SOULMAN

SUPERSTAR LIONEL RICHIE LIVE IN HAMBURG



0% Finanzierung für Privatkunden!

Nur bis zum 15.Dezember 2012

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









Bei Body Focus trainieren Sie wie die Business-Elite in New York: Immer unter professioneller 1:1-Anleitung, an medizinischen Trainingsgeräten und mit der innovativen HIT-Methode (HIT = High Intensity Training). So erreichen Sie Ihre Ziele so sicher und effektiv wie nie! Ihre Vorteile:



schon einmal 20 Minuten pro Woche genügen



keine Dauermitgliedschaft, flexible Terminvereinbarung (nach Ihrem persönlichen Zeitmanagement)



jedes Training 1 zu 1 mit persönlichem Trainer

Sehen Sie das 3-Minuten-Info-Video hier:

"Body Focus ist die ideale Möglichkeit in kurzer Zeit effektiv und gezielt ein muskuläres Ganzkörpertraining zu absolvieren."

Dr. med. Nina Städtler

Gänsemarkt 33 · 20354 Hamburg · Tel. 040/35714480 · www.body-focus.de





Hamburgs

Leuchttürme!

VON WOLFGANG E. BUSS



Natiirlich! Wussten wir es doch! Unsere Jugend ist gewalttätig! Verroht! Hat sogar Waffen im Schulranzen!

In so schrecklich-düsteren Farben zeichnen wir mit Vorliebe das Bild unseres Nachwuchses. Wer jung ist, ist latent gefährlich, prügelt Menschen auf Bahnsteigen nieder, hat schon alle Manieren verloren.

Dieser Quatsch über die angebliche

Verrohung und Verlotterung hält sich bereits seit der Antike. Schon der alte Sokrates soll im antiken Athen bitter über die Jugend geklagt haben. 2.400 Jahre kontinuierliche Verschlimmerung. Puhh!

Und zurzeit geht es natürlich (!) besonders bergab. Von Jugendgewaltstatistiken ist da wieder die Rede. Welcher Stadtteil ist der übelste, welche Schule die brutalste? Wer auch nur ein wenig in Zahlen und Thematik einsteigt, merkt, so ist es nicht. Wenn etwas passiert, sind einige wenige männliche Jugendliche zwischen 15 und 25 Jahren die Täter, die "Jungbullen" der Gesellschaft mit schwieriger Kindheit und Migrationshintergrund, die statt mit Hirn und Herz mit Fäusten um Aufmerksamkeit betteln. Bildungsferne, Alkohol und das Gefühl, der letzte Arsch der Gesellschaft zu sein. Die üble Mischung.

Und der große Rest? Prima, unauffällig, mittelmäßig, angepasst, zurzeit sogar leistungsorientiert und stark ichbezogen, Smartphonenutzer. Sie wollen etwas aus sich machen.

Betrachten wir unsere jungen Leute aus Sicht von Personalentwicklern, muss es **um Motivation** gehen, um Vorbilder zum Nacheifern. Wollen wir sie führen, müssen wir gutes Verhalten vorleben und belohnen, wenn sie folgen! Psychologen kennen das Gegenteil und wissen dazu: Sagst du zu jemanden zehn Mal: "Du siehst aus wie ein Pferd", kauft der sich irgendwann einen Sattel.

Es gibt Menschen in unserer Stadt, die wollen diesen Trend des Schlechtredens und Miesmachens umkehren. Sie wollen Vorbilder deutlich hervorheben und belohnen, mit Leuchttürmen eine Orientierung schaffen. Und die Leuchttürme sind die jungen Menschen selbst! Doch wie soll das gehen? Es gibt quasi überhaupt keine Berichte oder Studien über wunderbare junge Menschen, die sich selbstlos für andere engagieren. Es werden keine Storys über Hilfsbereitschaft unter Jugendlichen geschrieben, über Freude am positiven Handeln. Vielleicht berichtet man über ein sehr gutes Abitur oder sportliche Leistungen. Aber über Jugend mit großem sozialen Engagement? Sie sind wie ausgeblendet!

Deshalb haben wir vor drei Jahren den "Hamburger Sozial-Oskar" erfunden. Der einzige Preis dieser Art. Weit und breit. Entstanden ist er dank eines Anstoßes, den mir Ole von Beust bei einem Mittagessen gab. Zeige die positiven Beispiele und belohne sie, vergib Auszeichnungen. Nicht an die Einrichtungsleiter, sondern an die Jugendlichen selbst. Mache sie zu Leuchttürmen.

Wir haben am Abend des großen Hamburger Herbstempfanges wieder Oskars verliehen und gemeinsam mit der Hamburger Sparkasse, dem NDR und 800 Persönlichkeiten einen kleinen Teil dazu beitragen, unsere Welt ein Stück besser zu machen. (Seite 6) Wir haben gemeinsam Mut gemacht! Und gezeigt, wie es wirklich ist. Ich gratuliere allen Preisträgern herzlich! Ihr seid super! Mit Euch hat Hamburg eine Super-Zukunft! Ich bin stolz auf Euch! Danke!



Entdecken Sie die neue Kollektion des Berliner Labels WHITEOUT & GLARE bei uns in Eppendorf.

Immer inklusive:

eine kostenlose Hightech-Augenprüfung mit dem i.Profiler von ZEISS.

Eppendorfer Baum 18 - T. 040, 460 29 93

FÜR GUTE BRILLEN MUSS MAN EINE NASE HABEN



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 Architekturfotografen, Anzeigen und Webseiten mit Texten unserer

Redakteure garantieren eine hochwertige Präsentation Ihrer Immobilie und schaffen so die Basis für das Erzielen eines optimalen Kaufpreises.

www.guenther-immobilien.de Wir freuen uns darauf,

Wege zu gehen. Ihre Karin Günther

Verkaufsleitung Wohnimmobilien



GÜNTHER & GÜNTHER



§

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



Weihnachtszeit - Zeit der Familienkonflikte

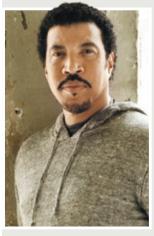
Paarberatung / Familientherapie / Einzelsitzung

Marianne Grundmann

Heilpraktikerin für Psychotherapie und Systemische Beratung Wandsbeker Chaussee 113 22089 Hamburg Telefon 040.22 78 260 www.marianne-grundmann.de

Hamburger Winterflohmarkt in den Messehallen Trödel Kunst Sonntag 8-17 Uhr 11. November 2012 Holstenglacis Eingang-Ost U-Bahn Messehallen S-Bahn Dammtor Eintritt € 3,50 INFO+Anträge: Tel. 244 22 777 E-Mail: info@melan-nord.de

INHALT



Lionel Richie ist Musiktipp des Monats. S. 14

Magazin

- 3 Kolumne
- 6 Hamburgs schönster Empfang: 800 Gäste beim Hamburger

Herbstempfang im Grand Elysée

- 12 Preiswürdiges Ehrenamt Jugendlicher: Das sind die drei jungen Gewinner des Hamburger Sozial-Oskars
- 14 Tipps: coole **Live-Musik** für Hamburg
- 16 Mit dem Alster-Magazin zu zwei Wüstenexperten in die Laeizhalle!
- 17 Mitmachen: Karten für chilliges Afterwork-Event zu gewinnen!
- 18 In doppelter Mission: Schwenker & Schmidt im Radio und bei den Freezers

MAG

20 Festliche Mode in der Hamburger Meile







alsterradio-Duo: Pascal Schwenker und Alex Schmidt. S. 18

22 Termine, Termine,

Eppendorf

24 Neubau oder Bestand: Streit um Bauprojekt am Eppendorfer Markt

Winterhude

- 28 What's up in Town: Gesellschaftliches aus Hamburg
- 30 Hockeystar Florian Fuchs unterstützt Charity-Projekt des UHC

Servicethemen

- 23 Geschenk-Ideen: Gutes tun unter dem Weihnachtsbaum
- 31 Gesundheitsratgeber: Gesund durch gesundes Essen
- 32 Alster med: Der Weg zu ästhetischen Zähnen
- **36 Wohntrends:** Stylische Möbel weiß wie Schnee
- 40 Neues aus der Geschäftswelt
- **43 Motor-Welt:**Klassiklenkräder
 für Audi
- **45 Küchentrends**: In sind offene Räume mit viel Freiraum
- 46 Immobilien:
 die verkannte
 Gefahr Schimmel in
 der Wohnung
- 50 Kleinanzeigen/ Impressum

Für Sie im Alster-Magazin als Beilage: Geschenkideen der Jörg Hammer AG von Giorgio Martello Milano!

Festliche Verleihung
des Hamburger
Sozial-Oskars auf dem
Herbstempfang im Elysée:
Gastgeber Wolfgang E.
Buss mit Schauspielerin
Andrea Lüdke (l.). NDRModeratorin Anke Harnack
führte durch den Abend
(r.). S. 6

Designermode gesucht!

Direkter Ankauf - Barzahlung sofort

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

Jil Sander • Boss • Escada etc.!

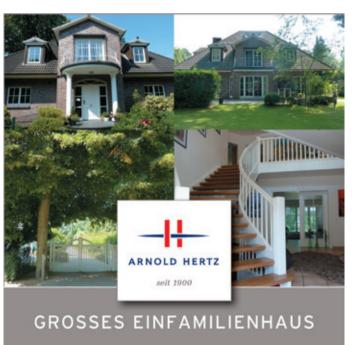
Wir holen auch ab!

Second 🍪 Herzog

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

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





Volksdorf, ideal für Familien, sehr schöne Lage
in ruhiger Privatstraße, 9 Zi., top Zustand,
ca. 415 m² Wohn-/Nutzfl., ca. 1283 m² sonniges Grundstück
hochwertige Ausstattung,
moderne Küche mit exklusiven Mielegeräten, Kamin,
Audioverkabelung, Alarmanlage, Doppelgarage,
Kaufpreis € 1.175.000,-

040.35 91 92 20 ina.paschedag@arnoldhertz.de





Promis, Glamour, gute Taten

Zum **Hamburger Herbstempfang** traf sich alles, was Rang und Namen in der Hansestadt hat, im Grand Elysée Hotel. Bereits zum dritten Mal wurde dort der **Sozial-Oskar** an engagierte Jugendliche verliehen!

"In den Medien wird fast nur noch über gewalttätige Jugendliche berichtet", stellte Gastgeber und Verleger Wolfgang E. Buss zu Beginn des Hamburger Herbstempfangs fest. "Dem wollten wir etwas entgegensetzen. Mit dem Sozial-Oskar würdigen wir sozial engagierte Jugendliche. Wir wollen Mut und Lust machen und motivieren. Denn junge Menschen suchen sich Vorbilder – sowohl gute wie schlechte."

Über 800 Gäste aus Politik, Wirtschaft, Sport und Unterhaltung waren der Einladung ins Grand

Elysée Hotel gefolgt, um die Verleihung des Sozial-Oskars zu erleben.

Die Gewinner waren die Mali-AG der Realschule Hittfeld, Lillit Linhoff aus Eimsbüttel für ihr Engagement für ein kenianisches Waisenhaus sowie Katharina Moll, die Senioren den richtigen Umgang mit Computer und Internet nahebringt. (Mehr zu den Preisträgern gibt's auf Seite 12!) Frank Brockmann ,Vorstandsmitglied der Hamburger Sparkasse, die die Preise stiftet, betonte die Wichtigkeit sozialen Engagements: "Wenn man sich die Frage stellt, was kann man Schöneres tun, als junge Menschen zu fördern und zu unterstützen, fällt einem wenig ein. Deswegen ist uns dieser Preis wichtig."

Dies sahen auch die prominenten Juroren und Laudatoren so – ebenso wie Stargast Marianne Rosenberg, die zu Ehren der Preisträger ihr Lied "Genau entgegengesetzt" sang. Nach diesem musikalischen Höhepunkt wurde stilvoll gefeiert.



Model Mario Galla und

Stargast

Marianne Rosenberg









Beltrán Velez







Unisex: Gleiche Tarife für Männer und Frauen

Laut Statistik leben Frauen länger als Männer. Deshalb sind bisher Versicherungsprämien in ihrer Höhe vom Geschlecht des Versicherten abhängig. Mit der Einführung von Unisex-Tarifen ab dem 21.12. wird sich das ändern. Um auch zukünftig bestens abgesichert zu sein, hilft die Haspa mit passenden Lösungen für jede Lebenssituation.

Bisher galten im Versicherungswesen unterschiedlich hohe Prämien für Männer und Frauen, da Frauen statistisch gesehen länger leben als Männer. Dieser Zustand wird sich nach dem Willen des Europäischen Gerichtshofes und der FU-Kommission bald ändern: Alle ab dem 21. Dezember 2012 abgeschlossenen Versicherungsverträge müssen sogenannte Unisex-Verträge sein. Das bedeutet, dass Männer und Frauen für dieselben Leistungen auch dieselben Prämien zahlen. Mit Folgen für beide Geschlech-

Die unterschiedliche Prämienhöhe ergab sich aufgrund des sogenannten Risikofaktors. Statistisch leben Frauen nämlich rund fünf Jahre länger als Männer. Das bedeutet, dass zum Beispiel eine private Kranken- oder Rentenversicherung für Frauen länger bezahlen muss. Diese höheren Kosten haben die Versicherer bisher durch höhere Prämien ausgeglichen. Umgekehrt

mussten Männer bei einer Risiko-Lebensversicherung mehr bezahlen, da sie statistisch früher sterben, also die Zahlung früher geleistet werden muss.

"Wer als Mann mit dem Gedanken spielt, eine private Kranken-, Pflege- oder Rentenversicherung neu abzuschließen oder einen bestehenden Vertrag zu ändern, sollte das rasch in Angriff nehmen", empfiehlt Nicola Zobel, Leiterin des Haspa-Individualkundencenters am Mühlenkamp 33. Wer zu lange zögere, könne sich später lange über höhere Prämien ärgern. "Ab dem 21. Dezember 2012 dürfen ausschließlich Verträge mit Unisex-Tarifen verkauft werden. Bis dahin sind aber noch Abschlüsse und Änderungen zu den derzeit gültigen Konditionen möglich", sagt Zobel. In der Versicherungsbranche ist sicher, dass die Prämien durch die einheitlichen Unisex-Tarife angepasst werden. Bei manchen Produkten könne

der bisherige Tarif für Männer günstiger sein, bei anderen eher für Frauen.

"Aufgrund der höheren Lebenserwartung von Frauen haben sie bisher niedrigere Prämien für Risiko-Lebensversicherungen bezahlt als Männer. Das wird sich durch die Unisex-Tarife ändern". betont die Fachfrau. Ein bestehender Vertrag gilt zu den bisherigen Konditionen fort, solange er nicht verändert wird. Wenn jedoch ein bereits bestehender Vertrag nach dem 21. Dezember 2012 verändert wird, so ist dieser in eine Unisex-Police umzuwandeln. "Sprechen Sie mich und meine Kollegen an und vereinbaren Sie einen Termin. Wir suchen gemeinsam mit Ihnen nach der für Sie und Ihre Lebenssituation passenden Lösung für alle Fragen der Vorsorge und Risikoabsicherung", sagt Zobel.

Grundsätzlich gilt: Wer etwas für die eigene Vorsorge oder zur Absicherung seiner Ange-



Nicola Zobel, Leiterin des Individualkunden-Centers der Haspa in Winterhude

Mühlenkamp 33 22305 Hamburg

Tel.: 040 35 79-85 22 E-Mail: nicola.zobel@haspa.de

hörigen tun möchte, braucht keine großen Beträge, wenn so früh wie möglich angefangen wird. Außerdem ist es ein gutes Gefühl, wenn man seine Familie gut versorgt weiß.

Meine Bank heißt Haspa.







HAMBURGER

HERBSTEMPFANG











Connie Sachse, Leo Eckstein und Claudia Vollmer (MeridianSpa, v.l.)



Gastgeber Wolfgang E. Buss und NDR-Funkhauschefin Sabine Rossbach































WOLFFHEIM WOLFFHEIM IMMOBILIEN

erfolgreich | freundlich | anders



Über den Dächern von Eppendorf

Großzügig geschnittene Wohnung im 4. OG mit Fahrstuhl 166 m² Wohnfläche, Kamin, moderne Küche, 2 Bäder 22 m² große Süd-Terrasse, KP € 890.000,-

Eppendorfer Landstraße 32 | www.wolffheim.de Telefon 040 - 460 59 39 | 20249 Hamburg | info@wolffheim.de

WOLFFHEIM WOLFFHEIM IMMOBILIEN

erfolgreich | freundlich | anders



Beliebtes Falkenried-Quartier in HH-Eppendorf

Traumhafte Eigentumswohnung im 2. OG, ruhige Lage 130 m² Wohnfläche, 4 Zimmer, Wohnküche, 2 Bäder großer Sonnenbalkon, TG-Stellplatz möglich; KP € 698.000,-

Eppendorfer Landstraße 32 | www.wolffheim.de Telefon 040 - 460 59 39 | 20249 Hamburg | info@wolffheim.de

WOLFFHEIM WOLFFHEIM IMMOBILIEN

erfolgreich | freundlich | anders



Klassische 118 m2-Wohnung in Harvestehude

Umfangreich modernisiert, Erstbezug nach Renovierung 4. OG mit Fahrstuhl, 3 große Zimmer, originale Stilelemente Parkett, Vollbad, Küche, Balkon; KP € 699.000,-

Eppendorfer Landstraße 32 | www.wolffheim.de Telefon 040 - 460 59 39 | 20249 Hamburg | info@wolffheim.de

WOLFFHEIM WOLFFHEIM IMMOBILIEN

erfolgreich | freundlich | anders



Hier ist Immobilienkompetenz zu Hause













Eppendorfer Landstraße 32 | www.wolffheim.de Telefon 040 - 460 59 39 | 20249 Hamburg | info@wolffheim.de

















Schauspielerin MarionElskis

und Nicolas König



















Köstliches vom Starkoch

Sinnliches für den Gaumen, auch dafür steht der Hamburger Herbstempfang als inspirierendes Event. Dafür sorgte wie jedes Jahr der Starkoch und Küchendirektor des Grand Elysée Hotel Peter Sikorra. Diesmal wartete er erneut mit erlesenen Genüssen auf. Dazu gehörten etwa Crostini mit geschmolzenem Büffelmozzarella, Linguine aus dem Parmesanlaib mit umbrischem Herbsttrüffel, Kräutersoße à la Genovese und gehobeltem Parmesan, Hamburger Kalbsbratwurst mit Trüffel, Dithmarscher Fasskraut, Pfeffersenf und Dijon-Senf mit Sherry sowie dreierlei geöltes Vanilleeis oder Mousse au Chocolat mit Grand Marnier und Orangenfilets. Wer kann da widerstehen?











Wir danken den Sponsoren des Hamburger Herbstempfanges:





























...leben.



DIE GRÖSSTE AUSWAHL AN AUSRÜSTUNG UND TIPPS FÜR DIE KALTE JAHRESZEIT IN HAMBURG!



Entdecken Sie bei uns am Wiesendamm über 35.000 Ausrüstungsideen für Ihre nächste Urlaubsreise oder Ihr nächstes Outdoor-Abenteuer – ganz gleich ob es am Alster-Oberlauf beginnt oder an der finnischen Schärenküste. Und lassen Sie sich von unseren über 80 Globetrotter Experten wie Sarah Wilke von ihrer Begeisterung für das Leben draußen in der Natur anstecken!

Globetrotter Expertin Sarah Wilke

VERANSTALTUNGSTIPP:

SWIX Wachsseminar 2012

Haben Sie Ihre Ski schon einmal selbst präpariert? Unter dem Motto "MACHEN sie Ihre Ski fit für den anstehenden Winter" erfahren Sie an diesem Nachmittag viel Wissenswertes von einem Wachsprofi der Firma SWIX zur Pflege und Präparation von Ski.

Am 08.12.2012 von 16:00 bis 18:00 Uhr in der Filiale.







Das ALSTER-MAGAZINjetzt online lesen!



Sozial-Oskar



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen Sie fit für die Zukunft

Ab dem 21.12.2012 werden Versicherungstarife für Männer teurer. Männer sollten jetzt Ihre Chance nutzen und sich ihre niedrigen Beiträge sichern!

Weitere Informationen unter: www.hamburger-volksbank.de

Sie rufen lieber an ? Tel.: 040/30 91-00



Die Gewi und ihre Projekte

Sie waren die eigentlichen Stars des Hamburger Herbstempfangs: **Die Gewinner** des Hamburger **Sozial-Oskar**! Katharina Moll

amburger **Sozial-Oskar**! Katharina Moll 🛌 (Platz 1), Lillit Linhoff (Platz 2) und

Vertreter der Mali AG Cathleen Kattner, Florian Renk und Hendrik Guenther (Platz 3). Warum sie ge-

wonnen haben, erfahren Sie hier!



3. Platz

Die Mali AG der Realschule Hittfeld sammelt seit acht Jahren Geld für Schulen in Mali, damit auch den ärmsten Kindern dort Bildung zugute kommen kann. Durch viele verschiedene kleine und größere Aktionen wurden dabei über 60.000.-€ eingesammelt. Um Verwaltungskosten zu sparen, gründeten im März 2006 einige Lehrer den Verein BAOBAB – Schüler für Afrika e.V. und suchten als Partner eine Hilfsorganisation direkt in Mali. Vier Schulen wurden in der Zwischenzeit gebaut und die fünfte ist in Arbeit.







Live

in Hamburg



Er gilt als Rebell-Violinist, kreuz und quer überschreitet er die konventionellen Gattungsgrenzen in der Musik: **David Garrett!**Jetzt ist er wieder in Hamburg! Wann: **15.11 um 20 Uhr**. Wo: O₂ World. Karten: ab
50,95€. Kartentel.: 01805-570070.



CHRISTMASCONCERT

Der Hamburger Smoothjazzsaxofonist **Prince Alec** präsentiert gemeinsam mit seiner Loungeband in den Riverkasematten sein "Christmas Konzert". Dafür verbindet er traditionelle Weihnachtslieder mit moderner, jazziger Loungemusik – die Gäste erwartet ein Best Of des neuen Weihnachtsalbums! Dazu gibt es auf Wunsch ein spezielles Weihnachtsessen! Kartenvorverkauf unter www.ticketmaster.de. Wann: **4.12.**, Einlass ab 19 Uhr / Wo: Riverkasematten, St. Pauli Fischmarkt

28 / Eintritt: VK 12/AK 15 €. Mehr Infos: www. princealec.com.

. Wir verlosen Karten auf Facebook.



AZIN NR. 11 201

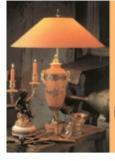
Seinen Schmuse-Soul kennt die ganze Welt. Jetzt hat **Lionel Richie** seine Hits wie "Easy", "Hello" oder "Endless

ne seine Hits wie "Easy", "Hello" oder "Endle Love" mit Größen der Country-Szenen neu aufgenommen. Auf seinem aktuellen Album "Tuskegee" singt er u.a. mit Shania Twain und Darius Rucker. Bei seiner Tour macht er auch Station in Hamburg. Wann: 3.12. um 20 Uhr. Wo: O₂ World Hamburg. Karten: ab 57,50 €. Kartentel.: 01803 - 206060.

CHARTSTÜRMER

Ihre Songs und Performances sind weit weg vom typischen Mainstream. Und damit ist **Alanis Morissette** seit nunmehr 17 Jahren eine feste Größe im Showbiz! Mit ihrer alternativen Rock- und Popmusik schafft es die 7-fache Grammy-Gewinnerin immer wieder, an die Spitzen der Charts zu stürmen! Auch ihr aktuelles Album "Havoc and Bright Lights" ist ein voller Erfolg. Auf der Platte changieren sanfterer Pop und wildere Rocksongs. Wann: **18.11. um 20 Uhr** Wo: Hamburger CCH. Karten: ab 60,50 €. Kartentel.: 01805-570070.





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





Special: Rabatt auf über 250 Tische

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







Sehnsucht und Entdeckerlust: Das verbindet den **Eppendorfer Achill Moser und Wilfried Erdmann**. Der eine durchquert Wüsten, der andere Ozeane. Davon berichten die beiden in einem gemeinsamen Buch und einer Vortragsreihe.

"Von der Wüste und vom Meer – zwei Grenzgänger, eine Sehnsucht." So lautet der Titel des neuen bei Hoffmann und Campe erschienenen Buches des Eppendorfers Achill Moser. Diesmal hat der Wüstenwanderer aber nicht alleine geschrieben, sondern gemeinsam mit Deutschlands bekanntestem Einhandsegler: Wilfried Erdmann. "Wir kennen uns schon lange und haben bereits häufiger über ein gemeinsames Projekt nachgedacht", sagt Moser. In diesem Jahr hat es geklappt. Herausgekommen ist das Buch

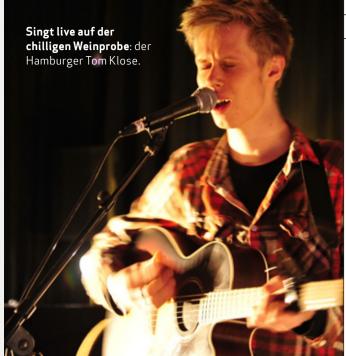
und eine passende Vortragsreihe über spannende Details ihrer extremen Reisen. Die Tour zweier außergewöhnlicher Menschen, die von Herausforderungen und davon berichten, was man von Meer und Wüste lernen kann, kommt auch nach Hamburg! Wann und wo? 20.11., 19.30 Uhr, Laeizhalle, Karten: 13/ erm. 9 €, Kartentelefon: 48 09 30. Mit etwas Glück können Sie auch for free dabei sein. Wir verlosen 3x2 Karten. Wer gewinnen möchte, sendet eine E-Mail an k.wehl@alster-net. de. Einsendeschluss: 15.11.



Leben den Abenteuer-Traum: Segler Wilfried Erdmann und Wüstenwanderer Achill Moser (r.).







French Chillout

Am 21.11. gibt es im Café Schöne Aussichten zum dritten Mal das Afterwork-Event "Apéros Bordeaux". Bei

Live-Musik kann Wein probiert werden.

Guter Bordeaux muss nicht teuer sein! Das ist die Kernaussage der neuen Eventreihe "Apéros Bordeaux", bei der Sommeliers und Winzer in lockerer Atmosphäre die Vielfalt roter, weißer und roséfarbener Bordeaux-Weine vorstellen, die zwischen 5 und 15 Euro liegen. Die Idee kommt aus Frankreich. Dort steht das Wort "Apéro" zwar für Aperitif, es bedeutet aber mehr als nur ein alkoholisches Getränk: Nämlich eine gesellige Runde nach Feierabend mit einem Gläschen

Wein. Diese entspannte Form des französischen Savoir-Vivre präsentiert der Fachverband der Bordeaux-Weine jetzt in Hamburg. Zu Probierpreisen werden 10 verschiedene Weine in der Probiergröße 0,1 Liter für 3-4 € angeboten. Das Schöne Aussichten sorgt für Flammkuchen und Antipasti, der Singer/ Songwriter Tom Klose und DJ le Funque für die passende musikalische Unterhaltung während Nir Chouchana, Szene-Barkeeper aus Paris, Bordeaux-Weincocktails mixt.

TIPP UND VERLOSUNG



Bei "Apéros Bordeaux" in den Schönen Aussichten lassen sich am 21.11. unter fachkundiger Anleitung leckeren Bordeaux probieren. Coole Musik macht den Abend chillig. Eintritt: 5 €. Beginn: 19 Uhr,

Wir verlosen 5x2 Tasting-Pässe (Eintritt inkl. 5 Weine) Zum Mitspielen QR-Code mit Smartphone scannen. Für alle, die keine QR-Codes lesen können - das Spiel geht auch auf www.alsterdeal.de.

Hier könnte auch Ihre Anzeige stehen!

MAGAZIN VERLAG HAMBURG

Für kompetente Beratung Ihrer Anzeigenplanung auf den Winterhude-Seiten sowie auch Alstermed ist unsere Mediaberaterin Annegret Linke die richtige Ansprechpartnerin für Sie.



Tel.: 538 930 - 67

Mobil: 0172 / 90 37 440 E-Mail: a.linke@alster-net.de

lädt kirchlich Ungebundene ein zur

Jugendfeier 2013

am 27. April 2013 in der Laeiszhalle (Großer Saal)

Vorbereitungsabende: Gesprächskreise in und um Hamburg ab Dezember 2012: u. a.:

Barmbek, Berne, Bergstedt, Bramfeld, Bergedorf, Eimsbüttel, Farmsen, Harburg, Horn, Langenhorn, Lurup, Niendorf, Norderstedt, Poppenbüttel, Ahrensburg, Bad Oldesloe

Sommercamp auf Rügen Abschlussreisen nach:

Weimar, Buchenwald, Berlin und London

Anmeldung sofort: Jugendweihe Hamburg e.V.

c/o HHS HH-Ost (Raum 124) Berner Heerweg 183, 22159 Hamburg Ruf: 25 66 21 oder 531 28 50 Fax: 21 90 47 27 oder 533 20 430

E-mail: Jugendhh@aol.com Homepage: www.jugendweihe-hamburg.de



GLASREINIGUNG UNTERHALTSREINIGUNG **BAUREINIGUNG**

Reinigung von Solar- und Photovoltaikanlagen



Durch Verschmutzungen verringert sich die Energieausbeute Ihrer Anlage um bis zu 32 %. Die Kosten für die Reinigung werden durch die Leistungssteigerung amortisiert. Reinigung erfolgt mit deionisiertem Wasser und einer weichen Bürste. Keine Kalkablagerungen, kein Verkratzen der Solar-Platten.

Fassaden, Gehwege und Balkone



Verschmutzungen, die von Bäumen und Pflanzen verursacht werden, sind nicht nur unansehnlich sondern können auch die Oberfläche angreifen. Es besteht erhöhte Rutschgefahr. Der von uns eingesetzte Grünbelagsentferner wirkt selbstständig innerhalb von 24 Std. und ist vorbeugend gegen die Neubildung von Grünbelägen.

Entfernung von Graffitis



Sie wollen Fassaden ohne störende Graffitis? Bei uns bekommen Sie über ein Unterdruckstrahlsystem eine umweltfreundliche Reinigung. Geräuscharm durch einen geschlossenen Kreislauf. Besonders für die Entfernung von Verunreinigungen auf Klinker und Naturstreinfassaden geeignet.

Seitz Gruppe • Auf dem Königslande 29 • 22041 Hamburg Tel.: 68 94 31-0 • Fax: 299 76 18 • info@seitzgmbh.com • www.seitzgmbh.com

In doppelter Mission

Pascal Schwenker und Alex Schmidt sind bei alsterradio die Nachmittags-Unterhalter.

Dabei haben sie in ihrer Show "Die 2 nach 3" freie Hand – sind witzig und frotzeln über sich und andere. Aber die beiden haben auch ein zweites Gesicht: ernst und minutiös nach Plan. Als **Freezers-Arenasprecher** – streng nach den Regeln der DEL.

Anders als die meisten Radio-Moderatoren, die aus welchen Gründen auch immer nur "versteckt" in kleinen Studios ihre Worte in die Welt senden dürfen, ist das alsterradio-Duo Schwenker & Schmidt auch in der Öffentlichkeit aktiv: bei den Freezers als Arenasprecher-Duo. Der Spagat zwischen beiden Jobs ist größer, als man denkt!

Im Radio geben die beiden montags bis freitags von 15 bis 20 Uhr auf alsterradio in der Sendung "Die 2 nach 3" Waldorf and Statler die Ehre. Denn sie bringen die Hörer nicht nur mit gutem Rock und Pop und wichtigen Infos zur Stadt in den Feierabend, sondern unterhalten sie auch mit Witz und Ironie. Dabei bekommt jeweils einer der beiden sein Fett weg. Vom anderen. Das klappt perfekt, weil Schwenker

und Schmidt seit Jah-

ren befreundet sind,

also die Marotten

des Gegenüber gut

kennen. "Die meisten

spontan. Deswegen gibt es auch keine feste Regel, wer der Gute und wer der Böse ist", erklärt Alex Schmidt und wird sofort von Pascal Schwenker unterbrochen: "Doch, du bist der Muffelkopf." Pause im Gespräch, das ich mit den beiden im Sender am Messberg führe.

Böser Blick von Alex, dann lächelt er: "Es ist nicht schlimm, muffelig zu sein. Das Leben ist ja nicht nur blau und grün, sondern hat alle Farben, also passt es gut, dass ich nicht immer gut drauf sein muss." Beide nicken sich zu und frotzeln weiter. So erfahre ich, dass Alex in seiner Freizeit gerne an Rollern schraubt, obwohl er "zwei linke Hände" hat und dass bei Pascal seit Längerem unangebrochene TV-Flips im Schrank stehen – statt fern-

sehen heißt es nämlich tochterwindeln. Es geht zu wie in der Sendung: "Wir haben das Glück, dort in unserem Sinne kreativ sein zu dürfen. Denn anders als bei vielen Sendern, ist 'das Wort' zwischen der Musik bei uns nicht verpönt. Diese Freiheit ist echter Luxus", freut sich Pascal.

Derartige Möglichkeiten stehen in totalem Kontrast zu den Vorschriften bei ihrem Zweitjob: Seit der vergangenen Saison sind die beiden Arenasprecher bei den Freezers, dessen Medienpartner alsterradio ist. "Wir sind dann DEL-Offizielle", sagt Alex schmunzelnd. Deswegen erhalten die beiden einen offiziellen Programmablauf, der minutiös abgestimmt ist und penibel eingehalten werden muss. "Er umfasst bis zu 60 Punkte", sagt Pascal,

"beispielsweise, wann die Eismaschine einfährt oder dass wir die letzte Minute ansagen müssen." Vor und im Spiel haben die beiden alle Hände voll zu tun. "Strafen ansagen, Tore und den Torschützen ansagen. Da beim Eishockey alles sehr, sehr schnell geht, muss man permanent aufpassen", sagt Alex, der vom Fach ist. Er war früher Sportchef bei Hamburg 1. Für Pascal war Eishockey hingegen totales Neuland. "Inzwischen bin ich großer Freezer-Fan, denn die Geschichte des Vereins und dessen gesamtes Team sind sensationell. Genau wie die Atmosphäre beim Spiel." Für die sind die beiden mitverantwortlich. "Auch, wenn wir nicht wie sonst witzig sein dürfen, sondern neutral sein müssen, ein bisschen aufmuntern dür-

fen wir die Fans schon, wenn es nicht läuft", sagt Pascal glücklich. Denn nicht nur gefühlt sind die beiden Teil des Teams. "Das ist das Schönste am Job", sagen beide. Kai Wehl





www.alsterradio.de

hamburger meile













fürs Fest in der Hamburger Meile



Coupon einlösbar.

Für Sie geöffnet: Montag-Samstag von

hamburger meile EUROPAS LÄNGSTES SHOPPING-CENTER



ANZEIGEN-SPEZIAL

WEIHNACHTEN IN DER MEILE

Weihnachtsmeile vom 19.11.- 24.12.:

Es werden wieder Akzente gesetzt - für trendige Hamburger Weihnachten! Viele Stände werden auch in diesem Jahr in der Mall vertreten sein. Von Leonidas Pralinen, Rasch Schmalzgebäck, Gelis Mandelhütte, Studioline über Mc Paper, Dat Backhus, Unicef und Obst Rohde bis hin zur Kerzengalerie. Da kommt Weihnachtsfeeling auf!

Weihnachten für die Kleinen:

Auch die Wichtelwerkstatt hat in diesem Jahr wieder geöffnet. Die Kids können dort zum Beispiel Hexenhäuschen verzieren, basteln oder malen.

Die Kinder können das Centermaskottchen Meili dabei aber nicht nur malen, sondern er kommt auch mit Süßigkeiten für die Kleinen vorbei.

Rosenbachs Puppentheater + Bielefelder Kammerspiele:

Am 7. und 8.12. erfreut Rosenbachs Puppentheater am nach Nachmittag die Kinder. Vom 20.-22.12. übernehmen dann die Bielefelder Kammerspiele. Ebenfalls am Nachmittag treten sie mit einem Puppentheater auf.

Engelsgleich:

Freuen Sie sich am 14.12. ab 15 Uhr auf einen ganz besonderen Nachmittag: Dann werden nämlich gleich drei Engel in einem kleinen Chor auf einer Bühne im Erdgeschoss sowie im Center Groß und Klein

begeistern. **Entspanntes Weihnachts-**

shoppen: An allen vier Advents-Samstagen haben die Besucher die Möglichkeit, in aller Ruhe bis 22 Uhr in der

Hamburger Meile zu shoppen.

VORTEILE DER MEILE:

- ✓ Die Hamburger Meile ist Europas längstes Shopping-Center.
- ✓ Über 150 Geschäfte und Restaurants laden zum Vorbeischauen ein.
- ✓ Parksituation: Die erste Stunde parken ist kostenlos!
- ✓ Die maximalen Parkkosten liegen bei nur 3 Euro pro Tag.
- Mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist die Meile komfortabel erreichbar (U-Bahn-Stationen Mundsburg oder Hamburger Straße!)
- "Kinderfrei": Fröbel KundenKinderCenter betreut fachkundig Ihre Kinder, damit Sie entspannt shoppen können. Mo.-Fr., 12-18.30 Uhr/Sa., 10-18.30 Uhr. Kosten pro Stunde 2 €. Maximaler Aufenthalt der Kinder: drei Stunden.





Charity unterm Baum

Mit diesen Geschenken tun Sie beim Schenken auch noch Gutes. Der Erlös geht an gemeinnützige Projekte in Deutschland.



SCHMACKHAFT!

"Einfach, günstig und lecker kochen! Nr. 2" ist das zweite Kochbuch von und für die Hamburger Tafel e.V. Zu beziehen in allen Filialen der Bücherei Heymann für 8 €.

RETTER 1

Der Hund Kalle von Strassenkids e.V. kostet 15 €. Wer ihn kauft, der unterstützt Hamburger Kinder in Not. Infos und Kaufadressen: basisundwoge.de



www.abpilus.de Machen Sie Ihren **Haaren Beine!** OHNE LASER Beratungsgespräch **040 / 69 70 55 14** Dauerhafte Haarentfernung Abbau von störender Rötung Straffung kleinerer Fältchen und Linien Behandlung Behandlung als bequemes "Lunch-Time-Trans Die Behandlung ist sicher, Geschenkschonend und schnell. Gutscheine Keine Anästhesie Heegbarg 2 (Direkt am AEZ) • 22391 Hamburg Weihnachtsrabatt für Neukunden bis zum 31.12.2012

ÄSTHETIK ZENTRUM

Pulverfaß Cabaret

Travestieshow • mit Restaurant • 1.Show 20.30 Uhr • 2. Show 23.30 Uhr • Tel.: 24 97 91 ab 15 Uhr



www.alstermagazin.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





Streit in Eppendorf

In **Eppendorf** liegt eine **Bürgerinitiative** im Clinch mit der Politik. Grund: ein neues Bauprojekt. Das soll die Wohnungs- und Parksituation im Stadtteil verbessern, sagt die SPD-Regierung. Bürger hingegen sorgen sich um den historischen Kern Eppendorfs...

"Lasst das Dorf in Eppendorf" ist die Parole der Initiative von Bürgern, die den Abriss von fünf historischen Häusern in der Eppendorfer Landstraße und die Neubebauung des Grundstücks mit Wohn- und Gewerbegebäuden verhindern möchte. "Die Häuser bilden den letzten Rest des dörflichen Kerns unseres 872 Jahre alten Stadtteils", schreibt die Initiative in einem Memorandum. "Mit dem Abriss der Häuser zugunsten der geplanten vier- bis fünfstöckigen Neubauten geht die einzigartige Atmosphäre dieses Areals unwiederbringlich verloren." Ihre Forderung: eine Neuverhandlung der Bebauung und die Ausschreibung eines Architektenwettbewerbs. Hans-Peter Boltres, Fachamtsleiter Stadt- und Landschaftsplanung beim Bezirk, findet das Anliegen "im Grundsatz nachvollziehbar. Die Form des "Widerstands" überrascht allerdings, da das Projekt bereits zweimal öffentlich vorgestellt worden war und bis auf einige noch korrigierbare Details eigentlich wenig substanzielle Kritik oder gar Ablehnung geäußert wurde." Ähnlich überrascht zeigt sich Ingenieurin Christiane Stahnke vom mit der Planung beauftragten Architekturbüro Schild: "40





Plakate wurden in Eppendorf als Hinweis auf die Präsentation der Pläne aufgestellt – somit ergibt sich eine gewisse Verwunderung über die Kritik der mangelnden Bürgerbeteiligung." Sie ist der Meinung, die Gebäude passten charakterlich gut in den Stadtteil. "Wir schaffen kleingliedrigen Gewerberaum, der Eppendorf so charakteristisch macht." Auch Hans-Peter Boltres lobt das Vorhaben: Es entstünden dreimal so viele Wohnungen wie im Bestand und zusätzlich mit einer gemeinsamen Tiefgarage genügend Parkmöglichkeiten. Die Prognose der Bürgerinitiative, dass in Zukunft viele der neugeschaffenen Wohnungen als bloße Investitionsobjekte leerstehen würden, hält Boltres für "wenig realistisch", vor allem, da der Investor grundsätzlich bereit sei, ein Drittel der Wohnungen als geförderten Wohnraum zu errichten. Sowieso sei eine Renovierung der Bestandsbauten finanziell nicht zu stemmen.

Eine gutachterliche Untersuchung habe bei allen Gebäuden einen "hohen Sanierungsstau" diagnostiziert - auch dies zweifelt die Bürgerinitiative an. Das Denkmalschutzamt hat ebenfalls zu Ungunsten der Initiative entschieden: die Gebäude hätten allesamt keinen Denkmalwert. Es sieht also denkbar schlecht aus für das Anliegen der Stadtkern-Bewahrer. Ein Zeitplan für die Bebauung liegt zwar noch nicht vor, erklärt Architektin Christiane Stahnke. Aber: "Es finden derzeit konstruktive Gespräche mit den Vertretern des Bezirksamtes und der Politik statt." Ist die Initiative also gescheitert? Nein, sagt ihre Sprecherin Miriam Flüß. "Mit zahlreichen Experten in der Initiative für Baurecht und Stadtplanung befassen wir uns momentan mit dem B-Plan Eppendorf 23, planen und recherchieren. Es wäre nicht verwunderlich, wenn erst einmal (Politiker-)Köpfe statt Planierraupen rollen würden." cl





Gustav Peter Wöhler:

"Der Roman "Das Schicksal

ist ein mieser Verräter' ist

eine tragische, aber auch

geschriebene Geschichte"

zugleich amüsant-frech

"Ich war emotional berührt"



übers Internet miteinander kommunizieren und sich über ihr "Schicksal" austauschen. Gemein ist ihnen, dass sie alle an Krebs leiden und damit sehr offen umgehen.

Die jungen Menschen nehmen den Krebs als einen Teil ihres Lebens an. Mich berührte das teilweise emotional so sehr, dass ich mehrmals beim Lesen stockte und das Buch an die Seite legen musste. Was reizt Sie an Lesungen? Grundsätzlich lese ich nur Bücher vor, deren Inhalt mich auch persönlich anspricht und die ich deshalb auch privat lesen würde. Die Lesung in den Hamburger Kammerspielen ist zugunsten des Vereins "Verwaister Eltern und Geschwister". War das ein zusätzlicher Anreiz?

Ich kannte die Organisation zuvor nicht. Als ich aber etwas mehr über den Verein und seine Arbeit erfuhr, fand ich es toll, mit welcher Offenheit man sich dort dem traurigen Thema widmet. Deshalb freue ich mich den Verein mit dieser Benefizlesung unterstützen zu können. Auch dem Berliner Schlossparktheater helfen Sie gerade. Sie haben die Hauptrolle des plötzlich verstorbenen Dirk Bachs im Stück "Der kleine König Dezember" übernommen. Aufgrund dieser Umstände, Ihre bisher schwierigste Rolle? Nein, es war jedoch eine große Herausforderung, den Text innerhalb von zwei Wochen einzustudieren und in die Rolle zu schlüpfen. Ich habe das allerdings gerne gemacht, denn so konnte ich der Produktion und dem Theater helfen. Da die im Zweifel das Ganze hätten sonst absagen müssen.

Sie schauspielern und lesen nicht nur, sondern sind auch Musiker. Auf welcher Bühne fühlen Sie sich am wohlsten? İmmer auf der, die gerade bei mir angesagt ist. Ich liebe es besonders, wenn das Publikum mitgeht. Dann ist es mir egal, ob ich singe, lese oder als Schauspieler agiere. Und in welcher Stadt leben Sie lieber, in Berlin oder Hamburg?

Berlin ist eine spannnende Stadt. Aber richtig wohl fühle ich mich nur in Hamburg-St. Georg. Dort werde ich auch mit meiner Familie das Weihnachtsfest verbringen zumal ich als Frosch auf der Bühne der Hamburger Staatsoper stehe.

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



Tipp und Verlosung:

Gustav Peter Wöhler liest am Sonntag, dem 18.11. um 11 Uhr "Das Schicksal ist ein mieser Verräter" von John Green zu gunsten des Vereins Verwaiste Eltern und Geschwister Hamburg e.V. Weitere Infos zur Lesung und Kartenbestellung unter www.hamburger-kammerspiele.de.

Das Alster-Magazin verlost 3x2 Karten für die Lesung in den Hamburger Kammerspielen. Senden Sie eine E-Mail unter dem Stichwort "Schicksal" an c.kaufholt@alster-net.de und gewinnen Sie mit etwas Glück. Einsendeschluss: 14.11.

In guten Händen bei

B!aesthetics

Susanne Bechtel ist Ärztin und Inhaberin der Praxen B!aesthetics. Seit Jahren ist sie auf dem Gebiet der medizinischen Aesthetik tätig, wobei regelmäßige Fortbildungen ihr dabei die Anwendung der jeweils modernsten Techniken erlauben. Die erfolgsversprechendsten stellt Ihnen die Schönheits-Expertin in lockerer Reihenfolge im Alster-Magazin vor!





HYALURONSÄURE

Hyaluronsäure ist ein **natürlicher Bestandteil** unserer Haut. Die Hyaluronsäurekonzentration nimmt in mechanisch stark belasteten Bereichen schneller ab. Beispielsweise bei den Lippen. Es entstehen Plisseefalten rund um den Mund. Mit Abnahme des Füllfaktors Hyaluronsäure nimmt auch deren **Feuchtigkeitsspeicherungsvolumen** ab. Die Falten bilden sich zunächst im Bereich des verringerten Volumens, die Haut wird trockener durch weniger Feuchtigkeitspeicherung und die Falte prägt sich immer schneller und tiefer in die Haut ein. Mit **Belotero***, einer biosynthetisch hergestellten Hyaluronsäure, ist es gelungen, einen Filler zu finden, den der Körper kaum von der körpereigenen Hyaluronsäure unterscheiden kann. Die im Bereich der Falten verringerte Hyaluronsäurekonzentration wird also einfach ersetzt. Die Haut wirkt voller und frischer.

DIE FETTWEG-SPRITZE

Ihre Wirkung basiert auf einer ungesättigten Fettsäure, die aus der Sojapflanze gewonnen wird. In Kombination mit Desoxycholsäure, Koffein, Vitamin B-Komplex und Vitamin C wird diese in die Zellwand der Fettzellen der zu behandelnden Areale eingebaut. Die Zellwand wird geschwächt und löst sich auf. So werden überflüssige Fettpolster gezielt aufgelöst und über den normalen Fettabbauzyklus im Körper abgebaut. Vier Wochen nach der Behandlung lassen sich häufig schon erste Erfolge messen. Nach 10-12 Wochen hat die Wirkung ihr Maximum erreicht. Es können Fettpolster am gesamten Körper behandelt werden. Sichtbare Erfolge, u.a. bei Doppelkinn, Fettröllchen an Bauch, Beinen und Armen, stellen sich oft schon nach einer Behandlung ein. Die Haut wird straffer und auch Cellulite kann behandelt werden.



What's up in **TOWN?**

SPITZENTALK

Zur Netzwerkplattform "Hamburger Spitzen" versammelten sich Ende Oktober 160 führende Köpfe der Hansestadt im Fairmont Hotel Vier Jahreszeiten. Sie erwartete eine Talkrunde zum Thema "Gutes tun und dann? Wie Gemeinnützigkeit unsere Arbeit prägt!", geleitet von NDR-Moderatorin Julia Westlake. Talkgäste waren Cord Wöhlke (Mitglied der Geschäftsleitung Budnikowsky), TV-Köchin und Unternehmerin Cornelia Poletto, Matthias Schröder (Vorstandsmitglied Hamburger Volksbank) und Dr. Michael Trautmann (Vorstand der thjnk AG).











Kunstagentin Jenny Falckenberg präsentierte in der mondänen Richard-Meier-Villa am Hamburger Alsterufer Ende Oktober die Tom-Lemke-Ausstellung "Smoke@thewater". Knapp 400 Gäste bewunderten die Werke von Lemke, welche die Faszination von Wasser und Rauch vereinen. Gäste wie HP Baxxter, Petra van Bremen und Silva Gonzales tanzten bis in die Nacht zur Musik von Mousse T., der sogar persönlich an den Turntables stand.













DIE NEUE WÄSCHEREI

CITY NORD MEXIKORING. IT'S ABSURD!



Möbel, Lampen, Accessoires, Tequila

MEXIKORING 27

Outlet Store der WÄSCHEREI



SOFAKOMBINATION CARO 1.399.- (ohne Zierkissen)



*Einzelstück

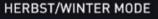


Xmas-Accessoires & Geschenke



BETTENSTUDIO









WINTERHUDE



Professional Business Service Krochmannstrasse 2 22299 Hamburg

Fon: +49 (0) 40 53 22 09 7 Fax: +49 (0) 40 53 22 73 7

Mail: info@pbshh.de

Die Buchhaltung wächst Ihnen über den Kopf? Sie würden diese Arbeiten am liebsten outsourcen? Kein Problem!

Heidemarie Khan Shaghaghi und ihr eingespieltes Team übernehmen

das Buchen Ihrer laufenden Geschäftsvorfälle, Ihre laufende Lohn- und Gehaltsabrechnung, das Aufarbeiten Ihrer Altlasten

im Rahmen des § 6 des Steuerberatungsgesetzes (StBerG), Administration, Auftragsbearbeitung.

Informieren Sie sich auf meiner Website

www.pbshh.de

Peter Boyens Konditormeister

"Wir backen Ihre Torte als persönliches Geschenk"

Festtagstorten fertigen wir in verschiedenen Größen und nach Ihren Wünschen.

> Konditorei Gertigstraße 3 Montag-Freitag 7-18 Samstag 7-16 Sonntag ab 11.00 Tel.: 040 / 27 30 94

Cafe + Konditorei Hofweg 45 Montag-Freitag 8-18 Samstag 8-17 Sonntag 10-17 Tel.: 040/22 901 61

täglich Frühstück • sonntags frische Brötchen



Alsterdorfer Straße 4 • 040 / 48 15 35 Mo. - Do.: 8 - 18 Uhr, Fr.: 8 - 18.30 Uhr • Sa.: 8 - 13 Uhr



Olympiasieger mit Herz: Florian Fuchs untertützt UHC-Charity-Spiel, um Spendengelder zu sammeln.

Olympia-Star hilft Kids

Der Winterhuder Hockey-Nationalspieler Florian Fuchs ist Pate beim 7. "Juli-Harnack-Turnier". Ein Charity-Event zur Unterstützung krebskranker Kinder.

"Ich war 14 Jahre alt, als mein Freund und Mitspieler Juli die Diagnose ,Krebs' erhielt. Es beeindruckte mich, wie positiv er mit seinem Schicksal umging. Am Ende aber verlor er den Kampf und starb 2006", erinnert Florian "Flocke" Fuchs. Dem Hockey-Nationalspieler des UHC, der Gold in London holte, merkt man an, wie sehr ihn das Schicksal seines früheren Mannschaftkollegen Julian Harnack emotional berührt. "Nach Julis Tod haben wir - die weibliche und männliche Jugend B des UHC – das erste Juli-Harnack-Turnier unter dem Motto, Was wir alleine nicht schaffen, das schaffen wir dann zusammen' ins Leben gerufen", erzählt der 20-Jährige. Seither veranstaltet die Jugend B des UHC jährlich das Charity-Turnier sowie begleitende Spenden-Aktionen zugunsten des Kinderkrebs-Zentrums am UKE. Für das nächste Turnier ist Mitbegründer Flocke wieder mit von der Partie, denn er hat

die Patenschaft für das Event ausrichtende Jugend B übernommen. "Wir möchten mit der Charity-Aktion nicht nur an Juli erinnern und die Krebsforschung finanziell unterstützen, sondern auch aufklären und Berührungsängste abbauen. Denn aus Unwissenheit über die Krankheit Krebs meiden viele Menschen den Umgang mit Krebskranken und ihrem Umfeld. Für die Betroffenen selbst ist der Kontakt zur 'Außenwelt' aber sehr wichtig. Sie erfahren so ein Stück Normalität, die sie ihre Krankheit - zumindest kurzfristig - vergessen lässt." Florian Fuchs, der gerade neben seiner Hockeykarriere ein duales Studium absolviert, ist soziales Engagement eine Herzensangelegenheit.

Was, wann und wo? Charity-Event: 7. Juli-Harnack-Zurnier, vom 4.-6. Januar 2013 auf der Anlage des UHC, Wesselblek 8, Infos unter www.juliharnack-turnier-uhc.ag.vu

Christiane Kaufholt

DER GESUNDHEITSRATGEBER

Abwehr stärken

- so gelingt es!

Wenn es draußen kalt und nass ist, haben **Schnupfen & Co** wieder Hochsaison. Und das Immunsystem hat viel zu tun. Welche Lebensmittel Sie jetzt essen sollten und wie Sie Ihre Abwehr sonst noch unterstützen können, lesen Sie hier.

unbedingt der
Joghurtdrink
sein. Laktobazillen
sind auch in normalem
Joghurt, Kefir oder Sauerkraut

1. Fette verbessern die Immunantwort

Während eine allgemein fettreiche Ernährung dem Immunsystem schadet, verbessern bestimmte Fette mit Omega-3-Fettsäuren die Immunantwort. Sie sind enthalten in fettem Fisch wie Lachs, Hering oder Makrele. Bei einer bestehenden Infektion ist zudem der Eiweißbedarf erhöht. Fisch oder mageres Fleisch sind dann gute Eiweißlieferanten.

2. Schützende Vitamine

Vitamine verringern die Dauer

und Schwere von Erkältungen. Deshalb sollte man täglich mindestens fünf Portionen Obst und Gemüse essen. Besonders abwehrstärkende Vitamine sind Vitamin C (Zitrusfrüchte, Paprika, Kohl), A (Seefisch, Leber, Milch, Eier), E (Nüsse, Leinsamen, Avocado), B6 (Banane, Vollkornprodukte, Kartoffel, Karotte) und B12 (Fisch, Fleisch, Ouark). Auch Folsäure, enthalten z.B. in Salat, steigert die Aktivität verschiedener Immunzellen. Bei den Spurenelementen zur verbesserten Abwehr ragen Selen u.a. in Paranüssen und Innereien und

Zink z.B. in Fisch und Hülsenfrüchten heraus.

3. Probiotische Lebensmittel verkürzen die Erkältung

Probiotische Lebensmittel enthalten lebende Mikroorganismen, die den Darm in aktiver Form erreichen und dort verschiedene gesundheitliche Wirkungen erzielen. Laut Studien verhindern probiotische Bifidobakterien und Laktobazillen eine Erkältung zwar nicht, verkürzen aber ihre Dauer und vermindern die Beschwerden. Es muss aber nicht

4. Ausreichend trinken

enthalten.

Auch wenn das Durstgefühl in der kalten Jahreszeit weniger vorhanden ist, sollte man ausreichend trinken. Mindestens 1,5 Liter Wasser oder ungesüßten Tee muss man dem Körper täglich zuführen. Das schützt vor Erkältungen, weil es die Schleimhäute feucht hält.

GESUNDHEIT IST EIN MENSCHENRECHT

Deshalb hilft ÄRZTE OHNE GRENZEN in rund 60 Ländern Menschen in Not – ungeachtet ihrer Hautfarbe, Religion oder politischen Überzeugung.

HELFEN SIE MIT!

Bitte schicken Sie mir unverbindlich Informationen

- ☐ Über ÄRZTE OHNE GRENZEN
- zu Spendenmöglichkeiten für einen Projekteinsatz

Name Anschrift

ÄRZTE OHNE GRENZEN C.V. Am Köllnischen Park 1 • 10179 Berlin

Spendenkonto 97 0 97 Bank für Sozialwirtschaft • BLZ 370 205 00 www.aerzte-ohne-grenzen.de



Innovative Diagnostik und Therapie

BERATUNG • BEHANDLUNG • BETREUUNG

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

Langenhorner Chaussee 369 · 22419 Hamburg Tel.: 040-244 245 8-0 · Fax: 040-244 245 869



Strahlenzentrum Hamburg cyberknife center hamburg





ERFOLGSFAKTOR SCHÖNE ZÄHNE

Für viele Menschen unserer heutigen Gesellschaft symbolisiert Zahnästhetik gutes Aussehen und Erfolg. Die moderne Zahnmedizin hat einige Möglichkeiten, die die Anforderungen an ein ästhetisches Gebiss erfüllen können. Zahnschönheit beginnt mit einem gesunden Zahnfleisch und

einem intakten Zahnhalteapparat. Die an Zahnoberflächen entstandenen Verfärbungen und Beläge können mithilfe einer professionellen Zahnreinigung einfach entfernt werden. Problematisch hingegen sind Zahnfleischtaschen (Parodontose), die hin und wieder bluten. Diese bedürfen einer besonderen Zahnfleischbehandlung. Eine solche Behandlung reduziert nicht nur das Risiko für Zahnfleischerkrankungen, sondern

kann unter anderem auch bei Diabetes und Herz-Kreislauferkrankungen heilungsfördernd wirken. Korrekturen von Zahnstellungen sowie farbe und - form können mit minimal-invasiven Therapien erreicht werden. Nicht sichtbare Kunstofffüllungen in der Front reichen oft aus, um eine ästhetische Korrektur zu erreichen. Wer sich hingegen für eine hellere Zahnfarbe entscheidet, wird mit Bleichgel auf den Zähnen unter einer LED Lampe in mehreren kurzen Zyklen behandelt. Bei der ästhetischen Lückenversorgung bewähren sich seit Jahrzehnten Implantate, Kronen, Veneers, Inlays und Brücken aus hochwertigen Materialien wie (Voll-)Keramik. Sollten Sie eine dieser Korrekturen an sich vornehmen lassen wollen, dann lassen Sie sich kostenlos in unserer Praxis am Gänsemarkt beraten.





Dr. Kirsten Humsi

"Gesunde Zähne verbessern Ihre Lebensqualität"

- Implantologie
- Ästhetische Zahnheilkunde
- · Kiefergelenktherapie / Tinnitus
- · Wurzelkanalbehandlung mit Mikroskop
- NEU DVT: digitale 3 D-Röntgendiagnostik

Gänsemarkt 43 | 20354 HH | Tel. 040/35 35 35 | www.dr-humsi.de

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 PEDEATRIC DENTISTRY BRITISH ORTHODONTIC SOCIETY

Zufriedenheit hat viele Gesichter!



"An einem Sonnabend ermattete die Batterie in meinem Hörgerät. Woher neue bekommen? Alster Acoustics hat auch am Samstag geöffnet. Das war der erste Kontakt. Die fachkundige Beratung und Betreuung hat mich überzeugt.

Meine neuen Hörgeräte sind natürlich von Alster Acoustics!"





"Ich gehe zu Alster Acoustics, weil mir die jungen Leute dort gefallen, weil sie mir die absolut passende Hörhilfe empfohlen und angepasst haben: feinfühlig und diskret.

> Die Damen lächeln. Die Herren sind galant. Eine ganz besondere Hör-Welt am Eppendorfer Baum."





"Bevor ich ru Alster Acoustics kam, fühlte sich mein Leben wie in Watte gepackt an.

Seit ich meine 'Walky Talkys' trage, verspüre ich eine Steigerung meiner Lebensqualität um 100 Prozent!"

ALSTER ACOUSTICS DIE HÖRBOUTIQUE GMBH • Eppendorfer Baum 41 • 20249 Hamburg • Tel: 040-47 19 53-30 • www.alster-acoustics.de

Alster med

GESUNDHEIT FÜR DIE MENSCHEN AN DER ALSTER



Expertentipp von Andreas Otto, Facharzt für Augenheilkunde

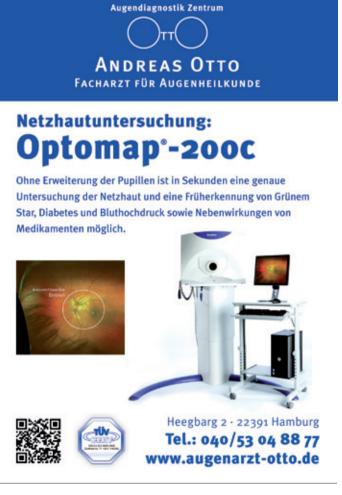
FRISCHES AUSSEHEN SCHMEICHELTDER SEELE

Gerade in dieser dunklen, doch eher unfreundlichen Jahreszeit möchten die Menschen frisch und gesund aussehen. Das ist aber gar nicht so einfach. Schönheitsideale

und Moden ändern sich im Lauf der Zeit. Sie sind von Kultur zu Kultur unterschiedlich. Kriterien wahrer Schönheit sind über Jahrhunderte und Kulturkreise hinweg die gleichen und haben wenig mit Figur- und Modetrends zu tun: positive Ausstrahlung, Vitalität und eine gepflegte Haut. Unterschiedliche Faktoren führen zu altersbedingten Hautveränderungen und den traurigen Augenringen: geringe Flüssigkeitsaufnahme, häufige Sonnenstudio-Besuche, Nikotin, Stress und verschiedene Krankheiten. Aufhalten können wir den Alterungsprozess nicht – aber wir können einiges tun, um ihn zu verlangsamen, besser auszusehen und uns besser zu fühlen. Gesunde,

ausgewogene Ernährung und ein ausgeglichener Lebenswandel mit wenig Nikotin, viel Schlaf, Wasser und hinreichender Bewegung unterstützen ein gesundes Aussehen. Oft reichen diese Maßnahmen aber nicht und selbst die teuersten Cremes können die dunklen Schatten nicht verbergen. Dunkle, bläulich scheinende Augenringe kann der Augenarzt durch eine Unterspritzung mit Hyaluronsäure deutlich verbessern. Die Behandlung geht schnell und der Effekt der Auffüllung ist sofort sichtbar. Die Hyaluronsäure entfaltet eine langfristige, aber keine permanente Wirkung und ermöglicht Ihnen so, jederzeit selbst über Ihr Aussehen zu entscheiden. Die Behandlungskosten sind sehr individuell und hängen von Faktoren wie gewünschtem Korrekturgrad und verwendetem Produkt ab. In einem Gespräch vor der Behandlung sollten Sie die Kosten mit Ihrem Augenarzt besprechen.







Expertentipp von Dr. Andreas Dühr. Facharzt für Innere Medizin und Diabetologe. Ernährungsmediziner, Internisten im Ärztehaus Winterhude

MAN SPÜRT NICHT, DASS MAN NICHTS SPÜRT!

Für Menschen, die an Diabetes mellitus leiden, ist das Thema der Spätkomplikationen mit großer Sorge verbunden. Kaum jemand, der nicht nach Diagnosestellung von einem anderen Diabetiker erfährt,

der an der Dialyse hängt, dem die Beine amputiert wurden oder der erblindete. In der Behandlung des Diabetes mellitus ist sicher eines der Hauptziele, derartige Spätschäden zu vermeiden. Neben einer optimalen Stoffwechseleinstellung, die zwischen Patient und seinem Arzt individuell festgelegt werden sollte, kann jeder sein Risiko für diabetische Nervenschädigung (Polyneuropathie) z.B. durch Nikotin-Abstinenz, Reduktion von

Alkohol und Gewicht mindern. Gerade bei der Polyneuropathie, die zu Beginn meist die Nerven der Füße und Unterschenkel befällt, ist eine frühzeitige Diagnose sehr wichtig, weil durch eine gute Behandlung mit entsprechender Schuh- und Einlagenversorgung sowie speziell geschulter Fußpfleger (Podologen) die Zahl der Amputationen deutlich reduziert werden kann. Der Diabetiker muss wissen, ob eine Nervenschädigung aufgetreten ist. Da man sie nicht immer selbst spürt, muss der Arzt einmal jährlich testen, ob die Nerven noch voll funktionsfähig sind. Mit dieser schmerzfreien und nur wenige Minuten dauernden Untersuchung kann der Arzt das Risiko eines Patienten für ein diabetisches Fußsyndrom einschätzen. "Risiko erkannt, Gefahr gebannt."

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



Ihre Kosmetikerin in Winterhude



Machen Sie Ihre Haut winterfest.

- Age Management
- Körperbehandlungen
- Akne-Problemlösungen
 Rosacea-Problemlösungen
- Enzym-Behandlungen
 Klassische Behandlung



SKIN CARE CONCEPT MARIANNE HARTUNG - KOSMETIKINSTITU

Dorotheenstraße 135 • 22299 Hamburg • Telefon 47 19 38 60



KIEFERORTHOPÄDISCHE GEMEINSCHAFTSPRAXIS für Erwachsene und Kinder



SCHMEDT AUF DER GÜNNE

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



Expertentipp von Dr. Thorsten Zehlicke, leitender Arzt des Hörzentrums am Bundeswehrkrankenhaus Hamburg

HOCHTONSCHWERHÖRIGKEIT:

HILFE DURCH HYBRID-VERSORGUNG

Viele Bundesbürger leben mit einer Hochtonschwerhörigkeit. Das heißt, sie können z. B. hohe Kinder- und Frauenstimmen nicht mehr richtig verstehen und Vogelgezwitscher nicht mehr hören. Zumeist lassen sich

die Folgen einer solchen Hochtonschwerhörigkeit durch moderne Hörgeräte kompensieren. Aber es gibt auch Betroffene, denen es trotz Hörgerät nicht gelingt, gesprochene Sprache wieder zu verstehen. Denn mit den tiefen Tönen allein können sie sich Worte und Informationen nicht erschließen. Diesen Menschen könnte eine sogenannte Hybrid-Versorgung helfen, bei der ein Hörgerät mit einem Cochlea-Implantat (CI) kombiniert wird. Das Hörgerät verstärkt die tiefen

Töne. Und das CI sichert die Wahrnehmung der hohen Frequenzen, die für das Sprachverstehen entscheidend sind. Das Ohr bekommt also sowohl akustische als auch elektrische Reize, die gleichzeitig verarbeitet werden. Das CI-System besteht aus einem externen Teil, dem Soundprozessor und dem Mikrofon sowie aus einer feinen Elektrode, die in die winzige Hörschnecke implantiert wird. Über die Elektrode werden Reize an den Hörnerv übertragen. Dadurch ist es wieder möglich, Sprache und andere hohe Töne zu verstehen. Eine Hybrid-Versorgung ist für all diejenigen geeignet, die tiefe Töne noch wahrnehmen, denen Hörgeräte jedoch keine ausreichende Hilfe sein können. Wer sich weitergehend informieren möchte, sollte eine spezialisierte HNO-Klinik aufsuchen.



Alster med

GESUNDHEIT FÜR DIE MENSCHEN AN DER ALSTER

ANZEIGEN

Expertentipp von Klaus Gebhardt, Masseur und Inhaber der Wellness- Massagepraxis in Winterhude

MASSAGEN: EIN WEG ZUR ERHOLUNG FÜR KÖRPER UND SEELE

Unsere modernen Lebensweisen sind nicht immer gut zu uns. Einseitige körperliche Belastungen, Stress und Hektik in Beruf und familiärer Situation führen nicht selten zu Verspannungen, Schmerzen, Schlafstörungen, Erschöpfung und Unruhe. Das altbewährte und natürliche Heilmittel der Massage berührt Körper und Seele gleichermaßen. Momente wahrer Erholung, die jeder dringend benötigt, führen zu Entspannung und dem Aufbau frischer Energien.

Hilfreiche Therapiemöglichkeiten, um zur Ruhe zu kommen, sind energetische

Massage, Akupressur-Behandlung, Fußreflex-zonen-Massage, Hot Stone-Massage oder Klangmassage. All diese Möglichkeiten sollten sorgsam nach Ihren individuellen Wünschen in eine ganz persönliche Wellness-Behandlung eingebettet und in fachkundiger Praxis durchgeführt werden. Zudem ist es sehr wichtig, dass die behandelnde Person sich ausreichend Zeit für die Klienten nimmt. Denn nur so kann eine wirkliche Entspannung und Erfrischung von Körper und Seele erreicht werden. Eine Behandlungseinheit sollte mindestens über 40 Minuten ablaufen, besser noch, man hat eine Stunde Zeit dafür.

Lassen Sie sich für Ihre gute Erholung am besten kompetent beraten!





Weiß wie

Weiß ist keine Farbe. Weiß ist alle Farben! Es hat sich als Metapher für **Unschuld und Reinheit** im kollektiven Gedächtnis festgesetzt. Gerade beim Wohnen zeigen Weiß-Kombinationen oft beeindruckende Wirkung – und zwar in allen Räumen!

Klare Formen: In Verbindung mit gerader Linienführung kommen die Kerzen hier besonders zur Geltung. Gesehen bei Lambert.

> **Gute Basis:** Das Tischset von Zara Home verziert jede Tafel mit feinem Flechtwerk.





Schnee



Windlichter: Die Bari-Windlichter von Lambert prunken mit eingeschliffenem Wabenmuster.





Halbenkamp 1 • 22305 Hamburg • Tel. (040) 23 15 76 • Fax (040) 236 95 89 Öffnungszeiten: Mo - Fr 11 $^{\infty}$ - 18 $^{\infty}$ Uhr, Sa 10 $^{\infty}$ - 14 $^{\infty}$ Uhr und nach Vereinbarung www.schlafwandel-hamburg.de







2 357 372 76 oder 0152/ 052 900 38

isakd@hotmail.de

auf den

Gesamtpreis!



WOHNTRENDS



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





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.



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







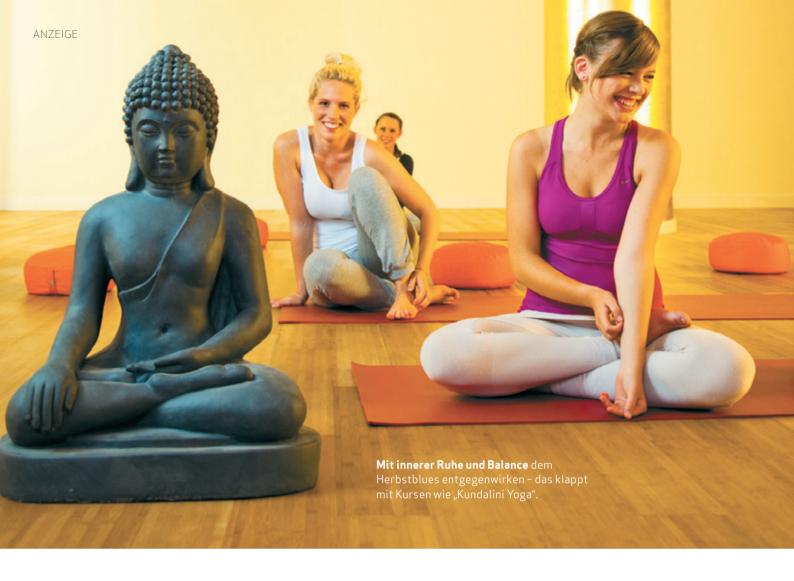












Jetzt kann der

Herbst kommen

Ruhe und Entspannung finden, aktiv sein und den Alltag vergessen. Das **MeridianSpa** bietet auch in den letzten Monaten des Jahres wieder viele energiereiche **Fitness-Specials, Massage-Highlights** und abwechslungsreiche **Wellness-Events** an – für einen rundum gelungenen Herbst.

Schluss mit dem Herbstblues – mit dem MeridianSpirit Day starten gestresste Hamburger im November entspannt und gestärkt in die kalte Jahreszeit. Ruhige Kursformate wie zum Beispiel "bodyART® & deepWORK®", "Partner Yoga" "Hard Qi Gong" oder "Kinderyoga" sorgen für die innere Balance und für einen straffen Körper. Dabei zu sein, lohnt sich also doppelt!

Wer sich auf eine Reise in ferne Welten begeben und sich ein ganz besonderes Wohlfühlerlebnis gönnen möchte, sollte sich die vergünstigte Herbstmassage im AMAYÃNA Day Spa nicht entgehen lassen. Die "Abhyanga Massage" im November ermöglicht eine 80-minütige Auszeit vom Alltag, die zugleich immun gegen Stress und Hektik macht. Der Wellness-Bereich im

MeridianSpa ist nicht nur ein Domizil für einen entspannenden Kurzurlaub, sondern hier können Besucher auch ihr Immunsystem auf Vordermann bringen. Neben der Saunavielfalt bietet der Premiumanbieter von Fitness, Wellness und Bodycare auch immer wieder besondere Events und Specials an. So steht im November bei-

spielsweise die lange Saunanacht "Götter des Olymps" bevor. Dann wird der Wellness-Bereich entsprechend dekoriert und es finden thematische Aufgüsse statt.

Alle Specials sind für Mitglieder innerhalb ihrer vertraglichen Nutzungszeit kostenfrei. Gäste können mit einer Tageskarte "Fitness und Wellness" den MeridianSpirit Day und mit einer Tageskarte "Wellness" die lange Saunanacht genießen. Weitere Informationen zu den Terminen und Angeboten erfahren Sie direkt im MeridianSpa telefonisch unter 040/65 89-0 und auf www.meridianspa.de.

TERMINE

MERIDIANSPIRIT DAY

MeridianSpa Wandsbek: Mi., 14.11.2012

MeridianSpa Alstertal: Do., 22.11.2012

MeridianSpa City: So., 25.11.2012

LANGE SAUNANACHT "GÖTTER DES OLYMPS":

VON 18 UHR BIS 0 UHR

MeridianSpa City und MeridianSpa Alstertal: Fr., 23.11.

MeridianSpa Wandsbek und Eppendorf: Fr., 30.11.



VON DER KINDHEIT ZUR

SELBSTSTÄNDIGKEIT



Durch die Feier der Jugendweihe 2012 führten die Moderatorinnen Lina und Yannie Fischer

Eine Aufnahme in die Gemeinschaft der Erwachsenen erfolgt nicht nur durch Konfirmation oder Kommunion! Die kirchlich ungebundene Variante: Jugendweihe! Auf dem Stundenplan von Jugendweihe Hamburg e.V. stehen Philosophie und die wichtigsten Themen der Zeit, komplettiert durch Exkursionen und Reisen nach Berlin oder London. Die Wurzeln des Konzepts liegen in der Aufklärung. So kreieren die Jugendlichen den Inhalt der Kurse und die Abschlussfeiern aktiv mit: Der Eintritt in das Erwachsenenalter

ist auch der nach Immanuel Kant notwendige Austritt aus der selbstverschuldeten Unmündigkeit. 2012 bewiesen die Jugendlichen großes Geschick bei der Organisation und Umsetzung ihrer zwei eigenen Initiationsfeiern. Sogar eigene Gesangseinlagen, Moderationen oder Lesungen bauten sie mit ein. Die nächste Weihfeier findet am 27. April 2013 im Großen Saal der Laeiszhalle statt. Vorbereitungsabende und Gesprächsrunden starten ab Dezember 2012. Mehr Infos unter Tel. 040 256 621 und www.jugendweihe-hamburg.de.

SECONDHAND-ANKAUF:

ZWEIMAL IN HAMBURG



Secondhand-Profis: das Team von Secondherzog!

Wer seine gebrauchte Designer-Bekleidung verkaufen möchte, aber den Gang auf den Flohmarkt oder das langwierige Kommissionsgeschäft im üblichen Secondhand-Handel scheut, sollte schon lange die perfekte Alternative kennen: Secondhand-Direktankauf bei Secondherzog! Die Ware wird hier direkt vom Kunden angekauft, Bargeld gibt es sofort. Das Hamburger Unternehmen ist seit zehn Jahren am Markt und schon lange Deutschlands größter Designer-Secondhand-Händler. Dank der innovativen Idee, den fairen Preisen und der professionellen Abwicklung ist Secondherzog mittlerweile sogar in Bayern mit einer Ankaufsfiliale in München ansässig. Filiale Nummer drei eröffnet ab November in Poppenbüttel (Harksheider Straße 9). Angekauft werden Damen- und Herrenbekleidung (ganzjähriger Ankauf von Sommer- und Wintergarderobe), Taschen, Schuhe, Gürtel und Accessoires namhafter Designer wie Gucci oder Prada. Natürlich bietet Secondherzog auch nach wie vor den Ankauf über den Postweg an. Die Preisabsprache erfolgt in diesem Fall per Telefon oder E-Mail. Mehr Înfos auf www.secondherzog.de oder in den Filialen Eppendorf, Straßenbahnring 17, Tel.: 87 88 28 93 und Poppenbüttel, Harksheider Straße 9, Tel.: 67 95 28 04!

KIDS, LASST EURE STIEFEL FÜLLEN!

Auch in diesem Jahr schaut der Nikolaus wieder in den Haspa-Filialen in Winterhude vorbei. Bringt also an eine der folgenden vier Adressen ab dem 30. November euren Stiefel vorbei:

- Filiale im Mühlenkamp 34
- Filiale am Winterhuder Marktplatz 21 d
- Filiale in der Jarrestraße 28
- Filiale in der

Dorotheenstraße 102

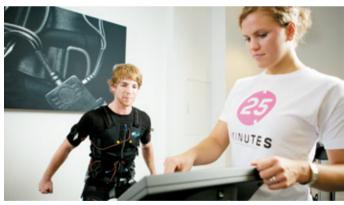
Der Nikolaus wird eure Stiefel ganz bestimmt mit tollen Überraschungen und leckeren Naschereien befüllen. Abgabeschluss ist am 4. Dezember.

Weitere Aktionen sowie Informationen rund um das Thema Finanzen erhalten Sie unter www.haspa.de.



Alle Kinder sind eingeladen, ihren Stiefel in einer Haspa-Filiale in Winterhude abzugeben, um ihn vom Nikolaus füllen zu lassen.

DIE 25-MINUTEN-FITNESS



Fit in kürzester Zeit: dank elektronischer Muskelstimulation!

Im November öffnet in Eppendorf 25MINUTES - das schnellste Fitnessstudio Deutschlands - in der Hegestraße 16 seine dritte Filiale. "Damit reagieren wir auf das sprunghaft gestiegene Interesse am EMS-Training in der Stadt", erklärt André Warkotsch, der gemeinsam mit Carsten Pachnicke Geschäftsführer und Gründer des Studios ist. EMS ist eine elektronische Muskelstimulation. "Es ermöglicht ein ganzheitliches Workout, für das man pro Einheit nur 20 Minuten benötigt. EMS ist

vielseitig einsetzbar. Es eignet sich zum Aufbau der Muskulatur, zur Körperstraffung, zum Abnehmen, zur Verbesserung der Kondition und es hilft gegen Rückenprobleme", erklärt Pachnicke. Die Wirksamkeit wurde in Studien wissenschaftlich bestätigt. Im Rahmen einer aktuellen Mitgliederbefragung bei 25MINUTES gaben über 80 Prozent der Teilnehmer an, dass sie mithilfe des EMS-Trainings ihre sportlichen Ziele erreichen konnten. Mehr Infos auf www.25minutes.de.



VERWÖHN**PROGRAMM**

Exclusive Beauty, das neue Kosmetikstudio in der Hochallee 71, bietet ab dem 12. November ein luxuriöses Verwöhnprogramm für Gesicht und Körper an – es umfasst neben Massagen und Ayurveda unter anderem auch Pediküre und Maniküre und reicht bis hin zu wunderschönen Augenwimpern aus Seide. "Wir führen hochwertige Produkte, die Hautprobleme lösen oder präventiv im Alltag wirken, damit die Haut gesund, jugendlich und attraktiv bleibt", erklärt Inhaberin Sylvia Rudolph, die auf eine langjährige Berufserfahrung in exklusiven Hotels wie das La Recidencia Mallorca zurückblickt. Und das aus gutem Grund: "Ich lege Wert auf höchste Qualität bei Behandlungen und Produkten. Daher arbeite ich mit medBeauty, Cell Premium sowie Pure Fiji zusammen", so die Inhaberin, die sich gerne viel Zeit für die persönliche Beratung ihrer Kunden nimmt und kurz vor Weihnachten einen Tipp parat hat: "Die exklusiven Produkte und Verwöhngutscheine sind problemlos über meine Webseite erhältlich." Weitere Informationen: Tel. 79 69 77 55 und www.exclusivebeauty.de.

PRAXIS**ERÖFFNUNG**



Dr. Jens Kaschuba (r.) und Praxiseröffnungsgäste: Nadine Bolbach, Managerin Taschen Verlag mit Steuerberater Hatto Fritz.

"Ich wollte kein typisches Zahnarztpraxen-Ambiente", erklärt Dr. Jens Kaschuba – Zahnarzt und Fachzahnarzt für Oralchirurgie, der nach fünfjähriger Tätigkeit an einer Schweizer Privatklinik jetzt seine "Praxis am Haynspark" in der Eppendorfer Landstraße 139a im Rahmen eines exklusiven Crémant-Empfangs feierlich eröffnet hat. Es ist ihm gelungen. Das liegt vor allem am Anstrich: Traditionell hergestellte Farben von Farrow & Ball setzen in Ein-

gangsbereich und Wartezimmer zurückhaltend-elegante Akzente. Das tun dort auch Designklassiker von Ray und Charles Eames und Thonet sowie ein weißer Verner-Panton-Stuhl für Kids. Abgerundet wird dieser gelungen praxisuntypische Look von Bildern des mit dem Inhaber befreundeten Fotografen Stanley Kroeger. Vor allem die Porträts in den beiden Behandlungszimmern geben Raum zur Interpretation! Weitere Infos gibt es unter Tel. 46 96 13 71.

MODE UND PRÄZISION BEI LÜHR-OPTIK IN EPPENDORF

Die Mode kommt, die Mode geht - was bleibt, ist Qualität! Das bedeutet bei Lühr-Optik am Eppendorfer Baum 18, Brillenfassungen werden aktuell auf den Trendmessen in Mailand, Paris und München gesichtet und geordert. "So kommt die aktuelle Brillenmode - derzeit liegen beispielsweise Brillen von Lindberg, Jacques Durand, Götti und Chloé besonders im Trend - direkt zu uns ins Geschäft und wir sind vielen Kollegen immer einen Schritt voraus", sagt Inhaber Jan-Hendrik Lühr. Dabei geht es bei ihm und seinem Team im doppelten Sinn um die Optik: schick sein und gut sehen! Das geht besser als je zuvor mit Brillengläsern von Carl Zeiss, die individuell für den einzelnen Kunden hergestellt werden. Sie sind 25-mal genauer als alles, was es bisher in der Brillenglastechnologie gegeben hat! Lühr-Optik hält diese besondere Technik für seine Kunden bereit. Mit dem Carl Zeiss i.Profiler werden Wellenfrontmessungen in wenigen Sekunden mit mehr als 1.500 Mess-

punkten vermittelt. Genauer geht es nicht! Präzision High-End! Lühr-Optik ist von der Firma Carl Zeiss als eines der wenigen Augenoptikfachgeschäfte Deutschlands als Kompetenzpartner ausgezeichnet worden! "Wir geben unseren Kunden eine Zufriedenheitsgarantie auf die neu angefertigte Brille." Weitere Informationen und persönliche Beratungstermine bei den Augenoptikermeistern Christof Delpiano und Jan-Hendrik Lühr gibt es unter Tel.: 460 29 93.



Führen die neusten Brillentrends und Top-Gläser von Carl Zeiss: die beiden Augenoptikermeister Christof Delpiano und Jan-Hendrik Lühr (r.)

Alles für die perfekte Brille: Der i.Profiler® von Zeiss misst 25-mal genauer als herkömmliche Sehtests.



AUDI GEWINNT DREI GOLDENE KLASSIK-LENKRÄDER

Gleich zwei Audi-Modelle wurden von den Lesern der Auto Bild Klassik in der Kategorie "Klassiker der Zukunft" auf den ersten Platz gewählt. Der Audi A1 gewinnt die begehrte Auszeichnung mit 6452 Stimmen im Segment der Kleinwagen & Kompakten, der Audi Q3 lässt im Segment der Geländewagen alle Konkurrenten hinter sich und kann 7440 Stimmen für sich verbuchen. Zusammen mit den Kollegen von VW Classic Parts

wird zudem die Audi Tradition für das Aufspüren eines großen Ersatzteillagers in Paraguay mit der Trophäe "Fund des Jahres" ausgezeichnet. 9963 Leser des Oldtimer-Magazins honorierten das Engagement der beiden Hersteller und bescherten Audi damit das dritte Goldene Klassik-Lenkrad. An den Wahlen zum Goldenen Klassik-Lenkrad 2012 haben insgesamt 24.906 Leser von Auto Bild Klassik teilgenommen.





100 % Audi, 0,9 % Sonderfinanzierung*.

100 % Audi mit 0,9 % Sonderfinanzierung*, danach können Sie in Hamburg und Umgebung lange suchen. Denn nur bei uns gibt es über 550 sofort verfügbare Audi Neuwagen mit dieser attraktiven Sonderfinanzierungsrate*.

*Ein Angebot der Audi Bank (Gifhorner Str. 57, 38112 Braunschweig), Zweigniederlassung der Volkswagen Bank GmbH, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für die Finanzierung nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Sonderfinanzierungsrate von effektiv 0,9 % gilt nur für die sofort verfügbaren Audi Neuwagen der Audi Hamburg GmbH und nur im Aktionszeitraum vom 18.10. bis 15.12.2012.

Über 550 sofort verfügbare Audi Neuwagen. Jetzt für 0,9% Sonderfinanzierung*.

Audi Hamburg GmbH

www.audizentrum-hamburg.de

Audi Zentrum Hamburg, Kollaustraße 41-63, 22529 Hamburg, Tel. 040/548 00-0

SKODA-NEUWAGEN JETZT BEI AUTO WICHERT



Führt seit 1.11. auch Skoda: Bernd Glathe, Geschäftsführer von Auto Wichert GmbH

Ab 1. November zählt Skoda zur Neuwagenpalette von Auto Wichert. Zurzeit wird für die zusätzliche Marke aus dem VW-Konzern der Betrieb in der Ulzburger Str. 167 in Norderstedt umgebaut. Künftig sollen dort rund 49 Mitarbeiter auf 5.000 Quadratmetern Fläche alle Fragen rund um Skoda beantworten und sich um Verkauf sowie Service kümmern.

Am Standort wird es rund 32 Ausstellungsfahrzeuge geben, 15 Werkstatt-, 5 Karosserie-Arbeitsplätze, ein Teiledienst über zwei Ebenen sowie 40 Kundenparkplätze. Auto Wichert-Geschäftsführer Bernd Glathe: "Die Modelle von Skoda ergänzen unser bisheriges Portfolio von Volkswagen und Audi sehr gut. Skoda hat sich in den letzten Jahren zu einer sehr attraktiven Marke mit toller Verarbeitungsqualität entwickelt. Und das alles bei einem sehr guten Preis-Leistungs-Verhältnis. Die Marktanteile wachsen von Jahr zu Jahr, und die Kundenzufriedenheit bei Skoda ist sehr hoch."

Zeitgleich mit der Aufnahme der Skoda-Neuwagen wechselt der Audi-Verkauf von der Ulzburger Straße in den etwa 2,5 Kilometer entfernten Auto Wichert-Hauptbetrieb im Stockflethweg. Für die Mehrzahl der Mitarbeiter ändert sich dadurch jedoch nichts, da in der Ulzburger Straße weiterhin das gesamte Servicespektrum auch für Modelle von Volkswagen und Audi angeboten wird. "Es werden die vertrauten Mitarbeiter für unsere Kunden nach wie vor zugegen sein und die Kunden in Empfang nehmen", verspricht Glathe, der mit starkem Kundeninteresse rechnet - nicht nur bei Bestsellern wie Octavia, Fabia. Roomster und Yeti, sondern auch beim neuen Skoda Rapid.





TREND: FREIRAUM

A SXIII A SXIII

Schon seit Jahren sind Küchen keine abgetrennten Kabüffchen mehr, in denen man im Halbdunkel seine Speisen zubereitet und sie bald darauf wieder verlässt. Moderne Küchen sind nicht nur Wohnraum, sie verschmelzen auch mit ihm. Die ehemals klaren Unterscheidungen sind im einundzwanzigsten Jahrhundert nicht mehr nötig. Schließlich braucht man die Küche von heute nicht in abgetrennte Räume zu verbannen: Design, Materialien und Verarbeitung sind so edel, wie man es von Wohn-Möbeln gewohnt ist.

Auch Funktionalität wird heute großgeschrieben. Doch obwohl aktuelle Küchen beeindruckendes Hightech beinhalten, wirken sie nicht protzig und übertechnisiert – ganz im Gegenteil. Bedienelemente sind geschmackvoll "versteckt" und muten modern-minimalistisch an. Frei stehende Thekenelemente erlauben Freiraum auch beim Kochen – selbstverständlich kombiniert mit großzügig bemessener Arbeitsfläche.

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.



ellerbrock die küche im stilwerk: 2011 von ZUHAUSE WOHNEN ausgezeichet mit der Aufnahme in die "Top 200 Küchenstudios" -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



Unrugsportner VSX Hamburg GebH Tel.: 050 / 6 53 33 90 Fear 050 / 8 51 51 50 serve rept de hamburg/c/zord de

Ihre Gebäudereinigung für:

Büroräume, Gastronomie, Treppenhäuser, Ladenflächen und Industrie.

Wir sind zuverlässig, flexibel und professionell. Wir würden uns sehr freuen, auch Sie als neuen Kunden bei uns begrüßen zu dürfen. Rufen Sie an!



Georg-Wilhelm-Straße 305 • 21107 Hamburg Tel.: 040 / 180 100 68 • Fax: 040 / 180 100 69

www.copacabana-clean.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





Jetzt in Hamburg-Ohlsdorf Weihnachtswünsche erfüllen!

Gönnen Sie sich zum Fest etwas ganz Besonderes und sichern Sie sich jetzt Ihre Eigentumswohnung:

- Modern. Zentral. Energieeffizient.
- in attraktiver, ruhiger Wohnanlage
- 2 4 Zi., WK-/KfW-Förderg. mögl.

INFO vor Ort: Sonntag: 14-16 Uhr Beisserstr., Ecke Kerbelweg







Unterschätz

In 17 Prozent der deutschen Haushalte versteckt er sich hinter Schränken, befällt schlecht gedämmte Raumecken oder gut sichtbar ganze Wände: **Schimmel**. Dennoch glaubt jeder neunte Deutsche irrtümlicherweise, Schimmel sei harmlos!

Unbedarft oder unwissend? 17 Prozent der Deutschen leben in einer schimmeligen Wohnung. Das belegt eine repräsentative Studie des Immobilienportals immowelt.de. Die vom Schimmel ausgehende Gefahr verkennen allerdings viele: Jeder neunte Deutsche ist der Meinung, dass sich Schimmel gar nicht oder zumindest nur leicht auf die Gesundheit auswirkt. Damit unterliegen sie allerdings einem gewaltigen Irrtum! Denn die möglichen Folgen von Schimmeleinfluss reichen von Übelkeit und Konzentrationsstörungen über Kopfschmerzen bis hin zu Asthma, Allergien und Schädigungen des Immunsystems. Da Schimmel häufig an dunklen, schwer einsehbaren Stellen gedeiht, dürfte die Dunkelziffer der von Schimmel betroffenen Haushalte allerdings deutlich über 17 Prozent liegen.

Gefahr für Kinder

Vor allem bei Kindern führt Schimmel zu einem deutlich erhöhten Risiko, langfristig an den Atemwegen zu erkranken. Und obwohl Eltern sonst oft gut über potentielle Gesundheitsrisiken informiert sind, unterschätzen auch sie die von Schimmel ausgehende Gefahr. Mindestens sieben Prozent der deutschen Kinder unter 18 Jahren leben in einem Schimmelhaushalt.



te **Gefahr!**

Bad und Schlafzimmer besonders gefährdet

Hauptursachen für Schimmelbildung in Wohnräumen sind hohe Luftfeuchtigkeit und falsches Lüften. Bei jedem zweiten Befragten tritt Schimmel am häufigsten im Badezimmer auf, wo durch Baden und Duschen hohe Luftfeuchtigkeit herrscht und oftmals nicht gelüftet werden kann. 38 Prozent gaben das Schlafzimmer als häufig von Schimmel betroffenen Raum an. Viele verzichten dort komplett aufs Heizen und begünstigen so unbewusst Schimmelbildung, denn die durch Atem und Schweiß entstehende feuchtwarme Luft kondensiert an den kalten Wänden - ein idealer Nährboden für Schimmelpilzsporen.

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

Service rund um Haus und Grund



Neutrale Beratung - auch vor Ort - bei Neubau, Kauf, Ausbau, Sanierung und Modernisierung

- Vertragsprüfung
- Bauüberwachung und Kontrolle
- Begleitung bei Übernahme und Abnahme
- Bauschadenermittlung
- Bewertung von Immobilien
- Haus- und Anlagentechnik

Ihre Mitgliedschaft lohnt sich immer!

Grundeigentümer-Verband Glockengießerwall 19 · 20095 Hamburg Telefon (040) 309 67 20 Telefax (040) 32 13 97



Grundeigentümer-Verband Hamburg

www.grundeigentuemerverband.de info@grundeigentuemerverband.de

Das ALSTER-MAGAZIN jetzt

online lesen!



Grossmann & Berger



Wir schätzen, was Sie besitzen!

Sie denken daran, Ihre Immobilie zu verkaufen? Dann sprechen Sie uns gern an. Mit langjahriger 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 Winterhude | Mühlenkamp 34, 22303 Hamburg

Hier finden Sie über 1000 ALSTER-MAGAZIN

sharepoints!

Bei diesen freundlichen Partnern erhalten Sie das ALSTER-MAGAZIN. Dort stehen die Hefte teils 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! Toll! 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: ABL-Strake 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 Textlireinigung; Nr.10 alster-arbeitg GmbH, Second Hand Shop; Nr.10 flore pleno, Floristik und Wohnambiente; Nr.10 Selami's Dönerhaus, Döner Imbiss; Nr.12 infostudio; Nr.14 Kesselhaus, Restaurant: Nr.18 Eiscafé il Gelato.

Doller Holb, Diomer Hinbiss, Nr.12 Miostudio, 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.Kümper, 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, Cafe/ Restaurant; Nr.286 SEHKRAFT Optik in Alsterdorf, Optiker; Nr.288 Roxie, Restaurant; Nr.265 Sense, Restaurant; Nr.265 Sense, Restaurant; Nr.265 Sense, Restaurant; Nr.266 Sense, Restaurant; Nr.266 Sense, Restaurant; Nr.267 Sense, Restaurant; Nr.266 Sense, Restaurant; Nr.266 Sense, Restaurant; Nr.267 Sense, Restaurant; Nr.267 Sense, Restaurant; Nr.268 Sense, Restaurant; Nr.268 Sense, Restaurant; Nr.268 Sense, Restaurant; Nr.266 Sense, Restaurant; Nr.266 Sense, Restaurant; Nr.267 Sense, Restaurant; Nr.268 Sense, Restaurant; Nr.268 Sense, Nr.278 Sense, Restaurant; Nr.278 Sense, Nr.278 Sense, Nr.278 Sense, Nr.288 Roxie, Nr.29 Sauberland, Reinigung, Nr.29 Bagon, Bäder-Accessories; Nr.31 Stahn, Euronics; Nr.35 Today, Restaurant; Nr.35 Stahn, Euronics; Nr.35 Today, Restaurant; Nr.35 Stahn, Euronics; Nr.35 Today, Restaurant; Nr.35 Stahn, Euronics; Nr.36 Roday, Nr.35 Today, Restaurant; Nr.35 Stahn, Euronics; Nr.36 Roday, Nr.35 Stahn, Euronics; Nr.36 Staberdorfer Fruchthaus; Nr.35 Stahn, H. 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 Katig, Sense, Edicilele, Nr.103 Mass-Schneiderei, Mr. 253 Jubeljahre, Mode und Croquerie; Nr.81 Katja 's Eis, Eisdiele; Nr.103 Mass-Schneiderei; Nr. 253 Jubeljahre, Mode und Accessoires; Nr.253 Alsterdorfer Hosenmatz, Accessoires; Nr.253 Alsterdorfer Hosenmatz, Kinderladen Second Hand; Nr.263 Back Paradies, Bäckerei; Nr.263 Friseursalon Mojjan, Friseur; Nr.271 Sprungfeder, Raumaustattung; Nr.277 Änderungsschreidersit, Anderungsschneiderei; 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 Ticket Shop; Kult; L'Italiana Gelateria, Eispalast GmbH; Et Hamburg, Textilhandels GmbH; Kodak Express; Elkline GmbH, Mode; E-Plus Retail GmbH, Stofftiergarten; Udo Lindenberg & More, Watentowski Galerien; Wiener Kaffeebans Julius Meinl; Se7en Oceans Hamburg; Vodafon; Steiff Kids Fashion & more GmbH; Levi's Store; Harley Davidson Fashion Hamburg; Meinecke 's Barbershop; Yin & Yang, Restaurant & Bar;

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,
Friseure; 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.157 Bizuchen-Hamburg,
Taucherartikel; Nr.167 Big Bull, Steakhouse;
Nr.169 Dat Backhus, Bäckerei; Nr.177 Schuh/
Schlüsseldienst; Nr.179 Bravo, Reinigung; Nr.181
Wein-Gesing, Weine; Nr.181 Storling, Fashion,
Second Hand Mode; Nr.185 Function, Function, Foressional Make-up; Cafe Ole, Bar u. Restaurant;
Shoes, Schuhe aus Ungarn u. Italien;
Borgweg Nr.5 Picobello, Reinigung – Schneiderei; Nr.7
Füsun Rimkus, Praxis für medizinische Fußpflege;
Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrabi; Nr.11 a
Nur Hier;

Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrabi; Nr.11 a Nur Hier:
Brandsende Nr.7 Biffar;
Brooktorkai Nr.6 Airlux Showroom;
Cäcilienstraße Nr.2 Tafelberg, Restaurant;
Colonaden Nr.18 Lunge Lauf- und Sportschuhe;
Nr.22 Weinhandlung Brodthage: Nr.36 abrahams ambiente; Nr.46 Schattschneider, Sanitätshaus;
Nr.70 HPS Porzellammalerei; 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-Bsckerei, Bäckerei; Nr.128 Blumen;
Nr.131 DerMäßschuh; Schuhe; Nr.134 Bl. Hotekey;
Nr.134 PMatzen, FS-Radio; Nr.136 ÄnderungsDienst; Nr.138 Zeitschriften; Nr.138 Tabak-Lotto,
Sh. Pourkazemi; Nr.140 Call a Pizza, Restaurant, 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 ann idstein, Deko; Nr.184 Herzkammer, Schencken+Wohnen; Nr.184 Sun Concept, Sicht + Sonnenschutz: Nr.184 Nr.1 Hier, Bäckerei; Nr.184 a Zellmanns, Weinmarkt; Nr.184 a Winterhuder Kindersalon, Kindermode; Nr.188 Fromage Francaise, Käse; Nr.188 envy fashion coffee; Nr.190 Dorotheen Eck, Restaurant; Nr.190 Thasos, Grill Imbiss; Nr.35 Pertaurantal - Spruchtatt. Portaurant - Nr.57 Block Eck, Restaurant; Nr.190 I hasos, srill Imbiss; Nr.35 Restaurante La Bruchetta, Restaurant; Nr.57 Block House, Restaurant; Nr.95 Reitenbach, hair and make-up; Nr.97 a Trattoria Rosasti, Restaurant; Nr.99 Frozen-Yoghurt Welt; Nr.109 alia, Wellness; Nr.113 Dorotheen-Apotheke, Apotheke; Nr.121 St.Johannis Apotheke; Nr.135 DMK Skin Gare Conzept, Kosmetik; Nr.159 Babette Becher, Floristik; Nr.161 lhre Reinisque; Nr. 161 Turans Fruchterke Gemise Obst Reinigung; Nr.161 Turan's Fruchtecke, Gemüse Obst

Bufett;

EKZ Nedderfeld Ernstings-Family, Kleidung; Mc
Apper; Budnikowsky; ISS-Gutl gutbürgerlich,
Restaurant; 1. Etage: 70 Sonnenklar.TV Partner,
Reissewelt 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 Marc O' Polo, Mode;
Nr. 6 L'AUTRE CHOSE by D'Or. Nr. 8 Classico
Women, Mode; Nr. 12 Meister Parfumerie 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
engelke, Pasta-Olio-Vino; Nr. 22 Maral, Restaurant
& Cafe; Nr. 22 von Allwörden, Backwaren; Nr. 24

engelke, Pasta-Olio-Vino, Nr.22 Maral, Restaurant & Cafer, Nr.22 von Allwörden, Backwarer, Nr.24 World Coffee, Restaurant, Nr.24 O2 Partner Shop; Nr.32 RiekhofGalerie, Parfümerir Eppendorf; Nr.32 Lejaby Palmers Rosurel, Wäsche; Nr.34 Pyjama Royal, Wäsche; Nr.34 Broterbe Gaues; Nr.34 mobilejoked, Nr.34 catwalk Hamburg; Nr.38 Burrateria Eva Lierhaus, Restaurant; Nr.42 Paulina expect in style, Umstandsmode; Nr.44 four; Nr.3 NIKOLAI Anotheke; Nr.5 HAGFI The Hair Company, Friseur. 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 AUST, Collezione
d'Italia; Nr.11 Quartier 11; Nr.13 Lienau hat das Zeug
Zspielen, 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;
Enpendorfe; Landstraße Nr. 2 Hassna Bank; Nr.4

Eppendorfer Landstraße Nr.2 Haspa, Bank; Nr.4 Eppendorfer Landsträße Nr.Z Haspa, Bank; Nr.4 Blumenhaus Radau, Blumen, Nr.6 Gandhi, Indisches Restaurant; Nr.8 Ionas 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 Happ Nyelesls, Schulmacherei; Nr.58 Ihr Sonnenstudio, Sonnenstudio, Nr.58 Girls Arcaesoires Nr.70 Sonnenstudio; Nr.58 Gigis, Accessoires; Nr.70 Deutsche Bank, Bank; Nr.74 Ristorante da Franco, Deutsche Bank, Bank; Nr./4 Kistorante da Franco, Restaurant, Nr.74 Immobilien Kontor, Immobilien; Nr.76 Anneli Rieck, Goldschmiede; Nr.80 Schlüsselzentrum, Schlüssel; 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: Genidze, N.3-2 ut op. Joshienienkeldung, N.3-2 nhor Straten, Juwellier, Nr.96 Tabakwaren Presse; Nr.100 Baltzac Coffee, Cafe; Nr.102 Samt & Sonders, Geschenke; Nr.112 Vernam Moden, Mode; Nr.112 Klemann Brillen, Brillen; Nr.112 a Friseur; Löhndorf, Friseur; Nr.120 Second-Hand, Second-Hand; Nr.130 Thomas Cook, Reisebüro, Nr.130 Grönich Aufpolstern & Beziehen, Holtzaufarbeitung, Nr.144 Piazza Mercato, Südl. Speziallitäten; Nr.1 JB Extusiv, 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, Kinderschuhe; Nr.21 Geers Hörakustik, 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 Ryf of Switzerland, Coiffeur; Nr.55 home & body, Geschenke, Badaccessiores etc.; Nr.61 Bar Italia, Nr.53 Kyr of Switzerland, Corffeir, Nr.55 home body, Geschenke, Badaccessiores 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;

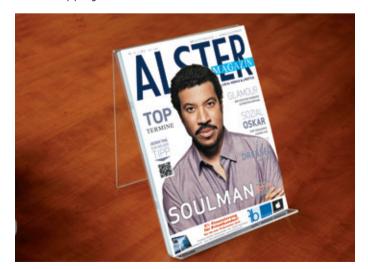
Eppendorfer Marktplatz Nr. 2 Eppendorfer Eiscafe, Eiscafé; Nr. 2 Apotheke a. d. Friedenseiche, Apotheke; Nr. 2 BoConcept Hamburg Eppendorf. Einrichtungen/Möbel; Nr. 8 Shikara, Restaurant; Nr. 5 Haspa, Bank; Eppendorfer Weg Nr. 170 Gala Atelier, Die ÄnderungsSchneiderei; Nr. 180 Fischfeinkost Egon Geißen; Nr. 210 Ristorante Come Prima; Nr. 210 sandro magris, Antipasti; Nr. 244 Gafe 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 Gantert, Konditorei; Nr. 252 RuBios, Bio & Delikatessen; Nr. 254 Büning. Creative Wohngestaltung; Nr. 256 Camoca, Stoffé & Kleider; Nr. 258 Tabak - Zeitschriften - Lotto, Rainer Lawnizak; Nr. 258 Goldrausch by MK, Gold u. Silber-Ankauf; Nr. 256 Ohrnhayat Heiderküger, Germmologir. Eppendorfer Marktplatz Nr.2 Eppendorfer Eiscafe. Lawnizak; Nr.258 Goldrausch by MK, Gold u. Silber-Ankauf; Nr.256 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 Meersachen e.K.; Nr.280 Ristorante Fezzi; Nr.189 Kosmetik Eppendorf; Nr.189 Lady Perle, Schuhgeschäft; Nr.195 Stadtteilmakler Eimsbüttel; Nr.207 Schritt für Schritt, Mode für Kinder Kinderschuhe und Mode Nr.279 ülle svond Eimsbüttel; Nr.20⁷ Schritt für Schritt, Mode für Kinder, Kinderschuhe und Mode; Nr.229 lille synd, trendige mode; Nr.235 Steinberg - the Living room, Geschenke; Nr.237 Cafe Tempo; Nr.245 Gabriele Wiese, Friseure; Nr.249 Obst - Gemüse, Eddy Caliscan; Nr.255 LD Leder Design Hamburg, Shop + Manufaktur; Nr.255 Hebammenpraxis im Kleinen General; Nr.265 Zimmerchen; Nr.269 Eiscafe Dante; Nr.271 Shape Haircutters; Nr.279 Kinderreich, Party und Spiel; Nr.281 42 Plus Second Hand, Designermode ab Gr. 42; Nr.283 Peter Judd, Modeschmuck; Nr.287 Poletto Winebar, Weinstube; Erikastraße, Nr.42 Das Hand und Fuß Team Hand Modeschmuck; Nr.28/ Poletto Winebar, Weinstub Erikastraße Nr.42 Das Hand und Fuß Feam, Hand u. Fußpflege; Nr.44 Lotto, Zeitschriften; Nr.44 Frisiersalon Zobo; Nr.48 petite princesse, Mode, Accessoires; Nr.50 Curry Queen, Imbiss; Nr.50a Hülsen Petit Fisch Bistro, Fischbistro; Nr.66 Webadoce; Pumpurstatungs Nr.70 Poinscomp Wohndecor, Raumaustattung; Nr.70 Primacrema, Feinkost; Nr.43 Bremer TV, Unterhaltungselektronik;

Feinkost, Nr.43 Bremer TV, Unterhaltungselektronik, Nr.45 Rolf Kappler Einbruchschutz, Schlüssel etc.; Nr.57 Flugbörse, Flüge; Nr.57 Änderungsschneiderei Kloska, Anderungsschneiderei Kloska, Anderungsschneiderei: Fährhausstraße Nr. 8 HPM Vermögensverwaltung; Friedr. Schütter Platz Ernst Deutsch Theater; Galleria World in Travel, Reisebüro; Bagger & Gehring, Goldschmiede; Linus, hochwertige Herrengarderobe; Gänsemarkt Passage ELB Fashino Store, Mode; Mercedeh-Shoes; Umkleidekabine, T-Shirt Druck; Gänsemarkt Parfümerie; Görtz 17; Eiscafe San Remo; Kaffee Engelchen Restaurant; Hello Kitty, Mode u. Accessoires; Block House, Restaurant; Super Cut, Friseu; Nr.59 BOBOQ, Drinks; Nr.43 Praxis Dr. Maik und Kirsten Hums;

und Kirsten Humsi:

Geibelstraße Nr.12 SantaFe,Restaurant, Cockailbar;
Gertigstraße Nr.4 Kartenhaus, Tickets; Nr.20 Smart
Sun, Sonnenstudio; Nr.24 Yellow Möbel; Nr.40 RS
- Möbel GmbH; Nr.42 Rothaus Möbel; Nr.40 RS
- Möbel GmbH; Nr.42 Rothaus Möbel; Nr.40 RS
- Möbel GmbH; Nr.12 mka. Textilien; Nr.43 Kiosk
48; Nr.58 Kokon, Fashion & More; Nr.68 Grill Shop
Winterhude; Nr.1 Jamka. Textilien; Nr.43 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 Ii Trillo, Pizzeria, Ristorante; Nr.27
Holz connection, Möbel; Nr.27 Thaysen Fashion; Nr.33
Moucla Moda; Nr.37 Pastelaria Porto, portugisische
Spezialitäten; Nr.41 Der Bioladen Winterhude; Nr.59
Bäckerei Daube; Nr.61 Mama Trattoria, Ristorante;
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., Bürobedarf;
Nr.40 Base / E-Plus Shop Uni Hamburg; Nr.44
SHALOM, Israel Bijoux u. Kunstgewerbe; Nr.80
Lavante Deli & Coffeeshop; Nr.80 text & töne,
Anu. Verkauf von Büchern, Cbs & Dvb; Nr.104 a
McPaper; Nr.106 Atlantik Apotheke; Nr.106 Eiscafe
La Veneziana: Nr.106 Schweden Ontik: Nr.110 und Kirsten Humsi; Geibelstraße Nr.12 SantaFe,Restaurant, Cockailbar;

McPaper; Nr.106 Atlantik Apotheke; Nr.106 Eiscafe La Veneziana; Nr.106 Schweden Optik; Nr.110 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 Lüchau, Zeitungen; Nr.146 Asia Lounge, Restaurant; Nr.146 Adalbert



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



Krumhorn, Glaserei/Bilder; Nr.148 Comestibles, Wein; Nr.150 Outlet King; Nr.158 Football Factory, Nr.164 everglaze, Schmuck; Nr.168 Cafe Pastelaria, Portugiesische Spezialitäten; Nr.170 Matratzen 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 B0BS FRISÖR; Nr. 188 MFO Matratzen Factory Outlet; Nr. 7 Alnatura; Nr. 17 Campus Suite; Nr. 21 Studioline Photography; Nr. 45 Haspa; Nr. 53 Haspa, Bank; Nr. 77 Andere Welten, Medienvertretung; Nr. 79 Qrito Grindel; Nr. 81 Internetacife; Nr. 83 Mi's Grillhaus; Nr. 87 ak deniz, Schnellimbiss; Nr. 87 Der Friseur, Campus Cith. Nr. 89 Co. NA MIL Noreanisches Restaurant. deniz, Schnellimbiss, Nr.87 Der Friseur, Campus Ctut, Nr.89 SO NA MU, koreanisches Restaurant; Nr.105 Reckrad, Fahrräder; Nr.117 Afro-Asia-Shop, Cosmetics & Hair, Food & Frish; 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.150 Adequages choidspoin Mr.150 Agebrausat 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; APUI HEKE, Apotheke; Nr.39 S.L.: Fahrradservice; Nr.39 Friseursalon KASKADE, Friseur; Nr.41 Japan Feinkost, Sushi-Party-Service; Nr.41 Studioline Photography; Nr.45 Tinten-Toner-Tankstation: Nr.75 Chokdee Thaimassage; Nr.83 Susanne Bielefeldt, Tabakwaren-Spirituosen-Lotto; Große Bleichen Nr.32 Privatdozent Dr. Tesch; Hallerstraße Nr.36 Dr. Jörg Brettle, Zahnarzt; Nr.78 Fdeka Nilmensrezein:

Edeka Niemerszein; Hamburger Hof Parfümerie Hamburger Hof; cappuccino-due, Cafe/Bar/Restaurant; Titan, Bags and Accessoires; Blume Hamburger Hof Blumengeschäft:

Bags and Accessiones; bitmie Hamilonger Holf,
Blumengeschäft;
Hamburger Meile EG Information; EG Schuback,
Parfümerie; EG Seytoun Feinkost; EG 21 Jensens
Landschlachterei; EG 22 Oil & Vinegar; EG 23 MIMA;
EG 28 Apollo Apotheke; EG 32 Meinscala; EG 40
Multi Express, Schuhmacherei/Schlüsseldienst; EG
43 Budnikowski; EG 44 Camel Shop; EG 45 Stichweh
Textlireningung; EG 52 Görfsäh Drink Fit; EG 62
TE Hamburg; OG 108 Vodafone; OG 116 Bäckerei
Nitt; OG 117 Dat Backhus; OG 118 Reformhaus
Engelhardt; OG 122 Eiscafeé Fiore; OG 140 Sansibar;
OG 147 Jens Koch; OG 55 Haspa; OG 85 Thalia
Bücher; OG 92 Studio Line Photography; OG 97
Starbucks; OG 99 Pan Asia;
Hanseviertel Roeckel, Handschuhe; Quartier 30,

Starbucks; 0G 9B Pan Asia; Hanseviertel Roeckel, Handschuhe; Quartier 30, exklusive Mode; Leysieffer kleiner Shop, Confiserie und Konditoreispezialtiäten; Leysieffer, Confiserie und Konditoreispezialtiäten; Restaurant les parisiennes, Restaurant; La Moda, Abendkleider; Caffee Rouge, Cafe Bistrof; Falke-Store, Strümpfe; Sansibar-Sylt, Fashion; Hamburg Buisiness Center: Fadera Passion f Wein y Snittinsen. Senisura Syk, 1980.

Center: Endeca, Passion f. Wein u. Spirituosen;
Pusteblume, exklusive Kindermode; Bang & Olufsen
in Hanseviretle; Tott & Co., Herrenschuhe; Schacht
& Westerich, Papierhaus GmbH, Eine gute Idee seit

Hartungstraße Nr.16 beautiful day, Mode & Café Hartwicusstraße Nr.6 Uhlenhorster Reisedienst, Reisebüro; Nr.6 Kosmetik u. Mode an der Alster; Hebbelstraße Nr.15 elkline GmbH; Hegestraße Nr.8 FOLKER h, Der Friseur; Nr.8 Laura

Hegestraße Nr.8 FUKER h, Der Friseur; Nr.8 Laura & Louis, Fashion Room for Kids; Nr.1.2 Restaurant Da Reme; 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 Ästheten; Nr.31 SMITH 's, Clothes for Men & Women: Nr.33 schokovida, Feinste

Heinrich-Hertz-Straße Nr.101 Blumenlader

Herderstraße Nr.2 Änderungsschneiderei Julia; Nr.2 oldankauf No.1; ermannstraße Nr.14 Altstadtblume am Alstertor;

Hermanstraße Nr.14 Altstadtblume am Alstertor; Nr.14 Werkhaus Shop Hamburg; Heubergredder Nr.34 Mode & Accessoires, Mode; Nr.34 Blumenhaus Daebler, Blumen; Nr.34 Villa Salis, Relax u. Wellness-Lounge; Nr.38 Big Easy, Bistrof, Restaurant; Nr.48 Lotto, Kiosk; Nr.52 Alsterdorfer Backhus, Bäckerei/Café; Nr.27 Mein Friseur; Friseur; Hofweg Nr.4 Edeka Sören Lade, Lebensmittel; Nr.8 Floristik am Hofweg, Blumen; Nr.12 Engel & Völkers Hamburg. Immobilien GmbH; Nr.22

Nr.B F. Füristik 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-Himmelstjerna, Zahnarzt; Nr.68 Jody-2Rad, Fahrräder; Nr.72 Zala, Indisches Restaurant; Nr.49 Loxiana, 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, Reisebürg; Nr.31 N&N Reisen; Nr.33 Stähen-Wittinger Immobilien Nr.45 Cafe Bovens 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 Prinsessan, Cafe; Nr.65 Dalivi, Stoffe; Nr.73 Boulevard Hotel; Nr.75 Nippon-Hotel; Nr.61 Edeka Niemerszein, Edeka; Nr.95 Frau Ultrafrisch, Bistro-Catering; Nr.101 Dilo-Cafe, Cafe; Hoheluftchaussee 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 Wy Way, best of sais; Nr.56 Eiscafe Toscana; Nr.56 SCHNELLREINIGUNG, Najiba Adina; Nr.56 Friseur Team Hoheluff; Friseur; Nr.56 Oberdörffers Apotheke; Nr.60 Din Hau, Nr.5b Oberdörffers Apotheke; Nr.60 Din Hau, Asiatische Spezialitäten; Nr.68 Buchhandel Frank & Steinwarder; Nr.68 nipala functional sportswear, Sportausrüstung; Nr.72 Maxi Sun; Nr.84 Statronic, Elektronic & Hift; Nr.88 Haarstudio Lauro; Nr.88 Stolle-Pralinen, Confiserie; Nr.90 Margot Randhaw Blumen; Nr.90 Copy As; Nr.92 Hoheluft Reinigung; Nr.17 Eisen + Haushaltswaren Harms; Nr. 45 Lithhaus Eriedrich Hass; Nr.85 News-4-cent Point-Nr.56 Oberdörffers Apotheke; Nr.60 Din Hau

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-Schloss-Notdienst;
Hudwalckerstraße Nr.2 Dr. Trettin, Neurologie;
Nr.16 Paolino, Ristorante Sardegna; Nr.18 Fährhaus
Apotheke; Nr.20 Kleine Freiheit, Sexdessous; Nr.24
Schiwi-Computer, Computer; Nr.28 Schmidt, Imbiss;
Nr.28 Die Pampi, Mode für Groß und Klein; Nr.30
Urban-Spa. Schönheit; Nr.11 Arbeit u. Mehr.
Abeit verscriftlung: Nr.13 Poetsturgs Ediks; Nr.13 Urban-Spa, Schonheit, Nr.11 Arbeit u. Mehr, Arbeitsvermittung, 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, Bücher; 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 Tiefenthal Bar Restaurant Restaurant

Bar Restaurant, Restaurant;

Jarrestraße Nr.26 H & B, Bäckerei; Nr.26 Kiosk
Avantti, Nr.28 Haspa; Nr.42 DUBARA, Döner; Nr.44
Rewe, Lebensmittel; Nr.55 Die Bäckerei; Nr.57 DönerQueen; Nr.42 Jarre- Apotheke; Nr.45 Budnikowski;

Jungfernstieg Nr.16 City Fresh, Gastronomie; Nr.38
Schuhhaus Prange, Nr.36 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 Caffè Gelato; Nr.49 C & M Friseur;
Nr.51 Nivea Haus; Nr.51 Optiker Bode

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

Böcker Design Optic, Optiker; Kleine Johannes Straße Nr.4 Theaterkasse;

Klosterallee Nr.80 Ise Apotheke; Klosterstern Nr.6 Evelin Brandt, Mode; Nr.3 Klosterstern Apotheke, Petra Traulsen; Nr.5 Tabakwaren-Zeitschriften, Lotto-Toto Hessamian;

Krohnskamp Nr.15 Wijnhus, Weine; Lange Reihe Nr.18 Hotel Senator; Nr.18 nahhaut, Lange Reihe Nr.18 Hotel Senator; Nr.18 nahhaut, Supermarkt; Nr.34 Balkan Magazin, Balkan-Spezialitäten; Nr.48 Everest, Geschenk-Basar; Nr.50 plateau, Hernehekleidung; Nr.54 Bücher Thiede; Nr.60 Lagerverkauf Speicherstadt; Nr.62 Casa Nostra, Restaurant; Nr.66 Hair Joy, Friseur; Nr.66 vodafone-shop; Nr.1 My Nails, Nageldesign; Nr.23 Georgie, Friseursalon; Nr.27 Lagerhaus Hamburg; Nr.47 Caffe due; Nr.47 Eiscafe Triboli; Nr.57 Morkhaue; Expirion; Nr.63 Cafe Libralus; Nr.67 Vasconski Hamburg, Nr.47 caffe due; Nr.47 Eiscafe Triboli; Nr.57 Werkhaus, Fashion; Nr.63 Cafe 'Uhrlaub; Nr.67 Vasco da Gama, Restaurant; Nr.73 Weinkauf St. Georg; Nr.83 O 'Pote, portugisische Spezialitäten; Nr.87 Mercado Iberico, spanische Lebensmittel: Nr.87 Kiosk 87, Zeitschriften; Nr.87 Alica Weitmann, Schneiderin; Nr.91 Ticketkontor, Reisebüro; Nr.91 Petra Nentwig, Kosmetiku. Fußpflege; Nr.101 Das Haarwerk, Friseur; Nr.103 Body Vital Shop, Sportlernahrung u. Eitnachsbekleidung Nr.11 Tenpur, Strütig Pennium Fitnessbekleidung; Nr.111 Tempur Studio, Premium Schlaf; Nr.113 Rahimi Beauty; Nr.117 Feinkost

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

Lattenkamp Nr.4 LOtto * 10to; Nr.8 Late Memorandum; Lehmweg Nr.28 Queen for à day, Mode; Nr.28 Cengiz Aydin, Master Hair Stylist; Nr.36 Haarkunst, Cladia Ossege; Nr.36 Sense of Beauty, Die Wellness Lounge; Nr.40 Styley our Cake, Süßigkeiten; Nr.40 Fine Antique Interiors; Nr.44 Schweinske Eppendorf; Nr.46 Galerie in Eppendorf; Nr.46 Clou, Geschenke; Nr.46 Blumenladen B.Samann; Nr.48 Zuckerpuppe, Mode; Nr.50 UMS Ute Münzer Spiess, Make up; Nr.50 die Fasserie, Wein,Essig, Öl, Whisky; Nr.56 Fleischerei Harms; Nr.58 jolie Karla-Maria Ostersetzer, Friseurmeisterin; Nr.58 Ristgrante Italiano; Nr.31 Fashion Cut, Kostümbildner Anderungsschneider; Friseurmeisterin, Nr.58 Ristorante Italiano; Nr.31 Fashion Cut, Kostümbildner Anderungsschneider; Nr.31 a Cafe Estoril 2; Nr.35 China Garten, Restaurant; Nr.35 Haner Manuel Oliveira; Nr.41 Kratzfest, Naildesign; Nr.43 Milchzahn, Baby- u. Kinderausstattung; Nr.43 Son Sara, Boutique; Nr.43 Vilmaz, Anderungschneiderei; Nr.43 Sakrafi Antikes & Feines; Nr.51 Stoffkunst Britta Grumann, Kurzwaren; Nr.55 Eppendrefr Haushaltsstübcher; Nr.55 Outfit Haare & Kosmetik; Nr.57 DER KAMIN, Kamina ohne Schorpstein. Kamine ohne Schornstein:

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

Levantehaus Flane Chocolaterie Cafe; Swatch, Uhren; Bar Levante, Restaurant; Drössel & Rademacher, Schreibwaren; Park Hyatt Hamburg, Hotel; Calvin Klein Jeans Store; Sansibar The Store Shop, Kleidung; Klein Leans Store; Sansibar The Störe Shop, Kleidu Marc O'Polo, Kleidung; Die Rösterei, Kaffee; Schuhbecks Gewürze; Princess tam.tam Boutique Hamburg; L.Etage Rischebull Österr. Restaurant; L.Etage Ais. Restaurant; L.Etage Ros. Cavaira Gourmetecke; L.Etage Fon Friseur; L.Etage Die Rösterei, Kaffee; L.Etage Sushi Factory; Lokstedter Weg Nr.1 Tessa Petzoldt, Blumen; Nr.9 Erika Apotheke, Apotheke, Apotheke, Apotheke, Löwenstraße Nr.4 Der Löwenstraße Nr.4 Der Löwenstraße, Ecke Eppend. Weg Nr.22 China Restaurant Lotusblüte:

Restaurant Lotusblüte Ludolfstraße Nr.60 BLACK ANGUS Steak House

Ludolfstraße Nr.60 Bl.ACK ANGUS Steak House, Restaurant; Nr.43 Trattoria Campo, Restaurant; Nr.53 Alma Hoppes Lustspiel Haus; Maria-Louisen-Straße Nr.92 a Edye-Kaesow, Augenarzt, Nr.100 St.Johannis Apotheke; Nr.3 Maria-Louisen Apotheke; Nr.3 Restaurant Luise; Nr.7 Fleischereir R.Schuster; Nr.13 Feinkost Kruizenga; Martinistraße Nr.4 Ristorante Tre Castague; Nr.6 Saadet 's Portog, Cafe+Schneiderei; Nr.16 Blume Eppendorf; Nr.11 Neo Cafe; Milchstraße Nr.2 Juwelier Perlen Müller; Nr.26 Milchstraße Nr.2 Juwelier Perlen Müller; Nr.26 Grundig Cauture; Nr.28 Bistorante Da Mario Pizzeria:

Michstraße Nr. 2 Juweller Perien Müller; Nr. 26 Grundig Coutree; Nr. 28 Ristorante Da Mario, Pizzeria; Nr. 1 La Scarpa, Boutique; Nr. 3 Chocolate Society; Nr. 3 Koob & Theissen Immobilien GmbH; Nr. 3 Pluto Das Restaurant in der Milchstraße; Nr. 3 OLGUN Änderungsschneiderei; Nr. 27 Suzy Wong, China Rest.; Mittelweg Nr. 18 Beauty Klinik; Nr. 20 Die 2 Friseure; 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 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 & Kindereit; Schneider; Nr.21 Änderungsschneiderei, Schneider; Nr.25a Schanzenbäckerei; Nr.31 Bistro Masur; Nr.31 Gurke, Kneipe; Nr.41a Bis Sun, Sonnenstudio; Nr.41a Hypo Bank; Nr.41 c Shemsi Shala, Friseur; Nr.125 Gebr. Bank; Nr.41 c Shemsi Shala, Friseur; Nr.125 Gebr. Jürgens, Haushaltswaren; Nr.141 WOK Haus Thi Thy, Nr.151 Gruner, Krankengymnasts 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 Mönckebergsträße Nr.81 ittala, Mode; Nr.3 MÖ-CITY-APOTHEKE; Nr.31 Jack Wolfskin Store, Sport u.

Wonkeder gertrage In January (1996). However, Sport u. Reiseausstattung: Mühlenkamp Nr.2 Harms & Schacht, Restaurant: Nr.4 Hund & Katze, Tierartikel: 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 drégate, Antipasti etc.; Nr.16 Linon, Imbiss; Nr.18 Die Suppennudel, Imbiss; Nr.18 Mü - 18 Pizza Profis; Nr.22 Optiker Vocke: Nr.34 Haspa; Nr.40 Cecest Tagesbar; Nr.42 Coffee 42: Nr.42 Fee, Textilien: Nr.44 Handwerk, Handarbeitein: Nr.48 Das blaue Pony; Nr.54 Parma, Vino; Nr.1 Portici, Restaurant; Nr.3 piu espresso bar; Nr.9 Mercearia, Restaurant; Nr.3 Die Camera, Fotoservice; Nr.13 Adam-Fve, Beauty Lounge; Nr.15 Dr.Wulf, Reformhaus; Nr.17 Fisch Böttcher, Fischgeschäft; Nr.19 Bonbao, Restaurant; Nr.22 Enjoy it, Eis; Nr.23 Alfa, Reinigung; Nr.29 Tageszeiten, Restaurant; Nr.23 Dr.C.Rosenboom, Zahnarzt; Nr.33 Orthopädie Mühlenkamp; Nr.33 Haspa; Nr.35 Butter Orthopädie Mühlenkamp; Nr.33 Haspa; Nr.35 Butter Lindner, Lebensmittel; Nr.35 Gundlach, Schuhe; Nr.37 Effenberger, Bäckerei; Nr.43 Budnikowski; Nr.45 Edeka Niemerszein; Nr.59 Jacques Weindepot; Nr.59

ETTENDER'SET, Backeret; Nr. 43 Budnikowski; Nr. 45 Edeka Niemerszein; Nr. 59 Jacques Weindepot; Nr. 59 Lunchbar TH 2; **Mundsburger Damm** Nr. 24 Esso-Station; Nr. 36 Smillah, Cafe; Nr.36 Outlethouse, Stoffe & Mehr Nr.44 Laehn, Druckertanksteller: Nr.52 Aktuell Rollo: Nr.56 HISTORIA Hamburg, Münzen; Nr.35 Randhawa, Blumen; Nr.35 Obst, Geschäft; Nr.35 Looks 4 you, Damenmode; Nr.39 Likopol polnische Lebens

Damenmode; Nr.59 Elkopol poinische 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;

Apotneke; Nur Tier, Backerei; 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 Autonaus; Nr.38 BMW, Autonaus; Nr.80 Kenault Niederlassung Hamburg, Autohaus; Nr.94 Harley Davidson, Motorräder; Nr.94 Kartbahr, Nr.98 B.O.C, Fahrräder; Nr.21 Smart, Autohaus; Nr.55 Peugeot, Autohaus; Nr.65 Toyota, Autohaus; Nr.65 Doyota, Autohaus; Nr.93 Osel Dello:

Nedderfeld/Offakamp Nr.10 BMW Niederlassung

Hamburg; **Neuer Jungfernstieg** Nr.5 Starbucks Coffee; Nr.9

Neuer Wall Nr.10 Görtz, Schuhgeschäft: Nr.10 Nespresso Boutique; Nr.18 Brahmfeld & Gutru luweliere: Nr.26 Waßmann, luweliere: Nr.32 FSCADA: Nr.36 SOER; Nr.42 Cravatterie Hamburg; Nr.42 Ewige Lampe; Nr.44 Ermenegildo 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 JOOP! Store Nr.64 ligne roset Mobel GmbH; Nr.80 JJOUP! 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 Fahner Fleck; Nr.61 Marilies Möller, Friseur; Nr.77 Walter Steiger; Nr.77 Riviéra

Oberstraße Nr.1 WeinViertel; Nr.3 Sisters, Hair-u.

Naildesign; Ohlsdorfer Straße Nr.2 Zoo, Tiergeschäft; Nr.4

Bistro;

Papenhuder Straße Nr.24 Pappenheimer, Wirtschaft;
Nr.28 Sturm, Teehandelskontor; Nr.30 NäschereiCafe; 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
Rexrodt, Restaurant; Nr.39 Konditorei Pirtsch; Nr.39,
Kimono Nuno, Japan Artikel; Nr.57 Männerträume;
Nr.67 Obst& Gemüse; Nr.67 Anderungsschneiderei;
Parkallee Nr.15 Feinkost Sarikaya;
Poslchaukamp 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.24 Bazaer Boutleue; Nr.1

Poelchaukamp; Nr.4 Clips Haare; Nr.16 KARIN MILLER Hamburg; Nr.2 Bazaar Boutique; Nr.1 Ristorante Salentino: Nr.1 TIP Reisen; Nr.3 Eiscafe am Poelchaukamp; Nr.7 Cafe Canale; Nr.7a LOOK! Schule, Karen Bühe; Nr.7 a Kanne Lifestyle; Nr.9 twice Mode GmbH; Nr.11 Obst & Gemüse Lieferservice; Nr.17 Klünder Uhrmachermeister; Nr.17 Carl-Heinz Schwartau; Nr.19 Euro-Pearls, Shop+Café; Nr.19 Oliver Hintze Immobilien GmbH; Nr.21 Blumen-Hahn; Nr.23 Trixi; Mode; Nr.23 Schmucktochter Carolin Windlow Nr. 25 Parts & Vigno Nr.25 Lackbarth fr. Winkler: Nr.25 Pasta & Vino: Nr.25 Hackbarth 's Intertex Studios

Intertex Studios;
PresstarBa Nr.1 Marienkäfer, Kindertextilien;
Preystraße Nr.1 Marienkäfer, Kindertextilien;
Rothenbaumchaussee Nr.10 Grand Elysee, Hotel;
Nr.10 Blumen Jürs im Grand Elysee; Nr.48 Brodersen
Restaurant; Nr.70 Vapiano; Nr.70 Bolero Restaurant;
Nr.70 Dat Backhus; Nr.70 first Reisebüro; Nr.70 Nr./U Dat Backnus; Nr./U first Keiseburg; Nr./U Schönheit am Rothenbaum; Nr.27 Commerzbank; Nr.49 Dat Backnus; Nr.55 Balzac Coffee; Nr.61 Mrs Sporty; Nr.63 Verdi Restaurant; Nr.75 Sweet Home, Antiquitäten; Nr.93 Micado; Nr.101 Cucina d'Elisa, Italienisches Restaurant; Nr.105 Sushi; Nr.107 Hotel am Rothenbaum; Nr.107 Zala, Restaurant; Nr.115 Puscina Platziusat, Nr.110 Massa, Nr.137 Nr.115 Puscina Platziusat, Nr.110 Nr.100 Nr.115 Puscina Platziusat, Nr.110 Nr.115 Platziusat, Nr.110 Nr.115 Platziusat, Nr.110 Nr.115 Plat Nr.115 Passione, Restaurant; Nr.119 Haspa; Nr.137 Terrassen Cafe Funk-Eck, Restaurant-Konditorei-Cafe; Nr.189 Peemüller, Raumausstattung; Nr.209

Cate; Nr.189 Peemuller, Raumausstattung; Nr.2U9 Dirk Brinkmann, Friseur; Schinkelstraße Nr.2 Köbes, Restaurant & Bar; Nr.14 Andere Reisewelten, Reisebüro; Schlankreye Nr.73 Bäckerei Allaf; Schloßstraße Nr.4 Haspa; Semperstraße Nr.18 Kiosk Forsmannstraße, Kiosk;

Nr.54 Braaker Mühle, Brot & Backwaren Sierichstraße Nr.30 Asia Wok, Asiatische Spezialitäten; Nr.30 Ergo, Versicherungen; Nr.40 Hoffrisör Zimmermann, Friseur; Nr.40 Jennys Kindermoden; Nr.42 Marco Hops, Exklusive

Damenmode; Spitalerstraße Nr.16 Deutsche Bank; Nr.1 Dat Backhus: Nr.1 Budnikowski: Nr.1 Runners Point.

Backhus; Nr. 1 Budnikowski; Nr.1 Runners Point, Warenhande! Nr.7 Lush, Hand made Cosmetics; Nr.9 VIVET, Restaurant - Bar - Cafe; Nr.9 Optik Weser; Tarpenbekstraße Nr.56 Praxis f. Krankengym. & Physiotherapie, Dietke Dörrie; Nr.62 Fahrschule Hoepfner; Uhlenhorster Weg Nr.12 Fren+Kler goldrichtig, Goldschmiede-Meisterbetrieb; Nr.22 Angelika Leiteritz, Friseur; Nr.30 Schönfeld, Gärtnerei; Wissendamp. Nr.104 Kieck Scholafe.

Wiesendamm Nr.149 Kiosk Stehcafe:

Wiesendamm Nr. 149 Kiosk Stencare; Winterhuder Forum Apotheke, Bücher&Co, Zeitschriften, Bücherhalle Winterhude; EP Sterling, Electronics; Coffee to go, Cafe; Winterhuder Marktplatz Nr. 2 Le Chic, Friseur; Nr. 2 Schuback, Parfümerie; Nr. 4 Outlet, Matratzen; Nr. 16 D.F.Wulf, Reformbaus; Nr. 16 Viral al Wurst; Nr. 16 Winterhuder Cafehaus; Nr. 18 Arabella, Restaurant; Willetinuder Carleaus, M.L.B. Arbadella, Restaurant; Nr.1 Krenzfeld's, Obstgeschäfts Nr.1 Sunpoint, Sonnenstudio; Nr.1 BARISTA, Asia - Quick-Restaurant; Nr.21 Nur Hier, Bäckerei; Nr.21 d Haspa, Bank, Winterhuder Weg Nr.40 XILOG DE, Ihr Partner für PC et Mac; Nr.76 Praxis Physiosportiv; Nr.78 Surimex, Spezialitäten aus aller Welt; Nr.78 Nokia Store & Nokia Care Point; Nr.86 Movie Star, Video Center; Nr.88 Scharlau Copy-Center für Profis; Nr.114 Kumpirhaus, Café Bistro; Nr.116 Haspa; Nr.120 Ali Demiroglu, Kiosk; Nr.120 Schinkenkate Uhlenhorst, Party-Service; Nr.122 Sculp Cut, Friseur; Nr. 122 wax art, natural brazilian waxing; Nr.142 Krabax, Kunstschule für Kinder; Nr.142 hüftgold Cafe Ristro: Nr 144 Hasna: Nr 146 Amaranto Tapas & Vino; Nr.19 La Pasta Da Vino, Ristorante Italiano; Nr.57 Fruchthaus Bescherer, Obst- u. Gemüse-Service; Nr.65 Zigarren Bel Etage; Nr.65 Ulf Friedrich Schneidermeister, Maßanfertigung; Nr.65 Schnittpunkt, Damen u. Herrenfriseur; Nr.65 Matratzen Concord; Nr.65 Backhaus Winterhude;

Fußpflegestudio in Winterhude sucht eine staatlich anerkannte und geprüfte Fußpfleger/in auf 400,-€ Basis. Kontaktaufnahme bitte per E-Mail an: danaboettcher@prettyfeetspa.de

auf Maß Regal, Schrank, Bett, Tisch Schiebetir, Heizbirgerverkleidung nung > 2500 Muste 040/81996535 bettinanohe.de Ludolfstr. 39 • U Kellingh.str.

Schöner Raum in psychologischer Praxis zu vermieten.

ldyllisch gelegen in HH-Uhlenhorst, nahe Außenalster. Tageweise oder auch durchgehend. Tel.: 040/234 985 36

Berufskraftfahrer mit abgeschlossener Ausbildung, männl. 24 J., sucht Job als Fahrer im Nahverkehr oder im Schichtdienst. Führerschein-Klasse CE, ADR- und Staplerschein sowie HH-Hafen-Kenntnisse sind vorhanden. Tel.: 0151-20 45 14 67

!! KUNDE PLEITE !!

NAGELNEUE FERTIGGARAGEN zu absoluten Schleuderpreisen (Einzel- ode Doppelbox). Wer will eine oder mehrere? Info: MC-Garagen

Tel. 0800 - 77 11 77 3 gebührenfrei (24 h)

Klavier der Marke Rippen zu verkaufen. Es ist aus I. Hand und mit Liebe gepflegt. 2000 Euro VB. Tel.: 0170 / 310 60 08

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

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

Für unser liebes sauberes Katerchen suchen wir eine tierliebe Frau, die ihn Bezahlung zu sich nimmt. **Tel.:** gegen Beza **611 30 620**

IMPRESSU

Verlagszentrale:

Mo.- Fr.: 9.00 bis 13.00 Uhr

Buchhaltung:

Mo.- Fr.: 8.00 bis 12.00 Uhr

Redaktion:

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

Verteilung/Vertrieb

F-Mail

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

Media-Berater/innen, Direktwahl:

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

Brandes (AEZ, Fuhlsbüttel, Hummelsbüttel), Tel. 538 930-50; Anzeigenleitung: Marc Brando, (Hamburg, Eppendorf Uhlenhorst Automobile)Tel.538930-63 Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538 930-0; Annegret Linke (Winterhude), Tel. 538 930-67; Sabine Merbach (AEZ), Tel 538930-17 Sabine Meyerrose (Sasel), Tel. 538 930-52; Simone Niklaus (Wellingsbüttel, Duvenstedt und Lemsahl-Mellingstedt), Tel. 538930-14; Andreas Rohloff (Autohäuser), Tel. 538 930-51; Barbara Suhr (Makler), Tel. 538930-54; Helmuth Wegner (Volksdorf, Hamburg, Hamburger Meile), Tel. 538930-56; Inga Neubauer(Pöseldorf, Mittelweg, Harvestehude, Rotherbaum), Tel. 538 930-53

Internet:

www.alster-net.de www.alstertv.de www.alster-talk.de www.talkhamburg.de www.hamburger-herbst empfang.de

Fax: 040/53893011



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, Jonas Sachtleber, Katharina Siegel Korrektorat: Regina Ahrens | Produktion/Anz.-Disponentin: Birgit Schümann, Carmen Garrot Buchhaltung: Carmen Garrot | Chefgrafikerin: Stefanie Oldhaver | Grafik: Juliane Duczmal, Annerieke

Kaack, René Kriese, David Nagel, Tobias Nowatzky, Luka Plepp, Alina Sophie Schulz | Titelgestaltung: Stefanie Oldhaver | EDV- und DTP-Beratung: IT-Service Thilo Noack | Druck: Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 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. 48/49.

Schöne Ferienwohnungen

Sylt ist bei jedem Wetter schön... ietzt aktuelle Winterpreise -Appartement-Brünig Inh. Bärbel Lundershausen Gut ausgestattete Appartements: 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-svlt.de



Rügen/Binz

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

Praktikum / Ausbildung

Junges Unternehmen in Norderstedt bietet Praktikum (mit Vergütung) und anschließendem Übergang zur Ausbildung zur Kauffrau/-mann für Bürokommunikation (ab 1.8.2013). Realschulabschluss, sehr gute Englischkenntnisse sowie ein freundliches Auftreten werden gewünscht.

Bewerbung bitte per E-Mail an: s.bergerhausen@mice-access.com

Ihre Kleinanzeigen können Sie uns per E-Mail schicken: c.luscher@alster-net.de oder per Post an Magazin Verlag Hamburg, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg

Hinweis: Da wir private Kleinanzeigen als kostenlosen Service anbieten, können aufgrund der Vielzahl der Eingänge leider nicht alle Anzeigen berücksichtigt werden.

NIR SUCHEN Das mobile Internet ist der stärkste Wachstums- und Zukunftsmarkt. Hier spielt die Musik und in genau diesem Marktsegment bieten

Media-Sales-Manager

wir Ihnen eine Aufgabe.

Für die Metropolregion Hamburg suchen





in für den Bereich Sales. Kommen Sie in unser Team. Im Schwerpunkt steht der Vertrieb von mobilen Websites in Verbindung mit

dem QR-Code plus (unten testen). Sind Sie neugierig auf neue Märkte, engagiert, kundenorientiert und leistungsbereit? Dann senden Sie Ihre Bewerbung an: Wolfgang E. Buss, Magazin Verlag Hamburg Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg.

Magazin Verlag Hamburg Gmbh | Barkhausenweg 11 | 22339 Hamburg | Telefon 538 9 30-0 | www.alster-net.de | E-Mail: W.Buss@alster-net.de



Bringen Sie Ihr Unternehmen in Sicherheit.

Inhabergeführter IT- Dienstleister mit hanseatischen Grundprinzipien, hochspezialisiert im Bereich Sicherheit.

Außerdem: Serverwartung | Pflege von Arbeitsstationen | Externe Datensicherung | Beseitigen von Sicherheitslücken | 24 Std. Service





WARM-UP

FÜR NUR 80 € AUFNAHMEGEBÜHR

Nur noch bis 30.11.2012

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

