

SERVICETEIL:
Paradiesisch wohnen
Gesundheitsratgeber · Kinder & Familie

Heft 02, 12.02.10, Auflage 40.200

www.alster-magazin.de

ALSTER Magazin

Für Eppendorf, Harvestehude,
Pöseldorf, Rotherbaum, Winter-
hude, Uhlenhorst, Alsterdorf

Die besten Termine

rund um die Alster

Reise in die Stille

Planetarium zeigt einen
meditativen Abend über
Buddha und das Glück

Thomas Gottschalk macht

Eppendorf zum Spendendorf

Der TV-Star feierte Haiti-Spendenerfolg mit Schülern

Dagmar Berghoff

Tagesschau-Legende
aus Rotherbaum spricht
über ihr Leben



Stefan Jürgens
spielt in Harvestehude
Theater. Thema: Homo-
sexualität im Profi-Fußball

Foto: ZDF/Boris Laeven

Foto: Susanna Dupont



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

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

Individuelle Betten für jedermann



Stilvoll

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



Bequem

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



Elegant

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

Jedes Bett ist ein Einzelstück

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

Flexibel

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



Altersgerecht

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



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



Hansa Engel-WERK

Besuchen Sie unsere Ausstellung:
Mo-Do 8-17 Uhr, Fr 8-16 Uhr, Sa 9-13 Uhr
Weidende 5 · 22395 Hamburg
Tel. 040/601 85-27/-87
www.hansa-engel.de



EXKLUSIVE TEPPICHE

FÜR ALLE, DIE MEHR VERLANGEN ALS EINEN GUTEN PREIS!
WIR BIETEN IHNEN MEHR BERATUNG, MEHR QUALITÄT UND MEHR AUSWAHL

Noch keinen passenden Teppich gefunden?

Auf 650 qm edlem Ambiente bieten wir Kollektionen von exklusiven Ziegler und Nepal Teppichen in niveaувollen Variationen, antike Raritäten aus China und Persien sowie Unikate aus reiner Seide.

Besuchen Sie unsere Ausstellung und bewundern Sie die Schönheit edler Teppiche – oder nutzen Sie eines unserer exklusiven Ausstellungsangebote. Wir freuen uns auf Sie.

LUXUS ZU SONDERPREISEN!



... GROSSE AUSWAHL AUF 2 ETAGEN



DAS GRÖSSTE FACHGESCHÄFT FÜR ZEITGEMÄSSE TEPPICHE IM ZENTRUM HAMBURGS

The Carpet & Interior

BLEICHENHOF PASSAGE · BLEICHENBRÜCKE 9 · 20354 HAMBURG · TELEFON: 040 / 63607940

Bornhold DIE EINRICHTER · NEUER WALL 72 · 20354 HAMBURG



www.oskui.com

Geisterschiffe

VON WOLFGANG E. BUSS



Die Schweizer, ja, die haben damit Erfahrung! Mit Bürgerbegehren und Volksentscheiden. Da geht es gerecht zu, dachten sich damals auch Hamburgs „GAL-lier“ nebst befreundeten Gutmenschen und Superdemokraten. So etwas wollten sie auch – und noch ein bisschen mehr. Endlich uns Bürger befreien aus der Schlinge fies-inkompetenter Rathaus-Politiker!

Das Volk sind wir!, riefen sie und bliesen zum Sturm gegen den Parlamentarismus: Volksbegehren sollten her – endlich Volks-Gerechtigkeit!

Wenig später allerdings rieben sie sich die Augen und tauchten erst mal ab: Ihre Schweizer Vorbilder hatten per Volksentscheid mal eben ein Bauverbot für Minarette (muslimische Kirchtürme) erwirkt. Fremdenhass per Volksentscheid. „Volk“ entscheidet eben auch „politisch inkorrekt“. Das würde in Deutschland genauso geschehen. Es ist sogar davon auszugehen, dass nach einem schrecklichen Serienmord das Volk erbost für die Einführung Todesstrafe stimmen würde – zunächst nur für ganz schreckliche Täter...

„Die ich rief, die Geister, / Werd' ich nun nicht los.“, lässt Goethe seinen Zauberlehrling klagen. So geht es nun auch in Hamburg. Zahllose Initiativen werden Hamburgs parlamentarische Demokratie durchlöchern wie einen Schweizer Käse: Der eine will überall rauchen, der andere seinen Hund nicht anleinen. Dem Volk ist nicht zu trauen. Übrigens: Die Volksbegehren und Volksentscheide der Weimarer Republik werden klassischerweise für das Scheitern der Republik mitverantwortlich gemacht. NSDAP und KPD hatten sich ihre Durchschlagskraft in einer in Schwierigkeiten geratenen Demokratie mit Volksentscheiden stärken lassen.

Unsere Gesellschaft wandelt sich, das hat Ole von Beust in seiner, wie ich fand, wichtigen Grundsatzrede zum Ausdruck gebracht, sehr vorsichtig und viel diplomatischer, als ich es in meinen Kolumnen tun darf: Frei übersetzt, sagte er zum gesellschaftlichen Wandel, mit dem sich Politik und Demokratie konfrontiert sehen: Individualisierung und Ich-Gesellschaft nehmen zu, die sozialen Bindungskräfte sinken. Nicht nur die von Parteien und Organisationen, auch die der Familien. Ich ergänze: Es gibt in einigen Teilen der Stadt mehr Singles als Ehen und Zweierbeziehungen. Viele Menschen also, die nicht mehr bereit sind, einen Kompromiss zwischen zwei unterschiedlichen Partnerinteressen zu vereinbaren. Wie soll es da einem Bürgermeister gelingen, 1,7 Millionen Ego-Interessen unter einen Hut zu bringen?

Bürgerbegehren und Volksentscheide sind in unserer ausgeprägten Ich-Gesellschaft nicht „mehr Demokratie“, sondern Kanalisierungen und Rechtfertigungen zahlloser Eigeninteressen. 90% aller Bürgerbegehren der letzten Jahre waren „Sonderwünsche“ von Anwohnergruppen, die meist von der großen Allgemeinheit finanziert werden sollten. Sozial? Nein, egoman. Der Satz: „Ich mach' total mein Ding“ ist organisiert.

Und es sind zig „Initiativen“ mit immer gleicher Struktur: Ein paar Bürger/Anwohner, ein Projekt/Plan und einige aktive Anwälte. „Respektierung von Bürgerwillen“ heißt die Durchsetzung gebündelter Einzelinteressen dann neudeutsch. Ganz anders betrachtet man die neuen Egoisten in manch Hamburger Redaktion: Halten irgendwo mehr als fünf Hamburger ein Pappschild hoch „Wir sind dagegen“, ist das schon einen Seitenaufmacher wert. Die Angst, auch sie als Leser zu verlieren, macht es möglich.

So haben sich zahllose politische Geisterschiffe in Fahrt gesetzt, alle haben die Flagge „Volksdemokratie“ gesetzt oder „Rettet dies oder rettet das“. An Bord eine Schar von Leuten, die nur ihren Kurs kennen. Ist das die Demokratie, die wir wollen? Wohl kaum.

Ein kluger Mann sagte einmal: „Man kann nicht fünf Wölfe und ein Schaf darüber abstimmen lassen, was es zum Abendessen geben soll.“ Ein weiser Satz. Wäre doch schön, wenn das auch mal die Wölfe kapierten würden.

miss seconda

auch Barankauf

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

§

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



Taormina

Italienische Spezialitäten

Mittagstisch

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

2 Gänge

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

Fuhlsbüttler Str. 227 • 22307 Hamburg
Tel.: 61 69 09

Öffnungszeiten:
Mo. - Sa. 12.00 - 23.30 Uhr warme Küche
So. Ruhetag
www.taormina-hamburg.de

Praktikum / Ausbildung

Junges Unternehmen in Norderstedt bietet Praktikum (mit Vergütung) und anschließenden Übergang zur Ausbildung zur Kauffrau/-mann für Bürokommunikation (ab 1.8.2010). Gute Deutsch- und Englischkenntnisse sowie ein freundliches Auftreten werden gewünscht.

Bewerbung bitte per E-Mail an: R.Bergerhausen@mice-access.com

www.proconvention.eu - www.my-tagungshotel.com - www.mice-access.com

LOEWE.

EP: Sterling

Electronic Partner

Winterhuder Marktplatz 6-7 - Hamburg
im Forum Winterhude - 040 / 4 77 999

Service
macht den
Unterschied

GLÜCKSFALL:

Unser Haus bietet einen

Ausbildungsplatz zur/m DTP-Grafiker/in

Voraussetzung:

Sehr guter Realschulabschluss oder Abitur, Begeisterungsfähigkeit und ein gutes Gespür für Layout und Design.

Wir bieten eine fundierte Grafik-Ausbildung am PC mit den gängigen DTP-Programmen.

Wenn eigenständiges Arbeiten und Belastbarkeit keine Fremdworte für Sie sind, wird sich unser nettes Team auf Sie freuen.

Ausbildungsdauer: 24 Monate.

Vollständige Bewerbungsunterlagen bitte an: Magazin-Verlag Hamburg GmbH, Grafikleitung Stefanie Oldhaver, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg

Gesund werden – gesund bleiben!



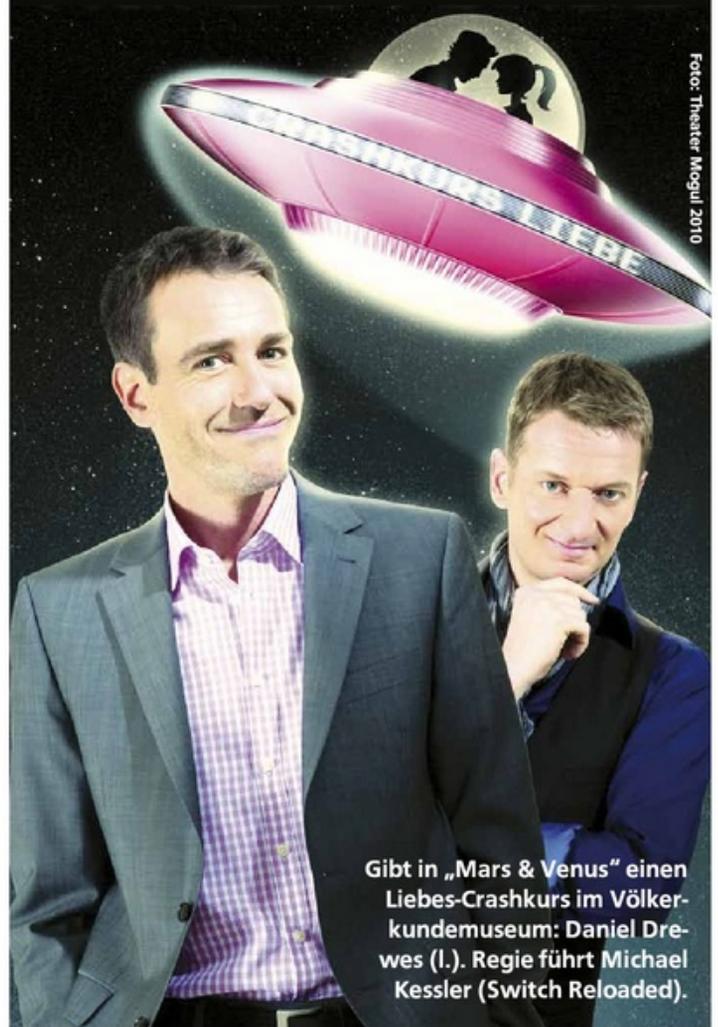
Wo finde ich den Arzt meines Vertrauens? Wie werde ich gesund? Wie kann ich gesund bleiben?

Diese wichtigen Fragen unserer Zeit bewegen auch die Menschen an der Alster und im Alstertal. Viele Patienten in diesen Teilen Hamburgs sind in der glücklichen Lage, sich ihren Arzt und Therapeuten als Privatversicherte aussuchen zu können.

Was ist DR.ALSTER?

In den neuen Heften **DocAlstertal** und **DR.ALSTER** informieren Ärzte und Experten über Krankheiten, Symptome und Therapien. Der Ratgeber Gesundheit behandelt Themen wie Herz-Kreislauf, Diabetes, Atemwege, Haut, Krebs ebenso wie „Gesund abnehmen“ oder Ratschläge für Senioren. Das Thema Ärztesuche „in der Nachbarschaft“ steht im Vordergrund der neuen Hefte.

Sind Sie engagierter Arzt oder Therapeut und möchten mitwirken? Rufen Sie Frau Barbara Passarge von DR.ALSTER an: Tel. 538 9 300. Oder schreiben Sie uns eine Mail an redaktion@alster-net.de.



Gibt in „Mars & Venus“ einen Liebes-Crashkurs im Völkerkundemuseum: Daniel Drewes (l.). Regie führt Michael Kessler (Switch Reloaded).

Liebes-Crashkurs im Völkerkundemuseum

A&O und Theater Mogul (die Macher von CAVEMAN) präsentieren vom **24. Februar bis zum 18. April** im **Völkerkundemuseum, Rothenbaumchaussee 64, „Mars & Venus“** mit Daniel Drewes. Ein Liebes-Crashkurs von Paul Dewandre, basierend auf dem Bestseller von John Gray. Wir schreiben das Jahr 2010. Seit Adam und Eva leben Menschen in Beziehungskisten – Lichtjahre voneinander entfernt. Denn Männer sind vom Mars und Frauen von der Venus! Zeit, die fremde Welt des Partners zu begreifen und gemeinsam in Galaxien vorzustoßen, in denen

wir uns endlich verstehen! Mit einer Mischung aus Comedy und praxisorientiertem Seminar hilft Mars & Venus die beiden so unterschiedlichen Lebensformen Mann und Frau miteinander zu versöhnen. Nach knapp zwei Stunden sind die Zuschauer Beziehungs-Könner. Sie nehmen Ihren Partner wieder mit neuen Augen wahr...

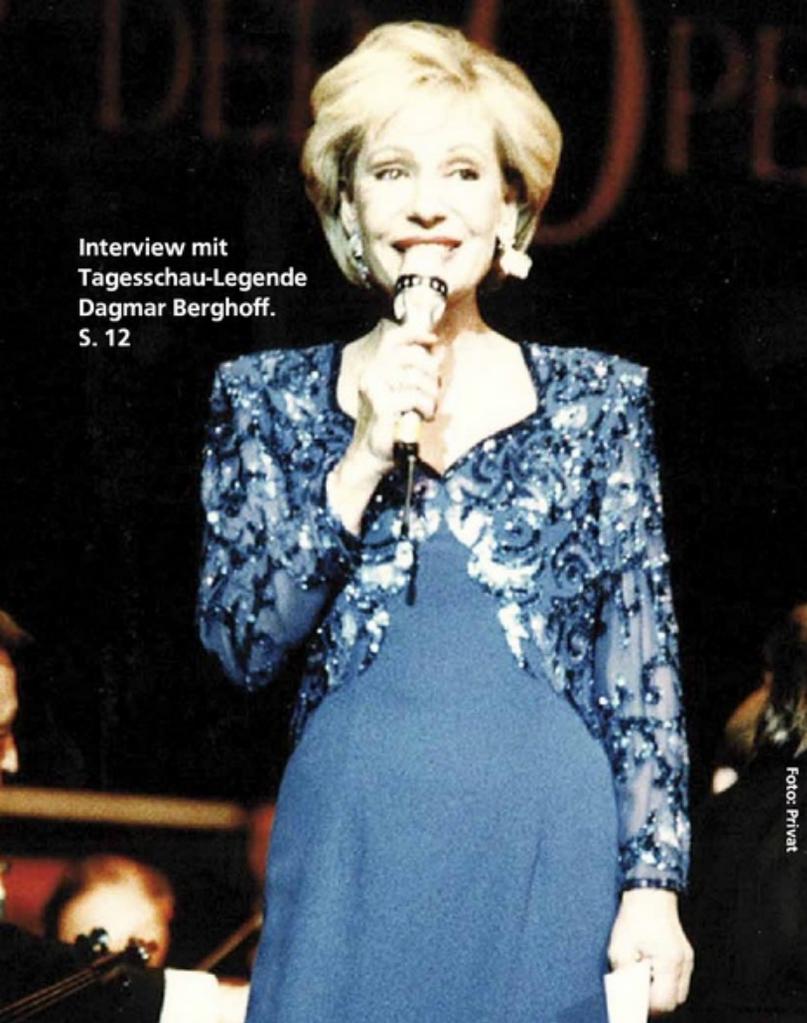
Premiere, 24.2. um 19.30 Uhr (Eintritt 25 Euro), Vorstellungen bis zum 18.4. Infos, alle Termine und Tickets unter: www.marsvenus-live.de oder 01805 44 70 777 und bei allen bekannten Vorverkaufsstellen. kw

Anzeige

Aktuelle Trends auf der 9. „LebensArt“

Am **28. und 29. Februar** findet im **Gastwerk Hotel, Beim Alten Gaswerk 3**, zum neunten Mal die **Lifestyle Messe „LebensArt“** statt. Rund 80 Aussteller präsentieren aktuelle Trends und zeitlose Klassiker: Ob es um Mode & Accessoires, Schmuck, Uhren, Wohnen, Freizeit und Florales, Kunst, Kultur oder Kulinarisches

geht. Auf der erweiterten Ausstellungsfläche befindet sich die Gastronomie, für musikalische Unterhaltung sorgen Lounge Music und Live Acts. Am Samstag ab 19 Uhr findet im Restaurant Mangold im Gastwerk eine „Kitchenparty“ statt. Öffnungszeiten: Sa., 14-20 Uhr/So., 11-19 Uhr. Eintritt: 3 Euro, Kinder frei!



Interview mit
Tagesschau-Legende
Dagmar Berghoff.
S. 12

Foto: Privat

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 - Poppenbütteleer Bogen 29 www.interhansa.de - Fax (040) 606 23 82

Magazin

- 3 Kolumne
- 4 Select Tipps
- 6 **Tabuthema schwule Fußball-**
profis: Stefan Jürgens in den
Kammerspielen
- 8 Christa Block präsentiert
Leitfaden für die Sammlung
Block im Grand Elysée
- 10 **Spannende Veranstaltungen**
rund um die Alster
- 11 Ole von Beust bei Galerie-
eröffnung in Pöseldorf
- 12 **Tagesschau-Legende**
Dagmar Berghoff über
einst und heute
- 14 Der Presseball lockte Promis
an die Alster und die India-
Premiere ins Zirkuszelt

Service

- 20 Neues aus der Geschäftswelt
- 21 Senioren
- 22 Alster med
- 27 Gesundheitsratgeber
- 30 Golf-Spezial
- 32 Kinder & Familie
- 34 Paradiesisch wohnen
- 39 Immobilien
- 42 Kleinanzeigen/Impressum

Eppendorf

- 16 Thomas Gottschalk in
Eppendorf, weil Schüler
5000 Euro spendeten

Winterhude

- 18 Vortrag: eine „Reise in
die Stille“ mit und von Ver-
leger Wolfgang E. Buss im
Planetarium

Uhlenhorst

- 19 Kulturtipps aus dem
Literaturhaus und dem
English-Theater



TV-Star Thomas Gottschalk besuchte das Gymnasium Eppendorf, um den Schülern persönlich für ihre Haiti-Geldspende zu danken! S. 16
Titelfoto mit freundlicher Genehmigung: ZDF/Carmen Sauerbrei

Hamburger Winterflohmarkt in den Messehallen

Trödel
Kunst

Kitsch &
Ramsch



Sonntag 8-18 Uhr
28. Februar 2010

Holstenglacis Eingang-Ost
U-Bahn Messehallen S-Bahn Dammtor

Eintritt € 3,50



INFO + Anträge: Tel. 244 22 777
E-Mail: info@melan-nord.de



Gerät als Trainer in Not, weil er in das Thema Homosexualität im Profifußball verwickelt wird: Schauspieler Stefan Jürgens.

Foto: Susanne Dupont

Tabu-Thema *schwule Fußballer*

Der **Schauspieler Stefan Jürgens** steht in **Harvestehude** im Stück „Seitenwechsel“ auf der Bühne. Thema: **Homosexualität im Profi-Fußball**. Das Alster-Magazin sprach mit dem Berliner über eine Problematik, die kein gutes Licht auf unsere ach so tolerante Gesellschaft wirft.

Alster-Magazin: Was hat Sie an dem Stück gereizt?

Stefan Jürgens: In erster Linie die Fallhöhe meiner Figur, des Trainers George, und nicht die Tatsache, dass es ein Stück über einen schwulen Fußballer ist. George erleidet aufgrund seiner Neigung und Lebenshaltung den Verlust seiner Welt – privat und beruflich. Das verarbeitet er derartig emotional und bewegend und teils auf eine sehr komische Art, dass eine spannende und theatrale Geschichte entstanden ist.

Auch komisch?

Ja, sonst wäre der Abend wohl auch kaum zu ertragen. Es ist ein englisches Stück und mit einer typisch britischen Ironie.

Glauben Sie, dass das Stück etwas bewirkt?

Das ist nicht mein vorwiegendes Ansinnen, das tut der Regisseur

schon mehr als der Schauspieler. Zumal sich die Wirkung bei solch einer Thematik nicht an der abendlichen Reaktion ablesen lässt. Das Stück ist ein kleines Steinchen in einem Puzzle, das die Gesellschaft bewegt, langfristig etwas zu verändern. (überlegt) Natürlich kann Theater etwas bewirken, aber die unmittelbare Wirkung ist vermutlich kleiner, als man es sich manchmal wünscht.

Wie hast du dich auf das Stück und seine Thematik vorbereitet?

Zum einen hab ich das Buch über Markus Urban gelesen (der einzige Fußballprofi, der wegen seiner Homosexualität die Karriere abgebrochen und sich dann geoutet hat, d.Red.) und zum anderen mit aktiven Fußballern gesprochen. Aber auch mit Menschen, die sehr lange gebraucht haben, ihre sexuelle Aus-

richtung klarzukriegen und sich dann zu outen. Aus psychologischer Sicht ist es sehr spannend, was mit der Person vor dem Coming-out passiert. Das, übrigens nicht nur bei Fußballern, freiwillig ist. Niemand muss sich outen müssen, sondern dürfen.

Wann wird die Gesellschaft bereit sein, schwule Fußballer zu akzeptieren?

Weiß ich nicht. (Pause) Gesellschaft ist immer so ein großes Wort. Wenn wir bereit sind, jeder einzelne von uns, die Person, die jemanden als schwule Sau bezeichnet, zu fragen, ob sie „eigentlich den Arsch auf hat“. Wer heutzutage andere Nigger nennt, bekommt auch verbal einen drüber. Wenn wir die Ablehnung von Äußerungen gegen Homosexuelle ebenfalls in unseren Verhaltenskanon aufgenommen haben, sind wir einen Schritt weiter. *Kai Wehl*

Kulturtyp und Kartenverlosung:

Die Hamburger Kammerspiele, Hartungstraße 19-20, zeigen noch bis zum 28. März das Stück „Seitenwechsel“ von Chris Chibnall mit Stefan Jürgens (Regie: Axel Schneider). George, Trainer und Familienvater lebt für den Fußball. Bis ihm eines Tages nach einem großen Erfolg das Nachwuchstalent Darren Quinn seine Liebe gesteht. Nach einem Kuss in Feierlaune, leider im Blitzlichtgewitter der Medienmeute, ist nichts mehr wie es war, nachdem die Fotos veröffentlicht wurden ... Karten: 9-32 Euro, Kartentelefon: 0800-41 33 440. Das Alster-Magazin verlost 3x2 Karten für die Vorstellung am 1. März um 20 Uhr. Wer gewinnen möchte, der sendet bis zum 26.2. eine E-Mail mit dem Stichwort Seitenwechsel an: k.wehl@alster-net.de



Mit der Haspa
TresorRente ein
sorgenfreies Leben
im Alter genießen.

Die Geldanlage für nachhaltige Rendite und Sicherheit

Haspa TresorRente

Private Vorsorge ist heute unverzichtbar. Darum verbindet das Anlageprodukt Haspa TresorRente Sicherheit und Rentabilität der Geldanlage mit den Steuervorteilen eines Versicherungsmantels. Kunden profitieren auf der einen Seite von den Renditechancen einer attraktiven Fondsanlage, auf der anderen Seite von den umfangreichen Steuervorteilen einer Rentenversicherung. Mit der Anlage in den Hamburger Stiftungsfonds UI und der Expertise des Haspa Stiftungsmanagements ist ein hohes Maß an Sicherheit garantiert.



Individualkunden-Centerleiter Ulfert Steffens und Bruno Pacholleck beraten Sie in Sachen Haspa TresorRente.

Mit der Haspa TresorRente profitieren Kunden nicht nur vom attraktiven Anlagekonzept, sie engagieren sich zusätzlich dort, wo namhafte Stiftungen investieren. Bei der Haspa TresorRente investieren sie einen einmaligen Betrag von mindestens 10.000 Euro. Die Gewinne können nach einer Laufzeit von mindestens

12 Jahren und einem Alter ab 60 Jahren ausgezahlt werden – denn bei der Erfüllung dieser Eckdaten kommen Kunden in den Genuss der vollen Steuervorteile. Das angehäuften Kapital kann in lebenslangen monatlichen Rentenzahlungen oder als einmalige Kapitalabfindung ausgezahlt werden. Auch eine Mischung

aus einer regelmäßigen Rente und Teil-Kapitalabfindungen ist möglich.

Alle Vorteile auf einen Blick:

- Attraktive und sichere Anlage durch Investition in den Hamburger Stiftungsfonds UI, der durch das mehrfach ausgezeichnete Haspa Stiftungsmanagement aufgelegt wird.
- Lediglich hälftige Besteuerung der Erträge durch einen Anlagehorizont von 12 Jahren und Auszahlung ab einem Alter von 60 Jahren.
- Günstige Ertragsanteilbesteuerung bei Wahl der Auszahlung als Rente.
- Flexible Auszahlungsoptionen: monatliche Rente und/oder Kapitalabfindung.
- Keine Ausgabeaufschläge.
- Keine Depotgebühren.

Für weitere Informationen zu diesem Thema stehen Ihnen die Centerleiter Ulfert Steffens und Bruno Pacholleck sehr gern zur Verfügung:

Ulfert Steffens
Centerleiter Individualkunden-
Center Rotherbaum
Grindelallee 45
20146 Hamburg
Tel.: 35 79 – 85 41
Ulfert.Steffens@haspa.de

Bruno Pacholleck
Centerleiter Individualkunden-
Center Eppendorf
Klosterstern 5
20149 Hamburg
Tel.: 35 79 – 29 85
Bruno.Pacholleck@haspa.de

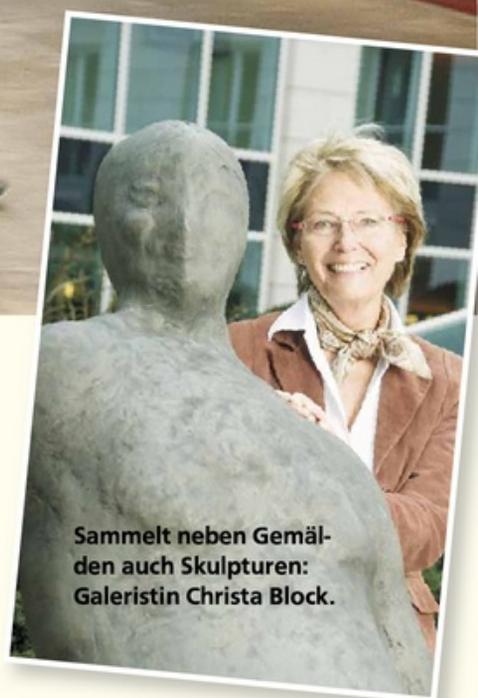
Haspa[®]
Hamburger Sparkasse



Die Auftragsarbeit „Die Lobby“ von Silke Meyer auf dem Weg zu ihrem Bestimmungsort.

Kunst des Nordens

Seit 25 Jahren organisiert **Christa Block** in ihrer Galerie im Elysée Ausstellungen mit **Malerei aus Norddeutschland** und sammelt mit ihrem Mann **Eugen Block** Kunst. Der größte Teil der Sammlung ist ständig in ihrem Hotel Grand Elysée in **Rotherbaum** zu sehen. Ab sofort gibt es einen Leitfaden, der Besuchern Werke näher bringt.



Sammelt neben Gemälden auch Skulpturen: Galeristin Christa Block.



Kam zur Buchpräsentation: **Ian K. Karan**, der seit Jahren mit **Christa Block** befreundet ist.

Leere Wände waren der Auslöser für den Start einer der größten Kunst-Privatsammlungen Hamburgs: der **Sammlung Block**, die rund 650 Werke umfasst – Gemälde, Skulpturen, Grafiken und

Fotografien. „Beim Einrichten des Hotels schrien die kahlen Wände förmlich nach Kunst“, erklärt **Christa Block** lächelnd. Also suchte sie mit ihrem Mann **Eugen Block** passende Künstler aus, kauften deren Werke oder ließen von ihnen handsignierte Sonderauflagen für die Hotelzimmer und -flure anfertigen. Dabei legten die Hoteliers sich gegen den Trend auf gegenständliche Kunst aus der Region fest. „Wir sind leidenschaftliche und überzeugte Hamburger. Als wir uns mit der norddeutschen Kunst befassten, merkten wir sofort, dass die hiesigen Maler, kaum eine Lobby und kein Forum hatten, also ergab es sich für uns von ganz alleine, ihnen beides zu bieten.“ Schnell war deswegen die Idee geboren, nicht nur ihre Bilder im Hotel an die Wände zu hängen, sondern ihnen auch Ausstellungsmöglichkeiten zu bieten. Die „Galerie im Elysée“ wurde aus der Taufe gehoben: als Präsentationsforum für Kunstschaffende aus Hamburg und den benachbarten

Bundesländern. Aktuell läuft mit „Akte.Ansichtssache“ (bis 15.3.) die 115. Ausstellung!

„Wir kaufen beinahe jedesmal bedeutende Exponate an, die uns gefallen. In den Jahren ist dadurch eine stattliche Sammlung entstanden“, freut sich Christa Block. 450 der gut 650 dabei zusammengetragenen Werke, darunter auch einige Skulpturen, sind im Hotel zu sehen. Zu den Schwerpunkten zählen Werke der Hamburger Sezessionisten und deren Nachfahren sowie Arbeiten der Vereinigung Norddeutscher Realisten. Ergänzt wird die Sammlung durch etwa 50 Auftragsarbeiten, die sich thematisch mit dem Hotel an der Rothenbaumchaussee auseinandersetzen. Damit möglichst viele Hamburger einen Eindruck von der bildenden Kunst der Metropolregion Hamburg bekommen, soll der jetzt veröffentlichte Leitfaden interessierten Besuchern helfen, das Hauptwerk der Sammlung Block erschließen zu können.

Kai Wehl

Gegenstands-Kunst

Neben wechselnden Ausstellungen in der „Galerie Elysée“ sind im Hotel 450 Werke aus der Sammlung Block zu sehen (teils öffentlich). Jeden letzten Freitag im Monat gibt es von 16-17.30 Uhr eine kostenlose Führung. Für Gruppen von 5 bis 15 Personen auch nach Vereinbarung (Tel.: 41412-721, www.sammlung-block.de). Einen Überblick verschafft das Buch „Kunst im Grand Elysée – Sammlung Block“, es ist für 15 Euro im Hotel erhältlich. Auf 196 Seiten (inkl. 75 Farbabbildungen) liefert es Hintergrundtexte zu den Schwerpunkten der Sammlung und Biografien von 80 darin vertretenen Künstlern.



WOLFFHEIM WOLFFHEIM

IMMOBILIEN

erfolgreich | freundlich | anders



Schöner Wohnen in Klein Borstel € 995.000,-

Einfamilienhaus, 225 m² Wohnfläche, 8 Zimmer, Wintergarten, Bulthaup-Küche
140 m² Terrasse, 3 Bäder, ausgebautes Souterrain, Garage, 994 m² Grundstück



Wohnen ganz oben im Wasserturm mit Blick über Hamburg! KP auf Anfrage

160 m² Wohnfläche über 2 Ebenen, Fahrstuhl bis auf die Fläche, 5 Zimmer
offene Küche, großes Vollbad, Gäste-WC, Süd-Loggia und Terrasse, Stellplatz



Oase mitten in Hamburg-Eppendorf € 217.000,-

Eigentumswohnung im Hochparterre, 67 m² Wohnfläche, 2 ½ Zimmer, 2 Balkone
umfassend saniert, neue Einbauküche, neues Bad, Nussbaum-Dielenboden, Garten



Moderne 3 ½ - Zimmer-Eigentumswohnung in Stadtpark-Nähe € 250.000,-

Eigentumswohnung im 3. OG mit Fahrstuhl, 97 m² Wohnfläche, 3 ½ Zimmer
Einbauküche, Vollbad, Gäste-WC, große Loggia, TG-Stellplatz

Hier ist Immobilienkompetenz zu Hause



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

Termine an der Alster

bis 28. März

Vom **12.2. bis zum 28.3.** präsentieren ausgewählte **Hamburger Gastronomen** unter der Schirmherrschaft des Tourismusverbands Hamburg e.V. erneut die Aktion **„Hamburg kulinarisch“**. Menüs zwischen 20 Euro und 59 Euro pro Person – teils mit korrespondierenden Weinen – bieten die Möglichkeit, günstig neue Top-Restaurants kennenzulernen. Auf www.hamburg-kulinarisch.de finden Sie alle teilnehmenden Restaurants und deren Menüs.

12. Februar

Um das Vermächtnis der Pop Art geht es noch bis zum 9. Mai in der **Hamburger Kunsthalle** am Glockengießerwall. In Zusammenarbeit mit der Tate Modern London ist dort die Ausstellung **„Pop Life“** zu sehen. Mit dabei sind Werke von Warhol, Haring, Koons, Hirst und einigen anderen. Mehr Infos gibt's auf www.hamburger-kunsthalle.de im Internet!

14. Februar

In der **Hauptkirche St. Nikolai**, Harvestehuder Weg 118, findet um 18 Uhr das **2. Harvestehuder Orgelkonzert 2010** statt – für kleine und große Kinder. Gegeben wird Erich Kästners Konferenz der Tiere, erzählt von Frank Fingerhuth, mit Matthias Hoffmann-Borggreffe an der Orgel. Karten gibt es für 10 Euro an der Abendkasse, Kinder bis 12 Jahre in Tierkostümen haben freien Eintritt (in Begleitung eines Erwachsenen).

Pop-Art-Persönlichkeit:
Keith Haring ist einer der Künstler, deren Werk in der Kunsthalle geehrt wird.

20. Februar

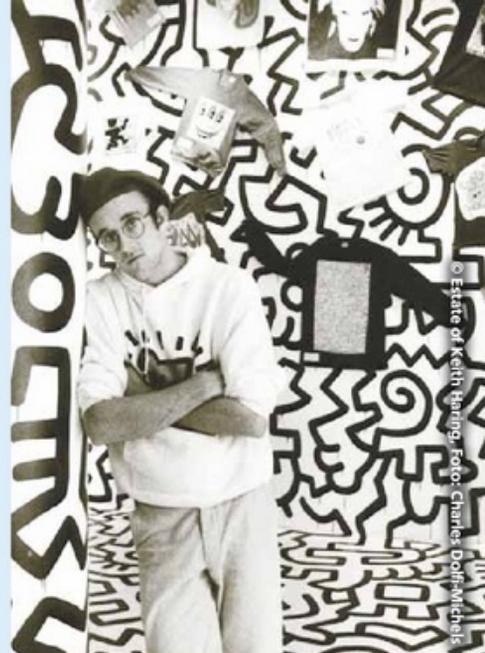
Das **Pacific Netzwerk** trifft sich um 18 Uhr in der **Polynesia Club Lounge**, Falkenried 85, zu einem Zusammentreffen von Menschen aller Südeestaaten – mit Pacific-Essen und Tanz der Savaii Girls.

25. Februar

Bis zum 28. Februar gibt es auf Kampnagel, Jarrestraße 20, täglich um 20.30 Uhr eine Vorstellung der „Diskurs-Operette“ **„Deichkind in Müll“**. Die Musiker treten darin in einer Performance an, in der es um Starkult, Entertainment und die Macht der Inszenierung geht. Karten gibt es unter **Tel.: 270 949 49** oder auf www.kampnagel.de!

27. Februar

Um 19 Uhr wird in der **Hauptkirche St. Nikolai**, Harvestehuder Weg 118, ein **Chor- und Orchesterkonzert** mit Werken von Bach, Haydn und Zelter gegeben. Es spielen die Kantorei St. Nikolai und die Hamburger Camerata. Karten gibt es über www.hauptkirche-stnikolai.de, an den Konzertkassen oder der Abendkasse.



© Estate of Keith Haring. Foto: Charles Dorfman/Retna



PRIVATES
INSTITUT FÜR ASTROLOGIE

Treffen Sie die richtigen Entscheidungen!

Eine astrologische Beratung hilft bei partnerschaftlichen oder familiären Problemen, bei Schwierigkeiten im Job und bei allgemeinen Lebenskrisen.

Die Astrologie kann Entscheidungshilfen bei wirtschaftlichen und finanziellen Fragen geben. Sie hilft dabei sich einen Überblick zu verschaffen und wichtige Entscheidungen sicher zu treffen.

Lassen Sie sich in allen Lebensfragen von unserem Expertenteam beraten.

Eine Vorhersage konkreter Ereignisse ist nicht möglich!



PRIVATES
INSTITUT FÜR ASTROLOGIE

Lassen Sie sich jetzt einen Termin für eine telefonische Beratung geben:

TEL. 09003 - 799 799

1,99€/Min. aus d.d.t. Festnetz, Mobilfunkpreise abweichend

Der Erste Bürgermeister und die Kunst



◀ Würde gerne eine Kunstmeile an der Alster errichten und findet dabei die Zustimmung von Ole von Beust: die Galeristin Sylvia Mennicke.



Ole von Beust (r.) und der Künstler Peter Wolfram auf dessen Vernissage.

Ende Januar zeigte sich **Ole von Beust** als Kunstkenner. Hamburgs Erster Bürgermeister fachsimpelte mit dem Künstler **Peter Wolfram** anlässlich seiner Vernissage bei der offiziellen Eröffnung der Ostseegalerie im Mittelweg 136 über dessen Gemälde und Drucke. „Allerdings bin ich nicht der große Kunstexperte“, erklärte von Beust typisch hanseatisch. Dabei sammelt er selbst. „Es ist ein Hobby von mir, Bilder im Internet zu ersteigern. Vor allem expressionistische Werke. Am liebsten abstrakte Motive mit knalligen Farben. Allerdings geht es mir dabei nicht um Werte, sondern im Endeffekt um Dekoration“, sagt Ole von Beust lächelnd. Weiteres Thema auf der Galerie-Eröffnung zu der

auch Finanzsenator **Dr. Michael Freytag** gekommen war, war eine Kunstmeile mit Skulpturen an der Alster, die die Galeristin **Sylvia Mennicke** errichten möchte. Auf diesem Gebiet hat die Hamburgerin Erfahrung, denn sie hat bereits den „Kunstkilometer an der Küste“ in Timmendorfer Strand verwirklicht. „Daneben würde ich auch gerne eine große Skulptur vor dem Pöseldorf-Center aufstellen. Ich werde demnächst wegen beider Projekte beim Bezirk anfragen“, so die Galeristin. Hamburgs Erster Bürgermeister findet die Idee gut. „Sicherlich haben die Organisatoren den Verkauf von Kunst im Sinn. Das ist aber nur die eine Seite. Die andere ist, dass durch eine entsprechende Gestaltung und nach Absprache mit den verantwortlichen Kommunalpolitikern auf relativ undemokratische und preiswerte Weise, Kunst im öffentlichen Raum entsteht.“ *kw*

kunstvolle aussenräume aus einer hand

beratung | konzepte | entwürfe | bauleitung | ausführung | pflanzungen | gehölzschnitt | pflege | objekte | und mehr



dipl.-ing. soeren von hoerschelmann | landschaftsarchitekt & landschaftsgärtner
hartwigsahl 17 | d-23863 bargfeld-stegen | (+49)4532-288 24 42 | (+49)172-45 86 242
post@gaertenvonhoerschelmann.de | www.gaertenvonhoerschelmann.de

GLANZKLARE MÖBEL



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

Möbel-Glanz

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

Verteiler gesucht!

Ab 13 Jahre

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

LEBENSART Hamburgs Lifestyle Messe

27. + 28.2.

Sa: 14.00 - 20.00 So: 11.00 - 19.00



Shoppen - Chillen - Genießen - Live Acts
Gastwerk Hotel

Beim Alten Gaswerk 3 / Eintritt: 3 € / Kinder frei
www.selekt-veranstaltungen.de

Jetzt entdecken:

www.alster-magazin.de



Dieter Kronzucker überreichte der Moderatorin 1980 den Bambi.

Gespräche halfen der Moderatorin, den Tod ihres Mannes zu verkraften, die Trauer holte sie jedoch immer wieder ein.



Dagmar Berghoff moderierte am 20.02.1998 die Operettengala in Hannover.

Authentisch

Als erste Tagesschausprecherin gelang **Dagmar Berghoff** aus Rotherbaum eine bislang unglaubliche Fernsehkarriere mit mehreren Auszeichnungen wie der „Goldenen Kamera“ und dem „Bambi“. Wir trafen die ehemalige Moderatorin in der Piazza Romana und sprachen mit ihr über ihre Anfänge bei der Tagesschau und Schattenseiten der TV-Welt.



www.traumhaussylt.de

5-Sterne Ferienhäuser
in exponierten Lagen

Tel.: 040 53 69 40 06



Miss „Fleurop-Lady“ 1991 mit Mutter Herta.



Erste Tagesschau-Sendung 1976 mit Karl-Heinz Köpcke.



Hochzeit am 16. Mai 1991 (li.) und Dagmar Berghoff 1970 beim Südwestfunk.



Alster-Magazin: Wie kamen Sie zur Tagesschau?

Dagmar Berghoff: Durch ein Telefonat. Eines Tages rief mich Karl-Heinz Köpcke an und lud mich zu einem Vorsprechen ein. Dabei fragte er mich, ob ich wohl genauso gut aussehen würde, wie ich mich anhöre. Später stellte sich heraus, dass er mein Gesicht bereits vom Südwestfunk kannte, wo ich sechs Jahre lang als Hauptansagerin tätig war.

Wie verlief das Vorsprechen?

Anfangs kritisch, denn ich musste aus seinem Manuskript lesen, das seine dicken Betonungszeichen, Markierungen und Streichungen enthielt. Bei einem Versprecher sagte ich zu Herrn Köpcke, dass ich aus seinem Manuskript nicht lesen könne und bestand auf meinem eigenen. Diesen Mut dem großen Nachrichtenmann gegenüber fand er, glaube ich, profithaft. Schließlich ist das Manuskript das Handwerkszeug des Sprechers.

Sie waren viel unterwegs.

Wie haben Sie Beruf und das private Leben unter einen Hut bekommen?

Es war nicht einfach! Als ich bei der Tagesschau anfang, lebte ich mit einem Mann zusammen. Als vergebene Frau war ich für die

Medien völlig uninteressant. Doch als ich mich 1985 trennte, war ich fünf Jahre lang wie Freiwild für die Presse. Mir wurden wie anderen Singles, die in der Öffentlichkeit stehen, häufig frei erfundene Affären angedichtet.

Gab es auch mal zu Unrecht negative Schlagzeilen?

Ja, ich hatte mal einen Freund, der seine Freundin, eine Journalistin, für mich verlassen hatte. Sie hat das natürlich wunderbar für sich genutzt, um über mich herzuziehen. Mein Intendant legte großen Wert darauf, dass ich endlich aus den Schlagzeilen herauskam.

Wie schafft man das?

Indem man In-Lokale meidet und vor allem keine Premieren oder andere öffentlichen Veranstaltungen zu zweit besucht.

Neue Beziehungen wurden dann wohl auch vor der Presse verheimlicht. Haben die Partner darunter gelitten?

Das ist ja das Schwierige. Wenn man einen neuen Menschen kennenlernt, weiß man nicht, ob die Beziehung länger als drei Monate hält. Gerade als Tagesschau-Sprecherin durfte ich es mir nicht erlauben, alle paar Monate mit einem neuen Mann im Fokus der Medien zu stehen. Deswegen habe

ich anfangs immer abgewartet, bevor ich an die Öffentlichkeit gegangen bin. Es gab eine Situation, in der ich beim Betreten eines Lokals den Arm von dem Mann weggezogen habe, mit dem ich es betreten hatte. Es war die unbewusste Angst, dass mich jemand sehen könnte und die Geschichte am nächsten Tag in der Zeitung steht. Dieser Mann fühlte sich verleugnet und beendete die Romanze.

Dennoch sind Sie der Liebe Ihres Lebens begegnet. Vor neun Jahren ist Ihr Mann gestorben, wie haben Sie diesen Schicksalsschlag überwunden?

Ich kann mit dem Schmerz inzwischen leben, habe immer die Trauer zugelassen und mich nicht dagegen gestellt. Ich kann gar nicht glauben, dass es schon neun Jahre sind. Der Schmerz geht in die tiefste Tiefe und man muss sehen, dass man den Glauben an sich nicht verliert, man braucht Kraft, um aus der Trauer wieder herauszukommen. Das geht nur über die Zeit, sie ist dein Freund und hilft dir.

Wie haben Sie sich selbst geholfen?

Durch meinen Optimismus. Trotz

meiner Depressionen und Tiefen, die man zulassen sollte, versuche ich immer, das Positive in den Dingen zu sehen. Zum Glück habe ich ein schönes Leben und weiß das zu schätzen. Ich habe viele Freunde, arbeite nach wie vor bei NDR 90,3 und kann mir ansonsten den Tag frei einteilen. Morgens lasse ich es gerne ruhig angehen, genieße entspannt eine Tasse Kaffee und lese in aller Ruhe im Bademantel die Zeitung. Ansonsten gehe ich häufig ins Theater oder zu anderen gesellschaftlichen Anlässen und engagiere mich für soziale Projekte – teils finanziell und mit meinem Namen. Das füllt mich aus und macht mich glücklich.

Jeannine Ehmsen

Die Moderatorin und unsere Redakteurin Jeannine Ehmsen im Interview.



adRem[®]
INTERIOR

www.adrem-interior.de



Lloyd Loom € 145,-



„Lassen“, Teak € 99,-



„Bama“ Leder € 135,-/175,-



Lloyd Loom € 129,-

ab sofort!!! – Outlet Preise im Lagerverkauf

nur bei uns: über 100 Tische von 80 bis 350 cm Länge sofort lieferbar. Stühle aus original Lloyd Loom, Teak und Leder ab € 99,- in Spitzen-Qualität sowie Regale, Lampen & Accessoires weit unter Marktpreisen



€ 345,-

€ 175,-

Phoenixhof
Ruhrstr. 11
22761 Hamburg
Altona
Tel. 8537 22 50

Mo.-Fr. 11.00 - 19.00 - Sa. 10.00 - 16.00



Intelligente Haustechnik



- Elektroarbeiten
- Beleuchtung
- Gebäude-Systemtechnik
- EDV-Netze
- Kommunikation
- Antennen-Anlagen
- E-Check

SOFORT-SERVICE • STÖRUNGSDIENST • REPARATUREN




Walter Guhl GmbH
 Schulweg 30 a • 20259 Hamburg • Tel.: 040 - 401 80 90
 Fax: 040 - 401 80 999 • info@guhl-etch.de • www.guhl-etch.de

Hamburgs Society bei

Talk und Tanz

Ende Januar begeisterte die Premiere der gerade eingestellten **Show „INDIA“** die Hamburger Gesellschaft und verführte sie mit Tanz, Akrobatik und ausgefallenen Kostümen. Beim **61. Presseball** stand hingegen das Tanzen, Feiern, Flanieren, sowie das Sehen und Gesehenwerden im Mittelpunkt der High Society. *Jeannine Ehmsen*

www.niemerszein.de



NIEMERSZEIN

Alles Gute für Sie!



seit 1965

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
20.00 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!

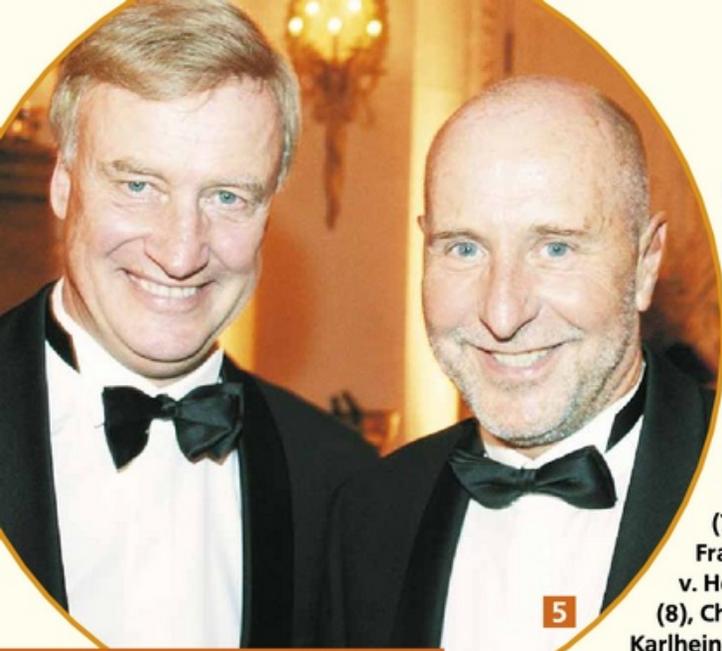
1 Stunde kostenloses Parken für unsere Kunden auf dem Parkdeck



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



Indianflair: Moderatorin Nandini Mitra (1), Sängerin Jasmin Wagner (2), Unternehmerin Alexandra von Rehlingen, Unternehmer Ian Karan mit Ehefrau Barbara (v.l., 3), Model Molly Nuo mit Tochter Eluis (4).



5

Ballgeflüster: Bürgermeister Ole von Beust (l.), Verleger Wolfgang E. Buss (5), ECE-Geschäftsführer Stephan Kugel mit Gattin Heike, ECE-Geschäftsführer Henrie Kötter mit Gattin Annick (v.l., 6), Andreas Bartmann (GlobetrotterAusrüstung) mit Gattin Dorith (7), CDU-Fraktionschef Frank Schira mit Partnerin Iris v. Heesen (l.) und Silke Lange, (8), Christa Goetsch und Gatte Karlheinz (9).



9

Hamburger Presseball



6



7



8

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

Thomas Gottschalk

zu Gast in Eppendorf

Die Schüler des Gymnasiums Eppendorf spendeten 5000 Euro bei der ZDF-Spendengala für die Opfer der Erdbebenkatastrophe von Haiti. Dafür bedankte sich dessen Moderator und Showstar Thomas Gottschalk persönlich und stattete der Schule in der Hegestraße Ende Januar einen kurzen Besuch ab.

Seit 2003 sammeln Schüler des Gymnasiums Eppendorf mit ihrer Organisation „Hege Helping Hands“ (benannt nach dem Schulstandort Hegestraße) Geld für charitative Zwecke. Auch im Januar bei Eis und Schnee und zwar für die Erdbebenopfer in Haiti. Sie bastelten Plakate, verkauften Kuchen und gaben leere Pfandflaschen ab. Erlös der Aktion: rund 5000 Euro. Diese Summe überreichte eine Delegation der Schüler und Schülerinnen dem Showmaster Thomas Gottschalk bei der großen ZDF-Spendengala in Berlin, die den Opfern der Erdbebenkatastrophe von Haiti gewidmet war. Von dieser Aktion war der TV-Moderator so beeindruckt, dass er sich spontan dazu entschloss, die Schüler im Gymnasium Eppendorf zu besuchen, um sich persönlich bei ihnen für ihr soziales Engagement zu bedanken.

Den Kindern gegenüber gab sich der Moderator sehr natürlich und Gesprächig. Sie durften ihm Fragen stellen, auf die er ausführlich und sehr nett antwortete. Etwa warum „Wetten dass“ bislang noch nie in Hamburg produziert wurde. „Weil es äußerst schwierig ist, in der Hafencity eine große Halle wie die Color Line Arena über zehn Tage hinweg zu buchen, die für die aufwendige Produktion erforderlich ist“, erklärte er geduldig. Zusätzlich nutzte

der Entertainer die Gelegenheit, unsere Gesellschaft auch auf das eigene Leid im Land aufmerksam zu machen: „Wir sollten unsere Ärmsten der Armen nicht vergessen und uns dafür einsetzen, dass jedes Kind das Recht auf eine warme Mahlzeit hat. Es kann nicht sein, dass wir einen Teil der Gesellschaft vernachlässigen und diesen ihrem verzweiferten und verbitterten Schicksal überlassen“. Darüber hinaus sprach der Fernsehprofi über Veränderungen der Medienwelt: „1984 gab es die Quoten erst nach einer Woche, heute am nächsten Tag, das erhöht den Druck auf die Moderatoren. Damals hatte ich hingegen die Freiheit, machen und tun zu können, wonach mir gerade war. Natürlich muss ich zugeben, dass es auch nur wenige Sender gab. Trotzdem war ich schon beleidigt, wenn nur 14 Millionen Menschen eingeschaltet hatten. Rückblickend unfassbar, denn heutzutage wäre es der Gipfel. Ich gebe jedes Mal mein Bestes und werde dennoch zu oft kritisiert. Da ist Amerika entspannter! Hinzu kommt noch, dass die Medien jeden Satz in 85 Teile zerstückeln und die Tatsachen falsch wiedergeben. Dennoch bin ich froh, in Deutschland meine Sendung zu moderieren, schließlich gibt es hier keinen besseren Entertainer, ansonsten wäre ich bei diesem schnelllebigen Business schon längst ersetzt worden“, erklärte er den Schülern lachend.

Jeannine Ehmsen



droste

markisen | rollläden | jalousien | terrassendächer

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

filialen: eppendorfer weg 266
tel.: 040 - 300 607-20
volksdorfer weg 1
tel.: 040 - 300 607-40

www.markisen-droste.de



FACHBETRIEB
Rolläden- und
Sonnenschutz-
techniker-
Handwerk

1957 - 2007

Stoppt Lepra!
Mit nur 50 Euro ist
Lepra heilbar

50 Jahre!
Ein Anfang!
DAHW
Deutsche Lepra- und
Tuberkulosehilfe e.V.

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

Ihr Maler

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

www.freund-maler.de



Für Sie unterwegs

Wenn Sie sich für eine Anzeigenschaltung auf den Winterhude- oder Eppendorferseiten im Alster-Magazin interessieren, melden Sie sich gerne bei mir.

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

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

Thomas Gottschalk

zu Gast in Eppendorf

Die Schüler des Gymnasiums Eppendorf spendeten 5000 Euro bei der ZDF-Spendengala für die Opfer der Erdbebenkatastrophe von Haiti. Dafür bedankte sich dessen Moderator und Showstar Thomas Gottschalk persönlich und stattete der Schule in der Hegestraße Ende Januar einen kurzen Besuch ab.

Seit 2003 sammeln Schüler des Gymnasiums Eppendorf mit ihrer Organisation „Hege Helping Hands“ (benannt nach dem Schulstandort Hegestraße) Geld für charitative Zwecke. Auch im Januar bei Eis und Schnee und zwar für die Erdbebenopfer in Haiti. Sie bastelten Plakate, verkauften Kuchen und gaben leere Pfandflaschen ab. Erlös der Aktion: rund 5000 Euro. Diese Summe überreichte eine Delegation der Schüler und Schülerinnen dem Showmaster Thomas Gottschalk bei der großen ZDF-Spendengala in Berlin, die den Opfern der Erdbebenkatastrophe von Haiti gewidmet war. Von dieser Aktion war der TV-Moderator so beeindruckt, dass er sich spontan dazu entschloss, die Schüler im Gymnasium Eppendorf zu besuchen, um sich persönlich bei ihnen für ihr soziales Engagement zu bedanken.

Den Kindern gegenüber gab sich der Moderator sehr natürlich und Gesprächig. Sie durften ihm Fragen stellen, auf die er ausführlich und sehr nett antwortete. Etwa warum „Wetten dass“ bislang noch nie in Hamburg produziert wurde. „Weil es äußerst schwierig ist, in der Hafencity eine große Halle wie die Color Line Arena über zehn Tage hinweg zu buchen, die für die aufwendige Produktion erforderlich ist“, erklärte er geduldig. Zusätzlich nutzte

der Entertainer die Gelegenheit, unsere Gesellschaft auch auf das eigene Leid im Land aufmerksam zu machen: „Wir sollten unsere Ärmsten der Armen nicht vergessen und uns dafür einsetzen, dass jedes Kind das Recht auf eine warme Mahlzeit hat. Es kann nicht sein, dass wir einen Teil der Gesellschaft vernachlässigen und diesen ihrem verzweifelt und verbitterten Schicksal überlassen“. Darüber hinaus sprach der Fernsehprofi über Veränderungen der Medienwelt: „1984 gab es die Quoten erst nach einer Woche, heute am nächsten Tag, das erhöht den Druck auf die Moderatoren. Damals hatte ich hingegen die Freiheit, machen und tun zu können, wonach mir gerade war. Natürlich muss ich zugeben, dass es auch nur wenige Sender gab. Trotzdem war ich schon beleidigt, wenn nur 14 Millionen Menschen eingeschaltet hatten. Rückblickend unfassbar, denn heutzutage wäre es der Gipfel. Ich gebe jedes Mal mein Bestes und werde dennoch zu oft kritisiert. Da ist Amerika entspannter! Hinzu kommt noch, dass die Medien jeden Satz in 85 Teile zerstückeln und die Tatsachen falsch wiedergeben. Dennoch bin ich froh, in Deutschland meine Sendung zu moderieren, schließlich gibt es hier keinen besseren Entertainer, ansonsten wäre ich bei diesem schnelllebigen Business schon längst ersetzt worden“, erklärte er den Schülern lachend.

Jeannine Ehmsen



droste

markisen | rollläden | jalousien | terrassendächer

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

filialen: eppendorfer weg 266
tel.: 040 - 300 607-20
volksdorfer weg 1
tel.: 040 - 300 607-40

www.markisen-droste.de



FACHBETRIEB
Rolläden- und
Sonnenschutz-
techniker-
Handwerk

1957 - 2007

Stoppt Lepra!
Mit nur 50 Euro ist
Lepra heilbar

50 Jahre!
Ein Anfang!
DAHW
Deutsche Lepra- und
Tuberkulosehilfe e.V.

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

Ihr Maler

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

www.freund-maler.de



Für Sie unterwegs

Wenn Sie sich für eine Anzeigenschaltung auf den Winterhude- oder Eppendorferseiten im Alster-Magazin interessieren, melden Sie sich gerne bei mir.

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



- 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

DIE
WÄSCHEREI
Das Möbelhaus ✂

Belt
Assymetric



AB
798,-

JARRESTRASSE 58 040/271 50 70
WWW.DIE-WAESCHEREI.DE

DIE
WÄSCHEREI
Das Möbelhaus ✂

THE
LOVER



NEU! POLSTERKOLLEKTION
DESIGNED BY DIE WÄSCHEREI

JARRESTRASSE 58 040/271 50 70
WWW.DIE-WAESCHEREI.DE

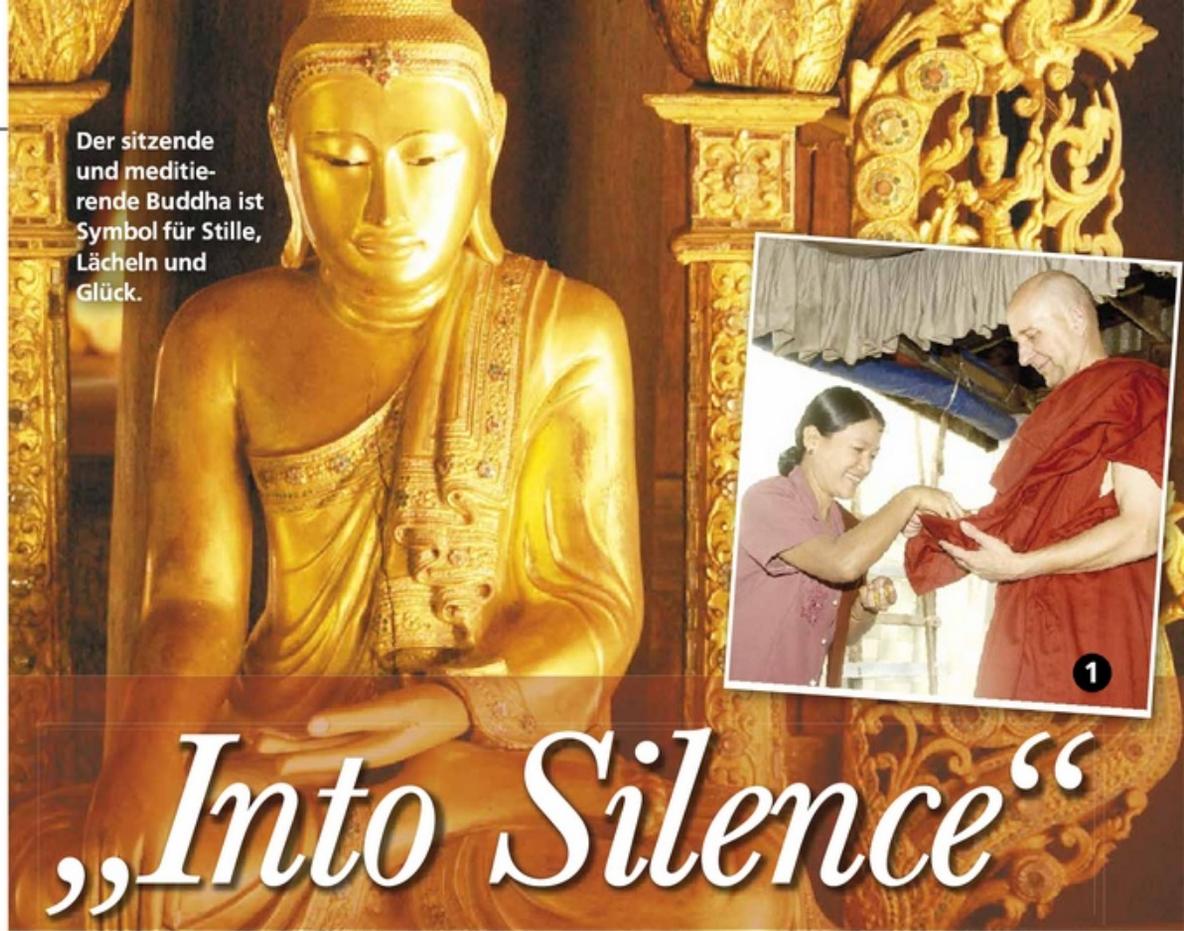
DIE
WÄSCHEREI
Das Möbelhaus ✂

DIESEL
with FOSCARINI



JARRESTRASSE 58 040/271 50 70

Der sitzende und meditative Buddha ist Symbol für Stille, Lächeln und Glück.



„Into Silence“

Warum geht ein **Hamburger Unternehmer** ins Kloster? Warum verzichtet er auf alles, was wichtig ist: tolles Auto, bequemes Bett, schicke Uhr, modische Anzüge, gesellschaftlichen Status, Sex, Alkohol, Geld und Partys? Was bleibt dann eigentlich noch?

Die Frage, die ihn bewegt, ist: Was heißt, ein „gutes Leben zu führen“? Dazu hörte er viele Antworten. Manch Hamburger antwortete dem Publizisten **Wolfgang E. Buss**: „Abends eine edle Flasche Wein“, der nächste meinte: „Wenn man frei ist und sich fast alles leisten kann“, ein dritter nannte sein Luxus-Auto und der vierte berichtet von seinem überstandenen Herzinfarkt als Glücksfaktor.

Buss tauschte seinen edlen Anzug mit einer dunkelroten Robe und lebte als Mönch in buddhistischen Klöstern in Myanmar. Er verzichtete auf nahezu alles, was zu einem guten Leben aus unserer Sicht gehört. Doch was bleibt da noch übrig? Wenig? Oder großer, nie erlebter Reichtum? Er lernte Meditation und eine andere Sicht der Dinge. Über dieses faszinierende Wissen berichtet er jetzt während eines „Gastspiels“ im **Planetarium Hamburg**. In seine neue „multimediale Rei-

se“, eine besondere Art Diashow, sind der **nächtliche Sternenhimmel Asiens** ebenso eingebunden wie wunderschöne Bilder aus seiner Kamera (an der großen Kuppel des Planetariums gezeigt). So wird „Into Silence“ mit schöner Musik zu einer kostbaren Erfahrung und zeigt, dass Glück auch ganz anders erreichbar ist als durch Drogen, Lärm, Luxus oder tumbe Unterhaltung.

Buss berichtet übrigens auch über einen weiteren Schritt in die Stille: die Meditation. Mit Persönlichkeiten des buddhistischen Lebens sprach er über die Frage „Was ist Glück?“. Im Planetarium berichtet Buss über die vielen inspirierenden Antworten, die ihm gegeben wurden.

1. Wolfgang E. Buss lebte als Mönch in Burma, lernte als einer der wenigen „Westler“ Meditation und studierte buddhistische Weisheit „direkt vor Ort“.

2. Fischerboot in der Stille des Inlay-Sees. Das Fischerpaar rudert schon seit Jahrzehnten gemeinsam hinaus.

3. Initiationsfest in der Swe-dagon-Pagode von Yangon.

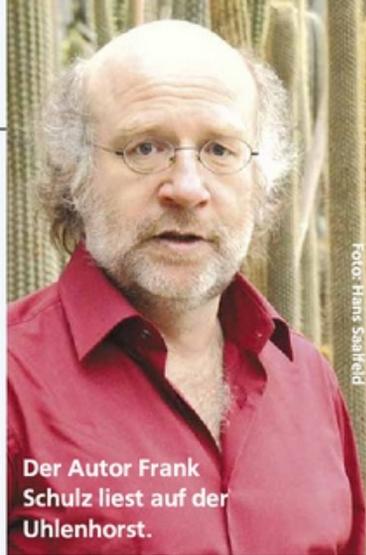
4. Mönch in tiefer Meditation: Versenkung als Ausgleich zum Alltagslärm. Beispiel für ein kostbares und reiches Leben – auch für uns?

Termine: „Into Silence“ - Reise in die Stille
Di., 16. Februar und Di., 9. März, jeweils um 19.30 Uhr,
Eintritt: 10,50 Euro. Karten gibt es unter Tel.: 42 88 65 20,
www.planetarium-hamburg.de und an der Abendkasse.



Heikle Geschichten rund um die Liebe

Am 22.02. liest Frank Schulz im Literaturhaus, Schwanewik 38, aus seinem Sammelband „Mehr Liebe. Heikle Geschichten“. In der neuesten Veröffentlichung des Autors geht es nicht nur um einen drei Zentner schweren Tischtennispieler, einen hoffnungslos schwärmenden Tertianer, sondern genauso um einen neurotischen Nicole-Kidman-Fan. All diese gehören zu Frank Schulz' skurrilem Charakterspektrum, das in die unterschiedlichsten Beziehungsnetze eingewoben wird und stets einem undurchdringlich vielschichtigen Phantom nachjagt: der Liebe. Der Romancier, Lyriker und Blogger Frank Schulz lässt keinen Zweifel an der Richtschnur seiner Erzählungen: „Die meisten Menschen brauchen mehr Liebe, als sie verdienen.“ Die Dramatik dieses Ausspruchs darf jedoch nicht zu der Annahme führen, die bildungs-

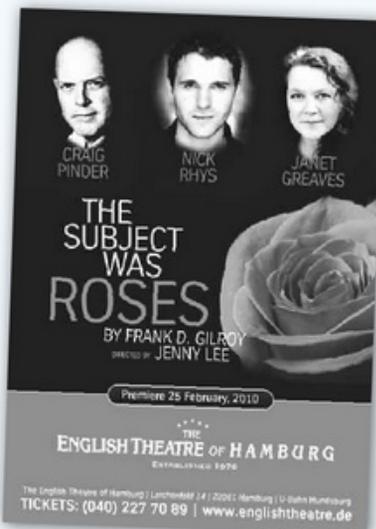


Der Autor Frank Schulz liest auf der Uhlenhorst.

bürgerliche Hochkultur hätte die Schreibkunst dieses Autors vollends in die Ernsthaftigkeit getunkt: Mal lakonisch, mal zynisch und oft brutal ehrlich widmet sich der Band in prägnanten Schicksalsepisoden der menschlichen Sehnsucht nach Zuneigung und lässt die klassischen Motive des Romanciers, Zigaretten und Alkohol, nicht aus dem Raster fallen. Mit sublimem Sprachgefühl für Lokalkolorite von Hamburg bis Berlin und einer radebrechenden Verquickung von Alltagssprache und Ästhetikvokabular verschafft Frank Schulz dem Leser urkomische Momente. Weitere Infos unter www.literaturhaus-hamburg.de. ck

The English Theatre: „The Subjekt was Roses“

„The Subjekt was Roses“ feiert am 25.02. Premiere im The English Theatre, Lerchenfeld 14. Das Schauspiel von Frank D. Gilroy spielt im Jahr 1946 in der Bronx von New York. Es erzählt vom 21-jährigen Timmy, der nach Jahren bei der Armee aus dem Krieg nach Hause zurückkehrt. Seine Familie feiert die Heimkehr überschwänglich. Doch schon bald findet sich der junge Mann erneut in dem Kreuzfeuer zwischen Vater und Mutter wieder. Beide haben sich in seiner Abwesenheit nicht verändert und der nun erwachsene Sohn steht wieder zwischen den Fronten. Um den häuslichen Frieden wieder herzustellen, kauft Timmy Rosen für seine Mutter und sagt ihr, sie seien von seinem Vater. Letztlich fliegt diese Lüge jedoch auf und die alten Feindseligkeiten kommen erneut zum Vorschein. Für die Eltern ist es an der Zeit, ihren Sohn als erwachsenen Mann anzuerkennen. Sie müssen gewahr werden, dass er ein eigenständiges Leben beginnen möchte. Das Stück, das noch bis zum 17. April im „The English Theatre“ zu sehen



ist, wurde bereits in den verschiedensten Inszenierungen gefeiert. Brachte als Broadway-Debüt dem US-amerikanischen Autor 1965 den Tony Award, einen Critics' Circle Award und den Pulitzer Preis und wurde 1968 sogar mit Martin Sheean verfilmt. Weitere Infos zu diesem Stück auf englischer Sprache und zum Ticketkauf unter www.englishtheatre.de. ck



STEFAN SCHIMKAT
RECHTSANWALT



Schwerpunkte:

Internetrecht • Jagdrecht • Mietrecht • Steuerrecht • Strafrecht

Zweigstelle Uhlenhorst: Hans-Henny-Jahn-Weg 15 • 22085 Hamburg
rechtsanwalt.schimkat@t-online.de

Telefon (0 40) 42 91 79 42 • Telefax (0 40) 42 91 79 43

VOLLE KRAFT VORAUSS.

Die Seenotretter.



Bitte spenden auch Sie!

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

Flugtickets
Bahntickets
Fährtickets
Kreuzfahrten
Touristik

U H L E N H O R S T E R
REISEDIENST

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

Schlank werden und bleiben

040. 51 90 83 14

Der richtige
Vorsatz für 2010!

Personaltraining
Figurformung
Gesundheitsmanagement



Schunemanntraining design your body

www.schunemann-training.de

Hier könnte auch Ihre Anzeige stehen



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

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



ellerbrock: Mit starken Partnern ins Wohnfühl-Jahrzehnt

Das junge Millennium hat viele Design-Innovationen in Bad und Küche hervorgebracht. In den kommenden Jahren wird es nun darum gehen, die Errungenschaften harmonisch in heimische Lebenswelten zu integrieren. Denn gerade in den ersten Monaten der neuen Dekade denken viele gern an Neuanfang oder Renovierung von Elementen, die zum wohnlichen Wohlfühl intensiv beitragen: Küche und Bad! Wer diesen frischen Wind einhauchen möchte, bekommt bei **ellerbrock** die nötige Inspiration: Der Showroom im stilwerk wartet beispielsweise auf mit der S1 von SieMatic – einer Küche voller Perfektion, Emotion und mit einem minimalistischen Design, das sich auf elegante Art nützlich macht. Die S1 erfüllt die Sehnsucht nach Sinn und Zweck. Und sie reflektiert die Lust auf Gemeinsamkeit, Unterhaltung und Genuss. In den Niederlassungen in Duvstedt und in der Wohnmeile Halstenbek findet sich modernste Küchenkultur, u.a. Produkte von Duravit. Der Firma, die mehr als 6.600 Badmöbel – allein über 1000 „Tonnen“ von Starde-
 ner Philippe Starck – für den Burj Chalifa geliefert hat. Ihre PuraVida-Serie wird als Teil des deutschen Auftritts bei der EXPO 2010 in Shanghai ebenfalls für Aufsehen sorgen. Genau so viel Aufmerksamkeit verdienen die Großraumduche Easy-In und das Dampfbad von Repabad. Durch jahrzehntelange Partnerschaften mit höchst renommierten Herstellern ist ellerbrock Duvstedt/Halstenbek/stilwerk für die Metropolregion Hamburg stark aufgestellt. Zu den erstklassigen Produkten kommen die Erfahrung, die Flexibilität und die ausgeprägte Service-Mentalität des hervorragend geschulten Beratungspersonals, bei dem sich jeder Kunde ganz einfach in guten Händen fühlt: völlig entspannt und genauso, wie es sich jeder nach den Pannen und Krisen der Nuller-Jahre wünscht.

Adressen: ellerbrock bad & küche, Puckaffer Weg 4 (Duvstedt), Tel.: 040 6 07 62-0/ellerbrock bad & küche, Gärtnerstraße 161 (Halstenbek), Tel.: 04101 51 67 35/ellerbrock die küche, Große Elbstraße 68 (stilwerk), Tel.: 040 38 08 64 70.



1. Bietet perfekten, funktionalen und modernen Minimalismus: die Küche S1 von SieMatic.



2. Ermöglicht entspanntes Wohlfühlen im Bad: die „Dampfduche“ von Repabad.



TALK

in elegantem Ambiente.

Das neue Heft ist noch schöner geworden!

Ab Mitte März im Handel

Werben Sie in prominentestem Umfeld.
 Anzeigenverkauf TALK:
 Michael Wiele, m.wiele@alster-net.de
 Gabriele Bergerhausen, g.bergerhausen@alster-net.de
 Tel.: 538 93 00

Pflegetipps für reife Männerhaut



Nach der Rasur benötigt die Haut intensive Pflege! Hautberuhigend wirkt ein Aftershave mit Kamille oder Thermalwasser.

Männer sind wahre Dickhäuter. Ihre Haut ist nicht nur etwa 20 Prozent dicker als die der Frauen – sie ist auch fettiger und speichert mehr Feuchtigkeit. „Deshalb vertragen viele Männer in jungen Jahren selbst aggressive Waschsubstanzen und müssen sich im Gegensatz zu Frauen auch nicht regelmäßig eincremen“, sagt die Dermatologie-Professorin Ingrid Moll vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf.

Das ändert sich jedoch: „Ab etwa 60 wird Männerhaut zunehmend dünner, schlaffer, trockener und empfindlicher“, weiß Moll. Es gibt erste Anzeichen dafür: Die Haut spannt oder juckt nach dem Waschen. Gesicht, Unterschenkel und Unterarme neigen besonders stark zum Austrocknen. Ein rein kosmetisches Problem? „Keineswegs“, warnt Moll. „Wer auch noch unter Arterien- oder Venenproblemen leidet, riskiert bei unzureichender Pflege ein offenes Bein.“

Pflegetipps für ihn: Ob nass oder trocken – wichtiger als die Rasur selbst ist, wie Sie Ihre Gesichtshaut danach pflegen. Mit einem alkoholhaltigen Aftershave?

„Bloß nicht“, warnt die Hautexpertin Moll. „Der Alkohol desinfiziert zwar, entfettet aber.“ Die Folge: Die Haut rötet sich, juckt, schuppt oder es sprießen kleine Pickel. Wesentlich schonender sind Produkte, die keinen oder nur wenig Alkohol enthalten. Lassen Sie sich am besten in Ihrer Apotheke beraten. Desinfizierend und hautberuhigend wirken Aftershave-Lotionen, -Cremes oder -Balsame mit Inhaltsstoffen

wie Dexpanthenol, Kamille oder Thermalwasser.

Männer brauchen mehr feuchtigkeitbindende Stoffe, Frauen mehr Fett. Auch sollten Sie auf stark duftende Zubereitungen verzichten. Lassen Sie sich von Ihrem Apotheker beraten: Es gibt Hautpflegeserien speziell für Männer. Sie benötigen eine Allzweckpflege für das Gesicht und eine für den Körper.

Basiscremes für trockene Haut enthalten neben einem Fett-Wasser-Gemisch beispielsweise pflegende Ceramide oder Jojobaöl. Aloe Vera, Hyaluronsäure, Harnstoff (= Urea) oder Glycerin binden die Feuchtigkeit in der Haut. Achten Sie beim Kauf auf entsprechende Hinweise auf der Verpackung. „Das Gesicht sowie die Arme und Beine sollten täglich, der Bauch jeden zweiten Tag eingecremt werden. Am besten nach dem Duschen“, rät Moll. „Darüber hinaus reicht es, den gesamten Körper einmal in der Woche einzucremen.“

Ältere Männer, die sich viel im Freien aufhalten, haben ein hohes Risiko, an der Vorstufe des weißen Hautkrebses zu erkranken. Typisch für die „aktinische Keratose“ sind milde, leichte Verhornungen auf der Haut – vornehmlich an Stellen, die besonders dem Sonnenlicht ausgesetzt sind wie Handrücken, Ohren, Stirn, Glatze. Gegenmittel: Die Mittagssonne zwischen 11 und 15 Uhr meiden, Sonnenschutzmittel mit ausreichend hohem Filter verwenden, eine Kopfbedeckung tragen und einmal im Jahr die Vorsorgeuntersuchung beim Hautarzt nutzen. *Christina Jacke*

Vorsicht, Rutschgefahr!

Wenn die Straßen winterglatt sind, müssen Senioren besonders vorsichtig sein! Bei ihnen können Stürze wegen Osteoporose gefährliche Hüft- und Schenkelhalsbrüche hervorrufen! Mit Präparaten (Vitamin D, Kalzium) kann der Knochenverfall nachweislich verlangsamt werden. Am Wichtigsten ist aber körperliche Fitness, um potentiell gefährliche Stürze noch abfangen zu können, bevor sie passieren.

Gesellschafter/Dienstleister für **Seniorinnen & Senioren** im Alltag

seriös • freundlich • zuverlässig

z.B. Haushalt, Einkaufen, Arztbesuche, Kulturelles... etc.

☎ 0178 / 66 14 74 1

1957 - 2007

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

50 Jahre!
Ein Anfang.

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

DAHW
Deutsche Lepra- und Tuberkulosehilfe e.V.

SENIOR aktiv
Hamburg

Praktische Dinge fürs Leben

Großtasten-Telefone u. Handys • Lese-Lupen
sprechende Geräte • XXL-Spiele

Mobil, selbstständig und unabhängig im Alter

Steinstr. 13a, Hamburg-Innenstadt, Tel.: 76796660

www.senior-aktiv-hamburg.de

Öffnungszeiten: Montag-Freitag 10.30 - 18.00, Samstag 10.00 - 14.00 Uhr



Vorher: Sichtbar!

**OHR-
INLAYS**

ersetzen



Nachher: Unsichtbar!

Hinter-Ohr-Hörgeräte

Tauschen Sie Ihre auffälligen
Hinter-Ohr-Hörgeräte gegen

Ohr-Inlays

Fast unsichtbar, Sie werden begeistert sein!

*Zuzahlung mit Rezept: 195,- €, ohne Rezept: 595,- €.

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.ohr-inlay.de

Alster med

GESUNDHEIT FÜR DIE MENSCHEN AN DER ALSTER

Anzeigen



Expertentipp von Kirsten Malluvius, Dipl. - Oecotrophologin,
DR. AMBROSIUS – Studio für Ernährungsberatung

Diabetes – Schicksal oder Chance

Die Diagnose Diabetes ist sicher für jeden erst einmal ein Schock! Aber mit Hilfe guter ärztlicher Betreuung, sicheren Medikamenten und einer individuellen Ernährungsberatung können Sie persönlich vielmehr zur

Verbesserung Ihrer Lebenssituation tun, als Sie vielleicht im ersten Moment denken. Gerade der Typ-2-Diabetes hat neben einer gewissen familiären Veranlagung, eine Reihe Ursachen, die auf ungünstiges Ernährungs- und Bewegungsverhalten zurückzuführen sind.

Und das ist Ihre Chance: Nehmen Sie Ihre Gesundheit aktiv

selbst in die Hand und erleben Sie, wie genussvoll die modernen Ernährungsempfehlungen für Diabetiker heutzutage sind.

Erleben Sie, wie gut „Iss das Richtige“ tut, und lassen Sie sich nicht von althergebrachten Verboten demotivieren. Informieren und erhalten Sie weitere Tipps bei einer professionellen Ernährungsberatung.

Ernährung betrifft jeden, aber jeder is(s)t anders!



STUDIO FÜR
ERNÄHRUNGSBERATUNG

Kirsten Malluvius & Team
Dipl. Oecotrophologin
Telefon: 040 - 520 13 825
E-Mail: k.malluvius@dr-ambrosius.de

Wir sind Ihre persönlichen Ernährungsexperten und beraten Sie bei Diabetes, Darmerkrankungen, Allergien, Fettstoffwechselstörungen, Übergewicht etc.

Informieren Sie sich unverbindlich bei einem ersten Gespräch.

WWW.DR-AMBROSIUS-HAMBURG.DE

Unsere Ernährungsprogramme sind von den meisten Krankenkassen anerkannt.

Reingucken lohnt sich!

Bestes Fernsehen für die schönste Stadt.




ALSTER TV
www.alstertv.de



DR. MED
frankstriebel
PRIVATPRAXIS



INTEGRATIVE
MEDIZIN

„Gesundheit auf hohem Niveau“

Wir führen internistische Diagnostik und Regulationsdiagnostik durch und finden so Ursachen für bestehende Krankheiten oder Funktionsstörungen. Häufig können wir die reine Pharmakologie durch Therapien der erweiterten Naturheilkunde (Neuraltherapie, Homöopathie, Akupunktur, u.A.) ersetzen. Wir bieten Hausbesuche an.

Öffentlicher Vortrag zum Thema: Arteriosklerose:
Wie vermeide ich Herzinfarkte & Schlaganfälle?
am: **Do, 18.02.10 um 18.30 Uhr in der Praxis**

Dr. med. F. Striebel
Privatpraxis für Integrative Medizin
Fährhausstraße 8 • 22085 Hamburg
Tel. 22 69 20 74 • info@drstriebel.de • www.drstriebel.de



Expertentipp von Katrin Müller, Heilpraktikerin

Farbpunktur – mit Licht und Farben heilen

Bereits im alten Ägypten, im alten China, bei den Mayas und Azteken wurden Licht und Farben zur Heilung verwendet. Medizinisch gesehen wirken Farben durch ihre Schwingung. Jede Schwingungsfrequenz gibt dem Körper eine spezifische Information, auf die er reagiert. Das Licht ist der Träger der Farbinformation, die durch punktuelle Bestrahlung unter die Haut gelangt und von den Zellen weitergegeben wird. Es ist erwiesen, dass die Zellen im Körper mit Licht kommunizieren. Die Farbpunktur ist eine Therapie, die auf dem chinesischen Meridiansystem des Körpers basiert. Meridiane sind Energiebahnen, die den Körper durchziehen, Organe verbinden und mit Energie versorgen. Bei Blockaden im Energiefluss kommt es zu Beschwerden der nicht mehr mit Energie versorgten Organe. Die Farbpunktur verwen-

det eine Farblichtlampe (Stablampe, auf die farbige Glasstäbchen gesetzt werden). Das Licht gleitet durch die Farbe, bündelt sich vorne, gelangt in den Meridian, löst dort die Blockade und lässt die Energie wieder fließen und die Beschwerden können sich auflösen. Was sich so sanft anhört, ist eine hochwirksame Therapie, die bereits schon seit fast 40 Jahren weltweit praktiziert wird, in Norddeutschland allerdings noch relativ unbekannt ist. Die Farbpunktur ist eine Weiterentwicklung der Akupunktur. Mit Lichtgeschwindigkeit gelangt das Licht in den Körper und löst Blockaden schneller als der Reiz der Nadel bei der Akupunktur. Außerdem bietet die Farbpunktur die Möglichkeit, sieben verschiedene Signale dem Körper zu geben, entsprechend den sieben Spektralfarben. Je nachdem, was behan-

delt werden soll, werden sowohl Punkte als auch Farben ausgesucht. Wobei die Farbpunktur über zusätzliche Punkte und Punkt-Kombinationen verfügt, da auch die Behandlung der Psyche und Steuerungssequenzen mit in die Behandlung integriert werden. Ein weiterer Vorzug ist das Licht, das dem Körper-Seele-Geist-Gefüge zugeführt wird. So gelangt etwas Zusätzliches von außen in den Menschen, das vor allem für die Erkrankungen des psychisch-seelischen Bereiches wie Depressionen, Angsterkrankungen, Phobien, Erschöpfung, Schlafstörungen entscheidend ist. Aber auch chronische Erkrankungen wie Arthrose, Asthma, Magen-/Darm-Erkrankungen, Migräne, Schilddrüsenerkrankungen, Infektanfälligkeit, Rückenschmerzen etc. werden mit der Farbpunktur erfolgreich be-



handelt. Bei Kindern eignet sich diese Therapieform, wenn sie z.B. unter Asthma, Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen, psychosomatische Bauchschmerzen oder Nervosität leiden. Die Farbpunktur ist eine ganzheitliche Therapieform, die auch für den älteren Menschen geeignet ist und die zudem als positiven Nebeneffekt auch eine entspannende Wirkung auf den Körper besitzt.



Heilpraktikerin
Katrin Müller
Klassische Homöopathie
Farbpunktur

Erikastraße 44 • 20251 Hamburg
Tel.: 040/ 42 91 65 88
Termine nach Vereinbarung

Starke Wellen gegen Fett und Cellulite
Eine neue Technologie macht es möglich



NEU
Starke Wellen gegen Fett
NEU

Schlank in 6 Wochen, das versprechen viele Diäten und diätunterstützende Präparate. Aber schnell kehren die Pfunde zurück; der bekannte Jo-Jo-Effekt tritt ein. Die neue Lipologie-Technik des MedContour Gerätes kann Abhilfe schaffen. In Wellness-Atmosphäre können Sie jetzt bei uns Ihre überflüssigen Fettpolster schnell und schonend schmelzen lassen. Diese Lipologiemethode macht es auch möglich, sichtbare Anzeichen der Cellulite deutlich zu mildern. Bereits 3 Behandlungen können zu sicht- und messbarem Fettabbau und einer Umfangreduktion von 5-6 cm führen. Bei 6 Behandlungen sind gar 8-11 cm möglich. Med Contour - bereits bei RTL, Pro7 und Sat1 vorgestellt - und jetzt bei uns exklusiv in bester Lage Hamburgs zwischen Klosterstern und Isestraße. Vereinbaren Sie Ihren kostenlosen Infotermin bei:

Beauty Ästhetik Institut für Lipologie Tel.: 040 - 413 566 01
Jungfrauenal 33, 20149 Hamburg www.lipologie-hamburg.de



Implantologie
Borsay Hamburg

Mit Sicherheit zu festen Zähnen

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



Prof. Invitado Dr. (H) Peter Borsay - Zahnarzt, zertifizierter Implantologe
Präsident der Deutschen Gesellschaft für moderne Zahnheilkunde DGMZ
Dr. (H) Agnes Borsay - Zahnärztin, Parodontologie, Ästhetische Zahnheilkunde
Direkt im AEZ: Heegbarg 29 • 22391 Hamburg-Poppenbüttel

Tel. 040 - 602 42 42 • www.borsay.com

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



Expertentipp von Andreas Otto, Facharzt für Augenheilkunde

Grauer Star: Anzeichen und Behandlung



Was versteht man unter dem Grauen Star? Es ist, als sähe man durch eine schmutzige Fensterscheibe oder durch einen allmählich immer dichter werdenden Schleier. Eine Blendempfindlichkeit kommt oft hinzu, die beispielsweise beim nächtlichen Autofahren störend ist. Die-

se Symptome sind typisch für den Grauen Star. Dieser entsteht, wenn die ursprünglich klare Linse des Auges eintrübt. Meist tritt diese Trübung durch natürliche Alterung jenseits des 65. Lebensjahres auf. Ob die Ursache Ihrer Beschwerden tatsächlich ein Grauer Star ist, stellt der Augenarzt bei einer gründlichen Gesamtuntersuchung des Auges fest. Dabei kann er auch erkennen, ob noch weitere Augenerkrankungen vorliegen. Die einzige Methode, den Grauen Star wirkungsvoll

zu behandeln, ist die Operation (Staroperation oder Kataraktoperation). Die Kataraktoperation ist die am häufigsten durchgeführte Operation in Deutschland: Etwa eine halbe Million Menschen werden jährlich vom „grauen Schleier“ befreit. Bei der Kataraktoperation wird die trübe Augenlinse entfernt und durch eine Kunstlinse ersetzt. Dieser Eingriff kann in den meisten Fällen ambulant und in lokaler Betäubung ausgeführt werden. Die Operation ist nahezu schmerzlos.



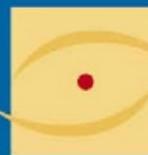
Augenlasern

ab 950 € pro Auge
nice-eyes-one.de

Termine zu Infoabenden
finden Sie bei uns im Internet.

Tel. 040 - 611 826 07

Heegbarg 2 · 22391 Hamburg



Hier könnte auch
Ihre Anzeige stehen!

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

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



Angst vor dem Zahnarzt? Wir helfen Ihnen!

Gemeinschaftspraxis Dr. Jan Erik Schulz-Walz & Dr. Claudia Kanitz
Von Prophylaxe bis Vollsanierung; bekannt aus Hamburg 1 TV

www.hamburg-angstfrei.de; Telefon: 893960



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

Trockene Winterhaut: Rau und schuppig – das muss nicht sein.

Auf die trockene Heizungsluft drinnen und die kalte Luft draußen reagiert die Haut oft mit Rauheit und Spannungsgefühl. Dies sind deutliche Anzeichen für einen Mangel an Fett und Feuchtigkeit, der zu Knitterfältchen, Falten, Akne, Tränensäcken, Couperose, Pigmentstörungen, unschönen Hautirritationen etc. führen kann. Mit einer entsprechenden Behandlung können Sie dem aber vorbeugen und mit makellos schöner Haut

durch den Winter kommen. Es wurde eine Technologie entwickelt, die Ihnen Ihre persönliche Balance wiedergibt oder eine Störung gar nicht erst aufkommen lässt: die Ultraporese. Dafür werden zwei Behandlungstechniken kombiniert, die sich extrem wirkungsvoll ergänzen, nämlich der Ultraschall und der Hochvolt-Impuls. Mit Hilfe des Ultraschalls gelangen kosmetische Wirkstoffe tiefer und in sehr viel höherer Konzen-

tration in die Haut und zwar durch Mikroporen, die der Hochvolt-Impuls simultan erzeugt. Gleichzeitig bewirkt der Hochvolt-Impuls eine Muskelaktivierung (und dadurch Muskelaufbau), Durchblutungssteigerung, Lymphaktivierung und Straffung des Bindegewebes. Im Rahmen einer individuellen abgestimmten Behandlung werden der Haut so je nach Bedürfnis Feuchtigkeit und/oder



Fett zugeführt, um ihr wieder eine ebenmäßige, jugendliche Optik zu verleihen.



Ihr **Spezialist** für
Kontaktlinsen

Augendiagnostik
Zentrum



ANDREAS OTTO
FACHARZT FÜR AUGENHEILKUNDE

Heegbarg 2 · 22391 Hamburg
(Direkt am S-Bahn/Bus-Bahnhof Poppenbüttel)
Tel. 040/53 04 88 77 · praxis@augenarzt-otto.de
www.augenarzt-otto.de



oton DIE HÖRAKUSTIKER

**Der neue Hörakustiker
an der Mundsburg!**

Mundsburger Damm 59 | 22087 Hamburg | Telefon 32 90 8551
Mo-Fr 9-18 Uhr + Sa 10-14 Uhr | www.oton-hoerakustik.de

Herr Roberg (OTON) ist Studiogast bei GesundTV. Zu sehen auf **ALSTERTV.de** **Neu!**



ELININA

MEDICAL BEAUTY ELININA
Fachzentrum für dauerhafte Haarentfernung & ästhetische Hautbehandlung

Neujahrsangebote:

Bis zu **25% Rabatt** auf dauerhafte Haarentfernung!
Bikinizone und Achseln statt 149 € jetzt nur 111 €!

10 € Rabatt auf alle Spezialbehandlungen mit Ultraschall
Zum Beispiel: **Hydro (Feuchtigkeits)-Behandlung**
Die Haut wird nachhaltig mit feuchtigkeitsspendenden und -bindenden Wirkstoffen versorgt und wirkt lang anhaltend erfrischt und gesättigt.
Trockenheitsfältchen werden vermindert.
Behandlungsdauer: ca. 60 Min. statt 59 € jetzt 49 €!

Stormarnplatz 1 • 22393 Hamburg • Telefon: 040 - 600 49 849
mail@elinina.de • www.elinina.de



Expertentipp von Prof. Dr. M. Heinrich Seegenschmiedt,
Onkologe und Strahlentherapeut im Strahlencentrum Hamburg

Bestrahlung hilfreich bei Schmerzen an Gelenken, Sehnen, Bändern

wenn die üblichen Maßnahmen (Spritzen, Tabletten, Ruhigstellung etc.) keine Linderung oder Funktionsbesserung gebracht haben.

Diese Therapieform kann nicht nur bei Fußballern und Leistungssportlern erfolgreich angewandt werden, sondern auch für den „normalen Kassenpatienten“ ist sie geeignet. Die Strahlenbehandlung erlebt gerade deshalb eine Renaissance, weil sie nicht nur sehr preiswert ist, ausschließlich lokal angewandt wird und damit sehr schonend ist, sondern auch noch in chronischen Fällen große

Erfolge erzielen kann, wie z.B. ein schmerzfreies Gehen beim Fersensporn, eine normale Schulter- und Armbeweglichkeit bei „Schultersteife“ und beim Tennisellenbogen, eine bessere und schmerzfreie Fingerfertigkeit bei Arthrose der Fingergelenke, ein schmerzfreies Liegen und Sitzen bei einer Schleimbeutelentzündung im Hüft- und Kniegelenksbereich und andere Umstände, die die Lebensqualität und „Alltagstauglichkeit“ beeinträchtigen. Patienten, die nach medikamentöser Schmerztherapie, fachgerechter Krankengymnastik, gegebenenfalls Ruhigstellung und Akupunktur noch Beschwerden haben, sollten sich daher vertrauensvoll an ein Strahlencentrum wenden. Denn

es besteht durchaus noch begründete Hoffnung auf eine deutliche Besserung oder sogar komplette Schmerzlinderung. Dies belegen auch langjährige Erfahrungen und zahlreiche klinische Studien in der modernen Strahlentherapie. Patienten können durch ihren behandelnden Haus- oder Facharzt zur Behandlung in ein entsprechendes Strahlencentrum überwiesen werden. Nach einer ausführlichen Beratung und Untersuchung erfolgen nach Einwilligung bis zu sechs Behandlungen innerhalb von zwei Wochen. Eine Anwendung dauert nur wenige Sekunden. Bei Restbeschwerden kann die Therapie nach sechs bis acht Wochen wiederholt werden. Die endgültige Bewertung erfolgt 12 Wochen nach der Behandlung.

Sie leiden unter nicht beeinflussbaren Schmerzen an Gelenken, Sehnen, Bändern? Dann können Strahlen diesbezüglich hilfreich sein! Denn mit der sogenannten Röntgen-Reizbestrahlung steht eine schonende und sehr wirksame Therapie zur Verfügung,

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

Können Sie helfen?



Sandra, 8 Jahre

Unterstützen Sie
sexuell missbrauchte
Kinder
mit Ihrer Spende.

Spendenkonto
868 000 111
Deutsche Bank
BLZ 200 700 24


DUNKELZIFFER e.V.
HILFE FÜR SEXUELL MISSBRAUCHTE KINDER
Tel. 040-484884 • www.dunkelziffer.de



Muskeln stärken – Schmerzen lindern, so könnte die Kampfansage gegen den Rückenschmerz lauten.

Bewegung statt Bettruhe

Zu viel sitzen, zu wenig bewegen, zu schwer oder falsch heben: Dinge, die wir täglich tun und die unser Rücken gar nicht schätzt. Kein Wunder, dass in Deutschland täglich 1,8 Millionen Menschen über Rückenschmerzen klagen und fast jeder von uns einmal im Leben davon betroffen ist.

Fortsetzung auf S. 28

BEI JEDEM WETTER.
Die Seenotretter.




Bitte spenden auch Sie!
Spendenkonto 107 2016
BLZ 290 501 01 | Sparkasse Bremen
www.seenotretter.de

Gratis!



Feine Gesichtsbehandlung

Auch Ihr Gesicht kann glatter werden

Der Zahn der Zeit und die Belastung des Alltages zeigen bei jedem Wirkung. Falten im Gesicht, erschlaffte Hautpartien im Dekollete sind unerwünscht. Wir helfen Ihnen mit gezielter neuer RF-Technik, Ihre Collagenstruktur wieder aufzubauen. Das Ergebnis ist sofort sichtbar. Eine Dreier-Behandlung hält je nach Befund zwischen 6 bis 9 Monate in ihrer Wirkung an.

Wir laden Sie zu einem Gespräch und einer **kostenlosen** Probebehandlung in unser Studio ein. Bitte machen Sie unbedingt einen Termin mit uns aus. Behandlungen und Beratungen sind täglich in der Zeit von 9-20 Uhr möglich.

Falls Sie derzeit vollkommen zufrieden sind, gönnen Sie einem anderen Menschen diesen wertvollen Gutschein. Danke!
Maxxform Studios
Kontakt-Telefon 040- 80 90 83 113
Mo-Do 9-15 Uhr

Anmeldung bis 31.3.10 gültig

Gutschein für ein Gespräch und eine kostenlose Probebehandlung



Weg mit den Problemzonen – die neue Frühjahrsmode ist da

In Sachen Mode hat jede Frau ihren eigenen Stil. Wenn es jedoch um die Einschätzung ihrer Figur geht, wird oftmals noch immer dem „gängigen“ Schlankheitsideal nachgeeifert. Mit Schlankheit wird Attraktivität, Gesundheit und Fitness verbunden. Doch welche Figur ist für den Einzelnen wirklich erstrebenswert und damit gesund und schön? „Erster Schritt zur persönlichen Wunschfigur ist die realistische Einschätzung des eigenen Figurtyps und der individuellen Problemzonen. Diese sollten gezielt optimiert werden, um so langfristig das Beste aus seinem Typ zu machen“, betont Henrik Schünemann, Dipl.-HYPOXI-Therapeut, Personaltrainer und Inhaber des HYPOXI-Figurzentrums Hamburg, Schwanenwik 14.

HYPOXI bietet eine innovative Methode zur gezielten Behandlung von Problemzonen. Das persönliche Gespräch mit dem Therapeuten sowie eine Figuranalyse ist die Basis für die Erstellung des individuellen Therapieplans. Darüber hinaus ist die Anleitung zu einer regelmäßigen, ausgewogenen Ernährung ein wichtiger Baustein der Therapie. „Crash-Diäten und einseitige Ernährung wie z.B. vollkommener Verzicht auf Kohlenhydrate können zu einer Deaktivierung des Körpers führen, was nicht im Sinne einer attraktiven Ausstrahlung sein kann“, so Henrik Schünemann. Vereinbaren Sie jetzt einen kostenlosen und unverbindlichen Beratungstermin unter **Tel.: 040-51 90 83 14**. Mehr Infos finden Sie unter www.hypoxi-hamburg.com.



Bewegung statt Bettruhe

Psychische Belastung führt zu Verspannungen und wirkt sich über die Muskeln auch auf die Wirbelsäule aus. Rückenschmerzen sind daher auch immer ein wichtiges Warnsignal für zu viel Stress.

Neue Studien belegen sogar: Auch Stress, Angst und Leistungsdruck erhöhen die Spannung in der Muskulatur und können chronische Rückenschmerzen begünstigen. Lange Zeit hieß es dann: schonen – bloß nicht bewegen. Trotzdem oder gerade deshalb hielten sich die Beschwerden hartnäckig. Die Folgen für die Gesundheit sprechen für sich. So leidet jeder zweite Nicht-Sportler unter Rückenschmerzen, unter sportlich Aktiven sind es nur halb so viele. Für andere Erkrankungen wie Herzinfarkt, Diabetes, Übergewicht und Depression besteht ebenfalls ein erhöhtes Risiko für Bewegungsmuffel. Der Drang, sich zu bewegen, sollte bereits im Kindesalter gefördert werden. Wer als Kind Freude an der Bewegung hat, wird vermutlich auch im Erwachsenenalter eher aktiv sein. In Kindergärten und Schulen sollte deshalb darauf geachtet werden, dass sich Kinder möglichst viel bewegen und Spaß daran entwickeln. Nach den Ursachen für die Bewegungsunlust befragt, gab jeder dritte Befragte an, er könne

sich nicht zum Sport aufrufen. Jeder zweite hat sogar ein schlechtes Gewissen deswegen, allerdings ohne Konsequenz daraus zu ziehen. Dabei kommt es nicht auf Höchstleistungen an. Jede Form körperlicher Bewegung im Alltag kann helfen, die Fitness zu verbessern, etwa bestimmte Gänge mit dem Fahrrad oder zu Fuß zu erledigen oder die Treppenstufen zu laufen, statt mit der Rolltreppe zu fahren. So brauchen etwa die Bandscheiben das regelmäßige Be- und Entlasten durch Gehen, Laufen & Co für ihre Ernährung: Bei Entlastung saugen sie Nährstoffe aus dem benachbarten Gewebe auf, bei Belastung geben sie verbrauchte Nährflüssigkeit ab. Zu wenig Bewegung lässt die Bandscheiben also hungern und schwächt außerdem die Muskulatur. Dies belastet die Wirbelsäule und Gelenke zusätzlich, die Folge sind Rückenprobleme. Die meisten Rückenbeschwerden verschwinden nach zwei Wochen. Danach geht's an die Vorbeugung durch individuelles Training.

Christina Jacke

Fettpolster schmelzen - ohne Schmerzen!

- Anzeige -

Bodyforming

Lassen Sie Fettpolster schmelzen

Einzigartiges Prinzip

- Effiziente und sichere Behandlung von sport- und diätresistenten Fettpolstern mittels Ultraschall
- Verbesserung der Körperkontur
- Nichtoperatives Verfahren, keine Narkose, angenehmes Gefühl

Für ein ausführliches Beratungsgespräch stehen wir Ihnen selbstverständlich gern zur Verfügung.

B-SHAPE HAMBURG

Infos und Termine
Mobil 01708323964

www.b-shape-hamburg.com

Dank neuester Ultraschall-Technologie ist es jetzt möglich, sanft und hocheffektiv Fettpolster und Cellulite zu beseitigen. Die neu entwickelte B-Shape/Proslimelt-Methode ermöglicht die Behandlung von sport- und diätresistenten Fettzellen am gesamten Körper. Die sanfte und hocheffektive Behandlungsmethode sagt den Fettzellen und der Cellulite den Kampf an. Die Behandlung ist hervorragend geeignet, um Änderungen und Gestaltungen der Körpersilhouette vorzunehmen. Die Behandlungsmethode ist bei Frauen und Männern gleichermaßen erfolgreich. Die Behandlung selbst ist absolut schmerzfrei – man spürt höchstens ein leichtes Kribbeln und etwas Wärme. Deshalb ist B-Shape eine echte Alternative zur Fettabsaugung ohne chirurgischen Eingriff, ohne Schmerzen, Risiken und Vernarbungen. Die Behandlung ist dauerhaft und bietet bei entsprechender Konsequenz einen langfristigen Erfolg für eine schön geformte Figur.

Mehr Informationen unter:
Hamburger Kosmetik Schule
Tel.: 040 / 555 654 30
www.b-shape-hamburg.com

Bettina Preuschoff
Pilatesstudio Alsterdorf



Präventionskurse - Pilates

ab dem 03.03.10 mit Nadine Ali
Mittwochs ab 18 h und 19:15 h

Unterstützung durch gesetzliche
Krankenkassen möglich.

Alsterdorfer Straße 226
22297 Hamburg
www.pilatesstudio-alsterdorf.de

fon: 040 - 432 711 50
mobil: 0163 - 324 10 82
fax: 040 - 432 773 49


 neu

AMAYĀNA face & body

„Natürliche Pflege, die berührt“ – das ist die neue Pflegelinie **AMAYĀNA face & body**, die von Kosmetikexperten exklusiv für **MeridianSpa** entwickelt worden ist.

Zwölf Produkte kombinieren die Pflegewirkung aus Extrakten der Natur mit neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Neben dem Schönheitselixier Dang Gui, einer Wurzel, die seit Jahrhunderten in der Traditionellen Chinesischen Medizin und in der Kosmetikindustrie geschätzt wird, kommt in den Produkten auch das Perlenprotein-Extrakt Concholin zum Einsatz. Dies hält nicht nur die Perle in der Auster zusammen, sondern wirkt auch gegen Hautalterung, da es die Feuchtigkeitsdepots der Haut wieder auffüllt.

Die Produktpalette dieser einzigartigen Pflegeserie beinhaltet Reinigung, reichhaltige Gesichtscremes, Masken und Ampullen sowie Peelings, Öle und Lotions für den Körper. Zudem sind alle Produkte frei von Mineralölen, tierischen Inhaltsstoffen und Farbstoffen und somit auch wunderbar für die empfindliche Haut geeignet.

Sämtliche Produkte sind im Bodycare-Bereich von MeridianSpa erhältlich, wo man auch in den Genuss der neuen Anwendungen von AMAYĀNA face & body kommt. Inspiriert von Asien fließen in die vier Schönheitsbehandlungen traditionelle Massageformen ein, die mit der Wirkkraft der Produkte kombiniert werden. So sind einzigartige Behandlungen für Gesicht und Körper entstanden, die schön pflegen und für Entspannung sorgen.

Exklusive Pflege

Lassen Sie sich verwöhnen!

AMAYĀNA face & body – jetzt im MeridianSpa kennen lernen und sich in eine neue Schönheitswelt entführen lassen. Weitere Informationen und Buchungen direkt im MeridianSpa, telefonisch unter 040/65 89-0 und auf www.meridianspa.de





Jersbek: Perfekter Golf-Club für Jung und Alt

Nur 40 Autominuten von der Hamburger City entfernt entstand vor gut 25 Jahren der 18-Loch-Platz des **Golf-Club Jersbek**. Eingebettet in die klassische Knicklandschaft Schleswig-Holsteins lässt er jede Golfrunde zu einem Erlebnis werden, zumal der Platz gerade zu einem Par 72 Course umgebaut wurde. Der Golf-Club Jersbek ist eine Begegnungsstätte für ambitionierte und aufgeschlossene Golfer, was sich auch im Clubleben und der ausgezeichneten Jugendarbeit widerspiegelt. Ziel der Clubführung ist es außerdem, allen Golfeinsteigern mittels der DGV Platzreife-Ausbildung das nötige Rüstzeug

zu vermitteln, um mit Spaß und Freude dem entspannenden Sport näherzukommen. Zwei Professionals, Michael Stewart und Björn Sannemüller, kümmern sich mit viel Einfühlungsvermögen um ihre Schüler. Neben dem sportlichen Ehrgeiz, den man unter anderem auch in 9-Loch-Turnieren befriedigen kann, gibt es jede Menge Entspannung auf der Clubterrasse, wo man unter Gleichgesinnten von den großen oder kleinen sportlichen Fortschritten schwärmen kann. Das Jahr 2010 wird sicher ein Erfolgswort für viele Golfeinsteiger. Infos unter Tel.: 04532 20950 und www.golfclub-jersbek.de!

Wir zeigen Ihnen den sympathischen Weg zum begeisterten Golfer:

- Anmeldung zur DGV Platzreife (lizenziert)
- Nach DGV Platzreifepfung – Probemitgliedschaft ½ Jahr

Neue Einstiegsbedingungen für:

- Standard-Mitgliedschaften
- Familien-Mitgliedschaften
- Mitgliedschaften im Projekt 35

Schauen Sie auf unsere Internet-Seite: www.golfclub-jersbek.de und kommen Sie zu uns in den Club! Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Lernen Sie uns kennen!



Golf-Club Jersbek e.V.
 Oberteicher Weg • 22941 Jersbek
 Tel. 04532/ 2 09 50 • Fax 04532/ 2 47 79
 mail@golfclub-jersbek.de



Golf:

Einstieg leichter als gedacht!

Ein Trend setzt sich fort: **Immer mehr Menschen, vor allem jüngere, greifen zum Golfschläger.** Ein Grund dafür ist, dass sich die einst so elitäre Freizeitbeschäftigung bis auf wenige Ausnahmen zusehends volksnah zeigt und viele Golfclubs Einsteigerprogramme anbieten. Wir geben **Tipps** und helfen Ihnen, sich in dieser Welt zurechtzufinden.

Ausprobieren, ob einem der Golfsport liegt, ist einfacher als mancher denkt. Denn viele Golfclubs haben sich dem Trend angepasst und bieten Anfängern individuelle Einstiegsprogramme und günstige Schnupperkurse an, die zu keiner teuren Mitgliedschaft verpflichten. Wer seine ersten Schläge machen möchte, benötigt noch keine Ausrüstung, denn die meisten Clubs leihen Golfinteressenten Probeschläger für die ersten Versuche.

Wird die Angelegenheit ernst und der Proband ist vom Golfvirus infiziert – und das geht recht schnell –, sind eigene Schläger vonnöten. Nun hat der Golfneuling die Qual der Wahl unter unzähligen Anbietern. Doch die Pros in den Golfclubs haben manchen Tipp parat, welcher Schläger zu welchem Spieler passt. **Schlägerbezeichnungen:** Insgesamt darf ein Golfer laut Regelwerk 14 Schläger



Bis solche Schläge perfekt gelingen, bedarf es vieler Übungseinheiten. Trotzdem fällt das Golfen den meisten Anfängern leichter, als sie denken – einfach mal ausprobieren.

mit auf den Parcours nehmen. Dazu gehören **Hölzer**, die für den Abschlag und weite Schläge genutzt werden, **Eisen**, erforderlich, um die Bälle auf dem Fairway zu spielen und der **Putter**, mit dem der Ball auf dem Grün eingelocht wird. Zu den Eisen zählen auch die beiden Spezialschläger **Sandwedge**, mit dem der Ball aus dem Sandbunker gespielt wird (siehe großes Foto unten), und **Pitchingwedge**, der sehr hohe, zielgenaue Annäherungsschläge an das Loch ermöglicht. Am meisten Verwendung finden die **Eisen**.

Gut zu wissen:

Egal, ob es sich um einen neuen oder gebrauchten Schlägersatz handelt, es gibt einige Punkte, auf die der Einsteiger achten sollte.

1. Schlägerkopf: Dieser sollte aus Stahl bestehen und gegossen sein. Geschmiedete Modelle, Blades genannt, eignen sich eher für Fortgeschrittene. Ein weiteres Plus für Anfänger sind Schlägerkopfvarianten, bei denen viel Gewicht in der Sohle liegt.

2. Schaft: Für diesen stehen hauptsächlich zwei Materialien zur Verfügung – Stahl und Graphit (oder Carbon). Stahl ist zwar günstiger als Graphit, aber schwerer. Dafür ermögli-

cht es mehr Kontrolle über die Schläge. Bei der Entscheidung für Graphit profitiert der Spieler von dem geringeren Gewicht und der besseren Flexibilität des Schaftes, weil dieser die Wucht beim Treffen des Balls abmindert. Das wirkt sich günstig bei Gelenkproblemen aus. Graphit wird in unterschiedlichen Stärken angeboten, so gibt es Regular-, Damen- und Senioren-Schäfte.

3. Schlägersatz: Dieser muss bei einem Anfänger nicht komplett sein. Die Eisen 3 und 4 benötigt er anfangs noch nicht. Das gleiche gilt für Hölzer, die bei weiten Abschlägen genutzt werden. So ist ein halber Satz mit den Eisen 5, 7, und 9 sowie mit Putter, Pitching- und Sandwedge vollkommen ausreichend. Einen gebrauchten Satz zu kaufen lohnt sich nur für Anfänger. Ein neuer Schläger-Satz inklusive Golfbag wird schon zwischen 300 und 500 Euro angeboten.

4. Putter: Der Putter ist meist nicht im Set enthalten, ist aber für viele gute Spieler der „wichtigste“ Schläger, denn er wird am meisten benutzt (ab 30 bis 100 Euro für Anfänger). Vor dem Kauf sollten gemeinsam mit einem Fachmann Schlägerlänge und Griffstärke ermittelt werden. kw



Tipps zu Abschlag und Co gibt es auf der „Hanse Golf“!

Karten für Golfmesse zu gewinnen

Mit der „Hanse Golf“ öffnet Norddeutschlands größte Golfmesse vom **19. bis zum 21. Februar** zum achten Mal seine Pforten. Auf dem Gelände der Hamburg Messe – erstmalig in der neuen Halle A3 – präsentieren über 150 Aussteller Saison-Neuheiten und alle Informationen rund um den kleinen weißen Ball – vom perfekten Golfurlaubsspot bis hin zu Trainings-Tipps von Profis in einer Golf-Arena. Dort wird dieses Jahr unter anderem Sven Strüver, der European Tour Professional, dem Publikum Rede und Antwort stehen.

Für alle Golfinteressierten gibt es in einer Start-up-Lounge die Möglichkeit, selbst einen Schläger in die Hand zu nehmen. Dort wecken Schnupperkurse Lust auf mehr für alle diejenigen, die Golf gerade erst für sich entdecken. Und

bei verschiedenen Wettbewerben können attraktive Preise für Golfer und GolfTalente errungen werden. **Öffnungszeiten:** Fr.-So., 10-18 Uhr. Eintritt: 14/erm. 9 Euro. Kinder und Jugendliche unter 12 Jahren in Begleitung eines Vollzahlers haben freien Eintritt. Mehr Infos und Ermäßigungs-Gutscheine gibt es unter www.hansegolf.com im Internet. kw

Das Alster-Magazin verlost 5x2 Eintrittskarten für die Golfmesse.

Wer gewinnen möchte, der sendet eine Postkarte mit dem Stichwort Golf an: Alster-Magazin, Barkhausweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an: k.wehl@alster-net.de! Einsendeschluss: 16.2.

Hanse Golf
19. – 21. Februar 2010

Hamburg Messe Halle A3 -
Eingang West
Täglich: 10.00 bis 18.00 Uhr

„Die Golf-Eventmesse im Norden“

www.hansegolf.com

Mit diesem Gutschein erhalten Sie die ermäßigte Eintrittskarte für 9,00 EUR statt der regulären 14,00 EUR
19. – 21. Februar 2010 Hamburg Messe Halle A3 - Eingang West

Veranstalter/Organizer:
planetfair

Täglich: 10.00 - 18.00 Uhr · www.hansegolf.com

(Gutschein gilt für 1 Person)

Alstermagazin

Gutschein



Wird mein Kind zum Komasäufer?

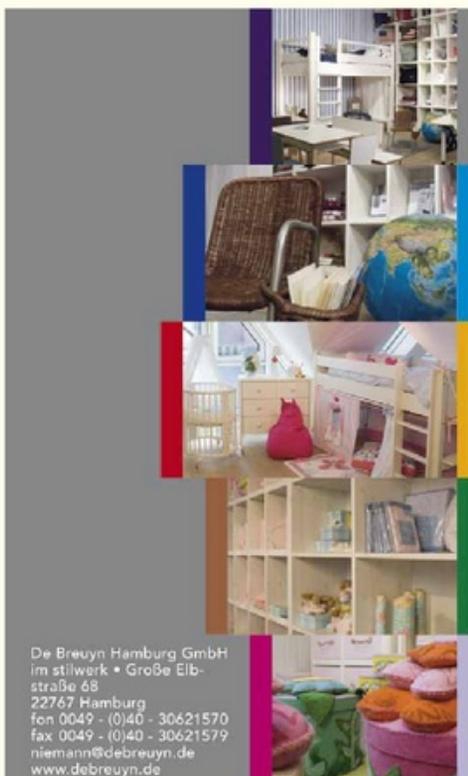
Das sogenannte „Binge Drinking“, also das exzessive Saufen, nimmt zu, auch bei Jugendlichen jüngerer Alters. Was dagegen tun? Zuerst müssen Eltern klare Regeln setzen. In diesem Fall: Unter 16 Jahren gibt's für die Kinder keinen Alkohol. Auch nicht bei Familienfesten oder sonstigen Anlässen, auch nicht „ausnahmsweise“ – denn gerade dieses „Ausnahmsweise“ verleitet dem Alkohol mysteriösen Erwachsenen-Nimbus, den er nun gerade nicht haben sollte. Bei den notorischen Familienfeiern setzt auch der zweite wichtige Faktor

an: Eltern leben ihren Kindern den Umgang mit Alkohol vor. Wenn Kinder miterleben, wie der Vater bei Omas Geburtstag mit dem Lampenschirm auf dem Kopf betrunken auf dem Tisch tanzt, verursacht das mehr als ein falsches Bild vom Alkohol. Das Wichtigste, was Eltern ihren Kindern aber mitgeben können, ist ein Gefühl von Geborgenheit und ein solides Selbstwertgefühl. Wenn sie das haben, werden sich Kinder in kritischen Situationen von selbst reifer und verantwortungsvoller sich selbst gegenüber verhalten. Ganz ohne Strafen und Verbote. *el*



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



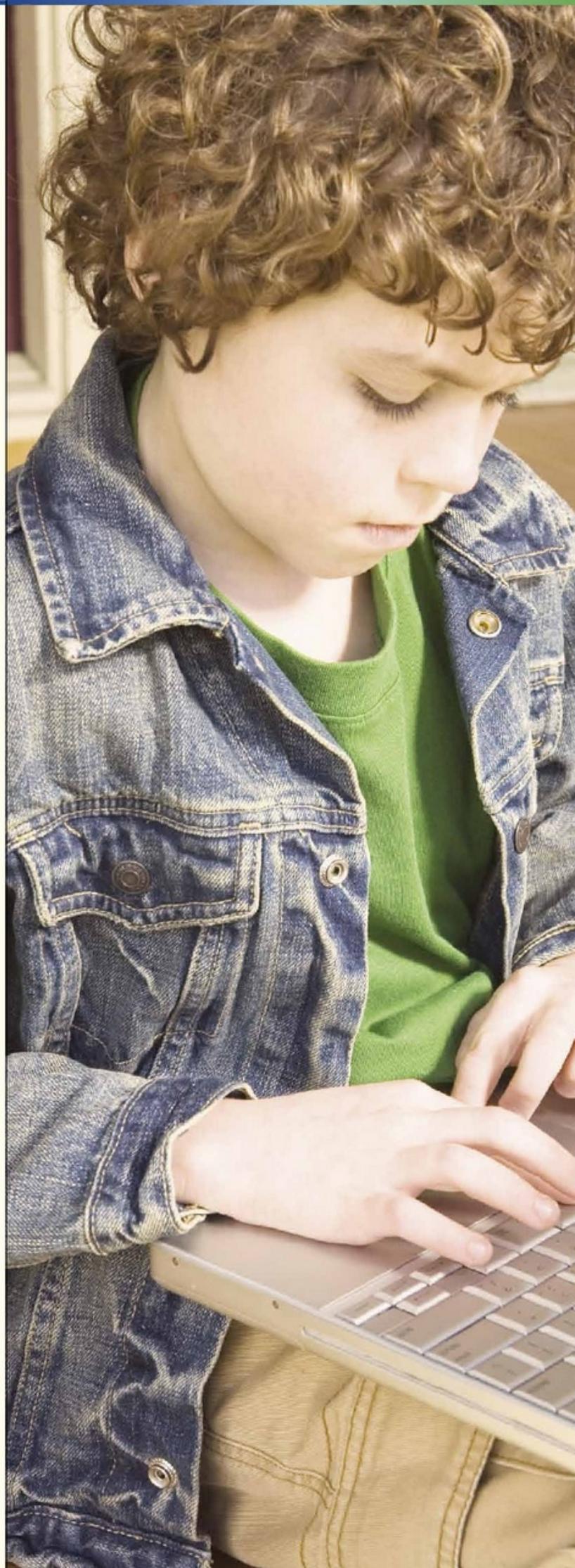
Für Ihren Traum vom Kinderzimmer ...

Erstklassige Kindermöbel

geschmackvolle Wohnaccessoires

professionelle Einrichtungsplanung

De Breuyn Hamburg GmbH
im stilwerk • Große Elbstraße 68
22767 Hamburg
fon 0049 - (0)40 - 30621570
fax 0049 - (0)40 - 30621579
niemann@debreuyn.de
www.debreuyn.de



Kinder im Internet

Im Internet und auf der Festplatte des heimischen Computers lauern zahlreiche **Gefahren** auf Kinder – Pornografie, Gewaltspiele, Klingelton-Betrügereien und Beleidigungen in Chatrooms sind nur einige Beispiele.

Sie heißen schülerVZ, Facebook oder MySpace – sogenannte Social Networks im Internet, in denen sich Teenager mit ihren Freunden austauschen. Wer dazugehören will, muss drin sein. Und es ist ja auch ein einfacher und schneller Weg, um Kontakte zu knüpfen und zu pflegen, um Neuigkeiten zu verbreiten oder Fotos auszutauschen. Leider ist das nicht ganz unproblematisch. Wenn Kinder und Teens früher ihre Poesiealben und Freundebücher austauschten, bekamen maximal 30 Mitschüler diese in die Hände. Was im Internet steht, kann fast jeder lesen – auch wenn die Community den Eindruck vermittelt, dass alles ganz privat und intim abläuft. Deshalb ist es notwendig, dass Eltern wissen, wo ihre Kinder sich im Internet bewegen. Kinder und Teens sollten nur mit ihren Eltern zusammen einen Account bei einem Social Network anlegen. Dafür müssen Eltern sich informieren. Für viele eine Chance, auch mal etwas von ihren Kindern zu lernen. Grundsätzlich gilt: Adresse,

Telefon- und Handynummern gehören nicht ins Internet! Auch den vollen Namen sollten Kinder bei der Erstellung ihres Profils besser nicht angeben.

Viele Communities bieten die Möglichkeit, Daten und Fotos nur einer beschränkten Zahl von Nutzern zugänglich zu machen, zum Beispiel nur den „Freunden“. Bei der Einrichtung eines Accounts ist es wichtig, die strengsten Einstellungen im Bereich Privatsphäre und Sicherheit auszuwählen.

Wichtig ist auch die Auswahl von Fotos, die im Internet hochgeladen und ausgestellt werden. Machen Sie Ihrem Kind klar, dass sich diese Fotos im Netz unkontrolliert verbreiten können – auch wenn man sie eigentlich nur seinen Freunden zugänglich machen wollte. Pädophile suchen ihre Opfer oft im Internet und versuchen, zu Kindern und Teens Kontakt aufzubauen. Deshalb sollten Fotos mit leichter Bekleidung tabu sein. Ermutigen Sie Ihre Kinder dazu, Ihnen von Annäherungsversuchen und „komischen“ Kontakten zu er-

zählen. Reagieren Sie auf solche Vorkommnisse nicht mit Internetverbot – dann wird Ihr Kind Ihnen beim nächsten Mal sicher nichts davon erzählen.

Doch es müssen ja nicht gleich Pädophile sein, die sich an Ihr Kind „heranmachen“. Das zahlenmäßig weitaus größere Problem ist das Cyber-Mobbing. Eine Online-Umfrage der Universität von Kalifornien unter Teens zwischen 12 und 17 ergab, dass drei Viertel von ihnen schon einmal im Internet belästigt oder diskriminiert wurden. Nur jeder zehnte Betroffene hatte mit seinen Eltern darüber gesprochen. Schaffen Sie eine Atmosphäre des Vertrauens, damit Ihr Kind mit Ihnen solche Vorkommnisse bespricht. Wenn Sie wissen, wer die Gerüchte oder das peinliche Foto in Umlauf gebracht hat, sprechen Sie ihn oder sie darauf an und verlangen Sie die Löschung des Bildes und eine Klarstellung. Ist der Verursacher unklar oder geht er nicht auf Ihre Forderung ein, melden Sie den Vorfall dem Betreiber der Community. Andererseits ist auch



Droge Internet:
Im weltweiten
Netz lauern
auch zahlreiche
Gefahren!

wichtig, dass Sie Ihrem Kind klarmachen, dass im Social Network ein respektvoller Umgang mit anderen die Grundvoraussetzung ist und dass es andere nicht schlecht darstellen darf, indem es zum Beispiel ein peinliches Foto oder ein Gerücht verbreitet oder weiterspricht. Weitere Infos zur Sicherheit im Internet und speziell in Social Networks finden Sie in dem Buch von Ellen Nieswiodek- Martin: Generation Online. Jugendliche und Internet – alles, was Erwachsene wissen sollten (SCM Hänssler) und auf folgenden Websites: www.jugendschutz.net, www.schau-hin.info, www.klicksafe.de!

Christina Jacke


HANSEKIND
Kindermöbel & Accessoires

Frischer Wind bei HANSEKIND! MÖBEL

Entdecken Sie unsere zauberhafte neue Frühjahrskollektion 2010! Wir freuen uns auf Sie!



Babyausstattung

SPARDOSEN



SPIELUHREN



GESCHENKE ZUR GEBURT



HANSEKIND Kindermöbel & Accessoires . Mönckebergstraße 7 . Levantehaus . 20095 Hamburg
 Telefon: 040 . 411 190 32 . www.hansekind.de . Montag - Samstag 10-19 Uhr



- Türbeschläge
modern und klassisch
- Tür- und
Fenstersicherheit
- Funk-Alarmanlagen
- digitale Schließtechnik
- Briefkästen
- Briefkastenanlagen
- mechanische Sicherheit



LAARMANN
Beschlagtechnik in Form und Qualität

... mit Sicherheit!

& PEEZ
GMBH

Neu
in Poppen-
büttel

Harksheider Straße 6a • 22399 Hamburg • Tel.: 64 21 61 22

Jetzt SALE bis **40%**

Wir bringen neues Licht!

- Exklusive, individuelle Glas- und Kristall-Lampen •
- Spiegel im venezianischen Stil •

LICHT & SPIEGEL

Sierichstraße 38 • D-22301 Hamburg

Telefon: +49 (0)40-696 45 138 • Fax: +49 (0)40-696 45 177

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

Naherholungsgebiet

Wir präsentieren Ihnen die neuen Wohntrends
2010 der internationalen Möbelmesse:

Rehab, Comfort Zone und Discipline.

Lassen Sie sich inspirieren und experimen-
tieren Sie doch mal in Ihrem Wohnzimmer!



Rehab - Purismus als Therapie:

Einer Erziehungskur ähnlich werden bei diesem Einrichtungsstil alle Zimmer ihrer überflüssigen Verzierungen und Bequemlichkeit entzogen. Zurück bleiben **nackte Wände und schlichte Formen**, die jedoch Ausgangspunkt für eine weitere Entwicklung neuer Materialien schaffen, so werden Pappe, farbiges Plexiglas, Kunststoffe, Metalle sowie Textilien bevorzugt eingesetzt. Der Rehab-Stil zeichnet sich insbesondere durch seine kantigen Formen und seine Funktionalität aus. Die Hauptfarben dieses Wohntrends 2010 sind helle Töne, Basiselemente sind Weiß und Grau, von welchen sich ein helles Gelb abhebt. *Fortsetzung auf S. 36*

Zuhause



Teppich **STARK** **10% RABATT AUF MATRATZEN***

*Nur bis 27.02.2010.

NEU: jetzt mit Computer gestützter Rückenvermessung für optimalen Schlafkomfort

Nie wieder Rückenschmerzen

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

Stilvoll wohnen, heißt auch Wert legen auf einen repräsentativen Aufzug!

Mit einem individuellen Aufzug steigern Sie das Wohngefühl und den Wert Ihrer Immobilie. Dabei sind Ihren Ansprüchen in Bezug auf Material und Ausführung bei uns kaum Grenzen gesetzt. Wir präsentieren Ihnen gerne einige Beispiele.

KleinAufzüge CARL DEGENHARDT
www.carldegenhardt.de

Fortsetzung von S. 35

Naherholungsgebiet **Zuhause**

Kuschelzonen, die glücklich machen, sind sehr angesagt! Das harmonische und familiäre Ambiente gewinnt an Bedeutung

Comfort Zone - Pol der Behaglichkeit:

Das eigene Heim als Wellnessbereich. Das ist das Motto der Comfort Zone. Besonders angesagt sind hier große und **bequeme Möbel** wie beispielsweise das kuschelige Sofa mit voluminösen Sitzkissen. Kombinieren lassen sich die behaglichen Möbel mit traditioneller Dekoration, wie beispielsweise mit Keramikfliesen oder aber mit Teppichen. Insgesamt zielt der Comfort-Zone-Einrichtungsstil darauf ab, die Zimmer **angenehm heimelig** zu gestalten. **Ruhige Farbtöne** stehen im Vordergrund, aber es wechseln sich **erdige Brauntöne** auch mal mit bunten Farbklecksen ab.

Discipline - Vernunft und Qualität:

Dieser an den **Bauhaus-Stil** angelegte Wohntrend vereint **Schönheit mit Vernunft**. Denn trotz schöner, innovativer Formen sind die Einrichtungstücke trotzdem nützlich, Spielerei und Unnötiges haben hier keinen Platz mehr. **Schlanke und schlichte Formen** stehen im Vordergrund ebenso wie natürliches Material, so werden Leder, Holz, Webstoffe und Keramik miteinander kombiniert. Um die formale Strenge dieses Einrichtungsstils ein wenig aufzulockern, können auch freundliche und warme Farben wie Beige, Rosé, leichtes Blau und helle Brauntöne zum Einsatz kommen.

Christina Jacke

Anzeige

Optimaler Schlafkomfort dank Rückenvermessung



Mittels computergestützter Rückenvermessung die richtige Matratze finden, damit das Bett zur Wohlfühlinsel wird.

Von Teppichböden über Gardinen zu Betten und Matratzen – **Teppich Stark, Poppenbütteler Bogen 94**, bietet ein erstklassiges Sortiment und fachgerechte Beratung. Ein besonderes Highlight ist momentan in der Matratzenabteilung zu bewundern: Das Schlafsystem Sensoflex der Firma Rummel-Matratzen ist drauf und dran, das Schlafen zu revolutionieren. Die Sensoflex-Matratzen haben alles, was man für einen erholsamen Schlaf benötigt, zum Beispiel – exklusiv bei Rummel – ECS-Technologie. Bei diesem Konzept (abgekürzt für „ergonomic composite spring“) fungieren im Inneren der Matratze ergonomische Spiralfedern aus Fiberglas-Composite-Material als Einlage, die den Körper stützt und entlastet. Die Matratze ist metallfrei, bleibt leicht und bestmöglich durchlüftet. Zur Wahl stehen sechs Matratzen- und zwei Unterfederungsarten. Um die optimale Sensoflex-Matratze für sich zu finden, ist eine fachkundige Beratung also äußerst

wichtig. Gut, wenn man einen kompetenten Partner wie den Familienbetrieb Teppich Stark an seiner Seite hat. Zur Beratung dort gehört auch eine computergestützte Rückenvermessung, um den Schlafkomfort zu maximieren.

Seit nunmehr fast 40 Jahren verhilft Teppich Stark mit ausgebildetem Fachpersonal seinen Kunden zu einem schöneren Zuhause. In der großen, exklusiven Gardinen-, Bettwaren- und Teppich-Abteilung sind auf über 4000 Quadratmetern ästhetisch ansprechende sowie technisch und qualitativ hochwertige Waren ausgestellt. Arbeiten wie Teppichboden-, PVC-, Laminat- und Parkettverlegung und vieles mehr werden von den Mitarbeitern pünktlich, sauber und stets zur Zufriedenheit der Kunden erledigt.

Mehr über Teppich Stark und das Sensoflex-Matratzensystem gibt es auf www.teppich-stark.de im Internet oder telefonisch unter **Tel.: 611 66 80**.



Sensoflex-Matratzen bieten mit ECS-Technologie besonderen Komfort. Rot markiert: Einschübe zur Entlastung der Lendenwirbelsäule.



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

Schlafwandel®

SYSTEM-BETTEN • MATRATZEN

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


 Kostenlose
Anlieferung und Montage

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

Lichtblicke für Ihre Fenster
 Seit über 30 Jahren

Rollos
 Plisseries
 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

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



M • KUMMERFELD **ff** INH. A. HARTFIEL
SCHLOSSEREI • METALLBAU

SCHLOSSEREI - METALLBAU

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

ALIER TEICHWEG 67 • 22049 HAMBURG
TELEFON (0 40) 54 57 92 • TELEFAX (0 40) 54 57 51
WWW.FF-METALLBAU.DE • INFO@FF-METALLBAU.DE

TESTEN SIE UNS!



Glanzklare TV- und HiFi-Möbel



Fernseher oder die Stereoanlage dezent und trotzdem sehr geschmackvoll in jede Wohnung integrieren. Beim Spezialisten **Möbel-Glanz**, Alsterdorfer Straße 385, findet sich eine große Auswahl an Acrylglas-TV-Konsolen und -Rolltischen sowie HiFi-Racks. Und das Beste: Jedes Modell kann in individuellen Maßen gefertigt werden – Lieferzeit max. vier Wochen.

Natürlich gibt es auch andere Möbel aus diesem klaren Werkstoff: Beistell-, Couchtische, Regale, CD-Ständer, Vitrinen, und vieles mehr. Die ganze Acrylglas-Vielfalt können Sie bei Möbel Glanz vor Ort oder im Internet-shop unter www.moebel-glanz.de entdecken. Infos gibt es auch unter **Tel.: 529 809 16**.

Schöne Fernseh-Möbel sind selten, daher begeistern umso mehr TV-Möbel aus Acrylglas. Transparent und zeitlos passen Acrylglas-Möbel zu jedem Einrichtungsstil. So lässt sich der

Lichtblicke am Fenster

Ein Rollo kann die gesamte Atmosphäre eines Raums verändern – der richtige Lichteinfall macht langweilige Kammern zu reizvoll lichtdurchfluteten Räumen. Etliche Systeme und Variationen gibt es auf dem Markt, von der herkömmlichen Jalousie bis zur raffinierten Plisseeanlage. Schön, wenn man einen Partner hat, der mit Praxiserfahrung und einem guten Auge für Ästhetik eine kompetente Beratung liefern kann. Seit 1975 ist **aktuell ROLLO** der Fachbetrieb für Sicht- und Sonnenschutz. In den Filialen in der Hoheluftchaussee 30 und am Mundsburger Damm 54 helfen die Mitarbeiter von aktuell ROLLO ihren Kunden, zwischen Lamellenvorhängen, Rollos, Jalousien und einigem mehr die passende Wahl zu treffen. Praktisch auch, dass alles aus einer Hand kommt: Vom Ausmessen bis zur Montage steht aktuell ROLLO seinen Kunden kompetent zur Seite. Auch für außergewöhnlich geformte Fenster, Dachschrägen und große Glasflächen beweist aktuell ROLLO ein ums andere Mal ein glückliches Händchen. Die Mitarbeiter nehmen sich Zeit für ausführliche Beratungsgespräche, um zu gewährleisten, dass der Kunde genau das bekommt, was zu ihm



Kathleen Feddersen (l.) und Inhaberin Christina Döbler beraten mit Kompetenz und Sinn für Ästhetik.

passt. Auf diese Weise wurde schon so manches Interieur mit einem raffinierten Spiel von Licht und Schatten aufgewertet. Mehr Informationen zu aktuell ROLLO gibt es im Internet auf www.aktuellrollo.de oder in den Filialen Hoheluftchaussee 30 (**Tel.: 42 32 32 0**) und Mundsburger Damm 45 (**Tel.: 226 990 60**).

Paradiesisch Wohnen?



Wir nehmen es wörtlich!

Unsere exklusiven Designer-Möbel werden in den Südsee-Paradiesen SAMOA und FIDSCHI aus 100-jährigem Kokospalmenholz handwerklich gefertigt!

In Deutschland nur erhältlich in der Polynesia Club Lounge.

Schauen Sie sich um bei SAMOA-Kaffee und Südsee-Torten oder Drinks und kleinen Snacks.

Falkenried 85 (Hoheluft-Ost) • Tel.: 040/3003 16 16

Unsere Öffnungszeiten:

Freitag, Sonnabend und Sonntag jeweils 16-20 Uhr



Urteile um die Immobilie

Die Lasten des Winters

Das Alster-Magazin präsentiert auf seinen Immobilienseiten in lockerer Reihenfolge aktuelle Urteile zur Rechtsprechung rund um die Immobilie. Diesmal geht es um Rechten und Pflichten in der kalten Jahreszeit und einige Urteile zum Streuen, Räumen und Abtauen.

Fall 1: Schneefreie Nebengänge

Dass häufig genutzte Gehwege regelmäßig geräumt werden müssen, ist den meisten Immobilienbesitzern bekannt. Aber auch andere, weniger ins Auge fallende Zugänge zu einer Wohnanlage sind entsprechend zu beachten. Daran hatte ein Hausmeisterservice offensichtlich nicht gedacht. Denn eine fast 70 Jahre alte Frau stürzte auf der Zugangsrampe zur Tiefgarage und verletzte sich schwer. Sie hatte aus dem Auto einen Regenschirm holen wollen. Das Oberlandesgericht Karlsruhe

(Aktenzeichen 14 U 107/07) sprach ihr ein Schmerzensgeld in Höhe von 10.000 Euro zu. Die Verkehrssicherungspflicht sei nicht in vollem Umfang erfüllt worden.

Fall 2: Auf dem Korridor

Nicht immer verfügen öffentlich zugängliche Gebäude über einen Bürgersteig. Manches Mal müssen Passanten ein kurzes Stück des Weges über eine unmittelbar anliegende Straße zurücklegen. Auch hier kann unter Umständen eine Streu- und Räumspflicht gelten. Nach Überzeugung des Oberlandesgerichts Brandenburg

(Aktenzeichen 2 U 7/07) war im konkreten Fall – beim Zugang zu einem Klinikum – ein gut ein Meter breiter Streifen eis- und schneefrei zu halten. Diesen „Korridor“ müssten Fußgänger dann allerdings auch nutzen, wenn sie dort unterwegs seien. Sonst dürften sie nicht auf Schadenersatz zählen.

Fall 3: Was wird gestreut?

Früher gab es nur Asche oder Sand, heute verfügt man über eine größere Auswahl von Streumitteln. Aber welches ist eigentlich zu verwenden? Diese

Fortsetzung auf Seite 40

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

Studie: Bundesbürger bauen auf Wohneigentum



Safety first: Die eigenen vier Wände sind die gefragteste Anlageform der Deutschen zur Altersvorsorge, so das Ergebnis der aktuellen Allensbach-Studie im Auftrag der Postbank AG. Die „Rente aus Stein“ liegt eindeutig vorn, wenn es um die Frage nach der sichersten Form der Altersvorsorge geht: 63 Prozent der Berufstätigen nennen die eigene Immobilie als besonders sichere Anlageform. Auf dem zweiten Platz folgt die staatliche Rente bzw. Beamtenpension mit 53 Prozent, auf dem dritten Platz

liegen Einnahmen aus Haus- und Grundbesitz sowie die betriebliche Altersvorsorge mit je 32 Prozent. Deutlich mehr Vertrauen haben die Berufstätigen in Westdeutschland in die eigenen vier Wände, rund 65 Prozent nennen sie als besonders sichere Anlageform, im Vergleich zu 53 Prozent in Ostdeutschland. „In wirtschaftlich unsicheren Zeiten werden die Vorzüge der Immobilie als Wertanlage besonders deutlich“, erläutert Ralf Palm für die BHW Bausparkasse das Studienergebnis. Jeder zehnte Berufstätige in Deutschland plant inzwischen, in nächster Zeit ein Eigenheim zu erwerben, um damit für das Leben im Alter vorzusorgen. Wunsch und Wirklichkeit klaffen jedoch auseinander: Nur 39 Prozent aller noch nicht im Ruhestand lebenden Deutschen rechnen damit, im Alter tatsächlich die eigenen vier Wände zu besitzen. Im vergangenen Jahr waren es noch 42 Prozent.

Service rund um

Haus und Grund

Seit 1832



Ihre Mitgliedschaft lohnt sich immer!

Viele gute Gründe auf einen Blick:

- **Kostenfreie** persönliche oder telefonische Rechtsberatung durch unsere Rechtsanwälte im Informations-Centrum Glockengießerwall 19 und durch unsere Stadtteil-Vereine
- **Kostenfreie** Beratung in allen steuerlichen Fragen bei Einkünften aus Vermietung, Verpachtung und selbstgenutztem Wohneigentum
- **Kostenfreie** Beratung in allen Bewertungsfragen von Eigentumswohnungen, Ein- und Mehrfamilienhäusern sowie Grundstücken
- **Kostenfreie** technische Beratung durch Architekten bei Neubau, Umbau oder Modernisierung, gegen Entgelt auch vor Ort
- **Kostenfreie** Beratung zu Energieeinsparung und Umweltfragen
- Gartenberatung vor Ort durch unsere Gartenbauingenieurin
- Mietverträge, Formulare, Fachzeitschriften, Broschüren und Bücher, Software
- Interessenvertretung gegenüber Behörden, Politik, anderen Verbänden und Öffentlichkeit
- Seminare, Vorträge, Veranstaltungen, Reisen, Mitgliedertreffen
- Online-Service per E-mail und Internet

Grundeigentümer-Verband Hamburg
von 1832 e.V.
Glockengießerwall 19 · 20095 Hamburg
Telefon 040 3096720
Telefax 040 321397
www.grundeigentuemerverband.de



Grundeigentümer-
Verband
Hamburg

Fortsetzung von Seite 39

Frage stellen sich Verkehrssicherungspflichtige im Alltag häufig. Gerichte gehen davon aus, dass im Regelfalle Substanzen wie Granulat oder Split ausreichen. Lediglich bei einem besonderen Gefälle könne der Einsatz von Salz geboten sein, entschied das Landgericht Rottweil (Aktenzeichen 2 O 312/07) nach einem Unfall. Im Prinzip seien Auftausalze schon deswegen so wenig wie möglich zu verwenden, weil sie sich umweltschädlich auswirken könnten.

Fall 4: Aggressives Salz

Die Verwendung von Salz kann auch ungeahnte Folgen haben. Ein Hausbesitzer in einer Kleinstadt in Ostdeutschland führte Klage darüber, dass seine Gemeinde dieses umstrittene Streumaterial benutzt und damit seiner Immobilie Schaden zugefügt habe. Das aggressive Salz habe den Sandsteinsockel des Gebäudes angegriffen. Das Thüringer Oberlandesgericht (Aktenzeichen 4 U 218/05) sah hier allerdings keine über das zumutbare Maß hinausgehende Beeinträchtigung. Die Gemeinde müsse sich einen eventuellen Folgeschaden nicht zurechnen lassen, weil sie zur Bekämpfung von Schnee und Eis verpflichtet gewesen sei und dabei ortsüblich gehandelt habe.

Fall 5: Rutschen oder nicht rutschen?

Alleine die Tatsache, dass jemand angesichts unklarer Witterungsverhältnisse gestürzt ist und sich verletzt hat, reicht nicht aus, um eine Verletzung der Verkehrssicherungspflicht zu begründen. Es muss schon konkrete Hinweise darauf geben, dass der Eigentümer einer Immobilie den Bürgersteig nicht ausreichend geräumt hat. Das Vorhandensein einzelner Glättestellen konnte das Oberlandesgericht Brandenburg (Aktenzeichen 2 U 48/06) nicht dazu bewegen, einer Passantin Schadenersatz zuzusprechen. Die aufgebotenen Zeugen, die eine umfassendere Rutschgefahr bestätigen sollten, hatten die Richter nicht überzeugt.

Fall 6: Auf eigene Gefahr?

Mit dem Aufstellen eines Warn- oder Verbotsschildes kann sich niemand von seinen Verkehrssicherungspflichten „freikaufen“. Um solch eine Situation war es bei einem Rechtsstreit im Saarland gegangen. „Privatgrundstück, Parken verboten,

Betreten und Befahren auf eigene Gefahr“ hatte es auf dem entsprechenden Schild geheißen. Ein Passant stürzte, zog sich ein Schädelhirntrauma sowie eine Zerrung der Halswirbelsäule zu und forderte Schadenersatz. Die Grundstücksbesitzer verwiesen vor dem Oberlandesgericht Saarbrücken (Aktenzeichen 4 U 466/03-116) unter anderem auf ihre schriftliche Warnung. Das empfanden die Juristen als nicht überzeugend und stellten fest, dass nicht ausreichend geräumt worden sei.

Fall 7: Rundherum streuen!

Ein Grundstückseigentümer kann es sich nicht aussuchen, welchen der angrenzenden Bürgersteige er räumen will oder nicht. Hat er





Graphik: LBS/Tomick

das Pech, dass an seine Immobilie mehrere Straßen grenzen, so ist er auch überall verkehrssicherungspflichtig. Ein Bürger in Brandenburg war der Meinung gewesen, das gelte nur für die Grundstücksseite, von der aus man sein Anwesen betrete oder befahre. Das brandenburgische Oberlandesgericht (Aktenzeichen 4 U 55/07) belehrte ihn eines Besseren. Auch in einem Bereich, der durch Böschung und Mauer von seinem Grund getrennt sei, müsse er die Streupflichten erfüllen.

Fall 8: Tropfende Laternen
So streng die Streupflichten sonst auch von der Rechtsprechung gehandhabt werden, es gibt durchaus Grenzen des Zumut-

baren für die Eigentümer von Grundstücken. Hat ein Betroffener den Gehweg nachweisbar geräumt, dann kann er bei ansonsten trockenem Wetter nicht für die spätere Tropfeisbildung unterhalb einer Straßenlaterne verantwortlich gemacht werden. Eine Frau war auf solch einer Eisfläche gestürzt und hatte bis zum Oberlandesgericht Karlsruhe (Aktenzeichen 7 U 237/07) um Schadenersatz und mindestens 20.000 Euro Schmerzensgeld gekämpft. Diese spezielle Gefahrensituation sei jedoch durch den Grundstückseigentümer nicht zu erkennen gewesen, urteilte der zuständige Zivilsenat. Es könne sogar sein, dass die Eisfläche erst kurz vor dem Sturz entstanden sei.

HERZBLUT:

In meinem Beruf zählt nicht nur Fachwissen, sondern auch: Herz, Gewissenhaftigkeit und viel, viel Zeit. All das investiere ich in unser gemeinsames Projekt.



www.bg-immob.de

BAUMGÄRTEL & GUTIERREZ
IMMOBILIEN

Jork H. Hommel
Architekt Dipl.-Ing.
Geschäftsführer

Ulmenstraße 39 | 22299 Hamburg | Fon: 040 / 47 20 64

In Sachen Immobilien



im Alster-Magazin ist unsere Mediaberaterin Barbara Suhr die richtige Ansprechpartnerin. Wenn Sie Anzeigen schalten oder sich beraten lassen möchten, gibt sie Ihnen gerne nähere Informationen unter Tel.: 538 930-54 oder 0172/923 36 82.



- Büroreinigung
- Treppenhausreinigung
- Arztpraxenreinigung
- Gebäudereinigung
- Containerdienst

Tel.: 413 087 93 • Mobil: 0172/412 21 66
www.cleancompany24.de
E-Mail: hennings@cleancompany24.de



GUSTAFSEN & CO
IMMOBILIEN • GEGRÜNDET 1931



MIT DER MAUS ZUM NEUEN HAUS

Anlageimmobilien und exklusive Wohnimmobilien finden Sie unter www.gustafsen.de

HOCHALLEE 2 • 20149 HAMBURG • TEL. 040-41 40 95 0

Job/Arbeit

Wir suchen Kundenbetreuer/-in für Firmenkunden
auf selbstständiger Basis (Handelsvertreter-Vertrag)

Die Agentur proConvention vermittelt kostenfrei Hotelzimmer und Tagungsräume für Firmenkunden in Deutschland und weltweit.
www.proConvention.eu

Werden Sie unser Immobilienzuführer m/w

Sie sind z.B. Zusteller m/w oder wissen, wo ein Haus oder eine Wohnung leer steht, verkauft oder vermietet werden soll? **Wir zahlen Ihnen für einen Tipp im Erfolgsfall eine hohe Provision.**

ARNOLD HERTZ & CO IMMOBILIEN
Tel.: 35 91 92 29

Ist Ihr Job krisenfest? Keine Perspektiven? Wir haben Plan B für Sie!

Rufen Sie uns an:
040 / 769 734 96
Herr Krambrich

Immobilien

Vermietete Altbauwohnung gesucht! Als langfristige Finanzanlage suchen wir eine repräsentative, vermietete Altbauwohnung in Eppendorf, Winterhude, Harvestehude, Rotherbaum, Uhlenhorst mit ca. 150 qm, Dachterrasse bzw. gr. Balkon im OG; Stuck, Parkett und Kamin erwünscht; Chiffre: 1142

Traumskiferien für Kurzentschlossene: Großzügiges Ferienhaus direkt an der Piste in den Alpen von Arosa (Graubünden) zu vermieten: 4 bis max. 8 Personen, 2 Bäder, mod. offene Küche, Kamin, Skiraum u.v.m., Gr. Südtterasse, Südbalkon, nur 30m zum Skilift. Noch frei vom 7. bis 13.3. Und Ostern. Tel.: 0172 - 451 55 55, www.wilhelmina.ch

Unterricht

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

Klavierunterricht nach Maß bietet erfahrene, freundliche Lehrerin. Pädagogisch und fachlich versiert, Spaß und Fantasie inklusive. Auch Hausbesuche. Tel.: 422 45 95

Kunst/Antiquitäten

ANTIK BRANDT AN & VERKAUF
restaurieren, abbeizen, polstern
Segebergerstr. 36, 23845 Itzstedt
SA + SO geöffnet
v. 12.00 - 17.00 Uhr
Tel.: 0175 / 211 63 15
www.Brand-antik.de

Gemälde • Kunst
Skandinavien Design • Antiquitäten
Haushaltsauflösungen
unverbindliches Angebot

Dringend gesucht
Antiquitäten im
Wolfgang-Borchert-Haus
www.brundert-hamburg.de

C. Brundert
HH-Eppendorf, Tarpenbekstr. 82
☎ 46 09 32 79 ☎ 0171 45 10 889

Verschiedenes

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

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

Privatsekretärin, Hausmanagerin, Gesellschaftsdame
mit hervorragender Allgemeinbildung und besten Umgangsformen möchte sich um Sie kümmern (www.personal-agent.com)
Tel. 0151 - 610 59 566

Flohmarkt 27. / 28.2 Deutsche Unitarier
Wartenau 13, von 9 - 16 Uhr

Sportmassage, Esalen-, Thai-, Fussreflex-
zonenmassage, Wirbelsäulenkorrektur
Dorn/Breuss, Ayurveda, Reiki, Kundali-
niyoga
stelladanke@yahoo.de
Ab, sms: 01623650953

Schöne Ferienwohnungen

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



Ostsee zum Entspannen!

LANDHAUS PANKER bei GUT PANKER
empf. von GEO OSTSEE und
HAMBURGER ABENDBLATT
Speisewirtschaft & Gästehaus
Ferienwohnungen auf altem Gutshof
10 Min. zum Golfplatz Hohwacht
Reservierung: Herr Gendebien
T. 04385-232 • H. 0178-4592262
www.LANDHAUS-PANKER.de

HUSSMANN

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

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

WESTERLAND/ SYLT

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



IMPRESSUM

Das Alster-Magazin ist unabhängig und überparteilich. Es erscheint monatlich rund um die Alster.

Verlagsanschrift: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhäuserweg 11, 22339 Hamburg; Tel.: 040/538 930-0 | 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, Jeannine Ehmsen, Marisa Knierim, Christian Luschner | **Korrektur:** Regina Ahrens | www.alster-net.de | **Verlags-Telefon-Nummern:** Redaktion: 538 930-46, Anzeigenabteilung: 538 930-0; Vertrieb (auch Anrufbeantwort.): 538 34 52, Fax (zentral): 538 930-11, Buchhaltung: 538 930-13 | **Anzeigen-Leitung:** Michael Wiele (Harvestehude, Pöseldorf, Rotherbaum, Uhlenhorst), Tel. 538 930-53 | **Media-Beratung:** Gabriele Bergerhausen (Poppenbüttel, Haspa), Tel. 538 930-55; Jutta Brandes (AEZ, Fuhsbüttel, Hummelsbüttel), Tel. 538 930-50; Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538930-0; Annegret Linke (Eppendorf, Winterhude), Tel. 538 930-67; Sabine Merbach (AEZ), Tel. 538 930-17; Sabine Meyerrose (Sasel), Tel. 538 930-52; Simone Niklaus (Wellingsbüttel, Duvenstedt und Lemsahl-Mellingstedt), Tel. 538 930-14; Barbara Suhr (Makler), Tel. 538 930-54; | **Produktion/Anz.-Disponenten:** Cassandra Friedrichsen, Birgit Schümann | **Chefgrafikerin:** Stefanie Oldhaver | **Grafik:** Annerieke Kaack, Juliane Oldhaver, Sverja Dühring, René Kriese, Max Menrath | **Titelgestaltung:** Stefanie Oldhaver | **EDV- und DTP-Beratung:** IT-Service Thilo Noack | **Druck:** Kröger Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel | **Vertrieb:** Magazin Verlag Hamburg Eigenvertrieb, Leitung: Sandra Schmelter-Haun, Tel. 538 34-52 **Auflage:** 40.185 Exemplare © 2010 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 Boyers: Gerbigstr. 3, Butter Ländler: Mühlenkamp 37, Lunchar TH2: Mühlenkamp 59, Edeka Niemeerseine: Mühlenkamp 45, **UHLHENHORST:** Hofweg-Shop: Hofweg 1, Café Boyers: Hofweg 45, Uhlenhorster Reisedienst: Hartwicusstr. 6, Edeka Niemeerseine: Hofweg 81, Dr. med. Hamosch: 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: Rothenbaumchaussee 78, **Neustadt:** Dr. med. Christian Tesch, Große Bleichen 32. **Das Titelfoto wurde uns freundlicherweise zur Verfügung gestellt von: ZDF/Carmen Sauerbrei**





Mac mini
schon ab 539 Euro



Apple Autorisierter Händler



Magic Mouse
jetzt bei uns für
nur 66 Euro



**Nicht nur am
Valentinstag!**

Zu jedem gekauften
MacBook Pro gibt es
im Februar einen
iPod shuffle 2 GB
gratis dazu!

MacBook 13,3"

+ Tucano Second Skin Tasche
ab 879 Euro

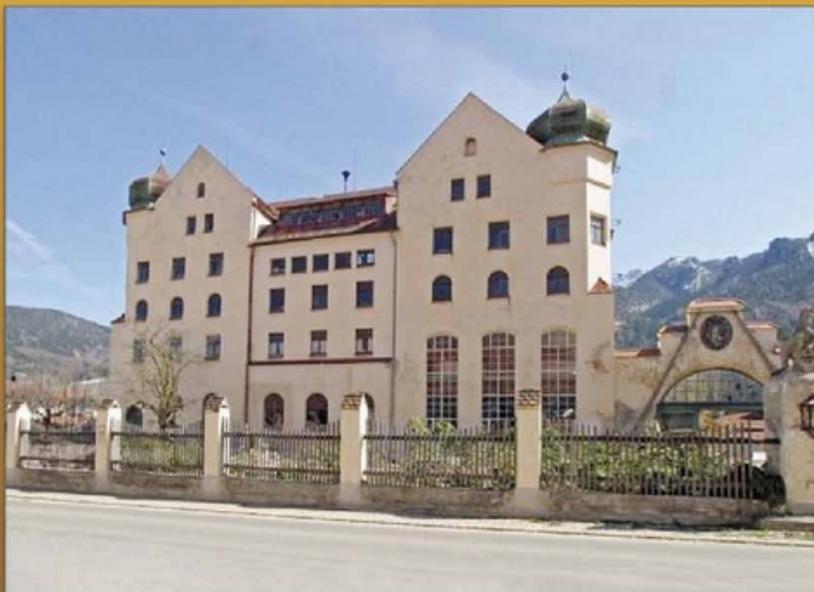


firstbite GmbH | Herderstraße 27 | 22085 Hamburg | Tel: 040-229 277-0 | Fax: 040-229 277-20 | office@firstbite.de | www.firstbite.de



www.das-baudenkmal.de
DIE SPEZIALISTEN FÜR BAUDENKMÄLER

www.das-baudenkmal.de



„Mit denkmalgeschützten Immobilien
Steuern sparen“

**Vorteile der denkmal-
geschützten Immobilien:**

- ✓ Bis zu 90% des Kaufpreises
steuerlich absetzbar
- ✓ Nachsteuerrendite von bis
zu 8% p.a.
- ✓ Gewinne nach 10 Jahren
steuerfrei
- ✓ Abgeltungssteuerfrei
- ✓ Beteiligung des Finanzamtes
am Kauf von bis zu 35%
des Kaufpreises

FreeCall: 0800 91 91 91 4

René-Margritte-Promenade 11 • 50858 Köln

DAS BESTE TRAINING. DIE SCHÖNSTEN ERFOLGE.

BEIM TESTSIEGER.

Bei Abschluss einer
Jahresmitgliedschaft nur

59€ Aufnahme-
gebühr

Sie sparen **141€**
Gültig bis 28.02.2010

TESTSIEGER

Stiftung
Warentest

test



GUT (2,1)

Im Test:
8 Fitnessstudioketten
(davon 1 x gut
3 x befriedigend
4 x ausreichend)
Ausgabe 10/2009

DEUTSCHES INSTITUT
FÜR SERVICE-QUALITÄT

1. PLATZ

**Beste
Wellness-Oase**

Fitness-Studios
in Hamburg

TEST 06/2009

Im Vergleich: 5 Unternehmen

www.diso.de
DISQ GmbH & Co. KG

Fitness, Wellness, Bodycare – natürlich im MeridianSpa.

Anrufen – Termin vereinbaren – Mitglied werden:

ALSTERTAL • Heegbarg 6 • 040/65 89-14 50

WANDSBEK • Wandsbeker Zollstr. 87–89 • 040/65 89-10 50

CITY • Schaarsteinweg 6 • 040/65 89-11 00

EPPENDORF • Quickbornstr. 26 • 040/65 89-13 50

www.meridianspa.de



MERIDIANS SPA

Fitness. Wellness. Bodycare.