere Angebote.

GESUCHT !

Unser Kunde sucht dringend in Volksdorf aufgrund eines Verkaufes eine EG Wohnung, ein Reihenhaus oder eine Haushälfte. Wohnfläche 95 – 120 m². Kaufpreis bis € 330.000,-

GESUCHT !

Unser Kunde sucht ein Einfamilienhaus in Volksdorf ab 120 m² Wohnfläche, Renovierungsbedarf kein Problem. Grundstücksgröße um 1.000 m². Kaufpreis je nach Zustand bis maximal € 650.000,-

040 / 609 019 30 www.tudsen.de

TUDSEN IMMOBILIEN Eulenkrugstr. 7 22359 Hamburg

urch eigene

kommensklasse. Das Gesamtvermögen – einschließlich der Immobilien – ist sogar fast sechsmal so hoch (vgl. Grafik).

Geldvermögen: bei Immobilien-Besitzern höher!

Im Rahmen der Einkommens- und Verbrauchsstichprobe (EVS) befragt das Statistische Bundesamt alle fünf Jahre private Haushalte zu ihren Einnahmen und Ausgaben, zur Vermögensbildung, zur Ausstattung mit Gebrauchsgütern und zur Wohnsituation. Die jüngste EVS wurde im Jahr 2008 erhoben. Wie LBS Research ergänzend mitteilt, haben Wohneigentümer wenige Jahre vor dem Eintritt

in den Ruhestand selbst nach Abzug der noch vorhandenen Baukredite im Schnitt gleich viel Geldvermögen wie Mieter. Die Immobilie ist demnach bereits im Alter von durchschnittlich 55 Jahren im Ergebnis mit ihrem vollen Wert „zusätzliches“ Vermögen im Vergleich zu der Vermögenssituation von Mietern, so die Forscher.

Zusätzliches Vermögen

Bemerkenswert ist nach Auskunft der LBS-Experten darüber hinaus, dass die Struktur der Geldvermögen von Eigentümern relativ risikoärmer als bei Mietern ist. Wohneigen-

Fortsetzung auf Seite 82

Wohlstand durch eigene vier Wände

Fortsetzung von Seite 81

tümer besitzen nämlich nach der Statistik anteilig vor allem weniger Aktien, dafür aber

mehr Fest- und Termingelder sowie höhere Lebensversicherungs- und Bausparguthaben als nach Alter und Einkommen vergleichbare Mieterhaushalte. Die herausragende Bedeutung der eigenen vier Wände als private Altersvorsorge wird

laut LBS Research aus einer weiteren Analyse der Berliner Forscher deutlich: Selbst bei voller Ausschöpfung der Möglichkeiten der Riester-Geldrente ist deren Kapitalwert nämlich im Durchschnitt allenfalls gut halb so hoch wie der Kapital-

wert der in dieser mittleren Einkommensklasse aufgebauten Immobilienvermögen, so die Berechnungen von empirica.

Weniger Risiko, mehr Wohlstand

Noch deutlicher sind die Vermögensunterschiede von Eigentümern und Mietern, so die LBS-Experten, wenn man die soziodemografischen Unterschiede von Mietern und Eigentümern unberücksichtigt lässt, also insbesondere die Tatsache, dass Wohneigentümerhaushalte tendenziell größer und einkommensstärker sind. So lag im Jahre 2008 das durchschnittliche Bruttogesamtvermögen aller Wohneigentümer in den neuen Bundesländern bei über 160.000 Euro und damit rund siebenmal so hoch wie das der Mieterhaushalte. Im ehemaligen Bundesgebiet belief sich das Gesamtvermögen der Selbstnutzer sogar auf gut 300.000 Euro, rund achtmal so viel wie bei den Mietern.

Wohneigentum schafft Sicherheit im Alter

Netto-Vermögen am Vorabend des Ruhestandes (2008)

50-59-jährige Haushalte mit Netto-Monatseinkommen von 1.700 bis 2.300 Euro



Quelle: empirica/LBS Research; Grafik: info@vrt.

Wohneigentum scheint den Wohlstand zu mehren – das legt diese Auswertung nahe.

KfW-Darlehen 0,15% günstiger!

Sichern Sie sich 0,15% Zins-Rabatt auf Ihr KfW-Darlehen!

- KfW-Wohneigentumsprogramm Nr. 124
- Energieeffizient Bauen Nr. 153
- Wohnraum Modernisieren Nr. 141

Exklusiv bei der ING-DiBa!

Gleich Termin vereinbaren:

Finanzagentur Porschen
Eekbusch 35a
22395 Hamburg
040-64505415
Ihr unabhängiger Finanzberater

Ein Partner der

95.070 **ING DiBa**



LGE

Landesgrunderwerb
Mecklenburg-Vorpommern GmbH



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

Ein eigenes Zuhause scheint für die meisten Deutschen noch ein erstrebenswertes Ziel zu sein.

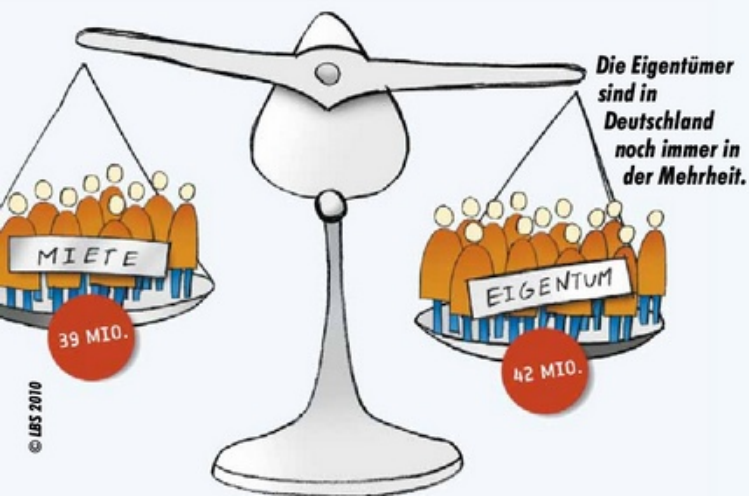


Foto: LBS

Mehrheit der Deutschen lebt im Eigenheim

In Deutschland wohnen mehr Menschen in den eigenen vier Wänden als zur Miete. Das ist das Ergebnis einer Untersuchung des Forschungsinstituts Empirica im Auftrag der LBS. Beim Wohneigentum nach Haushalten landet Deutschland im europäischen Vergleich mit einer Eigentümerquote von rund 43 Prozent regelmäßig auf den hinteren Plätzen. Die Auswertung der Wohnverhältnisse nach Köpfen zeigt jedoch ein anderes Bild: Demnach lebt auch hierzulande die Mehrheit im Eigenheim. In absoluten Zahlen stehen 42 Millionen Selbstnutzern etwa 39 Millionen Mieter gegenüber. Die personenbezogene Wohneigentumsquote liegt damit bei 52 Prozent. „Die Differenz der Quoten kommt zustande, weil Eigentümerhaushalte oft größer sind als Mieterhaushalte. Insbesondere Familien wohnen häufiger

in den eigenen vier Wänden“, sagt Joachim Klein von der LBS. Gleichzeitig ist unter Mietern der Wunsch nach einer eigenen Immobilie weit verbreitet: Laut einer Emnid-Umfrage würden 57 Prozent von ihnen lieber im eigenen Haus wohnen. Aus gutem Grund: Ein Eigenheim bringt ein Plus an Lebensqualität, ist auf lange Sicht günstiger als Mieten und stellt einen sicheren Baustein der Altersvorsorge dar. „Ist die Immobilie abbezahlt, haben Eigentümer im Rentenalter zudem deutlich mehr Geld zur Verfügung, denn sie sparen die Kaltmiete und müssen lediglich Nebenkosten zahlen“, sagt Klein. Seit 2008 fördert auch der Staat die Immobilie als Altersvorsorge mit dem Wohn-Riester. Damit fließen beim Erwerb des Eigenheims die gleichen Zulagen und Steuervorteile wie bei anderen Riester-Produkten.



Zielgerichteter Immobilienverkauf

Für Sie und Ihre Immobilie verwirklichen wir mit Einsatz aller relevanter Werbemedien, Verkaufstechniken und Markterfahrung den schnellen Verkauf Ihres Hauses, Grundstücks oder Wohnung zu

Spitzenpreisen!

BIBOW
Immobilien

kostenlose Erstberatung:
Bibow-Immobilien.de
Tel. 040 / 608 75 100

An der Reitbahn 5
22926 Ahrensburg

04102/70 66-0

HGK
HAMBURGER GRUNDSTÜCKSKONTOR
Wir bauen exklusive Häuser



- Individuelle Planung
- Massive Bauweise
- Hochwertige Ausstattung
- Verbindliche Bauzeit
- Festpreis Garantie
- Grundstücke aus eigenem Bestand

www.wir-bauen-exklusive-haeuser.de



DISKRETER

als viele andere Makler führen wir die uns anvertrauten Immobilienverkäufe zum Erfolg. Gern vermarkten wir – wie es uns oft gelingt – auch Ihre Immobilie zum bestmöglichen Preis binnen kurzer Zeit an vorgemerkte Interessenten aus unserer gut gepflegten Interessentenkartei. Ohne viele Bildanzeigen, ohne großes Verkaufsschild vor dem Haus und ohne eine Vielzahl lästiger Besichtigungen. Ganz gezielt. Sprechen Sie am besten gleich mit uns, denn so werden Sie

**MIT SICHERHEIT
GUT BERATEN!**

FRÜNDT
IMMOBILIEN

040 / 6001 6001

Internet: www.fruendt.de

IVD
RDM
VHH

HARKO
HAUS
maßgeschneidert



HARKOHAUS Neuhoff GmbH

Schmiedeweg 48*25436 Moorrege
Tel.: 04122 - 8590-0*Fax: 04122 - 8590-70

Individuelles Bauen



Wir bauen maßgeschneiderte Wohnhäuser aller Stilrichtungen nach Ihren Vorstellungen

www.harkohaus.de

Geldsparen mit Heimarbeit:

My Home is my Office

Sie hat gut lachen:
„Heimarbeiter“ können
vom Finanzamt deutlich
entlastet werden!

Zu Hause arbeiten, das wollen immer mehr berufstätige Menschen. Jetzt können sie dabei auch noch kräftig **Steuern sparen**. Vorausgesetzt, das Büro ist Mittelpunkt der beruflichen Tätigkeit. Keine Rolle spielt es, wie viel Zeit man darin verbringt. Verlockende Aussichten!

Verkauf von 4 Doppelhaushälften in Lemsahl-Mellingstedt inkl. voll unterkellert und einer Grundstücksgröße von ca. 325 – 380 qm



Sie wohnen familiengerecht im Grünen mit separater Spielfläche. Wir bieten hohen Wohnkomfort und niedrige Energiekosten durch Solar und Regenwasserspeicherung. Div. Extras, wie Staubsaugeranlage innen und außen, beste Wärmedämmung, Carport, Holzterrasse, Friesensteinwall + Multimedia-Anschluss, runden das Wohlfühlen ab!

Daten: 159 qm Wohn-Nutzfläche, s/w Lage, 5 – 6 Zimmer, Baujahr Sommer 2010, **Kaufpreis ab Euro 330.000,-**

Umfangreiche Informationen erhalten Interessenten unter: Nordmeyer & Partner, Huulkamp 14, 22397 Hamburg
Fon: 040 / 608 476-67 • Mobil: 0170 / 9061540 • E-mail: nordmeyer-partner@hamburg.de

Sie denken über den Verkauf Ihrer Immobilie nach?

Wir stehen Ihnen für ein unverbindliches Beratungsgespräch gern zur Verfügung!
Sprechen Sie uns einfach an!

ImmobilienCenter Hamburg/Ahrensburg
Karsten Schrick, Tel. 040/71000175755
www.s-immo.de



Sparkasse
Holstein

Wir schaffen Adressen:

PARK PALAIS WELLINGSBÜTTEL

ein Projekt der Pro Konzept Immobilien GmbH



„... glücklich ist, wer hier residieren darf.“

Einzigartige Neubau-Immobilien in feinsten Lagen

PRO
KONZEPT
IMMOBILIEN GMBH

Langenstücken 29, Hamburg
Telefon 0 40 / 6 36 03 69 4
www.prokonzeptimmobilien.de

ABEL IMMOBILIEN

Makler & Bauträger



Wir suchen Häuser und Grundstücke
6000 91 60 • abel-immo.de

SCHAARSCHMIDT
IMMOBILIEN
OBJEKTENTWICKLUNG

- Wir modernisieren und optimieren Ihre Immobilie vor Vermietung oder Verkauf – auf Wunsch mit Energieberatung und Energieausweis.
- Objektaufarbeitung und Pflege als verkaufsbegleitende Maßnahmen. Wir beraten Sie gern – rufen Sie uns an: **Tel. 608 04 88**

Oliver Schaarschmidt GmbH, Sarenweg 104, 22397 Hamburg,
www.schaarschmidt-immobilien.de - Immobilienmakler und Bauunternehmer seit 1989

Über zwei Millionen Deutsche arbeiten hauptberuflich vom heimischen Schreibtisch aus, mehr als sechs Millionen tun es nebenberuflich. Unter Lehrern, aber auch Freiberuflern und Kreativen, ist die Arbeit im Home-Office mittlerweile weit verbreitet. Denn dank moderner Kommunikationstechniken ist nicht mehr der Ort entscheidend, Mobilität ist gefragt. Als Steuerzahler können „Heimwerker“ beim Arbeitszimmer kräftig sparen. Sie sollten bei der Einrichtung ihres Büros jedoch die Vorgaben des Finanzamts beachten, denn das prüft schon mal, ob alles mit rechten Dingen zugeht. Und da gilt: „Ein Arbeitszimmer muss ein separater Raum sein, der auch ausschließlich für diesen Zweck genutzt wird“, so Expertin Iris Laduch-Reichelt von der BHW Bausparkasse. „Ein Schreibtisch im Wohn- oder Schlafzimmer ist kein Büro im steuerlichen Sinne.“

Das muss durch eine Tür von den privaten Räumen getrennt sein.“ Durchgangszimmer zu anderen Wohnbereichen fallen bei der Prüfung also ebenfalls durch. Immerhin: Einzelne Möbel wie Schreibtisch oder Drehstuhl sind bis zu einem Kaufpreis von 410 Euro brutto absetzbar, wenn sie beruflichen Zwecken dienen. Die können dann auch gern im Wohnzimmer stehen.

Das Home-Office als Steuerparadies?

Das Bundesverfassungsgericht hat jetzt entschieden, dass Arbeitszimmer auch dann steuerlich abgesetzt werden dürfen, wenn der Berufstätige weniger als die Hälfte seiner Arbeitszeit im häuslichen Büro verbringt. So kommen mehr „Hausarbeiter“ als zuvor in den Genuss von Steuererleichterungen. „Die Einrichtung des Home-Office muss aber zwingend erforderlich sein,



Ein zu Hause eingerichtetes Büro ist nicht nur praktisch, mit ihm lässt sich auch bares Geld sparen!

weil zum Beispiel der Arbeitgeber keinen geeigneten Platz zur Verfügung stellen kann“, so BHW-Expertin Laduch-Reichelt. „Vor allem Nebenjobber, Außendienstler und Lehrer können so bis zu 1.250 Euro im Jahr steuerlich absetzen.“ Wer mehr als 90 Prozent seiner Arbeitszeit im heimischen Büro schuftet, darf seine Kosten ohne jegliche Beschränkung geltend machen.

Info: Arbeitszimmer sind entsprechend dem Anteil an der Gesamtwohnung abzusetzen. Bei einem Büro von 15 Quadratmetern in einer Wohnung mit 100 Quadratmetern Gesamtfläche dürfen 15 Prozent der Ausgaben geltend gemacht werden. Absetzbare Kosten sind die anteilige Miete, Versicherungen, Neben- und Reinigungskosten sowie Mobiliar und Büroausstattung.



Die letzten Öffnungstermine 2010



Besuchen Sie unser Musterhaus

Unser Musterhaus in Hamburg-Ohlstedt macht für Sie sichtbar und erlebbar, was wir unter zeitgemäßer Architektur zum Wohlfühlen verstehen. Nutzen Sie die letzten Öffnungstermine in diesem Jahr und besuchen Sie uns. Wir beraten Sie individuell und unverbindlich.

Bredenbekhörn 22, in HH-Wohldorf-Ohlstedt
am Sonntag, 21. und 28. Nov. und am 05. Dez.
von 15:00 - 17:00 Uhr

Gebr. Mollwitz Massivbau GmbH, Bahnhofstr.7, 22941 Bargtheide
Tel. 04532-2066-0, Fax 04532-2066-22

www.mollwitz.de

Trumm



Wellingsbüttel - Nähe Alsterwanderweg

Neubau-Villa auf absolut ruhigem und idyllischem Traumgrundstück.
Wohnfläche ca. 250 m², repräsentatives Wohnkonzept, Vollkeller.
Bezug Mitte 2011! Verwirklichen Sie mit uns Ihre Träume in der Straße
Barkenkamp Nr. 8 - die Top-Lage im schönen Wellingsbüttel !!

Bauträger & Makler seit 1978 ■ www.TrummImmobilien.de ■ ☎ 59 61 00

LAPIS Projektentwicklung e.K.

Partner der Elbe-Haus® GmbH in Hamburg



So will ich bauen.

Wir suchen Häuser und Grundstücke

Hummelsbüttler Hauptstraße 103
Tel.: 040/339 851 60, info@lapis-projekt.de
Mehr Info unter www.lapis-projekt.de



Grafiken: LBS/Tomitek

Urteile um die Immobilie

Abschied im Streit

Das Alstertal-Magazin präsentiert auf seinen Immobilienseiten in lockerer Reihenfolge aktuelle Urteile zur Rechtsprechung rund um die Immobilie. Diesmal geht es darum, was für Mieter und Vermieter schiefeht, wenn ein **Mietverhältnis einmal dem Ende zugeht!**

Wohnen

Wohn-Immobilien

Jetzt wird's gemütlich!

1. Poppenbüttel

Grundstück mit Altbestand, ca. 1.319 m², Westausrichtung, W10, GRZ 0,2, ideal beispielsweise für Einzel- und Doppelhaus
Kaufpreis: € 430.000,-

2. Meiendorf

Einfamilienhaus, Baujahr 1968, ca. 140 m² Wohnfläche, 5 Zimmer, ca. 1.059 m² Grundstück, Teilkeller, Einzelgarage
Kaufpreis: € 280.000,-

3. Meiendorf

Endetagenwohnung, Baujahr 1983, ca. 112 m² Wohnfläche, 2 Zimmer, 3. OG ohne Lift, große Dachterrasse, Galerie, Stellplatz
Kaufpreis: € 195.000,-

4. Sasel

Eigentumswohnung, Baujahr 1968, ca. 69 m² Wohnfläche, 3 Zimmer, 2. OG/Endetage, sonnige Loggia, Tiefgarage, Nähe Saseler Markt
Kaufpreis: € 140.000,-



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

Manchmal gibt es 20, 30 Jahre lang keine Probleme zwischen Eigentümern und Mietern. Die Zahlungen werden pünktlich geleistet, die Nebenkostenabrechnungen sind stets korrekt und auch sonst ist nichts zu beanstanden. Dann aber kommt der Tag der Trennung: Der Mieter zieht aus – und ausgerechnet dann kracht es unter den Vertragspartnern. Derartige Fälle sind vor deutschen Gerichten gar nicht so selten!

Jetzt aber raus!

Was geschieht eigentlich, wenn es ein Mieter nicht rechtzeitig schafft, die Wohnung zum vereinbarten Zeitpunkt zu verlassen? Im konkreten Fall hatte eine Frau das Objekt erst Mitte Mai und nicht schon – wie versprochen – Ende April geräumt. Der Eigentümer forderte die Miete für den kompletten Monat Mai. Doch der Bundesgerichtshof (Aktenzeichen VIII ZR 57/05) widersprach dem eindeutig. Die Nutzungsentschä-

Fortsetzung auf Seite 88



Duvenstedt



Schönes Fachwerkhaus mit Reetdach, Baujahr 1988, ca. 170 m² Wohnfl. zzgl. Vollkeller mit Sauna + Bad, 4 großzügige Zimmer, traumhaft schönes 2.160 m² Grundstück, € 880.000,-

Bestlage Sasel



8-Zimmer-Ein-/Zweifamilienhaus mit Insges. ca. 260 m² Wohnfl. + Vollkeller + Ausbaureserve, 2 Voll- und Duscbäder, Baujahr 1996, Garage, 1.016 m² SW-Grundstück, € 675.000,-

Bergstedt



4-Zimmer-Penthouse-Wohnung im 2. Stock mit ca. 120 m² Wohnfl., Baujahr 2000, 2 Bäder, schöne Dachterrassen, ruhige Sackgassenlage, incl. TG-Stellplatz, € 320.000,-

Duvenstedt



8-Zimmer Einfamilienhaus mit über 250 m² Wohnfl., voll unterkellert, Sauna, Innenpool, Komfort-EBK, Bj. '78 + 99, Kamin, Doppelgarage, 961 m² Grundstück in Sackgassenlage, € 515.000,-

Lassen Sie sich durch unser umfangreiches Angebot an attraktiven Miet- und Eigentumswohnungen, Einzelhäusern oder exklusiven Villen in schönster Wohnlage verführen. Unsere langjährige Erfahrung sichert Ihnen die vertrauensvolle, seriöse Abwicklung und Angebotsqualität. Für die unverbindliche Markteinschätzung Ihrer Immobilie stehen wir Ihnen sehr gern zur Verfügung. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

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



Eine Arztfamilie sucht ein EFH in Klein Borstel, Wellingsb., Sasel, Hummelsb. o. Poppenb. mit mind. 140 m² Wohnfl. und mind. 550 m² Grdst.,

KP: max. EUR 530.000,-



Sasel, EFH, Bj. 1992, ca. 129 m² Wohnfl., 4 Zi., EBK, Vollbad + G-WC, Kamin, Fußbodenhgz., VK m. wohnl. nutz. Fläche, ca. 565 m² Grdst., Garage,

KP: Verkauft



Ein Ehepaar m. 2 Kindern aus Sasel sucht eine Kaffeemühle in Volksdorf, Sasel o. Duvenst. mit ca. 200 m² Wohnfl. und ca. 700 m² Grdst.,

KP: max. EUR 700.000,-



Wellingsbüttel, EFH, Bj. 1973, ca. 200 m² Wohnfl., 6,5 Zi., EBK, 3 Bäder sowie G-WC, Kamin, Balkon, Vollkeller, ca. 1.039 m² Grdst., Doppel-TG,

KP: Verkauft



Sympathische Patchworkfamilie aus Volksdorf sucht eine DHH o. ein EFH ab ca. 110 m² Wohnfl. in Lemsahl, Sasel, Volksd., Bergst. o. Poppenb.,

KP: max. EUR 300.000,-

HAMBURG-ALSTERTAL
 TEL. 040 - 53 05 43-0
 AUCH AM WOCHELENDE

wohnen besser gemacht



Beste Wohnlage in Duvenstedt

Neubauprojekt provisionsfrei, zwei Vollgeschosse, Fußbodenheizung, Südausrichtung, fortschrittliche Haustechnik mit erstklassiger Architektur, Vollkeller

Grundstücke 210-540m², Wohnfläche ca. 130m²

KP ab € 325.000,00

stolte & partner
 planungs- und ingenieurbüro

Tel. 040.6071108 info@stoltepartner.de

IMMOBILIEN SERVICE
ZIMMERMANN
 WILHELM ZIMMERMANN



Kein Jahrgang gleicht dem anderen

Auch Immobilien haben individuelle Werte. Der Immobilienexperte, Wilhelm Zimmermann, erkennt diese und die Stimmung, die von Ihrer Immobilie ausgeht. Das gibt er weiter. Damit verkauft er erfolgreich!

Frahredder 7
 22393 Hamburg
 Telefon: 040 - 600 10 600
 www.zimmermann-ivd.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

Fortsetzung von Seite 87

digung sei lediglich für die überzogenen Tage fällig. Eventuelle Schadenersatzleistungen, weil ein neuer Mieter nicht einziehen konnte, müssten eigens eingeklagt werden.

Was bedeutet „besenrein“?

In Verträgen ist oft davon die Rede, dass ein Objekt nach dem Auszug „besenrein“ übergeben werden müsse. Es gab allerdings vor Gericht immer wieder Debatten darüber, was denn genau damit gemeint sei. Der Bundesgerichtshof (Aktenzeichen VIII ZR 124/05) hat das in einem Grundsatzzurteil geklärt. Demnach muss ordentlich durchgekehrt werden und die groben Verschmutzungen müssen beseitigt werden. Fenster sind nicht zwingend zu putzen – es sei denn, sie sind über Gebühr verdreckt. Spinnweben müssen entfernt werden. Am Balkon sind eventuell vorhandene Schmier-schichten zu beseitigen.

Der Wille zur Rückgabe

Wer noch jede Menge Gegenstände in der Mietsache liegen lässt, der hat diese trotz Rückgabe des Schlüssels nicht ordnungsgemäß „zurückgegeben“. Im konkreten Fall musste das Oberlandesgericht Düsseldorf (Aktenzeichen I-10 W 4/08 und

I-10 W 21/08) über den Zustand einer Immobilie nach der angebliebenen Räumung entscheiden. Es befanden sich dort noch eine Kaffeemaschine, eine Garderobe, Bekleidung, Computerzubehör und Geschäftspost. Das reichte nicht, um den Rückgabewillen klar zu erkennen.

Wie viel Schönheit muss sein?

Überzieht ein Eigentümer im Vertrag die Grenzen der beim Auszug erforderlichen Schönheitsreparaturen, so kann wegen einer unangemessenen Benachteiligung des Mieters die gesamte Vereinbarung unwirksam sein. Der Bundesgerichtshof (Aktenzeichen VIII ZR 210/08) hatte es mit einem derartigen Fall zu tun, in dem die Mieter unter anderem auch die Außenfenster hätten streichen sollen. Das sei zu viel verlangt, entschieden die Richter – und kippten deswegen die kompletten Regelungen der beiden Parteien zu den Schönheitsreparaturen.

Parkett-Überlegungen

Nach über 20 Jahren trennten sich ein Eigentümer und seine Mieter in Berlin. Dann stritten sie über die Frage, ob das Parkett der Wohnung im Zuge normaler Schönheitsreparaturen abgezogen und wiederhergestellt werden müsse. Dem wider-



sprach der Bundesgerichtshof (Aktenzeichen VIII ZR 48/09). „Derartige Arbeiten“, hieß es im Urteil, „dienen nach verbreiteter Auffassung nicht mehr nur der für Schönheitsreparaturen typischen Beseitigung von Gebrauchsspuren, sondern sind dem Bereich der darüber hinausgehenden Instandhaltungsarbeiten zuzurechnen.“

Bestätigt ist bestätigt

Wenn der Eigentümer oder sein Beauftragter in einem Rückgabeprotokoll für eine Wohnung den vertragsgemäßen Zustand der Immobilie bestätigen, dann ist das bindend. In solch einem Falle darf auch die Rückzahlung einer Kaution wegen vermeintlicher neu entdeckter Mängel nicht verzögert werden. „Sinn und Zweck“ eines solchen Protokolls, so das Amtsgericht Pforzheim (Aktenzeichen 6 C 105/04), bestehe nämlich darin, „dass der Zustand der Mietsache beweisicher festgehalten wird“. Deswegen trage der Vermieter das Risiko für unentdeckte Schäden – außer es handle sich um ganz spezielle Mängel, die niemand bei der Begehung habe bemerken können.

Wer kriegt die Schlüssel?

Zu einer ordnungsgemäßen Rückgabe und der vollständi-

gen Aufgabe des Besitzes an den Räumen gehört es für einen Mieter, dem Vermieter den unmittelbaren Besitz an den Schlüsseln einzuräumen. Hat der Eigentümer allerdings einen Beauftragten zwischengeschaltet, der sogar an den Übergabeverhandlungen mitgewirkt hatte, so kann absprachegemäß auch dieser die Schlüssel in Empfang nehmen. So entschied es das Oberlandesgericht Düsseldorf (Aktenzeichen I-24 U 52/05) und bewahrte damit den Mieter vor weiteren Nachforderungen.

Geschmacksfragen?

Manche Regelungen für Schönheitsreparaturen engen den Mieter auf unzulässige Weise ein. So hatte ein Eigentümer seinen Vertragspartner dazu verpflichtet, diese Arbeiten in der „bisherigen Ausführungsart“ zu erledigen. Nur mit ausdrücklicher Zustimmung dürfe er davon abweichen. Das ging dem Bundesgerichtshof (Aktenzeichen VIII ZR 199/06) in zweifacher Hinsicht zu weit. Erstens sei nicht eindeutig geklärt, was man unter „bisheriger Ausführungsart“ zu verstehen habe – zum Beispiel Farbton oder Tapetenart. Zweitens enge der Zustimmungsvorbehalt den Mieter unangemessen dabei ein, sich die Wohnung nach seinem Geschmack einzurichten.

Grafik: IBS/Tomirek



Hamburg

Sotheby's
INTERNATIONAL REALTY

Tradition, Professionalität, Kompetenz und Diskretion.

Seit über drei Jahrzehnten begleitet die Immobiliensparte von Sotheby's in über 500 Büros weltweit Käufer und Verkäufer im gehobenen Immobiliensegment. So stehen Ihnen einerseits erfahrene Immobilienexperten mit spezialisierter lokaler Marktkenntnis zur Verfügung, während Sie andererseits von unserem internationalen Netzwerk profitieren. Unsere Markterfahrung sowie unsere persönlichen Kontakte ermöglichen es uns, ein weitreichendes Spektrum exklusiver Immobilienangebote mit individuellen Kundenwünschen abzustimmen.



Charmanter Rotklinker in bester Wohnlage



Gartenparadies



Enstpannung für lauschige Abende

Mittelweg 21a, 20148 Hamburg
T +49 40 85 500 900
www.hamburgsothebysrealty.com

zapf umzüge
internationale Umzugsfachspedition
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



NATUR IN DER NACHBARSCHAFT
NEUER BAUABSCHNITT IM »GIARDINO BERGSTEDT«

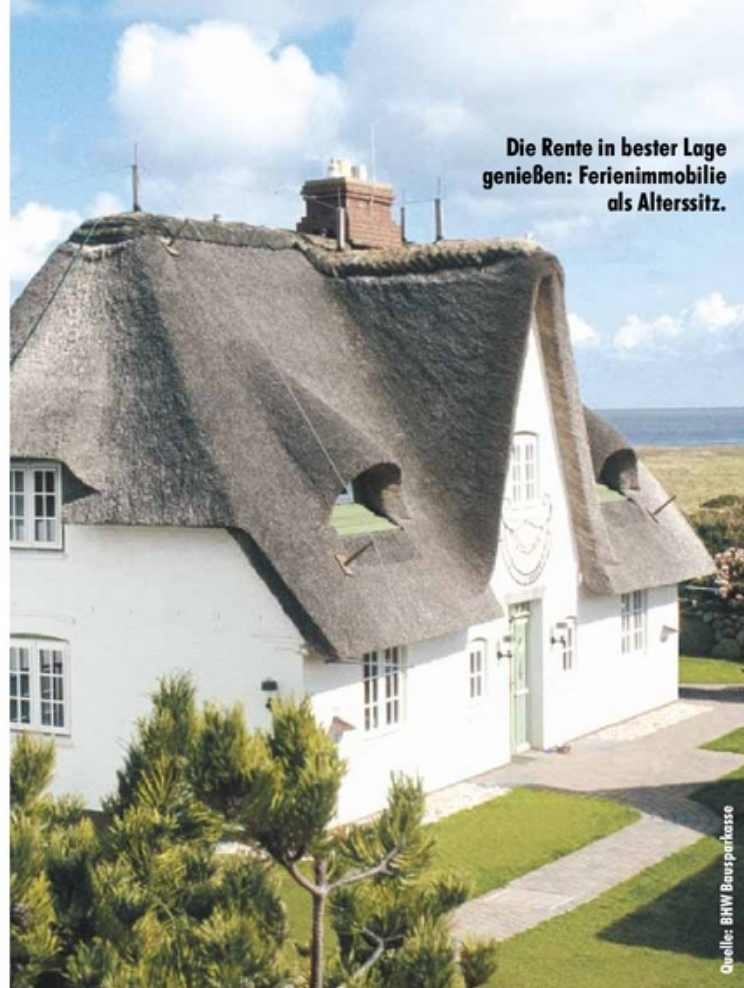


SIE HABEN DIE WAHL IN TRAUMLAGE NAHE DER SASELBEK:

NCC-PREISHIT: Doppelhaushälfte 4 Zi., ca. 104 m ² Wfl., inkl. Grundst. ab 279.900,-€	Doppelhaushälften in Backsteinoptik, Solaranlage, 5 Zi., ca. 122 m ² Wfl., Teilkeller, inkl. Gdst. ab 351.900,-€	Freistehende Ein- familienhäuser mit Solaranlage, 5 Zi., ca. 156 m ² Wfl., ab 399.900,-€ inkl. Grundstück	Mansarddach- häuser freistehend mit gr. Garten, ca. 144 m ² Wfl., 5 Zi., ab 429.900,-€ inkl. Grundst.
---	---	--	--

INFO:

Sonntag: 11 - 16 Uhr im Musterhaus Aalwischkoppel 8
Tel.: 040/20 00 50 • www.nccd.de



Die Rente in bester Lage
genießen: Ferienimmobilie
als Alterssitz.

Quelle: BHW Bausparkasse

Ferienparadies wird Hauptwohnsitz

Bauweise und Komfort sind bei Ferienimmobilien oft nur auf kurze Nutzungsphasen in der wärmeren Jahreszeit ausgelegt. Wer sein Urlaubsdomizil für das ganze Jahr bewohnbar machen will, gewinnt durch Modernisierung – in mehrfacher Hinsicht. Ob Sommer- oder Winterquartier: Immer öfter entscheiden sich Besitzer einer Ferienimmobilie, ihr Eigentum zu jeder Jahreszeit und in vollen Zügen zu genießen. Nicht selten wird der Hauptwohnsitz komplett in den Ferienort verlegt. Das bestätigt eine aktuelle Emnid-Umfrage im Auftrag der BHW Bausparkasse. Demnach wollen 60 Prozent der Befragten, die sich vorstellen können eine Ferienimmobilie zu erwerben, diese später als Altersruhesitz nutzen. Vor allem die 40- bis 49-Jährigen träumen von dieser Aussicht. Um die Ferienimmobilie ganzjährig oder gar als Hauptwohnsitz im Rentenalter nutzen zu können, muss diese aber in puncto Energiebilanz und Alterstauglichkeit zukunftsfest sein.

erster Stelle. „In Verbindung mit einer effizienten Heizanlage kann eine Wärmedämmung die Energiekosten um bis zu 65 Prozent senken“, erläutert Rüdiger Grimmert von der BHW Bausparkasse. Eine lohnende Investition, die den Wert der Immobilie steigert und die Unterhaltskosten deutlich senkt. Denn auch wenn es leer steht, muss das Domizil kontinuierlich beheizt oder temperiert werden. Nur so verhindert der Besitzer in kalten Monaten eine Schimmelbildung.

Schwellenlos glücklich

Für diejenigen, die ihr Urlaubsdomizil zum Alterssitz umfunktionieren wollen, ist Barrierefreiheit ein entscheidendes Merkmal. Laut BHW-Umfrage hält jeder Vierte der 40- bis 49-jährigen Ferienimmobilien-Interessenten daher einen schwellenlosen Wohnraum für besonders wichtig. In der Altersklasse der 50- bis 59-Jährigen ist die Sensibilität für dieses Thema noch höher: Jeder Dritte (37 Prozent) nennt Barrierefreiheit als Priorität. „Der Verzicht auf Stufen, aber auch breite Türen und eine ebenerdige Dusche sind für jede Altersklasse ein Zugewinn an Komfort und Sicherheit“, sagt Grimmert.

Energetischer Domröschenschlaf

Viele Ferienimmobilien haben eine energiesparende Schlankheitskur dringend nötig. Die Optimierung der Isolierung steht dabei an

Service rund um **Seit 1832**
Haus und Grund

Ihre Mitgliedschaft lohnt sich immer!
Viele gute Gründe auf einen Blick:

- **Kostenfreie** persönliche oder telefonische Rechtsberatung durch unsere Rechtsanwälte im Informations-Centrum Glockengießerwall 19 und durch unsere Stadtteil-Vereine
- **Kostenfreie** Beratung in allen steuerlichen Fragen bei Einkünften aus Vermietung, Verpachtung und selbstgenutztem Wohneigentum
- **Kostenfreie** Beratung in allen Bewertungsfragen von Eigentumswohnungen, Ein- und Mehrfamilienhäusern sowie Grundstücken
- **Kostenfreie** technische Beratung durch Architekten bei Neubau, Umbau oder Modernisierung, gegen Entgelt auch vor Ort
- **Kostenfreie** Beratung zu Energieeinsparung und Umweltfragen
- Gartenberatung vor Ort durch unsere Gartenbauingenieurin
- Mietverträge, Formulare, Fachzeitschriften, Broschüren und Bücher, Software
- Interessenvertretung gegenüber Behörden, Politik, anderen Verbänden und Öffentlichkeit
- Seminare, Vorträge, Veranstaltungen, Reisen, Mitgliedertreffen
- Online-Service per E-mail und Internet

Grundeigentümer-Verband Hamburg von 1832 e.V.
Glockengießerwall 19 · 20095 Hamburg
Telefon 040 3096720
Telefax 040 321397
www.grundeigentuemerverband.de

Der neue Mercedes-Benz CLS erhielt als beste Neuheit im Mittel- und Oberklasse-Segment das Goldene Lenkrad.



Foto: Mercedes-Benz

Goldene Auszeichnung für Mercedes-Benz

Über eine Viertelmillion Leser und eine hochkarätige Jury aus 40 Autoexperten und Prominenten haben abgestimmt und den neuen Mercedes-Benz CLS zur besten Neuheit im Mittel- und Oberklasse-Segment gewählt. „Bild am Sonntag“, „Auto Bild“ und 26 europäische Schwesterzeitschriften verliehen dem neuen viertürigen Coupé das „Goldene

Lenkrad“ – eine der wichtigsten Automobil-Auszeichnungen Europas. Zehn Neuheiten in der Mittel- und Oberklasse hatten sich der großen Leserwahl zum „Goldenen Lenkrad“ gestellt, die europaweit ausgeschrieben war. Die Jury des „Goldenen Lenkrads“ gilt als die größte und internationalste der Welt. Leser von

Auto Bild, Bild am Sonntag sowie den 26 europäischen Auto Bild-Schwestern stimmen in der ersten Runde über die Favoriten ab. Von Finnland bis Spanien, von England bis Estland urteilten 40 Millionen Leser, welche Autos die goldenen Trophäen gewinnen können. Die vorgeschlagenen Fahrzeuge wurden anschließend in einem dreitägigen Härte-Test auf

einer Teststrecke in Balocco (Italien) von 40 Tester geprüft. Der neue Mercedes-Benz CLS setzte sich durch und holte so zum 19. Mal das Goldene Lenkrad nach Stuttgart. Den CLS hatte Mercedes-Benz 2003 als neue Fahrzeugkategorie auf den Markt gebracht, im Januar 2011 kommt die neueste Version heraus.



Jetzt sauber tauschen!

Zum Beispiel die GLK-Klasse mit intelligentem Energiemanagement.

- 3.000 Euro Eintauschprämie¹ für Ihren Gebrauchten bei Kauf einer neuen GLK-Klasse mit umfangreichem BlueEFFICIENCY Paket.
- CDI Diesellaggregate der neuesten Generation.
- Rollwiderstandsoptimierte Bereifung.
- Einziges Fahrzeug seiner Klasse mit validierter Umweltinformation des TÜV Süd²

GLK 200 CDI 180 BlueEFFICIENCY³
mit Plus3 Finanzierung⁴

399,- €

plus Anzahlung

¹Eintauschprämie gemäß den Richtlinien der Mercedes-Benz Gebrauchtwagen-Inzahlungnahme.

²Freiwillige Prüfung. ³Kraftstoffverbrauch innerorts/außerorts/kombiniert: 7,2-8,4/5,1-5,6/5,8-6,7l/100km; CO₂-Emission kombiniert: 153-174g/km. Die Angaben beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen verschiedenen Fahrzeugtypen.

⁴Kaufpreis ab Werk 34.629,- Euro; Anzahlung 5.732,19 Euro; Gesamtkreditbetrag 28.896,81 Euro; Gesamtbetrag 32.371,08 Euro; Laufzeit 36 Monate; Gesamtleistung 45.000 km; Sollzins gebunden p.a. 4,88%; effektiver Jahreszins 4,99%; Schlussrate 18.007,08 Euro; mit Plus3-Finanzierungsrate 399,- Euro. Ein zeitlich begrenztes Plus3-Finanzierungsbeispiel der Mercedes-Benz Bank AG. Gültig für alle ausgewiesenen Aktionsfahrzeuge.



Mercedes-Benz

Mercedes-Benz Niederlassung Hamburg der Daimler AG

Center Wandsbek: Friedrich-Ebert-Damm 115, Center City Süd: Heidenkampsweg 96, Center Niendorf: Kollaustraße 171, Standort Leseberg Automobile GmbH, Standort Autohaus Lorenz, Standort Roßbach Automobile GmbH, Standort Tesmer GmbH & Co. KG, Standort Behrmann Automobile GmbH, Standort Autohaus Wessel GmbH & Co. KG, Standort Rudeloff-Wehrenberg GmbH, Tel. (040) 69 41-29 96; www.hamburg.mercedes-benz.de



Umfrage ergibt: 82,8 Prozent der rund 40 Millionen Haushalte in Deutschland verfügen über mindestens ein Auto.

Deutschland fährt aufs Auto ab

Der Besitz eines eigenen Autos steht bei den Deutschen hoch im Kurs. Wie der ADAC mitteilt, verfügen 82,8 Prozent der rund 40 Millionen Haushalte in Deutschland über mindestens ein Auto. Dies zeigt die Auswertung der Untersuchung „Mobilität in Deutschland“. Nicht weniger als 29 Prozent der Haushalte besitzen zwei oder mehrere Autos. Besonders ausgeprägt ist der Hang zum eigenen Auto in Baden-Württemberg. Bei 88,6 Prozent aller Haushalte im Südwesten steht

danach ein Pkw vor der Haustür. Auch die bayerischen und saarländischen Haushalte sind mit jeweils 87,2 Prozent überdurchschnittlich gut mit Autos versorgt. Eine deutlich geringere Rolle spielen Autos naturgemäß in den Stadtstaaten. So verfügen nur 58,8 Prozent aller Berliner Haushalte über einen eigenen Wagen. Auch in Hamburg (66 Prozent) und in Bremen (72,4 Prozent) ist die Zahl der Haushalte mit eigenem Auto verhältnismäßig niedrig.

Audi-Zukunft-Kombination:
Zweisitzer mit Biturbo- und Elektromotor

Es geht auch

Auf der Automobilmesse in Paris stellte Audi seinen e-tron Spyder vor – die Studie eines offenen Sportwagens mit Plug-in-Hybridantrieb. Das Showcar ist 4,06 Meter lang und 1,81 Meter breit, dabei nur 1,11 Meter flach.

Der Zweisitzer verfügt über einen Biturbo-V6 TDI mit 221 kW (300 PS) auf der Hinterachse und zwei zusammen 64 kW starke Elektromotoren an der Vorderachse. In 4,4 Sekunden sind 100 km/h erreicht, die Höchstgeschwindigkeit wird elektronisch auf 250 km/h begrenzt.

Der e-tron Spyder kann den TDI – 650 Nm mobilisiert der Selbstzünder – und die insgesamt 352 Nm der beiden Elektromotoren beim Beschleunigen kombinieren („boosten“).

So erlaubt die intelligente Kraftverteilung in jeder Situation, mit gezieltem Momenteneinsatz an den Vorderrädern die Längsdynamik zu steigern; gleichzeitig verbessert sich die Querdynamik bei der Kurvenfahrt.

Die Kombination von hoch effizientem TDI und Elektroantrieb sorgt jedoch auch für eine exzellente Verbrauchsökonomie und geringe Emissionen. Durchschnittlich benötigt der Audi e-tron Spyder nur 2,2 l Diesel /100 km (entsprechend einer



Foto: Audi AG



SERVICE MIT MEHR ALS
ZWEI HÄNDEN.

BEST CARWASH Poppenbütteler Weg 94

Mo. - Fr. 8:00 - 19:00 Uhr
Sa. 8:00 - 18:00 Uhr
So. 13:00 - 18:00 Uhr
www.bestcarwash.hamburg.de

Die reinste Freude





elektrisch



CO₂-Emission von 59 g/km); mit dem 50-Liter-Tank ist eine Reichweite von mehr als 1.000 Kilometern möglich.

Zudem kann der offene Sportwagen mit seinem Elektroantrieb auch Strecken von bis zu 50 Kilometern – etwa in Ballungsräumen – rein elektrisch und damit völlig emissionsfrei zurücklegen; Die Höchstgeschwindigkeit beträgt alltagstaugliche 60 km/h.

Der Fahrzeugkörper des e-tron Spyder wirkt – nicht zuletzt durch den kurzen Radstand von nur 2,43 Meter äußerst bullig – gegenüber dem R8 fällt dieser Wert um 22 Zentimeter kürzer aus.

Die Front und die Silhouette des e-tron Spyder sind mit einem schwungvollen, scharfen Strich gezeichnet, der den Zweisitzer sofort als Audi identifizierbar macht. Die nach vorn stark verjüngte Front verleiht dem Showcar Audi e-tron Spyder eine deutlich keilförmige

Grundproportion. Das Trapez des Singleframe-Grills prägt die stark gepfeilte Frontpartie, flankiert von großen Lufteinlässen. Sie fungieren als Kühleinlässe sowohl für den Elektroantrieb als auch für das TDI-Aggregat im Fahrzeugheck.

Oberhalb schließen sich die flachen Bänder der adaptive-matrix-beam-Scheinwerfermodule mit ihrer dreidimensional modellierten, der Kontur der Funktionselemente folgenden Abdeckung an. Alle Leuchteinheiten sind in der hocheffizienten LED-Technologie konzipiert.

Das Markenzeichen der Vier Ringe findet sich – wie schon beim R8 und bei den e-tron-Sportwagenstudien – oberhalb des Singleframe. Unter dem Markenzeichen befindet sich die Ladestation für die Batterien. Wenn die Ringe unterhalb der Frontklappe verschwinden, geben sie neben dem Ladestecker auch ein Display frei, das den Ladezustand und über eine Kartengrafik auch die aktuelle elektrische Reichweite darstellt.

„Bulliges“, aber schwungvolles Design: der Audi e-tron Spyder.

Audi
Vorsprung durch Technik



Sparen Sie jetzt: € 5.760,00¹⁾

z.B. Audi A3 1.6²⁾

75 kW (102 PS), Klimaautomatik, Aussenspiegel elektrisch einstellbar, ESP mit elektronischer Quersperre, Fensterheber elektrisch, Audioanlage inkl. CD-Player, Reifen 205/55 R16, Servotronic, Seitenairbags vorn inkl. Kopfairbag, Tagfahrlicht, Zentralverriegelung mit Funkfernbedienung u. v. m.

€ 17.205,00³⁾

inkl. Überführungs- und Zulassungskosten

Abgebildete Sonderausstattungen sind im Angebot nicht unbedingt berücksichtigt. Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

¹⁾Gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers für ein vergleichbar ausgestattetes Modell.

²⁾Kraftstoffverbrauch l/100 km: innerorts 9,5; außerorts 5,4; kombiniert 6,9; CO₂-Emission g/km: kombiniert 164

³⁾Voraussetzung: Inzahlungnahme Ihres Altfahrzeuges mit Erstzulassung vor dem 31.03.2003. Das Fahrzeug muß mind. 1 Jahr auf Sie zugelassen sein. Angebot gilt nur für Fremdfabrikate und Audi-Modelle (nicht für Fahrzeuge der Volkswagen-Konzerngruppe).



Auto Wichert GmbH
Audi Hamburg Langenhorn

Stockflethweg 30, 22417 Hamburg
Tel.: 0 40 / 52 72 27-3 51, Fax: 0 40 / 52 72 27-77
thomas.wiencke@auto-wichert.de
www.auto-wichert.de

Auto Wichert GmbH
Audi Norderstedt

Ulzburger Str. 167, 22850 Norderstedt
Tel.: 0 40 / 52 17 07-0, Fax: 0 40 / 52 17 07-30
thomas.wiencke@auto-wichert.de
www.auto-wichert.de

Auto Wichert GmbH
Audi Hamburg City-Süd

Wendenstr. 150-160, 20537 Hamburg
Tel.: 0 40 / 25 15 16-54
Fax: 0 40 / 25 15 16-37
andre.saeger@auto-wichert.de
www.auto-wichert.de



Der C30 DRIVE Electric wird 2012 als Basis für die Alltagstauglichkeitstests neuer Volvo-Brennzellen dienen.

Fotos: Volvo Car Corporation

Volvo startet Entwicklung von Brennstoffzellen

250 Kilometer weiter

Auf der Grundlage von Forschungsergebnissen der Schwedischen Energie Agentur wird Volvo die Entwicklung von Brennstoffzellen für eine neue Generation von Elektroantrieben für Automobile starten, mit der die Reichweite von Elektrofahrzeugen deutlich erweitert werden kann

Bereits im Jahr 2012 sollen dazu zwei Prototypen auf Basis des Volvo C30 DRIVE Electric erste Testfahrten im Alltagsverkehr absolvieren. „Damit forcieren wir unsere Entwicklungsarbeit auf dem Gebiet der Elektromobilität. Bisher sorgen Batteriekosten und -größe dafür, dass rein elektrisch angetriebene Fahrzeuge eine vergleichsweise beschränkte Reichweite aufweisen. Mit Hilfe von Brennstoffzellen kann die Fahrstrecke bis zum Wiederaufladen deutlich ausgeweitet werden. Gleichzeitig erweitern wir unsere Kompetenz auf den Gebieten Brennstoffzelle und Wasserstoff“, erläutert Stefan Jacoby, Präsident und CEO der Volvo Car Corporation.

Volvo Cars kooperiert bei diesem Projekt mit dem Unternehmen Powercell Sweden AB. In der ersten Phase des Projekts wird dabei in einer Studie ein so genannter Range Extender realisiert, der aus einer Brennstoffzelle und einem Reformer besteht. Die Aufgabe des Reformers ist es, aus flüssigem Kraftstoff, in diesem Fall Benzin, Wasserstoff-Gas zu

gewinnen. Aus diesem Wasserstoff-Gas wird von der Brennstoffzelle elektrische Energie erzeugt, die den Elektromotor des Fahrzeugs antreibt. Die Technologie produziert elektrische Energie ohne den Ausstoß von Kohlenmonoxid (CO), Stickoxiden (NOx), Schwefeloxiden (SOx) und Rußpartikeln. Auf Grund dieses hocheffizienten Prozesses wird der Ausstoß von CO₂ im Vergleich zu herkömmlichen Fahrzeugen erheblich reduziert. Als Endprodukte fallen elektrische Energie, Wasser und ein geringer CO₂-Anteil an. Die Technologie kann auch mit erneuerbaren Kraftstoffen angewendet werden.

Gesteigerte Reichweite

Mit Hilfe dieser Technologie kann die Reichweite von elektrisch angetriebenen Fahrzeugen um bis zu 250 Kilometer erweitert werden – zuzüglich der Reichweite, die aus den mitgeführten Batterien des Fahrzeugs resultiert. Brennstoffzellen-Hersteller rechnen damit, die Kosten durch verfeinerte Technologien und höhere Stückzah-

len deutlich senken zu können.

Eine weitere Unterstützung der Schwedischen Energie Agentur vorausgesetzt, wollen Volvo Cars und Powercell in der zweiten Phase zwei Testfahrzeuge fertigen, die auf dem aktuellen Volvo C30 DRIVE Electric basieren. Die Testphase für diese Fahrzeuge soll dann im Jahr 2012 beginnen.



Autohaus **BORNEMANN** GmbH

**Ihre Vertragswerkstatt
im Alstertal**

Rädereinlagerung,
Winter- und Sommerreifen zu Sonderpreisen

Telefon 040-606 32 32
www.autohaus-bornemann.de
Harksheider Str. 45 · 22399 Hamburg

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**

Mehr Platz für Brummis


Der ADAC schlägt Alarm: Bundesweit fehlen angeblich immer noch über 7 000 Lkw-Stellplätze an Autobahnen. Aufgrund der auslaufenden Konjunkturpakete und der strikten Sparvorgaben der Bundesregierung befürchtet der Automobilclub, dass das Geld für den dringend notwendigen Ausbau künftig fehlt.

Zahlreiche Beschwerden von ADAC-Mitgliedern über zugesperrte Rastplatzeinfahrten weisen auf teilweise chaotische Verhältnisse hin. Es behindern sich nicht nur rangierende Lkw, sondern sie gefährden auch andere Verkehrsteilnehmer. „Es kann nicht sein, dass Einfahrten zugesperrt werden oder sich die Lkw sogar bis auf die Fahrbahn zurückstauen. Das ist eine Gefahr für alle Autofahrer – besonders in der Nacht kann es zu schweren Unfällen kommen“, so ADAC-Vizepräsident für Verkehr Ulrich Klaus Becker.

Auch sind die Lenk- und Ruhezeiten durch den Stellplatzmangel für viele Lkw-Fahrer schwer einzuhalten.

Der ADAC fordert, dass vorrangig bei den Rastanlagen, die am häufigsten überfüllt sind, möglichst rasch Abhilfe geschaffen wird. Zudem sollten vorhandene Kapazitäten besser genutzt werden, beispielsweise durch intelligente Systeme, die Parksuchverkehr reduzieren und bestehenden Raum unter anderem durch Kolonnenparken optimieren.

ABS ZEIGT SONDERAUSSTATTUNG.



VOLVO V70 NEUWAGEN

RATE € 299,-*

**VOLVO V70 D3 € 36.950,- JETZT € 29.950,-
NUR SOLANGE DER VORRAT REICHT!!!**

Volvo. for life



VOLVO V70 D3 DIESEL (EURO 5)

KLIMAAUTOMATIK
LEICHTMETALLFELGEN 16" ZOLL
RADIO/CD/AUX PERFORMANCE
POLSTERUNG TEXTIL/TRICOTECH
STOSSFÄNGER, AUSSENSPIEGEL UND
SCHWELLERLEISTE IN WAGENFARBE
DSTC FAHRDYNAMIKREGELUNG
ALUMINIUMEINLAGEN

Neupreis € 36.950,-
Krüll Aktion - € 7.000,-
Krüll Aktionspreis € 29.950,-

KRÜLL AKTIONS-UPGRADE:

Freisprecheinrichtung/Bluetooth,
Leichtmetallfelgen 17" Zoll,
Lederpolsterung, Einparkhilfe
und vieles mehr **€ 3.650,- € 1.825,-**

LEASINGANGEBOT VOLVO V70 D3 DIESEL 120 KW (163 PS)

MONATL. LEASINGRATE	299,- EUR
LAUFZEIT	48 MONATE
ANZAHLUNG	3.990,- EUR
GESAMTFAHRLEISTUNG	40.000 KM
EIN ANGEBOT DER VOLVO AUTO BANK. ZZGL. 855,- EUR FRACHTKOSTEN.	

Diesel-Kraftstoffverbrauch (in l/100km) 4,6 (innerorts) 7,2 (außerorts) 5,5 (kombiniert) CO₂-Emissionen: 144 g/km. Die Angaben wurden ermittelt nach den vorgeschriebenen Messverfahren (RL 80/1268/EWG).

KRÜLL

VOLVO
ZENTRUM

kruell.com

Wellingsbüttel

Wellingsbütteler Landstraße 22, Tel.: 040/ 500 990-0

Sonntags Schautag von 11.00 - 17.00 Uhr. Keine Beratung, kein Verkauf, keine Probefahrten.

Kommen Sie jetzt in unser Team!

Wir wachsen weiter und suchen eine/n Mediaberater/in als Verkaufsprofi. Leistungsgerechte & attraktive Provisionen. Arbeiten im Mediensektor als freier Handelsvertreter (Anzeigen, TV, Internet). Weiterbildung nach persönlichem Wissensstand.

Gefragt sind Engagement und Verkaufstalent und relevante Vorerfahrungen. Wir bieten ein sehr gutes Vertragsgebiet und Produkte, die fast 20 Jahre erfolgreich im Markt sind. Und natürlich ein nettes Team! Viele Informationen über uns finden Sie in unserer Verlagsbroschüre unter www.alster-net.de. / „Der Magazin Verlag stellt sich vor“.



Bewerbungen bitte an: Magazin-Verlag Hamburg GmbH | Wolfgang E. Buss, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg | Infos: www.alster-net.de/jobs

Jetzt bringen wir auch Bewegung in Ihre Werbung!



Direkt im ALSTERTAL-EINKAUFSZENTRUM.

Sie sehen Ihre Werbung täglich mindestens 50 mal auf allen Screens, alle 10 Minuten für jeweils 10 Sekunden. Da ist richtig Bewegung in Ihrem Werbeauftritt. Ideal für Geschäfte im ALSTERTAL-EINKAUFSZENTRUM. Ideal aber auch für regionale Dienstleister, Ärzte, Makler und viele führende Unternehmen. Sprechen Sie uns an. Wir machen das für Sie! Fragen Sie jetzt nach Preisen.



Hochmodernes Screen-Netzwerk. GfK-Marktforschung* bestätigt: SHOPPING SCREENS wirken!
*GfK Reichenweitenstudie 2010.

flatmedia
SHOPPING SCREENS
LOKAL

MAGAZIN VERLAG HAMBURG
Unternehmensbereich:
SHOPPING SCREENS | LOKAL
Michael Wiele, Verkaufsleitung
Tel.: 040 538 9 30 53 und 0151-153 28 153

Unterricht

Atelier Wortmann
Malen für jedermann
Malen mit Acryl in kleinen Gruppen
Kinder oder Erwachsene
Tel.: 640 99 17
Schäperdresch 51 • HH-Poppenbüttel

Einzelnachhilfe zu Hause
Infratest: GUT (1,8)
Erfahrene Nachhilfelehrer in Deutsch, Mathe, Engl., ReWe usw. Das Lernen lernen, alle Klassen
Abacus
seit über 10 Jahren in HH und Umgebung
68 13 70 / 60 76 16 83
abacus-nachhilfe.de

Engländer, Dipl. Anglist
erteilt Konversations- und Geschäftsendgisch, Firmenunterricht, Nachhilfe- spez. Abitur, Übersetzungen
Tel.: 040 / 643 08 50

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

UVBS
FRANZÖSISCHER SPRACHENSERVICE
Unterricht • Nachhilfe • Konversation
einzeln, kleine Gruppen, Firmen
individuelle Programme, persönl. Atmosphäre
Übersetzungen • Sprachreisen
ULRIKE VOM BRUCK- SPYCHALA
REEKAMP 1 • 22415 HAMBURG
FON: 531 89 56 • 0170 - 710 27 20 • FAX: 53 93 19 63
www.uvbs-service.com

Effektive Nachhilfe
Lernwerk
Alstertal • Fröhndorfer 1
☎ 040 / 64 42 30 77
Nähe S-Bahn Poppenbüttel/AEZ
www.lernwerk-ag.de

Immobilien

Strandnahes 2 Personen-Studio-Apartment am Timmendorfer Strand für 6 Monate (Sommersaison Mai bis Oktober 2011) zu vermieten. Monatsmiete incl. Nebenkosten 750 Euro. Ausführliche Informationen senden wir gern per Mail oder Post. Tel.: 645 15 81

Kunst/Antiquitäten

Rosenthal-Maria-Weiss-Kaffeesevice für 6 Personen mit vielen Extras für 200 Euro insgesamt zu verkaufen. Tel.: 27 43 52

Verschiedenes

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

Heißmangel Hollatz
Tisch- und Bettwäsche schön und glatt
Langenhorn, Krohnstieg 82
Tel.: 531 94 43

Suche Schallplatten aus den Bereichen Jazz, Beat, Rock und Soul der 60er- und 70er-Jahre. Tel.: 695 46 76

Computat PC-Notdienst
Hard-/Software-Notdienst Raum Hamburg
Walddörfer. Festpreis 40 €/Std.
Keine An-/Abfahrt, Bezahlung nur bei Erfolg.
Telefon: 0171/9003128

Boxen für Pferde und Ponys
in Hamburg-Volksdorf ab sofort frei! Besuchen Sie uns auf www.reiterverein-walddorfer.de. Anfragen richten Sie bitte an:
reitervereinwalddorfer@googlemail.com

Winterreifen Audi A4, original Audi-Felge, 205/55 R16H, Michelin Pilot Alpin 4mm, Euro 200,-, Tel.: 040/531 19 92

Erfahrene Privatsekretärin ordnet/verwaltet zuverlässig und diskret Ihre Unterlagen (auch im Trauerfall), Referenzen vorhanden. Tel.: 04106 - 613 539 od. 0176 - 96 22 66 80

Alte deutsche Schreibschriften (Sütterlin u.a.) übertrage ich für Sie in die heutige Schrift. Tel.: 04106 - 613 539 od. 0176 - 96 22 66 80

Hundebetreuung in Hummelsbüttel mit Eingliederung in die Familie, auf 1300-qm-Grundstück, 17 Euro pro Tag, inkl. 1,5 h Spaziergang. Hundebetreuung Wildes Moor, Julie Roycroft, Tel.: 38 65 05 99, Mobil: 0176 / 70 16 66 97

Terrassen-Putte, 75 cm hoch, weiß, massiv, hübsche Figuren, 100 Euro, Tel.: 66 41 38

Hundeglück Hamburg – Gassiservice 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.hundeglück-hamburg.de

Horst Janssen: Sehr schöne Originalradierung aus der Serie „Die Bäume der Annette“ sign., numer., komplett gerahmt für EUR 990 VB zu verkaufen. Tel.: 641 73 34 oder 01577 1588 208

Nussknacker, Design, mit Steinkugel NP 39,95, nur 15 Euro. Damenjacke, modisch, nicht getragen, Wildlederoptik, braun, Größe L, mit Zertifikat, waschbar, nur 50 Euro. Gästebett, Liege, klappbar, fahrbar, ca. 90x190 cm, wie neu, 10 Euro. Moderne Stehlampe, 2-armig, dunkelbraun, neuw., NP 129 Euro, nur 25 Euro. Moderner Teppich, braun-beige, 170x230 cm, gut erhalten, 20 Euro.
Tel.: 52 81 477

Stenographie: Wer könnte mir helfen, einen älteren längeren Text zu übersetzen?
Tel.: 0162 / 31 05 140

Metallbett, schwarz, 90x200 m, Lattenrost und Matratze, VB 60 Euro. Tel.: 630 71 15

Jetzt entdecken:

www.alstertal-magazin.de

Reingucken lohnt sich!

Bestes Fernsehen für die schönste Stadt.



ALSTER TV
www.alstertv.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...
- jetzt aktuelle Winterpreise -
Appartement-Brünig Inh. Bärbel Lundershausen

Gut ausgestattete Apartments:
Westerland, Wenningstedt, Tinum

Tel.: 0 46 51/ 58 58 • Fax: 0 46 51/ 58 59
www.appartement-bruenig.de



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.gluockspitz-ruegen.de

WESTERLAND/ SYLT

3 komfort. gemütl. Ferien-
Wohnungen in ruhiger Lage,
Strand- u. City-Nähe;
Tel. 040 / 880 39 44 oder
Mobil 0172 / 54 222 36



IMPRESSUM

So erreichen Sie uns:

Verlagszentrale:

040 / 538 930-0
Mo.- Fr.: 9.00 bis 13.00 Uhr

Buchhaltung:

040 / 538 930 13
Mo.- Fr.: 8.00 bis 12.00 Uhr

Redaktion:

040 / 538 930 46
Mo.- Fr.: 9.00 bis 16.00 Uhr

Media-Berater/innen, Direktwahl:

Gabriele Bergerhausen (Poppenbützel, Haspa), Tel. 538930-55;
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; Annegret Linke (Eppendorf, Winterhude), 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; Anzeigenleitung Michael Wiele (Uhlenhorst, Pösel-dorf, Mittelweg, Harvestehude, 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.alstertv.de

www.talkhamburg.de

www.hamburger-herbststempel.de

Fax:

040 / 538 930 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.i.S.d.P.) | Chefredakteur: Kai Wehl | Redaktion: Jeannine Ehmsen, Christiane Kaufholt (Cvd AEZ-Magazin), Christian Luscher, Mariëlle Rösler, Evelin Timm | Korrektorat: Regina Ahrens | Produktion/Anz.-Disponenten: Cassandra Friedrichsen, Birgit Schumann, Nils Tauscher | Chefgrafikerin: Stefanie Oldhaver | Grafik: Juliane Oldhaver (Leitung AEZ-Magazin), Annerike Kaack, Sarah Kretschmer, René Kriese, Jan Michaelis | Titelgestaltung: Stefanie Oldhaver | EDV- und DTP-Beratung: IT-Service Thilo Noack | Druck: Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel | Vertrieb: Magazin Verlag Hamburg Eigenvertrieb, Auflage: 51.000 Exemplare © 2010 Magazin Verlag Hamburg.

Alstertal-Sudoku

Leicht:

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

Mittel:

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

Schwer:

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

Sehr schwer:

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

So geht's:

Sudoku (jap. „Zahlen-Einzel“) gehört zu den beliebtesten Rätseln in Deutschland – natürlich auch im Alstertal. Es besteht aus einem Quadrat, das in 3×3 Unterquadrate eingeteilt ist. Jedes Unterquadrat ist wieder in 3×3 Felder eingeteilt, sodass das Gesamtquadrat also 81 Felder (= 9×9 Felder) bzw. 9 Reihen und 9 Spalten mit je 9 Feldern besitzt. In einige dieser Felder sind schon zu Beginn Ziffern (1 bis 9) eingetragen. Das Puzzle muss so vervollständigt werden, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem der neun Blöcke jede Ziffer von 1 bis 9 genau einmal vorkommt. Die richtigen Ergebnisse erscheinen im nächsten Heft!

Lösungen aus Heft 10/10:

Leicht:	Mittel:	Schwer:	Sehr schwer:
1 9 2 5 4 7 6 3 8	7 6 5 4 2 9 3 1 8	8 9 7 2 8 1 5 4 3	3 9 5 4 2 1 8 7 6
6 3 8 2 1 9 7 5 4	3 1 4 8 7 6 9 5 2	2 0 1 3 5 4 9 8 7	4 8 7 9 3 6 5 2 1
7 5 4 8 3 6 1 2 9	2 9 8 5 1 3 7 6 4	5 4 3 9 8 7 1 6 2	1 6 2 8 7 5 4 3 9
9 2 5 7 8 4 3 1 6	8 7 3 6 9 2 5 4 1	7 5 6 1 4 8 3 2 9	6 2 4 7 9 3 1 8 5
8 7 3 1 6 2 9 4 5	1 5 8 3 4 8 2 7 9	4 3 2 7 9 5 6 1 8	8 7 3 5 1 4 9 6 2
4 0 1 3 9 5 2 8 7	9 4 2 1 5 7 0 8 3	1 8 9 0 3 2 7 5 4	5 1 9 6 8 2 3 4 7
5 4 9 6 2 1 8 7 3	6 8 1 2 3 5 4 9 7	9 7 8 5 2 6 4 3 1	2 1 0 3 5 9 7 1 8
3 1 7 9 5 8 4 6 2	5 3 7 9 8 4 1 2 6	3 2 5 4 1 8 8 7 6	7 5 1 2 4 8 6 9 3
2 8 6 4 7 3 5 9 1	4 2 9 7 0 1 8 3 5	0 1 4 8 7 3 2 9 5	9 3 8 1 6 7 2 5 4

Maßarbeit wie ich sie will: Preiswert & passend.

Über 30x in Deutschland
und 3x in Hamburg!

Mehr Infos unter:
www.jaloucity.de



20 Jahre JalouCity

Jubiläumsangebot bis zu 20 % Rabatt

auf unsere Home-Kollektion.

Vorzulegen bei Bestellung. Gilt nur für Maßanfertigungen. Nicht kombinierbar. Nicht gültig für den Internet-Shop. AM

22081 Barmbek-Süd
Dehnaide 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

www.jaloucity.de

Jalousien • Rollos • Plissees • Markisen

Bei uns finden Sie die schönsten Tapeten!

Wir führen mehr als 500 Tapetenbücher.



Stoffe • Bodenbeläge • Sonnenschutz • Farbe • Näh- & Montageservice

 **Metzler**
Farbe und Raum

Saseler Chaussee 162 • 22393 Hamburg • Telefon: 040 / 6001 10-0
www.farbenhaus-metzler.de • Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 8.30-18.30 Uhr + Sa. 8.30-13.30 Uhr

DIE WÄRMSTE EMPFEHLUNG

FÜR DIE KÜHLE JAHRESZEIT.

TESTEN SIE DEN TESTSIEGER.

Bei Abschluss einer
Jahresmitgliedschaft nur

65€ Aufnahme-
gebühr

Sie sparen **135 €**
Gültig bis 30.11.2010



Fitness, Wellness, Bodycare – natürlich im MeridianSpa.

Anrufen – Termin vereinbaren – Mitglied werden:

ALSTERTAL • Heegbarg 6 • 040/65 89-14 50

WANDSBEK • Wandsbeker Zollstr. 87-89 • 040/65 89-10 50

CITY • Schaarsteinweg 6 • 040/65 89-11 00

EPENDORF • Quickbornstr. 26 • 040/65 89-13 50

www.meridianspa.de



MERIDIANS PA

Fitness. Wellness. Bodycare.