

SERVICETEIL:
Modetrends
Alster med - Wintergärten
Immobilien - Steuer- & Rechtsfragen

ALSTER Magazin

Für Eppendorf, Harvestehude,
Pöseldorf, Rotherbaum,
Winterhude, Uhlenhorst, Alsterdorf

Exklusiv im
Alster-Magazin:



Echt bissig

Hellmuth Karasek über
seine neuen Glossen

Heiße Tipps

Das geht
an der Alster!

Online lesen

Alster-Magazin
auf dem iPad!

George Clooney:

Museumsreif

Warum schon zu Lebzeiten? Das erklärt Ingo Taubhorn
aus St. Georg – Kurator von „Traummänner“ in den Deichtorhallen.

Foto: Martin Scheweller



SUCHEN SIE EINE NEUE ZINSHAUS- ODER WEG-VERWALTUNG?

Dann sprechen Sie uns doch einfach mal an! Wir bieten kompetente und persönliche Betreuung für Ihre Immobilie.

Ihr freundlicher Makler und Verwalter
BAUMGARTEN IMMOBILIEN

Straßenbahning 17
20251 Hamburg • Tel.: 696 64 93-0
E-Mail: service@baumgarten-immobilien-hh.de

Mit einem weißen **Lächeln** in den Frühling !

Die Zahnarztpraxis am **Rothenbaum**



Professionelles Bleaching

Wirkungsvolle Methode durch UV-Verstärkung und Zahnfleischschutz. Kunststoff- und Keramikrestorationen auf höchstem Niveau.



Janis Johannsen: Bleaching-Beauftragte

Unser Leistungsspektrum

Bioästhetische Zahnmedizin (Spezialisierung) Faszinierende Ästhetik durch Funktion.
•• **Implantantologie (Spezialisierung), Planung, Chirurgie und Prothetik** Ein Leben ohne herausnehmbaren Zahnersatz •• **Metallfreie Restauration, ganzheitliche Zahnmedizin** Kronen, Inlays, Veneers, Hybridteile und Matrixtechnik auf höchstem Niveau. (Preziodent GmbH, zertifiziertes Labor) •• **Endodontie/Wurzelbehandlung (Spezialisierung)** Die Zahnerhaltung hat in unserer Praxis höchste Priorität. •• **Parodontalbehandlung, Knochenaufbau, Mikrochirurgie** Die Gesunderhaltung des Zahnhalteapparates als Fundament ist Voraussetzung für jede Behandlung. •• **Anästhesie, Behandlung in Schlafnarkose** Sie schlafen entspannt ein und wenn Sie aufwachen, ist alles vorbei. •• **Prophylaxe, Recall, Bleaching** Professionell gereinigte Zähne werden nicht krank. Das Recall-System sorgt auf Wunsch für regelmäßige Kontrollen und Optimierungen. •• **Teamwork in einem Netzwerk von Spezialisten und Heilpraktikern** Der Patient steht im Mittelpunkt •• **Langzeitgarantie** Bitte fragen Sie uns!

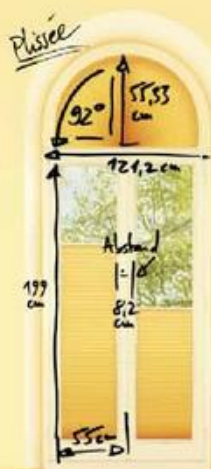


Rothenbaumchaussee 5 •• 20148 Hamburg
Telefon: 040 - 41 91 77 88
Fax: 040 - 46 96 68 80
E-Mail: mail@dr-krug.de •• www.dr-krug.de

Maßarbeit wie ich sie will: **Preiswert & passend.**

Über 35x in Deutschland
und 3x in Hamburg!

Mehr Infos unter:
www.jaloucity.de



5 Jahre Garantie

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

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

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

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

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

JALOU CITY

www.jaloucity.de

Glücks-Kekse

VON WOLFGANG E. BUSS



Sind Sie glücklich? Zu jeder Zeit? Etwa nicht?

Dann müssen Sie mehr Bücher lesen. Glücksbücher! Etwa von unserem Heino für Besserwisser, Herrn von Hirschhausen. Er will Glück in Ihr Leben bringen. Oder ist es eher eine Last, mit dem Druck leben zu müssen, immer glücklich sein zu müssen?

Ich werde zwischenzeitlich aggressiv, wenn mich die Smileys an meinen Badezimmerspiegel nach sechs Monaten immer noch angrinsen und denke: Mist! Heute Morgen ist es wieder trübdunkel, kalt, ungemütlich und natürlich bist du wieder nicht glücklich. So reagieren immer mehr Opfer der Verheißungsbranche. Denn: Ihnen wird Glück verkauft wie Urlaubsangebote von LIDL.

Glück kann man lernen, Wer nicht glücklich ist, ist selber schuld. So der zynische Grundtenor aller Glücks-Autoren. Und wir neigen dazu, ihnen zu glauben. Die dummen Kalendersprüche wie: Jeder ist seines Glückes Schmied verschärfen den Glücksstress.

Unser gesellschaftlicher Real-Alltag spricht nämlich eine deutlich andere Sprache. Würden die Glücksversprechen auch nur etwas halten, müssten wir das glücklichste Volk der Welt sein – sind wir aber nicht. Im Gegenteil: Wir sind unglücklicher geworden. Noch nie meldeten die Krankenkassen einen derart hohen Krankenstand wegen psychischer Beschwerden. Jede zehnte Krankenschreibung geht auf psychische Diagnosen zurück! Der SPIEGEL bezeichnete uns vor einigen Ausgaben als Volk der Erschöpften. Die Welt im 21. Jahrhundert sei schnell, anstrengend, unberechenbar und führe bei Millionen Deutschen zum Burn-out.

Und noch nie erschienen so viele Glücksratgeber. Glücklich sind vermeintlich nur die, die mit dem Glücksverkauf Geschäfte machen. Der eine grinst mit Kleeblatt vom Buchtitel, der andere grinst höhnisch neben einem Schwein liegend, während sich seine Leser krankschreiben lassen müssen.

Der Glücksdruck der Smiley-Terroristen bringt weiteres Unglück über die Menschen. Haben wir früher irgendeinen dämlich-blöden miesgelaunten Arbeitstag einfach weggesteckt, abgehakt, machen ihn die Glückspriester nun zum Problem: Jeder Tag ist einmalig, auch dieser. Der Tag, den Du nicht genießt, ist verschenkt! Kaufe Dir ein weiteres Glücks-Buch, Folge zwei! Und lächle!

„Sie scheint eher paradox zu sein, die Sache mit dem Glück“, schreibt der Philosoph Wilhelm Schmid. Denn es gehöre auch das Unglück zum Glück. Wie bitte? Ein gelungenes Leben bestehe eben nicht nur aus positiven Glücksmomenten. Es geht auch darum, die Prüfungen und leidvollen Erfahrungen im Leben zu akzeptieren und als Entwicklungschancen zu begreifen. Zu unserem Glück gehören auch Enttäuschungen, Misserfolge und Verlustserfahrungen.

Die Amerikanerin Barbara Ehrenreich hat ein Buch vorgelegt, dessen Titel von Smileys nur so strotzt. Es heißt ausgerechnet: Smile or Die (lächle oder stirb). Auf 235 Seiten nimmt sie die boomende Bewusstseinsindustrie unter die Lupe, die in der westlichen Welt Milliarden verdient. Denn nicht nur Bücher werden verkauft, sondern in Tausenden von Seminaren, Symposien, Workshops bringen Geschäftemacher ihre Weisheiten unter die Frustrierten.

Wissenschaftlich weht ihnen inzwischen scharfer Wind ins Gesicht.

Da haben wir es im chinesischen Restaurant besser: Dort gibt es kleine Glückskekse zum Nachtisch die sind kostenlos und auf dem kleinen Zettelchen steht dann vielleicht noch: Das Vergleichen von Glück ist das Ende des Glücks und der Anfang der Unzufriedenheit.

HAMBURGER
COACHING CONTOR



Norbert Hübner

Lösungen finden –
Ziele erreichen

- Individual- und Teamcoaching
- Karriereberatung – Reiss Profile
- Auftragsbezogene Trainings



Susanne Jeß

Tel.: 040/415 37 10 - 0 • Tesdorpfstr. 11 • 20148 Hamburg-Rotherbaum
info@hacoco.de • www.hamburger-coachingcontor.de



Exklusive Leuchten

Antiklampen und Schirmanfertigung

Stilleuchten Götzl

Inh. S. Menk

in 22145 Hamburg-Rahlstedt • Fasanenweg 2

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

LuxusGut

Designermode Secondhand

Highlights von CHANEL bis Armani

Große Auswahl in 42...

Anette Kellner • Grindelberg 86/Ecke Oberstrasse • 20144 Hamburg
040 - 636 563 08

Dienstag, Mittwoch u. Freitag 12-18 h

**CHANEL • LOUIS VUITTON • GUCCI
BALENCIAGA • HERMÈS • PRADA**

GERNE NEHMEN WIR IHRE
LUXUS-TASCHE/ACCESSOIRES
ZUM VERKAUF AN.

Couture & cheap  AM MARRIOTT HOTEL

ABC-STRASSE 52 • TEL. 350 165 88

www.couture-hamburg.com

LOVE IT  GET IT  NEU  LOVE IT  GET IT  NEU  LOVE

miss seconda

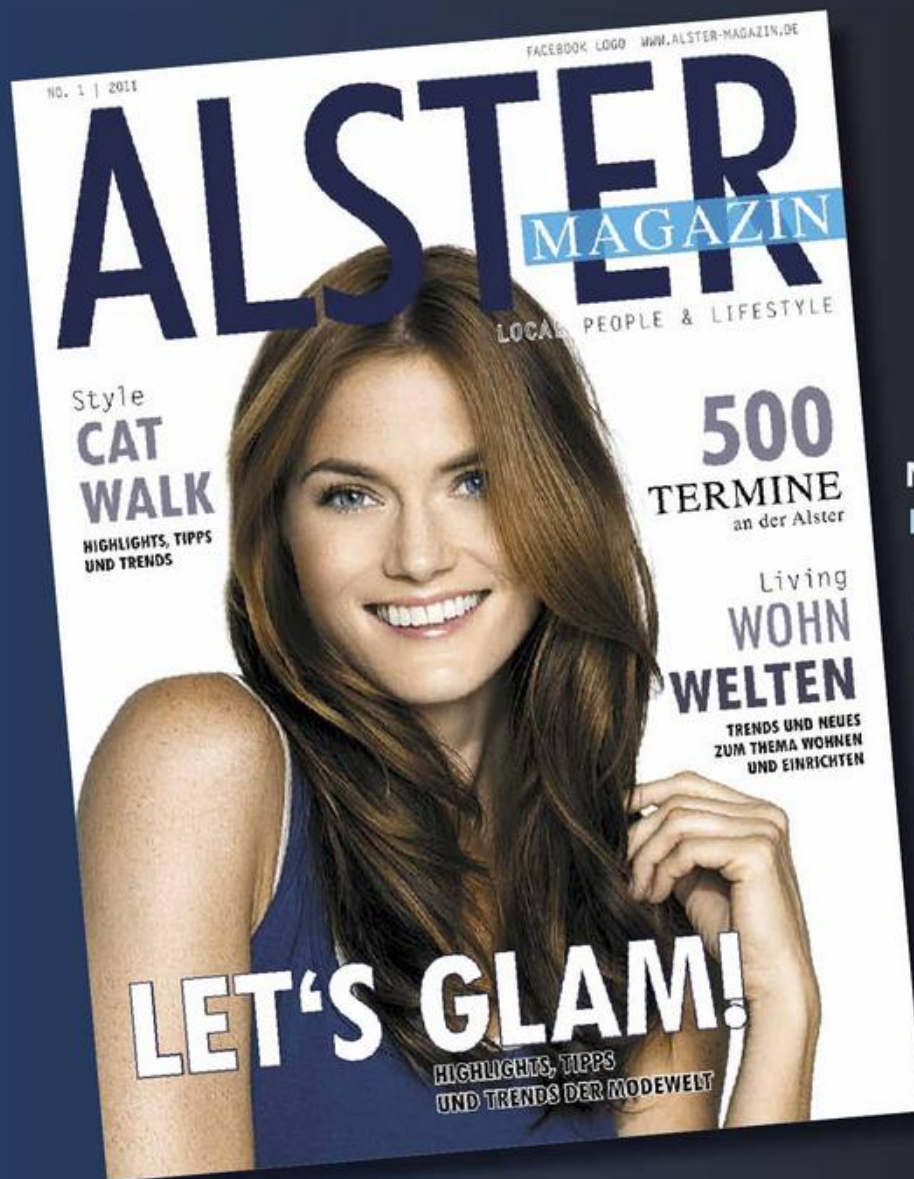
Wenn Second Hand First Class sein soll,
Designer-Mode zu Top-Preisen!

Öffnungszeiten: Mo-Fr. 11-18 Uhr, Sa. 10-13 Uhr
Oberstr. 1, 20144 Hamburg, Tel.: 4227935

auch
Barankauf

local people & lifestyle

Ab April gibt's das neue ALSTER!



Noch mehr
Lebensart.

Noch mehr
Alsterdorf, Eppendorf,
Harvestehude, Pöseldorf,
Rotherbaum,
Uhlenhorst, Winterhude.

Noch mehr
Wohnen und Leben.

Noch mehr
local people & lifestyle.

Ihre Berater für Anzeigen im neuen ALSTER-Magazin:



Michael Wiele, Anzeigenleitung,
berät in Uhlenhorst, Pöseldorf,
Harvestehude und Rotherbaum
Tel.: 040 538 930 53
Mobil: 0151 15 32 81 53
m.wiele@alster-net.de



Björn Beutler, Mediaberatung,
berät in Eppendorf, Volksdorf
und Autohäuser
Tel.: 040 538 930 63
Mobil: 0170 583 90 49
b.beutler@alster-net.de



Annegret Linke, Mediaberatung,
berät in Winterhude
Tel.: 040 538 930 67
Mobil: 0172 903 74 40
a.linke@alster-net.de



Barbara Suhr, Mediaberatung,
berät die Immobilienwirtschaft
Tel.: 040 538 930 54
Mobil: 0172 923 36 82
b.suhr@alster-net.de

Werden Sie Share-Point-Partner vom neuen ALSTER.

Halten auch Sie das neue ALSTER-MAGAZIN für die Hamburger Leser bereit. Wir bieten Ihnen schicke Aufsteller und Displays. Fragen Sie Ihren Mediaberater nach Details.



Sandra Schmelter-Haun
Vertriebsleiterin,
berät und koordiniert das neue
Share-Point-Partner-System
vertrieb@alster-net.de



Besuchen Sie uns auch auf facebook.



Ingo Taubhorn, Kurator der Ausstellung traumänner, verrät, warum es sich lohnt, rund 100 Fotos in den Deichtorhallen anzuschauen.

Foto: Peggy Sirota



Magazin

- 3 Kolumne
- 6 Der Kurator Ingo Taubhorn aus St. Georg erklärt, was einen Mann zum Traummann macht
- 9 Das geht an der Alster: Termitipps
- 10 Musiktipp: Live in Hamburg
- 12 Winterhuder Johannes Polgar wird Sportler des Jahres
- 13 Achill und Aaron Moser berichten über 1.500 km Fußmarsch
- 14 Das Alster-Magazin per iPad
- 15 Musik und Computerwelten im Planetarium
- 22 Glossenkönig: Der Harvesterhuder Autor Hellmuth Karasek hat wieder zugebissen
- 50 Fotos: Partys und Events der Stadt

Eppendorf

- 16 Kunterbunte Meldungen aus dem Stadtteil
- 18 Prominent besetztes Kabarettfestival bei Alma Hoppe

Winterhude

- 20 Im Winterhuder Fährhaus wird gemobbt bis die Wände wackeln

MAG

- 25 Kolumne
- 27 Vier modische Farbhits
- 28 Umfrage: Was gibt mir der Frühling
- 29 Newsletter
- 30 Beauty-Tipp: Mit schönem Teint in den Frühling

Pöseldorf

- 32 Das Alster-Magazin zeigt Wissenswertes über Pöseldorf
- 33 Venedig in der Musikhochschule

Service

- 31 Modetrends
- 34 Alster med
- 36 Gesundheitsratgeber
- 38 Neues aus der Geschäftswelt
- 40 Senioren
- 41 Recht und Steuern
- 42 Wintergärten
- 44 Immobilien
- 49 Kleinanzeigen/Impressum

Designermode gesucht!

Direkter Ankauf - Barzahlung sofort

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

Jil Sander • Boss • Escada etc.!

Wir holen auch ab!

Second Herzog

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



Gleittüren Schränke

In jeder Abmessung und Oberfläche direkt vom Hersteller

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



www.tobacco-more.de

Tobacco & More

SHOPPING-CENTER
hamburger meile

Davidoff

Habanos Specialist

Ihr Pfeifen - Zigarren Fachgeschäft

Wir sind umgezogen!

Internistische Praxis Fontenay

Wir bieten neben der internistischen Betreuung, Gesundheits-Checks, Herz-Kreislauf- und Sport-Leistungs-Tests, Herzinfarkt- und Schlaganfallvorsorge

Dr. med. Fritz Ducho
Dr. med. Monika Kohlhage-Traub
Ärzte für Innere Medizin | Kardiologie | Schlafmedizin

Fontenay 1d | 20354 Hamburg
Tel.: 413 30 76 30 | Fax: 413 30 76 40
praxis@internistenfontenay.de
www.internistenfontenay.de

Jetzt entdecken:

www.alstermagazin.de

Tom Cruise ist zwar nicht der Größte, überzeugt aber mit actionreichen Schauspielleistungen.



Foto: Tony Duran



George Clooney ist nicht nur ein guter Schauspieler, sondern wurde 2007 zum zweiten Mal zum Sexiest Man Alive gekrönt!

Foto: Martin Schoeller

Traum en masse? männer

Ingo Taubhorn, Kurator der Ausstellung „traummänner“:
„Die Vielfalt der Männer ist klasse!“



Die aktuelle Ausstellung der Deichtorhallen „traummänner“ wird von März bis Mai bestimmt viele Frauen anziehen. Ob sie dort ihren Traummann auf einer der rund 100 Fotografien erkennen können, erklärt der Kurator Ingo Taubhorn aus St. Georg.

Auf dem Weg zu den Deichtorhallen schwirrt nur eine Frage in meinem Kopf herum: Wie definiert man Traummann? Vollkommen davon überzeugt, dass mir Ausstellungskurator Ingo Taubhorn darauf die passende Antwort gibt, lehne ich mich entspannt in meinen Autositz zurück. In seinem Büro in den

Deichtorhallen angekommen, geht es aber leider erst einmal nicht um solch essenzielle Fragen, sondern um die Entstehungsgeschichte der Ausstellung: „Sie ist eine Fortsetzung von ‚traumfrauen‘ aus dem Jahr 2008“, so der Kurator aus St. Georg. Idee und Konzept für beide Shows stammen von der freischaffenden

Kuratorin Nadine Barth. Grund war, dass sich in den letzten Jahren das Bild von Frau und Mann in der Gesellschaft grundlegend geändert hat. Vor allem bei den Männern – vom Adonis mit Waschbrettbauch über den metrosexuellen Mann bis hin zum selbstbewussten, dynamischen Erfolgstypen, dessen Entscheidungen

dennoch von Leidenschaft motiviert sind. „Wer wüsste das besser als die Top-Mode-Fotografen der Welt. Schließlich haben sie an dieser Evolution maßgeblich mitgestaltet“, so Ingo Taubhorn. Deswegen haben er und Nadine Barth die besten 50 ausgewählt und sie gebeten, aus ihrem

Fortsetzung auf Seite 8



Bankkompetenz für Wandsbeks Mittelstand

Interview mit Carsten Hopf, Leiter des Firmenkunden-Centers Wandsbek, über das Leistungsspektrum der Haspa im Firmenkundengeschäft.

Wo liegen die besonderen Stärken der Haspa im Firmenkundengeschäft?

Carsten Hopf: Wir kennen die Region und deren Unternehmen wie keine andere Bank. Dabei verbinden wir die Nähe und Verlässlichkeit eines regionalen Kreditinstitutes mit dem Leistungsspektrum einer Großbank. In der Praxis wissen wir, was auf dem „Dorfplatz“ geredet wird und haben zugleich Zugriff auf die Kompetenzzentren der Haspa und deren Spezialisten. Diese Verbindung von Bodenständigkeit und Leistungsspektrum ist einzigartig.

Wie unterstützt die Haspa kleinere und mittlere Betriebe?

Eine Stärke ist die unmittelbare räumliche und persönliche Präsenz unserer Betreuer in den Stadtteilen, Bezirken und Umlandgemeinden, mit kurzen Wegen für die Kunden, aber auch kurzen Wegen bei Kreditentscheidungen. Gleichzeitig eröffnen wir kleineren Unternehmen den Zu-

gang zu Kapitalquellen, die sonst nur großen zur Verfügung stehen.

Gibt es besondere Maßnahmen für Existenzgründer?

Eine ganze Menge. Ein spezialisiertes StartUp-Center berät jeden Gründer individuell und sorgt für optimale Finanzierungen einschließlich aller verfügbaren Hilfestellungen wie öffentliche Fördermittel, Bürgschaften, Zuschüsse oder zinssubventionierte Darlehen. Auch ein Experte für Nachfolgefinauzierungen steht hier bereit.

Die Haspa fiel im Mittelstandsbankentest mit guter Expertise beim Auslandsgeschäft auf. Wie behauptet sich die Haspa als regionales Institut gegenüber Banken, die über Auslandsniederlassungen verfügen?

Im vergangenen Jahr wickelten wir für unsere Kunden 500.000 Auslandszahlungen und 20.000 Devisenhandelsgeschäfte ab. Wir verfügen über ein Netz von 1500

Korrespondenzbanken und können über das „S-CountryDesk“ der Sparkassen-Gruppe weitere Unterstützungsleistungen vor Ort anbieten.

Welche Angebots- und Servicebereiche wollen Sie künftig noch weiter ausbauen?

Wir bauen unsere Spezialkompetenz in den Wachstumsbranchen der Stadt beispielsweise Hafengewirtschaft, Logistik und Außenhandel aus und stärken unser Corporate Finance-Angebot mit Fokus auf Unternehmensübernahmen und Nachfolgefinauzierungen. Auch das Auslandsgeschäft und die betriebliche Altersvorsorge wird an Gewicht gewinnen.



Firmenkunden-Center
Wandsbek

Carsten Hopf
Schloßstraße 6
22041 Hamburg
Telefon 040/ 35 79 18 50

Haspa
Hamburger Sparkasse



Das Idealbild des Mannes hat sich in den letzten Jahren gewandelt – „traummänner“ zeigt den aktuellen Zeitgeist!

Foto: Peggy Sirota

Traumänner en masse?

Fortsetzung von Seite 6

Portfolio der vergangenen Jahre die schönsten Männer herauszusuchen. Rund 100 Fotos haben es in die Ausstellung geschafft. Sie zeigen den aktuellen Zeitgeist! Männer aus verschiedenen Blickwinkeln – stark, schwach, sexy – moderne Männer, die mehr als die gesellschaftliche Idealvorstellung spiegeln, die etwas von der Substanz ihres Wesens aufscheinen lassen. „George Clooney und andere Prominente wie Brad Pitt oder Tom Cruise sind nicht nur wegen ihres Aussehens museumsreif, sondern auch wegen ihrer Vorbildfunktion. Für viele Personen verkörpern sie das menschliche Idealbild.“ So richtig geholfen hat mir Ingo Taubhorn nicht, dennoch ist es beruhigend, dass es keine Formel für den perfekten Mann gibt. Jeder darf sein passendes Gegenstück selber definieren und finden. „Wenn Sie mich fragen, ob ich einen Mann in der Ausstellung als Traummann bezeichnen würde, so müsste ich dies verneinen“, sagt Ingo Taubhorn

schmunzelnd und erklärt mir, dass er in seiner nun 28-jährigen Beziehung genau seinen Traummann gefunden habe: „Ob ein Mensch wirklich den Traumvorstellungen entspricht, hängt meist nicht davon ab, wie groß seine Nase oder wie hoch die Stirn ist. Man fühlt es, ob man mit der Person gerne zusammen ist und ob man gleiche Interessen hat. Denn nicht nur das Aussehen macht schön, sondern vor allem auch der Charakter – den erkennt man auf unseren Fotos leider nicht!“

Mariëlle Rösler

Ausstellung traummänner:

Vom 11. März bis 22. Mai können Sie die Ausstellung von rund 100 Fotografien der 50 ausgewählten Fotografen in den Deichtorhallen, Deichtorstraße 1-2, bewundern. Eintrittspreis: 9 Euro / ermäßigt 6 Euro.

Home & Garden

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

mehrere
Container
neu eingetroffen
Plesige Auswahl
an asiatischem
Möbeln

LOTUS

jetzt bei Home & Garden



Stuhl
99 €

Termine an der Alster

11. März

Unter dem Motto „**Hamburg kulinarisch**“ laden **43 Hamburger Top-Gastronomen** noch bis zum 3. April zu Menüs, die die Kochkunst des Hauses widerspiegeln. Die Menüs kosten zwischen 20 Euro und 59 Euro. Alle teilnehmenden Restaurants und ihre Menüs gibt es unter: www.hamburg-kulinarisch.de.

18. März

Im **Goldbekhaus**, Moorfuhrweg 9, präsentieren die **Luftmenschen** um **20.30 Uhr** ihr neues Album. Mehr als neunzig Minuten filmreife Klänge von Jazz über Klassik bis hin zum Tango. Eintritt ab 12 Euro. Mehr Infos unter **Tel.: 27 87 02** oder auf www.goldbekhaus.de.

23. März

Auf **Kampnagel**, Jarrestraße 20, feiert um **20 Uhr** die HipHop-Tanzshow **H3** Premiere. Choreografiert wurde das Stück von Bruno Beltrão,

zu dessen Bewegungsvokabular schnelle Dynamik-Wechsel, hohe Sprünge, Kicks und Drehungen gehören. Karten ab 17 Euro. Infos unter **Tel.: 40 270 949 0** oder auf www.kampnagel.de.

Die **Komödie Winterhuder Fährhaus**, Hudtwalckerstraße 13, zeigt um **19.30 Uhr** die Premiere des Stückes „**Die Nervensäge**“. Berufskiller Ralph soll einen Kronzeugen liquidieren, bis ihm ein Selbstmörder in die Quere kommt ... Karten ab 9 Euro. Infos unter **Tel.: 480 680 80** oder auf www.komoedie-hamburg.de.

27. März

Im **Museum für Völkerkunde**, Rothenbaumchaussee 64, findet von **14 bis 18 Uhr** der Thementag „**Der Kalender in der Lebenswelt der Maya**“ statt. Eintritt ab 3 Euro. Mehr Infos unter **Tel.: 42 88 79 0** oder auf www.voelkerkundemuseum.com.

Im **Goldbekhaus**, Moorfuhrweg 9, ist um **15.30 Uhr** Georg Meier mit der Lesung „**Es ist nicht weit vom Pudding Shop zum Père Lachaise**“ zu Gast. Eintritt frei. Mehr Infos unter **Tel.: 27 87 02** oder auf www.goldbekhaus.de.

2. April

Im **Rolf-Liebermann-Studio**, Oberstraße 120, findet um **14.30 Uhr** und um **16.30 Uhr** „**Das kriminelle Konzert**“ mit dem **NDR Sinfonieorchester** statt. Zwei verwirrte Kommissare ermitteln im Orchester und versuchen mithilfe von Klängen und Farben in der Musik die Tat aufzuklären. Karten und Infos unter **Tel.: 0180 1 78 79 80**.

Die **Hamburger Kammerspiele**, Hartungstraße 9-11, zeigen um **20 Uhr** das Stück „**Elling und die Begegnung der dritten Art**“ aufgeführt. Peter Theiss „**Tatort**“-Kommissar Boris Aljinovic soll



Foto: Oliver Fanitsch

„**Tatort**“-Kommissar **Boris Aljinovic** versucht sich in den Kammerspielen am **2. April** nach seiner Entlassung aus der **Psychiatrischen Klinik** wieder in die „normale“ Gesellschaft einzugliedern.

sich nach seiner Entlassung aus der Psychiatrischen Klinik wieder in die „normale“ Gesellschaft eingliedern (bis zum 9.4.). Karten unter **Tel.: 0800 41 33 440**. Mehr Infos auf www.hamburger-kammerspiele.de.

Bad und Küche mit Gefühl und Geschmack

Wir helfen Ihnen, Wellnesswünsche und Genießerträume zu verwirklichen. Mit intensiver Beratung zu Technik und Design. Mit hochwertigen Produkten renommierter Hersteller wie SieMatic. Mit umfassendem Service von Planung bis Einbau. Lassen Sie sich in unseren Ausstellungen von Qualität überzeugen!



SieMatic

www.ellerbrock.com

bad & küche in duvenstedt · Puckaffer Weg 4 · T 040 6 07 62-0

bad & küche wohnmeile halstenbek · Gärtnerstr. 161 · T 04101 51 67 35

die küche im stilwerk · Große Elbstr. 68 · T 040 38 08 67 70

persönlich
gut beraten

ellerbrock

FACHBERATUNG · LIEFERUNG · ENTSORGUNG · MONTAGE · REPARATUR

LIVE MUSIK

in Hamburg

CHARME OFFENSIVE

Die Hamburger Band **Pierre Ferdinand et les Charmeurs** hat ihre Winterpause beendet. Deswegen wird sie mit ihrem unwiderstehlich, französischen Charme wieder ihren Fans kleine Geschichten in einer Chanson-Rock-Revue erzählen und sie so in die Welt des Savoir-Vivre entführen. Wann und wo? Am Do., 7.4. im Grünspan. Karten: VVK 12 Euro zzgl. Gebühren, AK 15 Euro. Beginn: 20:30 Uhr (Einlass 19:30 Uhr) Infos zur Band und Hörproben gibt es unter: www.PierreFerdinand.de.



Foto: Warner Music

KULTDIVA

Kaum eine andere deutsche Künstlerin ist so vielfältig wie **Marianne Rosenberg**. Bereits seit 40 Jahren ist die Kultsängerin auf der Bühne und stellt nun ihr neues Album „Regenrhythmus“ vor. Die gebürtige Berliner präsentierte dreizehn neue Titel sowie einige ihrer großen Hits im neuen Look. Die intime Atmosphäre ihrer Club-Tour hat sich Marianne Rosenberg bewusst ausgesucht, um ihrem Publikum näher zu sein. Außerdem hat sie eine neue Bühnen-Show erarbeitet, bei der sie von Sound-Virtuosen an Keyboards, Drums und Gitarre unterstützt wird. Wann und wo? Fr., 18.3. in der Fabrik. Karten: VVK 33 Euro. Beginn: 20 Uhr. Einlass: 19 Uhr.

LIEBES TOD

Gefühl pur: Die charismatische und vielfach ausgezeichnete Cellistin **Sol Gabetta** ist zurück in Hamburg. Zusammen mit der Amsterdam Sinfonietta spielt die argentinisch-französische Musikerin russischer Abstammung das Vorspiel zu „Tristan und Isolde“ von Richard Wagner. Eine Inszenierung des Groß-Regisseurs Pierre Audi nach Liebesbriefen und mit Musik von Alban Berg sowie einem neuen Werk für Violoncello, Orchester und Videoprojektionen von Michel van der Aa. So., 20.3. auf Kampnagel. Karten: 7,50-35 Euro. Kartentel.: 270 949 49. Beginn: 20 Uhr.

Foto: Ray Chen



VIOLIN VIRTUOSE

Der junge Künstler **Ray Chen** ist einer der fesselndsten Violinisten von heute. Zusammen mit dem Pianisten Andrew Tyson präsentiert er sein neues Album *Virtuoso*. Gespielt werden Stücke wie „Devil's Trill“ von Giuseppe Tartini oder Partita No. 2 von Johann Sebastian Bach. Am Mi., 16.3. in der Laeiszhalle. Karten: ab ca. 22 Euro. Kartentel.: 357 666 66. Beginn: 20 Uhr.



Foto: Seregel



Foto: © Elbphilharmonie



Auch die Galerie der Gegenwart öffnet nachts die Türen neben rund 50 anderen Museen.

Nachts im Museum

Die beliebte „Lange Nacht der Museen“ findet das elfte Mal am 16. April in der Zeit von 18 bis 2 Uhr statt. Fast fünfzig Museen nehmen am Ausstellungs-marathon teil. Vom Museum für Völkerkunde über Ballinstadt – Auswandererwelt Hamburg – bis hin zum gerade eröffneten St. Pauli Theater sind viele Kultur-highlights dabei. Überraschend und wandelbar zeigen sich auch wieder die Museen, die schon seit vielen Jahren an der „Lange Nacht“ teilnehmen: Der Kunstverein verwandelt sich in einen Jahrmarkt mit Akrobaten, Feuerschluckern, Zauberern, Jongleuren, Stelzenläufern und vielen Spielbuden. Im Museum für Kunst und Gewerbe wandeln sich rund 150 historische Staubsauger, Mixer und Waschmaschinen in ein Sinfonieorche-

ster. Das Museum Bergedorf entpuppt sich in dieser besonderen Nacht als Rockschloss, in dem die verschiedensten Bands auftreten. Neben den Ausstellungen und Sammlungen der großen Museen wie der Hamburger Kunsthalle, dem Bucerius Kunst-Forum, den Deichtorhallen und dem Museum für Arbeit lohnen sich auch die Sonderausstellungen wie zum Beispiel die Andy Warhol-Ausstellung mit dem Titel „Pop meets Pop“ in den kleineren Museen. Mit dem Ticket besuchen Sie nicht nur die Ausstellungen, sondern können auch die HVV-Linien und die Museumsnacht-busse zur An- und Abreise inklusiv nutzen. Eintrittspreise: 12 Euro / ermäßigt 8 Euro. Weitere Informationen und Kartenverkauf unter www.langenachtdermuseen-hamburg.de oder Tel.: 428 131 0.

Container sind Wir.

Bauschutt Bauabfälle Grünabfälle Altpapier
Aktenvernichtung Schrott...

040-5 50 89 70 **Freisler**

CONTAINERDIENST

www.freisler.com



Helft uns! Wir warten auf ein neues Zuhause!

Täglich brauchen in unserem Tierheim fast 1.000 Tiere unsere Liebe, unsere Aufmerksamkeit und Ihre Hilfe.



Spendenkonto:

Hamburger Sparkasse
Konto: 1286 222 888
Bankleitzahl: 200 505 50

170 Jahre HTV - eine Tradition für Hamburg

www.hamburger-tierschutzverein.de

Hamburger Tierschutzverein von 1841 e. V.

Süderstraße 399, 20537 Hamburg, Tel.: 040 211106-0

Besuchen Sie uns und unsere Tiere:

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

Lichtblicke für Ihre Fenster
Seit über 30 Jahren

Rollos
Plissees
Lamellen
Jalousien
Flächenvorhänge
Insektenschutz



Fachkundige Beratung,
Aufmaß und Montage

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

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

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



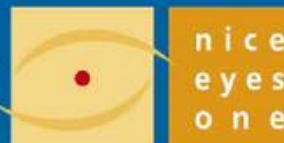
jetzt neu
FEMTO-LASIK



nice-eyes-one.de

Tel. 040 - 611 826 07

Heegbarg 2 · 22391 Hamburg



Fachkundige Beratung,
Aufmaß und Montage

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

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

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

Sportgala: Winterhuder Segler vor Kickern!

Die Starboot-Europameister **Johannes Polgar aus Winterhude** und **Markus Koy** vom Audi Sailing Team Germany wurden kürzlich

auf der Hamburger Sportgala als Mannschaft des Jahres 2010 gewürdigt. Eine starke Leistung, denn die beiden verwiesen die Kult-Kicker

vom FC St. Pauli auf den zweiten Platz. „Eine Riesenüberraschung. Als Segler feiern wir unsere Erfolge normalerweise nicht so sehr im Licht der Öffentlichkeit; umso mehr freut uns jetzt diese Auszeichnung“, sagt Vorschoter Markus Koy. Steuermann Johannes Polgar fügt hinzu: „Das gibt uns zusätzliche Motivation für die anstehende Olympia-Qualifikation“. Dass Segeln noch vor dem Fußball diesen Publikumspreis gewonnen hat, zeigt die wachsende Popularität dieses Sports. Rolf Bähr, Präsident des DSV (Deutscher-Segler-Verband e.V.) und Gründungsmitglied des Sailing Team Germany fühlt sich bestätigt, denn „auf diesen Preis sind wir sehr stolz. Es zeigt sich, welches Potenzial im Segelsport steckt. Mit dem Sailing Team Germany haben wir den Grundstein



Bei der Sportgala vorn: der Winterhuder Johannes Polgar (l.) und Markus Koy.

gelegt, um den deutschen Segelsport international erfolgreicher zu machen und gleichzeitig der breiten Öffentlichkeit näher zu bringen.“ Die Preisträger waren eigens vom Trainingslager in Miami (USA) zur Ehrung gekommen, sie bereiten sich gerade auf die Segelsaison 2011 vor, mit dem Blick auf die olympischen Spiele 2012.



Gewannen die EM im Starboot und wurden Mannschaft des Jahres 2010: Johannes Polgar und Marcus Koy.

www.niemerszein.de



NIEMERSZEIN



Supermärkte für höchste Ansprüche!

Kostenlose Parkplätze vorhanden

AM ROTHENBAUM
Hallerstr. 78
☎ 410 86 52
Montag - Sonnabend bis
21.00 Uhr geöffnet!

IN PÖSELDORF
Milchstr. 1
☎ 44 56 60
Montag - Sonnabend bis
21.00 Uhr geöffnet!

AM HOFWEG
Hofweg 81
☎ 22 73 82 80
Montag - Sonnabend bis
20.00 Uhr geöffnet!

AM MÜHLENKAMP
Mühlenkamp 45
☎ 27 87 79 53
Montag - Sonnabend bis
21.00 Uhr geöffnet!

1 Stunde kostenloses Parken für unsere Kunden auf dem Parkdeck



Lieferservice ins Haus:

Mittwoch bis Freitag im Raum Harvestehude, Uhlenhorst und Winterhude.

„Eine gute Rendite.“

Jubiläumsangebot bis 31.03.2011

50 EUR auf einen neuen Fondssparplan für die ersten 150 Käufer.

Jetzt **50 EUR** sichern!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

150 Jahre

Wir haben die passende Geldanlage.

Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrem Berater in einer unserer 43 Geschäftsstellen oder in unserem Jubiläumskalender unter www.hamvoba.de

Sie rufen lieber an?
Dann wählen Sie
040/30 91-00

Hamburger Volksbank
Man kennt sich.

Diese Information kann ein Beratungsgespräch nicht ersetzen. Allein verbindliche Grundlage für den Erwerb von Union Investmentfonds sind die jeweiligen Verkaufsprospekte, die Sie bei allen Volks- und Raiffeisenbanken sowie bei Union Investment Service Bank AG, Wiesenhüttenstraße 10, 60329 Frankfurt am Main, www.union-investment.de erhalten.

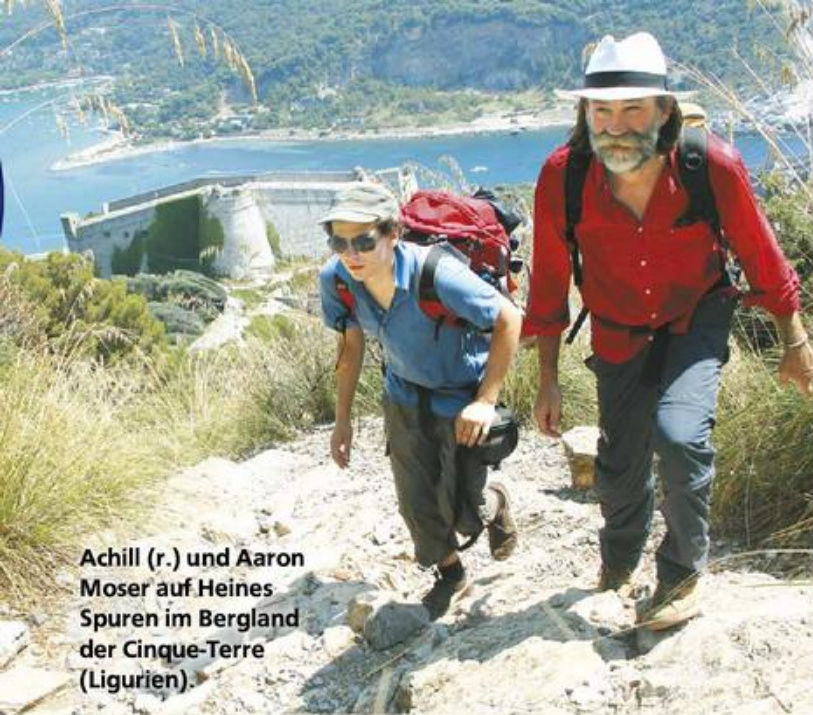


Foto: Achill Moser

Achill (r.) und Aaron Moser auf Heines Spuren im Bergland der Cinque-Terre (Ligurien).

1.500 km Fußweg

1828 reiste der Dichter Heinrich Heine über die Alpen und durch Italien. Fast 200 Jahre danach sind ihm der Eppendorfer Achill Moser (55) und sein Sohn Aaron (18) nachgewandert. Wie es war, erzählen sie im **Völkermuseum**.

Im Rahmen der Vattenfall Lesetage berichten der Wüstenwanderer Achill Moser und sein Sohn Aaron Moser von ihrer neuesten Tour. Nachdem die beiden bereits Heinrich Heines Harzreise nachgewandert sind, hatten sie sich vor Kurzem dessen Italienreise vorgenommen.

Während Heine einst per Postkutsche reiste, waren sie zu Fuß unterwegs. Mit Heines Aufzeichnungen in der Hand und auf dem Rücken nur das Lebensnotwendige, wandern sie in 75 Tagen 1.500 Kilometer über Berge und Flüsse, durch Wälder und Wiesen. Sahen Land und Leute, nahmen sich im Gehen Zeit füreinander – und erlebten u. a. die Cinque Terre, Italiens schönste Küste. Es ist dieselbe Reise, die

auch Heinrich Heine unternahm, und doch ist es eine ganz andere, denn auf der uralten Route verknüpfen sich die Aufzeichnungen Heines mit den Reiseerlebnissen von Vater und Sohn – und es entsteht eine Brücke zwischen Vergangenheit und Gegenwart. Anschaulich erzählen Vater und Sohn von den Erlebnissen und Erfahrungen auf ihrem langen Fußmarsch. Sie berichten von Anstrengung und Lebensfreude, von Gefahr und Angst, von der Faszination des „Zu-Fuß-Reisens“, von überwältigenden Naturschönheiten und Küstenregionen, geschichtsträchtigen Orten – und von einer uralten Erkenntnis: „Man braucht nicht viel zum Glücklichein“, erklärt Achill Moser. kw

Buch- und Veranstaltungstipp:

Über die Reise ist bei Hoffmann und Campe ein gleichnamiges Buch erschienen (280 S., geb. mit vielen Fotos, 20 Euro). In gleichen Teilen schildern Achill und Aaron Moser ihre Erlebnisse und persönlichen Eindrücke der Reise durch Italien. Das tun sie auch in einer Live-Multivisions-Show (Premiere) im Rahmen der Vattenfall-Lesetage im Völkermuseum, Rothenbaumchaussee 67. Mittwoch 13.4., 19 Uhr, Eintritt: 7/erm. 3 Euro



WOHN TRÄUME

ERFÜLLEN SICH BEI TEPPICH STARK

Aktion gültig bis 15. April 2011. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen/Coupons.

Verlegung von Bodenbelägen durch gelernte und geschulte Raumausstatter und Meister

BEIM KAUF VON BODENBELÄGEN ERHALTEN SIE AUF DIE VERLEGUNG

20%*

GESCHENKT

Teppichboden, PVC-Beläge, Parkett, Laminat, Orient-Teppiche, Stoffe, Gardinen, Markisen, Sonnenschutz, Jalousetten, Rollos, Plissee, Matratzen, Betten, Rahmen, Tapeten, Farben, Möbel, Accessoires



Poppenbütteler Bogen 94,
22399 Hamburg
ÖFFNUNGSZEITEN
Mo. – Fr. 9.00 – 18.30 Uhr
Samstag 9.00 – 16.00 Uhr

www.abpilus.de

Machen Sie Ihren Haaren Beine!

OHNE LASER
Beratungsgespräch
040 / 69 70 55 14
I²PL SYSTEM – EPILUX

Dauerhafte Haarentfernung

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

Schnelle, sichere & dauerhafte Haarentfernung ohne Laser!

Heegbarg 2 (Direkt am AEZ) • 22391 Hamburg

Kostenlose Probebehandlung

abpilus
ÄSTHETIK ZENTRUM

Das neue aPad!*

local people &
lifestyle.

ALSTER-MAGAZIN.de



*alsterPad! Das Alster-Magazin auf dem iPad lesen!

Machen schon viele! local people & lifestyle. Oder einem anderen Smartphone, Laptop oder PC.

Alle Hefte, alle Anzeigen online! www.ALSTER-MAGAZIN.de/Magazine

Besuchen Sie uns auch bei  **facebook!**

Audiovisuelle Expeditionen im Planetarium

Zwei Shows von Weltklassemusikern versuchen im Planetarium, die Zuschauer in entfernte Welten zu entführen. Jean Michel Jarre und Mike Batt präsentieren ihre Shows!

Als Komponist hat Mike Batt längst Weltruhm erlangt. Den von Art Garfunkel gesungenen Song „Bright Eyes“ aus dem Soundtrack von „Unten am Fluss“, zu dem Batt auch die Musik schrieb, kann fast jeder mitsummen. Mit seiner Show „Voices in the Dark“ versucht Batt nun, seine Klänge auch visuell zum Leben zu erwecken. 3D-Designer, Zeichner, Tänzer und Videokünstler arbeiteten zusammen, um 360-Grad-Bildwelten für die Sternenkuppel zu erschaffen. So ertönen Batts wundersame Klänge zu einer Sinfonie aus surreal-magischen Bildern über den erstaunten Zuschauern. Der Eintrittspreis beträgt 11 Euro,

die nächsten Vorstellungen sind am 19.3. um 21 Uhr und am 26.3. um 17.30 Uhr.

Auch Jean Michel Jarre ist kein Unbekannter der Musikbranche. Wie auch, mit über 60 Millionen verkauften Alben und regelmäßigen ausverkauften Konzerten? Der Elektronik-Pionier hält seine avantgardistische Position mit „AERO“, das erste komplett in 5.1-Surround-Sound aufgezeichnete Musik-Album. Die gleichnamige Show findet regelmäßig im Planetarium statt. Zu hören sind die größten Hits des Musikers zusammen mit drei brandneuen Tracks und mehreren Zwischenspielen, visuell kombiniert in eine „AEROSpace“-360-Grad-Show. Karten gibt es ebenfalls für 11 Euro, die nächsten Vorführungen finden am 12.3. um 20.30 Uhr, dem 19.3. um 20.45 Uhr und dem 26.3. um 21.15 Uhr statt. Mehr Informationen unter **Tel.: 428 86 52 -0** oder auf **www.planetarium-hamburg.de** im Internet!



AERO mit Musik von Jean Michel Jarre verwandelt sich im Planetarium in ein 360-Grad-Erlebnis.

Foto: Tim Florian Horn/
Planetarium Hamburg

HANSA[®]
COMPLET-KÜCHEN

Inspirierende Küchen
für hohe Ansprüche.

Viel mehr wert als es kostet.

Wir bieten Ihnen 100 % SieMatic-Qualität und Sie zahlen nur 50 % des Neupreises. Alle Musterküchen sind mit hochwertigen E-Geräten von Miele oder Siemens ausgestattet.

SieMatic

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

Noch vier
Musterküchen
100 % SieMatic
- nur 50 %
zahlen!

Forschungs Erfolg

Wissenschaftlern der Uniklinik Eppendorf ist es erstmals gelungen, aus menschlichen Leberzellen neues Lebergewebe zu bilden. Damit eröffnen die Hamburger Ärzte völlig neue therapeutische Möglichkeiten. So könnten künftig mehrere Patienten mit den Zellen von nur einer Spenderleber behandelt werden.

TopTitel

Die Buchfavoriten des Monats, **Schnittchen und Wein** – das alles gibt's beim stories! Abendbrot. Um Anmeldung wird gebeten. Do., 24.3. in der stories! Buchhandlung. Eintritt: frei. Tel.: 432 759 43. Beginn: 19.30 Uhr.

EPPENDORF NEWS



StimmenQueen

Bei der Bürgerschafts-Wahl erhielt im Wahlkreis Eppendorf-Winterhude **Anja Domres (SPD)** die meisten Stimmen (32.871). Es folgen GAL-Spitzenfrau **Anja Hajduk (21.727)** und **Andreas C. Wankum (CDU, 16.401)**.



HamburgExport

Auch, wenn der Eurovision Song Contest frecher Weise nicht in Hamburg stattfindet, sind wir in Düsseldorf dabei. Mit dem schönsten Gesicht der Stadt: Die Eppendorferin **Judith Rakers**, erfolgreiche Tagesschau- und „3 nach 9“-Moderatorin bei Radio Bremen, wird den ESC moderieren: „Der ESC ist für mich Institution und Kult zugleich. Als Kind war er Pflichtprogramm bei uns zu Hause, im Studium feierten wir wilde Grand-Prix-Partys und jetzt darf ich Teil des Moderatorenteams sein. Ich freue mich riesig darauf.“

musikComedy

Konrad Beikircher gibt die Hamburg-Premiere seines neuen Comedy-Stücks „Schön ist es auch anderswo...“. Ein unterhaltsames Programm, das die deutsche Sprache als Musik wiedergibt. Wo? **Alma Hoppes Lustspielhaus, Ludolfstraße 53.** Wann? **15.3. um 20 Uhr.** Preis? **Ab 12 Euro.** Mehr Infos? Tel.: **55 56 55 56**



Foto: Konrad Beikircher

© Radio Bremen/Thorsten Jander



van Laack

Frühling bei van Laack in Eppendorf

Neue, frische Farben für Damen und Herren, leichte Sakkos und Blazer, elegante Tücher. Zur Zeit der schönen, fröhlichen Familienfeste wie Kommunion, Konfirmation und Hochzeit steht das Team von van Laack Eppendorf mit einem breiten Sortiment an schönen Blusen, klassischen Kleidern und festlichen Hemden für Sie bereit. Wie wäre es mit einem maßgeschneiderten Hochzeits- / Konfirmationshemd mit Monogramm für den unvergesslichen Tag? Nehmen Sie sich die Zeit und lassen Sie sich in entspannter Atmosphäre kompetent und stilsicher beraten.

Die Traditionsmarke van Laack wurde vor 130 Jahren in der Mitte Berlins gegründet. Bereits in den goldenen 20er Jahren wurde van Laack zu dem was man heute unter einer echten Marke versteht. Schon damals war es das Ziel, kompromisslos in der Qualität und perfekt in der handwerklichen Verarbeitung zu sein.

VAN LAACK STORE

HAMBURG-EPPENDORF

EPPENDORFER LANDSTRASSE 54
20249 HAMBURG
GERMANY

PHONE +49 40 46779476
FAX +49 40 46779487
HAMBURG_EPPENDORF@VANLAACK.DE

[WWW.VAN LAACK.DE](http://WWW.VANLAACK.DE)

PuppenTheater

Eine reizende Geschichte über die Schwierigkeiten des **kleinen verträumten Feldmäuserichs Frederik** und darüber, wie er zuletzt doch noch alle überrascht, gespielt von Heinrich Heimlich. So., 27.3. im Kulturhaus Eppendorf. Karten: ab 4,50 Euro. Tel.: 48 15 48. Beginn: 16 Uhr.



Foto: Heinrich Heimlich

Ihr Maler

malen und tapezieren
sämtliche Bodenbeläge
Termine kurzfristig
Tel.: 480 10 31

www.freund-maler.de



KrimiAbend

„Blutstein“ – so heißt der dritte von vier Teilen aus der Krimireihe von Johan Theorin. Der Autor bedient sich einer spannenden Mischung aus **Schauerliteratur und Familienroman**. Mi., 23.3. in der Buchhandlung Heymann am Eppendorfer Baum. Karten: 12 Euro. Tel.: 4 80 93 0. Beginn: 20.30 Uhr.

SonderPreis

In diesem Jahr wird zum 17. Mal der Prix Pantheon verliehen. Einer der angesehensten deutschen Comedy- und Satirepreise in vier Kategorien – verliehen vom Bonner Kabarett-Theater Pantheon in Kooperation mit dem WDR. Einer der Gewinner wurde bereits gekürt: der **Eppendorfer Übersetzer und Kolumnist Harry Rowohlt**. Er bekommt den Sonderpreis „Reif und bekloppt“, den die Jury an Künstler vergibt, die sich ihr Leben lang treu geblieben sind. Im Fall von Rowohlt handelt es sich laut Jury „um einen Charakterkopf, der sich mit allen anlegt, die ihm dumm kommen, einer, der keine Kompromisse macht.“

Doppelt Dekoriert

Die **Eppendorferin Cornelia Poletto** wurde kürzlich zwei Mal ausgezeichnet. Im Variété-Restaurant „teatro“ ihres Koch-Kollegen Alfons Schuhbeck nahm sie die Auszeichnung „Köchin des Jahres“ entgegen. In Kopenhagen kurz darauf 10.000 Euro für den zweiten Preis beim „Ecco Walk in Style Award 2011“. Der ehrt Frauen mit Vorbildfunktion. Die hat die Sterneköchin aus Sicht der Jury, weil sie großes Engagement für das Altonaer Kinderkrankenhaus zeigt. Das darf sich auch über das Preisgeld freuen. Poletto spendete es dem Projekt „Lufthafen“ – einer Wohnstation für Kinder und Jugendliche, die auf eine Langzeitbeatmung angewiesen sind.

Foto: www.studiolassen.de

Montagefestpreise in ganz Hamburg Von der Polizei empfohlener Fachbetrieb

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

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



UNSER HEISSES ANGEBOT FÜR SIE

50 €* beim Kauf einer Brille ab 250€.

100 €* beim Kauf einer Brille ab 500€.

* Gültig bis 23.04.2011. Preisnachlass gilt beim Kauf einer Brille mit Ihren Sehwerten. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Keine Barauszahlung. Übertragbar an Familie und Freunde.

...STATT SERVICE-WÜSTE.

Kompetente Beratung, ausgezeichnete Produkte und beispielhafter Service. Wir bieten Ihnen alles, was Sie als anspruchsvoller Kunde erwarten.

- Sehtest
- Sitz der Brille korrigieren
- Sehberatung
- Schrauben festem
- Kontrolle der Gläser und der Fassung
- Ultraschallreinigung der Brille



Winterhude:
Mühlenkamp 34
22303 Hamburg
☎ 040/27 88 23 88
✉ mk@optiker-carl.de
www.optiker-carl.de
Mo. - Fr. 9 - 19 Uhr
Sa. 10 - 16 Uhr

Eppendorf:
Eppendorfer Landstr. 11
20249 Hamburg
☎ 040/460 99 40
✉ office@optiker-carl.de
www.optiker-carl.de
Mo. - Fr. 9 - 19 Uhr
Sa. 9 - 18 Uhr

Hanse Viertel:
Mühlenkamp 34
22303 Hamburg
☎ 040/27 88 23 88
✉ mk@optiker-carl.de
www.optiker-carl.de
Mo. - Fr. 9 - 19 Uhr
Sa. 10 - 16 Uhr



Fotos: Lustspielhaus Alma Hoppe

Wilfried Schmickler

...kommt zu Alma Hoppe, um Klartext zu reden!



Anka Zink

...rechnet mit moderner Kommunikation ab.



Richard Rogler

...will politische und soziale Missstände sezieren.



Nessie Tausendschön

...zeigt mit Bühnenpartner William Mackenzie beim Kabarett-Fest das Beste aus ihrer zwanzigjährigen Karriere.

Stilvoll
by Angelika Hansen

Mode,
Taschen
und
Stilvolles
mehr...

Eppendorfer Weg 285 • 20251 HH • Tel. 46 77 56 02
a.u.hansen@t-online.de • www.stilvoll-hamburg-eppendorf.de
Öffnungszeiten: Mo. nach Absprache, Di.-Fr. 11-18.30 Uhr, Sa. 11-15 Uhr

Anzeige

Stilvolle Mode erfrischt

Das erste halbe Jahr ist geschafft und das trotz Schnee, Wind und Kälte. Ab sofort hält nun die Frühlingsmode bei **Stilvoll by Angelika Hansen**, Eppendorfer Weg 285, Einzug: Mode von bester Qualität mit einem guten Preis-Leistungs-Verhältnis – Brigitte von Boch-Mode im maritimen Stil. Als Gegenpol sehr schöne Jacken von ConceptK aus Berlin

– die leichte Jacke für alle Fälle. Ein „Must-Have“ des Frühlings ist ein leichtes Schaltuch und eine modische Handtasche und nicht zu vergessen die gute Lampionkerze der Firma Borgsmüller als kleines Gastgeschenk für gute Freunde und Bekannte. Der Frühling lässt grüßen bei Stilvoll... am **Eppendorfer Weg 285** bei Angelika Hansen.

Kabarett-Spektakel bei Alma Hoppe

Zum **17. Geburtstag** von **Alma Hoppes Lustspielhaus** geben sich Kabarett-Granden ein Stelldichein. Wir verraten, auf wen Sie sich freuen können!

Wer sich beeilt, kann vielleicht noch Plätze für eine Vorstellung von **Jochen Busse** und **Henning Venske** ergattern. Auf dem Programm steht gleich eine komplette „Inventur“, wenn die beiden Altmeister vom 8. bis 12. März über die heutigen Jungspunde diskutieren. Am 13. macht dann Klartextredner **Wilfried Schmickler** „Weiter“ und liest der gegenwärtigen Weltlage die Leviten, während sich der Paderborner **Erwin Grosche** am 14.3. über „Eisgenussverstärker“ und ähnliche Absurditäten auslässt. Ein Kölner, der (unter anderem) den Kölnern den Kopf wäscht, ist **Konrad Beikircher**, der am 15.3. mit dem Programm „Schön ist es auch anderswo“ auftritt. Am 16.3. gibt es dann eine Premiere: **Nessi Tausendschön** zeigt die Highlights aus ihrer 20-jährigen Bühnengeschichte: „Das Beste“! Veteran **Hans Scheibner** ist am 17.3. Unter dem Motto „Glatteis – kleine Komödien, große Tragödien“ zeigt er dem Publikum den alltäglichen Wahnsinn auf. Eine weitere graue Eminenz des Kabarets, **Richard Rogler**, seziert am 18.3. in seinem Programm „Stimmung“ gesellschaftliche und politische Missstände. Noch eine Premiere steht am 19.3. mit dem Programm „bisjetzt“ des Österreicher **Alfred Dorfer** an. **Simone Solga** räumt am 20.3. „Bei Merkels unterm Sofa“ auf, während bei **Chin Meyer** am 21.3. „Der Jubel rollt“. Anka

Zink meint am 22.3. „Jubel ist was anderes“ und das Berliner Kabarett **Die Distel** feiert am 23. Premiere mit ihrem Guido-Westerwelle-Stück „Das GUIDO-Prinzip“. Zwei weitere Premieren sind am 24. **Frank Lüdecke** mit „Die Kunst des Nehmens“ und am 25. **Matthias Brodowy** mit „Offenbarung“. **Reiner Kröhnert** feiert am 27. „Das Jesus-Comeback“, während am 26. die offizielle **Geburtstagsgala** mit vielen Gästen stattfindet. Vom 28.3. bis 3.4. steht dann wieder die **Räumpatrouille** auf dem Programm. Mehr Informationen zu den Veranstaltungen gibt es auf www.almahoppe.de und unter **Tel.: 555 6 555 6** können Karten vorbestellt werden.



Matthias Brodowy

...gilt als Erzähler und Pianist als Schmelztiegel der kabarettistischen Künstler.



droste

markisen-rollläden-jalousien-terrassendächer

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

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

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

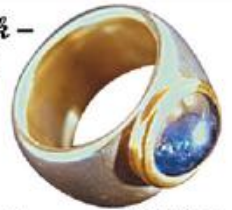
www.markisen-droste.de



FACHBETRIEB
Rolläden- und
Sonnenschutz-
techniker-
Handwerk



Silberschmuck –
Goldschmuck



Schmuckstücke & Werkstatt

925 Silber
900 Gold
Saphir 4,83 Ct
€ 880,-

Mo. geschlossen Di. bis Fr. von 11 bis 18.30 Uhr Sa. von 11 bis 16 Uhr

Hegestraße 17 • 20251 Hamburg • Tel.: 040/ 48 61 81
www.silbermine-hamburg.de



Über 250 internationale Käsesorten

Ausgesuchte Weine und Biere • Erstklassiges Olivenöl aus Italien
Eingelegte italienische Tomaten, Dippes, Frischkäse und Pesto aus
eigener Herstellung • Original italienisches Süß- und Salzgebäck
Käseplatten (auch mit Lieferservice)

Im Stehkafeeauschank:

CAPPUCCINO, ESPRESSO, LATTE MACCHIATO

Besuchen Sie uns - Wir beraten Sie gern.
KÄSE, WEIN & mehr in Eppendorf, Erikastraße 58

20251 Hamburg • Tel. / Fax 46 24 25

www.kaese-wein-und-mehr.de

Mo. 15-19 Uhr • Di.-Fr. 9-13 + 15-19 Uhr

Samstag 9-14 Uhr

MAGAZIN VERLAG HAMBURG



**Hier könnte auch
Ihre Anzeige stehen!**

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

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





Henriette Fee Grützner und Anne Moll (r.) putzen für Konstantin Graudus. Das geht nicht gut!

Weggeputzt

Tritte von oben nach unten weitergeben. Darum geht es im Theaterstück „Augusta“, in dem die **Schauspielerin Anne Moll** seit dem 3. März auf der Bühne der Kontraste-Reihe des Winterhuder Fährhauses steht – als **mobbende Putzfrau**.



DIE WÄSCHEREI
Das Möbelhaus

beach

SOFA OF THE YEAR 2011

long

WWW.DIE-WAESCHEREI.DE

Für Sie unterwegs



Wenn Sie sich für eine Anzeigenschaltung auf den Winterhuder Seiten im Alster-Magazin interessieren, melden Sie sich gerne bei mir.

Annegret Linke
Tel.: 538 930 - 67 oder
0172 / 90 37 440



Manche Frauen wissen einfach, wie sie sich beim Chef beliebt machen können! Molly (Anne Moll) und Claire (Henriette Fee Grützner) nutzen es und spielen sich gegenseitig aus.

zu lassen. Ein Schwerpunkt im Stück, der sich in dem spannenden Zwiespalt und der moralischen Frage äußert „Soll man klauen und einigermaßen weiterleben oder ehrlich sein und auf der Straße leben?“ Wer will sich da ein Urteil erlauben? (Pause) Das ist vielleicht die Moral von der Geschichte – einmal selber über Gerechtigkeit und die Gabe des Teilens nachzudenken.

Eine schöne Aufgabe für das Publikum, an dem ihr sehr dicht spielt. Wie fühlt sich das an?

Fantastisch, denn man lernt das Stück eigentlich erst durch die Zuschauer kennen. Durch ihre Atmung und Lacher sowie deren Mimik spürt man genau, was wo und wie ankommt. Das eröffnet neue Welten, weil man ja als Schauspieler sozusagen schizophren arbeitet; die eine Hälfte ist bei der Rolle und die andere beim Publikum, dessen Reaktion man aufnimmt.

Worauf freust du dich am meisten?

Auf die Zuschauer, mit denen man aus den gerade genannten Gründen das Stück zu Beginn

der Aufführungen noch mal neu findet. Und die sarkastische und zynische Art der Geschichte. Es ist nämlich ein typisches Kontraste Reihe-Stück, bei dem dem Zuschauer das Lachen im Halse stecken bleibt, wenn er sich ertappt fühlt.

Kai Wehl

Teamleiterposten verliere, kann ich die Miete nicht mehr bezahlen. Und das mit einem Mann im Rollstuhl.

Lässt du dir die Degradierung gefallen?

Nein. Schon deswegen nicht, weil ich mich mit meinem vorherigen Chef viel besser verstanden habe als mit dem neuen ...

Willst du den Alten zurück und mobbst den Neuen?

Ja, irgendwie schon. Zumal ich nicht der gute Mensch bin, als der ich erscheinen will. Aber der Neue ist wirklich ein Arsch.

Womit mobbst du ihn?

Das möchte ich nicht verraten. Nur so viel. Wir putzen im Haus einer reichen Frau und geraten in Versuchung, etwas mitgehen

Alster-Magazin: Das Stück ist eine Satire auf unsere Gesellschaft. Was wird am stärksten aufs Korn genommen?

Anne Moll: Das Missverhältnis zwischen Arm und Reich. Und zwar in einer Schicht, die nicht so häufig im Theater zu sehen ist. Wann gibt es schon mal ein Stück über eine Putzkolonne. Interessanterweise sind die Probleme, die sich darin abspielen, im Grunde genommen die aller Menschen aller Schichten. Allerdings natürlich nicht auf einem so existenzgefährdenden Niveau. Als ich etwa meinen

THEATER-TIPP

Die Komödie Winterhuder Fährhaus zeigt bis zum 14.5. die Bitterböse Komödie „Augusta“ von Richard Dresser mit: Konstantin Graudus, Anne Moll und Henriette Fee Grützner. Die Geschichte zweier Putzfrauen, die mit ihrem Job ihre in Dauerarbeitslosigkeit abgestürzten Ehemänner über Wasser halten. Unter ihrem neuen Chef Jimmy, einem skrupellosen Karrierist, haben sie wenig zu lachen. Und deswegen wird gemobbt, was das Zeug hält ...
Karten: 19/erm. 13,50 Euro.
Kartentelefon: 480 680 80.



Das Alster Magazin jetzt auch bei Facebook entdecken!

Einfach nach „Alster Magazin“ suchen und immer die neusten News abchecken!



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

Regale. Betten. Tische. Schränke.



Ich helfe weiter, garantiert!

Inspiration unter www.holzconnection.de

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

Hamburgs erste Adresse für Geniesser

weinflust weinhandel & events



der kultivierte bedauert nie einen genuss. der unkultivierte weiss überhaupt nicht, was ein genuss ist.

oscar wilde

mühlenkamp 14
d-22303 hamburg
tel. +49.40.27 886 886
fax +49.40.27 886 887
info@weinflust.de
www.weinflust.de

Flugtickets
Bahntickets
Fahrtickets
Kreuzfahrten
Touristik



UHLEN HORSTER
REISEDIENST

Hartwicusstr. 6 · 22087 Hamburg
040 - 229 449 98 · info@u-rd.de

Der Journalist und Schriftsteller Hellmuth Karasek hat erneut Glossen in Buchform veröffentlicht – von angetrunkenen Pastorinnen über liebestolle Präsidenten bis hin zu Spargel auf dem Mars.

Achtung: bissig!

Als Glossenschreiber ist der **Harvestehuder Hellmuth Karasek** Moralist der Nation. Haut Promis ihre Fehler um die Ohren. Aber auch uns, der Gesellschaft. Für unsere bösen Anwandlungen. Glauben Sie nicht? Steht in seinem neuen Buch!

Alster-Magazin: Muss man boshaft sein, um Glossen über Mitmenschen zu schreiben?

Hellmuth Karasek: Nein. Man muss die Komik bestimmter Situationen besser erkennen als die Beteiligten selbst und Auge und Ohr dafür entwickeln, was gerade besonders lächerlich ist. **Was ist es im Moment?**

Zwei meiner letzten Glossen richteten sich gegen Vegetarier, weil sie gerade als besondere Gutmenschen gefeiert werden. Und zwar im Rahmen der Lebensmittelkandale. Dazu fiel mir ein, dass ich zu Zeiten des Rinderwahns bis nach Zürich fahren musste, um Markknochen zu essen. Derartige Auswüchse gibt es immer wieder einmal. Beispiele sind die Terrorangst oder eine Bischöfin, die mit den Taliban gerne Tee trinken würde. Die Gegenwart steckt voller Lächerlichkeiten.

Vergeht Ihnen als „Gesellschaftskritiker“ da nicht die Lust an den Mitmenschen?

Nein, denn es gibt so viele schöne Frauen und fröhliche Menschen, wenn das Wetter gut ist. Außerdem habe ich zu unserer Welt und ihren Menschen keine Alternative – ich kann mir keine Marsmenschen suchen.

Dazu passt, dass Sie über Spargelerde auf dem Mars schreiben. Klingt unglaublich.

Meine Geschichten haben immer einen wahren Kern, den ich überhöhe. In diesem Fall haben Forscher festgestellt, dass es auf dem Mars einen Boden gibt, der Spargelzucht ermöglicht. Das ist so absurd, dass ich es thematisieren musste.

Wie finden Sie diese Absonderlichkeiten? Lesen Sie 100 Zeitungen am Tag oder surfen Sie 8 Stunden im Internet?

Ein Journalist schrieb letztes über mich, „Karasek ist einer der letzten analogen Menschen“. Das stimmt wohl, denn ich brauche Zeitungen aus Papier. Deswegen lese ich jeden Tag Süddeutsche, FAZ, Hamburger Abendblatt, Die Welt und Bild, donnerstags Bunte, Stern, Gala und Zeit und montags Spiegel und Focus.

Wie viele Stunden benötigen Sie, um sich da durchzulesen?

Um alle wichtigen Themen zu überblicken, reicht es, eine große Zeitung richtig zu lesen. Das ist für mich aus Gewohnheit die Süddeutsche. In den anderen suche ich dann nur noch oberflächlich nach interessanten Begleitthemen.

In der Glosse „Die verschwundene Beilage“ nehmen Sie Ihre Vergesslichkeit aufs Korn. Gibt

es weitere Geschichten mit Einblicken in Ihr Leben?

Ja, weil ich eine Bezugsperson benötige, die ich kenne. Mich selbst. Ich weiß, wie es ist, wenn man vier Stunden auf einem zügigen Bahnsteig steht, also kann ich stellvertretend für die anderen schreiben, die da auch stehen.

Sie offenbaren Mängel der Gesellschaft. Ist Ihr neues Werk ein erhobener Zeigefinger?

Nein, das ist zu hochtrabend. In diesem Zusammenhang möchte ich passend Gustav Heinemann zitieren: „Immer, wenn man mit dem Zeigefinger auf einen zeigt, zeigen mindestens drei Finger auf einen zurück.“ Kai Wehl

Lesenswert:

Im Paradies gibt's keine roten Ampeln, Hellmuth Karasek, Hoffmann & Campe, 176 S. geb., 18 Euro.



MAG

DAS *junge* CENTER-**MaG**AZIN
DER HAMBURGER MEILE

Beauty Tipp

Maske für
weiche Haut

News Letter

Großes Jubiläums-
Gewinnspiel

Umfrage

Das wird der Frühling
unseres Lebens!

Top-Trends!

4 Outfits – sexy bis chic – wir ziehen dich von Kopf bis Fuß an!

iCool!



Das neue MaG ab sofort auf deinem Smartphone, iPad, Tablet.

www.mag-hamburg.de

Mit allen Tipps, Fotos und Anzeigen!



FRÜHLINGS- ERWACHEN



Endlich: Es wird wieder wärmer, die Winterjacke kann hoffentlich bald ganz im Kleiderschrank vergraben werden. In die Shops hält dementsprechend wieder kunterbunte frühlingfrische Kleidung Einzug. Damit Sie auch genügend Zeit haben, ausführlich in unseren mehr

als 150 Läden nach Neuheiten zu stöbern, neben wöchentlichen Öffnungszeiten von 10 bis 20 Uhr, haben wir am Sonntag, dem 27. März von 13 bis 18 Uhr für Sie geöffnet! Natürlich parken Sie auch an diesem Tag supergünstig: Denn die erste Stunde ist kostenlos, die beiden weiteren kosten jeweils nur einen Euro. Bei einer maximalen Tagesgebühr von drei Euro entfallen bei uns in der Meile die hohen Kosten für das Abstellen des Autos! Nebenbei können Sie entspannt Punkte sammeln – für unser Gewinnspiel zum „1 Jahr Meilefeeling“ läuft noch bis zum 30. April. Mitmachen ist ganz einfach: Sie sammeln eine bestimmte Anzahl an Punkten beim Einkauf in den teilnehmenden Geschäften der Hamburger Meile, kleben diese auf die Gewinnkarte und schon haben Sie die Chance, einen der coolen Preise wie eine Meilen-Harley, zwei tolle Reisen für zwei, drei komplette Meile-Stylings im Wert von 500 Euro oder tolle Wochenpreise zu gewinnen (Seite 29).

Ich freue mich, Sie in der Hamburger Meile begrüßen zu dürfen!

Herzliche Grüße Ihr

Dirk Otto
Center Manager



**MEILEFEELING
ON FACEBOOK**
GEFÄLLT MIR

Jeden Tag ein bisschen besser.

22083 Hamburg
Hamburger Str. 27
(Hamburger Meile)

Für Druckfehler keine Haftung.
10. Woche 2011
Gültig vom 11.03.
bis 26.03.2011

REWE

Hier sprudelt
die Vielfalt.

GRATIS-COUPON



Vom 11.03. bis 26.03.2011
erhalten Sie bei Abgabe dieses
Coupons eine 1,5-Liter-PET-Flasche
REWE Mineralwasser still* gratis!

*zzgl. 0.25 Pfand

Den Coupon bitte bis zum
26.03.2011 im REWE Markt
Hamburger Meile einlösen.
(Pro Person ist ein Coupon
einlösbar. Solange der Vorrat reicht.)



2 095000 063290

Für Sie geöffnet: Montag-Samstag von 7

bis **21** Uhr

www.rewe.de

TAUPE



Sexy. 1: Heiße Stiefelette, gesehen bei Tally Weijl. 2: Tailliertes Kleid von Esprit, ca. 90 Euro. 3: Modisches Tuch von Bijou Brigitte, ca. 15 Euro.

Cool. 1: Sexy Sandaletten von H&M, ca. 60 Euro. 2: Feminine Jacke von Esprit, ca. 130 Euro. 3: Modische Pants von Esprit, ca. 80 Euro. 4: Gehäkelte Mütze von Cubus, ca. 10 Euro. 5: Armreifen von Bijou Brigitte, ca. 10 Euro.



I like...

Cooler Outfits – wir haben die vier Top-Colors der Saison für dich mit passenden Accessoires kombiniert. Such dir das

BLAU



Chic. 1: Hellblaue Bluse von Esprit, ca. 60 Euro. 2: Eleganter Blazer von Esprit, ca. 100 Euro. 3: Sexy Jeans-Shorts, gesehen bei Tally Weijl. 4: Azurblauer Nagellack von essie bei Douglas, ca. 15 Euro. 5: Capri Sandalette von Görtz, ca. 70 Euro.




BEIGE

Das gibt's
alles in der
Hamburger
Meile

Beste aus und zieh dich an!

Trendy. Der Frühling weckt die Lust auf frische Mode: Jeans-Shorts mit passenden Accessoires, gesehen bei Vero Moda.



Sportlich. 1: Abendtasche von Bijou Brigitte, ca. 15 Euro. **2:** Stylish Hasbeens, gesehen bei H&M. **3:** Tanktop von Cubus, ca. 5 Euro. **4:** Shorts von Cubus, ca. 20 Euro. **5:** Uhr mit Strasssteinen versetzt von Bijou Brigitte, ca. 25 Euro.

WEISS


Menschen in der hamburger | meile



Anna (28): „Ich hoffe, dass die Sonne für mich in diesem Frühling auch im übertragenen Sinne scheint – ich hätte gern einen neuen Job.“

Donata (16), Nadja (17) und Ravina (16): „Bunte Röcke, luftige Kleider, keine Mützen und Schals mehr – wir shoppen jetzt schon gerne Frühlingsmode!“

Karim (12) und Vincent (12): „Wir freuen uns darauf, endlich wieder draußen Fußball spielen zu können.“



Olivia (30): „Ich freue mich auf die bunten Blumen und die singenden Vögel.“

Frühlingsfreuden

Sonnenschein, bunte Blumen, luftige Mode, draußen sein und singende Vögel – warum freut ihr euch auf den Frühling? Wir haben uns wieder bei euch in der Hamburger Meile umgehört.



Anne (20): „Ein Spaziergang an der Alster ohne zu frieren – traumhaft!“



Nicole (40): „Ich vermisse die Wärme so sehr und freue mich darauf, abends länger auf der Terrasse zu sitzen.“



Wiebke (22), Claudia (24), Julia (22) und Rebecca (21): „Gemeinsam zu grillen und die Sonne genießen – das wird schön!“

1 Jahr Meilefeeling

Noch bis zum 30.04. erhältst du bei deinem Einkauf in der Hamburger Meile in fast allen Geschäften einen Meilenpunkt. Wenn du diese sammelst, kannst du dir, mit etwas Glück, einen der großartigen Preise des 1 Jahr Meilefeeling-Gewinnspiels schnappen.

Abgefahrene Preise:



Es warten total angesagte Preise auf dich:

1. Preis: Coole Meilen-Harley

2. Preise: 2 x eine Reise für 2 – ins „Hard Rock Hotel“ auf Bali oder ins „Laura Beach“ auf Zypern

3. Preise: 3 komplette Meilestylings im Wert von je 500 €

Außerdem verlosen wir während der 10 Wochen wöchentlich eine Microsoft x-box 360 kinect und 50 unserer coolen Meile-Bags. Die Wochengewinner werden an der Information im Center und auf unserer Homepage bekannt gegeben. Die wöchentlichen Gewinner nehmen natürlich weiterhin an der Hauptverlosung teil.

Die Übergabe der Gewinne wird am 7.5. zusammen mit Alsterradio und XFM stattfinden.

Teilnahmemöglichkeiten

So funktioniert das Meilenrallye-Gewinnspiel!

Wenn du Meilenpunkte sammeln möchtest, brauchst du zuerst eine **Gewinnspielkarte**:

Diese werden im Center von unserem Meili und Hostessen verteilt, außerdem liegen sie an der Info und in den meisten Geschäften aus. Online kannst du dir die Karte auf unserer Homepage www.hamburger-meile.com einfach herunterladen und ausdrucken. Du kannst sie auch auf der Rückseite bei uns im Magazin ausschneiden! Dann nur noch Punkte sammeln, auf die Preise, fertig – los!

Wie sammle ich Punkte?

Bei jedem Einkauf in fast allen Geschäften der Hamburger Meile erhältst du auch automatisch einen **Meilenpunkt**. Dabei spielt die Einkaufssumme keine Rolle. Diesen Punkt klebst du in eines der vorgesehenen Felder auf deiner Gewinnspielkarte. Hast du **10 Punkte** gesammelt, ist deine Karte teilnahmeberechtigt und du musst sie nur noch ausfüllen und in die Gewinnspielbox an der Information werfen. Du darfst natürlich auch mit mehreren Karten am Gewinnspiel teilnehmen.

Meile auf Facebook:

Finde die Hamburger Meile auf Facebook. Suche einfach Hamburger Meile und durchstöbere uns auch im Internet!

Verkaufsoffener Sonntag:

Am 27. März haben alle Geschäfte in der Zeit von 13 bis 18 Uhr für dich geöffnet. Reichlich Zeit zum Bummeln und Stöbern in den Shops und Genießen in der Food-Meile.

Der MaG Bastel-Tipp

Frühlingstfrischer Teint selbstgemacht!

Die Heizungsluft und die kalte Jahreszeit trocknet unsere Haut aus. Zu Beginn des Frühjahrs willst du wieder frisch aussehen? Dann probiere einfach unser Maskenrezept aus – im Nu kannst du eine **Mandelmaske** selbst anrühren. Zauber deine Haut wieder geschmeidig weich!

So wird's gemacht:

Was du benötigst:

Gehackte Mandeln, Eigelb, Honig und heißes Wasser
Die meisten Zutaten hast du bestimmt zu Hause.

- 1 Du nimmst drei Esslöffel gehackte Mandeln und gibst sie in eine Kaffeemühle, sodass sie zu Pulver verarbeitet werden.
- 2 Die gehackten Mandeln verrührst du mit einem Eigelb und einem Teelöffel Honig. Dann gibst du nach und nach etwas heißes Wasser hinzu, bis die Mischung zu einer zähen, streichfähigen Masse wird.
- 3 Bevor du die Mandelmaske auf dein Gesicht aufträgst, solltest du dein Gesicht, Hals und Dekolleté sorgfältig reinigen.
- 4 Lass die Maske circa 20 Minuten einwirken und wasche sie danach gründlich ab.

Bei sehr trockener Haut wendest du die Maske zwei Mal die Woche an. Bei normaler Haut reicht eine wöchentliche Behandlung. Viel Spaß beim Pflegen!

Bevor du die Maske aufträgst, solltest du dein Gesicht gründlich reinigen, zum Beispiel mit der Reinigungsmilch von frei.





Edel. Goldene Herzkette, gesehen bei H&M.

Blütenzauber. Blumen-Ring von Bijou Brigitte, ca. 8 Euro.



Verspielt. Armband von H&M, ca. 25 Euro.

Für den Frühling

Eleganter Schmuck in goldenen Farben ist Trend des Frühlings. In Kombination mit dezenter Mode und natürlichem Make-up ein echter Hingucker in dieser Saison!

Tierisch. Kette von Bijou Brigitte, ca. 8 Euro.



Goldene Vielfalt an Arm, Finger, Hals und Ohr, gesehen bei Bijou Brigitte.



Anzeige

Das Ende einer Ära – Vegas verabschiedet sich

„Guten Tag, ich stehe Ihnen sofort zur Verfügung,“ sagt die elegante Dame hinter dem Tresen. Petra Petrovic berät die Kundin mit fühlbarer Passion für den Schmuck, den Sie in ihrem Laden anbietet. „Angefangen hat alles vor 28 Jahren in Eppendorf,“ sagt sie „damals noch unter dem Namen Konfetti.“ Als Gründungsmitglied des Kaufrausches bot sie damals amerikanischen Modeschmuck aus den 20ern an. Unter dem Namen „VEGAS-Modeschmuck“ präsentiert Frau Petrovic hochwertigen internationalen Designerschmuck, den sie mit sicherem Händchen aus Italien, Frankreich

und den USA einkauft. Seit 2005 bietet VEGAS nun Edles aus allen Epochen im HANSEVIERTEL an. Ihre eigenen Ansprüche an Design und Qualität treffen bis zuletzt den Nerv der Kunden. „...bis zuletzt? Ja – leider wird VEGAS die Pforten bald für immer schließen. „Andere Aufgaben warten...“, sagt sie und grinst fröhlich. „Es ist an der Zeit in Rente zu gehen.“ Ihre beiden „Mädels“, wie Frau Petrovic sie liebevoll nennt, sind alles andere als glücklich darüber. „Aber es gibt einen großen Ausverkauf, und wir hoffen, dass der Laden dann noch einmal richtig brummt!“



Schlussverkauf von einmaligen Unikaten



Die edle Welt der Farben geht in Rente...



Unikat-Modeschmuck aus Italien, Frankreich und USA.

Ab jetzt noch mal viele Sonderangebote - Schmuck und Accessoires - bis der Laden leer ist - Im HANSEVIERTEL!

Wir freuen uns auf Sie!

Petra Petrovic und das VEGAS-Team



Wissenswertes über Pöseldorf

Ein hochinteressanter, idyllischer Stadtteil mit einer wechselhaften Geschichte – das ist Pöseldorf. An dieser Stelle präsentiert das Alster-Magazin erstaunliche Infos über das Quartier, die nicht nur für Pöseldorfer zum Allgemeinwissen zählen sollten.

Warum der Name? „Pöseln“ bedeutet „herumfuhrwerken, wuseilig hantieren“. Die Bezeichnung rührt wohl noch aus der Zeit, als die Gegend ein ausgedehntes Gartengebiet war. Ein Gartengebiet, das 1813 großteils einem Brand zum Opfer fiel. Daraufhin wurde der Stadtteil ausgebaut zur heute bekannten Mischung aus Gassen und Sträßchen sowie prächtigen Villen. Um 1960 wurde ein weiterer, definierender Schritt in der Entwicklung Pöseldorfs ge-

nommen: Der Antiquitätenhändler Eduard „Edu“ Brinkama begann, das Quartier aufzuwerten. Alte Handwerksbetriebe wurden saniert, heruntergekommene Villen aufgepöppelt. Dies lockte zu einem die Betreiber höherklassiger Läden und Boutiquen, zum anderen Bauinvestoren an, die das Stadtbild um damals moderne Betonbauten ergänzten. Aus Pöseldorf war „Schnöselndorf“ geworden – eine Touristenattraktion, die allerdings einiges von ihrem einstigen Ambiente verloren hat. Wenn auch heute internationale Größen wie Jil Sander Pöseldorf bewohnen, lohnt es sich vielleicht ab und zu, sich ins Gedächtnis zu rufen, dass an dieser Stelle vor zweihundert Jahren noch ganz einfache Leute herumgepösel haben... *cl*

Perfektion in Haarkunst

Aktion Naturlichter (Strähnen)

Erleben Sie Shemsi Shalas eigens kreierte Naturlichter voller Lebendigkeit und Natürlichkeit!



- Kein sichtbarer Ansatz
- Schont die Haarstruktur
- Brillante Leuchtkraft und Glanz
- Weiche, natürliche Schattierung und Konturen

SHEMSI SHALA

IDEEN FÜR SCHÖNES HAAR

10 Euro – Gutschein für Naturlichter

exklusiv für Alster-Magazin-Leser

Pro Person nur ein Gutschein pro Besuch. Gültig vom 11.03. - 11.04.2011

Shemsi Shala | Mittelweg 41c | 20148 Hamburg | Tel.: 040 - 41497331
 Öffnungszeiten: Mo bis Samstag 9:00 – 21:00 Uhr. Termine nach Vereinbarung.
 Besuchen Sie unsere neue Homepage: www.shemsishala.de



Feli Moo & Lou
 LUST AUF SPIELEN



Entdecken Sie die neue Lust auf Spielen für und mit Ihren Kindern in unserem Spieleparadies.

Wir führen wunderschönes Spielzeug von bekannten Marken wie: HABA, Spiegelburg, BRIO, Schleich, Käthe Kruse, fagus, PUKY, sigikid und viele mehr...



Es beginnt die Draußenzeit – Sandspielzeug „Made in Germany“ von



Spielzeiten: Mo. - Fr. 10.00 - 18.30 Uhr
 Sa. 10.00 - 14.00 Uhr

Mittelweg 155 • 2 Kundenparkplätze vorhanden!



Einen „gemischten Salat“ aus venezianischen Serenäden und Barcarolen, unter anderem auch von Gioacchino Rossini, bietet die Hochschule für Musik und Theater.

„Art music“ in Pöseldorf

Auf dem Spielplan an der Hochschule für Musik und Theater geht es auch in März und April wieder hoch her. Von litauischen Gastorchestern bis zu Konzerten mit venezianischem Flair kann sich jeder seine Portion Hochkultur abholen. Wir verraten, worauf Sie sich freuen können!

NICO ist das Kürzel für das **New Ideas Chamber Orchestra** aus Litauen, das am 19. März in der HfMT in Pöseldorf, Harvestehuder Weg 12, gastieren wird. Ins Leben gerufen wurde das Kammerorchester von dem Komponisten und Dirigenten Gediminas Gelgotas, seinerseits ein HfMT-Alumnus. Von ihm stammen auch die meisten der Kompositionen, die man am besten als „zeitgenössische art music“ bezeichnen kann. Allerdings hat die Gruppierung auch passende Werke von Johann Sebastian Bach bis Arvo Pärt im Repertoire. Als Vilnius 2009 den Titel „Kulturhauptstadt Europas“ an das Ruhrgebiet ab-

trat, spielte NICO auch dort. Das Konzert beginnt um 19 Uhr im Raum 12 (Altbau), der Eintritt ist frei!

„**Insalada mista**“ nennt sich selbstironisch eine Aufführung der HfMT am 7. April, bei der „**Serenate e Barcarole veneziane**“ zum Besten gegeben werden. Auf dem Programm stehen unter anderem Werke von Claudio Monteverdi und Giacchino Rossini. Die Veranstaltung findet um 20 Uhr im Spiegelsaal des MKG statt, der Eintritt ist frei. Weitere Informationen zu den Veranstaltungen der HfMT auf www.hfmt-hamburg.de im Internet!

Messerschleifen und Weinglas-Tasting bei Gebr. Jürgens

Am nächsten **verkaufsoffenen Sonntag**, dem 27. März, bietet der Haushaltswarenladen **Gebr. Jürgens**, Mittelweg 125, von 13 bis 18 Uhr zwei echte Highlights. Ein Profi des namhaften Messerherstellers Herder demonstriert vor Ort das Reiden – Montage von Griff und Klinge – sowie das Schleifen von Klingen. Spannend anzuschauen! Zum Mitmachen ist hingegen der nächste Programmpunkt: „Ein Weinglas-Tasting der Glasmanufaktur Eisch. Sie stellt Sensis-Gläser mit unterschiedlich behandelten Innenflächen her. Es ist wirklich erstaunlich, welchen Einfluss die Art der Innenfläche auf das Bouquet von Wein hat. Machen Sie bei uns den Test, Sie werden erstaunt sein“, verspricht Inhaber Oliver Jürgens. Mehr Informationen gibt es unter **Tel.: 44 31 97** und www.gebrueder-juergens.de.



Messer und Gläser sind Thema bei Gebr. Jürgens



Hier könnte auch Ihre Anzeige stehen!

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

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

Ihre Sicherheit in guten Händen

Sicherheitsberatung
Family Office /
Sicherheitsmanagement
Ganzheitliche
Immobilienkonzepte

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

Alster med

GESUNDHEIT FÜR DIE MENSCHEN AN DER ALSTER

Anzeigen



Norbert Hübner



Susanne Jeß

Expertentipp von Susanne Jeß und Norbert Hübner, Hamburger Coaching Contor

Ihr perfekter Auftritt für die berufliche Veränderung!

Nur rund 20% aller Arbeitnehmer in Deutschland finden Freude und Erfüllung in ihrer aktuellen beruflichen Aufgabe. Vier von fünf Arbeitnehmern haben hingegen innerlich gekündigt, liebäugeln mit einer beruflichen Veränderung oder sind bereits aktiv auf der Suche nach einem neuen Arbeitgeber. Sie gehören zu dieser Gruppe? Dann werden Sie Interesse an einem perfekten zu Ihnen passenden Auftritt am Arbeitsmarkt haben. Gönnen Sie sich dafür ein individuelles Bewerbungscoaching. Insbesondere dann, wenn Sie sich seit längerem

nicht mehr beworben haben oder noch nicht genau wissen, wohin Ihre „Reise“ gehen soll. Was kann ein Bewerbungscoach leisten? Ein guter Bewerbungscoach strukturiert sein Angebot in mehrere Phasen. Aus diesen können Sie entsprechend Ihres Handlungsbedarfs auswählen:

- Geht es Ihnen um die Optimierung Ihrer Unterlagen?
- Wollen Sie sich auf ein Bewerbungsgespräch vorbereiten?
- Suchen Sie Bewerbungsstrategien jenseits von Jobbörsen und der Tagespresse?
- Geht es Ihnen darum, den Blick

zu weiten und zusätzliche Suchfelder zu erkennen, die Sie bisher nicht in Ihrem Fokus hatten? Bei all diesen Aspekten kann ein Coach Sie unterstützen, indem er die für Ihre Zielerreichung erforderlichen Bausteine sinnvoll zusammenstellt. Worauf kommt es bei der Auswahl Ihres Coaches an?

- Achten Sie darauf, dass Sie keine Paketlösung „von der Stange“ bekommen – Ihr zukünftiger Coach sollte erkennbar willens und in der Lage sein, auf Ihre gezielten Anforderungen einzugehen.
- Über welchen beruflichen Hin-

tergrund verfügt Ihr zukünftiger Coach? Es ist für Sie u.a. von Vorteil, wenn Ihr Coach eigene praktische Erfahrungen als Personalentscheider verfügt und Ihnen daraus vermitteln kann, auf was es „ankommt“. In dieser Form gut beraten sind Sie bestens aufgestellt, selbstbewusst einen gewinnenden ersten Eindruck bei Ihrem zukünftigen Arbeitgeber zu hinterlassen.

Siehe auch Anzeige auf Seite 3.

Rückenprobleme? Hexenschuss? Bandscheibenvorfall? Tennisellenbogen?



Peter Glatthaar, Arzt

ist ausgebildet in Osteopathie und orthopädisch manueller Therapie (OMT) nach Maitland. Er behandelt Sie mit weichen Mobilisationen der Wirbelsäule, neurodynamischen Techniken und der Erfahrung 20-jähriger Praxis.

Peter Glatthaar

Borsteler Bogen 27 • 22453 Hamburg
www.maitland-praxis.de
Private Kassen und Selbstzahler.

Telefon 040 / 57 00 88 95

Arztpraxis mit angeschlossener
KG-Praxis und Fitness-Studio

Massagepraxis Gebhardt



Energetische Massage
Akupressur Behandlung
Fußreflexzonen Massage
Massage mit Klangschalen

im GesundheitsForum

Gertigstr. 28 - HH Winterhude
040 270 55 58 + 0172-42 16 850
www.massagepraxis-gebhardt.de
zum Kennenlernen
1 Massage - 40 Minuten 20 Euro



**FLUTKATASTROPHE
IN PAKISTAN
Helfen Sie Menschen, die
alles verloren haben!**

**Mit 5,- Euro* per SMS helfen.
Stichwort: SOFORT an 81 190.**

*5,- Euro pro SMS zzgl. der SMS-Versandgebühr Ihres Anbieters. Davon gehen 4,83 Euro an die Welthungerhilfe.

Für eine Spende per Überweisung, verwenden Sie bitte das Stichwort: Nothilfe Pakistan, BIZ 370 501 98, Konto 1115 Welthungerhilfe – Der Anfang einer guten Entwicklung

Jünger aussehen, festere Konturen, eine schlanke und straffe Körpersilhouette

- gezielter Fettabbau (Ultraschall)
- effektive Cellulitebehandlung LPG-System
Probebehandlung möglich
- Profi-Mikrodermabrasion – die Frühjahrskur
für Ihr Gesicht, Schnupperpreis (bis 16. April)
49 € ~~60€~~
- Permanent Make-up



Sylvia M. Bickmeier
Maria-Louisen-Str. 43
Tel. 040 / 34 83 31 52
www.juenger-aussehen-hamburg.de



Expertentipp von Dr. Dieter Schiwietz, Spezialist für kosmetische Operationen

Ist eine Fettabsaugung/Liposuktion gefährlich? Und bin ich dafür zu alt?

Nach über 30 Jahren bietet die Fettabsaugung heute eine sichere und optimale Methode für die individuelle Körperformung. Sport oder spezielle Diäten beeinflussen nur das Volumen einer Fettzelle. Bei erneuter Kalorienbelastung füllen sich die Fettzellen aber wieder (Schaukeldiät). Dagegen werden sie bei einem gezielten Absaugen der Fettpolster an Armen, Bauch oder Beinen dauerhaft entfernt. Bei einer Fettschürze z.B. empfiehlt sich eine gleichzeitige Hautstraffung. Ebenso wie in den

USA wird von vielen Patienten bei kosmetischen Operationen zunehmend die „Awake-Surgery“ gewünscht. Bei dieser Methode bleibt der Patient unter einer speziellen örtlichen Betäubung wach und ansprechbar. Mit feinen 3-4 Millimeter-Kanülen können alle Fettpolster schmerzfrei abgesaugt werden. Das Narkoserisiko wird reduziert und der Patient spart Kosten für Klinik-Übernachtungen, da er am selben Tag wieder nach Hause entlassen werden kann. Für ein rasches Abklingen

möglicher Schwellungen ist ein Kompressionsmieder hilfreich. Auch ältere Patienten (das biologische Alter zählt) können durch Liposuktion erfolgreich ihr Risiko-Bauchfett reduzieren, beweglicher werden und auch gesundheitliche Vorteile erreichen. Blutungen treten nicht auf und Infektionen sind eine seltene Ausnahme. Um unrealistische Erwartungen bei den Patienten zu vermeiden, sind bei der Beratung „Vorher-Nachher-Bilder“ besonders hilfreich. Technische Fehler bei der Liposuktion

können zu Wellen und Dellen und damit zur Enttäuschung über das Ergebnis führen. Die kosmetische Chirurgie ist eben auch ein Handwerk, es gibt gute und bessere Techniker. Deshalb sollten Patienten darauf achten, für die Behandlung einen besonders erfahrenen Spezialisten auszuwählen.




DR. KATHARINA DORANDT
ZAHNARZTPRAXIS
FÜR KINDER

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



Aus den USA wieder in Hamburg/Pöseldorf
DR. MED. DIETER SCHIWIEZ
PRIVATPRAXIS FÜR KOSMETISCHE OPERATIONEN

Wünschen Sie einen schonenden kosmetischen Eingriff, der Ihre höchsten Ansprüche erfüllt? Vertrauen Sie auf meine internationale, über 25-jährige Erfahrung mit vielen tausend Operationen: Bodystyling, Brustästhetik, Facelifting, Augenlider, Botulinum, Lippen-, Wangenformung, Intimchirurgie u.a.

Weitere Informationen auf meiner Webseite:
www.dr-schiwietz.de



Milchstraße 4 · 20148 Hamburg · Tel. 040-67 30 10 26

Augendiagnostik
Zentrum



ANDREAS OTTO
FACHARZT FÜR AUGENHEILKUNDE




Jetzt neu bei uns:
Optomap®-200c

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

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



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



Was ist Stress?

Stress bedeutet eine Höchstleistung für den Körper – ist es zu viel, werden wir krank!

Nahezu jeder Mensch kennt die Situation: Aufgaben häufen sich, die Woche müsste eigentlich acht Tage haben und man weiß gar nicht, wo einem der Kopf steht – Stress! Was Stress auslöst und was im Körper passiert, hat das Alster-Magazin für Sie herausgefunden.

Das Herz rast, der Atem wird schneller, die Muskeln verspannen. Unter Stress reagieren wir mit einem alten biologischen Mechanismus, der uns fit macht, damit wir in einer schwierigen Situation bestehen können. Stress entsteht, wenn wir glauben, einer Situation nicht gewachsen zu sein. In einer Gefahrensituation reagiert unser Kopf blitzschnell. Wir analysieren die Anforderungen der Situation und schätzen sie aufgrund unserer bisherigen Erfahrungen ein. Sind wir bisher mit ähnlichen Situationen gut zurecht-gekommen? Dann werden wir die aktuelle Lage als wenig belastend empfinden. In Stress kommen wir, wenn wir die Belastung nicht bewältigen können – oder glauben, das nicht zu können. Schon das Gefühl „Ich schaff das nicht“ reicht dafür aus. Dann steigen zum Beispiel Blutdruck und die Muskelspannung, das Herz schlägt schneller, und wir atmen

heftiger. Der Verdauung dagegen wird zurückgefahren.

Auf die Dosis kommt es an
Unter Stress versteht man im Allgemeinen die negativen Folgen bei Überforderung. Aber auch durch permanente Unterforderung können Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen entstehen, die Stress auslösen. Dazwischen befindet sich der Bereich, in dem sich der Mensch mit den Herausforderungen wohlfühlt, die an ihn herangetragen werden. In diesem Bereich sind wir maximal leistungsfähig und fühlen uns aktiv und ausgeglichen.

Stress ist also nicht nur negativ

In der richtigen Dosis kann er zu Höchstleistungen anspornen, etwa beim Leistungssportler. Auch das berühmte Lampenfieber hat schon so manchen Künstler auf der Bühne beflügelt. Erst das Zuviel macht krank.



Der Mensch gerät in eine Stresssituation, wenn er Aufgaben nicht gewachsen ist oder es zu viele auf einmal sind.



Der Mensch isst nicht nur, wenn er Hunger hat – auch Trauer und Stress sind Gründe für den übermäßigen Verzehr von Nahrung.

Essen zwischen Kopf und Bauch

Wir essen nicht nur, weil wir hungrig sind. Wir essen auch, wenn wir traurig, gelangweilt, zufrieden oder gestresst sind. Es spielt eben nicht nur eine Rolle, was und wie viel wir essen, sondern auch warum und wie wir essen. Mit diesen Zusammenhängen unseres Essverhaltens beschäftigt sich die Wissenschaft der Ernährungspsychologie.

An Wissen über das, was eine gesunde und ausgewogene Ernährung ausmacht, mangelt es nicht. Und über das entspre-

chende Nahrungsmittelangebot können wir uns auch nicht beklagen. Und dennoch: Laut Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz sind in Deutschland etwa 37 Millionen Erwachsene und rund zwei Millionen Kinder und Jugendliche übergewichtig oder fettleibig. Ein Viertel leidet an Herz-Kreislauf-Erkrankungen einschließlich Bluthochdruck. Es gibt rund vier Millionen Zuckerkrankte. Jedes fünfte Kind oder jeder fünfte Jugendliche leidet an einer Essstörung.

Anzeige

Die besten Treatments für eine tolle, feminine Ausstrahlung



Endlich, die ersten sonnigen Tage lassen auf einen strahlenden Frühling hoffen. Passend hierzu finden sich in den Zeitschriften luftige Kleider und sexy Bleistiftröcke, die Ihre Weiblichkeit unterstreichen möchten. Ihre innere Ausstrahlung kommt passend dazu durch ein neues, schlankeres Lebensgefühl, das Sie ganz einfach im Liegen erreichen können.

Es gibt absolut effektive Treatments, die Ihre Körperkonturen sanft modellieren und eine ganz neue Silhouette schaffen können. Ihren Lebensstil können, aber müssen Sie dafür nicht umstellen. Oft sind es nur ein paar kleine Fettpölsterchen, die stören. Dann kann eine Ultraschallbehandlung zur Fettreduktion mit stabiler Kavitation Ihre Lösung zur perfekteren Figur sein. Möchten Sie insgesamt an Umfang verlieren und

ein paar überflüssige Pfunde ganz nebenbei purzeln lassen, sind Sie wahrscheinlich eher der Typ für die Hypoxi-Methode, die Ihre Figur insgesamt formt. Zahlreiche Studien belegen für beide Methoden hervorragende Ergebnisse.

Glücklicherweise brauchen Sie in Hamburg nicht von einem Institut vom anderen zu laufen, um sich über die diversen Treatments zu informieren. Denn der Personaltrainer und Bodyforming-Experte Henrik Schünemann bietet Ihnen in seinem charmanten Studio direkt an der Außenalster neben dem klassischen Fitnesstraining eben genau alle diese Treatments zur Figurformung an, die Ihnen ganz ohne Anstrengung und Schweiß zu mehr Ausstrahlung verhelfen können. Und das ist einzigartig in Hamburg!

Sie möchten mit der neuen Frühjahrsmode um die Wette strahlen? Dann vereinbaren Sie doch einfach einen kostenlosen und unverbindlichen Beratungstermin.

Schünemann Training
Schwanenwik 14, 22087 Hamburg
Telefon 040 / 51 90 83 14
www.schuenemann-training.de
und www.hypoxi-hamburg.com



Hat jemand den Apollofalter gesehen?

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

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



Modernste Diagnostik und Therapie

hochpräzise Tumorbehandlungen • 3-Tesla Kernspin-Tomographie (3-T MRT)
digitale Mammographie (Microdosis) • Behandlung von chronischen Gelenkbeschwerden
Nuklearmedizin • Behandlung von Rückenschmerzen (PRT)

Der erkrankte Mensch steht bei uns im Mittelpunkt

STRAHLENZENTRUM HAMBURG

Medizinisches Versorgungszentrum
Langenhorner Chaussee 369 • D - 22419 Hamburg
Tel.: 040 - 244 245 80 • Fax: 040 - 244 245 844



BERATUNG • BEHANDLUNG • BETREUUNG • www.szhh.info

Schuhfan Jürgen Drews!



Der Schlagerstar besuchte den „Schuh-König“ Oliver Grey in Eppendorf. Ein Pflichtprogramm, denn: „Die Schuhe sind top!“

Oliver Grey (rechts) ist so etwas wie ein Geheimtipp. Zuerst wissen es die Promis. Es geht um rahmengenähte Herrenschuhe, mit soliden Sohlen und erstklassigem Leder. Die Leidenschaft für erstklassige Schuhe wurde Oliver Grey in die Wiege gelegt. Im eigenen Familienbetrieb aufgewachsen produziert er dort noch heute in Handarbeit: „Unsere Leute lieben ihren Job, bei ihnen sitzt jeder Handgriff“, so

der smarte Chef, der auch Gürtel und Taschen an Promis und andere verkauft. Und das äußerst erfolgreich, denn alle Schuhe sind wirklich „bezahlbar“!
OLIVER GREY, Filialen: **EKZ Nedderfeld** „Outlet“ (neben Media Markt); **Winterhuder Markt** (gegenüber U-Bahn U1), Hudtwalcker Str. 24; **Eppendorf** (Nähe Eppendorfer Baum) Eppendorfer Weg 268.
www.oliver-grey.de

So managt man Vermögen heute



Uta Kösling ist Wertpapierspezialistin der Hamburger Volksbank.

Bereits seit 150 Jahren betreut die **Hamburger Volksbank** ihre Kunden kompetent und persönlich nah. Im Jubiläumsjahr 2011 feiern die 43 Geschäftsstellen, eine befindet sich in Poppenbüttel, Heegbarg 34a, mit zahlreichen Aktionen und Angeboten. Die Finanzkrise hat die Kapitalmärkte so kräftig durcheinander gewirbelt, dass die Auswirkungen bis heute spürbar

sind. Vieles ist in Bewegung, Veränderungen bleiben an der Tagesordnung und das Tempo hat sich deutlich gesteigert. Umso wichtiger ist jetzt eine gute Beratung. Denn eine Geldanlage sollte zwei Dinge leisten: Erstens müssen sie zu den persönlichen Bedürfnissen des Anlegers passen. Zweitens sollte sie von Experten gemanagt werden, um die vielfältigen Chancen zu nutzen, die sich mit diesen Wandlungen ergeben. Mit den neuen PrivatFonds der Union Investment bietet die Volksbank ihren Kunden und vielen neuen Kunden beides. Im Einzelnen geht es darum, viele Anlageklassen zu nutzen, viele Anlageinstrumente einzusetzen, viele Ertragschancen auszuschöpfen und Expertenwissen zu bündeln. Das wirft viele Fragen auf, die eine Privatperson alleine kaum beantworten kann. Dafür ist das Team der Hamburger Volksbank da. Mehr Infos erhalten Sie unter **Tel.: 30 91 00**, auf www.hamburger-volksbank.de oder Sie schauen einfach gleich persönlich vorbei!

Hamburg vertraut „Dr. Alster“ & „Dr. Alstertal“

Hamburgs echter Gesundheitsratgeber. Das neue Heft erscheint demnächst. Hier berichten Hamburgs Ärzte über ihre Kompetenzen.

Anzeigen-Infos:
 Frau Passarge,
 Tel. 040 536 536 5



Österreichs feinste Weine gibt es auch in Harvestehude



Die Vinothek „Weinviertel“ in Harvestehude bietet kultiviertes Weintasting und Weine österreichischer Top-Winzer!

Die Highlights des größten Weinanbaugebietes Österreichs, dem Weinviertel, gibt es seit Kurzem in der gleichnamigen Vinothek in der Oberstraße 1. Von den ausgewiesenen Österreich-Weinliebhabern, Christa und Richard Klinger, mit der Wiener Verstärkung Roswitha Kappner: „Wir pflegen persönliche Kontakte zu unseren Winzern und haben laufend um die zwölf interessante Weingüter der Region Weinviertel im Regal. Feine, individuelle Tropfen, mit Charakter – handgemacht, keine Massenware!“ Mit dabei sind 15 verschiedene Grüne Veltliner,

Moderneres wie Rösler und Seltene wie Jubiläumsrebe. Die Weine können nicht nur gekauft, sondern auch verköstigt werden, mit den passenden kleinen Spezialitäten. Daneben gibt es Veranstaltungen rund um den Wein und die Winzer selbst stellen ihre Weine vor. „Die Gäste können so deren Philosophie erfahren und die Vielfalt der Anbauregion am besten kennenlernen“, sagt Richard Klinger, der diese Fakten ebenfalls spannend vermittelt. Und zwar Di.-Sa. 14-23 Uhr. Mehr Infos: **Tel. 3596 5328** und www.dasweinviertel.eu *kw*



nach der Schwangerschaft

Babyglück und Figur zurück – welche frischgebackene Mutter wünscht sich das nicht? Das muss aber kein Wunschdenken bleiben, denn mit den speziellen Fitness-Kursen im MeridianSpa wird die Mami schnell wieder fit und gewinnt ihre Figur zurück.

Gegen halb acht begrüßen Sie Ihr frisch gewickeltes und gut gelauntes Kind, bevor Ihr Kindermädchen es Ihnen wieder abnimmt, damit Sie in Ruhe Ihr gesundes, fettarmes Frühstück zu sich nehmen können. Dann machen Sie in Ihrem eigenen Fitness-Raum mit Ihrem Trainer ein paar Übungen, während Ihr Kind mit der Nanny spielt ... so in etwa kann man sich den Tagesablauf der Promimütter vorstellen und das erklärt, warum diese bereits vier Wochen nach der Geburt wieder strahlend in ihrer alten Kleidergröße auf dem roten Teppich stehen. Da hat es die normal sterbliche Mutter schon etwas schwerer, denn ausreichend Zeit, sich mit gesunder Ernährung und Fitness zu beschäftigen, hat man nach der Geburt eher nicht. Doch schon die Kombination aus Bewegung und gezielter Kräftigung mit gesunder Ernährung lassen die Pfunde schmelzen und die alte Figur in greifbare Nähe rücken. Doch wohin mit dem Kind, wenn man etwas für sich tut? MeridianSpa

macht es möglich, dass Mütter Training und Kind spielend unter einen Hut bekommen. Es gibt spezielle Kursformate wie Pilates + Baby oder Gym + Baby, in denen die Kraft und Beweglichkeit des Körpers gestärkt wird. Und das Beste ist, Babys bis zu einem Jahr können einfach mit in den Kurs genommen werden.

Und ist der Nachwuchs schon älter als ein Jahr, freuen sich die ausgebildeten Mitarbeiter in der Kinderbetreuung „Meridini“ auf die Kleinen, während die Eltern sich im MeridianSpa fit halten oder im Wellness-Bereich entspannen. Denn wie lieb man seine Kinder auch hat, eine kleine Auszeit tut gut und macht fit für

den Alltag. Und mit ein bisschen Training fühlt man sich schnell wieder wohl in seiner Haut und mal ehrlich, wer will schon auf dem roten Teppich stehen, wenn das Kleine zum ersten Mal lächelt?

WEITERE INFORMATIONEN

zum Kursangebot speziell für Mütter erhalten Sie telefonisch unter 040/65 89-0 oder im Internet auf www.meridianspa.de.



Gut betreut: In Notfallsituation ist der „Oma-Hilfsdienst“ zur Stelle.



„Notfall-Oma“

In Notfallsituationen wie z.B. im Falle einer Krankheit möchte man seine Kinder in vertrauensvollen Händen wissen. Der „Oma-Hilfsdienst“ Jung & Alt e.V. springt ein, wenn Not am Mann ist. Das Alster-Magazin hat mit **Gründerin Beate Schmidt** gesprochen und in Erfahrung gebracht, was eine Leihoma auszeichnet und wie Sie selbst zu einer werden können.

Alster-Magazin: Was genau ist der Oma-Hilfsdienst?

Beate Schmidt: Der Oma-Hilfsdienst wurde vor 30 Jahren ins Leben gerufen. In diesem Projekt werden Eltern unterstützt, indem Senioren ehrenamtlich Kinder betreuen. Zurzeit arbeiten für uns 127 Ehrenamtliche in 239 Familien hamburgweit.

Warum „Oma-Hilfsdienst“? Sind Opas da ausgeschlossen? Der Name „Oma-Hilfsdienst“ besteht seit 1979, wir haben aber auch ehrenamtliche Opas, die für uns arbeiten. Männliche Vertreter sind also durchaus willkommen.

Für wen ist eine Leihoma bzw. ein Leihopa bestimmt? Jung & Alt e.V. bietet keine fortwährende, regelmäßige Betreuung. Wir helfen immer dann, wenn die regelmäßige Betreuung nicht gewährleistet ist.

Welches sind die typischen Aufgaben?

Zu den charakteristischen Aufgaben zählen Kinder betreuen, spazieren gehen, spielen, singen, zuhören und einfach Zeit haben.

Wie lange bleibt ein Ehrenamtlicher in der Familie?

Im Falle einer unvorhersehbaren und vorübergehenden Notsituation, wie zum Beispiel bei Krankheit, Schwäche oder nach einem

Krankenhausaufenthalt kann es schon mal vorkommen, dass unsere „Oma- bzw. Opafuerwehr“ bis zu drei Wochen in der Familie bleibt, jedoch nicht länger. Zusätzlich können sie zweimal im Monat als Babysitter innerhalb der mit uns geschlossenen Vereinbarung von einer Familie „gerufen“ werden.

Wer wird typischerweise zur Leihoma, welche Voraussetzungen muss man dafür mitbringen?

Personen mit einem großen Herzen für Kinder! Zunächst aber sollten interessierte Senioren an einer Informationsveranstaltung bei Jung & Alt e.V. teilnehmen. Wer dann immer noch fest entschlossen ist mitzuhelfen, bringt uns ein erweitertes Führungszeugnis sowie eine Arztbescheinigung eines Arztes seines Vertrauens, woraus hervorgeht, dass aus ärztlicher Sicht einer Kinderbetreuung nichts im Wege steht. *et*

Leihoma werden:

Wenn Sie Interesse daran haben, den Oma-Hilfsdienst in Anspruch zu nehmen oder sogar selbst zur Leihoma oder zum Leihopa zu werden, dann finden Sie mehr Infos unter Tel.: 251 77 33 oder auf www.jaz-ev.de.

SENIOR aktiv Hamburg
Praktische Dinge fürs Leben

Riesen-Auswahl aus 1.000 Artikeln

Großtasten-Telefone, PCs u. Handys mit Einrichtungs-Service
Lese-Lupen • Geräte mit Sprachausgabe
XXL- Spiele • viele praktische Haushaltshelfer

Steinstr. 13a, Hamburg-Innenstadt, Tel.: 76796660
www.senior-aktiv-hamburg.de
Öffnungszeiten: Montag-Freitag 10.30 - 18.00, Samstag 10.00 - 14.00 Uhr

HÖRGERÄTE

Sofort hören!

Kleinste Ohr-Inlays zum kostenlosen Soforttest!

Sie haben nichts hinter den Ohren, nur unsichtbar in den Ohren!

audeXmed HörSysteme
Meisterbetrieb
Dipl.-Ing. W. Lipski

Hamburg-City i. H. Optik Renken
Großer Burstah 46-48, Tel.: 040/37 50 37 20
U-Bahn: Rödingsmarkt (ca. 50 m)
S-Bahn: Stadthausbrücke (ca. 150 m)

Harburg, Bremer Straße 5
Tel.: 040/33 31 97 50
www.audexmed.de



Skurrile Rechtsfälle:

Der Katzenkönig vom Sirius

Die deutsche Rechtsprechung ist voller sonderbarer und skurriler Fälle. Zwei besonders schöne wollen wir Ihnen vorstellen. Beide Male wurden Menschen wahnwitzige Ideen eingeredet – einmal endete es fast mit einem Mord, ein anderes Mal beinahe mit Selbstmord!

Der Siriusfall ist ein beliebtes Fallbeispiel bei Jurastudenten, geht es doch nicht nur um die Frage, wann eine Tötung eine Tötung ist, sondern hat äußerst bizarren Inhalt. Ein Mann redete über lange Zeit einer Bekannten ein, er komme vom Stern Sirius und habe den Auftrag, besondere Menschen zum Sirius zu befördern. Auch der Frau sei ein solches Weiterleben möglich, sofern sie an einen obskuren Mönch 30.000 DM zahle. Die junge Frau nahm einen Kredit auf – den der Mann selbst verprasste. Als sich die Frau nach dem Fortschritt der Angelegenheit erkundigte, erklärte der Mann, es sei schwieriger als gedacht. Sie sollte zunächst ihren bisherigen Körper verlassen und in einen neuen einziehen, der andernorts für sie bereitstehe. Um in ihrer neuen Existenz Geld zu haben, sollte sie eine Lebensversicherung abschließen und dem Mann 4.000 DM in bar vorschießen. Die Frau tat all dies und versuchte sich daraufhin, von dem Mann telefonisch angeleitet, in der Badewanne durch einen Fön umzubringen – was nicht funktionierte.

Das Urteil: Der Mann wurde u. a. wegen versuchten Mordes, Betrugs und vorsätzlicher Körperverletzung zu sieben Jahren Haft verurteilt. Er wurde damit ausdrücklich nicht als Anstifter bestraft, sondern als Täter.

Auch im Katzenkönigfall wurde ein leichtgläubiger Zeitgenosse von der Existenz überirdischer Mächte überzeugt. Diesmal erklärten ein Mann und eine Frau einem mit ihnen zusammenlebenden Polizeibeamten, dass der „Katzenkönig“, eine überirdische, böse Gestalt, die Welt bedrohe und nur der Polizist sie retten könne. Dazu müsse ihr ein Menschenopfer, in Gestalt einer Verkäuferin in einem Blumenladen, gebracht werden. In Wirklichkeit handelte es sich bei der Blumenhändlerin um die neue Frau des Ex-Freundes der Manipulatorin. Der Polizist tat wie ihm geheißen, betrat den Blumenladen und verletzte die Verkäuferin mit zwölf Stichen in Gesicht, Hals und Körper schwer.

Das Urteil: Wie auch der Mann im Sirius-Fall wurde das Pärchen nicht nur als Anstifter, sondern als mittelbare Täter verurteilt. Beide bekamen lebenslange Freiheitsstrafen. Der Polizist wurde wegen versuchten heimtückischen Mordes verurteilt – auch wenn er zum Tatzeitpunkt dachte, der „Katzenkönig“ bedrohe Millionen von Menschen, sei er dennoch imstande gewesen, das Unrecht seines eigenen Handelns einsehen zu können. Dank erheblich verminderter Schuldfähigkeit belief sich seine Strafe schließlich auf neun Jahre Haft.

BORNHÖFT & SIEBKE Steuerberater

- Existenzgründerberatung
- Buchführung (auch Lohnbuchführung)
- Jahresabschluss / betriebliche Steuererklärung
- Einkommensteuererklärung (auch für Rentner)
- Erbschaftsteuer – Beratung (Strategie)

Stresemannallee 116 · 22529 Hamburg-Eimsbüttel
Tel. 040 / 56 10 81 · Fax 560 25 63

DIPL.-KFFR. BIRGIT MARTENS
STEUERBERATERIN



TÄTIGKEITSSCHWERPUNKTE:

- EINKOMMENSTEUERERKLÄRUNGEN
- BUCHHALTUNGEN / JAHRESABSCHLÜSSE FÜR KLEINE UNTERNEHMEN / FREIBERUFLER
- HOL- UND BRINGSERVICE
- HAUSBESUCHE NACH WUNSCH



VON-ESSEN-STRASSE 58
22081 HAMBURG
TEL.: 040 / 603 12 01
MOBIL: 0171 / 715 26 24
BIRGITMARTENS@T-ONLINE.DE

GIESE RECHTSANWÄLTE

Hans J. Giese

- Fachanwalt für Erbrecht
- Zertifizierter Testamentsvollstrecker (AGT)
- Praxis für Erb- und Familienrecht
- Erbrecht, Testamentsvollstreckung, Unternehmensnachfolge
- Familien-, Unterhalts-, Scheidungsrecht

Borsteler Chaussee 17-21
22453 Hamburg
Tel.: 4 22 88 00 • Fax: 4 22 69 27
www.rechtsanwalt-giese.de
kanzlei@rechtsanwalt-giese.de



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

Heuser & Scheffler Rechtsanwälte • Fachanwälte

MARC SCHEFFLER
Rechtsanwalt/Fachanwalt für Verkehrsrecht

FRANK E. HEUSER
Rechtsanwalt/Fachanwalt für Familienrecht

Wrangelstr. 111
20253 Hamburg
Email: info@ra-heuser.de

Tel. 040 - 422 41 61
Fax 040 - 422 41 66
Internet: www.ra-heuser.de



Pflanzen für den Wintergarten



Nicht nur für den Menschen bietet der Wintergarten ein ideales **Wohlfühl-Klima**, auch Pflanzen können sich im **lichtdurchfluteten Glashaushaus** wohlfühlen. Aber welche soll man nehmen und wie sie pflegen? Das Alster-Magazin gibt Antwort!

Sowohl Blumen mit frischen Farben als auch größere Pflanzen wie der pflegeleichte Bambus geben, richtig eingesetzt, einem Wintergarten Charakter und Atmosphäre.

Primeln oder Palmen?

Die einen sind mit ein paar kleinen Topfpflänzchen zufrieden, die anderen wollen aus ihrem Wintergarten gleich ein tropisches Paradies machen – mit Palmen, Schlingpflanzen und allem, was dazugehört. In solchen, fraglos reizvollen, Urwäldern gibt es jedoch eine Sache, die beachtet werden muss: das Licht. Zwar hat der ideale Wintergarten davon mehr als genug, doch ein dichtes Blätterdach aus Palmen kann dem schnell ein Ende machen und kleinere Pflanzen benachteiligen. Hier sollte man sich gut überlegen, welchen Topf man wohin stellt. Außerdem ist es nötig, dass man sich im Klaren darüber ist, in welchem klimatischen Zustand man seinen Wintergarten halten will oder kann – abhängig davon, welche Luftfeuchtigkeit und Temperatur Sie in Ihrem Wohlfühlzentrum haben wollen, sollten Sie Ihre Pflanzen auswählen. Das tropische Klima, das Palmen bevorzugen, ist für andere Pflänzchen Gift, und wenn Sie Ihren Wintergarten in der kalten Jahreszeit weniger oder gar nicht beheizen, kann das Pflanzen aus wärmeren Gefilden den Rest geben. Also Vorsicht vor Impulskäufen. Vorausdenken ist angesagt!

Ein Beet für drinnen?

Zuweilen entscheiden sich Wintergartenbesitzer, im Inneren ihres Wintergartens ein ganzes Blumenbeet anzulegen, das sie dann nach Herzenslust bepflanzen können. Nachteil: Der Platz, der für das Beet verwendet wird, ist anderweitig verloren – man kann beim Ummöblieren des Gartens das Beet nicht so leicht versetzen wie einen Blumenkübel. Einer der Vorteile ist hin-

gegen in der Bewässerung zu sehen: Kübel und Töpfe müssen einzeln begossen werden, beim Beet geht das in einem Rutsch – falls gewollt, sogar mit einer Bewässerungsanlage. A propos...



SUN CONCEPT!
Sicht- und Sonnenschutztechnik

Richtig mit der Sonne umgehen...



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

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

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

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



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



M • KUMMERfeld ff INH • A • HARTfiel

SCHLOSSEREI • METALLBAU

WWW.FF-METALLBAU.DE



Fotos: Grünes Presseportal

Welches Wasser?

Am besten wäre hier, wie übrigens auch im Freiluft-Garten, Regenwasser geeignet. Das hat zum einen viel weniger Kalk als unser Leitungswasser, zum an-

deren kostet es nichts. Gerade in den Sommermonaten brauchen Wintergartenpflanzen einiges an frischem H₂O, es ist also sehr wichtig, sich mit dem Gießen ihren Bedürfnissen anzupassen.^{cl}

Ihr Fenster

Gardinen und Stoffe
Gardinenstangen und Schienen
Rollos und Raffrollos
Jalousien (auch aus Holz)
Faltstores/Plissees

Wir messen und montieren
Tel.: 040/480 10 31
www.freund-raumgestaltung.de



Hat jemand den Apollofalter gesehen?

Der NABU bewahrt die Artenvielfalt für Mensch und Natur.

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



TÜMLER & PEIL

ROLLÄDEN
MARKISEN
ROLLTORE Seit 1865

TP

6 93 20 45

Wintergartenmarkisen
Scheren- u. Rollgitter
Vordächer
Motorisierungen
feste Vergitterungen

Am Stadtrand 58
22047 HH-Wandsbek
www.tuemler-peil.de

Beratung Montage Reparatur Wartung

decorum

malerei & mehr



Wir verbinden umweltbewusstes Denken und kundenorientierte Kreativität mit fachgerechter Ausführung und kompetenten Lösungen!

Unsere Leistungen:

- Klassische Malerarbeiten mit wohngesundem Schwerpunkt
- Fachmann für ökologisches Wohnen und Sanieren
- Fassadenarbeiten • Innendämmung • Außendämmung
- Bodenbeläge • Plisses und Rollos • Hochwertige Tapeten

Besuchen Sie unverbindlich unseren Showroom!

decorum • Malermeister Peter Goehle
Jungfrauenthal 15 • 20149 Hamburg
Tel: 040 - 55 26 01 38 • Fax: 040 - 55 26 01 37
info@decorum-malerei.de • www.decorum-malerei.de



Angenehmes Raumklima
zum Wohnen und Arbeiten:
viel Tageslicht und optimale
Energieeffizienz.

Model Home 2020 - Sechs Experimente für klimaneutrales Wohnen

Haus der Zukunft

Ein Teilprojekt der IBA Hamburg kann besichtigt werden: das VELUX LichtAktiv Haus in Wilhelmsburg.
Ein zukunftsweisend modernisiertes Siedlerhaus aus den 1950er-Jahren ist in ein europaweites
Experiment zum klimaneutralen Wohnen eingliedert und entsprechend umgebaut worden.



MONNIER

HAMBURGER IMMOBILIEN GMBH

NICHT NUR DER KAUF UND
VERKAUF VON WOHNUNGEN IST
FÜR UNSERE KUNDEN EIN AKT DES
VERTRAUENS. DAHER HABEN WIR
UNSERE VERMIETUNGSABTEILUNG
ERWEITERT UND STEHEN IHNEN
GERNE AUCH VERTRAUENSVOLL
BEI MIETANGELEGENHEITEN ZUR
SEITE.



LICHTDURCHFLUTETE END-
ETAGE IN GRÜNER UND RUHIGER
UMGEBUNG, IN NIENDORF, 3
Zi., CA. 78,5 m², GROSSZÜGIGER
WEST-BALKON, EINZELGARAGE
UND EINBAUKÜCHE

KP 179.000,00 EUR



KLEINE KAPITALANLAGE IM
ERDGESCHOSS MIT TERRASSE
IN STELLINGEN, 1 ZIMMER MIT
VOLLBAD, KÜCHE UND TERRAS-
SE, CA. 28 m² JAHRESKALTMIETE
3.360,00 EUR,

KP 49.900,00 EUR



UNVERBAUBARER HORIZONT –
TRAUMBlick, BELEGEN IN
BORGfelDE, 2 ZIMMER,
KÜCHE UND VOLLBAD AUF
EINER flÄCHE VON 65 m²
INKL. SÜD-BALKON

KP 147.900,00 EUR VB

HAGEDORNSTRASSE 47 • 20149 • HAMBURG-HARVESTEHUDE

TEL.: 040 - 44 14 08 0 • FAX: 040 - 44 14 08 44 • E-MAIL: INFO@MONNIER.DE • WWW.MONNIER.DE



Foto: VELUX Deutschland GmbH

40% des globalen Energieverbrauchs entfallen auf Gebäude! Die Notwendigkeit der Energieeinsparung und die Reduzierung von CO₂ stellt eine neue, elementare Herausforderung dar. Nicht zuletzt deshalb rückt nachhaltiges, klimaneutrales Bauen mehr und mehr in den Fokus von Architekten und Planern sowie der Bau- und Immobilienbranche. Im Rahmen des Experiments Model Home 2020 entwickelt VELUX in europaweit

sechs Bauprojekten neue Wege für das Wohnen und Arbeiten mit angenehmem Raumklima, viel Tageslicht und optimaler Energieeffizienz. Die Projekte greifen die jeweils unterschiedlichen klimatischen, kulturellen und architektonischen Bedingungen auf und entwickeln spezifische Lösungen – für höchsten Wohnwert und bestmögliche Energieeffizienz. Dazu werden Energieverbrauch und

Fortsetzung auf Seite 46

Die Internationale Bauausstellung (IBA)

Die drei Buchstaben „IBA“ stehen seit über 100 Jahren für „Internationale Bauausstellung“. Derzeit läuft sie seit 2007 in Hamburg zwischen der HafenCity und Harburg. Dabei werden bei der IBA nicht einfach nur Gebäude ausgestellt, sondern es wird live geforscht und entwickelt: Hauptziel ist nachhaltiges Wohnen. Gespannt dürfen die Besucher sich deswegen auf die große Abschlusspräsentation 2013 freuen, bei der alle realisierten Projekte feierlich gezeigt werden – noch nie wurden mit so viel Kreativität zukunftsorientierte Häuser verwirklicht. Vom Smart Material House über ein Smart Price House bis hin zum Hybrid House plant, konstruiert und setzt die IBA umweltfreundliche Ideen um – und Sie dürfen sich das alles in unserer Umwelthauptstadt Hamburg anschauen. Weitere Infos unter www.iba-hamburg.de!

Verwaltung Vermittlung

Zinshäuser
Wohnanlagen
Geschäftshäuser



RICHARD GROSSMANN KG (GmbH & Co.)
Immobilienmakler und Grundstücksverwaltungen seit 1913
i.v.d. vhdv stkk

Jungfernstieg 34 • 20554 Hamburg
040/35 75 88-0
www.richardgrossmann.de



GUSTAFSEN & CO[®]

IMMOBILIEN • VERWALTUNG • GEGRÜNDET 1921

EXKLUSIVE HÄUSER, STADTVILLEN
UND EIGENTUMSWOHNUNGEN IN
HAMBURGS BESTEN LAGEN.

Tel. 040 - 41 40 950

Hochallee 2 • 20149 Hamburg • www.gustafsen.de

WOLFFHEIM WOLFFHEIM IMMOBILIEN

erfolgreich | freundlich | anders



Es gibt mindestens 9 Gründe, warum wir für Sie
der richtige Immobilienmakler sind.

Erfahren Sie mehr unter www.wolffheim.de
oder fordern Sie unverbindlich unsere Broschüre an.



Eppendorfer Landstraße 32 | 20249 Hamburg
Telefon 040 - 460 59 39 | Telefax 460 59 33
www.wolffheim.de | info@wolffheim.de

Hausverwaltung



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



GUSTAFSEN & CO

IMMOBILIEN · VERWALTUNG · BEGRÜNDET 1931



Idyllischer Landsitz an der Elbe,

Wingst, 90 km von der HH-City
entfernt, parkähnliches Grundstück
ca. 10.000 m², Wohn-/Nutzfl.
ca. 500 m², exklusive Ausstattung,
ausgezeichneter Zustand, Kamin,
Doppelgarage, Sauna/Gästehaus,
Alarmanlage, KP € 870.000,-

GUSTAFSEN & CO
Tel.: 41 40 95 0
www.gustafsen.de



Im Rahmen der IBA
wurde ein Haus aus
den 50er-Jahren
modern umgebaut und
erweitert – hell und
umweltfreundlich.

Fotos: VELUX Deutschland GmbH

Fortsetzung von Seite 45

die Innenklimabedingungen während der Nutzungsphase laufend gemessen und die Ergebnisse dokumentiert. Zwei Konzepthäuser in Dänemark, das Einfamilienhaus Home for Life in Århus und das Verwaltungsgebäude Green Lighthouse an der Uni Kopenhagen, sind an ihre Nutzer übergeben. Die Gebäude Sunlighthouse in Österreich, CarbonLight Homes in Großbritannien und Maison Air et Lumière in Frankreich werden zwischen 2010 und 2011 folgen. Das LichtAktiv Haus, der deutsche Beitrag zum europaweiten Experiment Model Home 2020 und ein Teilprojekt der Internationalen Bauausstellung (IBA)

Wohnen Wohn-Immobilien

Hamburger Kaffeemühle mit Wassergrundstück!

Wohnen mit Blick auf den Alsterlauf in einer der feinsten Adressen Alsterdorfs, Baujahr 1930, ca. 250 m² Wohnfläche, 7 Zimmer, 3 Bäder, Gäste-WC, voll unterkellert, ca. 800 m² West-Grundstück mit direktem Wasserzugang, großzügige Terrasse, Dachterrasse, Balkon, Garage

Kaufpreis auf Anfrage

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.



Shop Winterhude, Mühlenkamp 34, 22303 Hamburg

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

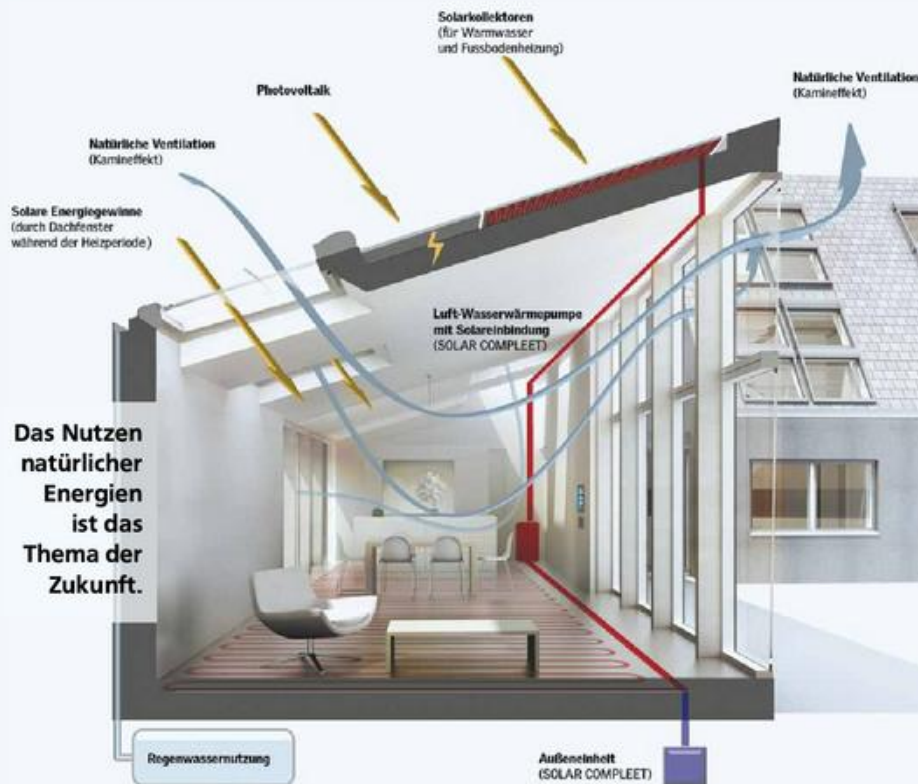
Grossmann & Berger

Hamburg, ist nun ebenfalls fertiggestellt. Das Konzepthaus zeigt, wie sich die Vision von viel Tageslicht, frischer Luft und Ausblick auch bei anspruchsvollen Modernisierungsvorhaben umsetzen lässt. Das in ein Nullenergiehaus verwandelte Siedlerhaus aus den 1950er-Jahren deckt die benötigte Energie vollständig durch erneuerbare Energien und erreicht CO₂-Neutralität im Betrieb.

Mit der Modernisierung einer Bestandsimmobilie im Rahmen des Experiments hat sich VELUX in Deutschland einer Aufgabe von gesamtgesellschaftlicher Relevanz angenommen. Etwa die Hälfte der 39 Millionen Wohneinheiten in der Bundesrepublik ist zwischen 30 und 60 Jahre alt und energetisch modernisierungsbedürftig. Hier liegen enorme Potenziale für Energieeinsparung, Klimaschutz und den Arbeitsmarkt.

Dabei sollte der Mensch mit seinem Bedürfnis nach einem

Zuhause, in dem er sich rundum wohlfühlt, stets im Fokus stehen. Denn wir verbringen 90 Prozent unserer Zeit in geschlossenen Räumen, doch weniger als 30 Prozent aller Gebäude bieten ihren Nutzern ein gesundes Raumklima. Angenehme Wohn- und Arbeitsbedingungen leisten einen wichtigen Beitrag für unser Wohlbefinden – und frische Luft, ein angenehmes Raumklima und viel Tageslicht haben einen positiven Einfluss auf unsere Gesundheit, unser Wohlbefinden und unsere Leistungsfähigkeit. Bevor eine Familie das Leben im LichtAktiv Haus für ein Jahr auf die Probe stellt, können Interessierte das Projekt besichtigen, Experten vor Ort Fragen stellen und Ideen für das eigene Heim sammeln. Von März bis August finden am ersten Samstag des Monats zwischen **10 Uhr und 17 Uhr** öffentliche Besichtigungen statt. Anmeldung unter: www.velux.de/lichtaktivhaus/veranstaltungen.



GUSTAFSEN & CO[®]

IMMOBILIEN · GEGRÜNDET 1931

Vermögende Stiftung sucht Zinshäuser bis €10 Mio.

Wir vertreten langjährig eine vermögende Hamburger Stiftung, die jetzt den von uns verwalteten Grundbesitz vergrößern möchte.

Haben Sie Interesse? Gern bewerten wir Ihren Grundbesitz unverbindlich und sagen Ihnen, mit welchem Kaufpreiserlös Sie rechnen können.

Wir sichern Ihnen als Verkäufer eine seriöse und diskrete Abwicklung zu. Eine Finanzierung benötigt die Stiftung nicht.

Ansprechpartner in unserem Haus sind Dieter Maass und Philip Wex.

040 / 41 40 95 0

Hochallee 2 · 20149 Hamburg · www.gustafsen.de

zapf umzüge
 internationale Umzugsfachspezialisten
 NAH • FERN • AUSLAND • ÜBERSEE

Umzugspartner VRK Hamburg GmbH
 Tel.: 040 / 8 53 33 90
 Fax: 040 / 8 51 51 50
 www.zapf.de
 hamburg@zapf.de

Nasse Wände? Schimmel?



Das gute Gefühl, in den besten Händen zu sein.

60.000 erfolgreiche Sanierungen in der ISOTEC-Gruppe. Wir gehen systematisch vor – von der Analyse bis zur Sanierung. Für ein gesundes Wohnklima und die Wertsteigerung Ihrer Immobilie. **Rufen Sie uns an. Wir helfen gerne weiter!**

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

ISOTEC®
 ... macht Ihr Haus trocken!

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
 www.grundeigentuemerverband.de
 info@grundeigentuemerverband.de

Grundeigentümer-Verband Hamburg



Foto: BHW Bausparkasse

Man muss genau rechnen – aber dennoch ist es möglich, sich 2011 die Traumimmobilie zu sichern!

Immobilie: 2011 ist ein Kaufjahr

Die schlechte Nachricht zuerst: Bauen und Kaufen werden 2011 teurer. Dennoch: Wer genau rechnet, kann noch immer ein Schnäppchen machen. Noch 2010 kratzte der Zinssatz für Hypothekendarlehen mit zehnjähriger Zinsbindung an der Marke von drei Prozent. Rückblende: Wer dagegen im Jahr 2000 einen Kreditvertrag unterschrieben hatte, zahlte laut der Deutschen Bundesbank im Jahresdurchschnitt 6,66 Prozent Zinsen. 1995 mussten sogar rund 8,16 Prozent Zinsen gezahlt werden. Zu Beginn des neuen Jahres 2011 bewegen sich die Bauzinsen für 100.000 Euro und einer zehnjährigen Zinsfestschreibung nun bei immer noch moderaten 4,4 Prozent (Stand: 17. Januar 2011). Stefanie Binder von der BHW Bausparkasse: „Wir erwarten in den nächsten Monaten einen Anstieg der Zinsen und empfehlen daher, Eigentumspläne zügig in die Tat umzusetzen.“ Mit den guten Konjunkturaus-

sichten dürfte auch die Bereitschaft vieler Deutscher wachsen, langfristig in eine Immobilie zu investieren. Mit mindestens 200.000 Fertigstellungen ist laut der BHW-Expertin in diesem Jahr zu rechnen. Bis September 2010 sind laut dem Statistischen Bundesamt sieben Prozent mehr Genehmigungen für den Wohnungsbau erteilt worden als im Vorjahr. Die Immobilie als Zukunftsvorsorge dürfte ohnehin mit einem Vertrauensvorschuss ins angebrochene Jahr starten. Wie solide die Investition in „Betongold“ ist, zeigte sich in der Finanzkrise, als andere Geldanlagen an Wert verloren. Stichwort Altersvorsorge: Mit Wohn-Riester profitieren Käufer von einem neuen Instrument, mit dem sie die staatlichen Finanzspritzen in ihre Eigentumsfinanzierung integrieren können. So geht der Verband der privaten Bausparkassen auch für das Jahr 2010 von einem leichten Plus bei Riester-Bausparverträgen aus.

Unterricht

Engländer, Dipl. Anglist
erteilt Konversations- und
Geschäftsentgelt, Firmenunterricht,
Nachhilfe- spez. Abitur, Übersetzungen
Tel.: 040 / 643 08 50

Immobilien

Studentin (21 Jahre) sucht kleines Appart-
ment in netter Umgebung in Miami Beach/
south Beach zwecks Praktikums bei Luft-
hansa im Zeitraum 11.7.-21.10.2011. max.
1.100 Euro Monat. Tel.: 611 68 631

Möbel / Einrichtung

Warrings-Möbel mit Intarsien / Kirsch-
baum, z.B. Rollsekretär und andere.
Tel.: 0179 / 788 57 71

Verschiedenes

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

Heißmangel Hollatz

Tisch- und Bettwäsche
schön und glatt
Langenhorn, Krohnstieg 82
Tel.: 531 94 43

SCHRANK nach Maß: gerade, schräg,
über Eck, Regale, Schiebetür
Möbelbemalung Bilderrahmung > 2500 Muster
Vergolderei ☎ 81 99 65 35
zum Verlieben bettinanohe.de
Beratung daheim Ludolfstr. 39 • HH-Eppendorf

Eleg. Garnitur (Sofa 2-sitzig, 2 Sessel).
Stoff, hell-gestr., neu 4.500 (Jan.2011), für
2.800 abzugeben. Tel.: 538 34 10

Phönixpalme zu verkaufen. ca. 2 m hoch. 8
Palmenwedel im großen Topf. VB 80 Euro.
Tel.: 630 71 15

Knotentafel, echt Holzrahmen, 60x40 cm,
Original Seekarte, 18 Knoten, nur 35 Euro.
Audi-Uhr, Lederarmband, neu, wasserdicht
bis 30 m, 50 Euro. 3 HH-Bilder 31,5x23 (Eis-
brecher Stettin, Blankenese Treppenviertel,
Hafen mit Gorch Fock), 15 Euro. Wandlam-
pen (umgebaute Dachpfanne) von hinten
beleuchtet, 15 Euro. Gusspfanne, Ø26 cm,
neu (Tchibo), 30 Euro. Tel.: 528 14 77

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

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.

IMPRESSUM

So erreichen Sie uns:

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

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

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

Verteilung/Vertrieb
040 / 538 34 52

**Media-Berater/innen,
Direktwahl:**
Gabriele Bergerhausen (Pop-
penbüttel, Haspa), Tel. 538

930-55; Björn Beutler (Volksdorf,
Eppendorf), Tel. 538 930-63;
Jutta Brandes (AEZ, Fuhsbüttel,
Hummelsbüttel), Tel. 538 930-50;
Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538
930-0; Michaela Jeric (Volks-
dorf, EKZ Hamburger Straße),
Tel.: 538 930-56; Annegret Linke
(Eppendorf, Winterhude), Tel.
538 930-67; Sabine Merbach
(AEZ), Tel. 538930-17; Sabine
Meyerrose (Sasel), Tel. 538 930-
52; Simone Niklaus (Wellings-
büttel, Duvenstedt und Lemsahl-
Mellingstedt), Tel. 538930-14;
Andreas Rohloff (Autohäuser),
Tel. 538 930-51; Barbara Suhr

(Makler), Tel. 538930-54;
Anzeigenleitung Michael Wiele
(Uhlenhorst, Pöseldorf, Mittel-
weg, Harvestehude, Rother-
baum), Tel. 538 930-53

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

Internet:
www.alster-net.de
www.alsterv.de
www.alster-talk.de
www.talkhamburg.de
www.hamburger-herbst-
empfang.de

Fax: 040 / 538 9 30 11

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

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

Herausgeber/Verleger: Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.) | **Chefredakteur:** Kai Wehl | **Redaktion:** Christiane Kaufholt,
Christian Luscher, Mariëlle Rösler, Evelin Timm | **Korrektur:** Regina Ahrens | **Produktion/Anz.-Disponenten:** Cassandra
Friedrichsen, Birgit Schümann, Nils Tauscher | **Buchhaltung:** Carmen Garrot | **Chefgrafikerin:** Stefanie Oldhaver | **Graphic:** Annemieke
Knaack, Sarah Kretschmer, René Kriese, Jan Michaels | **Titelgestaltung:** Stefanie Oldhaver | **EDV- und DTP-Beratung:** IT-Service
Thilo Noack | **Druck:** Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel | **Vertrieb:** Magazin Verlag Hamburg Eigenbetrieb, |
Auflage: 40.185 Exemplare © 2011 Magazin Verlag Hamburg. Das Alster-Magazin wird kostenlos an Haushalte verteilt und liegt zusätzlich auch in
folgenden Geschäften für Sie bereit: Winterhude: Home & Garden: Goldbekplatz 1, EP Sterling: Winterhuder Markt 7 (im Forum),
Bücher u. Co: Winterhuder Markt 6-7a (im Forum), Konditorei Boyens: Gertigstr. 3, Butter Lindner: Mühlentempel 37, Lanchbar TH2: Mühlent-
tempel 59, Edeka Niemerseizein: Mühlentempel 45, **Uhlenhorst:** Hofweg-Shop: Hofweg 1, Café Boyens: Hofweg 45, Uhlenhorster Reisedienst:
Hartwischstr. 6, Edeka Niemerseizein: Hofweg 81, Dr. med. Hamdosh: Winterhuder Weg 29, **Eppendorf:** Erika Apotheke: Lokstedter Weg 9,
Café Borchers: Geschwister-Scholl-Str. 1-3, Die andere Brille: Eppendorfer Weg 274, **Rotherbaum:** Bolero Mexican Restaurant:
Rotherbaumchaussee 78, **Neustadt:** Dr. med. Christian Tesch, Große Bleichen 32.



**Schöne
Ferienwohnungen**

**Sylt ist bei jedem Wetter schön...
- auch Ostern Vorsaisonpreise -
Appartement-Brünig** Inh. Bärbel Lundershausen
Gut ausgestattete Apartments:
Westerland, Wenningstedt, Tinum
Tel.: 0 46 51/ 58 58 • Fax: 0 46 51/ 58 59
www.appartement-bruenig.de

HUSSMANN
Sylt ist ein Grund, das Leben zu lieben!
Ferienwohnungen und -häuser, auch unter Reet
Tel.: 04651-836330 • www.hussmann-sylt.de

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

Zingst/Darß ISS
Komfortable, sehr geschmackvoll
eingerichtete Studios bzw. 2- o. 3-Zl.-
App. m. Küche, Balk./Terr. + PKW-
Stellplatz für 2 - 4 Pers. in ruhiger
Lage. Strand + City in unmittelbarer
Nähe. Tel. 040/80 60 71 51
iss@speckermann.co
www.speckermann.co

Halbinsel Eiderstedt/Nordsee
Lerchenzwitscherpreis (außer Ostern)
Stilvoll eingerichtete Ferienwohnungen
(auch mit Kamin) in schönen
Reetdachhäusern, herrlicher Alleinlage
und von der Natur umgeben - ideal zum
Radfahren. Hunde willkommen.
Special: „Oma-Opa-Enkel-Preis“
Wir freuen uns auf Sie!
Tel.: 040/ 20 61 59
www.reet-und-meer.de

**WESTERLAND/
SYLT**
3 komfort. gemütl. Ferien-
Wohnungen in ruhiger Lage,
Strand- u. City-Nähe;
Tel. 040 / 880 39 44 oder
Mobil 0172 / 54 222 36

Kein Magazin bekommen?
Frau Schmelter-Haun/Vertrieb: 040 - 538 34 52





Oberarzt Dr. Michael Ehnert und Ex-Pauli-Kicker Marcus Marin (r.)



Pianist Joja Wendt



Stilwerk-Geschäftsführer Alexander Garbe



Gastgeber Felix Bau und Tagesschau-Sprecher Jens Riewa (r.)



Klinikdirektor Prof. Dr. Carsten Zornig mit Modedesigner Marc Anthony (r.)



Stargast des Abends war Veronica Ferres



Schauspielerin Sanna Englund



Schauspielerin Rhea Harder und Aufnahmeleiter Jörg Vennewald

Fotos: Grand Elysée

What's up in TOWN?



Modelagent Peyman Amin mit Freundin Miriam Mack

TanzNacht

Hotelier Eugen Block und Frau Christa haben zum 4. Wiener Ball in den großen Festsaal ihres Grand Elysée geladen. Rund 500 Gäste aus Politik, Wirtschaft und Medien waren der Einladung gefolgt und tanzten gut gelaunt im Dreivierteltakt bis in den frühen Morgen.

LoungeGespräche

Alster-Magazin-Verleger Wolfgang E. Buss lud rund 120 Geschäftsleute zu seiner neuen Eventreihe „BusinessLounge“ ins del ein. In edlem Ambiente wurde über Politik, Wirtschaft und den Luxus gesprochen, sich in Facebook-Zeiten wieder persönlich zu begegnen.



SPD-Europa-Abgeordneter Knut Fleckenstein und Dr. Axel Moormann (r.)



Shell Vice President Dr. Agnus Cassens und Silke Lange



Bernd Roßbach (Roßbach Automobile) und Florian Kairat (Mercedes-Benz Heidenkampsweg, r.)



Gastgeber Wolfgang E. Buss (r.) mit den Sponsoren: Sophia-F. Samuelsdorff (del) und Axel Beth (Dahler & Company).



ECE-Centermanager Karsten Bärschneider



Autohaus Wichert-Chef Bernd Glathe mit Frau Anja und Tochter Julia

Fotos: Kai Wehl

HANSEATIC MONEY FAIR



Sonntag 27. März 2011

9.00 bis 17.00 Uhr

Handelskammer Hamburg, gr. Börsensaal

Adolphsplatz 1, 20457 Hamburg (hinter dem Rathaus) bei der Hamburger Sparkasse

- Seien Sie unser Gast bei der 3. Hanseatic Money Fair – die hochkarätige Münz- und Edelmetallmesse für Sammler, Anleger und Händler aus ganz Europa.
- Sie erwartet die facettenreiche Welt historischer und aktueller Münzen mit An- und Verkaufsmöglichkeiten sowie fachkundige Beratung mit internationaler Erfahrung für den Kauf von Edelmetallen (Gold und Silber) zur Sicherung Ihres Vermögens.

Tel. 040 / 257 99 145 • www.hanseaticmoneyfair.de • Eintritt: 5 Euro

GRATIS !
Jeder Besucher kann seine Münzen kostenlos bei Sachverständigen prüfen und bewerten lassen.

Organisation: Hanseatic Money Fair, Störtebeker-Haus, Süderstraße 288, 20537 Hamburg

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

BodyFocus

Hocheffizientes Personal Training



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

IHRE VORTEILE

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

IHRE ZIELE

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

DIE PRESSE BERICHTET
über die revolutionäre Trainingsmethode HIT:
Fit For Fun, DER SPIEGEL, GEO,
und WirtschaftsWoche



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

www.body-focus.de

GENIESSEN SIE ENTSPANNUNG VON IHRER SCHOKOLADENSEITE.



*White Chocolate
Massage*
59€ ca. 50 Minuten



Der Duft von Schokolade, warme Kakaobutter, die über den Körper fließt und die geschulten Hände der Therapeuten bringen Sie in die Welt der White Chocolate Massage. Diese Ganzkörpermassage löst nicht nur muskuläre Verspannungen, sie wirkt auch stimmungsaufhellend. Und die reine Kakaobutter fördert die Hautregeneration. Zum Abschluss der Massage erhalten Sie ein exklusives Schokoladen-Täfelchen der Confiserie Paulsen. Lassen Sie sich verwöhnen und vereinbaren Sie gleich Ihren Termin telefonisch oder an der Rezeption in Ihrem nächstgelegenen MeridianSpa.

Anrufen - Termin vereinbaren - Verwöhnen lassen:

ALSTERTAL • Heegbarg 6 • 22391 Hamburg
WANDSBEK • Wandsbeker Zollstr. 87- 89 • 22041 Hamburg
CITY • Schaarsteinweg 6 • 20459 Hamburg
EPPENDORF • Quickbornstr. 26 • 20253 Hamburg
www.meridianspa.de • ☎ 040/65 89-0

AMAYĀNA
beauty massage ayurveda
Das Day Spa im MeridianSpa



MERIDIANS PA
Fitness. Wellness. Bodycare.