

Foto: Phil Knott/Virgin Records, America

ALSTER

MAGAZIN

LOCAL PEOPLE & LIFESTYLE

JEDEN TAG
EIN NEUER
TIPP



STYLE

COOLE ABEND-OUTFITS

Länder

SPIEL

KARTEN FÜR DAVIS CUP AM
ROTHENBAUM ZU GEWINNEN

TOP TERMINE

SPASS FAKTOR

ALSTER-VERGNÜGEN
ERFINDET SICH NEU

Willkommen

JOSS STONE
SINGT IN
HAMBURG

**0% Leasingangebot
für Geschäftskunden!**

Nur bis zum 30.09.2012

firstbite GmbH, Osterstraße 102, 20259 Hamburg
fon 040-288058080, www.firstbite.de



Individuelle Betten für jedermann



Bequem

Das angeformte Kopfstück lädt zum angenehmen Lesen, Fernsehen oder Frühstück ein.



Stilvoll

Handarbeit und feinste Stoffe, verbunden mit höchstem Komfort durch moderne Lattenroste oder Boxspringsysteme.



Elegant

Geschmackvoll arrangierte Stoffe lassen viel Stauraum und die manuell verstellbaren Lattenroste unsichtbar werden.

Jedes Bett ist ein Einzelstück

Es wird individuell nach Ihren Wünschen in unserer Tischlerei gefertigt. Sie kombinieren aus verschiedensten Kopfteilen, Bettkästen, Füßen, Stoffen und Matratzen. Auch Sondermaße oder Boxspring (doppelt gefedert) für den anspruchsvollen Schlafkomfort sind möglich.

Flexibel

Mit einem Handgriff wird aus diesem modernen und platzsparenden Sofa ein vollwertiges Einzel- oder Doppelbett.



Altersgerecht

Variabel in der Höhe, mit motorischer Kopf- und Fußteilverstellung.



Persönliche Beratung, liebevolle Handarbeit und hochwertige Materialien gewährleisten gesunden und erholsamen Schlaf zu vernünftigen Preisen.



Hansa Engel-WERK

Besuchen Sie unsere Ausstellung:
Mo-Do 8-17 Uhr, Fr 8-16 Uhr, Sa 9-13 Uhr

Weidende 5 · 22395 Hamburg
Tel. 040/601 85-27/-87
www.hansa-engel.de



Bekannt & interessant

In Hamburgs hochwertigstem Lifestyle-Magazin könnte Ihre Anzeige stehen!

Unser Magazin ist bereits in Vorbereitung

Anzeigenberatung:
Gabriele Bergerhausen (Tel. 040 / 538 9 30 55;
E-Mail: g.bergerhausen@alster-net.de)

Hesse, heute?

VON WOLFGANG E. BUSS



Es ist eine ganz persönliche und intime Frage, die nach dem **Lieblingsbuch**. Welches nennen wir? Dürfen wir nur eines nennen? Und müssen ehrlich sein? Was von Mann, Lessing, Wolf? Oder Rilke? Darf man auch antworten: Meine Lieblingshobbys sind Lesen, Reisen, Spaziergehen. **Hesse nennt man nicht!** Kann falsch ausgelegt werden, hinderlich in der Vita. Nee! „Damals

- ja - da konntet ihr Hesses Bücher in der Vita nennen - da gab es Vollbeschäftigung.“

Man hat ihm den Literaturnobelpreis verliehen! Trotzdem nicht Hesse! Jetzt feiern wir seinen 50. Todestag. 150 Millionen Hesse-Bücher wurden weltweit verkauft.

Schwer zu verorten ist er, darum verschmäht, nicht deutschümelnd, Heimat-untreu, **unangepasst**, nichtchristlich, ohne klares Richtig oder Falsch. Und überhaupt: Weltfremd ist er, mit fernöstlicher Philosophie beschäftigt, begeistert nur pubertierende Jugendliche. Wer hat da den Mut zu sagen: **Ausgerechnet Siddhartha von Hermann Hesse ist mein Lieblingsbuch!** Damals - und noch immer!

Siddhartha / Location: Indien; Setting: vor 2.500 Jahren; Spirit: Sinnsuche, dogmenfrei; Hauptfigur: Sinnsucher. Ein schmales Bändchen. Siddhartha ist Essenz. Es ist das pure Verstehen. Nicht erklären. Der Weltenklang. Das Om. Nicht Musiktheorie.

Ja, Siddhartha ist mein Lieblingsbuch!

„**Was ist Erleuchtung?**“, fragte der Mönch seinen Meister, der mit klarer Miene antwortete: „Das ist leicht erklärt! Vor der Erleuchtung ist Wasserholen und Holzhacken - und nach der Erleuchtung ist Wasserholen und Holzhacken.“ Wie bitte? Keine Wunder, kein Paradies, keine Erlösung, kein In-den-Himmel-Kommen? Nö.

Hier ist dein Leben, **hier** ist alles, was du hast, und es ist wunderbar. Das ist das Tröstliche. Aber es ist nicht andauernd, **nicht konstant**, somit nicht durchgehend sexy. Dafür steht Siddhartha. **Alles ist im Fluss**, auch Sinn und Unsinn.

Das Leben hat nur so viel Sinn, wie wir im Stande sind, ihm zu geben. Zitat. Natürlich haben sie Hesse dafür gehasst oder, bitterer noch, verspottet, die Alles-Besserwisser, die Sich-immer-auf-irgendetwas-berufen-Könnenden, die Unsere-wirkliche-Aufgabe-Kennenden, die Heils-Gläubigen.

Wir fanden uns wieder bei Hesse, damals. Weil er als Einziger der Institution Schule, der „feigen Übermacht der Lehrer“ gegenüber - wie er es später nennen sollte - **feindlich** gesinnt war. Jener Übermacht, die **genau wusste, was gut für uns ist**, und uns dazu erzog, die halbe Welt zu zerstören. Und uns selbst. Hesse schmiss die Schule, wurde Autodidakt - und Pazifist.

Wie lange noch? Dann werden sie ihn wieder **lesen oder verschlingen**, die dann Jungen. Nach ihrem **Sich-satt-gelebt-Haben** an der Dekadenz von Macht, Erfolg, Karriere und dem genauen Wissen, was man will. Als sei Leben heutzutage in den Griff zu bekommen, genauso, wie Windows 7 endlich stabil läuft.

Dann werden sie wieder Siddhartha lesen, Unterm Rad und den Steppenwolf, weil sie ihre Vernunft und die Überdosis an Klarheit im Lebensentwurf in den Burn-out getrieben hat. Dann sehnen sie sich nach Hesse, nach Widersprüchlichkeit, nach Irrationalität, nach Leben. Alles ist im Fluss, auch das, was du verstanden hast, zerfließt. Das macht alles Handeln so verzeihlich.

Dafür liebe ich Hesse und seinen Siddhartha. Am 9. August 1962 haben sie Hesse begraben. **Siddhartha lebt.** w.buss@alster-net.de



Exklusive Leuchten

Antiklampen und Schirmanfertigung

Stilleuchten Götzl

Inh. S.Menk e.K.

in 22145 Hamburg-Rahlstedt · Fasanenweg 2

BAB-Abf. Stapelfeld, Nähe U-Bhf. Berne

Telefon: 040/644 85 79 · Fax: 040/644 75 12

www.stilleuchten-goetzl.de

10 Fachbetrieb für historische Fahrzeuge
Zertifiziert nach der Kfz-Innung
Raimund Rübcke

Kfz-Meister-Innungsbetrieb

- Servicearbeiten für alle Jaguar-Modelle und BMW-Minis
- Prüf-/Testgeräte für alle PKW
- Oldtimer- und Youngtimer-Service
- Karosseriearbeiten
- TÜV- und AU-Abnahme

Wir holen und bringen Ihr Fahrzeug

22087 Hamburg, Mühlendamm 78-80/Hohenfelder Allee 27
Tel. 040-220 53 85 / Fax 040-220 58 94
www.aldtinter-hamburg.de / www.auto-ruebcke.de

Wir machen, dass es fährt!

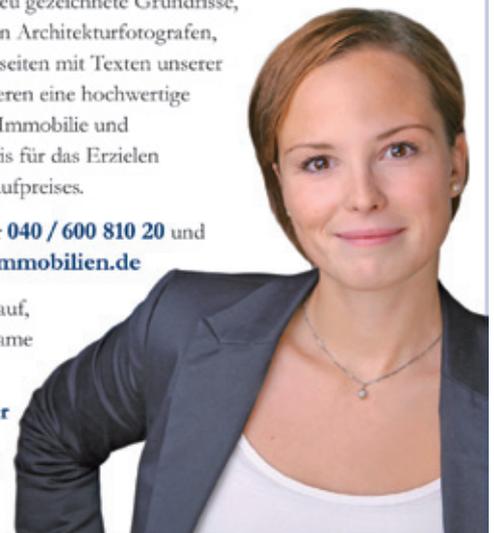
Immobilien mit Gewinn verkaufen

Günther & Günther Immobilien – Als inhabergeführtes Familienunternehmen mit langjähriger Markterfahrung erhalten Sie von uns eine kompetente, persönliche und hanseatische Betreuung. Professionell gestaltete Verkaufsexposés, neu gezeichnete Grundrisse, Fotoaufnahmen von Architektur Fotografen, Anzeigen und Webseiten mit Texten unserer Redakteure garantieren eine hochwertige Präsentation Ihrer Immobilie und schaffen so die Basis für das Erzielen eines optimalen Kaufpreises.

Weitere Infos unter **040 / 600 810 20** und www.guenther-immobilien.de

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen gemeinsame Wege zu gehen.

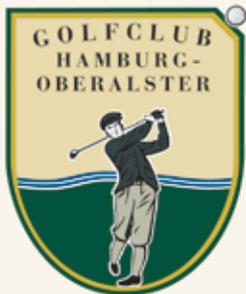
Ihre Karin Günther
Verkaufsleitung
Wohnimmobilien



GÜNTHER & GÜNTHER
IMMOBILIEN AUS LEIDENSCHAFT

„Members only“ – so wird der Golfsport wieder exklusiv!

Unweit von Hamburg-Duvenstedt entsteht in Kürze der **GOLFCLUB HAMBURG-OBERALSTER**, für den es nur eine limitierte Anzahl an Mitgliedschaften geben wird.



„Members only“ bedeutet: keine Greenfee-Spieler, keine Wartezeiten durch Greenfee-Spieler oder Hotelgäste und keine Fremdtourniere. Dazu gehören ein erstklassiger Service, ein optimal gepflegter Platz und eine Spitzengastronomie im Clubhaus.
Dies garantiert Exklusivität als echtes Privileg.

Weitere Informationen erhalten Sie auf Anfrage.

info@golfclub-oberalster.de | Telefon 0173 / 21 48 448

GOLDEN CUT FRISEUR

M. Akyol

Wir bieten Ihnen in unserem Salon den gesamten Service zu günstigen Preisen. Unsere qualifizierten und freundlichen Mitarbeiter beraten Sie.

Damen
Trockenhaarschnitt: 13 €
Waschen, schneiden föhnen: ab 20 €
Haare färben anschl. Strähnen: 55 €

Herren
Trockenhaarschnitt: 11 €
Waschen, schneiden: 15 €
Bartschneiden: 7 €

Kinder bis 12 Jahre
Haarschnitt: 8 €

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr.: 9.00 - 19.00 Uhr
Sa.: 9.00 - 18.00 Uhr

Tel.: 040-229 48 778

Mundsburger Damm 53
22087 Hamburg



Gefahr für Ihre Erbschaft?

Testamentsberatung
Nachlassabwicklung
Patientenverfügung
Hinterbliebenenbetreuung

Anwaltskanzlei an der Moorweide

RA Sven Kraglund
Moorweidenstr. 8 • 20148 Hamburg
Telefon: 440421 / www.erbe-sichern.de



Foto: Maria Heggemann

Klärt wichtige Fragen:
Jürgen Busse S. 8

An Bord: Hamburger
Wirtschaftsgrößen S. 26

INHALT

Magazin

- 3 Kolumne
- 6 **Tipps: Coole Live-Musik** für Hamburg
- 8 Comedian **Jochen Busse** über die Frage, ob Seitensprünge die Ehe retten
- 10 Wir verlosen einen **Trash-Krimi**
- 12 Theater über **zerbrechende Familien-Scheinwelten** in Winterhude
- 14 CDU-Politikerin **Katharina Wolff** über gewichtige Probleme
- 16 **Das neue Alster-Vergnügen:** Wir nennen die Highlights
- 19 Außergewöhnliche **Fingerkunst** auf Kampnagel
- 20 **Mitmachen und Karten** für den **Davis Cup** gegen Australien gewinnen
- 47 Ladies lunchten für den **guten Zweck** und ein Verleger als Netto-Sieger
- 50 Vom Umzug einer **Players Night** und auflegenden Politikern

23 Termin-Tipp für die Meile!

Eppendorf

24 Will sich treu bleiben: der neue deutsche Soul-Star **Y'akoto**

Pöseldorf

26 Melderekord bei der traditionellen **Regatta** der Hamburger Wirtschaft

Servicethemen

- 28 Alster med: Heilung für Körper und Geist durch Berührung
- 32 **Fit & schön:** Diäten – ein Selbstversuch in der Redaktion
- 36 Besser hören & sehen: Den **Tinnitus** austricksen
- 40 Bauen & renovieren: Tipps für die **richtige Farbe** in Innenräumen
- 44 Immobilien: So treten Sie die Nebenkostenbremse
- 46 Kleinanzeigen/Impressum
- 48 Sharepoints unserer Partner

MAG

21 Trendige **Abendmode** für die Alster-Dame

Vom Newcomer zum Soul-Star: Y'akoto S. 24



Foto: Nils Bergmann



Foto: Marc OPolo

Stylisch:
perfekte
Mode für den
gelungenen
Abend S. 21



Designermode gesucht!

Direkter Ankauf - Barzahlung sofort

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

Jil Sander • Boss • Escada etc.!

Wir holen auch ab!

Second  Herzog

Mo. - Fr. 10 - 18 Uhr / Sa. 10 - 14 Uhr • Straßenbahning 17
20251 Hamburg • Tel.: 87 88 28 93 • www.secondherzog.de



Gleittüren Schränke

in jeder Abmessung
und Oberfläche
direkt vom Hersteller

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

Wir machen Ihren Möbeln Beine...



Spedition Zurek GmbH Hamburg

UMZÜGE
-WELTWEIT-

MÖBELTRANSPORTE - MONTAGEN UND LAGERUNG
hamburg@spedition-zurek.de Tel. 040 - 55 61 77 11



NICOLE JAESCHKE
IMMOBILIEN



Aus Liebe zu Immobilien

Nicole Jaeschke Immobilien GbR
Feldbrunnenstraße 52 | 20148 Hamburg
T 040. 41 49 63 62/63 | F 040. 41 49 63 43 | info@nj-immobilien.de
www.nj-immobilien.de

Live in Hamburg

Vorfreude: Die Britin Joss Stone tritt am 11.9. in der Großen Freiheit 36 auf.



Foto: Neila König

MUSIKDOKTOREN

Seit 1982 gibt es sie: „Die Ärzte“. Anfangs noch in der ursprünglichen Besetzung mit Bela B., Farin Urlaub und Sahnne. Letzterer musste allerdings bereits vier Jahre nach der Gründung die Band verlassen. 1993 komplettierte Rodrigo Gonzalez „Die Ärzte“. Die selbst ernannte „beste Band der Welt“ ist in Deutschland so erfolgreich wie kaum eine andere Musikgruppe. Ihr neuestes Album trägt den Titel „auch“. Fr., 24.8. auf der Trabrennbahn Bahrenfeld. Karten: ca. 40 Euro. Kartentel.: 01805 83 30 80. Beginn: 19 Uhr.

COVERTRIO

The Baseballs – das sind Sam, Digger und Basti. Seit 2007 stehen sie zusammen auf der Bühne. In ihrem Repertoire befinden sich Coversongs wie Chasing Cars oder auch Umbrella. Das aktuelle Album heißt „Strings' n' Stripes Live“ und wird auf großer Deutschlandtournee präsentiert. Sa., 25.8. auf der Stadtpark Freilichtbühne. Karten: ab 41 Euro. Kartentel.: 01805 57 00 70. Beginn: 19 Uhr.



Foto: Matthias Böttcher

ÜBERSEESTAR

Kimbra dürfte spätestens seit ihrem zusammen mit Gotye eingesungenen Megahit „Somebody That I Used to Know“ in aller Munde sein. Mit zehn Jahren schrieb Kimbra ihren ersten Song. Ihr erstes Album „Vows“ präsentiert Kimbra derzeit auf ihrer Tour. Do., 6.9. im Gruenspan. Karten: ab 21 Euro. Kartentel.: 01805 57 00 70. Beginn: 20 Uhr.



Foto: Tom Kerr

SOULSISTER

Eigentlich heißt sie Jocelyn Eve Stoker – viele kennen sie besser unter ihrem Künstlernamen **Joss Stone**. Die britische Soulstimme schaffte 2003 gleich mit ihrem ersten Album „The Soul Session“ den internationalen Durchbruch. 2011 versuchte sich Joss Stone zwischenzeitlich an dem Bandprojekt SUPERHEAVY mit Mick Jagger und Damian Marley. Jetzt ist Joss Stone allerdings wieder solo unterwegs – mit ihrem neuesten Album „The Soul Session Vol. 2“. Di., 11.9. in der Großen Freiheit 36. Karten: ab 45 Euro. Kartentel.: 01805 57 00 70. Beginn: 20 Uhr.



Foto: Phil Knott/Virgin Records America



Machen Sie Urlaub, wo auch immer Sie wollen – mit bis zu 7% Rückvergütung vom HaspaJoker

Immer mehr Hamburger wollen mit Hilfe ihres Kontos nicht nur Bankgeschäfte erledigen, sondern einen zusätzlichen Mehrwert erleben. „Fliegen Sie doch mal mit Ihrem Konto in den Urlaub und genießen Sie bis zu sieben Prozent Rückvergütung“, empfiehlt Michaela Glashoff, Leiterin der Haspa-Filiale an der Eppendorfer Landstraße/Ecke Schrammsweg. „Davon können Sie Ihre Lieben ins CinemaxX einladen – und dabei gleich noch einmal sparen“, ergänzt ihr Kollege Andreas Hiller vom Klosterstern. Die Rückvergütung gibt es übrigens auch für diejenigen, die mit dem HaspaJoker Tickets für Konzerte, Theater, Musicals und viele andere Veranstaltungen buchen. Was unglaublich klingt, ist beim HaspaJoker normal.

Dieses Konto kann noch viel mehr: „Das fängt bei attraktiven Rabatten in vielen Geschäften und auf dem Hamburger Dom an, geht weiter über grünen Strom und günstiges Gas bis zu vielfältigen Serviceleistungen“, zählt Heike Stratmann auf, die die Filiale am Eppendorfer Marktplatz leitet. Das Angebot reicht bis zum VIP-Service, der einem organisatorische Arbeiten abnimmt – von der Tischreservierung im Restaurant bis zur Vermittlung von Dienstleistern und Handwerkern.

„Mit dem Konto hat man immer einen Helfer für den Notfall an seiner Seite“, sagt Dirk Ostmann, Filialleiter an der Rothenbaumchaussee: weltweit Notgeld-Service und Bargeld-Versicherung, Karten-Schutz, Schlüsselfund-Service und vieles mehr. Nicht ohne Grund ist der HaspaJoker mit mehr als 580.000 Konten Europas erfolgreichstes Mehrwert-Banking-Programm.

Die Kunden können zwischen insgesamt fünf Vorteilkonten

wählen: Neben drei HaspaJoker-Konten (smart, comfort, premium), die sich in Leistungsumfang und Preis unterscheiden, gibt es spezielle Konten für Schüler und Auszubildende (intro) sowie für Studenten (unicus). Das Deutsche Institut für Service-Qualität hat den HaspaJoker premium zum zweiten Mal in Folge als bundesweiten „Testsieger Mehrwertkonten“ ausgezeichnet.

Mit rund 370 eigenen Geldautomaten sowie rund 250 Filialen und Kundencentern verfügt die Haspa über das dichteste Bankservicenet in der Metropolregion Hamburg. Zudem können die Kunden auch an bundesweit mehr als 25.000 Geldautomaten der Sparkassen-Finanzgruppe kostenlos Geld abheben.

Die Mitarbeiter in den Filialen informieren Sie gern über die Details zu den HaspaJoker-Konten.

Die Haspa finden Sie überall in Ihrer Nähe.
Zum Beispiel hier:

Eppendorfer Landstraße 2
Tel. 040 3579-5355

Klosterstern 5
Tel. 040 3579-5320

Eppendorfer Landstraße 86
Tel. 040 3579-5444

Rothenbaumchaussee 119
Tel. 040 3579-6911

Eppendorfer Marktplatz 5
Tel. 040 3579-5353

Individualkunden-Center:
Klosterstern 5, Tel. 040 3579-9518

Meine Bank heißt Haspa.

Haspa^{ES}
Hamburger Sparkasse

Aufhören? Noch lange nicht!



Er ist ein **Urgestein der deutschen Comedy-Szene** und mit seinen 71 Jahren fitter als so manch 50-Jähriger: **Jochen Busse**. Aktuell ist er in der **Komödie Winterhuder Fährhaus** mit dem Stück „**In jeder Beziehung**“ zu sehen und überzeugt mit bissigen Sprüchen und viel Ironie.

Alster-Magazin: Herr Busse, worum geht es in dem Stück?

Jochen Busse: Um Sie und Ihn und darum, dass es nach 24 Jahren nicht mehr so läuft. Gute Freunde raten ihnen dann, dass nur durch einen Seitensprung wieder Schwung in die Ehe kommt. **Was ist das Besondere an Ihrer Rolle?**

Das es eben nichts Besonderes ist. Es kann jeder sein. Ein durch-

schnittlicher Mensch. Der mit allem zufrieden ist und erst erfahren muss, das sein Glück nicht vollkommen ist.

Finden Sie Parallelen zu Ihrem Leben?

Ja! Ich bin seit 24 Jahren verheiratet, wenn auch mit verschiedenen Frauen, und habe einen Beruf, der mich ausfüllt. Ich bin glücklich. Aber was mich unterscheidet, ist, dass ich mir von keinem sagen lasse, wie das Glück aussehen soll.

Was macht für Sie die perfekte Beziehung aus?

Das man daran arbeitet. Denn per se gibt es sie nicht. Das ist wie beim autogenen Training. Das kann man nie, also macht man es immer wieder.

Ihre berufliche Bandbreite ist beeindruckend. Kabarett, Theater, Fernsehen. In welchem Bereich fühlen Sie sich am wohlsten?

Es ist schon toll, nach 2 Stunden auf der Bühne den Schlussapplaus

zu bekommen. Am nächsten Tag kann man dann wieder daran tüfteln und es besser machen. Im Fernsehen wüsste ich kein Format für mich.

Im Stück bekommen vor allem Politiker ihr Fett weg. Ist das der Spagat zum Kabarett?

Wenn man so will, ja. Man muss aber auch Menschen nehmen, die das Publikum kennt. Und Politiker tun ja so, als hätten Sie keinen Unterleib. Damit bieten Sie sich für solche Sachen an.

pro aurum
Edelmetalle, Münzen, Barren.

AB OKTOBER IN HAMBURG.

Bei pro aurum arbeiten heißt, in Edelmetallen zu denken.

Innovationskraft in Kombination mit einem ausgeprägten Fachwissen im Team sind die Grundlagen für den Erfolg von pro aurum am Markt. Als Dienstleister für Privatkunden, Banken, Vermögensberater und Händler bieten wir neben dem An- und Verkauf von Gold, Silber, Platin und Palladium auch einen eigenen Fonds, Verwahrmöglichkeiten und eine numismatische Abteilung an.

BEWERBEN SIE SICH NOCH HEUTE.

- Filialdirektor/in
- Stellvertretende/n Filialdirektor/in
- Kassierer/in

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage: www.proaurum.de



Sie sind mittlerweile 71 Jahre alt. Kommt da der Gedanke ans Aufhören?

Mein Freund Dieter Hildebrand hat mal gesagt, solange ich die zwei Stufen auf die Bühne hochkomme, mache ich weiter. Natürlich muss aber auch der Kopf mitmachen. Und eigentlich fände ich es eine Unverschämtheit aufzuhören, wenn es den Leuten so Spaß macht, mir zuzuschauen. Und wenn wir ehrlich sind, gibt es auch nur wenige, die die Menschen wirklich zum Lachen bringen. Die meisten sind leider schon tot.

Ihr Alter sieht man Ihnen nicht an. Womit halten Sie sich fit?

Seit 1982 mache viel ich Yoga. Und außerdem mache ich jeden morgen Hula Hoop. Zehn Minuten lang, ohne dass der Reifen den Boden berührt.

Maria Heggemann

m.heggemann@alster-net.de

Bringt ein Seitensprung frischen Wind in die Ehe? Leah (Claudia Rieschel) und Paul (Jochen Busse) wollen es probieren.

VERLOSUNG:

Die Komödie Winterhuder Fährhaus zeigt bis zum 9.9. „In jeder Beziehung“ (Kartentel.: 48068080). Wir verlosen **2x2 Karten** für den 28.8. um 19:30 Uhr. Senden Sie uns eine Karte mit dem Stichwort „Busse“ an: Alster-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder per E-Mail an m.heggemann@alster-net.de. Einsendeschluss: 24.8.



WOLFFHEIM WOLFFHEIM
IMMOBILIEN

Klassiker für höchste Ansprüche in Bestlage von Harvestehude

Eigentumswohnung im 3. OG mit Fahrstuhl, 222 m², 7 ½ Zimmer Bestzustand, alle Stilelemente, Balkon, Loggia, KP auf Anfrage

Telefon 040 - 460 59 39 | www.wolffheim.de

SCHULE
STAATLICH ANERKANNTE BERUFSFACHSCHULE
FÜR SCHAUSPIEL HAMBURG

BERUFSBEGLEITENDES
SCHAUSPIELTRAINING
KOSTENLOSES INFOGESPRÄCH
am 16/09/12

ICH WILL SCHAUSPIELER WERDEN!

Der erste Schritt zum Beruf des Schauspielers: Einfach vorbeikommen. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Oelkersallee 33 // 22769 Hamburg
www.SCHAUSPIELSCHULE-hamburg.com

adRem
INTERIOR

Special: Rabatt auf über 250 Tische

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

BEWERBT EUCH JETZT FÜR DEN SOZIAL-OSKAR!

Beim **HAMBURGER HERBSTEMPfang** am **30. Oktober** werden auch in diesem Jahr wieder Jugendliche, die sich mit herausragendem **sozialem Engagement** hervorgetan haben, ausgezeichnet. Eine prominent besetzte Jury ermittelt drei Sieger, die mit dem „Sozial-Oskar“ (von der HASPA gestiftet) geehrt werden. Einer von ihnen könntest Du sein! Du bist mindestens 13 Jahre alt und sozial engagiert? Dann solltest Du Dich bis zum 30. August bewerben! Auch Eltern, Lehrer, Freunde oder Einrichtungsleiter können Jugendliche vorschlagen, die ihnen besonders preisverdächtig vorkommen. In der Bewerbung sollte die Art des sozialen Engagements deutlich beschrieben sein, damit die Jury sich ein klares Bild verschaffen kann. Bewerbungen (bitte mit Telefonnummer) an jury@alster-net.de. (Weitere Infos: www.hamburger-herbstempfang.de)



Zwei, die in ihren Hauptrollen glänzen: Axel Milberg als Pilot Lothar Blanck flirtet mit Niki Greb (Landchaftsfotografin Charlotte Sternberg).

Foto: Heikoni Medien/RatWijsch

Mords- Überraschung

In diesem **Krimi** hat die Polizei eine harte Nuss zu knacken: Was macht ein **toter Taucher** im Neoprenanzug mitten im Wald?

Nicht das einzige Problem, denn es findet sich auch noch eine Sporttasche mit den zerstückelten Resten einer Frau. Die Morde kommen Kommissar Hartwich (**Dieter Pfaff**) ungelegen, da er kurz vor seiner Pensionierung steht. Hinzu kommt ein übermotivierter Kollege und Nachfolger (**Jens Schäfer**). Das gegensätzliche Duo geht den Spuren nach und macht interessante Entdeckungen, die neue Fragen aufwerfen. Der überaus skurrile Krimi „Der tote Taucher im Wald“ aus dem Jahre 2000 ist das Debüt Marcus Rosenmüllers und jetzt als DVD erhältlich. Eine Mischung aus Tatort-Charme und Krimikomödie. Und zwar eine topbesetzte. Neben Dieter Pfaff und **Axel Milberg** glänzen weitere Stars: **Johannes B. Kerner** läuft als dünner, schnöseliger Jogger und Leichenfinder durch das Bild, **Ingo Naujoks** versucht mit einem geklauten Auto seine Kasse aufzubessern, **Michaela Schaffrath** – leider mit kleinem Manko für alle Männer, die Bestimmtes erwarten – dient als komplett angezogene Sekretärin und **Uwe Ochsenknecht** ist ein klasse schmuddeliger Hehler! Spaß garantiert. Vor allem, weil der Zuschauer den ersten „Mord“ sieht, der zweite aber am Schluss zu unerwarteter Hochspannung führt! Auch positiv: Die Nebendarsteller und ihre teils absurden Handlungen kommen eher britisch als deutsch daher. **Fazit: ungewöhnliche, aber sehenswerte Krimi-Comedy.**

js



Verlosung:

Das Alster-Magazin verlost 3 Exemplare der DVD „Der tote Taucher im Wald“ von Telepool (ca. 90 Min., FSK 12, Regie: Marcus O. Rosenmüller). Wer ein Exemplar gewinnen möchte, der sendet eine Postkarte an: Alster-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an: j.sachtleber@alster-net.de. Einsendeschluss: 31.8.

www.niemerszein.de

E NIEMERSZEIN
EDEKA

Alles Gute für Sie!
seit 1965

Supermärkte für höchste Ansprüche!

Kostenlose Parkplätze vorhanden

<p>AM ROTHENBAUM Hallerstr. 78 ☎ 410 86 52 Montag - Sonnabend bis 21.00 Uhr geöffnet!</p>	<p>IN PÖSELDORF Milchstr. 1 ☎ 44 56 60 Montag - Sonnabend bis 21.00 Uhr geöffnet!</p>
<p>AM HOFWEG Hofweg 81 ☎ 22 73 82 80 Montag - Sonnabend bis 21.00 Uhr geöffnet!</p>	<p>AM MÜHLENKAMP Mühlenkamp 45 ☎ 27 87 79 53 Montag - Sonnabend bis 21.00 Uhr geöffnet!</p>

1 Stunde kostenloses Parken für unsere Kunden auf dem Parkdeck

Lieferservice ins Haus:
Mittwoch bis Freitag im Raum Harvestehude, Uhlenhorst und Winterhude.

Kino, Kino!

„To Rome With Love“ – so heißt das neueste Werk von Altmeister **Woody Allen**. Ende August erscheint die vielversprechende Komödie. Wir haben sie bereits vorab angeschaut.

„To Rome With Love“ erzählt die Geschichte einer Reihe von Charakteren, die sich in der Ewigen Stadt begegnen. Da wäre zum Beispiel der gescheiterte Opernregisseur Jerry (Woody Allen), Architekturstudent Jack (Jesse Eisenberg), der sich in Monica (Ellen Page), die beste Freundin seiner Freundin verliebt, der Durchschnittsrömer Leopoldo (Roberto Benigni) und das stadtbekannteste Callgirl Anna (Penélope Cruz), das unverhofft als verheiratete Frau dasteht...

Fazit: Eine unterhaltsame und vielseitige Komödie. Woody Allen begeistert als unverständener Opernregisseur im Ruhestand. et



Foto: © TOBIS Film



Ein Callgirl im Wald:
Penélope Cruz alias Anna.

Wussten Sie eigentlich ...

... dass wir beim **Stresstest 2010** von **91 europäischen Banken** auf **Platz 7 eingestuft** wurden?

Auch im Jahr 2011 wurden wir nach interner Berechnung auf diesem Platz notiert. Gehen Sie mit uns den dänischen Weg im Private Banking!

Persönlich. Ehrlich. Nah.
jbpb.de



Jyske Bank · Ballindamm 13 · 20095 Hamburg · Tel.: 040 / 3095 10-0 · E-Mail: privatebanking@jyskebank.de

Jyske Bank Private Banking ist eine Geschäftseinheit der Jyske Bank A/S, Vestergade 8-16, DK-8600 Silkeborg, CVR-Nr. 17616617. Die Bank wird von der dänischen Finanzaufsicht beaufsichtigt.

JYSKE BANK
PRIVATE BANKING



Alles gut? Von wegen! Rabea Lübbe, Konstantin Graudus, Meike Harten und Philipp Weggler (v.l.) zeigen, wie schnell der Traum vom „Mustermann-Familienleben“ platzen kann.

Foto: Oliver Fantitsch



ScheinWelt!

Oft zerplatzt der Traum vom harmonischen Familienleben wie ein Luftballon. Wie das aussehen kann, zeigt der **Harvestehuder** Regisseur **Harald Weiler** gerade im Stück **„Der Wind macht das Fähnchen“** in Winterhude.

Was hat Sie bewogen, das Stück aufzuführen?

Harald Weiler: Der gute Text und die besondere Spielweise, die er erfordert. Unter anderem ein sehr hohes Tempo, denn die Schauspieler müssen sich blitzschnell immer wieder in neue Situationen katapultieren. Sie spielen nämlich ihre Hauptfiguren: Vater, Mutter, Sohn und Tochter und haben daneben schnelle Wechsel in alle anderen Personen, die im Stück vorkommen. Diese passieren ohne Kostümwechsel. Das ist sehr überraschend und macht großen Spaß!

Die Kontraste-Reihe bringt schwarze, kritische Komödien.

Was kritisiert dieses Stück?

Dass wir heutzutage immer mehr zu Einzelkämpfern werden und es immer weniger um ein gemeinsames Erleben geht. Dazu kommt die Auswirkung aktueller Themen wie die Bedrohung der Existenz und drohender Arbeitsverlust.

Hat der Inhalt bei Ihnen dazu geführt, das eigene Leben zu reflektieren?

Ich habe durch die Beschäftigung mit dem Thema Familie natürlich sehr viel an meine eigene gedacht. Und an die Möglichkeiten, die meine Eltern hatten. Auch bei uns gab es eine Phase, in der ich mich mit ihnen nicht verstanden habe. Eltern sollten ihren Kindern Zeit geben, sich zu entwickeln.

Mit welchen Gedanken wird der Zuschauer aus dem Stück gehen?

Ich hoffe natürlich, dass die Zuschauer sich erst einmal gut unterhalten haben. Ein schöner Gedanke wäre: Mein Leben ist ja gar nicht so schlimm.

Kai Wehl

Tipp und Verlosung:

Die Komödie Winterhuder Fährhaus zeigt in seiner Reihe **Kontraste** noch bis zum 29. September das Stück **„Der Wind macht das Fähnchen“** von Philipp Löhle. Unter der Regie von Harald Weiler spielen Meike Harten, Konstantin Graudus, Rabea Lübbe und Philipp Weggler die Geschichte einer Familie, dessen Welt in bester Ordnung ist. Vater, Mutter, Sohn und Tochter lächeln regelmäßig in die Kamera, bis klar wird, auch bei Familie Mustermann gibt es Geheimnisse und Konflikte. Es kracht. Als dann auch noch Papis Wagemut in der Internetblase zum Bumerang wird, zerplatzt das harmonische Kleinbürgeridyll endgültig. Und alle holen ihre Messer raus ...
Karten: 21/erm. 16 €, Kartentelefon: 480 680 80

Mit uns können Sie das Stück am 31.08. auch for free erleben:

5x2 Karten gewinnen!



Zum Mitspielen QR-Code mit Smartphone scannen. Wir verlosen an 5 Tagen je 2 Karten! Für alle, die keine QR-Codes lesen können – das Spiel geht auch auf www.alsterdeal.de.

Die Weltneuheit bei Bode Hörakustik:

Das neue Im-Ohr-Hörgerät

Intigaⁱ

Premium-Qualität im Minimum-Format.

Obwohl das Hörgerät Intigaⁱ so winzig ist, profitieren Sie von neuester Spitzentechnologie. Es ermöglicht Ihnen allerbestes Hören und Verstehen in jeder Situation.

Das Hörgerät Intigaⁱ ist zu 100 % unsichtbar – garantiert!

Intigaⁱ sitzt so weit in Ihrem Gehörgang, dass es von außen nicht mehr zu sehen ist. Ein transparenter Zugfaden sorgt dafür, dass Sie das Gerät ganz einfach aus dem Ohr nehmen können.



Hörgerät49 macht's möglich:

Intigaⁱ jetzt für nur 49 Euro im Monat

Mit „Hörgerät49“ bieten wir Ihnen ein Zahlungsmodell, das Hörgeräte aller Klassen für jeden erschwinglich macht: Sie können Ihr Wunsch-Hörsystem ganz bequem in kleinen Monatsraten

bezahlen. So erhalten Sie jetzt auch das neue Premium-Hörgerät Intigaⁱ von Oticon für nur 49 Euro im Monat. Und zusätzlich können Sie sich **jetzt einen exklusiven Preisvorteil von 196 Euro**

sichern! Denn zur Produkteinführung von Intigaⁱ schenken wir Ihnen pro Ohr zwei Raten zu je 49 Euro. Bringen Sie einfach den unten stehenden Gutschein mit. Wir freuen uns auf Sie!



EINFÜHRUNGSANGEBOT:

Intigaⁱ kostenlos Probe tragen und 196 Euro Preisvorteil sichern!

Beispiel für Intigaⁱ 8: Verkaufspreis pro Ohr 2.200 Euro, mit ärztlicher Verordnung pro Ohr 1.807 Euro; oder pro Ohr 49 Euro pro Monat bei 43 Raten inkl. Zinsen.



Stefan Schumacher,
Hörgeräteakustiker-Meister in Winterhude:

„Intigaⁱ ist im Ohr völlig unsichtbar und für jeden erschwinglich – testen Sie es selbst!“

Bode Hörakustik
Alsterdorfer Straße 9
(Ecke Winterhuder Markt)
22299 Hamburg-Winterhude
Tel.: 41 35 72 61
www.bode-hoerakustik.de

Öffnungszeiten:
Mo–Fr 9–18 Uhr, Sa 9–13 Uhr



Gutschein zum Hören und Sparen

Wert:
196 €

Bei Vorlage dieses Gutscheins erhalten Sie einen professionellen Hörtest kostenlos – und Ihre Höranalyse-Daten gleich zum Mitnehmen. Anschließend tragen Sie das Mini-Hörsystem Intigaⁱ **kostenlos 14 Tage zur Probe.**

Sparvorteil im Wert von 196 EUR sichern: Auch wenn Sie sich nach dem Intiga-Test noch nicht für Hörgeräte entscheiden möchten, bleibt der Spar-Gutschein weitere 6 Monate gültig.

Gültig bis zum 30.09.2012. Ein Gutschein pro Person einlösbar. Sparvorteil pro Ohr 2x49 Euro; bedingungslos 196 Euro. Keine Barauszahlung möglich.



So klein ist das Intigaⁱ



IHR SPEZIALIST IM OHR

Das Diäten-Debakel ke

Politikerin, Sängerin, Unternehmerin und Diätenkennerin – all das kann sich **Katharina Wolff** mit ihren gerade mal 28 Jahren auf ihre Fahnen schreiben. Wir sprachen mit der **Harvestehuderin** über die (ge)wichtigen Themen in ihrem Leben.

„90-60-90 – das waren noch nie meine Maße. Aber stören tut mich das mittlerweile nicht mehr. Ich

habe vor einigen Jahren mit mir und meinem Körper Frieden geschlossen und fühle mich wohl“, so Katharina Wolff.

Eine Basis, die wahrscheinlich Grundvoraussetzung sein sollte, um ein so vielseitiges und erfolgreiches Leben zu führen wie sie: Im Alter von 16 wurde sie an der Seite ihres

bekanntem Vaters und Sängers Rüdiger Wolff ein Schlagerstar, mit 25 schloss sie ihr Studium als Diplom-Juristin ab, führt heute mit gerade einmal 28 Jahren zwei Unternehmen und wurde letztes Jahr als eine der jüngsten Abgeordneten in die Hamburger CDU-Bürgerschaftsfraktion gewählt. Zurzeit beschäftigt sich die Sozialpolitikerin und Personalberaterin mit einem weiteren gewichtigen Aspekt: Etwa 15 Kilos möchte sie bis Ende des Jahres von den Hüften haben.

Die Politikerin kennt – wie so viele Frauen – das Debakel mit den Diäten: „Ich habe so unge-

fähr jede Diät ausprobiert und weiß über deren Tücken wie Jojo-Effekt oder das unwiderstehliche Gelüst auf Schokolade Bescheid.“ Mit einem speziell auf ihren Typ abgestimmten Abnehmplan soll es jetzt jedoch funktionieren. Und in der Tat ist der Plan bisher aufgegangen: 10 Kilos hat sie in den ersten Monaten bereits abgenommen. Gemeinsam mit ihrer Mutter, einer Ernährungsmedizinerin, hat sie nicht nur ihre eigene Schlankheitskur entwickelt, sondern gibt im Rahmen ihrer neu gegründeten Online-Firma „Impulsdiät“ auch anderen Ernährungstipps.

Vater und Tochter Wolff – nicht nur als Schlagerstars ein perfektes Duo.



Foto: Public Address

KULTUR-GUT-ERHALTEN

Anzeige

Martina Schulz ist Spezialistin, wenn es um Restaurierung antiker Möbel und Holzobjekte, Einbauten, Interieurs und Rahmen geht. Sie hat ihre Werkstatt 1987 in Hamburg gegründet und kennt alle Facetten dieses Marktes. Angefangen hat alles in der elterlichen Tischlerwerkstatt, wo sie als Kind mit ihrem Großvater die Leidenschaft für antike Möbel und besondere Einrichtungsobjekte teilte. Viel Zeit verbrachte sie damit, von ihm alte Techniken zu erlernen. Nach ihrer Ausbildung zur Tischlergesellin in einer renommierten Tischlerei und einigen Jahren im Innenausbau schloss sie, um sich selbstständig zu machen und ihre Leidenschaft für

Antiquitäten in ihre Arbeitswelt zu bringen, gleich die Meisterschule und die Ausbildung zum Restaurator im Tischlerhandwerk für Handwerksmeister an. Der akademische Studiengang steckte zu dieser Zeit noch in den Kinderschuhen. Sie führte erfolgreich ihre Werkstatt, bildete aus und bereitete dann später Praktikanten auf das Studium vor. Einige Jahre führte sie in ihrem Hof in Duvenstedt parallel ein Handelsgeschäft für ausgesuchtes antikes Mobiliar. Bei ihr fand man seine Wunschmöbel in erster Linie unrestauriert und konnte sich sicher sein, dieses nach restauratorisch ethischen Richtlinien restauriert in seine Räume integrieren zu können.

Mit der Geburt ihres Sohnes trennte sie sich vom Handel und konzentrierte sich ausschließlich auf ihr Kerngeschäft. Um auf dem aktuellen Wissensstand zu bleiben, studierte sie nebenbei mehrere Jahre mit Abschluss zur Diplomrestauratorin. Martina Schulz hat über die Jahre ein großes Netzwerk erarbeitet, sie liebt die interdisziplinäre Zusammenarbeit. Gern nutzt sie auch ihre Handelskontakte, um für und mit ihren Kunden nach Lösungen im Bereich Einrichtung, Kaufberatung, Restaurierungsberatung tätig zu sein. Mit ihrem ebenfalls gut ausgebildeten Team kann sie auch große Projekte leicht abwickeln. Jeder Einzelne hat hier sein Spezialgebiet und seine Leiden-

schaft. Bei Martina Schulz sind Sie in kompetenten Händen.
www.martinaschulz.de

**Dipl. Restauratorin
Martina Schulz
Poppenbüttler
Chaussee 110,
22397 Hamburg.
Tel. 607 26 41**

**Stuhl um
1815, nach
Vorlagen von
Friedrich G.
Hofmann vor
und nach der
Restaurierung**



**Mondsichelmadonna,
17. Jahrhundert,
vor und nach
zurückhaltender
Konservierung
und
Restaurierung.**

nnt sie

„Nur meckern ist noch nie mein Stil gewesen. Man muss aktiv sein, um etwas zu verändern und zu bewirken.“ Eine Einstellung, die sie nicht nur mit 18 Jahren in die Politik brachte, sondern eben auch zu einer modernen Unternehmerin gemacht hat. „Bei all meinem Handeln möchte ich aber nicht nur etwas bewegen, sondern ich suche stets den unmittelbaren Kontakt zu Menschen.“

Auf ein gutes Verhältnis zu ihren Freunden und der Familie legt die Businessfrau trotz ihres vollen Terminkalenders Wert: „Ich achte darauf, nicht nur den Spagat zwischen meinen beruflichen Unternehmungen zu schaffen, sondern auch mein Privatleben nicht vollkommen verkommen zu lassen.“ Auch heiraten und eine Familie gründen, möchte sie irgendwann. Zurzeit nutzt die 28-Jährige aber

ihre Flexibilität als Single, um ihren beruflichen Horizont stetig zu erweitern. Und so ist sie bereits am Konstruieren einer neuen, dritten Geschäftsidee. „Bei der dreht sich alles um die Jüngsten unserer Gesellschaft – mehr verate ich aber noch nicht.“

Man darf also gespannt sein, was die Politikerin mit dem Slogan „Junge Ideen. Vertraute Werte“ sonst noch so alles schafft und ob sie ihr gewichtiges Ziel erreicht. *Christiane Kaufholt,*

c.kaufholt@alster-net.de

Durch ihren Kampf gegen die Kilos ist Katharina Wolffs politischer Kampfgeist nicht gemindert.



Foto: Maria Heggemann

Alster-Magazin-Redakteurin Maria Heggemann hat das Diätkonzept von Katharina Wolff getestet. Siehe Seite 32.

Küche und Bad aus allererster Hand

Bei uns finden Sie alles, was das Leben in Küche und Bad total bequem und angenehm macht. Mit Kollektionen von SieMatic und Duravit bieten wir Topqualität zu attraktiven Preisen. Mit besonderen Angeboten beweisen wir regelmäßig unsere Wettbewerbsfähigkeit. Mit Fachberatung und Serviceleistungen auf höchstem Niveau bezeugen wir täglich, wie sehr uns Ihre Zufriedenheit am Herzen liegt.



SieMatic

ellerbrock die küche im stilwerk:
2011 von ZUHAUSE WOHNEN
ausgezeichnet mit der Aufnahme in die
„Top 200 Küchenstudios“

persönlich
gut beraten

-ellerbrock

bad & küche in duvenstedt
Puckaffer Weg 4 · T 040 6 07 62-0
die küche im stilwerk
Große Elbstr. 68 · T 040 38 08 67 70
www.ellerbrock.com

30.8. bis
2.9.
10 - 24 Uhr

ALSTERVERGNÜGEN

Auf ins



Akrobatisch: Die Binnentalster wird zum Schauplatz waghalsiger Stunts!

Vergnügen!

Das **traditionelle Alstervergnügen** hat einen neuen Veranstalter und erfindet sich quasi neu. Das Alster-Magazin ist Medienpartner und nennt die Highlights!

Spaß, Show, Musik und Feuerwerk – das sind die Bestandteile des Alstervergnügens, Hamburgs größten Sommerfests rund um die Binnenalster. Seit 1976 zeigt die Hansestadt im Sommer, was sie kann, in diesem Jahr vom **30.8. bis 2.9.** Diesmal wird es erstmals von der AlsterGbR ausgerichtet. Der Schwerpunkt soll dabei auf dem ursprünglichen Auftrag liegen, die Innenstadt mit Kunst und Kultur zu bereichern.

Auf der **Bühne Jungfernstieg** wird es täglich von 11-13 Uhr (donnerstags 12-13 Uhr) ein **Kinderprogramm** geben. Täglich ab **13.30 Uhr** findet dort außerdem eine **Kochshow** mit dem Chefkoch von Sansibar Sylt, Dietmar Priewe, statt. Natürlich gibt es auf der Bühne auch **spannende Musik-Acts**: So treten am Donnerstag etwa Oceans 5, am Freitag Santiano sowie United Four und am Samstag Harloff, Rudolf Rock & die Schocker und Alexander Knappe auf. Bei der **Kinderlounge Lombardbrücke** bekommen kleine Leute alles, was das Herz begehrt, etwa Kinderschminken, Spiel-, Bastel- und Mitmachaktionen. Die Glücksrad-

Stiftung Naturschutz Hamburg sowie die Loki-Schmidt-Stiftung informieren und ein Riesenrad lockt. Am neuen Jungfernstieg wird derweil ein reichhaltiges **Schach-Programm** geboten: Blitzschachturniere, ein Quiz, eine Schach-Olympiade mit Public Viewing und vieles mehr bringen Besuchern die Welt des Sports der Könige nahe.

Im **Gipsy-Village am Ballindamm** wird dagegen zu Gipsy-Rhythmen (Swing – Flamenco – Folklore) das Tanzbein geschwungen.

Auch auf der Binnenalster selbst ist einiges los: Täglich von 10 bis 19 Uhr gibt's Wakeboarding, am 1.9. ab ca. 15.30 Uhr außerdem die Wake Masters. Wer möchte, kann auf einem Golf-Ponton seinen Golfabschlag üben.

Auch an der Ecke Lombardsbrücke/Ballindamm geht es um Wassersport: Die Segel-Schule Prüsse bietet Schnuppersegeln, die Ruderclubs „Favorite Hammonia“ und „Germania“ laden zum Schnupperrudern und am Sonntag ab 15 Uhr gibt's sogar ein Show-Ruderrennen!

Am Reesendamm heißt es „**Open**

Ship“ auf den Museumsschiffen „Fortuna“, „Moewe“, „Johanna“ u.a. An den Museumsschiffen gibt es ebenfalls Musik: am Freitag singen ab 17 Uhr der HHLA Shanty Chor und Rückenwind, am Samstag Crischan Bauer und Land unter. Das traditionelle Feuerwerk auf der Binnenalster findet übrigens am Donnerstag von 22.15 Uhr bis 23 Uhr, am Freitag und Samstag von 22.45 bis 23 Uhr statt.



Fotos: AlsterGbR



Exotisch:
Akrobaten,
Zauberer und
andere spannende
Gestalten
erwarten die
Besucher.

Fortsetzung auf Seite 18

SANSIBAR

BESUCHEN SIE EINEN UNSERER
3 STORES IN HAMBURG:

HANSEVIERTEL Große Bleichen 36 20354 Hamburg	LEVANTEHAUS Mönckebergstraße 7 20095 Hamburg	ALSTERTAL EINKAUFSZENTRUM Heegbarg 31 22391 Hamburg
---	---	--

www.sansibar.de

WILLKOMMEN IM VORWERK STORE.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

VORWERK STORE

Jungfernstieg 44, 20354 Hamburg

BERATUNG UND VERKAUF

Mo. – Sa. 10:00 – 20:00 Uhr

www.vorwerk-store.de



HEISSE RHYTHMEN AM JUNGFERNSTIEG

Wer mal wieder Lust hat, zünftig das Tanzbein zu schwingen, ist beim Alstervergnügen im Tanzsalon am Neuen Jungfernstieg gut aufgehoben. DJs und Livebands heizen dort so richtig ein, während Interessierte Tanzstunden nehmen können. Das Trio „Blue Pearls“ um die Sängerin und Saxofonistin Juliane Kissner zaubert am **Donnerstag, dem 30.8.** ab 13 Uhr Jazz- und Latinklänge aufs Parkett, während die DJs Carlos Alonso und Frank Ehlers ab 19.30 Uhr mit „Latin to Swing“ in die gleiche Kerbe hauen.

Auch am **Freitag** spielen die „Blue Pearls“ auf; ab 19.30 Uhr präsentieren die DJs dann ihren Tango- und Kuba-Mix. Am Samstag heißt es „**From Latin to Funya!**“ – bei dieser besonderen Tanzstunde werden Latin-Rhythmen gepaart mit purer Freude. Die Stunden finden um 12, 14.30 und 17 Uhr statt, dazwischen gibt es Tanz- und Show-Einlagen von SalsaDiversión. Ab 19 Uhr präsentieren die DJs dann heißen Salsa.

Der **Sonntag** steht unter dem Motto „**From Latin to Salsa**“. Salsa Diversión zeigt einen spannenden Show-Mix aus Rumba, Merengue, Salsa, Casino und Cha-Cha. Die Events klingen ab 19 Uhr in der Salsa-Night mit DJ Frank und Carlos aus.

Flotter Groove und Saxofon:
Das Trio „Blue Pearls“ heizt tanzfreudigen Besuchern ein!



Foto: Blue Pearls



Was ist wo? Rund um die Binnenalster werden die verschiedensten Events geboten.



Ein neuartiges **HANDwerk**: Die Hände spielen die Hauptrolle im Stück: „Kiss & Cry“.

Foto: Kampnagel Online



Anrührend: Bei der „Nacht der Kirchen“ werden auch Filme gezeigt.

Foto: Universum Film GmbH

HANDLICHES **BALLET**

Die belgischen Künstler Michéle Anne de Mey & Jaco van Dormael: Eine Choreografin und ein Regisseur reichen sich die Hand.

Die ehemalige Maschinenfabrik **Kampnagel in der Jarrestraße 2-6, 22303 Hamburg**, lädt vom **9.-25. August** zum größten Sommerfestival Hamburgs. Dabei hat es neben Theater, Tanzperformances, Konzerten und Installationen und dem hauseigenen Biergarten einige ausgefallene Highlights zu bieten.

Unter anderem das Künstlerpaar Michéle Anne de Mey und Jaco van Dormael. Die Choreografin und der Filmregisseur gehen Hand in Hand in ihrem Projekt

– wie auch im Leben als glückliches Paar. Dabei erzählen sie eine Liebesgeschichte, in denen ihre Hände die Hauptrolle spielen. In einer Verschmelzung von Tanz, Film, Text und Musik wird das handliche Ballett inszeniert. Auf der küchentischgroßen Bühne wird mit Hilfe von Lichteffekten und zahlreichen Artefakten eine faszinierende Atmosphäre geschaffen. Über eine Leinwand wird die wahre Größe der ausdrucksstarken Szenen den Zuschauern veranschaulicht. Die Vorführung können Sie Mi.-Fr. (22.-24.08) jeweils um 21 Uhr im Kampnagel bewundern. Preis pro Person: 36-12 € (12-8 € erm.) Karten: Tel.: 270 949-49.

NACHT DER **KIRCHEN**

Am 15. September findet erneut die Nacht der Kirchen, das größte ökumenische Fest Norddeutschlands, statt. 130 Gemeinden zeigen farbenfrohe Programme – auch in unserer Gegend gibt es einiges zu bestaunen!

In **St. Johannis**, Heimhuder Straße 92, findet ab 19 Uhr eine Vorführung des Films „Das Ende ist mein Anfang“ nach dem Bestseller von Tiziano Terzani statt. Dem folgt um 20.45 Uhr „2001“ von Stanley Kubrick. Ab 23.15 Uhr gibt es dann die Space Night mit DJ-Set, Orgelspiel und Lesung. In der **Äthiopisch-Orthodoxen Tewahedo-Kirche**, Schröderstiftstraße 34, Haus 9, findet ab 16.30 Uhr ein Bazar mit kirchlichen

und kulturellen Gegenständen aus Äthiopien statt. Um 19 Uhr werden Gesänge der Äthiopisch-Orthodoxen Kirche dargeboten. Ab 19.45 Uhr wird zur Feier des Kreuzes (Meskelfest) geladen.

St. Gertrud, Immenhof 10, mauert sich zur Songwriter-Kirche. Es geht um starke Frauen. Den Anfang macht Luci van Org (Lucelectric), die jetzt in dem Duo „Meystersinger“ deutschsprachige Elektropopsongs zum Besten gibt. Außerdem dabei: „Goldbird“, die Pop, Indie, Akustik und Soul mit einer Prise Jazz spielen sowie die englisch-indische Songwriterin Sarah Howe, die über das Auf und Ab der Liebe singt.

Weitere Infos auf: www.nkdh.de/

Unsere Magazine, tolle Gewinnspiele und vieles mehr findet ihr auf unserer Facebookseite.



www.facebook.com/alstermagazin

Kunsthandel Helmrich
 Auktionen Auflösungen Nachlässe Räumungen
 Schätzer antiker Wertsachen **kauft** öffentliche vereidigte Auktionsatoren
 Schmuck, Münzen, Uhren, Silber, Gemälde, Skulpturen, Teppiche,
 Möbel, Bücher, Porzellan, Orden & Urkunden, Postkarten, Pelze.
 Sofortige Barzahlung ist selbstverständlich
Hamburg 040 - 35 71 27 37
www.kunsthandel-helmrich.de

www.traumhaussylt.de

5-Sterne Ferienhäuser in exponierten Lagen

Tel.: 040 53 69 40 06

Karten
ZU
gewinnen!



Länderspiel am Rothenbaum

Will mit seinen Jungs am Hamburger Rothenbaum den Abstieg aus der Weltgruppe verhindern: Davis Cup-Team-Chef Patrik Kühnen.

Kurz nach dem Rothenbaum-Turnier erwartet die Tennis-Fans das nächste Highlight. In **Harvestehude** tritt vom 14. bis zum 16. September Deutschland gegen Australien im **Davis Cup** an. Wir sprachen mit Teamchef **Patrik Kühnen** und verlosen Karten!

Alster-Magazin: Mit welchen Gefühlen siehst du dem Relegations-Match entgegen?

Patrik Kühnen: Die Davis Cup-Wochen sind für mich immer eine besonders intensive Zeit. Deshalb finde ich es auch schade, dass wir nur so selten als Team zusammenkommen und für Deutschland spielen. Die letzte Davis Cup-Partie liegt inzwischen mehr als ein halbes Jahr zurück. Wird also Zeit, dass es wieder losgeht. **Aus welchem Grund wurde der Hamburger Rothenbaum als Austragungsort gewählt?**

Weil hier der Rahmen stimmt. Hamburg ist eine Stadt mit Tennistradition, mit einem tollen Stadion und ebenso fachkundigen wie begeisterungsfähigen Fans. Das Turnier im Juli hat das wieder gezeigt. Auch wirtschaftlich hat einiges für Hamburg gesprochen und das alles zusammen hat am Ende den Ausschlag gegeben.

Für uns stehen für die Einzel möglicherweise die Nummern 17, 23 und 24 der Welt am Start. Für Australien „nur“ die 49, 71 und 134. Also alles für den Sieg bereit?

Es mag sein, dass wir aufgrund der Weltranglistenpositionen unserer Spieler und nicht zuletzt auch aufgrund des Heimvorteils leicht favorisiert in die Partie gehen. Wir wissen aber auch um die Klasse von Spielern wie Bernard Tomic oder Lleyton Hewitt und dass wir auf den Punkt topfit sein müssen, um Australien zu schlagen.

Beim World Team Cup wurdest du ausgebootet. Wegen ihrer Olympiaabsagen wurden Kohlschreiber und Mayer von allen Seiten, auch vom Haas-Manager, kritisiert. Tritt überhaupt noch eine Mannschaft an?

Die Unstimmigkeiten, die es in der ersten Jahreshälfte gab, sind beigelegt. Das Ziel ist der Sieg gegen Australien und der Verbleib in der Weltgruppe. Entscheidend dafür ist, dass wir alle an einem

Strang ziehen und jeder Einzelne alles für das Team gibt. Wir werden die Vorbereitungsphase in Hamburg dementsprechend nutzen. **Die beiden Absagen haben dem deutschen Herrentennis geschadet. Welchen Einfluss hat dieser Imageverlust auf den Davis Cup?**

Es gab sehr viele negative Reaktionen, das stimmt. Ich hoffe, dass die Fans im Stadion nicht zurückschauen, sondern die Mannschaft voll und ganz unterstützen, damit wir dann am Ende gemeinsam den Sieg feiern können.

Kai Wehl

Tipp und Verlosung:

Nach 14 Jahren kehrt der **Davis Cup** an den Sitz des Deutschen Tennis Bundes zurück. Vom **14. bis 16. September** findet auf dem **Center Court am Rothenbaum** die Relegationspartie zwischen Deutschland und Australien statt. Wer für uns antritt, wird erst zehn Tage vor dem Match bestimmt. Tickets gibt es unter **Tel. 01805 997727** und **www.dtb-tennis.de**. Tagestickets gibt es ab 12 Euro, Dauerkarten sind ab 41 Euro zu haben.

Mit uns können Sie auch **for free** dabei sein:

Wir verlosen 5x2 Karten für Freitag



Zum Mitspielen QR-Code mit Smartphone scannen. Wir verlosen an 5 Tagen je 2 Karten! Für alle, die keine QR-Codes lesen können – das Spiel geht auch auf **www.alsterdeal.de**.

Im Look von Mexx in der Trendfarbe Rot die Blicke auf sich ziehen.

GET

THE

LOOK

Das gibt's
alles in der
Hamburger
Meile

Ob Hochzeit oder Gala-
abend – **perfektes Styling**
ist ein Muss. Wir zeigen
Ihnen die Looks, mit denen
Sie immer toll aussehen.

**Schlichtes
Kleid** in der
Signalfarbe
Rot, gesehen
bei H&M, ca. 30
Euro.

**Schwarze
Lackballerina**
mit Schleife,
gesehen bei
Görtz, ca. 60
Euro.

Genug Platz bietet der
Shopper von Marc O'Polo,
ca. 80 Euro.

**Für den
eleganten
Blick** sorgt
der Eyeliner von
Flormar, gesehen bei
Douglas, ca. 5 Euro.

Verleihen Sie Ihrem Haar
den perfekten Glanz mit dem
shine&hold Haarserum von
Oliver Schmidt, gesehen bei
Douglas, ca. 18 Euro.

OLIVER SCHMIDT
SALON SELECTION
shine & hold
smoothing serum
Glänzen
für jeden Haartyp
OLIVER SCHMIDT



Ein elegantes Galaoutfit mit Wow-Effekt, gesehen bei Mexx.

Das gibt's alles in der Hamburger Meile



GET THE LOOK

Wahre Hingucker sind die Ohrringe und das Collier, beides gesehen bei Fossil für jeweils ca. 50 Euro.

Das kleine Schwarze gehört in jeden Kleiderschrank. Gesehen bei Esprit., ca. 60 Euro.

Den großen Auftritt bekommen Sie mit den Lackpumps von New Yorker, ca. 30 Euro.

MEILI SHOPPING-CENTER hamburger | meile



Copyright © 2012 by Ralph G. Kretschmann



Mädchenhafte Klassik mit dem Top von H&M für ca. 15 Euro zeigen.



Ein angesagter Begleiter ist die Tasche von Görtz für ca. 180 Euro.

Cool und ladylike zugleich mit der Hose von H&M für ca. 10 Euro.



Glänzend unterwegs mit den Pumps für ca. 240 Euro, gesehen bei Görtz.



Black&White – der Klassiker für den feminin schicken Abendauftritt. Outfit gesehen bei Mexx.

MIT PLANETEN SPIELEN



Die LAST-DATE-AKTION im August steht am **31.8.** diesmal unter dem Motto „**SPACESHOPPING**“. Dabei geht es um eine abgeänderte Version des Spiels Ringe-Werfen. Der Raum für „**SPACESHOPPING**“ wird durch eine Future-City-Skyline im Hintergrund, einem dorthin führenden Weg und durch die darüber schwebenden Planeten definiert.

Der/Die Werfer/in steht am Anfang des Weges mit Blick auf die Planeten und Skyline. Ziel des Spiels ist es, den Saturnring (Ring-Frisbee) so auf die verschiedenen Planeten zu werfen, dass er nicht herunterfällt. Es winken spannende Kleingewinne wie etwa Meile-Bags!

Jeden Tag ein bisschen besser.

22083 Hamburg
Hamburger Str. 27
(Hamburger Meile)

Für Druckfehler keine Haftung.
RNB 33
Gültig vom 12.08.
bis 13.09.2012.

REWE

Garantiert
Gratis!

GRATIS-COUPON

Vom 17.08. bis 13.09.2012 erhalten Sie bei Abgabe dieses Coupons eine **1-kg-Packung ja! Speisesalz GRATIS**

Den Coupon bitte bis zum 13.08.2012 im REWE Markt Hamburger Meile einlösen.
(Pro Person ist ein Coupon einlösbar. Solange der Vorrat reicht.)

2 095000 066567

Wir haben Montag-Samstag **7²¹** für Sie geöffnet.

www.rewe.de

Soul, Lady!

„Babyblues“ – so heißt das Debütalbum von **Jennifer Yaa Akoto Kieck** (24) alias Y'akoto. Die Kritiker hat sie jetzt schon mit ihrer außergewöhnlichen Stimme überzeugt. Das Alster-Magazin traf die gebürtige **Eppendorferin** zum Gespräch.

„Meine Musik ist wie der Geruch von Brennholz in einer alten Scheune – etwas holzig und muffig, aber trotzdem warm und gemütlich“, sagt Jennifer Yaa Akoto Kieck. Gerade hat die Tochter eines ghanaischen Berufsmusikers und einer Hamburger Entwicklungspolitologin ihr erstes Album „Babyblues“ herausgebracht.

Mit acht Jahren saß Y'akoto das erste Mal am Klavier. Seitdem hat sie die Musik nicht mehr losgelassen. Der Job ihrer Mutter brachte die gebürtige Hamburgerin früh an die verschiedensten Orte der Welt. So wohnte Y'akoto mit ihrer Familie bereits in Ghana, Kamerun, Togo und Tschad. Freundschaften blieben dabei schon mal auf der Strecke. „Ich bin manchmal eifersüchtig auf Leute, die ihre Freunde seit dem Kindergarten kennen“, sagt die Sängerin. „So etwas habe ich nicht.“ Trotzdem bereut sie die vielen Ortswechsel nicht. Im Gegenteil. Die vielen unterschiedlichen Kulturen, Menschen und Eindrücke, die sie kennengelernt hat, finden sich in ihrer Musik wieder, die Y'akoto als

Afro-Soul bezeichnet. „Ich habe keine Inspirationszapfmaschine“, erzählt sie. „Mich inspirieren die Menschen an sich. Ich liebe es, mich von Freunden vollquatschen zu lassen und dabei zu merken, dass es doch immer nur um die gleichen Themen geht: Beziehungen, den Sinn des Lebens, Ängste und Zweifel.“

Zweifel, ob sie bereit für eine Solo-Karriere ist, hatte die 24-Jährige oft. „Um eine Platte rauszubringen, muss man nicht nur Musik machen“, erzählt sie. „Man muss bereit sein, etwas von sich preiszugeben und damit klarkommen, dass man für seine Musik entweder geliebt oder gehasst wird.“ Aus einem privaten Tiefpunkt, einer gescheiterten Beziehung, zog Y'akoto schließlich die Kraft, beruflich durchzustarten: „Ich dachte mir, wenn du den Mist überstehst, kannst du dich in etwas hineinstürzen, das Risiko bedeutet.“

Es hat sich gelohnt: Die Kritiker sind von „Babyblues“ begeistert und handeln Y'akoto als neue Erykah Badu. „Als ich die ersten positiven Kritiken gelesen habe, hat mich das natürlich sehr gefreut“, erzählt sie. „Typisch norddeutsch hatte ich mich erst mal auf das Schlimmste eingerichtet.“

Von dem positiven Trend will sich Y'akoto allerdings nicht leiten lassen und ihrem Stil treu bleiben. „Ich bin nicht der Typ, der mit dem nächsten Album überraschen will. Da bin ich sehr traditionell.“

Einen bestimmten Lieblingssong auf ihrem Album hat Y'akoto nicht. „Die Songs sind Karteikarten meiner Persönlichkeit“, erklärt sie. „Für jede Stimmung gibt es eine Karte. Wenn ich zum Beispiel denke, Mensch Alte, jetzt krieg mal was gebacken, dann hör ich mir gerne ‚Diamonds‘ an.“ Derzeit ist Y'akoto auf ihrer ersten Deutschland-Tour, im Herbst wird sie mit ihrer Musik in Frankreich unterwegs sein. „Ich würde es schön finden, wenn ich mit meinen Songs eine breite Masse erreiche“, erzählt sie zum Abschluss. „Afro-Soul sollte nicht mehr in eine Nische abgeschoben werden, sondern einfach dazugehören.“

Evelin Timm, e.timm@alster-net.de



ROLF KAPPLER
EINBRUCHSCHUTZ

Montagefestpreise in ganz Hamburg

Von der Polizei empfohlener Fachbetrieb

- Beratung bei Ihnen zu Hause
- Montagefestpreise in ganz Hamburg – Sofortdienst

Eppendorf ☎ 46 46 22 • Volksdorf ☎ 6 03 03 90
Notdienst bis 22 Uhr ☎ 0163 - 4 60 780 0
www.kappler-einbruchschutz.de



Hier könnte auch **Ihre Anzeige stehen!**

Wenn auch Sie sich für eine Anzeige im Alster-Magazin interessieren, dann rufen Sie mich gerne an.

Marc Brando, Mediaberatung
Tel.: 538 930-63 oder
Mobil: 0163/178 36 23



Y'akoto will mit
ihrer Stimme
die Musikwelt
erobern.



Foto: Rainer Elstermann



droste

markisen-rollläden-jalousien-terrassendächer

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

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

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

www.markisen-droste.de



FACHBETRIEB
Rolladen- und
Sonnenschutz-
Techniker-
Handwerk

Menschen brauchen **Brillen** ...



... damit sie eine **Haltung**
zu den **Dingen** haben.

Augen möchten lachen.

100 EUR beim Kauf einer Brille ab 500 EUR*

50 EUR beim Kauf einer Brille ab 250 EUR*

* Gültig bis 13.10.2012. Preisvorteil gilt beim Kauf einer Brille mit Ihren Sehwerten. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Keine Barauszahlung. Übertragbar an Familie und Freunde.

OPTIKER
CARL

www.optiker-carl.de

Winterhude:
Mühlenkamp 34

Eppendorf:
Eppendorfer Landstr. 11

Hanse Viertel:
Große Bleichen 36



Majestäten für Wirtschaftsgrößen:
Passendes Boot für die Regatta ist der 8,94 m lange Drachen.

Wirtschafts**Regatta**

Die „**Regatta der Hamburger Wirtschaft**“ verzeichnete einen Melderekord: Auf Einladung des Norddeutschen Regatta Vereins, der Haspa und Audi segelten führende Köpfe der Wirtschaft in 27 Drachen auf der Alster um eine silberne Schüssel. Das Alster-Magazin war wieder dabei!

Der Wettergott meinte es diesmal gut mit den Seglern: Das Rekordfeld von 27 Drachen durfte bei Sonne und schwacher Brise drei

kurze Up-and-Down-Wettfahrten absolvieren. Das Alster-Magazin war wieder dabei. In diesem Jahr an Bord von Steuerberater **Dr.**

Daniel Schmitt-Eisleben. Mit mir im Vorschiff saß Unternehmensberater **Bernd Kowalewski.** Da uns in der ersten Wettfahrt der Spinnacker beim Einholen riss, hatten wir dank dieses Mankos das Privileg, das Regattageschehen entspannt von hinten zu betrachten. Denn alle auf der Kreuz eingeholten Boote zogen vor dem Wind schnell wieder an uns vorbei. Trotzdem wurden wir zum Glück nicht Letzter.

Viel besser machte es Skipper **Jan Woortman** auf Drachen GER 1074 mit **Bernhard Jacobsen** und **Holger Jung** (Jung von Matt). Mit den Plätzen 1/(2)/2 fuhr er seinen Wirtschaftskapitän auf Platz 1. Mitgesegelt sind auch die drei Gastgeber **Dr. Harald Vogelsang**

(Haspa-Vorstandssprecher), **Sven Klünder** (Audi Nord) und **Andreas Christiansen** (NRV-Vorsitzender) sowie u.a. **Cord Wöhlke**, **Prof. Dr. Jörg Debatin**, **Oliver Schwall**, **Fritz Horst Melsheimer** und **Alexander Prinz zu Schleswig-Holstein.** Nach dem Sieger-Bier ließen die Teilnehmer den Abend bei Sushi, Hummer, Kalbsgeschnetzeltem und roter Grüt ausklingen. *Kai Wehl*

Waren die schnellsten:

Bernhard Jacobsen, Skipper Jan Woortman und Wirtschaftskapitän Holger Jung siegten souverän!

Personenschutz
bedeutet nicht gleich
Bodyguard
Es geht auch unsichtbar!

www.diseo.de
☎ 040/68 87 69 21
Mittelweg 49a · 20149 Hamburg

Hier könnte auch **Ihre Anzeige stehen!**

Wenn auch Sie sich für eine Anzeige im Alster-Magazin interessieren, dann rufen Sie mich gerne an.

Michael Wiele, Anzeigenleitung
Tel.: 538 930-53 oder
Mobil: 0151/15 32 81 53



Der Weg zur ultimativen Weiblichkeit:

Endlich volles, langes Haar!



Christina, 32, ist eine attraktive Frau. Nur ihre dünnen Haare machen der erfolgreichen Marketingmanagerin das Leben schwer. „Seit ich denken kann, wünsche ich mir **mehr Volumen und schönes, dichtes Haar.**“ Jetzt erfüllte sie sich ihren langgehegten Traum beim **Pöseldorfer Haarkünstler Shemi Shala.**

„Ich hätte diesen Schritt schon viel eher wagen sollen“, resümiert sie das tolle Ergebnis.

Shemi Shala verhilft Frauen mit hochwertiger Haarverlängerung und -verdichtung zu einer natürlich wirkenden Haarpracht. Der Haarkünstler weiß:

„Volles, langes Haar ist für Frauen ein wichtiges Attribut ihrer Weiblichkeit und für ihr Selbstbewusstsein elementar.“ Eine schwache Haarstruktur empfinden Betroffene oft als Makel

und sehnen sich nach den Möglichkeiten, die eine schöne Haarpracht verspricht. Eine Veränderung muss her! Manchmal auch, um einen Neuanfang in ihrem Leben nach außen zu tragen, ob beruflich oder privat. Jede Frau möchte sich ohne Rücksicht auf natürliche Beschränkungen schön und feminin fühlen. Und das geht einfacher, als viele denken. Per Ultraschallverfahren wird hochwertiges Echthaar mit dem eigenen verbundenen.

Das Beste an der schonenden Methode: Für andere bleibt die kleine Korrektur nahezu unsichtbar. Übrigens: Auch diese Kreationen krönt der Haarkünstler mit seinem unverwechselbaren Star Appeal.

Strähne für Strähne zu einer beneidenswerten Haarpracht:

Viele Hollywoodstars und Models nutzen die Echthaarverlängerung für den schnellen Verwandlungseffekt. Voraussetzung für ein solches Top-Ergebnis: beste Qualität. Daher setzt Shemi Shala auf das etablierte Verfahren des weltweiten Marktführers Great Lengths – und auf sein eigenes Fingerspitzengefühl.

Hochkarätiges Ambiente

Shemi Shalas ovaler Salon in puristischem Weiß mitten in Pöseldorf: In dieser außergewöhnlichen Atmosphäre entspannen Kunden, die das Besondere lieben.

Shemi Shala
Mittelweg 41c
20148 Hamburg

Mehr Informationen unter:
www.shemishala.de
Tel. 040/41497331





Expertentipp: J. Frankenberger, Praxisleitung und Mitglied im
Tantramassage Verband e.V.

TANTRA - VOM GLÜCK ZU FÜHLEN

Berührung ist die älteste Form der Heilung. Das wissen Menschen weltweit seit Jahrtausenden. Wir brauchen und sehnen uns alle nach Körperkontakt, schon als Baby, und das gibt uns Urvertrauen! Denn ohne Berührung verkümmern wir, zuerst emotional, später körperlich. TANTRA schenkt uns Glückshormone. Mit einem original TANTRA-Ganzkörpermassage-Ritual, professionell ausgeführt in einem geschützten Raum, gelingt es, über den Körper, den Geist ruhig zu stellen und die Seele zu berühren. Es ist eine Reise nach innen, zu sich selbst. Sinnlichkeit und Lust darf aufkommen und sich mit dem Herzen

verbinden. Dadurch entsteht eine unglaubliche Intensität und Tiefe, die anhaltend berührt und tief im Bewusstsein bleibt. Wir fühlen uns wirklich glücklich! So kann TANTRA einiges zur Heilung von uns selbst beitragen, so wie zwischen Mann und Frau. TANTRA kultiviert die Sinne, bis hin zur Fähigkeit, die sexuelle Kraft, unsere Lebensenergie, in ihrer ganzen Bandbreite zu erkennen und sie für unsere Gesundheit, Kreativität, geistige Präsenz und spirituelles Wachstum zu nutzen. Wir ernten mehr Energie, Mut, Leichtigkeit und unser Leben wird intensiver und bunter!

Alle Frauen, Männer und Paare können dieses original TANTRA-Ritual erfahren, ohne Vorkenntnisse und eigenes Dazutun.

TANTRA **massage lounge**
SINNLICHE MASSAGEN



Das original Tantra-Ritual für Frauen, Männer und Paare. Professionelle, sinnliche, intensive Körper-, Atem- und Energiearbeit aus dem Tantra bringen Sie an den wertvollsten Platz dieser Welt:
ZU SICH SELBST!
In einer Wohlfühl-Oase an der Alster!

WWW.MASSAGELOUNGE.DE | TELEFON 410 44 66

DRES. MED. DENT. M. C. GILANSCHAH*
UND Y. BRETTHAUER KINDERZAHNHEILKUNDE



ALSTERDORFER STR. 2A (GEWERBEHOF) 22299 HAMBURG
TEL: 040/46 96 11 70 WWW.MILCHZAHNWEB.DE

ZAHNSANIERUNGEN
LACHGASBEHANDLUNGEN
ZAHNSANIERUNGEN IN NARKOSE
KIEFERORTHOPÄDISCHE FRÜHBEHANDLUNGEN
FESTSITZENDE ZAHNSPANGEN

MITGLIEDER IN DER GESELLSCHAFT FÜR KINDERZAHNHEILKUNDE UND PRIMÄRPROPHYLAXE
*AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRIC DENTISTRY BRITISH ORTHODONTIC SOCIETY

**KIEFERORTHOPÄDISCHE
GEMEINSCHAFTSPRAXIS**
für Erwachsene und Kinder



Dr. med. dent. Pamela
SCHMEDT AUF DER GÜNNE

Dr. med. dent. Saskia
SCHMEDT AUF DER GÜNNE

Ihre Spezialistinnen für moderne Kieferorthopädie
und unsichtbare Zahnspangen

Individuelle Lösungen
für
Kinder und Erwachsene



Dorotheenstraße 16 | www.kfo-hamburg.de | Telefon 040 2791101

 **ZAHNARZTPRAXIS
FÜR KINDER**

**DR. KATHARINA DORANDT
UND KOLLEGEN**



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



Expertentipp von Christian Henjes, Geschäftsführer
HENJES HAMBURG Zahntechnische Werkstatt GmbH

SELBSTBEWUSSTER LÄCHELN MIT ADDITIONALS

Auf schöne Zähne wird heute mehr und mehr Wert gelegt. Zu Recht! Daher führen oft schon kleinste Unregelmäßigkeiten bei vielen Menschen zu großer Unzufriedenheit. Zu schmal, zu uneben, zu lückenhaft? Fragen dieser Art lassen sich in vielen Fällen leicht und präzise beantworten: mit Additional! Dahinter verbergen sich ganz gezielte, minimale Ergänzungen der Zahnschubstanz, die das gesamte Erscheinungsbild entscheidend aufwerten können. Der erste Schritt führt zum Zahnarzt Ihres Vertrauens. Schildern Sie ihm, wo Sie Korrekturbedarf sehen. Auf Basis der von ihm gemachten Abdrücke Ihrer aktuellen Zahnsituation fertigen wir

zunächst provisorische Kunststoff-Additional zum Visualisieren der denkbaren Veränderung. Und wenn das Ergebnis überzeugt, erstellen wir die Original-Additional aus hochfester, hochverdichteter Keramik, die anschließend von Ihrem Zahnarzt appliziert werden. Was Additional so attraktiv macht, sind ihre praktischen Vorteile: kein Abschleifen gesunder Zahnschubstanz, dauerhafte Belastbarkeit beim Essen und Putzen, rückstandslose Entfernung jederzeit möglich. Wenn es um „besser Aussehen“ geht, sollte man daher an „schlaues Vorgehen“ denken. Statt gigantischer OP genügt oft eine winzige Modifikation, um aus ehemals ungeliebten Zähnen ein strahlendes Lächeln zu zaubern.

NUR GUTE NOTEN IN DER ZAHNSZENE

Über die mit Raffinesse, Sorgfalt und Zuverlässigkeit gefertigten Produkte unserer zahntechnischen Werkstatt ist von Ärzten und Patienten eigentlich nur Gutes zu hören. Eine kleine Dissonanz, die bei Entscheidungen nach Geschmack gelegentlich auftreten mag, beantworten wir mit größtmöglicher Kulanz. Diese Haltung ist für uns ein unverzichtbarer Aspekt, wenn wir von Qualität made in Hamburg sprechen.

Wer uns beauftragt, ruft bald „da capo“.

Telefon 040/287866969 · www.henjes-hamburg.de

HENJESHAMBURG
ZAHNTECHNISCHE WERKSTATT

Expertentipp von Dr. Gunter Beck, Facharzt für Innere Medizin und Gastroenterologie
Internisten im Ärztehaus Winterhude

DICKDARMKREBS: VORSORGE-DARMSPIEGELUNG WEITER AUF ERFOLGSKURS

Die aktuelle Veröffentlichung der Ergebnisse des ZI der kassenärztlichen Vereinigung zum Stand der Darmkrebsvorsorge zeigt weiterhin den positiven Trend. Durch die Darmspiegelung wird Darmkrebs vermieden. Mittlerweile liegen knapp vier Millionen standardisiert erhobene Befunde zur Kolonvorsorge aus den Jahren 2003 bis 2010 vor. Etwa jeder dritte Mann und jede fünfte Frau weisen einen Darmbefund auf. Hierbei handelt es sich fast immer um gutartige Geschwülste der Darmwand, die mit einem kleinen Eingriff in der gleichen Untersuchung mit entfernt werden können. Die Komplikationsrate dabei ist sehr gering, so dass der Eingriff sicher und risikoarm durchgeführt werden kann. Die Angst vor der möglichen Diagnose Darmkrebs nach Durchführung einer Vorsorgekoloskopie ist unbegründet. Es ist

äußerst selten (<1%), dass Darmkrebs bei einer Vorsorge gefunden wird. Es zeigen sich vielmehr die Vorstufen, gutartige Darmpolypen, die problemlos in der gleichen Untersuchung entfernt werden können. Viele dieser dann abgetragenen Polypen wären ohne diesen Eingriff weiter gewachsen und haben eine nicht zu unterschätzende Potenz zur Entwicklung einer Bösartigkeit. Darmkrebs wird somit durch die frühzeitige Diagnose gutartiger Polypen und deren Abtragung verhindert. Ab 55 Jahren sollte eine Darmspiegelung zur Vorsorge durchgeführt werden. Bei Symptomen wie Bauchschmerzen, Blut im Stuhl oder Gewichtsverlust natürlich früher. Sind in der Familie Darmpolypen aufgetreten oder bei Erkrankungen wie Diabetes mellitus und chronisch entzündlichen Darmerkrankungen wird ebenfalls eine Empfehlung zur früheren Darmkrebsvorsorge ausgesprochen.

**Internisten
im Ärztehaus Winterhude**



Gastroenterologie • Diabetologie

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

Hudtwalckerstraße 2 - 8 • 22299 Hamburg

Tel.: 040 / 27 20 27

www.gastrodiabetes.de

ZAHNARZTPRAXIS JOHNSALLEE
CHRISTINE LINDBERG



- Prophylaxe
- Zahnästhetik
- Implantatprothetik
- Vollkeramik

*Individuelle Beratung und Behandlung
der modernen Zahnheilkunde*

Vereinbaren Sie gerne
einen Termin – wir freuen
uns auf Sie!

Johnsallee 19 • 20148 Hamburg • Telefon 44 29 18
www.zahnarztpraxis-johnsallee.de



PRAXIS AM EPPENDORFER MARKT

Mehmet Guel Diplom Sporttherapeut, Osteopath, Staatl. geprüfter Physiotherapeut,
Masseur, Zertifizierter Fitnesstrainer, Lizenziertes Personal Trainer

MEHMET GUEL

OSTEOPATHIE



Ein Gleichgewicht zwischen Körperstruktur und Geist herstellen.

- Anamnese und Vorgespräch
- Untersuchung und Befunderhebung
- Behandlungsstrategie
- Ziel: Heilungsprozesse aktivieren

PHYSIOTHERAPIE



Den gesunden Körper präventiv und den betroffenen Körper rehabilitativ behandeln.

- Gründliche Anamnese
- Funktions- und Statikbefund des gesamten Körpers
- Testung des kardiovaskulären Systems
- Körperliche Belastungsfähigkeit
- Befunderhebung der genetischen Disposition

MASSAGE



Verspannte Muskulatur entspannen, Verkrampfungen lösen.

- Klassische Massage
- Fußreflexzonenmassage
- Orientmassage
- Fernmassagen
- Akupressur

PERSONAL TRAINING



Mit regelmäßigem Training die Lebensqualität verbessern.

- Vorbesprechung
- Körperliche Befunderhebung
- Trainingsplanung
- Ziel: Körperliche und mentale Leistungsfähigkeit steigern

Praxis Mehmet Guel • Eppendorfer Marktplatz 17 • 20251 Hamburg • Fon 38 61 63 23 • Fax 38 61 63 58
info@osteopathie-guel.de • www.osteopathie-guel.de

Das ALSTER-MAGAZIN
jetzt

**online
lesen!**





Sternschnuppler Kirsten Fehlauer (Mi.), Jenny Falckenberg-Blunck und Julian Wehmann (r.) sowie Pate Otto Waalkes.



Dr. Nadine Heß leitet seit Anfang August die Praxis „Mein Kinderarzt“.

OTTO WAALKES HILFT KRANKEN KINDERN

Die Initiative **Hamburger Sternschnuppe e.V.** hilft mittellosen, krebserkrankten Kindern in medizinisch unterentwickelten EU-Ländern wie vorerst in Rumänien. Ziel: eine Behandlung in Hamburg. Bis es soweit ist, werden die Kids in ihrer Heimat unterstützt. Kürzlich sendete die Initiative einen Laster mit Kinderspielzeug und -bekleidung zur Kinderkrebstation des Fundeni Kinderkrankenhauses in Bukarest. „In Europa gibt es viel Elend und medizinisch schlecht versorgte Kinder“, resümiert Privat-Dozent Dr. med. Fehlauer, ärztlicher Leiter des Strahlencentrum Hamburg. „Die Möglichkeiten für betroffene Kinder und Jugendliche sind doch manchmal furchtbar.“ So steht beispielsweise aufgrund finanzieller Notstände für die 15 krebserkrankten und stationär betreuten Kinder im Fundeni KKH lediglich eine Kinderkrankenschwester zur Verfügung. Die notwendige Versorgung der Kleinen erfolgt durch die Eltern, wobei weder ein Sterilisationsgerät noch eine Waschmaschine oder die erforderlichen Medikamente für die Behandlungen oder das tägliche Essen gestellt werden können. Die Eltern der betroffenen Kinder übernachten mit im Krankenbett ihrer Kinder oder im Auto vor dem Krankenhaus. Es gibt allerdings auch ein kleines „Elternhaus“ – eine Wohneinheit in einem Satelliten-Haus nahe dem Krankenhaus –, in dem Eltern dieser schwerkranken Kinder schlafen können.

Mithelfen

Dieses „Elternhaus“ wurde vor Jahrzehnten von einer skandinavischen Stiftung eingerichtet. Die Gelder laufen aber zum Ende dieses Jahres aus, und diese Wohnung soll nun auf dem freien Markt verkauft werden. Das möchte die Hamburger Sternschnuppe verhindern. Wenn Sie helfen möchten, finden Sie weitere Infos im Internet unter hamburger-sternschnuppe.de.

KINDGERECHT „VERARZTET“

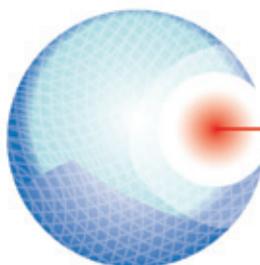
„Kinder brauchen Zuwendung und sind keine kleinen Erwachsenen“ – seit dem 1.8.12 gibt es die private Kinderarztpraxis „**Mein Kinderarzt**“, Harvestehuder Weg 88! Dahinter steht Frau Dr. med. Nadine Heß, Fachärztin für Pädiatrie. „Mir ist wichtig, dass sich die Kinder aufgehoben fühlen und Untersuchungen angstfrei ablaufen“, sagt Frau Dr. Heß. Husten, Schnupfen, Heiserkeit und Impfungen werden genauso ernst genommen wie

gravierende Erkrankungen. Diesbezüglich besteht eine enge Zusammenarbeit mit führenden Kinderkliniken. Spezialsprechstunden für Kinderdermatologie und ehemalige Frühgeborene werden angeboten. „Bei Bedarf mache ich auch Hausbesuche – ich verstehe, dass man z. B. mit einem fiebernden Kind ungern in die Praxis kommt. Darauf nehme ich gern Rücksicht.“ Mehr Infos unter **Tel.: 22 727 888** und www.klinische-praxen.de.

Innovative Diagnostik und Therapie

Einmalige **RADIOCHIRURGIE** bei Diagnose Krebs

- präzise und effektiv
- schmerzfrei und komfortabel
- maximal schonend
- ambulant • keine Operation • keine Narkose
- kein Krankenhausaufenthalt • keine REHA notwendig



cyberknife center hamburg

STRAHLENZENTRUM HAMBURG

Medizinisches Versorgungszentrum

Langenhorner Chaussee 369 • D-22419 Hamburg

Tel.: 040 - 244 245 80 • Fax: 040 - 244 245 845

cyberknife center hamburg: 040 - 244 245 837

E-mail: info@ckhh.info • info@szhh.info

BERATUNG • BEHANDLUNG • BETREUUNG • www.ckhh.info



Ran an den Speck

Der Tag startet mit einem Löffel Öl – gewöhnungsbedürftig. Abends muss es dafür nicht Salat sein, sondern es darf auch deftiger zugehen.

**Fit für den Sommer?
In 30 Minuten zum Ziel.**

**Jetzt starten und
bis zu 2 Monate
gratis trainieren!**
Gültig bis 31.08.2012

* Bei Abschluss einer Mitgliedschaft können Sie bis zum 31.08.2012 in allen teilnehmenden Mrs.Sporty Clubs ohne Zahlung des Monatsbeitrags trainieren. Informationen zu den dabei anfallenden Kosten unseres Startpakets und der Verwaltungsgebühr sowie unseren attraktiven Konditionen finden Sie unter www.mrssporty.com.

Mrs.Sporty
Ihr persönlicher Sportclub

Mrs.Sporty Rotherbaum
Rothenbaumchaussee 61 • 20148 Hamburg
Tel.: +49 (0)40 22 60 08 78
www.mrssporty.de/club325

Mrs.Sporty Winterhude
Mühlenkamp 63 • 22303 Hamburg
Telefon: +49 (0)40 69 69 16 17
E-Mail: mrssportywinterhude@gmx.de

Anzeige

7 JAHRE DAUERHAFTE HAARENTFERNUNG!

Der Sommer war leider nass und grau. Und jetzt, wo der Herbst schon vor der Tür steht, ist auch nicht wirklich auf Wetterbesserung zu hoffen. Das kann Frau und Mann schon aufs Gemüt schlagen. Deshalb tun Sie sich jetzt bei **abpilus Ästhetik-Zentrum, Heegberg 2**, etwas Gutes und lassen Sie Ihren Körper u.a. mit einer modernen dauerhaften Haarentfernung verschönern. Seit sieben Jahren sorgt man dort mit der klinisch getesteten IPL-Lichtmethode EPILUX ganz ohne Laser für eine glatte Haut. „Die Behandlung hat im Gegensatz zu einigen anderen den großen Vorteil, dass sie risikofrei ist: Sie ist schmerzarm und bringt keine Verbrennungsgefahr mit sich“, so die erfahrene Inhaberin des Zentrums Gianina Willroth und fügt hinzu: „Die Kunden sollen sich bei uns kompetent in persönlicher Atmosphäre behandelt fühlen. Die Qualität der Arbeit liegt uns am Herzen.“ Der Erfolg gibt ihr Recht: Seit der Eröffnung im Oktober vor sieben Jahren wächst der Kundenstamm



Gianina Willroth sorgt mit risikofreier Therapie für eine glatte Haut.

stetig, was von Vertrauen und Zufriedenheit seitens der Kunden zeugt. Lassen auch Sie sich bei einer **kostenlosen Probebehandlung** ausführlich beraten und starten Sie in den nächsten – wettertechnisch hoffentlich schöneren – Sommer haarlos. Vereinbaren Sie unter **Tel.: 697 055 14** einen Termin. Das Beste: Bis zum **31.10. sparen Sie** auf jede Behandlung ab **70 Euro 20 Euro**. Weitere Infos unter **www.abpilus.de**.



Im Selbsttest versucht sich unsere Redakteurin an der **Impuls Diät** von **Katharina Wolff**. Ob es funktioniert und mit welchen Problemen sie zu kämpfen hatte, erzählt sie uns hier!

Ich weiß nicht, wie viele Diäten ich in meinem Leben schon ausprobiert habe. Nicht um radikal abzunehmen, sondern wie die meisten Frauen, einfach ein paar Kilos an den Problemzonen zu verlieren. Auf eine Diät mehr oder weniger kommt es darum auch nicht mehr an. Also habe ich angefangen, die Impuls-Diät zu testen. Alle zwei Stunden etwas essen und ohne Sport ein Kilo pro Woche zu verlieren, klingt erst mal ganz gut. Im Internet habe ich einen Fragebogen ausgefüllt und meine Vorlieben beim Essen eingetragen. Einen Tag später bekam ich die Antwort und meine Essensvorschläge für die nächsten vier Wochen. Die Diät stützt sich

darauf, dass man immer nur eine Art von Kohlenhydraten zu sich nimmt. Ob das funktioniert? Ein wenig komisch wurde mir schon, als ich mir den Plan angesehen habe. In der ersten Woche gibt es bis mittags nur 1 TL Öl. Und mein heißgeliebter Kaffee soll eine Mahlzeit sein? Bei meinem Konsum von mindestens sechs Tassen am Tag könnte das problematisch werden. Aber gut. Auf in den Kampf! Den Tag mit Öl zu beginnen, ist wirklich gewöhnungsbedürftig. Und ab 11 Uhr knurrt mein Magen ganz schön laut. Dazu kommt die Müdigkeit. Mein Kaffee fehlt mir in der Menge sehr. Mitleid habe ich vor allem mit meiner Kollegin. Sie muss nämlich meine Launen ertragen. In der Mittagspause gibt es dann aber etwas zu essen: ein

Brötchen mit Käse oder Pute und dazu eine Paprika. Das ist nicht so schlecht, aber die Gerüche der Pommes und Burger meiner Kollegen machen mich schon etwas neidisch. Positiv ist jedoch, dass ich mich ab Mittag fitter und nach den Mahlzeiten nicht so vollgestopft fühle. Und das, obwohl es abends echt leckere Sachen wie Spaghetti Bolognese gibt. Das Härteste sind für mich aber die Wochenenden. Beim Frühstück mit Freunden musste ich mich an meinen Kräutertee halten. Und das erste Essen gibt es erst um 13 Uhr. Für mich ist das nicht wirklich optimal. Beim Bummeln in der Stadt muss ich mich auch zurückhalten, ein schneller Coffee to go mal zwischendurch ist leider nicht drin, weil der zeitlich am Tag genau getacktet ist.

Beim Blick auf die Waage werde ich allerdings dafür entschädigt. 900 Gramm habe ich innerhalb einer Woche runter. Ich hätte wirklich nicht geglaubt, dass es funktioniert, weil die Abendessen doch sehr üppig sind. Daher freut es mich umso mehr. Auf Dauer werde ich diese Diät aber wohl nicht durchziehen, weil ich einfach zu gerne frühstücke. Das Gute ist aber, dass man nicht wirklich hungern muss. In den ersten Tagen knurrt der Magen morgens zwar ein wenig, aber wenn sich der Körper auf die Diät eingestellt hat, verfliegt dieses Gefühl schnell. Im Gegensatz zu anderen Diäten muss man auch nicht stundenlang auf die nächste Mahlzeit warten und abends gibt es richtig leckere Gerichte.

Maria Heggemann

Schlank, gesund und leistungsfähig - in nur 20 Minuten pro Woche

BodyFocus

Hocheffizientes Personal Training



Bei Body Focus trainieren Sie mit der innovativen HIT-Methode (HIT = High Intensity Training) der New Yorker Business-Elite. Immer unter professioneller Anleitung eines Personal Trainers und an speziellen medizinischen Geräten. So erreichen Sie Ihre Ziele absolut sicher und effektiv.

IHRE VORTEILE

- Bei jedem Training ist Ihr Personal Trainer nur für Sie da
- Sie trainieren lediglich 20 Minuten pro Woche
- Die flexible Terminvereinbarung erfolgt nach Ihrem persönlichen Zeitmanagement
- Sie gehen keine Dauermitgliedschaft ein und zahlen keine Aufnahmegebühren
- Bei Ihrem persönlichen Einzeltraining bleibt Ihre Privatsphäre gewahrt

IHRE ZIELE

- Abbau von Rücken- und Nackenschmerzen
- Stressabbau / Leistungssteigerung
- Fettabbau / Gewichtsreduktion
- Stoffwechsoptimierung
- Figurstraffung



Nur jetzt bis 17. September:
Starttermin inkl. Fitness-Check
kostenlos!

Gänsemarkt 33
20354 Hamburg
Fon: 040 / 35 71 44 80

www.body-focus.de



Befreit von belastenden Energien: die Lomi Lomi Massage.

Wohlfühl-Wellen zum Entspannen

Berührungen tun gut. In Verbindung mit einer bestimmten Technik haben sie zudem heilende und entspannende Effekte. Aber welche Kombination ist die beste? Nutzen Sie die günstige Gelegenheit und finden Sie es im **MeridianSpa** heraus: Von September bis November erhalten Entspannungs-Suchende rund 15 % Rabatt auf je ein Massage-Angebot.

Die erste Welle des Wohlbefindens kommt im September auf den gestressten Großstädter zu. In diesem Monat setzen die Therapeuten des MeridianSpa auf heiße Steine, die die Wärme besonders lange speichern und – auf den richtigen Stellen platziert – neue Kraft und Energie spenden. In Verbindung mit einem Massage-Öl werden aber auch mit den Steinen kreisende Bewegungen und Streichungen zur Lockerung der Muskulatur durchgeführt. Die Wärme wird an die Muskeln abgegeben und fördert die Durchblutung. Diese 75-minütige Hot Stone Massage sorgt für eine absolute Tiefenent-

spannung und kostet 69 anstatt 82 Euro.

Im Oktober ermöglicht Ihnen das AMAYĀNA Day Spa im MeridianSpa einen Kurztrip nach Hawaii: Lomi Lomi ist hier das Zauberwort, das Sie entspannt in die Südsee bringt. Bei dieser Ganzkörperanwendung, die auch Tempeltanz-Massage genannt wird, geht es den Verspannungen mit Hilfe rhythmischer und fließender Bewegungen an den Kragen. Sie wurde vor mehr als tausend Jahren schon von den Ureinwohnern Hawaiis eingesetzt, um Menschen auf einen Neuanfang im Leben vorzubereiten. Lomi Lomi war und ist immer

noch ein reinigendes Ritual, das der Befreiung von belastenden Energien dient. Sie fördert zudem die Entspannung und hilft gleichzeitig beim Abbau von Stressblockaden und beim Lösen von Verspannungen. Zusätzlich wird der Energiefluss ausgeglichen und gestärkt. Lebensfreude und Lebendigkeit kehren zurück. Anschließend fühlen Sie sich befreit und im Einklang mit sich selbst und Ihrer Umgebung. Eine Behandlung dauert ca. 80 Minuten und kostet 76 anstatt 89 Euro. Von Hawaii geht es auf der Entspannungs-Reise weiter nach Indien: Die ayurvedische Abhyanga-Massage verwöhnt Sie von

Kopf bis Fuß mit warmem Öl. Die flächigen und punktuellen Grifftechniken fördern den Energiefluss im Körper, so werden Giftstoffe aus dem Gewebe entfernt und die Selbstheilungskräfte aktiviert. Sanfte Streichungen wirken harmonisierend auf das Nervensystem und schenken Ihnen ein tiefgehendes Wohlfühl. Diese Ganzkörperanwendung lässt Sie ca. 80 Minuten das nass-kalte Wetter im November für 74 anstatt 89 Euro vergessen. **Weitere Informationen erhalten Sie auf www.meridianspa.de oder Sie buchen unter 040/65 89-0 direkt Ihren Kurzurlaub im MeridianSpa.**



ANZEIGE

MESSBAR BESSER SCHLAFEN



Liegekomfort: RÜCKENGERECHT-Inhaber Matthias Vogt ist ein Matratzen-Kenner.

Was unterscheidet die Firma **RÜCKENGERECHT** eigentlich von anderen Fachgeschäften? „Drei wesentliche Dinge“, sagt Inhaber Matthias Vogt. „Erstens unsere produkt- und anwendungsspezifischen Fachkenntnisse.“ Diese hat die Fir-

ma aus ihrer Zusammenarbeit mit einem Hersteller von Pflege-matratzen. Für diese ist der therapeutische Nutzen in einer klinischen Studie nachgewiesen worden. Für Menschen mit Wirbelsäulenschäden sind sie daher besonders zu empfehlen. Aber Matthias Vogt spricht noch einen zweiten wichtigen Punkt an: „Mit unserer einzigartigen LiegeDiagnose stellen wir fest, welche Matratze den Körper am besten stützt und die Gelenke vom Liegedruck entlastet.“ Eine dritte wesentliche Komponente komplettiert das Konzept von RÜCKENGERECHT: Für Kunden mit speziellen Bedürfnissen können Matratzen auch ganz individuell angefertigt werden – und das im Preissegment von 580-750 Euro. Matthias Vogt erläutert: „Hat unser Kunde etwa Liegebeschwerden im oberen Rücken, wird die Matratze in der Schulterzone etwas weicher hergestellt.“ Mehr Infos gibt es auf www.rueckengerecht.eu oder persönlich im **LiegeDiagnose-Zentrum Alstertal**, Poppenbütler Hauptstraße 17!

Kennен Sie das ?

Rückenschmerzen?	Verspannungen?	... wie gerädert?
		

Wir haben DIE Antwort: die für Sie passende Matratze!

erholbarer Schlaf • bessere Gesundheit • höhere Lebensqualität

kostenlose
LiegeDiagnose



RÜCKENGERECHT

LiegeDiagnoseZentrum ALSTERTAL
 Poppenbütler Hauptstr. 17
 22399 Hamburg
 Telefon: 040.69 70 46 68
www.rueckengerecht.eu

Unsere Öffnungszeiten ab September:
 Mo., Di., Do., Fr.: 9:30 - 13 und 14 - 18 Uhr
 Mi.: nach Vereinbarung, Sa.: 9:00 - 13 Uhr
 Weitere Termine gerne nach Vereinbarung

MESSBAR BESSER SCHLAFEN



Pfeilen – ein absolutes Muss bei der Maniküre.

Nagel- pflege

Gepflegte Nägel sind ein Attribut und verraten viel über den Menschen. Wichtig ist, dass Nägel **regelmäßige Pflege** bekommen. Mit diesen einfachen Hilfsmitteln werden Ihre Fingernägel zum Hingucker.

ERHOLUNGSKUR

Nagellacke und Nagellackentferner entziehen dem Nagel Fettstoffe. Diese sind dafür verantwortlich, die Nägel elastisch zu halten. Gönnen Sie Ihren Nägeln also hin und wieder eine **nagellackfreie Zeit**.

ÖLE

Zu trockene Nägel weisen häufig Risse auf. Abhilfe können Sie mit einer Ölkur schaffen. Am einfachsten reiben Sie Ihre Nägel und das Nagelbett kurz vor dem Schlafengehen mit **Olivener oder Mandelöl** ein. Dann kann es über Nacht einwirken.

STÄBCHEN

Die Nagelhaut am Nagelbett sollte bei der Maniküre mit einem **speziellen Holzstäbchen** zurückgeschoben und nur im Notfall mit einer Nagelschere abgeschnitten werden.





Das lästige „Klingeln der Ohren“

Nach einem lauten Konzert dröhnen die Ohren – das ist normal. Manchmal entwickeln sich aus dem kurzzeitig lärmenden Spaß allerdings **langfristige Störungen**. Ebenso kann stressbedingt ein immerwährendes Geräusch im Ohr entstehen. Die anwendbaren **Behandlungsmethoden** sind vielseitig, aber nicht immer erfolgversprechend.

In der heutigen Zeit ist der Tinnitus eine der häufigsten Wahrnehmungsstörungen. Insbesondere in den Industriestaaten ist er verbreitet. Vor diesem Hintergrund hat sich herausgestellt, dass Stress und Frustration die Beschwerden ebenso auslösen können wie laute Umgebungsgeräusche. Otologie-Spezialist Gerhard Hesse sagte im Gespräch mit Focus: „Ein Lehrer, der nicht anerkannt wird, oder ein Steuerbeamter, der unter seinem schlechten Image leidet, sind typische Kandidaten für einen Tinnitus. Nur in 50 Prozent

aller Tinnitus-Fälle ist Lärm ein Auslöser.“ Bei einem Drittel aller Erwachsenen in Deutschland tritt wenigstens einmal im Leben ein Tinnitus auf. 4% kämpfen länger als ein Jahr mit der Tinnitus-Erkrankung. Bei den Beschwerden wird zwischen subjektivem und objektivem Tinnitus unterschieden. Objektive Ohrgeräusche können vom behandelnden Arzt wahrgenommen oder mit Hilfe von technischen Geräten registriert werden. Die Ursachen sind hierbei unregelmäßige Strömungen in

Blutgefäßen, bei Muskelaktionen oder Tumoren. Deshalb ist eine weitverbreitete Behandlungsmethode eines akuten Tinnitus eine Infusion mit durchblutungsfördernden Medikamenten. Ein subjektiver Tinnitus ist weitaus schwieriger zu behandeln und kann nicht von einem externen Beobachter wahrgenommen werden. Die Diagnose und Heilung ist eine große Herausforderung für die behandelnden HNO-Ärzte. Verschiedene Arten der Tinnitus-Therapie können gewählt werden,

wobei kein einheitliches Therapieverfahren existiert. Die Verwendung von Hörgeräten ist hilfreich, da acht von zehn Tinnituspatienten zeitgleich unter Hörproblemen leiden. Dadurch wird Hörstress ausgelöst, der zusätzlich negative Auswirkungen auf die Ohrgeräusche haben kann. Die Hörgeräte helfen dem Patienten, die Umgebungsgeräusche wieder vollständig wahrzunehmen. Es existieren auch homöopathische Behandlungsmethoden. Die kranio-sakrale Osteopathie

Wenn **Hörgeräte** nicht mehr helfen können...

Anzeige

Den meisten Menschen, die nicht mehr gut hören, können moderne Hörgeräte Kommunikationsfähigkeit und Lebensqualität sichern. Doch was, **wenn der Hörverlust so groß ist**, dass Hörgeräte an ihre Grenzen kommen? Dann könnte das **Cochlea-Implantat** eine Lösung sein, sagt **Matthias Schulz** (34). Der 1. Vorsitzende des Cochlear Implant Verbandes Nord e.V. trägt selbst seit mehreren Jahren zwei Cochlea-Implantate.



Matthias Schulz,
1. Vorsitzender, Cochlear
Implant Verband Nord e.V.

Alster-Magazin: Herr Schulz, was ist ein Cochlea-Implantat (CI) und wem hilft es?

Matthias Schulz: Das CI wird unter die Kopfhaut eingesetzt und reicht bis ins Innenohr. Es wandelt gesprochene Worte und andere akustische Signale in elektrische Impulse um. Durch diese Impulse wird der Hörnerv stimuliert. Zu jedem CI gehört außerdem ein Soundprozessor mit Sendespule, der wie ein Hörgerät hinterm Ohr getragen wird. Geeignet ist das CI für Menschen aller Altersgruppen, die an einem hohen bis völligen Hörverlust leiden – vom gehörlosen Säugling bis zum langsam ererbten Senior.

Warum haben Sie diese Lösung erhalten?

Ich bin von Kindheit an hörbehin-

dert, doch meine Hörgeräte haben überhaupt nicht ausgereicht. Ich verstand schon etwas. Aber ich konnte Sprache nie wirklich verstehen. Mein HNO-Arzt meinte jedoch, dass ich für ein CI nicht geeignet sei. Erst viel später habe ich durch einen anderen Arzt erfahren, dass ich sehr wohl geeignet bin. Ich entschied mich sofort für das CI.

Mit welchem Ergebnis?

Circa einen Monat nach der OP war die Erstanpassung. Ich habe sehr schnell vom CI profitiert und relativ bald verstehen können. Bis es optimal war, dauerte es anderthalb Jahre. Wie ich heute höre, ist kein Vergleich zu früher. Alles ist feiner und klarer. Ich verstehe Worte zuverlässig, ohne vom Mund abzusehen. Ich

habe mich so daran gewöhnt, dass ich gar nicht mehr weiß, wie das früher war.

Und was würden Sie Menschen empfehlen, die trotz ihrer Hörgeräte nicht ausreichend verstehen können?

Die OP ist eine ganz persönliche Entscheidung; aber ich möchte jedem Mut machen, diesen Zustand nicht einfach hinzunehmen. Sie sollten sich weitergehend informieren, eine Selbsthilfegruppe oder einen Schwerhörigen-Verein aufsuchen, um von anderen Erfahrungen zu profitieren. Und sie sollten sich an einen HNO-Arzt wenden, der sich mit dem CI auskennt.

Weitere Informationen sowie Ansprechpartner zum Thema finden Sie im Internet unter www.ich-will-hoeren.de.



Ohrenarzt Neuer Wall

Dr. med. habil. Thorsten Zehlicke

Spezialisierte Diagnostik und Therapie von Ohrerkrankungen • Versorgung der hochgradigen Schwerhörigkeit und Taubheit u.a. mit Cochlea Implantaten • Therapie der chronischen Mittelohrentzündung

www.ohrenarzt-neuerwall.de
info@ohrenarzt-neuerwall.de

Neuer Wall 36, 20354 Hamburg,
Tel.: 81 97 12 01



beispielsweise: Hierbei werden Handgriffe im Bereich des Schädels und des Kreuzbeins ausgeführt, die die Selbstheilungskräfte aktivieren sollen. Wissenschaftlich bewiesen ist die Behandlungsmethode allerdings nicht. Verschiedene Therapiemethoden können zur Heilung beitragen. Es bleibt abzuwarten, ob ein einheitliches Therapieverfahren entwickelt werden wird.

Tinnitus aurium:

Latein für: „das Klingeln der Ohren“

Das ALSTER-MAGAZIN jetzt
online lesen!



Wir schenken Ihnen Hansi und Peter im Duett.

Ein Cochlea-Implantat kann helfen, wenn ein Hörgerät nicht mehr hilft.



Cochlea-Implantat-Träger verstehen durchschnittlich 60% mehr als zuvor mit einem Hörgerät.* Selbst bei völliger Taubheit ist ein Cochlea-Implantat oft die einzige Möglichkeit, wieder zu hören. Fordern Sie jetzt Ihr kostenloses Infopaket an.

* Hoppe, U.: Audiolog. Indikationen für eine Cochlea-Implantat-Versorgung. 54. Int. Hörgeräteakustiker-Kongress 2009 – Nürnberg.

www.ich-will-hoeren.de/infopaket

Hear now. And always



N35829F JUL12



Elegant, verspielt, sportlich; wichtige Auswahlkriterien für eine Sonnenbrille?



Foto: OAKLEY/Presse

Die Qual der Wahl

Das **sommerliche Wetter** ließ auf sich warten, aber jetzt ist es da. Der Sonnenschein sorgt für strahlende Gesichter und gute Laune, wobei das grelle Licht auch störend wirken kann. Beim Autofahren, Sport oder am Strand schränkt die Sonne das Sehen ein. Da hilft nur eins: **eine Sonnenbrille als Accessoire**.

Passend zu jedem sommerlichen Outfit gibt es eine Sonnenbrille: ob elegant, sportlich oder verspielt – der Fantasie und Variationsfreude sind keine Grenzen gesetzt. Dabei wird oft vergessen, dass die Brille nicht nur ein Styling-Accessoire ist, sondern die empfindlichen Augen vor UV-Strahlen schützen soll. Die Blendschutzkategorie ist je nach Intensität und Farbe der Tönung unterschiedlich und sollte bei der Wahl der richtigen Sonnenbrille beachtet werden (siehe BSK). Besonders schwer haben es allerdings diejenigen, die zusätzlich unter einer Sehschwäche leiden. Eine Möglichkeit sind phototrope Brillengläser, die sich bei zunehmender Intensität der UV-Strahlung immer stärker

eindunkeln und bei Verringerung der Bestrahlung wieder aufhellen. Allerdings haben die phototropen Substanzen eine Reaktionszeit, die in Ausnahmesituationen zu Problemen führen kann. Fährt man beispielsweise mit dem Auto in einen Tunnel, hellt die Brille sich nicht schnell genug auf. Eine weitere Möglichkeit ist der Kauf einer Sonnenbrille mit Sehstärke. Teilweise sind diese Modelle sehr kostspielig. Allerdings bieten einige Fachgeschäfte beim Kauf einer normalen Brille, vergünstigte oder sogar kostenfreie Sonnenbrillen in gleicher Sehstärke an. Die traditionelle Methode, Korrekturbrillen mit Hilfe von Sonnenclips zu verdunkeln, ist nicht nur modisch ungünstig, sondern

außerdem enorm unpraktisch. Wir wünschen dennoch allen Lesern einen angenehmen Sommer. Genießen Sie die Sonne so gut wie möglich. Wie sagt man so schön: Augen zu und durch!

Blendschutzkategorie (BSK):

BSK 1: leicht – **10%** – für schwache Sonneneinstrahlung und leicht bedeckten Himmel

BSK 2: mittel – **30%**

BSK 3: mittelstark – **50%** – bei mittlerer Sonneneinstrahlung im Alltag

BSK 4: stark – **75%**

BSK 5: sehr stark – **85%** – für sonnenintensive Gebiete wie der Strand und das Gebirge

AUGENSCH EINLICH GUT

Jeder Mensch möchte sich gut aufgehoben fühlen. Leider kann man die Qualität einer Arztpraxis nicht von vorn herein sehen. Bei Hygienemaßnahmen, Behandlungsrichtlinien und Leistung der Praxis muss sich der Patient erst mal auf sein Gefühl verlassen, da die Möglichkeit, dies zu prüfen, meist nicht gegeben ist. Vertrauen ist der Grundstein für eine gute Arzt-Patient-Beziehung. Deshalb ist das **Augendiagnostik- und OP-Zentrum von Andreas Otto**, Heegbarg 2, zertifiziert. Auf 400 Quadratmetern bieten drei Ärzte, ein Optometrist und zwölf medizinische Assistentinnen die gesamte Palette der modernen Augenheilkunde. Neben der normalen Vorsorgeuntersuchung und der Sehschule für die Kleinsten werden auch die Möglichkeit der Lasik-OP, einer grauen Star-OP, eventuell

mit Implantation einer Multifokallinse, welche die Fern- und Nahbrille überflüssig macht, angeboten. Außerdem ist das Team immer auf der Suche nach neuen und schonenden Behandlungsmethoden. So gibt zum Beispiel ein neuartiges Medikament neue Hoffnung für an Makuladegeneration, Augenvenenverschlüssen oder diabetischer Retinopathie erkrankte Menschen. Dieses Medikament wird in den Glaskörper des betroffenen Auges injiziert. Die Injektion wird ambulant mit örtlicher Betäubung unter sterilen Bedingungen durchgeführt. Das Medikament entfaltet so gezielt seine Wirkung und führt zu einer Verbesserung der Sehkraft. Die Kosten für diese moderne Therapie können von der Krankenkasse übernommen werden. Trotz aller Technik steht bei Andreas Otto im Augendiagnostik- und OP-Zentrum der



Experten in Sachen Augenheilkunde: Andreas Otto und sein Team.

Mensch mit seinen Sorgen und Ängsten im Mittelpunkt und wird individuell nach seinen Bedürf-

nissen behandelt. Mehr Infos unter **Tel.: 53 04 48 77** und auf **www.augenarzt-otto.de**.

Augendiagnostik
Zentrum



ANDREAS OTTO
FACHARZT FÜR AUGENHEILKUNDE

Heegbarg 2 · 22391 Hamburg
(DIREKT AM S-BAHN/BUS-BAHNHOF POPPENBÜTTEL)

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

Netzhautuntersuchung: **Optomap®-200c**

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





HÖRMANN Garagentore u. Hauseingangstüren

- die meistgekauften Garagentore Europas
- Maßanfertigung aus Stahl, Holz oder Aluminium
- mit Nebentüren, Antrieb und Funksteuerung
- Feuerschutztüren aus Holz
- kompl. Montage / Wartung

Hb **HANSABAUSTAHL**
BAUELEMENTE · MOBILE RÄUME

40 Jahre

Tel. 040 / 733 60 7-0
Fax 040 / 733 60 722
Porgerring 12
22113 Hamburg
www.hansabaustahl.de

M · KUMMERfeld ff INH · A · HARTFIEL
SCHLOSSEREI · METALLBAU

SCHLOSSEREI - METALLBAU

ALUFENSTER & - TÜREN, KUNSTSTOFFFENSTER & - TÜREN
DESIGNER MÖBEL, EDELSTAHLVERARBEITUNG
WINTERGÄRTEN, GELÄNDER, BLECHVERARBEITUNG

Alter Teichweg 67 • 22049 HAMBURG
Telefon (0 40) 54 57 92 • Telefax (0 40) 54 57 51
www.ff-metallbau.de • info@ff-metallbau.de

TESTEN SIE UNS!

Maßgeschneiderte Aufzuglösungen vom Spezialisten.

Fassaden-Lösung

Design-Lösung

Schmale Lösung

Plattform-Lösung

Wir bieten maßgeschneiderte Lösungen für Personen- und Lastenaufzüge, Behindertenaufzüge sowie Kleingüteraufzüge und Hebebühnen sowie Speziallösungen für den nachträglichen Aufzugeinbau in Stadtvillen und Altbauten – schon ab einer Breite von 70 cm. Rufen Sie an, wir beraten Sie gerne.

KleinAufzüge CARL DEGENHARDT

Tel. 040 400200 • Fax 040 4905680 • www.carldegenhardt.de

Farbe ins Leben

Farbe wirkt! Mit wenigen Tricks lässt sich mit der richtigen Farbgebung **das Beste aus Innenräumen herausholen.**

Wir sagen Ihnen wie's geht!

Farben wirken über das Unterbewusstsein und haben Einfluss auf die psychische und körperliche Verfassung von Menschen, erklärt das Immobilienportal immowelt.de. In Räumen können sie ganz gezielt eingesetzt werden, um beispielsweise eine kreative Atmosphäre oder eine entspannende Wirkung zu erzeugen. Dabei kommt es bei der Farbauswahl nicht nur auf die richtige Farbe, sondern auch auf deren Intensität an.

Pastelltöne beruhigen, kräftige Farben wirken dynamisch

Pastellige Farben wirken eher ausgleichend, intensive Farben dynamisch. Aber Vorsicht: Wer sich für kräftige Wandfarben entscheidet, sollte diese nur als Akzent auf maximal eine Wand auftragen, die anderen Wände sollten in einem hellen Ton oder Weiß gestrichen werden. In Wohn- und Arbeitsräumen, in denen sich Menschen länger aufhalten, empfehlen sich ruhige und gedämpfte Farben. Wohldosierte Kontrastfarben beleben einen Raum und geben ihm Spannung.

Entscheidend: Nutzung, Größe und Lichtverhältnisse eines Raumes

Die energetische Wirkung von Farben kann bei der Gestaltung einer Wohnung unterstützend eingesetzt werden. Für Schlafzimmer eignen sich eher kalte Töne wie Grün und Blau, im Wohnzimmer sollten warme Farben wie Orange-, Gelb-, Rot- oder Brauntöne dominieren. Pauschalempfehlungen sind schwer auszusprechen, da sich die Auswahl der Farben zwar einerseits an der Nutzung eines Raumes orientiert, andererseits sollte sie aber auch an dessen Größe und Lichtverhältnisse angepasst werden. Kleine Zimmer erscheinen in hellen Farben beispielsweise größer, Räume mit wenig natürlichem Licht wirken mit Rot-, Orange- oder Gelbtönen freundlicher und wärmer.

Die passende Wandfarbe finden

Die Auswahl der passenden Wandfarbe ist nicht leicht: Sie soll einerseits Zeitgeist und Geschmack widerspiegeln, andererseits aber auch längerfristig gefallen. Vor dem Farbkauf ist es daher ratsam, sich genau zu überlegen, wie der entsprechende Raum eingerichtet und genutzt wird. Für einen ersten Check, wie die gewählte Farbe wirkt, helfen Farbfächer aus Baumarkt oder Fachgeschäft. Diese zeigen Farben in ihren möglichen Nuancen und erleichtern die Auswahl des idealen Farbtons. Wichtig ist, die Farbfächer bei Tageslicht an die jeweilige Wand zu halten, da Farben je nach den Lichtver-

Fortsetzung S. 42



Beruhigend: Pastelltöne lassen entspannen, Echtholz sorgt für den natürlichen Touch.

Foto: Max Bahr

www.moellerundsohn.com

Seit 120 Jahren

Sicherheitsfenster & Türen



WK3

Widerstandsklasse 3



J.C. MÖLLER & SOHN

Bautischlerei

Innenausbau, Reparatur, Kundendienst:
Langenhorner Chaussee 188, 22415 Hamburg,
Telefon: 532 37 87

Eigene Holzfensterproduktion, Haustüren:
Lademannbogen 24, 22339 Hamburg,
Telefon: 538 21 44



Lübecker Str. 4 · Ammersbek · Hoisbüttel · 040 - 220 22 04
www.tischlerei-hanshardege.de

Nasse Wände? Schimmel?

Das gute Gefühl, in den besten Händen zu sein.
60.000 erfolgreiche Sanierungen in der ISOTEC-Gruppe. Wir gehen systematisch vor – von der Analyse bis zur Sanierung. Für ein gesundes Wohnklima und die Wertsteigerung Ihrer Immobilie. Rufen Sie uns an. Wir helfen gerne weiter!

ISOTEC-Fachbetrieb Motsch & Westphal GmbH & Co. KG
Tel. 040-41339033
oder www.isotec.de

ISOTEC®
... macht Ihr Haus trocken!

SUN CONCEPT!

Sicht- und Sonnenschutztechnik

Richtig mit der Sonne umgehen...

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

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

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



Ton in Ton: Das Zusammenspiel von Wänden, Möbeln und Stoffen kann interessante Effekte erzeugen!

TISCHLEREI MIT TRADITION

Anzeige

Die **Bautischlerei J. C. Möller & Sohn**, Langenhorner Chaussee 188, ist ein Unternehmen mit Geschichte. Im vergangenen Jahr wurde das 120-jährige Bestehen gefeiert. Und seit jeher gilt bei Möller & Sohn, Qualität und Verlässlichkeit sind oberstes Gebot. Das hat sich auch über die Grenze von Hamburg hinaus herumgesprochen, wodurch Möller & Sohn Aufträge aus dem ganzen Land erhalten.

Diese erledigen die 35 Mitarbeiter als eingespieltes Team. Ein Spezialgebiet der Tischlerei ist der Holzfensterbau, wofür im Lademannbogen 24 eine eigene Produktionswerkstatt eingerichtet wurde. Dort werden von den Experten unter anderem Sicherheitsfenster und -türen hergestellt. Doch auch viele andere Tischlerarbeiten wie das Bauen von Einbaumöbeln, Büroeinrichtung, Heizkörperverkleidungen, Instandsetzung von

Farbe ins Leben

Fortsetzung von Seite 41

hältnissen im Raum ganz unterschiedlich wirken können. Um zu überprüfen, wie eine größere Farbfläche im Raum wirkt, kann man einen Tapetenrest mit einer kleinen Probe der ausgewählten Farbe streichen. An die Wand geheftet lässt sich schnell erkennen, ob die Wirkung des Farbtons den eigenen Vorstellungen entspricht. Dasselbe funktioniert auch mit einem größeren Stück Stoff in der Wunschfarbe.



Foto: Esprithome



Service aus einer Hand:
Von der Idee bis zur schlüsselfertigen Übergabe

Planungsbüro
MEYERFELDT

Alstertor 20 Tel.: 040 - 33 424 33 60
20095 Hamburg Web: www.meyerfeldt.de

Lichtblicke für Ihre Fenster
Seit über 30 Jahren

Rollos
Plissees
Lamellen
Jalousien
Flächenvorhänge
Insektenschutz

aktuell
ROLLO

Fachkundige Beratung, Aufmaß und Montage

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

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

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

TÜMLER & PEIL
ROLLLÄDEN
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




Ein eingespieltes Team: die Mitarbeiter von Möller & Sohn rund um den Geschäftsführer Klaus-Dieter Beutler (6. v.r.).

denkmalgeschützten Gebäuden und vieles mehr gehört zu ihrem Tätigkeitsfeld.

Weitere Informationen gibt es unter **Tel. 040 / 532 37 87** und **www.moellerundsohn.com**.



Individuelle Tischlerarbeiten
Tradition & MODERNE
Meyerfeldt
Tischlerei GmbH

Schenkendorfstr. 15, 22085 Hamburg Tel.: 040 - 87 87 68 69 www.meyerfeldt.com

Die **Nebenkosten** steigen weiter: Mit kleinen Tipps lässt sich Geld sparen!

Auf die



Hausverwaltung

HGU

Wir bieten Ihnen die Sicherheit einer hervorragenden Verwaltung durch Zuverlässigkeit und Kompetenz

Abteistraße 34 • 20149 Hamburg
Tel. 040 / 37 86 00 65
hgu@hgu.de

www.hausverwaltung-hgu.de

zapf & umzüge
internationale Umzugslogistik

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

Grossmann & Berger

Wir schätzen, was Sie besitzen!

Sie denken daran, Ihre Immobilie zu verkaufen? Dann sprechen Sie uns gern an. Mit langjähriger Erfahrung und umfassender Marktkenntnis erstellen wir Ihnen unverbindlich eine Wertanalyse und begleiten Sie durch den Verkaufsprozess.

Wir beraten Sie gern!

Grossmann & Berger macht. Kompetente Beratung!

Shop Eppendorf | Eppendorfer Baum 1, 20249 Hamburg

040 / 350 80 20
www.grossmann-berger.de

Nebenkostenbremse

Seit 2005 sind die Wohnnebenkosten in einzelnen Bereichen um mehr als **50 Prozent gestiegen** – und die Energieversorger drehen weiter an der Preisschraube. Was tun, um zu sparen?

„Der wirksamste Tritt auf die Energiekostenbremse ist die Modernisierung der Heizung und eine optimierte Dämmung. Aber auch ohne große Investitionen lässt sich viel Geld sparen“, sagt Schwäbisch Hall-Expertin Carolin Schneider. Sie hat die folgenden Tipps zusammengestellt, wie man mit einfachen Maßnahmen die Nebenkosten in den Griff bekommt.

- Eine Ummantelung der Heizungs- und Warmwasserrohre ist schnell durchzuführen und mindert die Wärmeverluste deutlich. Rohre, die ohne Dämmung über Putz verlaufen, erwärmen ungewollt die Kellerräume.
- Die regelmäßige Wartung der Heizung durch einen Fachmann erhöht

die Lebensdauer der Anlage und senkt die Energiekosten. Wichtig ist die korrekte Einstellung des Heizsystems, etwa der Vorlauftemperatur.

- Ein hydraulischer Heizungsabgleich und die Nachrüstung mit voreinstellbaren Thermostatventilen können bis zu 10 Prozent sparen.
- Geregelte Hocheffizienzpumpen schlucken bis zu 80 Prozent weniger Strom als alte, ungeregelte Heizungspumpen, die ununterbrochen laufen.
- Energiesparlampen verursachen im 10-Jahres-Vergleich nur ein Drittel der Kosten einer herkömmlichen Glühbirne.

- Eine WC-Spartaste hilft in einem 4-Personen-Haushalt täglich rund 75 Liter Wasser einzusparen.
- Sensortechnik-Armaturen in Küche und Bad können den Wasserverbrauch um bis zu 70 Prozent reduzieren.
- Wasserspardusköpfe und Perlatoren (Durchflussbegrenzer) sind billige kleine Helfer für sparsamen Wasserverbrauch.
- Spülmaschinen haben eine deutlich bessere Energiebilanz als Spülen von Hand. Voraussetzung: Sie werden nur voll beladen gestartet. Diese Regel gilt auch für Waschmaschine und Trockner und bringt – je Gerät – eine Stromersparnis von 60 bis 150 Euro jährlich.



Der Strom- und Wasserverbrauch lassen sich leicht einschränken!



GUSTAFSEN & CO®
IMMOBILIEN · BEGRÜNDET 1931



EIGENTLICH möchten Sie Ihr Zinshaus nicht verkaufen!

EIGENTLICH. Denn vieles spricht derzeit gegen einen Verkauf. Aber es gibt auch Argumente DAFÜR.

„Ich möchte auch von den derzeit hohen Verkaufspreisen profitieren! Wer weiß, was noch kommt.“

Peter K. aus Eimsbüttel

„Ich scheue die Modernisierungskosten, die per Gesetzgeber noch auf mich zukommen!“

Dr. Christian L. aus Eppendorf

„Wir möchten rechtzeitig entlastet werden – Geld, Zeit und Nerven wollen wir anders investieren!“

Erika u. Heinz H. aus Norderstedt

Und das sind nur drei Argumente, die FÜR einen Verkauf sprechen.

Für ein persönliches Gespräch stehen Ihnen die Herren Dieter Maass und Philip Wex gerne zur Verfügung: 41 40 95 41

Hochallee 2 · 20149 Hamburg · www.gustafsen.de · Tel 040/41 40 95 0

IMPRESSUM

So erreichen Sie uns:

Verlagszentrale:

040 / 538 9 30-0
Mo.-Fr.: 9.00 bis 13.00 Uhr

Buchhaltung:

040 / 538 9 30 13
Mo.-Fr.: 8.00 bis 12.00 Uhr

Redaktion:

040 / 538 9 30 46
Mo.-Fr.: 9.00 bis 16.00 Uhr

Verteilung/Vertrieb

040 / 538 34 52

E-Mail:

redaktion@alster-net.de
anzeigen@alster-net.de

**Media-Berater/innen,
Direktwahl:**

Gabriele Bergerhausen
(Poppenbüttel, Haspa), Tel. 538 930-55; Jutta Brandes

(AEZ, Fuhsbüttel, Hummelsbüttel), Tel. 538 930-50; Marc Brando (Hamburg, Eppendorf, Uhlenhorst, Automobile) Tel. 538930-63; Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538 930-0; Annetregret Linke (Winterhude), Tel. 538 930-67; Sabine Merbach (AEZ), Tel. 538930-17; Sabine Meyerrose (Sase), Tel. 538 930-52; Simone Niklaus (Wellingsbüttel, Duvenstedt und Lemsahl-Mellingstedt), Tel. 538930-14; Andreas Rohloff (Autohäuser), Tel. 538 930-51; Barbara Suhr (Makler), Tel. 538930-54; Helmut Wegner (Autohäuser, Hamburger Meile), Tel. 538930-56; Anzeigenleitung Michael Wiele (Pöselndorf, Mittelweg, Harvestehude, Rotherbaum), Tel. 538 930-53

Internet:

www.alster-net.de
www.alstertv.de
www.alster-talk.de
www.talkhamburg.de
www.hamburger-herbstempfang.de

Fax: 040 / 538 9 30 11



Verlagsanschrift: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg;

Mail: redaktion@alster-net.de, anzeigen@alster-net.de

Herausgeber/Verleger: Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.) | **Chefredakteur:** Kai Wehl | **Redaktion:** Christian Ehrhorn, Maria Heggemann, Christiane Kaufholt, Christian Luscher, Evelin Timm | **Korrektorat:** Regina Ahrens | **Produktion/Anz.-Disponentin:** Birgit Schümann, Carmen Garrot | **Buchhaltung:** Carmen Garrot | **Chefgrafikerin:** Stefanie Oldhaver | **Grafik:** Annerieke Kaack, René Kriese, David Nagel, Tobias Nowatzky, Alina Sophie Schulz, Luka Plepp | **Titelgestaltung:** Stefanie Oldhaver | **EDV- und DTP-Beratung:** IT-Service Thilo Noack | **Druck:** Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel | **Vertrieb:** Sandra Schmelter-Haun, Magazin Verlag Hamburg, Eigenvertrieb | © 2012 Magazin Verlag Hamburg, Das Alster-Magazin wird kostenlos an Haushalte verteilt und liegt zusätzlich auch in ausgewählten Geschäften für Sie bereit: siehe S.30/31

Schöne Ferienwohnungen



**Sylt ist bei jedem Wetter schön
Appartement-Brüdig**

Inh. Bärbel Lundershausen

Gut ausgestattete Apartments:
Westerland, Wenningstedt, Tinnum

Tel.: 0 46 51/ 58 58 • Fax: 0 46 51/ 58 59
www.appartement-bruenig.de



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.gluecksplz-ruegen.de

Persönliches Wachstum mit Bach-Blüten, energetischer Psychologie und systemischer Beratung.
Tel.: 33 42 19 95

Bad Sachsa Harz, 2 Zimmer, behindertengerecht, ruhig gelegen und doch zentral. Mindestgebot: 35.000,- € von privat. Tel.: 0170-55 41 655

Suche Schallplatten aus den Bereichen Jazz, Beat, Rock und Soul der 60er- und 70er-Jahre. Tel.: 695 46 76

Kaufe Bibliotheken / Büchernachlässe
Freue mich über Ihren Anruf!
040/67 58 73 77 oder 0179/49 19 333

Hohwacht/Ostsee, Fewos 2-4 P. Tel.: 0178 - 251 15 41, Ostseenest.com

auf Maß Regal, Schrank, Bett, Tisch
Schiebetür, Heizkörperverkleidung
Bilderschienen Bilderrahmung > 2500 Muster
Möbelbemalung 040/81996535
Vergolderei bettinanohe.de
zum Verlieben Ludolfstr. 39 • U Kellingh.str.
Gemäldereinigung • 8000 Ideen Kunstdrucke u.a.
Chagall, Picasso, Monet, Degas, Warhol, Dix, ...

Prof. Werbefotografie 149,- Euro
Tagessatz www.stefan-zippelius.de

!! NOTVERKAUF !!

Aus geplatzten Aufträgen bieten wir noch wenige
NAGELNEUE FERTIGGARAGEN
zu absoluten Schleuderpreisen (Einzel- oder Doppelbox). Wer will eine oder mehrere?
Info: MC-Garagen
Tel. 0800 - 77 11 77 3 gebührenfrei (24 h)

**Lust auf Skifahren, Snowboarden,
Spaß in der Gruppe mit neuen Freunden?**

Komm mit uns! Skireise für Kids und Jugendliche
...großer Spaß für kleines Geld

Dieses Jahr geht es nach
Mariapfarr im Lungau
in der Zeit vom 26.12.2012 bis 3.1.2013

Für Anfänger und Profis
mitfahren kannst Du im Alter von 8 bis 20 Jahre
Telefon: 030/44042205
Mail: Skireise@frischluft-ev.de
Wir freuen uns auf Dich und deine Freunde!
Euer Frischluft-Wintersport-Team • www.frischluft-ev.de

Aber Achtung:
Die Plätze sind knapp,
also schnell anmelden!

FRISCHLUFT

What's up in TOWN?



Moderatorin Frauke Ludwig und Gastgeberin Claudia Rutt (r.)



Tagesschau-Sprecherin
Judith Rakers



Die Moderatorinnen
Caroline Hamann und
Inka Schneider (r.)



Moderatorin
Sabrina
Staubitz



Moderatorin
Nandini Mitra

LADIES' LUNCH

In diesem Jahr trafen sich zum „Ladies' Lunch“ gut 60 prominente Damen in der Hafencity, um Geld für die DKMS LIFE zu sammeln. Eine gemeinnützige Gesellschaft, die seit Jahren kostenlose Kosmetikseminare für Krebspatientinnen organisiert, krebserkrankten Frauen in Therapie umfassende Hilfe anbietet und Betroffene dabei unterstützt, ihr Selbstwertgefühl und ihre Lebensfreude zurückzugewinnen. Bundesweit organisiert DKMS LIFE jährlich über 1.000 Kosmetikseminare für Krebspatientinnen in über 220 Krankenhäusern, Krebsberatungsstellen, sozialen und medizinischen Einrichtungen. Für diese gute Sache kamen an diesem Mittag 15.000 € zusammen.



Sybille
Beckenbauer



Gastgeber Jürgen Deforth (GF Audi Hamburg) mit Verleger Wolfgang E. Buss und dessen Lebensgefährtin Silke Lange

DEUTSCHLANDFINALIST

Das Audi Zentrum Hamburg hatte Mitte August zum Audi quattro Cup 2012 auf den Golfplatz Gut Wulfsmühle geladen und 100 Golfer kamen, um an einer der beliebtesten Amateurserien Deutschlands teilzunehmen. Sie existiert bereits seit 22 Jahren und wird weltweit in 52 Ländern im Vierer mit Auswahldrive ausgetragen. Das bedeutet, dass zwei Spieler ein Team bilden und mit dem besser gelegenen Abschlag abwechselnd weiterspielen. Das gelang Verleger Wolfgang E. Buss und seiner Lebensgefährtin Silke Lange am besten. Sie verließen den anspruchsvollen Platz mit 45 Netto-Punkten! Damit qualifizieren sie sich für die Teilnahme am Deutschlandfinale im September am Scharmützelsee bei Berlin – die Deutschlandsieger fahren dann zum Weltfinale nach Südafrika. Es ging aber nicht nur um den Spaß, sondern auch um die gute Tat: Das Startergeld in Höhe von 4.000 € geht an die Initiative „Hörer helfen Kindern“ von Radio Hamburg.

Foto: Peter Bremken/TriAss-Photo

Hier finden Sie über 1000 ALSTER-MAGAZIN Sharepoints!

Bei diesen freundlichen Partnern erhalten Sie das **ALSTER-MAGAZIN**. Dort stehen die Hefeteils in schicken Displays in ausreichender Menge zum Mitnehmen, falls Sie das Magazin **nicht schon in Ihrem Briefkasten über unsere Haushaltsverteilung gefunden haben.**

Und damit Sie alle Sharepoints **sofort** finden, haben wir sie nach **Straßen sortiert**. Suchen Sie genau dort, wo **Sie wohnen oder arbeiten!** In weiteren **1.200 Geschäften** rund um die Alster gibt es auch das **Alster-Magazin in kleinerer Stückzahl**.

ABC-Straße Nr.44 Shalimar, The Indian Restaurant; **Alsterdorfer Markt** Nr.6 Tabak-Börse, Zeitschriften etc.; Nr.8 Apotheke am Alsterdorfer Markt, Homöopathie, Kosmetik; Nr.8 Edeka aktiv Markt, Lebensmittel; Nr.10 Textilreinigung; Nr.10 alster-arbeits-GmbH, Second Hand Shop; Nr.10 pleno, Floristik und Wohnambiente; Nr.10 Selami's Dönerhaus, Döner Imbiss; Nr.10 alstermarkt; Nr.12 infostudio; Nr.14 Kesselhaus, Restaurant; Nr.18 Eiscafé il Gelato, Eisdiele; **Alsterdorfer Straße** Nr.2 Kleiderbad Winterhude, Reinigung; Nr.6 Rinas, Textilpflege; Nr.10 Salatperle, Imbiss; Nr.20 Sportsbar, Wirtschaft; Nr.30 Th.Kümpfer, Uhren; Nr.48 Cafe Galao, Portugiesische Spezialitäten; Nr.48 Kirat, Asia Imbiss; Nr.56 Betten-Remstedt, Bettenfachgeschäft; Nr.60 Hanse-Antik; Nr.70 Peter Warnecke, Sanitärtechnik; Nr.76 ARIN, Mode-Design; Nr.84 a ELITHO, Creative Haircut; Nr.84 a Cafe MAY; Nr.86 Alexandre Rodrigues; Nr.90 Back-Shop, Steh-Cafe; Nr.90 Alster-Grill-Eck; Nr.92 Alsterdorfer Apotheke; Nr.254 Zoo-Markt Alsterdorf; Nr.258 a little fun, Kinderspielzeug; Nr.260 Perfect Nails, Nageldesign; Nr.262 Mrs. Sporty, Fitnessclub; Nr.262 Alster Lounge, Café/Restaurant; Nr.274 Symposium, griech. Restaurant; Nr.286 SEHKRAFT Optik im Alsterdorf, Optiker; Nr.288 Roxie, Restaurant/Café; Nr.290 Asian Imbiss Seoul, Asia-Imbiss; Nr.292 Konditorei Fastert, Konditorei; Nr.7 Wein-Michel, Wirtschaft; Nr.7 Schanzen-Bäckerei; Nr.9 Bode, Hörakustik; Nr.11 Fischfeinkost; Nr.13 Cuisinette, Delikatessen; Nr.13 Blumengeschäft; Nr.15 Echtzeit Studio, Cafe-Galerie; Nr.17 Effenberger, Bäckerei; Nr.29 Sauberland, Reinigung; Nr.29 Bagno, Bäder-Accessories; Nr.31 Stahn, Euronics; Nr.35 Today, Restaurant; Nr.35 Alsterdorfer Fruchthaus; Nr.35 Blende 11, Foto etc.; Nr.37 Russell's, Cafe Bar; Nr.41 H. Wolf, Alles vom Lande; Nr.61 Bäckerei Boldt; Nr.61 H. Lüschen, Obst+Gemüse; Nr.69 a Königskinder, Friseur; Nr.79 Croquerie; Nr.81 Katja's Eis, Eisdiele; Nr.103 Mass-Schneiderei; Nr.253 Jubeljahre, Mode und Accessoires; Nr.253 Alsterdorfer Hosenmatz, Kinderladen Second Hand; Nr.263 Back Paradies, Bäckerei; Nr.263 Friseursalon Mojian, Friseur; Nr.263 Café Minze; Nr.271 Sprungfeder, Raumaustattung; Nr.277 Änderungssofortdienst, Änderungsschneiderei; Nr.281 Kiosk 81, Kiosk; Nr.281 a Blumen Exotica, Blumen; Nr.283 Inger Moden, Mode; **Badestraße** Nr.4 Osteria Due, Restaurant; **Ballindamm** Nr.25 Trachtendiele GmbH;

Ballindamm Europapassage Nr.40 funke-ticket, Ticket Shop; Kult; L'Italiana Gelateria, Eispalast GmbH; TE Hamburg, Textilhandels GmbH; Kodak Express; Elkline GmbH, Mode; E-Plus Retail GmbH; Stofftiergarten; Udo Lindenberg & More, Watentowski Galerien; Wiener Kaffeehaus Julius Meini; Se7en Oceans Hamburg; Vodafon; Steiff Kids Fashion & more GmbH; Levi's Store; Harley Davidson Fashion Hamburg; Meinecke's Barbershop; Yin & Yang, Restaurant & Bar; **Barmbeker Straße** Nr.82 a Stadtpark - Apotheke; Nr.148 Oräx-Tinter, Drucker-Toner; Nr.148 Artefakt, Schuhe; Nr.150 Arizona, Steakhouse; Nr.152 C&M, Friseur; Nr.152 Videopalast, Videos; Nr.158 Budenhagen, Euronics; Nr.45 Haspa; Nr.47 Arno Sierck, Lotto-Toto-Oddset; Nr.153 REBIKE, Schnell Reparatur Service; Nr.153 Tauchen-Hamburg, Taucherartikel; Nr.167 Big Bull, Steakhouse; Nr.169 Dat Backhus, Bäckerei; Nr.177 Schuh/Schließeldienst; Nr.179 Bravo, Reinigung; Nr.181 Wein-Gesing, Weiner; Nr.181 Stirling-Fashion, Second Hand Mode; Nr.181 Bauelemente Galerie; Nr.187 modern nails; Nr.189 Die Lakritzerie; **Bleichenhof Passage** Kryolan City Hamburg, Professional Make-up, Cafe Ole, Bar u. Restaurant; Shoes, Schuhe aus Ungarn u. Italien; **Borgweg** Nr.5 Picobello, Reinigung - Schneiderei; Nr.7 Füsun Rinkus, Praxis für medizinische Fußpflege; Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrabi; Nr.11 a Nur Hier; **Brandense** Nr.7 Biffar; **Brooktorkei** Nr.6 Airlux Showroom; **Böcklinstraße** Nr.2 Tafelberg, Restaurant; **Colonnaden** Nr.18 Lunge Lauf- und Sportschuhe; Nr.22 Weinhandlung Brodthage; Nr.36 abrahams ambiente; Nr.46 Schattschneider, Sanitätshaus; Nr.70 HPS Porzellanmalerei; Nr.96 Sabine Wiedenhaus, Mode; Nr.108 Papier u. Feder; Nr.15 games workshop; **Dorotheenstraße** Nr.48 Hotel Cristobal, Hotel; Nr.54 Haar Pur, Friseur; Nr.54 La Figlia, Ital. Restaurant; Nr.78 Gemeinschaftspraxis Wolf, Thiel, Zahnärzte; Nr.102 Haspa; Nr.108 Rothaus, Möbel; Nr.112 Schanzen-Bäckerei, Bäckerei; Nr.116 Kaya, Feinkost; Nr.116 Stadtbäckerei, Bäckerei; Nr.128 Blumen; Nr.132 DerMaßschuh, Schuhe; Nr.134 BHB, Hockey; Nr.134 PMatzen, FS-Radio; Nr.136 Änderungs-Dienst; Nr.138 Zeitschriften; Nr.138 Tabak-Lotto, Sh. Pourkazemi; Nr.140 Call a Pizza, Restaurant; Nr.144 Kirschner, Restaurant; Nr.174 Charade, Bistro; Nr.176 Schönes & Nützliches; Nr.178 Biomarkt;

Lebensmittel; Nr.182 IL Gelato, Eiscafe; Nr.182 a La Strada, Restaurant; Nr.182 Couture 182, Mode; Nr.184 am idstein, Deko; Nr.184 Sun Concept, Sicht + Sonnenschutz; Nr.184 Nur Hier, Bäckerei; Nr.184 a Zellmanns, Weinmarkt; Nr.184 a oliothea, alio, aceto & liquori; Nr.188 Fromage Francaise, Käse; Nr.188 envy fashion coffee; Nr.190 Dorotheen Eck, Restaurant; Nr.35 Restaurante La Bruchetta, Restaurant; Nr.57 Block House, Restaurant; Nr.95 Reitenbach, hair and make-up; Nr.97 a Trattoria Rosati, Restaurant; Nr.99 Frozen-Yoghurt Welt; Nr.109 alia, Wellness; Nr.113 Dorotheen-Apotheke, Apotheke; Nr.121 St.Johannis Apotheke; Nr.135 DMK Skin Care Konzept, Kosmetik; Nr.159 Babette Becher, Floristik; Nr.161 Ihre Reinigung; Nr.161 Turan's Fruchtcke, Gemüse Obst Bufett; **EKZ Nedderfeld** Ernstings-Family, Kleidung; Mc Paper; Budnikowski; ISS-Gut! gutbürgerlich, Restaurant; 1.Etage: 70 Sonnenklar.TV Partner, ReiseWelt Hamburg; 1.Etage: Sparda Bank; 1.Etage: New Nails, Nagelstudio; 1.Etage: Bistro Florenz, Eisladen; 1.Etage, Oliver Grey, Schuhe; **Eppendorfer Baum** Nr.4 Früchte Gleitzmann, Feine Früchte - Feines Gemüse; Nr.6 Mars O' Polo, Mode; Nr.6 L' AUTRE CHOISE by D' Or; Nr.8 Classico Women, Mode; Nr.12 Meister Parfümerie seit 1888; Nr.14 Meissler & Co Immobilien; Nr.16 P Eisenherz, Kindermode; Nr.16 Labels for Less, Mode; Nr.18 Lühr Optik; Nr.18 Struve Lederwaren & Gepäck; Nr.20 engelle, Pasta-Olio-Vino; Nr.22 Maral, Restaurant & Cafe; Nr.22 von Allwörden, Backwaren; Nr.24 World Coffee, Restaurant; Nr.24 O2 Partner Shop; Nr.32 RiekhofGalerie, Parfümerie Eppendorf; Nr.32 LaJaby Palmers Rosurel, Wäsche; Nr.34 Pyjama Royal, Wäsche; Nr.34 Broterhe Gaus; Nr.34 mobilejoker.de; Nr.34 catwalk Hamburg; Nr.38 Burrateria Eva Lierhaus, Restaurant; Nr.42 Paulina expect in style, Umstandsmode; Nr.44 four; Nr.3 NIKOLAI Apotheke; Nr.5 HAGEL The Hair Company, Friseur; Nr.7 JF Flebbe GmbH, Männermode; Nr.9 Glenfield, Fine Knitwear; Nr.9 Pura Vida, Schmuck; Nr.11 Optik Martin Carl, Optiker; Nr.11 AJUST, Collezione d'Italia; Nr.11 Quartier 11; Nr.13 Lienau hat das Zeug z.Spielen, Spielwaren; Nr.19 Willi Decker, Frisuren; Nr.31 Peter Polzer, Friseur; Nr.31 Bettenhaus Bürger; Nr.43 Tee-Handels-Kontor Bremen; Nr.43 Vodafone Shop Eppendorf; Nr.47 Back-Werk; **Eppendorfer Landstraße** Nr.2 Haspa, Bank; Nr.4 Blumenhaus Radau, Blumen; Nr.6 Gandhi, Indisches Restaurant; Nr.8 Jonas Anaeus Schuhe, Schuhe; Nr.32 Wolffheim&Wolffheim, Immobilien; Nr.36 Morellino, Restaurant; Nr.36 Locke, Friseur; Nr.54 Van Laack, Mode; Nr.56 Das Buch, Buchhandlung; Nr.56 Augenblick, Optiker; Nr.58 Happy Heels, Schuhmacherie; Nr.58 Ihr Sonnenstudio, Sonnenstudio; Nr.58 Gigis, Accessoires; Nr.70 Deutsche Bank, Bank; Nr.74 Ristorante da Franco, Restaurant; Nr.74 Immobilien Kontor, Immobilien; Nr.76 Anneli Rieck, Goldschmiede; Nr.80 Schlüsselzentrum, Schlüssler; Nr.80 Terzozentrum Hamburg, Hörgeräte; Nr.84 Lampen Wetter, Lampen; Nr.84 Apotheke, Apotheke; Nr.86 Optik Köpke, Optiker; Nr.86 Haspa, Bank; Nr.88 Konditorei Lindner, Konditorei; Nr.90 Frucht-Haus Duntas, Obst und Gemüse; Nr.92 top o' top, Damenbekleidung; Nr.92 Thor Straten, Juwelier; Nr.96 Tabakwaren Presse; Nr.100 Balzar Coffee, Cafe; Nr.102 Samt & Sonders, Geschenke; Nr.112 Versna Moden, Mode; Nr.112 Klemann Brillen, Brillen; Nr.112 a Friseur Lühndorf, Friseur; Nr.120 Second-Hand, Second-Hand; Nr.130 Thomas Cook, Reisebüro; Nr.130 Grönich Aufpolstern & Beziehen, Holzauflage; Nr.144 Piazza Mercato, Südl. Spezialitäten; Nr.1 JB Exclusiv, Mode; Nr.5 Shirley Mae, Schuhe; Nr.9 Namenlos, Friseur; Nr.9 Brunnen Apotheke; Nr.9 Cord Stehr, Weine; Nr.11 Optiker Carl, Optiker; Nr.15 Fontana, Mode; Nr.19 Nygaards, Kinderschuh; Nr.21 Geers Hörakustik, Hörakustik; Nr.27 twice, Mode; Nr.31 Greeni, Cafe/Restaurant; Nr.39 Loop, Kindermode; Nr.43 Edeka Schlemmermarkt, Supermarkt; Nr.45 Vital-Center Eppendorf, Sanitätshaus; Nr.51 Travel Overland, Reisebüro; Nr.53 dt Designertraum; Nr.53 Ryf of Switzerland, Coiffeur; Nr.55 home & body, Geschenke, Badaccessoires etc.; Nr.61 Bar Italia, Restaurant & Weinbar; Nr.65 Herz & Krone, Mode; Nr.65 masoud-schuhe, Schuhe; Nr.67 Budnikowski, Drogerie; Nr.101 Dietrich Niesitka, Teppichboden; Nr.109 Vista

Video, Videothek; Nr.121 Stern, Änderungsschneiderei; **Eppendorfer Marktplatz** Nr.2 Eppendorfer Eiscafe, Eiscafe; Nr.2 Apotheke a. d. Friedenseiche, Apotheke; Nr.2 BoConcept Hamburg Eppendorf, Einrichtungen/ Möbel; Nr.8 Shikara, Restaurant; Nr.5 Haspa, Bank; **Eppendorfer Weg** Nr.170 Gala Atelier, Die Änderungs-Schneiderei; Nr.180 Fischfeinkost Egon Geißler; Nr.210 Ristorante Come Prima; Nr.210 sandro magris, Antipasti; Nr.234 Cafe Leckerei; Nr.240 Café Leckerei; Nr.244 Apotheke am Falkenried; Nr.244 EA Taliano, Antipasti - Pasta - Bar; Nr.248 Müller's Jeans & Interiors; Nr.248 Ganter, Konditorei; Nr.252 RuBios, Bio & Delikatessen; Nr.254 Büning, Creative Wohngestaltung; Nr.256 Camocas, Stoffe & Kleider; Nr.258 Tabak - Zeitschriften - Lotto, Rainer Lawniak; Nr.258 Goldrausch by MK, Gold u. Silber-Ankauf; Nr.260 Nurhayat Heidekrüger, Gemmologin; Nr.264 Claudia Paulus, Design; Nr.264 Loewen, Gastwirtschaft; Nr.266 Kallensee GmbH, TV-VIDEO-HIFI; Nr.270 Unzertrennlich essen & trinken; Nr.276 Caprice, Mode; Nr.276 Meersachsen e.K.; Nr.280 Ristorante Fezzi; Nr.189 Kosmetik Eppendorf; Nr.189 Lady Perle, Schuhgeschäft; Nr.195 Stadteilmakler Eimsbüttel; Nr.207 Schritt für Schritt, Mode für Kinder, Kinderschuh und Mode; Nr.221 Da Moo Joo, Restaurant; Nr.229 lille synd, trendige mode; Nr.235 Steinberg - the Living room, Geschenke; Nr.237 Cafe Tempo; Nr.245 Gabriele Wiese, Friseur; Nr.249 Obst + Gemüse, Eddy Caliscan; Nr.255 LD Leder Design Hamburg, Shop + Manufaktur; Nr.255 Hebammenpraxis im Kleinen Garten; Nr.265 Zimmerchen; Nr.269 Eiscafé Dante; Nr.271 Spiale Haircutters; Nr.279 Kinderleid, Party und Spiel; Nr.281 42 Plus Second Hand, Designermode; Nr.42; Nr.283 Peter Jung, Modeschmuck; Nr.287 Poletto Winebar, Weinstuben; **Erikastraße** Nr.42 Das Hand und Fuß Team, Hand u. Fußpflege; Nr.44 Lotto, Zeitschriften; Nr.44 Friseursalon Zobo; Nr.48 petite pricence, Mode, Accessoires; Nr.50 Curry Curo, Imbiss; Nr.50a Hülsen Petiti Fisch Bistro, Fischbistro; Nr.66 Wohndecke, Raumaustattung; Nr.70 Primmacera, Feinkost; Nr.74 Hüttenhofer Landkost, Fleisch-, Wurstwaren; Nr.43 Bremer TV, Unterhaltungselektronik; Nr.45 Rolf Kappler Einbruchschutz, Schlüssel etc.; Nr.57 Flugbörse, Flüge; Nr.57 Änderungsschneiderei Kloska, Änderungsschneiderei; **Fährhausstraße** Nr. 8 HPM Vermögensverwaltung; **Friedr. Schütter Platz** Ernst Deutsch Theater; **Galleria** World in Travel, Reisebüro; Bagger&Gehring, Goldschmiede; Linus, hochwertige Herrengeradrobe; **Gönschmarkt Passage** ELB Fashion Store, Mode; Mercedesh-Shoes, Umkleidekabine, T-Shirt Druck; **Gönschmarkt** Parfümerie; Görtz 17; Eiscafe San Remo; Kaffee Engelchen, Restaurant; Hello Kitty, Mode u. Accessoires; Block House, Restaurant; Super Cut, Friseur; Nr.50 BOBOQ, Drinks; Nr.43 Praxis Dr. Maik und Kirsten Humst; **Gärtnerstraße 25469 Halstenbek** Nr.130 Richter International, Möbelsalon; **Geibelstraße** Nr.12 SantaFe, Restaurant, Cocktailbar; **Gertigstraße** Nr.4 Kartenhaus, Tickets; Nr.20 Smart Sun, Sonnenstudio; Nr.24 Yellow Möbel; Nr.40 RS - Möbel GmbH; Nr.42 Rothaus Möbel; Nr.48 Kiosk 48; Nr.58 Kokon, Fashion & More; Nr.68 Grill Shop Winterhude; Nr.1 Jamka, Textilien; Nr.3 Konditorei Boyens; Nr.11 Deseo, Tapasbar; Nr.17-19 my favorite store, Designermode; Nr.23 C2M, Friseur; Nr.23 Salat Quelle; Nr.25 Georg Kramer, Uhrmachermeister, Juwelier; Nr.25 il Trullo, Pizzeria, Ristorante; Nr.27 Holz connection, Möbel; Nr.27 Thaysen Fashion; Nr.33 Moula Moda; Nr.37 Pastelaria Porto, portugiesische Spezialitäten; Nr.41 Der Biologen Winterhude; **Geschw.-Scholl-Straße** Nr.6 Mrs. Sporty, Fitness für Frauen; Nr.1 Cafe Borchers, Cafe / Restaurant; **Goldbekplatz** Nr.1 Home & Garden; **Grasweg** Nr.2 Ihr Frisör; Nr.9 Änderungsschneiderei Nazari; Nr.9 Schewel, Modeatelier; **Grindelallee** Nr.18 Cafe Campus; Nr.32 Spiesserei Speis & Trank; Nr.32 Print- und Copyhaus GmbH; Nr.34 Cafe 'Dilo; Nr.40 Papier & Co., Bürobbedarf; Nr.40 Base / E-Plus Shop Uni Hamburg; Nr.44 SHALOM, Israel Bijoux u. Kunstgewerbe; Nr.80 Lavante Deli & Coffeeshop; Nr.80 text & töne, An u. Verkauf von Büchern, CDs & DVDs; Nr.104 a McPaper; Nr.106 Atlantik Apotheke; Nr.106 Eiscafe



So steht das **neue Alster-Magazin** jetzt im schicken Acryl-Display bei unseren Sharepoint-Partnern.



La Veneziana; Nr.106 Schweden Optik; Nr.110 Vodafone; Nr.114 Pace Coffee, the fairest Coffee; Nr.116 Backwerk; Nr.126 EDEKA aktiv markt Anders; Nr.134 Bodega Bar „Las Tapas“; Nr.136 Die Brille Susan Timm; Nr.138 Tabak-Shop Lütchau, Zeitungen; Nr.146 Asia Lounge, Restaurant; Nr.146 Adalbert Krumhorn, Glaserl/ Bilder; Nr.148 Comestibles; Wein; Nr.150 Outlet King; Nr.158 Football Factory; Nr.164 everglaze, Schmuck; Nr.168 Cafe Pasteleria, Portugiesische Spezialitäten; Nr.170 Matratzen Markt Concord; Nr.178 Christel Brandt, Theater-Film-Foto-Schminken; Nr.180 Carlotta Secondhand; Nr.182 Joey's Pizza Service; Nr.186 BOBS FRISÖR; Nr.188 MFO Matratzen Factory Outlet; Nr.7 Alnatara; Nr.17 Campus Suite; Nr.21 Studioline Photography; Nr.45 Haspa; Nr.53 Haspa, Bank; Nr.77 Andere Welten, Medienvertretung; Nr.79 Qrito Grindel, fresh californian cooking; Nr.79 Schneider am Grindel; Nr.83 Internetcafe; Nr.83 Ali 's Grillhaus; Nr.87 ak deniz, Schnellimbiss; Nr.87 Der Friseur, Campus Cut; Nr.89 SO NA MU, koreanisches Restaurant; Nr.105 Reckrad, Fahrräder; Nr.117 Afro-Asia-Shop, Cosmetics & Hair, Food & Fish; Nr.117 Ihr Sonnenstudio; Nr.117 Schweinske, Restaurant; Nr.129 Monkey Donuts; Nr.131 Kiosk; Nr.131 Drucker Tanke; Nr.131 Pearlypop, Schmuck; Nr.131 Beautiful Nails, Nagelstudio; Nr.139 Happy Copy Digital, Digital & Werbetechnik; Nr.141 Grindel Schuhmacherei; Nr.159 Änderungsschneiderei; Nr.159 Restaurant Gopalam, Vegetarisch-ayurvedisch; Nr.161 Fahrrad Gebrauchtmarkt;

Grindelberg Nr.86 KA 1, Mode; Nr.86 intertel gmbh, mobile kommunikation; Nr.88 Paracelsus-Apotheke, Schwerpunkt Homöopathie; Nr.3 ANDREAS APOTHEKE, Apotheke; Nr.39 S.Z. Fahrradservice; Nr.39 Friseursalon KASKADE, Friseur; Nr.41 Japan Feinkost, Sushi-Party-Service; Nr.41 Studioline Photography; Nr.45 Tinten-Toner; Nr.47 Studioline Photography; Nr.45 Choedde Thaimassage; Nr.83 Susanne Bielefeldt, Tabakwaren-Spirituous-Lotto;

Große Bleichen Nr.32 Privatvdozent Dr. Tesch; **Hallerstraße** Nr.36 Dr. Jörg Brettle, Zahnarzt; Nr.78 Edeka Niernerszei;

Hamburger Hof Parfümerie Hamburger Hof; cappuccino-ude, Cafe/Bar/Restaurant; Titan, Bags and Accessories; Blume Hamburger Hof, Blumengeschäft;

Hamburger Meile EG Information; EG 121 SWISS BREAK; EG 21 Jensens Landschlachterei; EG 22 Oil & Vinegar; EG 23 MIMA; EG 28 Apollo Apotheke; EG 31 Weinscala; EG 40 Multi Express, Schuhmacherei/ Schlüsseldienst; EG 43 Budnikowski; EG 44 Camel Shop; EG 45 Stichweg Textilreinigung; EG 48 elbedruck.de; EG 52 Gofräs Drink Fit; EG 62 TE Hamburg; EG 08 Vodafone; OG 116 Bäckerei Nitt; OG 117 Dat Backhaus; OG 118 Reformhaus Engelhardt; OG 122 Eiscafé Fiore; OG 140 Sansibar; OG 147 Jens Koch; OG 55 Haspa; OG 85 Thalia Bücher; OG 92 Studio Line Photography; OG 97 Starbucks; OG 98 Pan Asia;

Hanseviertel Roedel, Handschuhe; Quartier 30, exklusive Mode; Laysieffer kleiner Shop, Confiserie und Konditoreispezialitäten; Laysieffer, Confiserie und Konditoreispezialitäten; Restaurant les parisiennes, Restaurant; La Moda, Abendkleider; Caffe Rouge, Cafe Bistro; Falke-Store, Strümpfe; Sansibar-Sylt, Fashion; Hamburg Business Center; Endeca, Passion f. Wein u. Spirituosen; Postelblume, exklusive Kindermode; Bang & Olufsen im Hanseviertel; Toti & Co., Herrenschuhe; Schacht & Westerich, Papierhaus GmbH, Eine gute Idee seit 1826;

Hartungstraße Nr.16 beautiful day, Mode & Café **Hartwicusstraße** Nr.6 Uhlenhorster Reiseidienst, Reisebüro; Nr.6 Kosmetik u. Mode an der Alster; **Hebelstraße** Nr.15 elkline GmbH;

Hegestraße Nr.8 FOLKER h, Der Friseur; Nr.8 Laura & Louis, Fashion Room for Kids; Nr.12 Restaurant Da Remo; Nr.48 TARA, Modedesign; Nr.50 Umland Delikat-essen, und Party-Service; Nr.13 Das Kleine Kinder Kaufhaus; Nr.15 REINDL secondhand; Nr.21 Botho Nickel, Hochzeitsausstattung; Nr.31 Uhrwerk 31, Uhren für Ästhetik; Nr.31 SMITH 's, Clothes for Men & Women; Nr.33 schokovida, Feinste Schokoladen;

Heinrich-Hertz-Straße Nr.101 Blumenladen Dieter Ahlf; **Herderstraße** Nr.2 Änderungsschneiderei Julia; Nr.2 Goldankauf No.1;

Hermannstraße Nr.10 **www.LEBENSwohNART.de**, die Outlet-Store der besonderen Art; Nr.14 Altstadtblume am Alsterort; Nr.14 Verkaufshop Hamburg;

Huberggraben Nr.34 Mode & Accessoires, Mode; Nr.34 Blumenhaus Daebler, Blumen; Nr.34 Villa Salis, Relax- u. Wellness-Lounge; Nr.38 Big Easy, Bistro/ Restaurant; Nr.48 Lotto, Kiosk; Nr.52 Alsterdorfer Backhaus, Bäckerei/Cafe; Nr.27 Mein Friseur; **Hofweg** Nr.4 Hamburger Hofladen, Lebensmittel; Nr.8 Floristik am Hofweg, Blumen; Nr.12 Engel & Völkers Hamburg, Immobilien GmbH; Nr.22 Maxim, Lebensmittel; Nr.24 Haspa; Nr.46 Hofweg Apotheke; Nr.46 Kape, Bistro; Nr.48 Budnikowski; Nr.48 Zeitschriften-Shop; Nr.54 Ulrich Stein, Einrichtungen; Nr.58 Fr.Samson-Himmelssterna, Zahnarzt; Nr.68 Jody-2Rad, Fahrräder; Nr.72 Zala, Indisches Restaurant; Nr.94 Duxiana, Das Dux Bett;

Nr.98 Burg Apotheke; Nr.98 Heimat-Hafen, Textilien etc.; Nr.102 Ristorante Rocco; Nr.1 HIFI-STUDIO am Hofweg; Nr.21 Wäscherei, Reinigung; Nr.29 Travel & Home, Reisebüro; Nr.31 N&N Reisen; Nr.33 Stöben-Wittlinger, Immobilien; Nr.45 Cafe Boyens, Conditorei; Nr.57 Augenärzte im Hofweg; Nr.59 Post am Hofweg; Nr.61 a Rindchen 's, Weinkontor; Nr.63 Prinsessa, Cafe; Nr.65 Dalivi, Stoffe; Nr.73 Boulevard Hotel; Nr.75 Nippon-Hotel; Nr.81 Edeka Niernerszei, Edeka; Nr.95 Frau Ultrafrisch, Bistro-Catering; Nr.101 Dilo-Cafe, Cafe;

Hoheluftchussue Nr.18 Osaka Sushi, Restaurant; Nr.18 Wolsdorff Tabacco GmbH; Nr.28 Sub Way Sandwiches HH 2, Restaurant; Nr.30 aktuell ROLLO, Vertriebsgesellschaft mbH; Nr.30 Hans Reimann, Herrenausstatter; Nr.32 Vodafone Shop; Nr.32 Broterbe Gaues; Nr.52 My Way, best of asia; Nr.56 Eiscafé Toscana; Nr.56 SCHNELLREINIGUNG, Najiba Adina; Nr.56 Friseur Team Hoheluft, Friseur; Nr.56 Oberdörffers Apotheke; Nr.60 Din Hau, Asiatische Spezialitäten; Nr.68 Buchhandel Frank & Steinwarder; Nr.68 nipala functional sportsweat, Sportausrüstung; Nr.72 Maxi Sun; Nr.84 Statronic, Elektronik & Hifi; Nr.88 Haarstudio Lauro; Nr.88 Stolle-Pralinen, Confiserie; Nr.90 Margot Randhawa, Blumen; Nr.90 Copy As; Nr.92 Hoheluft Reinigung; Nr.17 Eisen + Haushaltswaren Harms; Nr. 45 Lichthaus Friedrich Hass; Nr.85 News+Cent Point; Nr.85 News + Cent Point, Schreibwaren/Presse; Nr.119 Funk-Schlöss-Notdienst;

Hudtwalckerstraße Nr.2 Dr. Trettnig, Neurologie; Nr.16 Paolino, Ristorante Sardegna; Nr.18 Fahrhaus Apotheke; Nr.20 Kleine Freiheit, Sexdussous; Nr.24 Schwi-Computer, Computer; Nr.28 Schmidt, Imbiss; Nr.28 Ozubeh & Partner, Cafe Bäckerei; Nr.30 Urban-Spa, Schönheit; Nr.11 Arbeit u. Mehr, Arbeitsvermittlung; Nr.13 Restaurant Felix; Nr.13 Komödie Winterhuder Fährhaus; Nr.17 Blumen-Börse; Nr.19 Nur Hier, Bäckerei; Nr.21 Budnikowski; Nr.23 G.Freytag, Hüte; Nr.31 Concept Leger, Mode; Nr.33 Effenberger, Bäckerei; Nr.35 Heymann, Böcher; Nr.37 Mr. Baker, Bäckerei/Cafe; Nr.37 Da Lui, Restaurant;

Humboldtstraße Nr.5 UNIFLOTT, Textil-u. Lederpflege;

Isestraße Nr.86 my perfect Sunday; Nr.77 Tiefertal Bar Restaurant, Restaurant;

Jarrestraße Nr.26 H & B, Bäckerei; Nr.26 Kiosk Avanti; Nr.28 Haspa; Nr.42 DUBARA, Döner; Nr.44 Rewe, Lebensmittel; Nr.55 Die Bäckerei; Nr.57 Döner-Queen; Nr.42 Jarre-Apotheke; Nr.56 Die Wäscherei, Einrichtungen etc.; Nr.45 Budnikowski;

Jungfernstieg Nr.16 City Fresh, Gastronomie; Nr.38 Schuhhaus Prange; Nr.38 CIRO, Schmuck; Nr.40 Jack & Jones Vero Moda; Nr.44 Langhagen & Harnisch, Gemälde & Kunsthaus; Nr.48 Roth's Alte Englische Apotheke; Nr.54 ALEX Hamburg im Alsterpavillon; Nr.58 MIO Bistro Caffé Gelato; Nr.49 C & M Friseur; Nr.51 Nave Haus; Nr.51 Optiker Bode

Jungfrauenthal Nr.1 Apotheke, Klosterstern; **Kaufmannshaus** Brahmsheller, Wein u. Bierstube; Böcker Design Optic, Optiker;

Kleine Johannes Straße Nr.4 Theaterkasse; **Kosterallee** Nr.80 Ise Apotheke;

Klosterstern Nr.6 Evelin Brandt, Mode; Nr.3 Klosterstern Apotheke, Petra Traulsen; Nr.5 Tabakwaren-Zeitschriften, Lotto-Toto Hessianum; Nr.5 Haspa;

Kronshkamp Nr.15 Wijnhus, Weine; **Lange Reihe** Nr.18 Hotel Senator; Nr.18 nahhaut, Supermarkt; Nr.34 Balkan Magazin, Balkan-Spezialitäten; Nr.48 Everest, Geschenk-Basar; Nr.50 plateau, Herrenbekleidung; Nr.54 Bücher Thierde; Nr.60 Lagerverkauf Speicherstadt; Nr.62 Casa Nostra, Restaurant; Nr.66 Hair Joy, Friseur; Nr.66 vodafone-shop; Nr.1 My Nails, Nageldesign; Nr.27 Lagerhaus Hamburg; Nr.47 cafe due; Nr.47 Eiscafé Triboli; Nr.57 Werkhaus, Fashion; Nr.63 Cafe 'Uhrlauf; Nr.67 Vasco da Gama, Restaurant; Nr.73 Weinkauf St.Georg; Nr.83 O 'Pote, portugiesische Spezialitäten;

Nr.87 Mercado Iberico, spanische Lebensmittel; Nr.87 Kiosk 87, Zeitschriften; Nr.87 Alica Weltmann, Schneiderin; Nr.91 Ticketkontor, Reisebüro; Nr.91 Petra Nentwig, Kosmetik u. Fußpflege; Nr.101 Das Haarwerk, Friseur; Nr.103 Body Vital Shop, Sportlernahrung u. Fitnessbekleidung; Nr.111 Tempur Studio, Premium Schlaf; Nr.113 Rahimi Beauty; Nr.117 Feinkost Läufer;

Lattenkamp Nr.4 Lotto + Toto; Nr.8 Cafe Memorandum;

Lehweg Nr.28 Queen for a day, Mode; Nr.28 Cengiz Aydin, Master Hair Stylist; Nr.36 Haarkunst, Cladia Ossege; Nr.36 Sense of Beauty, Die Wellness Lounge; Nr.40 Fine Antique Interiors; Nr.44 Schweinske Eppendorf; Nr.46 Galerie in Eppendorf; Nr.46 Clou, Geschenke; Nr.46 Blumenladen B.Sannman; Nr.48 Zuckerpuppe, Mode; Nr.50 UMS Ute Münzer Spiess, Make up; Nr.50 die Fasserie, Wein,Essig, Öl, Whisky; Nr.56 Fleischeri Harms; Nr.58 Bjolie Karla-Maria Ostersetzter, Friseurmeisterin; Nr.58 Ristorante Italiano; Nr.31 Fashion Cut, Kostümbildner Änderungsschneider; Nr.31 a Cafe Estoril 2; Nr.35 China Garten, Restaurant; Nr.35 Haare Manuel Oliveira; Nr.41 Kratzfest, Naildesign; Nr.43 Milchzahn, Baby- u. Kinderausstattung; Nr.43 Son Sara, Boutique; Nr.43 Yilmaz, Änderungsschneider; Nr.43 Askrafi Antikes & Feines; Nr.51 Stoffkunst Britta Grumann, Kurzwaren; Nr.53 Eppendorfer Haushaltszubehor;

Nr.55 Outfit Haare & Kosmetik; Nr.57 DER KAMIN, Kamine ohne Schornstein;

Lenhartsstraße Nr.16 LoBo Frisuren GmbH, Meisterhafte Haargestaltung; Nr.1 Lizzart Living Design GmbH;

Levanthaus Flane Chocolaterie Cafe; Swatch, Uhren; Bar Levante, Restaurant; Drössel & Rademacher, Schreibwaren; Park Hyatt Hamburg, Hotel; Calvin Klein Jeans Store; Sansibar The Store Shop, Kleidung; Marc O'Pollo, Kleidung; Die Rösterei, Kaffee; Schuhbeckes Gewürze; Princess tam.tam Boutique Hamburg; 1.Etage Tschelub Österr. Restaurant;

1.Etage Asia Restaurant; 1.Etage B.O.S.Caviar Gourmets; 1.Etage Fon Friseur; 1.Etage Die Rösterei, Kaffee; 1.Etage Sushi Factory; **Lokstedter Weg** Nr.1 Tessa Petzoldt, Blumen; Nr.9 Erika Apotheke, Apotheke;

Läwenstraße Nr.4 Der Löwenschuster; **Läwenstraße, Ecke Eppend. Weg** Nr.22 China Restaurant Lotusbütle;

Ludolfstraße Nr.60 BLACK ANGUS Steak House, Restaurant; Nr.43 Trattoria Campo, Restaurant; Nr.53 Alma-Loupen Lustspiel Haus;

Maria-Louisen-Straße Nr.92 a Edey-Kaesow, Augenarzt; Nr.100 St.Johannis Apotheke; Nr.3 Maria-Louisen Apotheke; Nr.3 Restaurant Luise; Nr.7 Feinschreier R.Schuster; Nr.13 Feinkost Kreuzenga; **Maisstraße** Nr.4 Ristorante Tre Castagne; Nr.2 Saadet 's Portog.Cafe+Schneiderei; Nr.16 Blume Eppendorf; Nr.11 Neo Cafe;

Milchstraße Nr.2 Juwelier Perlen Müller; Nr.26 Grundig Couture; Nr.28 Ristorante Da Mario, Pizzeria; Nr.1 La Scarpa, Boutique; Nr.3 Chocolate Society; Nr.1 Koob & Theissen Immobilien GmbH; Nr.3 Pluto Das Restaurant in der Milchstraße; Nr.3 OLGUN Änderungsschneider; Nr.27 Suzy Wong, China Rest.;

Mittelweg Nr.18 Beauty Klinik; Nr.20 Die 2 Friseur; Nr.24 Ristorante Torcello, Italiener; Nr.30 Hautkultur, High Care; Nr.122 Blockhaus; Nr.130 Enoteca Passion für Wein; Nr.138 Pöseldorfer Brillenhaus; Nr.140 Änderungs Atelier Pöseldorf; Nr.140 Blumenpavillon Pöseldorf; Nr.146 TH 2 Finest Food; Nr.148 Commerzbank; Nr.162 Kröncke, Einrichtungshaus; Nr.162 Friseur Wella; Nr.172 Broders CULINARIUM; Nr.174 NHG Nordhafen Reisecenter; Nr.21 Ercan & Kindertei, Schneider; Nr.21 Änderungsschneideri, Schneider; Nr.25a Schanzebäckerei; Nr.31 Bisto Masur; Nr.31 Gurke, Kneipe; Nr.41a Bio Sun, Sonnenstudio; Nr.41a Hypo Bank; Nr.41 a Shemsli Shala, Friseur; Nr.125 Gebr. Jürgen, Haushaltswaren; Nr.141 WOK Haus Thi Thy; Nr.151 Gruner, Krankengymnast; Nr.151 Dr. Schrank, Orthopäde; Nr.157 Haspa; Nr.161 Raven, Restaurant;

Nr.165 Apotheke Carjell's; Nr.173 Bäckerei Bamian; Nr.173 Blumen Jürs am Mittelweg;

Mönckeburgstraße Nr.8 Ittala, Mode; Nr.3 MÖ-CITY-APOTHEKE; Nr.31 Jack Wolfskin Store, Sport u. Reiseausstattung;

Mühlenkamp Nr.2 Harms & Schacht, Restaurant; Nr.4 Hund & Katze, Tierartikl; Nr.6 a Kaffee elbgold, Cafe + Rösterei; Nr.8 Currywurst & Co. Imbiss; Nr.8 Shikaro, Restaurant; Nr.12 Qrito, Restaurant; Nr.14 Weinlust, Weinhandel; Nr.16 d'Agate, Antipasti etc.; Nr.16 Limon, Imbiss; Nr.16 Die Suppenudel, Imbiss; Nr.18 Stückwerk, Pizzaservice; Nr.18 Pizza Profis; Nr.22 Optiker Vocke; Nr.34 Haspa; Nr.40 Ceeest Tagesbar; Nr.42 Coffee 42; Nr.42 Fee, Textilien; Nr.44 Handwerk, Handarbeiten; Nr.48 Das blaue Pony; Nr.54 Parma, Vino; Nr.1 Portici, Restaurant; Nr.3 pignore bar; Nr.9 Merceria, Restaurant; Nr.9 Die Camera, Fotoservice; Nr.13 Adam-Eve, Beauty Lounge; Nr.15 D.F.Wulf, Reformhaus; Nr.17 Fisch Böttcher, Fischgeschäfte; Nr.19 Bonbao, Restaurant; Nr.21 Enjoy it, Eis; Nr.23 Alfa, Reinigung; Nr.29 Tagespreise, Restaurant; Nr.29 Dr.C.Rosenboom, Zahnarzt; Nr.33 a Orthopädie Mühlenkamp; Nr.33 Haspa; Nr.35 Butter Lindner, Lebensmittel; Nr.35 Gundlach, Schuhe; Nr.37 Effenberger, Bäckerei;

Nr.43 Budnikowski; Nr.45 Edeka Niernerszei; Nr.59 Jacques Weindopt; Nr.59 Lünchbar TH 2;

Mundburger Damm Nr.24 Ezzo-Station; Nr.36 Smillah, Cafe; Nr.36 Outlethouse, Stoffe & Mehr; Nr.44 Laehn, Druckertanksteller; Nr.52 Aktuell Rollu; Nr.56 HISTORIA Hamburg, Münzen; Nr.35 Randhawa, Blumen; Nr.35 Obst, Geschäfte; Nr.35 Looks 4 you, Damenmode; Nr.39 Likopol polnische Lebensmittel und Feinkost;

Nr.47 Total Station; Nr.51 Tobias; Grau, Licht & Raum; Nr.55 Kiosk; Nr.55 Plott, Copy Shop; Nr.59 Doc Morris, Apotheke; Nr.61 Schuh-Hahne, Schuhe; Nr.61 Subway, Imbiss; Nr.63 Double Coffee, Cafe; Nr.65 Rostor Bau GmbH, Immobilien;

Mundsburger Tower Mundsburg Apotheke, Apotheke; Nur Hier, Bäckerei; Louisiana, Essen etc; Sonnenstudio;

Nedderfeld Nr.2 Porsche Zentrum Hamburg, Autohaus; Nr.12 Audi Zentrum, Autohaus; Nr.30 Fiat, Autohaus; Nr.34 Nissan, Autohaus; Nr.36 Mitsubishi, Autohaus; Nr.38 BMW, Autohaus; Nr.80 Renault Niederlassung Hamburg, Autohaus;

Nr.94 Harley Davidson, Motorradräd; Nr.94 Kartbahn; Nr.98 B.O.C. Fahrräder; Nr.21 Smart, Autohaus; Nr.55 Peugeot, Autohaus; Nr.65 Toyota, Autohaus; Nr.65 Lexus, Autohaus; Nr.93 Opel Delta;

Nedderfeld/Offakamp Nr.10 BMW Niederlassung Hamburg;

Neuer Jungfernstieg Nr.5 Starbucks Coffee; Nr.9 Hotel Vier Jahreszeiten;

Neuer Wall Nr.10 Göritz, Schuhgeschäft; Nr.10 Nesspresso Boutique; Nr.18 Brahmfeld & Gutruf, Juweliere; Nr.26 Waßmann, Juweliere; Nr.32 ESCADA; Nr.36 SOER; Nr.42 Cravatterie Hamburg; Nr.42 Ewig Lampe; Nr.44 Ermengoldo Zegna GmbH Hamburg Boutique; Nr.46 Loro Piana; Nr.50 SOR, Mode; Nr.50 Liz Malraux Design; Nr.54 habitat, Möbel-Store; Nr.64 ligne roset Möbel GmbH; Nr.80 IOOP! Store Hamburg; Nr.80 ST. EMILE Store Hamburg; Nr.80 GANT Store; Nr.17 Palmers, Mode; Nr.25 Möhring, Wäschegeschäft; Nr.43 Jil Sander, Mode; Nr.43 van Laack Store; Nr.57 Fahnen Fleck; Nr.61 Marlies Möller, Friseur; Nr.77 Walter Steiger; Nr.77 Riviera Maison;

Oberstraße Nr.1 Weinviertel; Nr.3 Sisters, Hair- u. Naildesign;

Ohlsdorfer Straße Nr.2 Zoo, Tiergeschäft; Nr.1 Baistro; **Papenhuder Straße** Nr.24 Pappenhemer, Wirtschafts; Nr.28 Sturm, Teehandelskontor; Nr.30 Näscheri-Cafe; Nr.32 Koch- u. Designhaus; Nr.40 Uhlenhorster Apotheke; Nr.40 Taucherzentrum; Nr.42 Majoli, Kinderspielzeug; Nr.58 Blumengeschäft; Nr.25 Lange, Feinwäscherei; Nr.27 Xocolaterie Hamburg; Nr.35 Rexodt, Restaurant; Nr.39 Konditorei Pritsch; Nr.39, Kimono Nuno, Japan Artikel; Nr.57 Männerräume; Nr.67 Obst & Gemüse; Nr.67 Änderungsschneideri;

Parkallee Nr.15 Feinkost Sarikaya; **Poelchaukamp** Nr.2 Broterbe Gaues; Nr.4 Anne Schuhknecht, Mode; Nr.4 Gertrauden-Moden, Maßanfertigung-Änderung; Nr.4 Lotto am Poelchaukamp; Nr.4 Clips Haare; Nr.16 KARIN MILLER Hamburg; Nr.1 Ristorante Salentino; Nr.1 TPE Reisen; Nr.3 Eiscafe am Poelchaukamp; Nr.7 Cafe Canale; Nr.7a LOOK! Schuhe, Kären Bübe; Nr.7a Kanne Lifestyle; Nr.9 twice Mode GmbH; Nr.11 Obst & Gemüse Lieferservice; Nr.17 Klünder Uhrmachermeister; Nr.17 Carl-Heinz Schwartzau; Nr.19 Oliver Hirtze Immobilien GmbH; Nr.21 Blumen-Hahn; Nr.23 Bazaar Boutique; Nr.23 Schmucktochter Carolin Winkler; Nr.25 Pasta & Vino; Nr.25 hackbarth 's intertex Studios;

Pöseldorf Center Corner, Mode; **Preystraße** Nr.1 Marienkäfer, Kindertextilien; **Rothensbaumchussue** Nr.10 Grand Elysee, Hotel; Nr.10 Blumen Jürs im Grand Elysee; Nr.48 Broders Restaurant; Nr.70 Vapiano; Nr.70 Bolero Restaurant; Nr.70 Dat Backhaus; Nr.70 first Reisebüro; Nr.70 Schönheit am Rothenbaum; Nr.27 Commerzbank; Nr.49 Dat Backhaus; Nr.55 Balzac Coffee; Nr.61 Mrs Sporty; Nr.63 Verdi Restaurant; Nr.75 Sweet Home, Antiquitäten; Nr.93 Micardo; Nr.101 Lucia d'Elisa, Italienisches Restaurant; Nr.105 Sushi; Nr.107 Hotel am Rothenbaum; Nr.107 Zala, Restaurant;

Nr.115 Passione, Restaurant; Nr.119 Haspa; Nr.137 Terrassen Cafe Funk-Eck, Restaurant-Konditorei-Cafe; Nr.189 Pemüller, Raumausstattung; Nr.209 Dirk Brinkmann, Friseur;

Schinkelstraße Nr.2 Köbes, Restaurant & Bar; Nr.14 Andrei Resewelten, Reisebüro;

Schlankreye Nr.73 Bäckerei Allaf; **Schloßstraße** Nr.4 Haspa;

Semperstraße Nr.18 Kiosk Formsmann'sche, Kiosk; Nr.54 Braaker Mühle, Brot & Backwaren;

Sierichstraße Nr.30 Asia Wok, Asiatische Spezialitäten; Nr.30 Ergo, Versicherungen; Nr.40 Hoffrös Zimmermann, Friseur; Nr.40 Jennys Kindermoden; Nr.42 Marco Fops, Exklusive Damenmode;

Spitalerstraße Nr.16 Deutsche Bank; Nr.1 Dat Backhaus; Nr.1 Budnikowski; Nr.1 Runners Point, Warenhandel; Nr.7 Lush, Hand made Cosmetics; Nr.9 VIVET, Restaurant - Bar - Cafe; Nr.9 Optik Weser;

Tartenbäckstraße Nr.56 Praxis f. Krankengymn & Physiotherapie, Diätke Dörrie; Nr.62 Fahrschule Hoepfner;

Uhlenhorster Weg Nr.12 Fren+Kler goldrichtig, Goldschmiede-Meisterbetrieb; Nr.22 Angelika Leitzert, Friseur; Nr.30 Schönfeld, Gärtneri; **Wiesendamm** Nr.149 Kiosk Stehcafe;

Winterhuder Forum Apotheke, Bücher&Co, Zeitschriften; Bücherhale Winterhude; EP Sterling, Electronics; Coffee to go, Cafe;

Winterhuder Marktplatz Nr.2 Le Chic, Friseur; Nr.2 Schubaek, Parfümerie; Nr.4 Outlet, Matratzen; Nr.16 D.F.Wulf, Reformhaus; Nr.16 Winterhuder Cafehaus; Nr.18 Arabella, Restaurant; Nr.1 Krenzfeld's, Obstgeschäft; Nr.1 Sunpoint, Sonnenstudio; Nr.1 BARISTA, Asia-Quick-Restaurant; Nr.21 Nur Hier, Bäckerei; Nr.21 d Haspa; Bank;

Winterhuder Weg Nr.40 XILLOG.DE, Ihr Partner für PC et Mac; Nr.76 Praxis PhysioSport; Nr.78 Surimex, Spezialitäten aus aller Welt; Nr.78 Nokia Store & Nokia Care Point; Nr.86 Movie Star, Video Center; Nr.88 Schlarua Copy-Text für Profis; Nr.116 Haspa; Nr.120 Ali Demiroglu, Kiosk; Nr.120 Schinkenkate Uhlenhorster, Party-Service; Nr.122 Sculp Cut, Friseur; Nr.142 Krabax, Kunstschule für Kinder; Nr.142 hüftgold Cafe Bistro; Nr.144 Haspa; Nr.146 Amoranto, Tapas & Vino; Nr.19 La Pasta Da Vino, Ristorante Italiano; Nr.57 Fruchthaus Beschere, Obst- u. Gemüse-Service; Nr.65 Zigarran Bel Etage; Nr.65 Ulf Friedrich Schneidermeister, Maßanfertigung; Nr.65 Schnittpunkt, Damen u. Herrenfriseur; Nr.65 Matratzen Concord; Nr.65 Backhaus Winterhude;

What's up in TOWN?



Medien-Unternehmer Andreas Türk, Sport-Moderator Uli Pingel und Fanta4 Sänger Smudo (v.l.)



Die Macher: Turnierdirektor Michael Stich (l.) und HSE-Chef Detlef Hammer



Claus Strunz mit Gattin Anne Meyer-Minnemann (Gala)



Tennisprofi Julian Reister mit Isabel Schramm

PLAYERSNIGHT

Was bleibt vom Rothenbaum-Turnier 2012? Unter anderem natürlich der starke Eindruck, den Tommy Haas bis zum Finale hinterlassen hat und die Verlegung der Players-Night an den Ort des Geschehens. Turnierdirektor Michael Stich und Veranstalter Detlef Hammer hatten nämlich ins VIP-Zelt am Center-Court geladen. Das gab dem Ganzen einen passenden sportlichen Rahmen und lockte mehr Spieler als sonst zur Party. Unter die Gäste mischten sich beispielsweise alle deutschen Top-Stars: von Tommy Haas über Florian Mayer bis hin zu Julian Reister.



Spielerberater Stefan Schnoor



Moderator Ulf Ansorge (l.), Designerin Ulrike Krages und Medienberater Matthias Onken



Anna Angelina Wolfers mit Sänger Johannes Strate



Katharina Fegebank mit Harry Schulz



Marius Ebbers (Mi.) mit Frederik und Gerrit Braun



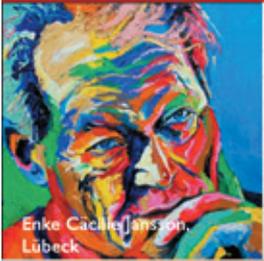
Annabell Mandeng mit Begleitung

HANSE SOMMER

Rund 300 prominente Gäste feierten das Hamburger Sommerfest in der SULKY Lounge auf der Trabrennbahn Bahrenfeld. Einen besonderen Höhepunkt des Abends bildete das prominente DJ-Line-Up: Grünen-Chefin Katharina Fegebank, FC St. Pauli-Spieler Marius Ebbers, Imbissbesitzer Harry Schulz und die Miniatur-Wunderland-Geschäftsführer Frederik und Gerrit Braun spielten für die Gäste ihre Lieblings-Sommer-Hits. Auch draußen ging es heiß her. In zwei Doppel Sulkys konnten Mutige über die Bahn sausen, um Pferdesport aus neuer Perspektive zu erleben.

NEUERÖFFNUNG

INTERNATIONALE KUNST
FÜR LIEBHABER UND SAMMLER



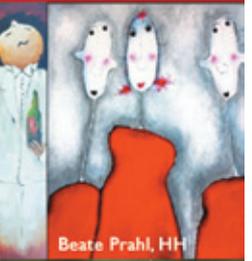
Enke Cäcile Jansson,
Lübeck



Manzur Kargan, Berlin



Theo Broeren, Amsterdam



Beate Prahl, HH



Karina Wisniewska, Zürich



Yves Hayat, Paris



Flavia Totoro, Madrid



Jean-Pierre Kunkel, HH



Marc Podawczyk, Dortmund



Juan Manuel Pajares, Barcelona



Karina Wisniewska, Zürich

GALERIE & KUNSTAGENTUR
NEBEN „CHRISTINA“
BERGSTRASSE 79
23669 TIMMENDORFER STRAND
04503-888 78 93
0176-23231609
FACEBOOK: GALERIE MODERN ART
WWW.GREGS-GALLERY.COM -IM AUFBAU-
galerie-modern-art@t-online.de

gregs
GALLERY

Hat **Ihr** Unternehmen noch **keinen QR-CODE** und **keine mobile** Website - obwohl „mobil“ ein **Megatrend** ist? WIR BIETEN IHNEN DIE LÖSUNG!



Scannen Sie jetzt mit Ihrem Smartphone und testen Sie den **QRplus-CODE!**



Sie haben noch **kein** Smartphone oder können den Code noch nicht scannen? Schicken Sie uns eine E-Mail an info@alster-net.de, wir senden Ihnen dann einen

Direkt-Link zum Testen als Übergangslösung!



Hier können Sie in **die Zukunft** Ihres Unternehmens sehen - für nur **189,-!***

Täglich suchen und surfen **mehr Menschen** mit Ihrem **Smartphone** im Internet. Dazu benötigen sie eine **lesbare Antwort** von Ihnen!

*Kosten pro Jahr. Inklusiv Seitenerstellung und QRplus-CODE plus Google-Script 49 €. Ohne Anzeigenschaltung 399,- €



JETZT 6 MONATE TESTEN
UND 150 € SPAREN!

URLAUBSFEELING

MIT DER 6-MONATS-TESTMITGLIEDSCHAFT
UND NUR 50 € AUFNAHMEGEBÜHR

Nur noch bis 31.08.2012

WANDSBEK • CITY • EPPENDORF • ALSTERTAL
© 65 89 0 • www.meridianspa.de



MERIDIANS PA
Fitness. Wellness. Bodycare.