

SERVICETEIL:
Himmlich schlafen
Küchentrends • Sicher wohnen
Gesundheitsratgeber • Alster med

Heft 10, 09.10.09, Auflage 40.200 Streifbandzeitung C25262E

www.alster-magazin.de

ALSTER Magazin

Foto: Sven Sindt

Exklusiv im
Alster-Magazin:



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

Schnelles Theater!

Der Comedian
Ingolf Lück spielt
Alfred Hitchcock
in Winterhude.

Frauen- Schwarm

Moritz Bleibtreu über seinen
neuen Film „Soul Kitchen“.

Roger Cicero hat seinen

Weg gefunden

Der Uhlenhorster im Interview über den Dalai
Lama, Glaube, Urvertrauen und seinen Sohn!

Foto: Jens Boldt



Beziehungs- Dramatikerin

Die Harvestehuderin
Ildikó von Kürthy über
ihren neuen Roman.



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

Individualkunden-Center Rotherbaum

Unsere Beratung ist so individuell wie Ihre Wünsche



Für jeden zweiten Hamburger ist die Haspa die Bank seines Vertrauens – und das aus gutem Grund: die Nähe zu unseren Kunden, persönlicher Service und schnelle, flexible Lösungen sind für uns selbstverständlich. Mit mehr als 50 Kunden-Centern in und um Hamburg bieten wir Ihnen gemeinsam mit den Unternehmen der Haspa-Finanzgruppe kompetente Beratung und umfassende Betreuung für Ihre Finanzen.

Unsere Beratung ist dabei so individuell wie Ihre Wünsche: Mit unserem ganzheitlichen Beratungsangebot erhalten Sie maßgeschneiderte Lösungen aus einer Hand. Egal, ob Sie Kapital ertragreich anlegen, Ihre Zukunft absichern oder eine Immobilie finanzieren wollen: Unsere Individualkunden-Betreuer unterstützen Sie bei der Erreichung Ihrer ganz persönlichen Wünsche, Pläne und Ziele.

Besuchen Sie uns doch einfach in unserem Individualkunden-Center oder vereinbaren Sie ein Beratungsgespräch – auch außerhalb der

Öffnungszeiten und auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause.

Im Spezialreport 2009 „Die Elite der Vermögensverwalter im deutschsprachigen Raum“ liegt die Haspa zum 6. Mal in Folge an der Spitze.*



Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Haspa
Individualkunden-Center Rotherbaum
Grindelallee 45, 20146 Hamburg
Telefon 0 40 / 35 79-85 41
Telefax 0 40 / 44 80 92 39
Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9.00 bis 17.00 Uhr
oder nach Vereinbarung

Meine Bank heißt Haspa

Haspa
Hamburger Sparkasse

Welche Schule?

VON WOLFGANG E. BUSS



Das Schlimmste für Kinder ist die Schule. Warum ist das so? Früher schlugen Lehrer ihre Schüler mit Rohrstöcken. Heute peinigt man sie mit schlechten Noten, Überfülle des Lernstoffes und Sitzenbleiben. Schüler und Schule lieben sich nicht – sie hassen einander!

Und außerhalb der Schule ist es nicht anders: Eltern, Lehrer, Schüler und Bildungspolitiker

misstrauen sich tief. Es gibt noch keinen gesellschaftlichen Konsens über Schule. Alle gehen aufeinander los!

Bildungspolitiker können es einfach nicht, sagen die einen. Die Rechtsschreibreform ist der Beweis! Die vermeintlich besten und fähigsten Bildungsexperten (Kultusminister-Konferenz) haben etwas Absurdes geschaffen, was nur einem dient: Schüler zu quälen. Nicht mit dem Rohrstock, sondern mit Inkonsequenz!

Eltern kümmern sich nur um ihre eigenen Karrieren – oder um überhaupt nichts. So manches in Deutschland aufgewachsene Kind spricht nicht einmal Deutsch!

Und **Lehrer** sind die geschundenen Verlierer, die im Studium nicht ein einziges Semester zum Thema Konfliktlösung hatten, obwohl es das einzige Fach ist, was sie täglich intensiv bräuchten.

Und die **Schüler** sind die Verlierer. Sie haben verzweifelt auf „Bulimie-Lernen“ umgestellt: sinnloses Wissen reinhauen – um es nach Klausur oder Abi wieder auszukotzen.

Einschätzungen, die mir vertraute Lehrer über das Kollegium – hinter vorgehaltener Hand – gaben, schildern Schule noch grauenhafter: Ein Drittel des Kollegiums kann es nicht, ein weiteres Drittel ist lustlos und nur das letzte Drittel macht gute Arbeit.

Schule darf so nicht bleiben! Aber: Wie soll man es allen recht machen? Warum ist der VW-Konzern mit so vielen verschiedenen Marken und Modellen im Angebot erfolgreich und bietet kein „Einheitsauto“? Weil alle Menschen einen anderen Autogesmack haben. Und die Einheitschule soll funktionieren? Darum: Schafft eine Schule der Vielfalt! Was für die Medien gilt, für die Wirtschaft, gilt auch für die Bildung: keine Monopole. Gebt den einzelnen Schulen mehr Eigenständigkeit und viel mehr Eigenverantwortung. Wer eine plurale, vielfältige Gesellschaft will, braucht auch eine plurale Schule.

Und mit Verlaub: Wer jetzt ein Volksbegehren inszeniert mit dem Inhalt, was wohl auf dem Schild an der Schule steht („Stadtteilschule“ etc.) kratzt nur an der Oberfläche. Übrigens: Langes gemeinsames Lernen steigert die Leistung – Überfülle des Lernstoffs behindert! Schnell nachzulesen bei Deutschlands Bestem, dem Pädagogik-Guru Prof. Dr. Kurt Singer*.

Ein weiteres Problem belastet das Vertrauen in die „richtige“ Bildung: Schule wurde stets missbraucht! Immer sollte sie die Schüler zu dem machen, was man gerade brauchte: zu Kaisers Zeiten brave angepasste Soldaten als Kanonenfutter, im Dritten Reich junge Herrenmenschen und Judenhasser, in der DDR maulhaltende Arbeitsbienen und in den 68ern wollte man Bessermenschen mit Jutetaschen und ausgeprägtem Mitleid für Kriminelle. Und heute? Man will junge Elite-Performer, die möglichst schon in der Vorschule zweisprachig aufwachsen, um im fiesigen Leistungsdruck einer globalisierten Arbeitswelt möglichst bald zu den Häuptlingen zu gehören und im Job 25-prozentige Renditen fürs Unternehmen zu machen. Immer übrigens haben die Lehrer mitgemacht – mit Hilfe von Rohrstöcken, schlechten Noten, Sitzenbleiben und Gleichgültigkeit.

Und nie wollte und sollte Schule aus Schülern einfach glückliche Menschen machen!

*siehe Prof. Dr. Kurt Singer: „Die Schulkatastrophe“ (Seite 7) sowie „Die Würde des Schülers ist antastbar“.



Exklusive Leuchten

Antiklampen und Schirmanfertigung

Stilleuchten Götzel

Inh. Stebel

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

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

Fashion goes Prignitz



PRIGNITZ
Est. 1939

Angie Miller, Arrow, **wieder hier: Barbour,**
Bogner Jeans, Buckingham, Burlington, Daks, Fisherman,
Gant, John Partridge, Le Chateau, Michèle, Orwell,
Sail Exp Marinewear, Saint James,
Schneiders, Peter Scott, John Smedley

HH · Poststr. 25 (b. Hanseviertel) · 040-344187 · Outlet 2.OG, 12-18 Uhr
Westerland/Sylt · Friedrichstr. 44 · www.prignitz-moden.de

CD der TARZAN-Darsteller zu gewinnen



Anlässlich des einjährigen Geburtstages des Musicals TARZAN verlost das Alster-Magazin fünf Singles mit dem Song „Dir gehört mein Herz“, gesungen von Tarzan und Jane, mit dazugehörigen Autogrammkarten. Die Hauptdarstellerin Elisabeth Hübert (Jane), die gerade von St. Georg nach Rothenbaum umgezogen ist, und der Schwede Anton Zetterholm (Tarzan), aus dem Schanzenviertel, begeistern seit einem Jahr mit den Welthits von Phil Collins das Publikum. Am 18. Oktober feiert dessen Musical TARZAN im Theater Neue Flora in Hamburg seinen ersten Geburtstag. Zu einer großen Gala am Jubiläumsabend wird auch Phil Collins anwesend sein. Infos zum Musical gibt es unter: www.stage-entertainment.de!

Wer gewinnen möchte, der sendet eine Postkarte mit dem Stichwort „Mein Herz“ und seiner Adresse an: Alster-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an: a.ehlers@alster-net.de. Einsendeschluss: 31.10. *ale*

Singen Phil Collins' Song „Dir gehört mein Herz“ aus dem Musical Tarzan: die Hauptdarsteller Elisabeth Hübert und Anton Zetterholm.

Buch-Tipp und Verlosung



Ihre historischen Hamburg-Krimis haben die Winterhuder Schriftstellerin Petra Oelker berühmt gemacht. Im Juli dieses Jahres erschien ein weiterer Roman der Autorin: Die Schwestern vom Roten Haus – Ein historischer Kriminalroman. Hier eine kurze Zusammenfassung:

Hamburg, 1773. Nach dem letzten Karnevalsball treibt eine tote Frau in der Alster, eine zweite stirbt, eine dritte entkommt knapp einem Anschlag – in Hamburg geht wieder ein Mörder um. Die Komödiantin Rosina hat die erste Tote entdeckt, Anlass genug, selbst nach dem Täter zu suchen.

Doch wer hatte einen Grund, die Frauen zu töten? Was verband sie? Die Spuren führen ins Waisenhaus und ins Gängeviertel, zu den Flößern am Holzhafen, in das Haus eines Seidenhändlers und zu einer schießwütigen Gutsherrin nach Wandsbek. Rosina, Weddemeister Wagner und die Kaufmannsfamilie Herrmanns müssen sich beeilen, wenn sie dem nächsten Mord zuvorkommen wollen...mk

Verlosung
Das Alster-Magazin verlost 3 Exemplare des historischen Hamburg-Krimis „Die Schwestern vom Roten Haus“ (Rowohlt, 8,95 Euro) von Petra Oelker. Wer gewinnen will, schickt eine Postkarte mit dem Stichwort „Hamburg-Krimi“ bis zum 23. Oktober an das Alster-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder per E-Mail an m.knieriim@alster-net.de.



Foto: Anna-Lena Ehlers

Magazin

- 3 Kolumne
- 4 Select-Tipps
- 6 Der Comedian Ingolf Lück steht in Winterhude auf der Bühne
- 8 Der Sänger Roger Cicero aus Uhlenhorst geht auf Tournee
- 11 Klassiker: der Hanstreff des ZDF
- 12 Bildergalerie der Abendveranstaltung Director's Cut auf dem Filmfest Hamburg
- 14 Sänger und Musicaldarsteller Luciano Di Gregorio schlüpft in viele Rollen
- 16 Der Schauspieler Max Volkert Martens auf der Bühne des Ernst Deutsch Theaters

- 18 Moritz Bleibtreu über die Schauspielerei
- 20 Ildikó von Kürthy aus Harvestehude schreibt an ihrem neuen Frauenroman
- 22 Termine an der Alster
- 33 Neues auf ALSTERTV
- 34 Die Fußballmannschaft vom HSV speist im Grand Elysee

Pöseldorf

- 24 Konzerte und Ausstellungen in der Kirche St. Johannis-Harvestehude

Uhlenhorst

- 26 Ann-Monika Pleitgen und ihr Sohn Dr. Ilja Bohnet schreiben einen Krimi



Foto: Jens Boldt

Im Interview berichtet Bestsellerautorin Ildikó von Kürthy aus Harvestehude von Schreibblockaden und Geschichtenfindung. S. 20

Roger Cicero über seine musikalischen Wurzeln, einen Auftritt vor dem Dalai Lama und warum er kaum auf den Spielplatz gehen kann. S. 8



Steht auf der Uhlenhorst als Literaturnobelpreisträger auf der Bühne: der Schauspieler Max Volkert Martens. S. 16

Winterhude

28 Christoph Gutknecht übersetzt Bestseller

Eppendorf

30 Nils Loenicker und Jan-Peter Petersen: das Alma Hoppe-Duo im Interview
32 Veranstaltungen in Eppendorf

AEZ

37 Kolumne
38 Für Frauen wird der Herbst braun
40 Der British Style lässt uns kariert
aus der Wäsche schauen
42 Für Kids wird der Herbst

modisch eine bunte Sache
44 Tipp: Modenschau im AEZ zeigt kommende Trends
46 AEZ-Gourmetwelt
48 AEZ-Inside

Service

51 Essen und trinken
53 Der Gesundheitsratgeber
56 Alster med
62 Küchentrends
64 Neues aus der Geschäftswelt
66 Himmlisch schlafen
70 Senioren
72 Sicher wohnen
75 Immobilien
81 Kleinanzeigen/Impressum
82 Sudoku

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
22399 Hamburg - Poppenbötteler Bogen 29

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

Ihr Partner für die fachgerechte Entsorgung von Bauabfällen

Container

von 1 bis 30m³
ab 59,50 € inkl. MwSt.



 **EGGERS**
EGGERS GRUPPE

Abfuhr/Entsorgung von:
Bauschutt, Bauabfällen
Dachpappe
Gartenabfällen, Holz
Zusätzlich Lieferung von:
Sand, Kies & Mutterboden

Wir beraten Sie gern:

04109/27 99-23

Container-Dienst Eggers & Sohn GmbH
www.egggers-gruppe.de



- Lebensberaterin*
Brigid
SPEZIALISTIN
REIKI-ENGELSLEHRE-TAROT
- Beseitigen negativer Blockaden im geschäftlichen und privaten Bereich
 - Positiver Energiefluss durch Autosuggestion
 - Die Liebe zu Gott wiederfinden
 - Positives Manager-Coaching für Ausgleich zwischen Beruf und Privatleben
 - Aktivierung von positivem Geldfluss
 - Seelisch, moralische Führung bei Burnout-Syndrom

»Ein Segen für mich ist, Kundalini-Reiki, Ushui-Reiki, Engelslehre und das Tarot der Engel in Dankbarkeit anwenden zu dürfen.«

Deine Brigid

Brigitte Klegien-Barthel

Großmeisterin • Reikilehrerin • Lemurische Hohepriesterin • Eingeweihte in 103 Energiesysteme

Engel-Notruf-Telefon: 05074 96 77 73
Kartenberatertelefon: 0900 5 25 01 66

(1,96€ die Minute, a.d. deutschen Festnetz ggf. abweichender Mo-Fu-Tarif)



Foto: Thomas Grünholz



Hat jede Menge Witz:
Ingolf Lück – im Interview
und auf der Bühne im
Stück „39 Stufen“.

Ein historischer *James Bond*

Ingolf Lück ist vor allem als TV-Comedian bekannt, dabei spielt er gerne und häufig Theater und führt auch Regie. Aktuell in der Komödie *Winterhuder Fährhaus*, auf deren Bühne der 51-Jährige als Richard Hannay im **Spionage-Thriller „39 Stufen“** die Welt retten muss. Vorlage ist der gleichnamige Schwarz-Weiß-Klassiker von Alfred Hitchcock aus dem Jahre 1935.

Alster-Magazin: Sie bezeichnen sich als großen Alfred Hitchcock-Fan. Was mögen Sie an ihm?

Ingolf Lück: Einfach seine Art, Filme zu machen, man kann sich beispielsweise jede Szene drei oder vier Mal anschauen und wird immer wieder neue Sachen entdecken. Während meines Germanistikstudiums habe ich Hitchcock-Seminare belegt und deswegen alle Filme gesehen und analysiert. Es war eine tolle Erfahrung.

AM: Wieso haben Sie sich „39 Stufen“ für die Bühne ausgesucht?

IL: Das Stück war und ist die Blaupause aller Spionagegeschichten und Agententhiller. Es enthält zum ersten Mal all das, was später viele dieser Filme spannend macht, etwa auch alle James Bond-Filme. Nämlich Liebe, Tod, Eifersucht, ein Mord und ein Mann, der auf der Flucht ist. Außerdem hat mir gefallen, dass der Film viel Comedypotential

besitzt, weil man Hundert Rollen des Films auf die Bühne bringen muss. Wir machen es zu viert und spielen wirklich jede Filmszene nach. Dementsprechend oft müssen sich die anderen drei umziehen und schnell umkleiden. Bianca spielt drei Frauen und Alexis und Oliver je 50 Männerrollen.

AM: Warum Sie nicht?

IL: Weil ich als Regisseur stets den Überblick behalten muss, deswegen spiele ich durchgehend nur die Hauptfigur.

AM: Die versucht die Welt zu retten. Fühlt man sich da manchmal wie der schon von ihnen angesprochene James Bond?

IL: Ein bisschen schon. Richard Hannay ist zwar kein Agent, sondern eine typische Hitchcockfigur, aber die Prinzipien sind die gleichen. Nur eine von mehreren Parallelen: Auf seiner Flucht, er wird eines Mordes bezichtigt, verlieben sich sämtliche Frauen, die er trifft, sofort in ihn. Hannay war in England Anfang des 20.

Jahrhunderts – 39 Stufen wurde 1915 geschrieben – eine Heldenfigur wie James Bond heute. Er hatte auch noch andere Sachen erlebt, denn dieses Stück ist eine von mehreren Episoden.

AM: Das Stück lief ja auch schon erfolgreich in Berlin. Haben Sie für die steifen Hamburger etwas geändert?

IL: Ja, es gab beispielsweise eine Szene auf Bayerisch. Im Gegensatz zu den Berlinern hat hier niemand darüber gelacht. Wir waren wirklich total überrascht. Aber es gibt nun bekanntermaßen unterschiedliche Dialektakzeptanzen. Also habe ich vorgeschlagen, den Text etwas umzuschreiben und ab sofort in Norddeutsch vorzutragen. Alle haben davon abgeraten, weil Hamburger nicht über sich selbst lachen können. Ich habe drei Flaschen Champagner gewonnen, denn sie haben sich kaputtgelacht. Hamburger können nämlich sehr gut über sich selbst lachen, genau wie über andere.

Kai Wehl

Kulturtyp und Verlosung:

Die Komödie *Winterhuder Fährhaus*, Hudtwalkerstraße 13, zeigt noch bis zum 1. November das Stück „39 Stufen“. Eine sehr schnell gespielte Kriminalkomödie von John Buchan und Alfred Hitchcock mit Bianca Karsten, Alexis Kara, Oliver Dupont und Ingolf Lück (führt auch Regie). Richard Hannay versucht auf der Flucht vor der Polizei nicht nur seine Unschuld in einem Mordfall zu beweisen, sondern durch die Enttarnung des Spionagerings „39 Stufen“ auch gleichzeitig, die Welt zu retten. Kartentelefon: 480 68080. Wir verlosen 3x2 Karten für die Vorstellung am 22.10. um 19.30 Uhr. Wer gewinnen möchte, der sendet eine Postkarte mit dem Stichwort Hitchcock an: Alster-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an k.wehl@alster-net.de. Einsendeschluss: 16.10.

Modernisieren spart Energie und bares Geld

Neue Heizung, neue Fenster, neue Dämmung: Modernisierungsmaßnahmen zahlen sich für die Umwelt aus, sparen Kosten und steigern den Wert der Immobilie!

Steigende Energiekosten und die aktuelle Diskussion um den CO₂-Ausstoß und den Klimawandel haben das Thema Energiesparen verstärkt in das Bewusstsein der Bevölkerung gerückt. Dabei lohnt es sich schon länger, in neue Heiztechnik und Wärmedämmung zu investieren. „Modernisieren spart Energie und bares Geld und macht sich so für Umwelt und Haushaltskasse bezahlt“, sagt Michael Wiedenroth, Baufinanzexperte bei der Haspa. Modernisieren lohnt sich. Auch der Staat fördert die Maßnahmen mit zinsgünsti-

gen Darlehen der KfW-Förderbank. Die Kredite müssen über die Hausbank beantragt werden. Ob CO₂-Gebäudesanierung, neue Wärmedämmung oder Wohnraummodernisierung: Je nach Vorhaben und Energiesparvolumen stehen verschiedene Programme zur Verfügung. Die Berater der Haspa kennen die Voraussetzungen und schnüren nach Bedarf das richtige Paket. Informationsflyer gibt es in allen Haspa-Individualkundencentern und -Filialen oder im Internet unter www.kfw-foerderbank.de. Wer sich mit dem Gedanken beschäftigt, eine Bestandsimmobilie zu erwerben, sollte rechtzeitig den Sanierungsbedarf prüfen. „Für die Finanzierung sind dann nicht nur der Kaufpreis, sondern auch die Sanierungskosten wichtig“, so Michael Wiedenroth. Zurzeit sind die Bedingungen für den Erwerb von Immobilien ange-

sichts des niedrigen Zinsniveaus immer noch sehr günstig. Die Möglichkeit zur Sondertilgung macht das Darlehen besonders flexibel: „Unsere Kunden können jährlich bis zu fünf Prozent des Darlehensbetrags tilgen.“ Die aktuellen Konditionen erfragen Sie gern bei unserem Finanzierungsexperten Michael Wiedenroth unter der Telefonnummer 040/35 79-68 38.

Auch wenn eine Sanierung jetzt noch nicht akut ist: Rechtzeitige Vorsorge lohnt sich. So wie Besitzer von Eigentumswohnungen regelmäßig Rücklagen bilden, so sollten auch Hauseigentümer für die eigenen vier Wände vorsorgen: z.B. mit einem Bausparvertrag. „Schon mit geringen monatlichen Sparbeträgen lässt sich über die Jahre Kapital für Modernisierungsmaßnahmen ansparen“, so Michael Wiedenroth und ergänzt: „Und das Gute: Nach etwa zehn Jahren steht dann zusätzlich ein Darlehen mit günstigen und bei Vertragsabschluss bereits feststehenden Zinssätzen zur Verfügung.“



Finanzierungsexperte Michael Wiedenroth berät Sie gerne in Sachen Modernisierung.



Haspa Individualkundencenter Rotherbaum
Grindelallee 45
20146 Hamburg
Finanzierungsexperte Michael Wiedenroth:
Tel.: 040/35 79-68 38
E-Mail: Michael.Wiedenroth@Haspa.de

Haspa
Hamburger Sparkasse



Swing

liegt ihm im Blut!

Roger Cicero wurde das Talent von seinen Eltern in die Wiege gelegt – es machte ihn zum Inbegriff von Jazz und Swing in unserem Land. Der 39-jährige Chartstürmer gehört zu **Deutschlands erfolgreichsten Musikern** und wurde mit mehreren Preisen wie dem ECHO und der Goldenen Stimmgabel ausgezeichnet. Wir trafen den **Uhlenhorster** in seinem Lieblingscafé.

Geht auf große Deutschlandtournee und sucht dafür noch 40 Duettpartnerinnen: Roger Cicero (Info: www.roger-cicero.de).

Roger Ciceros Weg zum Profimusiker schien vorgezeichnet. Er kam 1970 in Berlin zur Welt. Sein Vater war der bekannte Jazzpianist Eugen Cicero, seine Mutter die Tänzerin Lili Cziczco. Seine Kindheit verbrachte der Halbbrumäne dementsprechend in einer sehr musikalischen Atmosphäre. Sie hat ihn geprägt und schnell wurde für ihn Musik unverzichtbar. Als Elfjähriger nahm Roger leidenschaftlich gern Klavierunterricht und erarbeitete sich die Songs zu Hause, die er anschließend vor anderen Leuten vortrug: „Es war für mich immer eine Einheit, Musik zu schreiben und sie später vor Publikum zu präsentieren. Ich spürte bereits als Kind das Urvertrauen in mir, eines Tages musikalisch erfolgreich zu sein und mit der Musik etwas zu bewegen.“ Zielstrebig verfolgte der leidenschaftliche Musiker seine Ziele weiter. Mit 18 Jahren wurde er am Hohner-Konservatorium in Trossingen aufgenommen und in den Fächern Klavier, Gitarre und Gesang ausgebildet. Anschließend studierte er von 1991 bis 1996 Jazzgesang an der Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten. Mit Disziplin wollte Roger seinen eigenen Weg gehen und stilvoll in die großen Fußstapfen seines Vaters treten: „Es war schwierig, ihn zu finden, weil ich eine erfolgreiche Karriere von meinem Vater vorgelebt bekommen hatte. Trotzdem hab ich es gewagt. Es ist mir gelungen, meinen eigenen Weg zu finden, weil ich Jazz anders interpretiert und verschiedenste Herange-

hensweisen an die Musik ausprobiert habe.“ Diese Individualität machte Roger so populär. Heute ist der 39-Jährige ebenso wie sein Vater ein gefeierter Sänger.

Dennoch hat er den Bezug zur Realität nicht verloren, lässt sich vom Schein der Medien nicht trügen und steht mit beiden Füßen fest auf dem Boden. Auch, wenn ihm seine Popularität Dinge ermöglicht, die anderen verwehrt bleiben. Beispielsweise ein Auftritt vor dem Dalai Lama: „Am ersten August wurde mir ein Herzenswunsch erfüllt, indem ich für seine Herrlichkeit singen durfte. Es war sehr beeindruckend, insbesondere seine Herrlichkeit in einer privateren Interview-Runde im kleinen Kreis erleben zu dürfen. Es war überwältigend, drei Meter von ihm entfernt zu sitzen, nachdem ich sonst seine Interviews immer nur im Fernsehen verfolgt hatte. Seine Klarheit, Weisheit und sein Humor faszinieren mich. Außerdem fühle ich mich seiner Religion sehr verbunden. Alles, was er sagt, hat Hand und Fuß und ist eine Botschaft für das Herz.“ Diese enge Verbundenheit zum Buddhismus hilft dem Sänger dabei, die Waage zwischen der oft oberflächlichen Medienwelt und der eigenen inneren Balance zu halten: „Es ist wichtig, bei sich zu bleiben und sich in gewissen Abständen von der hektischen Medienwelt zurückzuziehen, um sich Momente der Ruhe schaffen zu können.“ Sein positives Denken lässt der Sänger auch in seine Texte einfließen. Aber auch andere Begebenheiten: „Beim Song ‚Zieh die Schuh aus‘ war diese Aussage in der Tat etwas, was ich von meiner Freundin häufig zu hören bekam. (lacht) Als sie den

Als Film: www.ALSTERTV.de

WOLFFHEIM WOLFFHEIM

IMMOBILIEN

erfolgreich | freundlich | anders



Eppendorf : Eigentumswohnung für hohe Ansprüche € 850.000,-

3. OG mit Fahrstuhl, 183 m² Wohnfläche, 6 ½ Zimmer, orig. Stilelemente
Parkett / Pitchpine-Dielen, Einbauküche, 2 Bäder, Süd-Balkon + West-Loggia



Eppendorf : Luxuriöses Wohnen im Townhouse € 980.000,-

Modernes Stadthaus, 195 m², 5 Zimmer, sehr hell + sehr ruhig, Feinputz, Parkett
Kamin, Bulthaup-Küche, 2 Bäder, 2 große Terrassen, Keller, 2 TG-Plätze möglich



Harvestehude : Solide Wohnanlage in Bestlage € 395.000,-

Eigentumswohnung im 1. OG, Fahrstuhl, 72 m² Wohnfläche, 2 Zimmer, Ankleide
Parkett, Einbauküche, Vollbad, Gäste-WC, 10 m² großer Süd-Balkon, TG-Stellplatz



Eppendorf / Hoheluft-Ost : Gegenüber vom Eppendorfer Park € 380.000,-

Eigentumswohnung im 2. OG, ca. 129 m² Wohnfläche, 4 ½ Zimmer, Parkett
Pitchpine-Dielen, Stuck, hochwertige Einbauküche, 2 Bäder, 2 Balkone

Hier ist Immobilienkompetenz zu Hause



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

BÄDER
DUNKELMANN
Die Maßschneider für Ihr Bad



- von modern bis classisch
- Bäder für die Generation 50+
- Dampfbäder
- Erlebnisduschen
- Schlaf-Baden

Bäder Dunkelmann
Ohlenhoff 1 • Norderstedt
Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 10 – 18, Sa. 10 – 14 Uhr,
Besichtigung auch Sa. 14 – 18,
So. 11 – 17 Uhr
Wohnmeile Halstenbek
Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 10 – 18, Sa. 10 – 14 Uhr

www.baederdunkelmann.de • Tel.: 040 / 529 06 70



Roger Cicero nach dem Gespräch mit dem Alster-Magazin im Elbgold in Winterhude.

Foto: Anna-Lena Ehlers

Karten-Verlosung

Das Alster-Magazin verlost 2x2 Konzerttickets für Roger Ciceros Konzert in Hamburg! Wer gewinnen möchte, der sendet eine Postkarte mit dem Stichwort Artgerecht an: Alster-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an jehmsen@alster-net.de. Einsendeschluss: 1.11.2009.

Ausgewählte Tourtermine in Norddeutschland:
23.10.2009, Hannover/14.11.2009, Bremen/13.02.2010
Kiel/14.02.2010 Lübeck/20.02.2010 Hamburg, Color Line Arena!



O. GIFFEY
Versicherungsmakler seit 1883

SEIT ÜBER 125 JAHREN PARTNER UNSERER KUNDEN!

- Unabhängige Beratung und Risikomanagement
- Maßgeschneiderter Versicherungsschutz
- Kostenoptimierte Prämien
- Hilfestellung im Schadenfall

O. GIFFEY KG Versicherungsmakler Ballindamm 8 D-20095 Hamburg	Tel. +49 (0)40 32 55 56 - 0 Fax +49 (0)40 32 55 56 - 32 E-Mail: info@o-giffey.de Internet: www.o-giffey.de
---	--

Das paßt!

Puzzle für Kenner & Könner



LITRATON Hörbücher & Puzzle
Winterhuder Weg 31 / Eingang Zimmerstraße
ÖZ von 10 bis 17 Uhr (samstags bis 14 Uhr)
Telefon: 040 229 11 93 - www.puzzlespezialisten.de

Text gelesen hatte, fragte sie mich, ob ich petzen wollte. „Schön wäre auch eine Single, in dem Roger aus dem Nähkästchen seines Familienalltags als Papi plaudert. Ein Part würde sicherlich ein Erfolgsgarant werden, denn den „Affen im Zoo“ kennen nur wenige, so Roger: „Wenn ich mit meinem Sohn Louis auf den Spielplatz gehe, starren mich alle wie im Zoo an. Da werde ich genau beobachtet. Deshalb gehe ich nicht so oft dahin. Dafür habe ich aber andere Qualitäten. Wenn mein Terminkalender es mal zulässt, bin ich von morgens bis abends zu Hause und ein Vollzeitpapi. Ich versuche meinen Sohn in allem zu bestärken, was ihn interessiert, und gebe dem Kleinen sehr viel Raum, damit er seine unbändige Neugier befriedigen kann, Neues zu entdecken und auszuprobieren.“

Ausprobieren und Neues entdecken tut der Swingstar ebenfalls, so gab er sich selbst den Raum, die Seiten des Filmgeschäfts kennenzulernen, und spielte im Film „Hilde“ neben der Showgröße Heike Makatsch: „Das war für mich ein Abenteuer und ein großer Ausflug, der mir große Freude bereitet hat. Es war spannend, so absolute Profis am Set zu treffen und mit Heike auf dem Filmset zu drehen. Das war im wahrsten Sinne des Wortes großes Kino. Es war eine schöne Erfahrung und spannend, das Filmset zu entdecken, dennoch ist es nichts, was ich immer machen wollte“, so der Uhlenhorster. Wir dürfen uns also freuen, dass er nach derartigen Experimenten stets zu seinen Wurzeln zurückkehrt – Jazz und Swing. Jeannine Ehmsen

ZDF lud ein: hansetreff bei Airbus

Der Riesenvogel A380 stand wie zur Begrüßung bereit, um Promis und andere bekannte Leute zu empfangen. Grund: Das ZDF Landesstudio, seit Jahren Gastgeber des „hansetreff“, hatte eingeladen. Bekannte Namen wie Karl Dall, Judith Rakers, Bettina Tietjen und Carlo von Tiedemann waren gekommen, NDR-Landesfunkhauschefin Maria von Welser genauso wie Altbürgermeister Henning

Voscherau. Alle schritten über den roten Teppich, den die Eventprofis „kontrapunkt“ im Auftrag von ZDF-Hamburg-Chefin Kristina Hansen verlegt hatten. ZDF-Chefredakteur Nikolaus Brender begrüßte die Gäste, stellvertretend für den ZDF-Intendanten Markus Schächter. Gesehen wurden Persönlichkeiten aus Kultur, Sport, Politik und Medien.

Weiter anwesend waren: aus der Politik CDU-Fraktionschef Frank Schira, die Senatoren Michael Freytag, Anja Hajduk und Dietrich Wersich, MdB Dirk Fischer, SPD-Männer Ingo Eglhoff und Olav Scholz, ferner Stararchitekt Meinhard von Gerkan, Regisseur Gero Ehrhardt und Liedermacher Rolf Zuckowski, Journalist Stefan Aust, HSV-Chef Bernd Hoffmann und Unternehmer Vural Öger.



Gäste-Gruppe von der Alster: Schauspieler Patrick Bach, Schauspielerin Eva Habermann, Silke Lange und Verleger Wolfgang E. Buss (v.r.).



Schauspielerinnen Andrea Lüdke, Gerit Kling und Hamburgs 1. PR-Frau Alexandra von Rellingen-Prinz (v.l.)



Schauspieler Till Demtröder mit Schauspielerkollegin Sanna Englund.

Fotos: Martin Brindmann

Räumungsverkauf!

Wegen Umbau unserer Geschäftsräume



vom 25.09.09
bis 10.10.09

verlängert
bis 24.10.09



Alles bis zu

50%

reduziert!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Waldweg 95
22393 HH-Sasel
www.hansschulze.de

Hans Schulze
- Wohnen im Garten -

Tel. 040-601 90 12
040-601 20 12
Fax 040-601 76 88



Schauspieler Fabian Harloff mit seiner Ehefrau Nicola.



Die Schauspielerin Gerrit Kling kam extra aus Berlin angereist (l.), Andrea Luedke war in Plauderlaune.



Schauspieler Til Demtröder mit seiner Kollegin Maria Ketikidou nutzten die Veranstaltung zum Netzwerken.



Schauspielerin Felicitas Woll (M.) und Moderatorin Nova Meierhenrich (r.)

Als Film: www.ALSTERTV.de

Director's Cut & Future Policy Award

Ende September fanden gleich zwei Veranstaltungen an der Alster statt. Zum einen wurde im Rahmen des Filmfests der siebte „Sat.1 Director's Cut“ mit zahlreichen Gästen aus Film, TV und Society gefeiert. Zum anderen wurde der erste „Future Policy Award“ verliehen. Gewinner des Abends war das **Programm für Nahrungssicherheit** der Stadt Belo Horizonte (Brasilien). Es ist das weltweit umfassende Gesetz zur Abschaffung von Hunger und zur Sicherung von bezahlbarer, gesunder Nahrung für alle Bürger.



Preisträger Bürgermeister Patrus Ananias, Maria Grazia Mammuccini, Jakob von Uexküll, Maria Esther Fiffe Cabreja. (v.l.) Jeannine Ehmsen



Frank Otto, Dr. Michael Otto mit Ehefrau Christl (v.l.) auf der Verleihung des Future Policy Awards im Rathaus.





Michaela Schaffrath
genießt das Film-
Fest in Hamburg.



Yvonne Catterfeld und Oliver
Wnuk freuten sich, alte Kol-
legen wiederzutreffen.



Schauspielerin Nina Petri (M.)
mit Gästen Joje dos Santos und
Ehefrau Petra Sorge dos Santos.

BROCANTIQUE

EAZIGARTIGE WOHNOBJEKTE

Am Hehsel 42 • 22339 Hamburg • 040/2200993 • www.brocantique.de

"Wir sind keine Designer, sondern 'Formenbewahrer'. Die schönsten Dinge der Vergangenheit sammeln und restaurieren, und daraus für unsere Neuanfertigungen Inspiration schöpfen."

So umschreibt die Mannschaft von BROCANTIQUE ihr Konzept. Seit mehr als 20 Jahren geht dieses Konzept auf. Als Spezialist für Art-Déco Möbel und Lampen hat sich Brocantique eine weltweite Kundschaft geschaffen. Die einzigartige Kollektion klassischer Clubsessel, mit rein pflanzlich gegerbtem Dickleder traditionel handgefertigt und aufwendig patiniert, erfüllt die anspruchsvollsten Wünsche von Liebhabern hochwertiger Sitzmöbel.



Die Nachbauten alter Klassiker werden auch nach Körpermaßen individuell angefertigt und auf Wunsch mit dem erhabenen Glanz und der Patina von Jahrzehnten versehen.

- Erbstücke - nicht geerbt sondern zum Vererben !

In der kleinen Manufaktur in Hamburg Hummelsbüttel, Anfang der 60-er Jahre vom Großvater als Tischlerei erbaut, werden alle Kundenwünsche rund um die kunsthandwerkliche Verarbeitung von Leder, Holz, Metall und Furnieren aller Art erfüllt. Der angeschlossene Showroom gibt einen Überblick über die Möglichkeiten. Vom mit Zebrafell bezogenen Daybed, mit Rochenhaut furnierten Lampen bis zum Art-Déco Tischfußballspiel. Neu oder alt, es entstehen immer einzigartige Wohnobjekte !

Ab sofort:

**Bestes Fernsehen
für die schönste Stadt.**


ALSTER TV
www.alstertv.de

Singt

Luciano Di Gregorio spielt im Musical „Ich war noch niemals in New York“ auf dem Schiffsdeck der nachgebauten MS Deutschland.

KAI WIECHMANN®

Eine Besonderheit im Sortiment von Kai Wiechmann

sind die aus massivem Ulmenholz handgefertigten und farblich in Antik-Weiß oder Mint-Grün gefassten Toscana-Schränke. Zeitlos klassisches Design, gepaart mit dem Charme echter Handarbeit machen diese Regale zu einem Blickfang in jeder Umgebung. Ob als Bibliotheks-, Küchen- oder Wohnzimmerschrank, diese soliden Regale mit ihren Türen, Schüben und Auszugsbrettern sind nicht nur so praktisch wie vielseitig, sondern sie verbreiten auch die behagliche Atmosphäre eines toskanisches Landhauses bei prasselndem Kaminfeuer.

Zur Auswahl stehen 3 verschiedene Breiten von 105 cm bis 290 cm, wobei die dreiteiligen großen Schränke (Breite 290 cm) noch zusätzlich mit einer äußerst attraktiven verschiebbaren Bibliotheksleiter ausgestattet sind. Und das Beste noch zum Schluss: Die Regale sind in begrenzter Stückzahl exklusiv bei Kai Wiechmann lagernd vorrätig und kosten weniger als Sie denken werden. Schon morgen könnte eines dieser Schmuckstücke romantisches Flair in Ihrem Zuhause verbreiten.



B/H/T 290/230/40

~~2.780,- €~~

1.950,- €



B/H/T 200/230/40

1.480,- €

~~1.980,- €~~

Bücherwände „Toscana“ in
den Breiten
105 cm bis 290 cm erhältlich.

Am Diebsteich 55
22761 Hamburg-Bahrenfeld
Mo. – Fr. 10 – 19 Uhr, Sa. 10 – 18 Uhr

KAI WIECHMANN®

www.kai-wiechmann.de

auf See

Der Schauspieler und Solist **Luciano Di Gregorio** aus **St. Georg** steht tagein, tagaus als Darsteller beim Musical „Ich war noch niemals in New York“ auf der Bühne. Offenherzig erzählt er aus seinem Erfahrungsschatz, der sich in seinen jungen Jahren angesammelt hat.

Acht Mal die Woche sticht der gebürtige Saarländer mit der MS Deutschland in See. Manchmal als erster Steward, um seine Gäste zu begrüßen, oder als Costa, der sich mit Freunden eine Kreuzfahrt gönnt – aber immer im TUI Operettenhaus. Denn Luciano Di Gregorio ist Musicaldarsteller und seit einem Jahr bei „Ich war noch niemals in New York“ zu sehen. „Meine Leidenschaft zu singen fing schon früh an. 1997 habe ich ein Live-Album herausgebracht als Solist beim Show and Sound Ensemble Chorwurm und zusammen mit Xavier Naidoo arbeitete ich in der Formation Just 4 Music.“ Drei Jahre später absolvierte Luciano Di Gregorio seine Ausbildung an der Stage School of Music, Dance and Drama in Hamburg. Er verkörperte viele Rollen auf der Bühne des Imperial Theaters, des Royal Theater, der neuen Flora und des Operettenhauses in Hamburg. „Als Darsteller war ich bei den Musicals Mamma Mia in Essen, Bonifatius in Bremen oder Les Misérables in St. Gallen tätig.“ Nach „Mamma Mia“ steht der ehemalige Saarländer nun bei „Ich war noch niemals in New York“ auf der Bühne. Das Musical erzählt eine humorvolle Drei-Generationen-Geschichte von unerfüllten Lebensträumen, Liebe und Lebensfreude. „Es macht irre Spaß mit so unterschiedlichen Altersklassen zu-

sammenzuarbeiten, sein Wissen an jüngere Menschen weiterzugeben und von erfahreneren Darstellern zu lernen.“ Im Gegensatz zu den großen Shows erinnert sich der Schauspieler auch gerne an die Zeiten zurück, wo er an kleineren Häusern gespielt hat. „Dort kann man viel lernen, denn jeder kümmert sich noch selbst um seine Perücke, kann seine Rolle weiter ausfeilen und besitzt ein großes Mitspracherecht. Auch die Intimität zum Publikum ist ausgeprägter, bei den starken Scheinwerfern der riesigen Hallen kannst du ja manchmal kaum eine Person erkennen“, sagt er. In seiner knappen Freizeit hält er sich gerne am Wasser auf, z.B. beim Kanufahren. Kein Wunder, denn er steht nicht nur im Musical auf dem Schiff der MS Deutschland, sondern war vor Kurzem vier Monate auf der AIDA als Solist tätig. Schmunzelnd verrät er uns seinen weiteren Traum, seine eigene Show auf die Beine zu stellen. Vielleicht werden wir den Solisten aber auch bald als Schauspieler in einer Fernsehserie sehen, denn realistisch fügt er hinzu: „Man sollte immer träumen können und versuchen, die Vorstellungen umzusetzen; trotzdem muss man in der heutigen Zeit manchmal den Idealismus zurückstecken und das abgrasen, was zurzeit da ist.“ *Anna-Lena Ehlers*



CD-Verlosung

Das Alster-Magazin verlost 3x die CD mit den Songs von Udo Jürgens aus dem Musical „Ich war noch niemals in New York“. Schicken Sie einfach eine Mail mit dem Stichwort „Ich war noch niemals in New York“ an a.ehlers@alster-net.de! Einsendeschluss: 01.11.09

COCCO
DIE BRASSERIE

KOMÖDIE
WINTERHUDER
FÄHRHAUS



Weihnachtsmenü und Theaterbesuch

Das Paketangebot der Komödie Winterhuder Fährhaus und des Restaurants COCCO zur Weihnachtszeit 2009 (ab 4 Pers.)

★ Weihnachtsfeiern ★ ★ im Winterhuder Fährhaus



Paket-Preis
€ 64,50
pro Person

Infos:
(040)
480 680 80

Das COCCO-Weihnachtsmenü
(3-Gänge-Menü mit Knusperente
inkl. Edelrosé Prosecco als Aperitif)

+ 1 Theaterkarte (1. oder 2. Preiskategorie) für

» DER LETZTE DER FEURIGEN LIEBHABER «

13. November bis 30. Dezember 2009
(ausgenommen am 25. und 26.12.2009)

Infos zu Weihnachten und Silvester finden Sie im Internet
www.komodie-hamburg.de | www.cocco-hamburg.de
Hudtwalckerstraße 13 | 22299 Hamburg



Wir führen
Schuhe
Gr. 18-41

GUTSCHEIN
€ 10,-

*Kinderfüße wachsen 365 Tage im Jahr,
die Füße ihrer Kinder sind uns wichtig.*



Levantehaus, Mönckebergstraße 7, 20095 Hamburg, Tel: 040-32510008,
www.Piccolomondo-hamburg.de

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.

Ein Bösewicht wird *philosophisch*

Der **Schauspieler Max Volkert Martens** spielt zur Zeit auf der **Uhlenhorst** im Theaterstück **„Enigma“**.

Bis zum 8. November ist der 61-Jährige auf der Bühne des Ernst Deutsch Theater zu sehen.

Der aus zahlreichen **„Tatort“-Filmen** bekannte Bösewicht spielt in dem Zwei-Mann-Stück einen exzentrischen Schriftsteller.

Lang ist es her, dass Max Volkert Martens in seiner geliebten Stadt Hamburg eine Rolle auf einer Bühne spielte. „Das letzte und zugleich auch erste Mal war 1982. Damals stand ich auf der Bühne der Opera Stabile in der Hamburger Staatsoper“, erinnert sich der in Berlin lebende Schauspieler. Bekannt ist er den Hamburgern aber in erster Linie aus zahlreichen Fernsehproduktionen wie „Tatort“, „Der schöne Mann“ und „Pfundskerl“. Oft spielte er dabei den Bösewicht. „Ich glaube,

„Dass ich in vielen Filmen den Bösen spiele, liegt wohl an meinem eher bürgerlichen Gesicht.“

das passt einfach zu meinem Äußeren, zu meinem eher bürgerlichen Gesicht“, erzählt er mit einem Lachen. „Angst, in eine Schublade als Schauspieler gesteckt zu werden, hatte ich allerdings nie – ich habe oft ja auch die Rolle des Sympathieträgers spielen dürfen.“ Was für einen Charakter die Figur hat, die Max Volkert Martens zur Zeit im Theaterstück „Enigma“ am Ernst Deutsch Theater spielt, ist nicht so eindeutig festzulegen. Genau diese Komplexität hat ihn unter anderem gereizt, die Rolle anzunehmen.

Der vielseitige Schauspieler spielt in dem Zwei-Mann-Stück die Figur des Literaturnobelpreisträgers Abel Znorko, der vollkommen zurückgezogen auf einer kleinen Schäreninsel am Pol lebt. Es kommt einer Sensation gleich, dass der exzentrische Sonderling einem unbekanntem Journalisten eines Provinzblattes ein Interview gewährt. Anlass ist das neueste Buch des Schriftstellers mit dem Titel „Die uneingestandene Liebe“. Es ist ein Buch, das nur aus Briefen besteht: der intimen Korrespondenz zwischen zwei Lie-

benden. Im Mittelpunkt steht eine rätselhafte Frauenfigur, ein Enigma. Im Laufe des Stücks, das dramaturgisch fast wie ein Krimi aufgebaut ist, stellt sich heraus, dass die Frau keine literarische Fiktion ist, sondern die beiden Männer sie sehr gut kennen.

„Es ist eine zugleich berührende und spannende Geschichte, hinter der die philosophische Frage steht, ob Liebe etwas Konkretes oder eine Vision ist“, fasst der erfahrene 61-jährige

Darsteller zusammen, der sich ganz bewusst für das Schauspielgeschäft als Beruf entschieden hat. „Als kleiner Junge träumte ich immer davon, als

Kapitän zur See zu fahren. Aber später änderten sich meine Interessen und im Alter von 17 Jahren stand für mich fest, dass ich Schauspieler werden möchte. Zum Glück klappte es nach dem Abitur direkt mit der Aufnahme an der Staatlichen Hochschule für darstellende Künste in Stuttgart und im Anschluss nahm alles seinen Lauf.“

Seine zahlreichen Rollenangebote über die letzten fast 40 Jahre sind der beste Beweis dafür, dass er den richtigen Beruf gewählt hat. Hinzu kommt die Begeisterung, mit der er über seinen Beruf, aber vor allem über eines seiner nächsten Engagements erzählt: Anfang des nächsten Jahres fährt er mit der MS Europa in die Südsee, aber nicht um Urlaub zu machen, sondern um Lesungen im abendlichen Kulturprogramm zu halten. Als „Lesekapitän“ auf See erfüllt sich somit auch ein bisschen der Kindheitstraum von Max Volkert Martens.

Christiane Kaufholt



Foto: Christiane Kaufholt

Der aus vielen TV-Produktionen bekannte Schauspieler Max Volkert Martens spielt zur Zeit einen exzentrischen Literaturnobelpreisträger.

Kulturtipp

Max Volkert Martens philosophiert im Stück „Enigma“ über die Frage, ob die Liebe etwas Konkretes oder eine Vision ist. Zu sehen ist das Theaterstück noch bis zum 8. November im Ernst Deutsch Theater, Friedrich-Schütter-Platz 1, Tel.: 040-22 70 14 20. Weitere Infos zum Programm gibt es unter www.ernst-deutsch-theater.de.

HAMBURGER TIERSCHUTZVEREIN



VON 1841 E. V.

In unserem Tierheim warten viele herrenlose und vom Schicksal benachteiligte Hunde, Katzen und Kleintiere auf ein liebevolles Zuhause.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

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

Helfen Sie den Tieren durch Ihre Mitgliedschaft.

Hamburger Tierschutzverein von 1841 e.V.
Süderstraße 399 · 20537 Hamburg
Telefon 211 10 60

www.hamburger-tierschutzverein.de
kontakt@hamburger-tierschutzverein.de

Tierrettung für herrenlose Tiere - Notruf: 22 22 77
Spendenkonto: HASPA 1286 222 888 · BLZ 200 505 50

www.niemerszein.de



NIEMERSZEIN



**Supermärkte
für höchste
Ansprüche!**

Kostenlose Parkplätze vorhanden

AM ROTHENBAUM

Hallerstr. 78

☎ 410 86 52

Montag - Sonnabend bis
20.00 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.



„Soul Kitchen ist wie ein

geiler Urlaub!“



Der in St. Georg aufgewachsene Schauspieler **Moritz Bleibtreu** wurde durch Kinofilme wie „Lola rennt“ und „Das Experiment“ international bekannt. Für sein aktuelles Projekt „**Soul Kitchen**“ lehnte der Frauenschwarm sogar eine Anfrage aus Hollywood ab. Er wollte lieber erneut mit seinem Freund Fatih Akin zusammenarbeiten. Das Alster-Magazin traf den preisgekrönten TV- und Kino-Star beim 17. Filmfest im Cinemaxx, wo der Film seine Deutschlandpremiere feierte.

Alster-Magazin: Worum geht es in „Soul Kitchen“?

Moritz Bleibtreu: Es geht vor allem um Liebe, Familie und einem vom Pech verfolgten Restaurantbesitzer. Er erweckt einen Wilhelmsburger Club zum Leben, in dem coole Partys gefeiert werden. Es ist ein geniales Drehbuch. **AM:** Haben Dich die Party-Szenen an Deine Jugend in Hamburg erinnert?

MB: Nicht so wirklich! So jung ist man ja wirklich nicht mehr. Es hört sich zwar doof an, aber in meiner Jugend haben wir einfach anders gefeiert. Es gibt jedoch große Unterschiede, in welcher Form man die Szenen erlebt. Es ist ja immer nochmal was anderes, ob Du eine Szene drehst oder Dir die Party-Szenen im Film anschaust.

Beim Gucken hingegen sind mir tatsächlich Jugenderinnerungen hochgekommen. Schließlich kommt die Stimmung echt toll rüber. Ich wurde besonders von der guten Laune im Film angesteckt. Ich hoffe, dass alle Leute nach dem Film ebenfalls in bester Stimmung nach Hause gehen und feiern.

AM: Was magst Du am Film besonders?

MB: Es ist ein Film, der vor Sympathie nur so strotzt, das gefällt mir. Die Figuren und die Charaktere kann man einfach nur lieben. Die Orte, die in der Geschichte vorkommen, sind toll und der Film zeigt einen coolen Laden, in den man am liebsten als Zuschauer auch hingehen würde, um mit den Leuten im Film mitzufei-

ern. Es ist ein Film aus dem Du rauskommst und dann das Gefühl hast, eine schöne Zeit verbracht zu haben. Soul Kitchen ist wie ein geiler Urlaub, den man erlebt hat. **AM:** Wie war es für Dich, in Deiner Heimatstadt zu drehen?

MB: Es war sehr schön in unserer Stadt zu drehen, ich hoffe sehr, dass es öfter vorkommt und ich häufiger mal hier drehen kann. Das ist nämlich leider selten! Es ist toll, örtliche Begebenheiten im Film wiederzuerkennen.

AM: Du hast bereits mehrere Filme mit Fatih Akin gedreht! Was fasziniert Dich an der Zusammenarbeit?

MB: Fatih und ich sind schon lange befreundet, es gibt einfach nichts Besseres als mit einem gu-

ten Freund zusammen zu arbeiten. Die Stimmung am Set ist sehr familiär und wir haben auch schon viele Filme zusammen gedreht. Daher kennen und vertrauen wir uns gegenseitig sehr. Das letzte Projekt „Chiko“ liegt nun schon ein paar Jahre zurück, jetzt hat es endlich mal wieder geklappt und die Zusammenarbeit war wieder einmal toll.

AM: „Soul Kitchen“ wurde beim Filmfest in Venedig mit einem Sonderpreis prämiert. Wie war es dort?

MB: Wir wurden dort grandios empfangen und gefeiert. Ich war stolz, dass wir so Hamburg alle Ehre machen konnten. Ich hoffe, dass uns unsere Stadt genauso feiern wird und sich die Stimmung hier wiederholt. *Jeannine Ehmsen*



Foto: corazón international



Die Schauspieler von „Soul Kitchen“ im gleichnamigen fiktiven Restaurant: Demir Gökçöl, Anna Bederke, Moritz Bleibtreu, Adam Bousdoukos, Pheline Roggan, Lucas Gregorowicz und Birol Ünel (v.l.).



Foto: FilmFest Hamburg

Erfolge von Moritz Bleibtreu:

- 1994: Kinder des Satans (TV)
- 1997: Knockin' on Heaven's Door
- 2001: Das Experiment
- 2002: Solino
- 2005: Durch die Nacht mit Oliver Pocher (TV)
- 2006: Elementarteilchen
- 2007: Das Haus der Lerchen
Chiko
The Walker
- 2008: Female Agents
Liu San – Wächter des Lebens
Der Baader Meinhof Komplex
Lippels Traum
- 2009: Soul Kitchen

IDEEN GESTALTEN RÄUME UND RÄUME GESTALTEN IDEEN

Freude am Handwerk, an edlen Materialien, an Form und Funktion – das merkt man den Möbeln von **Willisau** an. Vielfach ausgezeichnete Kollektionen bestechen durch ihre Systemik und werden dennoch nach Ihren individuellen Wünschen handgearbeitet. Möbel für Ihr Leben.


WILLISAU
SWITZERLAND



24568 Kaltenkirchen, Tel. 04191-700-0
www.dodenhof.de

Alles, was das Leben schöner macht. **dodenhof**

Jetzt entdecken:

www.alster-magazin.de

Hauptsache Lesen!

Die Bestseller der Autorin **Ildikó von Kürthy** wurden bislang in 21 Sprachen übersetzt, über vier Millionen Mal verkauft, teils fürs Kino verfilmt oder auf die Theaterbühne gebracht. Im Gespräch verriet uns die 41-jährige Harvestehuderin, wie ihr Schreiballtag und wie ihr nächster Roman aussieht.

Alster-Magazin: Wenn Sie sich jetzt Ihre sieben Romane ansehen, würden Sie etwas verändern?

Ildikó von Kürthy: Nein. Wenn ich meine Bücher durchblättere, ist es so, als würde ich Fotoalben anschauen. Wie auf alten Bildern sehe ich ja heute auch nicht mehr aus. Ich habe mich

verändert und meine Bücher haben sich mit mir entwickelt. Zum Glück. **AM:** Ihr letzter Frauenroman „Schwerelos“ handelt von existenzielleren Themen als seine Vorgänger!

IvK: Da kommt man nicht drumherum, wenn man älter wird, und da meine Heldinnen mit mir langsam erwachsen wurden, befassen auch sie sich mit typischen Lebensabschnitten, wie beispielsweise dem Kinderkriegen. Irgendwann geht es um Witwen und dritte Zähne.

AM: Woher nehmen Sie Ihre Inspirationen?

IvK: Aus dem schönen, schlimmen, wahren Leben. Aus meinem eigenen und aus denen meiner wunderbaren und spannenden Freunde. Ein unerschöpfliches Reservoir! Wenn mir etwas Peinliches oder Ärgerliches passiert, tröste ich mich damit, dass ich ja alles fürs nächste Buch gebrauchen kann. Peinliche, verletzende Begegnungen kennt jede Frau, und deshalb erkennt sie sich in meinen Büchern wieder – und ich zwingt sie dazu, über sich selbst zu lachen. Nur mit Humor ist das Leben ertragbar. Ich könnte meinen Mann keinen Tag aushal-

ten, wenn ich nicht über ihn lachen würde. Neulich, als mein dreijähriger Sohn zu quengeln anfang, sagte ich zu ihm: Sei nett zu diesem Mann, er könnte dein Opa sein. Zum Glück fand mein Mann das auch lustig.

AM: Schreiben Sie zurzeit an einem neuen Roman?

IvK: Bald. Im Moment sind alle Antennen ausgefahren, Alltagsbegegnungen werden sofort abgeklopft, ob sich der Inhalt für ein Kapitel eignen würde, und meine Heldin habe ich auch schon vor Augen. Ich plane wieder eine Freundinnenrunde mit dem Thema: Töchter, die einen dominanten Vater und eine in dessen Schatten verkümmerte Mutter hatten. Denn meine Heldin wird so aufgewachsen sein. Morgen besuche ich einen Flohmarkt, letztens habe ich eine Ayurveda-Kur gemacht, einen Personal-Trainer gebucht und Salsa getanzt – alles für das neue Buch!

AM: Für den Roman „Freizeichen“ flogen Sie nach Mallorca und für „Höhenrausch“ ging es zwei Monate nach Berlin, wie sieht Ihr Schreiballtag aus?

IvK: So einen Schreiburlaub kann ich diesmal wegen meines kleinen Sohnes leider nicht machen. Das bedauere ich, denn so war das Schreiben noch eine Spur besonderer. Jetzt überlege ich mir, wie ich trotz Kind eine aufregende Schreibzeit haben kann: Ab und zu eine Woche in Berlin oder München, ein verlängertes Arbeitswochenende irgendwo auf dem Land, ein Monat in einer Bürogemeinschaft in Hamburg-St. Pauli. Veränderung inspiriert – aber den Alltag mit einem Kind und meiner Vorstellung vom Schreiben miteinander zu vereinbaren ist nicht leicht.

AM: Kennen Sie auch Schreibblockaden?

IvK: Ja. Aber ich habe gelernt die auszuhalten und auszusitzen und nicht sofort zum Kühlschrank oder zur Waschmaschine zu hetzen, sobald es hakt. Es gelingt mir nicht immer, so diszipliniert zu sein – aber es lohnt sich immer. Denn bisher konnte ich mich darauf verlassen,

dass sich die Türen zu meiner Fantasie während des Schreibens öffnen. Ich bin selbst oft überrascht, wie selbstständig und unabhängig von mir sich meine Figuren entwickeln. Meine Romanfiguren leben quasi mit mir und meinem Mann. Oft beginne ich unser Abendessen mit euphorischen Ausrufen wie: Jetzt rate mal, was heute der Inge und dem Erdal passiert ist!

AM: Erdal taucht oft in Ihren Büchern auf, auch in dem neuen Roman?

IvK: Ja, ich liebe Erdal und seine herrlichen Neurosen. Er wird mich und meine Leser ein Leben lang begleiten!

AM: Wie stehen Sie schlechten Rezensionen gegenüber?

IvK: Unüberlegte, dämliche Kritik ist mir egal. Kluge Kritik tut weh und ist unbezahlbar.

AM: Was sagen Sie zur neuen deutschen Rechtschreibreform?

IvK: Gar nichts. Ich konnte die alte Rechtschreibung nicht und kann die neue auch nicht. Das war noch nie mein Steckenpferd.

AM: Wenn Sie an einem Roman schreiben, lesen Sie dann überhaupt noch fremde Literatur?

IvK: Grundsätzlich lese ich keine Konkurrenz, um nicht in den Verdacht zu kommen irgendwo geklaut zu haben. Wenn ich mich in eine heimelige Stimmung bringen möchte, lese ich gerne Bücher, die ich schon kenne, beispielsweise einen ur-ur-alten zerfledderten Indianerroman.

AM: In der GEO-Ausgabe 08/09 greift ein Artikel die unsichere Zukunft des Lesens auf. Wie denken Sie über unsere Lesekultur?

IvK: Ich befürchte, dass die nächste Generation überhaupt keine Lust mehr hat auf irgendwas, was lange dauert. Schlechte Zeiten für dicke Romane und goldene Hochzeiten. Wenn die Bücher in ein paar Jahren Schallplatten ähneln und elektronische E-Books zum Lesen benutzt werden, soll es mir recht sein. Hauptsache: Lesen!

Anna-Lena Ehlers



Fotos: Jens Boldt

Die 41-jährige Harvestehuderin geht zurzeit schwanger mit ihrem nächsten Roman, dessen Titel ihr schon vor der ersten geschriebenen Zeile spontan einfiel – der wird natürlich noch nicht verraten!

Ab jetzt gilt: Reden ist Silber - Talken ist Gold

Ab 29. Oktober
bei Ihrem Zeit-
schriftenhändler!



In der ersten Ausgabe talken wir u.a. mit:
Fatih Akin, Stefan Aust, Ole von Beust, Patrick Bach, Heiko Bott, Annika de Buhr, Roger Cicero, Till Demtröder, Leo Eckstein, Marek Erhardt,
Meinhard von Gerkan, Richard Golz, Eva Habermann, Ralph Hansen, Jonica Jahr-Goedhart, Ian Karan, Peter Lewandowski, Nova Meier-
Henrich, Ina Müller, Oceana, Alexander Otto, Verona Pooth, Claude Oliver Rudolph, Mary Roos, Frank Schira, Isabell Varell, Dr. Harald
Vogelsang, Jasmin Wagner, Jakob von Uexküll, Otto Waalkes, Almuth und Bernd Wehmeyer, Dr. Martin Wilhelm.



Spielen am 16.11. in St. Nikolai am Klosterstern: die Schauspielerin Gudrun Landgrebe und der Pianist Sebastian Knaur.

Benefizkonzert in St. Nikolai

Die Schauspielerin **Gudrun Landgrebe** und der Pianist **Sebastian Knaur** präsentieren am **16. November** um 20 Uhr im Rahmen eines Benefizkonzertes in der **Hauptkirche St. Nikolai am Klosterstern** ihr Programm „Auf Flügeln des Gesanges“. In dem Wort-Musik-Programm wird die Verbindung zwischen Mendelssohn und der schwedischen Sängerin Jenny Lind nach Briefen und Zeitdokumenten nacher-

zählt. Musikalisch umrahmt wird der als Erinnerungen von Jenny Lind verfasste Text von Klavierwerken Mendelssohns, u.a. den populären „Liedern ohne Worte“ und den „Variations sérieuses“. Der Erlös des Konzertes geht an die Kinderkrippe St. Nikolai und die Aktion „88 Tasten – Ein neuer Flügel für St. Nikolai“. Karten: 11 bis 32 Euro an allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie an der Abendkasse. *kw*

Termine

an der Alster

Das Alster-Magazin hat für Sie bunt gemischte Veranstaltungstipps für die Monate Oktober und November zusammengestellt: Konzerte, Stadtfeste, Theaterstücke sowie typische Hamburger – Events.

9. Oktober

Um 19.30 Uhr liest der Autor **Gunter Gerlach** im **Kulturhaus Eppendorf**, Martinstraße 40, aus seinem neuen Krimi „Mord ohne Leiche – Brahms ermittelt in Eppendorf.“ Infos auf: www.kulturhaus-eppendorf.de!

Bis zum 1.11. wird um 19.30 Uhr und samstags auch um 15.30 Uhr die **Kriminalkomödie „Die 39 Stufen“** nach dem Autor John Buchan und Verfilmung von Alfred Hitchcock im **Winterhuder Fährhaus**, Hudtwalkerstraße 13, aufgeführt. **Ingolf Lück** ist Regieführer und steht als Schauspieler auf der Bühne. Infos auf: www.komoedie-winterhuder-faehrhaus.de!

Bis zum 13.11. steht die plattdeutsche Erstaufführung „**Ehr de Sinn unnergeiht**“ im Programm des **Ohnsorg Theaters**, Große Bleichen 23 – 25. Das Schauspiel von Gerhart Hauptmann handelt von einem Familienvater, der sich nach dem Tod seiner Frau erneut verliebt und heiraten möchte. Die Familie jedoch versucht mit allen Mitteln seine Pläne zu durchkreuzen. Infos auf: www.ohnsorg.de!

Bis zum 27.11. präsentiert die Künstlerin Alexandra Hinz-Wladyka in der Kirche **St. Johannis-Harvestehude**, **Heimhuder Str. 92**, ihre **Bildwerke**. Die Kunstaussstellung nennt sich: „Wie lange dauert die Ewigkeit?“. Infos auf www.st-johannis-hh.de!

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-etech.de • www.guhl-etech.de

Verteiler gesucht

ab 13 Jahren.

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



www.traumhaussylt.de

5-Sterne Ferienhäuser
in exponierten Lagen

Tel.: 040 53 69 40 06

Bis zum 30.12. läuft die Ausstellung „Ein Traum von Bali“ im **Museum für Völkerkunde**, Rothenbaumchaussee 64. Es werden **historische Orientfotografien** präsentiert.
Infos auf: www.voelkerkundemuseum.com/

11. Oktober

Um 11.30 und um 16 Uhr wird auf **Kampnagel**, Jarrestraße 20, das Schauspiel **Georg in der Garage** aufgeführt, es eignet sich für Kinder ab 6 Jahren. Infos auf: www.kampnagel.de/

15. Oktober

Um 20 Uhr findet in der **Hochschule für Musik und Theater**, Harvestehuderweg 12, ein **Orchesterkonzert** mit den Hamburger Synchronmusikern statt. Infos auf: www.musikhochschule-hamburg.de/

16. Oktober

Um 20.30 gibt der Sänger und Gitarrist **Thilo Martinho** in seinem mitreißenden spanisch-portugiesischen Programm ein **Konzert** im **Goldbekhaus**, Moorfuhrweg 9. Infos auf: www.goldbekhaus.de/

Um 10 Uhr läuft das Kinderprogramm **Kaluoka'hina – Das Zauberriff** im Planetarium. Das farbenfrohe Unterwasserabenteuer ist für Kids ab 6 Jahren geeignet. Infos auf: www.planetarium-hamburg.de/

21. Oktober

Um 20 Uhr musiziert das **Morgenstern Trio** in der Laeiszhalle, Johannes-Brahms-Platz. Für die Saison wurde das Morgenstern Trio auf Vorschlag der Kölner Philharmonie und der Elbphilharmonie Hamburg für die „Rising Stars“-Reihe der European Concert Hall Organisation ausgewählt. Infos auf: www.elbphilharmonie.de/



Mit „Kaluoka'hina – Das Zauberriff“ erfuhr der erste weltweit produzierte 3D animierte 360 Grad – Film seine Uraufführung im Planetarium Hamburg

27. Oktober

Aufgrund hoher Nachfrage ist vom 27.10 bis zum 01.11. das Stück „Ich mach ja doch, was ich will“ wieder im Programm der **Hamburger Kammerspiele**, Hartungstraße 9-11. Das Stück dreht sich um die wahre Lebensgeschichte von Charlotte von Mahlsdorf. Der zarte, sich als Mädchen fühlende Knabe, wird von **Dominique Horwitz** als Transvestit gespielt. Infos auf: www.hamburger-kammerspiele.de/

14. November

Bis zum 22.11. läuft in der **Hamburg Messe** die Verkaufs- und Informationsausstellung **Du und Deine Welt**. Infos auf www.hamburg-messe.de/



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



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. 85 37 22 50

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




CMG-Boutique:
Dessous und Bademoden

- Gruppo La Perla
- Grazia Lliani
- Andres Sarda
- Wolford
- Pluto

Mittelweg 130-136 • 20148 Hamburg • Telefon (040) 44 23 16 • Fax (040) 44 82 70

Pöselddorfer Brillenhaus



Neu im Pöselddorf-Center

Mittelweg 130-138 • 20148 Hamburg • Tel.: 040/450 00 727

Öffnungszeiten Mo-Fr: 10-19 Uhr
Sa: 10-16 Uhr

Hat jemand den Laubfrosch gesehen?



Manche Arten gehen für immer verloren. Der NABU bewahrt die Artenvielfalt für Mensch und Natur.

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




Pianist, Organist und Kantor Christopher Bender stellt viele Konzerte in der Kirche St. Johannis-Harvestehude auf die Beine.

Kirchenmusik und Malerei

Die Kirche **St. Johannis-Harvestehude**, Heimhuder Str. 92, ist bekannt für ihre zahlreichen Konzerte und Kunstausstellungen. Das Alster-Magazin hat einige Termine in der stillen Jahreszeit für Sie herausgesucht.

Am 31. Oktober um 20 Uhr wird das kirchliche Meisterwerk, das Oratorium von Felix Mendelssohn Bartholdy mit der Geschichte des Propheten Elias, aufgeführt. Die uralte Geschichte von dem im 9. Jahrhundert vor Christus lebenden alttestamentarischen Propheten Elias wurde unter der Vertonung von Felix Mendelssohn Bartholdy 1846 in Birmingham uraufgeführt. Felix Mendelssohn Bartholdy, dessen Großvater Moses als einer der größten jüdischen Philosophen gilt, ging mit diesem Oratorium neue Wege. Er wollte den Ge-

sellschaftshintergrund dramatischer darstellen. Deshalb verzichtet er auf die Rolle eines Erzählers und lässt die Personen direkt sprechen und handeln. So wird der Zuschauer mit in das Geschehen hineingezogen. Dies ist sicherlich einer der Gründe für den andauernden Erfolg dieses Stückes, denn bis heute zählt es zu den wichtigsten Werken der Kirchenmusik. Für die Aufführung am 31. Oktober konnten hervorragende Solisten aus ganz Deutschland gewonnen werden. Die Titelrolle des Elias übernimmt der Bassist Ekkehard



Abele, der derzeit am Mannheimer Nationaltheater auftritt. Die Hannoveraner Altistin Okka von der Damerau, die im vergangenen Jahr beim Weihnachtsoratorium ihren Einstand an St. Johannis feierte, wird ebenso zu hören sein wie der Düsseldorfer Tenor Wolfram Wittekind. Mit dabei sind auch die Sopranistinnen Steffi Fischer und Larissa Neudert sowie das Orchester der Hamburger Camerata. Eine zentrale Rolle in diesem Werk übernimmt der Chor St. Johannis, der mit seinen rund 90 Sängerinnen und Sängern einmal mehr seinem besonderen Ruf gerecht werden möchte. Christopher Bender stellt nun nach seiner gelungenen elektronisch gespielten 16-stündigen Nonstop-Aufführung von Eric Saties „Vexations“ im vergangenen Oktober wieder ein Konzert auf die Beine. Dieses findet am **20. November um 20 Uhr** unter dem Titel „Modulations II: In aeternam“ statt. Am jeweils letzten **Sonntag** im Monat findet die „Orgelmusik zur Abendzeit“ um **19 Uhr** statt und an jedem zweiten Sonntag im Monat um **19 Uhr** die „Johanni-Vesper“, eine musikalische Andacht, gestaltet von wechselnden Gesangsensembles.

Neben Konzerten finden auch Ausstellungen statt, beispielsweise die **Kunstaustellung von Alexandra Hinz-Wladyka**, präsentiert vom **13.09. bis 27.11.** unter dem Motto: „**Wie lange dauert die Ewigkeit?**“. In ihren Kunstwerken nähert sich Alexandra Hinz-Wladyka den existentiellen Themen, indem die formlosen Gedanken für die Betrachtenden visuell fassbar werden. Die Arbeiten entführen in eine eigene Welt, die Erinnerungen an Geschehenes und Erlebtes widerspiegelt. Themen wie Liebe, Begegnung und Trennung, Werden und Vergehen, Zeit und Ewigkeit hat sie mit starken Symbolen gestaltet. Die Künstlerin arbeitet mit Blei, Acryl, Wachs und Wachskreide auf rauem Hintergrund aus Sand und Teer, auf Leinen oder handgeschöpftem Papier. Die Ausstellung kann sonntags nach den morgendlichen Gottesdiensten sowie nachmittags von 14.30 bis 17.00 Uhr, donnerstags von 10.00 bis 14.00 Uhr und nach Absprache besucht werden. Konzertkarten gibt es unter der Tel.: 45 33 26 und an der Abendkasse. Mehr Infos auf: www.st-johannis-hh.de/

Satyricon im Forum

Die **Hochschule für Musik und Theater**, Harvestehuder Weg 12, zeigt unter der Rubrik junges forum Musik & Theater ab dem **23. Oktober** im Forum die **Oper „Satyricon“** von Bruno Maderna nach dem Roman des Petronius in der Neufassung von Alexander Fahima. Während der Original-„Satyricon“ auf satirische Weise ein Gastmahl zur Zeit des Kaisers Nero beschreibt, verlegt Regisseur Fahima die Handlung in eine zeitgenössische Club-Atmosphäre. Die Musik des Venezianers Bruno Maderna zeichnet sich durch eine ironische Collagetechnik aus; es wird munter auf musikalische Themen und stilistische Eigenheiten der Musik verschiedener Jahrhunderte angespielt. Die A-Premiere findet am 23. Oktober, 20 Uhr, die B-Premiere am 25. Oktober, 26 Uhr statt. Weitere Aufführungen am 26./28. Oktober und 25./27. November, je 20 Uhr im Forum. Jeweils 45 Minuten vor Vorstellungsbeginn wird eine Einführung, nach der B-Premiere wird außerdem ein Publikumsgespräch, geboten. Karten können telefonisch unter **Tel.: 45 33 26 oder 44 02 98** bezogen werden.

Alexander Fahima inszenierte den „Satyricon“ als Pop-Art-Oper.



HERBST =  +  +  + 



 Chocolate Society
oder Schokoladen

Milchstraße 3, 20148 Hamburg. Tel: 040 / 67 38 56 96

Prominente Jubiläumsfeier im Literaturhaus



Am 12. September 1989 fand die erste Lesung im Literaturhaus, Schwanenwik 38, statt. Das ist mittlerweile 20 Jahre her und aus diesem Anlass feierte das Literaturhaus am 26. September mit prominenten Gästen den 20-jährigen Geburtstag.

Die Kultursenatorin **Karin von Welck** erinnerte in ihrer Rede an die zahlreichen Stifter und Literaturhaus-Geschäftsführer der letzten Jahre. **Prof. Dr. Michael Göring** warf wiederum eine ernst zu nehmende Frage auf: „Warum gibt es eigentlich keinen Roman über das Literaturhaus? Die bewegte Geschichte des Hauses bietet so viel Stoff, da braucht es doch gar keinen Thomas Mann.“ Dem Leiter des Literaturhauses **Rainer Moritz** wurde ein Geburtstagsgeschenk in Form von 20.000 Euro übergeben, welches mit großen „Ahs“ und „Ohs“ der Gäste bewundert wurde. Unter ihnen waren bekannte Persönlichkeiten wie **Hellmuth Karasek**, **Michael Jürgs** und **Gisela Stelly**. Als die Veranstaltung sich langsam dem Ende neigte, wurden kleine Gedichte geschrieben und an rote, mit Helium gefüllte Luftballons befestigt, die noch lange am Sternenhimmel über Hamburg zu sehen waren.

Weitere Infos auf www.literaturhaus-hamburg.de! *ale*



Ann-Monika Pleitgen und Ilja Bohnet: „Das Männliche von dir, das Weibliche von mir.“

Kriminalistische

Das Schriftstellergespann Bohnet Pleitgen, das sind **Ann-Monika Pleitgen**, Frau und Managerin von Schauspieler **Ulrich Pleitgen**, und ihr Sohn, der Physiker **Dr. Ilja Bohnet**, haben mit dem Hamburg-Krimi „Freitags isst man Fisch“ ihr erstes Buch veröffentlicht. Das Alster-Magazin besuchte die beiden auf der Uhlenhorst.

„Die Idee zum Buch“, sagt Ilja Bohnet, „gärte schon länger in mir. Irgendwann habe ich es dann geschrieben. Ich war hellauf begeistert von mir. Den ersten Entwurf habe ich meiner Mutter zum Lesen gegeben – sie hat ihn in der Luft zerrissen.“ Doch es gab auch konstruktive Kritik – und schließlich entwickelte sich das einstige Ein-Mann-Projekt zu einer Kooperation zwischen Mutter und Sohn. Ann-Monika Pleitgen trug bald einen gleichwertigen Beitrag bei. „Wir haben eine komplementäre Arbeitsweise“, sagt Ilja Bohnet. „Mit was für einer kriminalistischen Raffinesse meine Mutter die Drama-

turgie durchschaut hat, hat mich wirklich überrascht.“

Anderthalb Jahre lang sprangen die Ideen um die Physikstudentin Nikola Rührmann und den Mordfall, in den sie im Hamburg von 1989 verwickelt wird, von Laptop zu Laptop. Für die Partner der beiden, Ilja Bohnet hat Frau und Kind, die Schauspielerin Ann-Monika Pleitgen managt ihren Mann, den Schauspieler Ulrich Pleitgen, war diese sonderbare Zusammenarbeit nicht immer einfach. „Ich war ständig drin in der Geschichte“, beschreibt Ann-Monika Pleitgen. „Manchmal bin ich nachts aufgeschreckt mit einer Idee und habe gleich Ilja

tschiep!



Sie werden staunen, wie gut und unauffällig Sie wieder hören können

Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin und lernen Sie Hamburgs neuen Hörakustiker für moderne und diskrete Hörsysteme kennen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

MUNDSBURGER DAMM 59 | 22087 HH
TEL 040-32 90 8551
WWW.OTON-HOERAKUSTIK.DE

oton DIE HÖRAKUSTIKER

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

Neu!

ALSTERTV



Foto: Doris Bohnet

Raffinesse

angerufen. Der war auch ganz begeistert. Wir haben unheimliche Glücksmomente miteinander gehabt.“ Nach einer Weile war es an manchen Stellen kaum mehr möglich auseinanderzuhalten, wer von beiden welchen Beitrag geliefert hatte. „Nikola bin jedenfalls halb ich und bist halb du“, sagt Ann-Monika Pleitgen zu ihrem Sohn. „Das Männliche von dir ist reingekommen und das Weibliche von mir.“ Und Nikola hat es nicht einfach. Bei der Aufklärung ihres Falls ist sie in ganz Hamburg unterwegs, ihr Hauptverdächtiger stirbt, sie kommt sogar selbst in Lebensgefahr und gerät in Kreise, in denen Mächte walten, die eine Nummer zu groß für die Physikstudentin zu sein scheinen. Eine wichtige Nebenrolle in „Freitags isst man Fisch“ spielt Hamburg selbst. Die Stadt eigne sich einfach besonders gut als Kulisse, erklärt Ilja Bohnet. „Diese Gegensätze, all die unsichtbaren Grenzen sind viel spürbarer als in anderen Städten. Von einer Straße zur nächsten kann sich komplett das Milieu ändern.“ Und Milieus wollten sie beschreiben – und keinen bloßen Reiseführer machen. „Wir

wollten die Stadt nicht nur im Sonnenschein zeigen. Hamburg hat unheimlich viele hässliche Seiten, viele Kriegsnarben. Das darzustellen, finde ich schon spannender.“ Das Schreiben des Romans hat auf die beiden Autoren jedenfalls einen bleibenden Eindruck hinterlassen. „Wir haben uns ganz neu kennengelernt“, sagt Ann-Monika Pleitgen. Begeistert davon, dass „Freitags isst man Fisch“ im renommierten Argument Verlag erschienen ist, arbeiten die beiden bereits an der Fortsetzung. „Das beflügelt einen noch mal ungemein“, erklärt Ilja Bohnet. „Man weiß: Die Menschen wollen es lesen. Da geht man mit einer noch größeren Ernsthaftigkeit ran.“ *cl*



„Freitags isst man Fisch“ ist im Argument Verlag erschienen, hat 248

Seiten und kostet 11 Euro. Weitere Infos zum Buch gibt es unter: www.freitagsisstmanfisch.de im Internet.

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

Flugtickets
Bahntickets
Fährtickets
Kreuzfahrten
Touristik

UHLENHORSTER
REISEDIENST

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

BEKOMMEN SIE IHR FETT WEG!

HYPOXI-Freundschaftsaktion: Machen Sie zu zweit eine gute Figur und teilen Sie Ihre Figur-Erfolge mit einer Freundin oder einem Freund. Denn gemeinsam trainieren macht auch doppelt soviel Spaß. Wenn Sie sich jetzt zu zweit anmelden, erhalten Sie **BEIDE** jeweils eine HYPOXI-Trainingswoche gratis.*

*Dieses Angebot gilt bei gleichzeitigem Abschluss von 2 Pers. über jew. eine mind. 4 wöchige Intensivtherapie. Die Anw. der Gratiswoche erhalten Sie gem. Ihren indiv. Therapieplänen. Beide Pers. müssen Neukunden des HYPOXI-Figurzentrum Hamburg sein. Die Aktion läuft bis zum 30.10.2009.

HYPOXI – die gesunde und sanfte Alternative zur Fettabsaugung!

HYPOXI-Figurzentrum Hamburg
Schwanenwik 14, 22087 Hamburg, T 040 . 51 90 83 14
www.hypoxi-hamburg.com



PelzZauber

Wir verpassen Ihrem Pelz einen neuen kreativen Schnitt

Es warten viele tolle Vorschläge auf Sie!

- Pelzgestaltung und -änderung
- Pelzaufbewahrung - Sommerschlaf
- Reinigung und Färben
- Rupfen oder Scheren
- Pelzneuanfertigung

Sie erhalten einen Rabatt von bis zu € 200,-, wenn Sie Ihren Pelz bis zum 30. Oktober zur Umgestaltung bringen.

Ich freue mich auf Sie und verbleibe

Ihre Monika Rahardt



Monika Rahardt Pelze
PELZDESIGN

Papenhuder Straße 56 • 22087 Hamburg • Tel.: 22 50 30
info@pelz-design.de • www.pelz-design.de



Prof. Dr. Christoph Gutknecht: „Übersetzen ist ein Tanz in Ketten.“

„Einfach, trag schaurig“

Im Buch „Das Dumme am Leben ist, dass man eines Tages tot ist“, in den USA längst ein Bestseller, philosophiert David Shields über die Sterblichkeit am Beispiel von sich selbst und seinem fast 100-jährigen Vater. Wir trafen Prof. Dr. Christoph Gutknecht aus Winterhude, den deutschen Übersetzer.

Der emeritierte Universitätsprofessor Dr. Christoph Gutknecht ist ein vielseitig interessierter Mann. Selbst Autor sprachgeschichtlicher Bücher (z.B. „Lauter böhmische Dörfer: Wie die Wörter

zu ihrer Bedeutung kamen“, C. H. Beck, 2009), Sprecher für Rundfunk und Hörbücher, Musiker und renommierter Übersetzer – es nimmt nicht wunder, dass der Beck-Verlag sich für die Überset-

Gutschein
kostenloser Augen-Test

wilke optik

50 Jahre

Jubiläumspack:

1. Brille kaufen
2. Brille* kostenlos

*mit gleicher Glasstärke

Jarrestraße 37 · 22303 Hamburg
Telefon (0 40) 2 70 82 91 · www.wilke-optik.de

DIE
WÄSCHEREI

Das Möbelhaus ✂

HERBST/ WINTER

09

WWW.DIE-WAESCHEREI.DE

10% Aktion* **WEINE ERLEBEN!**

Genießen Sie einmalig 10% Nachlass im WeinMagazin Hamburg

WeinMagazin Hamburg
Gute Weine. Gutes Leben.

Dorotheenstraße 53 | Tel.: 040 2780 8037
weinmagazin hamburg.de
*Gegen Vorlage dieses Coupons

HIER WAR EIN MINENFELD

medico international räumt Minen und hilft Minenopfern – weltweit

Spendenstichwort: Minenopfer
Frankfurter Sparkasse
BLZ 500 502 01
Spendenkonto: 1800

www.medico.de
Tel. (069) 944 38-0

m
medico international

DIE
WÄSCHEREI

Das Möbelhaus ✂

SOFA
GEORGE

(260 x 130 cm, incl. aller Kissen)

699,-

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

isch, -schön“

zung des amerikanischen Bestsellers „Das Dumme am Leben ist, dass man eines Tages tot ist“ an ihn gewandt hat. Denn das Buch ist keine gängige Ware. Autor David Shields spielt mit Erzählstilen, fährt medizinische, literarische, sportliche Anspielungen auf, um sich seinem Thema zu nähern. Und dieses Thema ist nicht weniger als die menschliche Existenz selbst. „Das Leben ist einfach, tragisch und schrecklich schön“ – dieser Satz von Shields fasst den Hintergrund der eigentümlichen Collage gut zusammen. Es geht um die Begrenztheit menschlichen Seins und die Möglichkeit, dennoch zum Glück zu finden – und all dies ist in leichtem, teils

lustigen Ton geschrieben. Keine einfache Aufgabe, solch ein Werk für den deutschen Markt zu bearbeiten. Gerade, da es Shields weniger um Exaktheit der Quellen als auf die größere Bedeutung ankam. „Aber für den deutschen Markt muss so etwas picobello sein“, betont Gutknecht. So bestand ein Teil seiner Übersetzungsarbeit in penibler Quellenforschung und dem Auffinden obskurer Zitate. Nebenher wurde der Übersetzer auch noch zum Poker-, Base- und Basketball Experten. Sportfan Shields nimmt darauf nämlich mehrfach Bezug. Während diese Sportarten der amerikanischen Leserschaft völlig vertraut sein dürften, mussten sie

für die deutsche Version so umgesetzt werden, dass das hiesige Publikum ebenso intuitiv versteht, was gemeint ist. „Übersetzen“, sagt Gutknecht, „ist ein Tanz in Ketten“ – ein ständiges Schwanken zwischen Genauigkeit und Verständlichkeit. Doch am Ende hat es sich gelohnt. Das Buch hat die Eindeutschung gut überstanden; die Mischung aus Fakt, Fiktion, Anspruch und Unterhaltung ist auch für deutsche Leser fesselnd. „Eine solche Collage ist schon etwas Besonderes“, sagt Gutknecht. „Das Buch ist keinem Genre zuzuordnen. Es liegt dazwischen. Und genau das machte für mich den Reiz aus, mich auf diese Arbeit einzulassen.“ *Christian Luscher*

Das Buch

„Das Dumme am Leben ist, dass man eines Tages tot ist“ behandelt halb dokumentarisch, halb belletristisch, manchmal komisch, oft nachdenklich die großen Fragen vom Leben, Sterben und Glückseligkeit. Zentrale Charaktere sind Shields selbst, seine Tochter Natalie und vor allem Shields' Vater Milton, der mit 97 Jahren immer noch voll Leben steckt. Die vier Abschnitte „Säuglingsalter und Kindheit“, „Adoleszenz“, „Erwachsenenalter und mittlere Jahre“ sowie „Hohes Alter und Tod“ werden mit einer unterhaltsamen Mischung aus naturwissenschaftlich-biologischen Fakten, biografischen Anekdoten und philosophischen Fragestellungen behandelt. Das Buch war ein New York Times-Bestseller. In Deutschland ist es bei C.H. Beck erschienen (256 Seiten, 18,90 Euro).



Anzeige

Karriere machen mit Struss und Partner

Wie findet man eigentlich den Karriereweg, der ideal zu den eigenen Talenten passt? Insbesondere Schüler und Studenten stehen vor dieser großen Frage. Antworten für jeden Einzelfall kennen die Berater von **Struss und Partner Karrierestrategien**. Wer zu Struss und Partner nach Winterhude kommt, muss allerdings selbst erstmal Fragen beantworten – und zwar im Rahmen umfangreicher Persönlichkeitstests. „Versagen kann dabei aber niemand“, versichert Unternehmensgründerin Ragnild Struss, „es geht darum, Fähigkeiten deutlich zu machen.“ Einen ganzen Tag dauern die Tests, mit denen Denk-, Handlungs- und Lernmuster ermittelt werden. Auf diesem Weg lässt sich z.B. feststellen, welche Studiengänge genau zu einem passen und ob diese besser im In- oder Ausland absolviert werden sollten – und ganz nebenbei lernen die Probanden auch sehr viel über sich selbst. Natürlich werden die beruflichen Möglichkeiten konkret zu Ende gedacht: Der Rat zum Medizinstudium kann für den einen den klassischen Weg als Allgemeinmediziner bedeuten



Struss und Partner: „Wir helfen dabei, aus Ideen tatsächlich auch Möglichkeiten zu machen.“

und für den anderen legt es den Grundstein dazu, als Medizin-Controller die Führung von Kliniken zu übernehmen. Am Ende des Tages erhält jeder Kunde die Ergebnisse der Potenzialanalyse und alle Karriereempfehlungen in Form eines mehrere Hundert Seiten umfassenden Ordners. Seit 2003 haben schon weit mehr als 2.000 junge Men-

schen den Karriereberatungstag in Anspruch genommen oder von Coachings und Seminaren profitiert. Die Kunden kommen aus ganz Deutschland, um sich beraten zu lassen: „Unser Name steht für eine erstklassige Karriereberatung auf Grundlage umfassender psychologischer Tests und ständig aktualisierten Wissens über den Ausbildungs-

Studien- und Berufsmarkt“, so Struss. „Wir helfen dabei, aus Ideen tatsächlich auch Möglichkeiten zu machen.“ **Struss und Partner Karrierestrategien Moorfuhrweg 15 22301 Hamburg Tel.: 040/688 79 49 70 kontakt@strussundpartner.de www.strussundpartner.de**

Was für eine Männerwirtschaft!



Nils Loenicker und
Jan-Peter Petersen in
„Männerwirtschaft“.

In Alma Hoppes Lustspielhaus in Eppendorf stehen die Macher selbst auf der Bühne: Seit Anfang Oktober heißt es Vorhang auf für Jan-Peter Petersen und Nils Loenicker. Als Schönheitschirurg und Ghostwriter erleben die zwei in ihrer Wohngemeinschaft eine Menge schräger Sachen. Dem Alster-Magazin verriet das verrückte Duo, worum es in ihrem Stück „Männerwirtschaft“ genau geht.

Alster-Magazin: Seit Kurzem läuft bei Ihnen das Stück „Männerwirtschaft“. Worum geht es?

Jan-Peter Petersen: Um eine unterhaltsame Mixtur aus aktuellem politischen

Kabarett und pointenreicher Gesellschafts-Satire. Von der Bundestagswahl über Steuer-senkungspläne, Finanzkrise und deutsch-türkische Söldner am Hindukusch werden

Sie in diesem Programm

Anzeige

Wellness für Ihre Haut



Gerade jetzt zum Herbst baut sich die sonnenstrapazierte Haut langsam wieder auf. Alexandra Kosmetik bietet Ihnen hierfür das passende Wohlfühlprogramm für Körper, Geist und Seele. So können Sie Ihre Haut zum Beispiel mit der neuen und höchst effektiven Methode **Mikrodermabrasion** bei der Regeneration unterstützen. Sie ist die modernste Art des Peelings – intensiv und sanft zugleich. **Linien und Fältchen** werden gemildert, **Unreinheiten** ver-

schwinden – auch bei **großporiger Haut** und **Pigmentflecken** anwendbar. Eine Behandlung mit Mikrodermabrasion erhalten Sie für 69 Euro. Für ein junges und strahlendes Aussehen sorgt das Vitallaser-System mit einem neu entwickelten Hyaluron-Nanogel – eine Innovation im Bereich der Anti-Aging-Behandlung. Vollkommen **schmerzfrei** und **ohne Unterspritzung** werden unschöne Altersfältchen reduziert und die Haut sieht wieder straff und jugendlich aus. Die Mundbehandlung erhalten Sie für 47 Euro, die Gesichtsbehandlung als **Herbst-Angebot** für nur 75 Euro. Verwöhnen Sie sich doch einmal und genießen Sie die **Hand- und Fußpflege** inklusive **Bad** für je 18 Euro. Die Inhaberin bietet ein spezielles **Kennlernprogramm** für 39 Euro an. Hautreinigung und Diagnose, Peeling, Kompressen, Augenbrauenkorrektur, Gesichts- und Dekolleté-Massage sind darin ebenso enthalten wie ein leichtes Tages-Make-up. Schauen Sie vorbei und lassen Sie sich beraten.

Alexandra Kosmetik, Lehmweg 58, 20251 Hamburg, Tel.: 42 91 61 37, www.alexandra-kosmetik-eppendorf.de.



alles finden, woran sich unsere Gemüter aktuell erhitzen. Dazu kommen ausreichend Selbstmitleid, übermäßiger Liebeskummer und eine kräftige Portion Sarkasmus: eine echte Männerwirtschaft.

AM: Wie ausführlich gehen Sie auf Deutschlands neue Regierung ein?

JP: Die neue Regierung hat eine reelle Chance, unser neues Lieblingsthema zu werden. Das Feindbild ist klar: Steuersenkungen und gleichzeitig Haushaltskonsolidierung versprechen, aber kein Konzept haben, wie das finanziert werden soll. Das ist in etwa so, als würden Sie als Schüler nie ihre Hausaufgaben machen, auf die Fragen des Lehrers niemals antworten können, aber trotzdem als Klassenbester gelten. Außerdem können wir uns auf Guido Westerwelle als Pointentsunami verlassen: Er ist Deutschlands renommiertester Kompetenzsimulator.

AM: Im Mittelpunkt stehen ein Schönheitschirurg und ein Ghostwriter für Politik und Wirtschaft. Was sind das für Charaktere...

JP: Nils spielt den erfolgreichen

freischaffenden Redenschreiber: frisch unglücklich getrennt, pedantisch ordentlich, ein Hypochonder, zwanghaft in seiner Leidenschaft, unglücklich zu sein. Er geht allen sofort auf die Nerven. Jan-Peter ist dagegen als Schönheitschirurg privat total schlampig. Schaut er in Gesichter, sieht er sofort Schnittpläne und Vorlagen für seinen Gesichtsversandhandel. Er hasst Arschgeigen und Nachplapperer, also die Leute, für die Nils die Reden schreibt.

AM: Und warum haben Sie sich gerade für diese Berufsgruppen entschieden?

JP: Beide leben nicht nur selbst ein Copylife, sie stellen bei ihren Kunden innen und außen selbst Kopien her: echter als das Original. Bei dieser satirischen Zuspitzung assistieren ihnen einige interessante Figuren: Freunde, die zu Besuch kommen, Frauen, die nicht zu Besuch kommen, Kunden, Patienten, Psychiater, Anwälte und ein türkischer deutscher Söldner.

AM: Sie bezeichnen die beiden als telegenbehandelt. Was soll das bedeuten?

JP: Für Nils als Redenschreiber ist die höchste Kunst, die Produktion einer völlig informationslosen Meinung. Was er schreibt, ist nicht das, was er meint, sondern was er meint, was sein Kunde meint. Die Kunden aber denken, sie denken, was er schreibt. Aber sie reden nur, was sie lesen, sodass andere denken, sie denken das, was sie reden, was sie geschrieben haben. Dabei hat er geschrieben, was sie reden, und andere denken machen soll, was sie denken.

Marisa Knierim



Verlosung

Das Alster-Magazin verlost 5x2 Karten für die Vorstellung „Männerwirtschaft“ am 16. Oktober in Alma Hoppes Lustspielhaus, Ludolfstr. 53. Wer gewinnen möchte, der sendet einfach eine Postkarte mit dem Stichwort „Männerwirtschaft“ an: Alster-Magazin, Barkhausweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an m.knierim@alsternet.de. Einsendeschluss: 14.10.

Double-Layer-Therapy – Facelift ohne Operation



die Zeichen der altersbedingten oder durch Sonne verursachten Hautalterung zusätzlich mit ei-



ner Lasertechnologie effektiv minimiert. Gerade am Dekolleté zeigt sich die hochgradige Wirksamkeit dieser Methode – endlich können wir auch dort die Spuren des Alterns minimieren. Anders als bei konventionellen Lasertherapien beträgt die Heilungszeit mit der neuen **Fractional-Laser-Therapie** nur noch 2 Tage – wobei allerdings 4-5 Behandlungen notwendig sind. Das Besondere an der Double-Layer-Therapie ist, dass sie die Vorteile zweier innovativer Methoden zur Gesichtsverjüngung verbindet ohne Narkose, Operation und Auszeit. **Sie haben in der Klinik Falkenried die Möglichkeit 6 Monate zinsfrei zu finanzieren.** Weitere Informationen erhalten Sie telefonisch oder über die Internetseite www.klinik-falkenried.de. **Klinik Falkenried Lehmweg 17 20251 HH-Eppendorf Tel.: 040 - 279 53 26**

Stilvoll einrichten mit Raum für Ideen



Erweiterung des Sortiments:
Wandpachtel, Sonnenschutz, Fliegengitter,
Bielefelder Werkstätten



Hier finden Sie uns:

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

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

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

www.anja-beck.de

Energie für Ihre Augen!

Wir haben das optimale Brillenglas für besonders aktive Menschen. Es unterstützt die Augen bei der Akkomodation, erleichtert die Anpassung an unterschiedliche Sehentfernungen und beugt Ermüdungserscheinungen vor. Wir beraten Sie gerne.

Norbert Eisebraudt
Die andere Brille

www.die-andere-brille.de
Eppendorfer Weg 274 | 20251 Hamburg | Telefon: 040 / 48 44 83



HAUTnah
medizinische kosmetik

Herbst-Beauty CHECK

Kosmetikbehandlung 39 €
Med. Fußpflege 22 €
Maniküre 17 €

Eppendorfer Baum 32
20249 Hamburg
Tel.: 040 - 23 55 93 26

Gutschein 10€

Ihr Maler

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

www.freund-maler.de

NEUERÖFFNUNG in Eppendorf!

Ann-Marlene Henning

PAAR- und SEXUALBERATUNG

Sie haben eine konkrete Frage oder möchten einfach neue Inspiration für Ihre Beziehung?



Besuchen Sie meine Web-Seite: www.doch-noch.de

Praxis in Eppendorf: Tel.: 040 460 13 25



Für Sie unterwegs

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

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



Bestattungsinstitut St. Anshar Adolf Imelmann & Sohn

Fachgeprüfte Bestatter im Handwerk

Mühlenkamp 44 • 22303 Hamburg (Winterhude)
Telefon 040 / 270 09 21 • Telefax 040 / 270 68 10
info@imelmann-bestattungen.de

Jubiläumsprogramm im Kulturhaus Eppendorf

Das **Kulturhaus Eppendorf**, Martinstraße 40, feiert im November 20-jährigen Geburtstag. Anlässlich des Jubiläums gibt es ein farbenfrohes Programm. Das Alster-Magazin hat drei Termine aus dem Veranstaltungsprogramm herausgesucht.

Der mit Literaturpreisen ausgezeichnete **Schriftsteller Gunter Gerlach** liest am **9. Oktober** um 19.30 Uhr aus seinem neuen Krimi „Mord ohne Leiche – Brahms ermittelt in Eppendorf“. Die Story dreht sich um einen in Eppendorf lebenden exzentrischen Kaufmann, dem die Frau davongelaufen ist. Nun soll der Detektiv Brahms sie zurückbringen. Doch der Kaufmann hatte seine Frau zur Sklavin gemacht. Kein Wunder, dass sie sich schon mehrmals durch Flucht zu befreien versuchte. Die Zeichen einer raffinierten Entführung vermehren sich... Der Eintritt beträgt 7,- Euro.

Am **25. Oktober** um 16 Uhr begeistert das **Kindertheater** mit „Das Sternenmännlein“ sowohl Jung als auch Alt. Das Figurentheaterstück wird mit musikalischer Untermalung des Theaters „compania t“ aus Bremen vorgespielt. Es wird die spannende Geschichte vom Sternenmännlein vorgetragen: Eines Tages versprechen ein paar große

Tiere dem Sternenmännlein, dass mit Hilfe von Luftkugeln, Blinkerkrone und Flitzeschuhen seine Geschichten noch spannender würden. Das Sternenmännlein zieht daraufhin mit den neuen glänzenden Sachen hinaus in die Welt. Doch hinter dem Reiz dieser Sachen verblasst die Fantasie, und im tiefen Tal seines hurtigen Aufstiegs fasst das Sternenmännlein einen Beschluss. Der Eintritt beträgt für Kinder 4,50 Euro und für Erwachsene 6,- Euro.

Am **30. Oktober** um 20 Uhr bringen die **Feen in Absinth** mit ihrem **Theaterstück „Klatschnass oder die letzte Butterfahrt“** das Publikum in Stimmung. Das Stück ist eine Mischung aus Theater, Musik und Comedy. Die Story wird von den drei Darstellerinnen präsentiert: Rita glaubt sich auf einem Kreuzfahrtschiff nach Nizza, doch Rosi denkt, es sei der Bus zum Hauptbahnhof. Renée wiederum in ihrem neuen Job als „künstlerische Leitung“ der Butterfahrt ahnt noch nicht, dass sie ihren Freundinnen an Stelle von Butter, Träume servieren wird. Gemeinsam erleben die drei „Feen“ eine abenteuerliche Reise in eine ganz andere Dimension. Der Eintritt beträgt 11,- Euro und ermäßigt 9,- Euro. Mehr Infos auf: www.kulturhaus-eppendorf.de! ale



Foto: Manfred Schulze-Alex

Tatjana Großkopf, Nicole Wellbrock und Stephanie Peters sind die drei Feen in Absinth. Sie präsentieren das Theaterstück „Klatschnass oder die letzte Butterfahrt“.

ALSTERTV jetzt
monatlich auf TIDE!

People-TV

Das ALSTERTV-Team traf den Regisseur Fatih Akin beim 17. Filmfest, wo sein neues Projekt „Soul Kitchen“ Deutschlandpremiere feierte.



Der Fernsehsender des Alster-Magazins hat jetzt ein eigenes Portal: www.alstertv.de!

Neues auf ALSTERTV

ALSTERTV zeigt Beiträge über prominente Persönlichkeiten und kulturelle Highlights. Auf www.alstertv.de können Sie sich Interviews und Reportagen ansehen. ALSTERTV gibt es auch jeden ersten Donnerstag im Monat um 19:30 Uhr mit eigener Sendung auf TIDE *) in Ihrem TV.



Lifestyle-TV

Der Herr der Sinne **Peter Sikorra**, Chefkoch des **Grand Elysee Hotel**, führt uns regelmäßig in die Welt der Sinne ein. In dieser Ausgabe erklärt er unserer Redakteurin **Jeannine Ehmsen**, wie der **Hummer** zubereitet, serviert und am besten genossen wird.

People-TV

Roger Cicero wurde das Talent in die Wiege gelegt, er ist der Inbegriff von Jazz und Swing. Wir trafen den **charmanten Sänger** auf eine Tasse Kaffee in seinem Lieblingscafé und sprachen mit ihm über sein Leben als Künstler.



Gesund-TV

Im Studio von ALSTERTV sind regelmäßig **Experten** zu ausgewählten **Gesundheitsthemen** zu Gast wie der Gesichtschirurgie **Dr. Bernd Klesper**. Er spricht mit der Redakteurin **Christiane Kaufholt** über die Möglichkeiten in der plastischen Gesichtschirurgie.

Kultur-TV

Das Museum für Kunst und Gewerbe zeigt aktuell die **Ausstellung „Rosa. Eigenartig grün – Rosa Schapire und die Expressionisten“**. Redakteur **Kai Wehl** sprach mit der Kuratorin **Leonie Beiersdorf** über die Ausstellung und die Hamburger Kunsthistorikerin **Rosa Schapire**.



*) TIDE TV läuft im Hamburger Kabel auf Platz 21



Vor jedem Heimspiel wird der HSV im Grand Elysee Hotel kulinarisch versorgt.

„Kraft-Futter“ für die Rothosen

Fußball ist eine schweißtreibende Sache. Vor allem für die **Jungs des HSV**, die in dieser Saison noch in zwei Wettbewerben vertreten sind. Damit die Rothosen bei Heimspielen entsprechend fit auflaufen können, tanken sie vorher Kraft im **Grand Elysee**. Das Alster-Magazin warf einen Blick in das Sportler-Hotel.

Blaue Fahnen mit schwarz-weißer Raute in der Mitte flattern von der Sonne beschienen vor dem neuen Eingang des Grand Elysee knatternd im Wind. Jedes Kind in Hamburg weiß, wen sie symbolisieren: den HSV. Der wird auch gleich um die Ecke biegen. Wie immer, einen Tag vor jedem Heimspiel. Der Mannschaftsbus bringt die Spieler nach dem mittäglichen Training vom Stadion in Bahrenfeld ins Spielerhotel nach Rotherbaum. Dort übernachten die Fußballer seit der Saison 07/08, damit sie perfekt auf den Gegner eingeschwo-ren werden können. Einer der wichtigsten Punkte dabei: die kulinarische Versorgung.

Dann ist es soweit, langsam rollt der Bus vor. Mladen Petrić, Frank Rost, Jerome Boateng, Piotr Trochowski und weitere Stars verlassen, gefolgt vom Trainerstab, gemütlichen Schrittes das blau-schwarze Fahrzeug und werden im Foyer von einem Empfangs-Komitee begrüßt. Nach einem Small-Talk mit den Hotelmitarbeitern wird sich kurz

auf den Zimmern frischgemacht, um dann im großen Speisesaal im ersten Stock das Essen einzunehmen. Obwohl heute drei große Veranstaltungen parallel im Hotel ablaufen, hat sich Chefkoch Peter Sikorra nicht aus der Ruhe bringen lassen. Eine große Auswahl „Kraft-Futter“ steht dort aufgereiht für den HSV bereit: Rinder-Steaks, gebratener Fisch, Gemüse, Salate und neben vielen weiteren Beilagen natürlich – das darf bei Sportlern nie fehlen – massig Kohlehydrate in Form von Pasta-Sorten. „Wir stellen ein sportlergerechtes Buffet zusammen, das auf Hochleistungssportler und auf das Trainingsprogramm des HSV zugeschnitten ist. Trotzdem bleiben dabei noch genügend Möglichkeiten, die Spieler kulinarisch zu verwöhnen“, erklärt Sikorra lächelnd. Mit einem Augenzwinkern fährt er fort: „Seitdem der HSV bei uns im Haus versorgt wird, ist er viel besser geworden.“ Erlaubtes Doping also. Und dabei sind für die Spieler laut Sikorra zwei Dinge zum unverzichtbaren Ritual gewor-

den: kleine Wiener Schnitzel und hausgemachter Milchreis! Trotz dieser allgemeinen Tradition aller Spieler kennt der Chefkoch die Lieblings Speisen jedes einzelnen HSVers. „Bevor sie in Hamburg eine Wohnung anmieten, leben sie die erste Zeit meist alleine oder schon mit ihren Familien bei uns im Haus. Daher kenne ich ihre Vorlieben. Ze Roberto hat sich beispielsweise trotz seines Weltruhms eine unglaubliche Bescheidenheit

bewahrt. Er ist ungeheuer sympathisch. Manchmal kommt er zu mir, klopf mir auf die Schulter und fragt mich nach einer Empfehlung des Tages, meistens in Kombination mit Gambas oder Pasta.“ Geheimnisse kennt der Chefkoch viele, doch verraten tut er leider keines, denn auf die Privatsphäre des HSV legt das gesamte Hotel großen Wert. Und so bleiben die Fussballer beim Essen im großen Veranstaltungsraum unter sich. *Jeannine Ehmsen/Kai Wehl*

Sind über die Zeit gute Freunde geworden: Peter Sikorra und Mladen Petric, dem leider das Hinrundenaus droht.



ALSTERTAL

EINKAUF S - ZENTRUM

DAS CENTER-MAGAZIN

Foto: Marc O'Polo

Genuss pur!

Entdecken Sie ausgewählte Feinschmecker-Tipps auf den AEZ-Gourmetwelt-Seiten

Jazz-Meeting!

Musik vom Feinsten am So.,
25.10. von 11 bis 16 Uhr mit
Stargast Stefan Gwildis

Hinreißender Herbst

Wir zeigen Ihnen Fashion-Klassiker für die bunte Jahreszeit!

LIFE HAS ITS MOMENTS...



...MAKE THEM UNFORGETTABLE

PANDORA FLAGSHIP STORE AEZ
IM OG • HEEGBARG 31 • 22391 HAMBURG •
TEL.: 040 519 09 330

PANDORA FLAGSHIP STORE HEK
IM OG • HAMBURGER STRASSE 31 •
22083 HAMBURG • TEL.: 040 63 94 42 91



BUNT UND ERLEBNISREICH: DER HERBST IN IHREM AEZ!



Freuen Sie sich auf neue **Herbst- und Winterkollektionen** sowie viele spannende Aktivitäten in Ihrem Alstertal-Einkaufszentrum!

Mit dem Start in den Herbst können Sie in unseren Geschäften die neuesten Trends der Herbst-/Winter-Saison entdecken. Die „**Dynamische Modenschau**“ gab Anfang September bereits vielseitige Impressionen der neuen attraktiven Modekollektionen unserer Modeanbieter.

Auch zur neuen Jahreszeit sorgen eine große Anzahl spannender und abwechslungsreicher **Aktionen für Erlebnisatmosphäre** in Ihrem Alstertal-Einkaufszentrum:

Das **Jazz-Meeting am 25. Oktober** von 11 Uhr bis 16 Uhr präsentiert Ihnen Musik vom Feinsten! Auf drei Bühnen musizieren 7 Bands mit über 30 Musikern. „Stargast“ ist in diesem Jahr niemand Geringeres als Stefan Gwildis. Auch unser Görtz-Kinder-Club im Ober-

geschoss, nahe der Parkhauskasse, freut sich an diesem Sonntag auf kleine Besucher. Kulinarisch wird es Mitte Oktober: Vom 15. bis 24. Oktober möchten wir Sie erneut mit **kulinarischen Köstlichkeiten** verwöhnen. Diesmal sollen Sie Spezialitäten aus unserem Nachbarland Schweiz begeistern. Den Rahmen bilden charakteristische Schweizer Landschaften. Wir laden Sie herzlich zum Probieren und Verweilen ein.

Einen besonderen Tipp möchten wir Ihnen jetzt schon verraten: Anfang November wird der **weltberühmte Choreograf und Intendant John Neumeier** mit dem Hamburg Ballett und der Ballettschule des Hamburg Ballett eine Woche lang Gast im AEZ sein. Erleben Sie eine einzigartige Ausstellung und mehrere öffentliche Inszenierungen der Ballettschule im Einkaufszentrum.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Herzliche Grüße
Ihre

Jörg Harengard und Karsten Bärschneider
Center-Manager

1

2

9

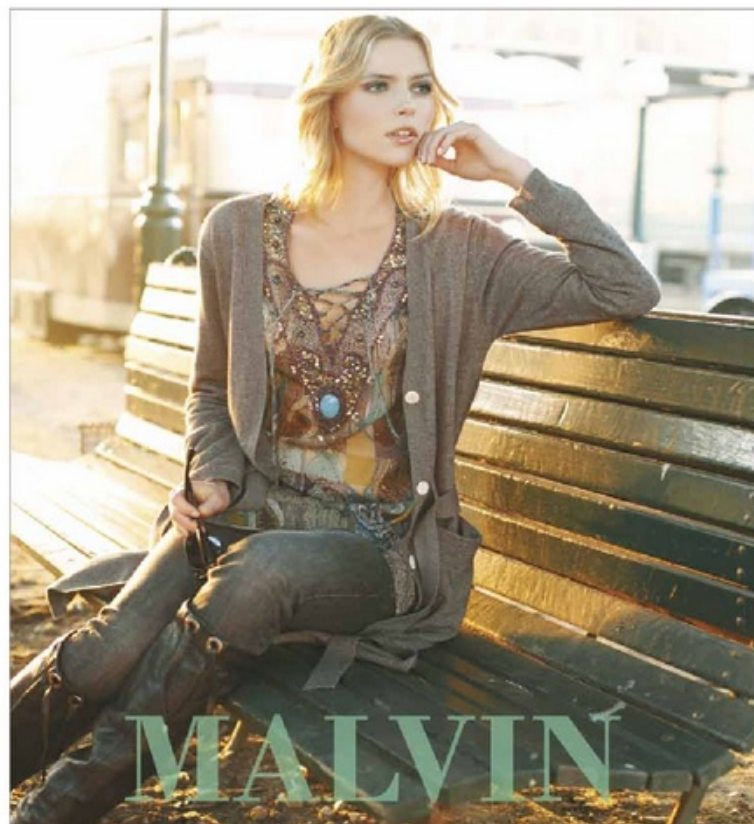
TRAUM IN BRAUN

Der Herbst macht Lust auf erdige Farben! Wie wunderbar die verschiedenen Brauntönen zusammen und somit perfekt zur bunten Jahreszeit passen, sehen Sie hier! Lassen Sie sich inspirieren.





1. Stilsicher: Herbst-Outfits von Frank Walder. 2. Dekorativ: Halsschmuck von Bijou Brigitte, ca. 14 Euro. 3. Weich: Kunstpelz von H&M, ca. 50 Euro. 4. Herbstfarben: Portemonnaie von sOliver, ca. 23 Euro. 5. Natürlich: Armband von Olsen, ca. 26 Euro. 6. Modisch: Flecht-Gürtel von sOliver, ca. 30 Euro. 7. Warm: Woll-jacke von Olsen, ca. 100 Euro. 8. Rund: Sonnenbrille von Marc O'Polo, ca. 120 Euro. 9. Vintage: Beutelbag von Lloyd, ca. 250 Euro. 10. Feminin: Stiefel von H&M, ca. 50 Euro.



NEW COLLECTION AUTUMN-WINTER
gesehen bei...

ma-tino

AEZ Heegbarg 31 • 22391 Hamburg
Telefon: 040 - 61 13 95 94

HAIR-COSMETIC-TEAM



Wir bauen für Sie um!

Große Neueröffnung am
16. Oktober 2009

Ihr Willkommensangebot
in der 1. Woche:

2 for 1
Zu zweit kommen und
nur die Hälfte bezahlen!

* einzige Voraussetzung: mindestens einer ist Neukunde bei uns.

Salon Tel.: 040/60682628

Sie finden uns im:
Alstertal-Einkaufszentrum - Heegbarg 31

www.haircosmeticteam.de

Mode-Pflicht
im Herbst:
Klassisch-
elegante
Outfits mit
Karo-Muster
von GANT.

VERY BRITISH

„I'm a Brit!“ – Wir dürfen uns
im Herbst auf elegante Mode im
Great Britain-Style freuen!

Wer schöne
Dekostoffe

& Wohn-Accessoires
sucht...

...geht zu

**Raumausstattung
Fratscher**

AEZ • Tel.: 602 41 20



Loafer-Pumps
von COX, gese-
hen bei Görtz,
ca. 100 Euro.



Stilvoller Duffel-Coat von GANT, ca. 600 Euro.



Kugel-Armband von Bijou Brigitte, ca. 8 Euro.



Haarband von Bijou Brigitte, ca. 3 Euro.



Handtasche von Bijou Brigitte, ca. 18 Euro.



Höchster Tragekomfort

„Ob Landschaft oder Overknee – bei Lloyd finden Sie Stiefel, die Ihren Brit-Look perfekt machen und sich durch besonders weiches Kalbsleder auszeichnen. Sie bestechen durch eine schöne Haptik, sind atmungsaktiv und teilweise durch Gummizug-einlässe flexibel im Schaff“, so Filialleiter Dominik Schuldt.



AEZ-EXPERTENTIPP

Sport Sperk

RÄUMUNGSVERKAUF WEGEN UMBAU
26.09. – 10.10.

Adidas DFB Artikel

ab 5,00 €

Trikots, T-Shirts, Kappen und Zubehör

Fitnessbekleidung

ab 9,95 €

Venice Beach, Mexx, Esprit, Nike, Adidas

Tennisbekleidung

ab 9,95 €

Shirts, Shorts, Röcke diverser Firmen

Badebekleidung

ab 9,95 €

Bikinis, Badeanzüge, Badehosen, Badeshorts

Basic Sport-T-Shirts

ab 9,95 €

Adidas, Nike, Puma

Laufbekleidung

ab 19,95 €

Adidas, Asics, Odlo, Gore

Winter-Freizeitbekleidung

ab 19,95 €

Jacken, Fleeceteile ❄️ ❄️ ❄️

Lauf- und Walkingschuhe

ab 29,95 €

Asics, Adidas, Nike, Reebok f. Damen, Herren & Kinder

Winter-Hardware

bis 70%

Snowboards+Schuhe, Ski-Sets+Schuhe

Outdoorbekleidung

bis 70%

Schöffel, Vaude, Wolfskin

Tennisschläger

ab 39,95 €

Babolat, Head, Wilson

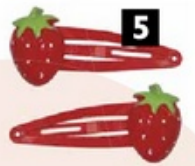
www.sport-sperk.de

ALSTERTAL
Einkaufs-Zentrum

Heegbar 31, 22391 Hamburg, Tel. 040 / 602 44 99

■ AEZ-Mode

ANZEIGEN-SPEZIAL



Cooler Kids

Schon früh beginnen die Kiddies ihren eigenen Geschmack zu entwickeln – dann heißt es: Nee Mama, die Jacke ziehe ich nicht an! Hier sehen Sie, was bei den Kleinen bestimmt gut ankommt!



8



10



11



9



12

1. **Cooler Herbst- Winter-outfit** von Marc O'Polo.
2. **Buntes Halstuch** von H&M, ca. 10 Euro.
3. **Niedliche Geldbörse** von Bijou Brigitte, ca. 8 Euro
4. **Süße Halskette** von Bijou Brigitte, ca. 6 Euro.
5. **Bunter Haarschmuck** von Bijou Brigitte, ca. 2 Euro.
6. **Kariertes Rock** von Esprit, ca. 30 Euro.
7. **Gemütlicher Bademantel** von Esprit, ca. 35 Euro.
8. **2-er Pack Kniestrümpfe** von H&M, ca. 5 Euro.
9. **Frches T-Shirt** von s.Oliver ca. 4 Euro.
10. **Haarreifen mit Schleifchen** von Bijou Brigitte, ca. 3 Euro.
11. **Kuscheliger Kapuzenpulli** von Esprit ca. 20 Euro.
12. **Glitzer Ballerinas** von H&M, ca. 10 Euro.

Aktionsprogramm

Görtz Kinder-Club

Mi., 14. Oktober ab 15 Uhr

Mi., 21. Oktober, 11-16 Uhr

So., 25. Oktober ab 15 Uhr

Mi., 28. Oktober ab 15 Uhr

Lustige Blätterkränze.

Ein Licht in der Tüte?

Jazz-Meeting: Wir machen Musik.

Bald ist Halloween.



Am 2. November sind alle Kinder herzlich zum Kinder-Club-Laternelaufen mit Spielmannszug eingeladen. Treffpunkt: 18.30 Uhr auf dem Platz vor Galeria Kaufhof am Kritenberg.

English for Kids – spielerisch Englisch lernen. Jeden Dienstag und Donnerstag von 14-15.30 Uhr



ALSTERTAL
EINKAUFPS-ZENTRUM

Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 10-18 Uhr, Sa.: 10-19 Uhr

Krabbelgruppe: Di.+Do.: 10-13 Uhr



Fotos: Anna-Lena Ehlers

Die „Dynamische Modenschau“, die nicht nur auf dem Laufsteg stattfand, zeigte herbstliche Modeimpressionen für sie und ihn.

Modenschau mal anders



Das AEZ präsentierte zur „Dynamischen Modenschau“ die neuen Herbst-/Winterkollektionen der kommenden Saison.

Langsam aber stetig wandelt sich der Spätsommer zum Herbst um und schwups – haben wir auch schon wieder Winter! Um die kommende Saison einzuläuten, hat sich das AEZ vom 3. bis zum 5. September etwas ganz Besonderes einfallen lassen und die erste dynamische Live-Modenschau auf die Beine gestellt. Die neuen Herbst-/Winterkollektionen der Boutiquen Roeckl, Brax, Betty Barclay, AppelrathCüpper, Galeria Kaufhof, Basler, Café con leche, Frank Walder, Marcona und RedGreen wurden von top gestylten Models zu passenden Musikstücken vorgeführt. Das Highlight war, dass die Mode nicht nur auf dem Laufsteg gezeigt wurde! Mit einer mobilen Musikanlage im Handgepäck posierten die Models die neuen Trendstücke im gesamten AEZ. Anna-Lena Ehlers

Herbstliche Kindermode sowie winterfeste Trends, die in Lilatönen und Blauancen sowie Schwarzakzenten kokettieren, wurden präsentiert.



Antiquitäten • Wohnkultur • Fine Art

ANTIK & ART

Hamburgs Premium-Markt, weil Sie hier das Besondere finden.

27. Dezember

Sonntag 10 - 18 Uhr
Eintritt 4 Euro

Entdecken Sie eine ganze Welt antiker Kostbarkeiten - aus drei Jahrhunderten. Spannendes Stöbern bei 200 Ausstellern im Alstertal.

Wir schätzen Ihre Schätze: Kostenlose Experten-Beratung.



ALSTERTAL
EINKAUF - ZENTRUM

HEEGBARG • HAMBURG • POPPENBÜTTEL



Wir haben den Rahmen für Ihre Kunst!



Wir fertigen Bilderrahmen in alter handwerklicher Tradition in der **eigenen Bilderrahmenfabrik**. In unsere **Ausstellung** zeigen wir die schönsten Formen und Farben. Lassen Sie sich begeistern und von unseren Unikaten inspirieren. Wir präsentieren im **AEZ** ständig Arbeiten **namhafter Künstler!**

HARMSTORF
-ART GALERIE
ALSTERTAL
EINKAUF - ZENTRUM

Tel. 602 60 77 | 1. OG, gegenüber Kaufhof | www.m-art-galerie.de



**1. STUNDE
KOSTENLOS!**

AEZ-Gourmetwelt

In unserer Rubrik „AEZ-Gourmetwelt“ präsentieren wir Ihnen kulinarische Highlights und Angebote aus dem AEZ, raffinierte Rezepte und tolle Kochbuch-Tipps.

Rezept: Kokos-Limetten-Parfait mit Erdbeeren

Foto: David Loftus



Zutaten für 4 Portionen:

- 150 ml Kokoslikör
- Saft und abgeriebene Schale von 3 unbehandelten Limetten
- 200 g Zucker
- 8 Eigelbe
- 700 g Sahne
- 16 Erdbeeren, in Scheiben geschnitten
- Puderzucker zum Bestäuben
- 1 Kokosnuss, für die Kokoschips

Zubereitung:

1. In einer Edelstahlschüssel den Kokoslikör mit Limettensaft und 160 g Zucker verrühren. Die Eigelbe hinzufügen und das Ganze im heißen Wasserbad dickschaumig schlagen. Die Schüssel aus dem Wasserbad nehmen und so lange weiterschlagen, bis sich die Masse auf Zimmertemperatur abgekühlt hat.

2. Die Sahne nicht zu steif schlagen und unter die Eiermasse heben. Das Parfait auf Förmchen verteilen und in die Gefriertruhe stellen.

3. Für die Kokoschips die Kokosnuss öffnen, das Fruchtfleisch herauslösen, in dünne Streifen schneiden und auf einem Backblech verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 160 °C (Umluft 140 °C) etwa 7 Min. trocknen, bis die Chips goldbraun sind.

4. Den restlichen Zucker mit 2 EL Limettenschale vermischen und die Parfaits vor dem Servieren darin wälzen. Die Erdbeeren mit der restlichen Zuckermischung bestreuen und auf den Parfaits anrichten. Mit den Kokoschips garnieren und mit Puderzucker bestäuben.

Rezept mit freundlicher Genehmigung entnommen aus: „Das Paris Kochbuch“, Gerstenberg Verlag





Wein-Tipp:

Primitivo 2008

Bei Emilia finden Sie nicht nur die leckersten Spezialitäten Italiens, es gibt zu allen Delikatessen auch den passenden guten Tropfen in nahezu jeder Preiskategorie. Emilia-Feinkostverkäuferin Annette Andersson empfiehlt den Rotwein Primitivo aus der Kellerei Terra di Vulcano/Bisceglia, Basilikata, Italien, Jahrgang 2008. Der Rotwein ist harmonisch und angenehm, samtig und charakteristisch und vollmundig im Abgang. Dieser Wein passt hervorragend zu Vorspeisen, rotem Fleisch und Wild. Die Trauben sind handgepflückt und, wie der Name Primitivo schon verrät, wird ausschließlich die erste Traube für die Pressung verwendet.



Chilisaucen mit Suchtfaktor

„Die meisten unserer Gäste lieben ihn: Sushi Yamas Tuna Spicy Salad! Sie können ihn auch ganz einfach zu Hause zubereiten. Man nehme dünne Apfel- und Gurkenscheiben, 2 cm große, rohe Thunfischwürfel (Sushi-Qualität), gerösteten weißen und schwarzen Sesam und zu guter Letzt das gewisse Extra, das diesen Salat so einzigartig macht: Sushi Yamas „Chilisaucen“, eigens hergestellt nach unserem Geheimrezept. Diese angenehm scharfe Sauce können Sie bei uns für 7,90 Euro kaufen. Sie schmeckt auch wunderbar als Dip zu Frühlingsrollen. Des Weiteren kann man sie zum Würzen von Pastasaucen oder zum Marinieren verwenden“, verrät Sushi-Meister Deepak Popat von Sushi Yama.

Buch-Tipp:

„Das Paris Kochbuch“

Der französisch-schwedische Starkoch Danyel Couet – Chefkoch im Sterne-Restaurant F12 in Stockholm – ist zu seinen Wurzeln zurückgekehrt. Sein viertes Kochbuch hat er der Stadt seiner Jugend gewidmet: „Das Paris Kochbuch – Kulinarische Weltreise durch die Quartiere“. Darin geht er auf deren kulinarische Vielfalt ein, denn jedes Viertel, sei es arabisch, jüdisch oder afrikanisch hat seine eigene Küche. Abgerundet werden die Rezepte, die natürlich auch einen großen französischen Anteil haben, von Fotos der Stadt und kleinen Geschichten. So ist Danyel Couets Reise durch Paris auch eine durch die Küchen der Welt! „Das Paris Kochbuch“, 264 Seiten, geb., 24,90 Euro, Gerstenberg Verlag. kw

Exklusiv für Sie in der Markthalle:

EMILIA
Angenehm für die Sinne
Jetzt NEU bei EMILIA:
 Insalata Gamberetto Cocco • Insalata Tortellini e Pomodori • Insalata Spaghetti
 Jamón Ibérico de Bellotta (Pata Negra)
 Wir laden Sie ein zur Verkostung.
 Emilia GmbH & Co. KG • AEZ • Heegbarg 31
 22391 HH • Tel. 040 - 60 29 86 31 • www.EMILIA.de

California Pepp
 Frischkäse, rote Paprika,
 frischer Koriander und bunter Pfeffer
 6 Stück 4,50 €

 AEZ - Sushi Bar - Take Away
 Lieferservice - Catering
 Telefon.: 040 - 692 11 98 0
Besuchen Sie uns im Poelchaukamp 20
 Restaurant Take Away
 Lieferservice, Telefon 040 - 69 69 17 47

DAT KORNIUS
Große Platte Butterkuchen
 Warm vom Blech, 5 verschiedene Sorten
 2,95 €

 **SPRINGER**
 BIO-BACKWERK
 Angebot in der 42. Kalenderwoche
Kernbeißer Meter
 Weizenmehl mit Körnern
 500 g statt € 2,80
 nur € 2,50


Carniceria BLANK
 Ihr Argentinien Fleisch-Profi und Steakspezialist
 Hirschfilet kg € 55,90
 Entenbrustfilet kg € 22,90
 Arg. Hüftsteak kg € 22,90
 Lammkeule kg € 12,90
 Marinierte Grillspezialitäten vorrätig!
 Wir beraten Sie gern: Telefon 040 - 602 96 67

AEZ-Service:

Zwei Jahre Görtz Kinder-Club!

Der Görtz Kinder-Club feiert Geburtstag. Seit zwei Jahren sind alle Kinder im Alter von 3 bis 10 Jahren während der Öffnungszeiten des AEZ herzlich zum Spielen und Toben eingeladen. Professionelle Erzieherinnen kümmern sich gerne um Ihre Kleinen. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Die Eltern bezahlen für jede angefangene halbe Stunde pro Kind einen Euro. Mehr Informationen unter 0160/83 63 131.



Der beste Gutschein Hamburgs

Ein Gutschein – tausend Ideen. In allen 240 Geschäften im AEZ kann sich der/die Beschenkte etwas Passendes aussuchen, über das er/sie sich so richtig freut.

Und Sie entscheiden, wie hochwertig Ihr Geschenk ausfallen soll – der Wert ist bis zu 100 Euro frei wählbar. Erhältlich ist „das Präsent, mit dem Sie nichts falsch machen können“, an der AEZ-Info oder an der Parkhauskasse. Sie können den Gutschein auch bequem mit EC-Karte erwerben.



Alle Hände frei zum Shoppen!

Von Geschäft zu Geschäft schlendern, die neuesten Herbst-/ Winterrends entdecken und zwischendurch einen kleinen Snack einnehmen – um einen ausgiebigen Einkaufsummel so richtig genießen zu können, braucht man Zeit und vor allem alle

Hände frei. Schwere Taschen, getätigte Einkäufe oder Jacken können Sie bequem in einem von vielen praktischen Schließfächern gegen einen Euro Pfand neben der Piacetto-Bar vor den Damen- und Herrentoiletten verstauen.

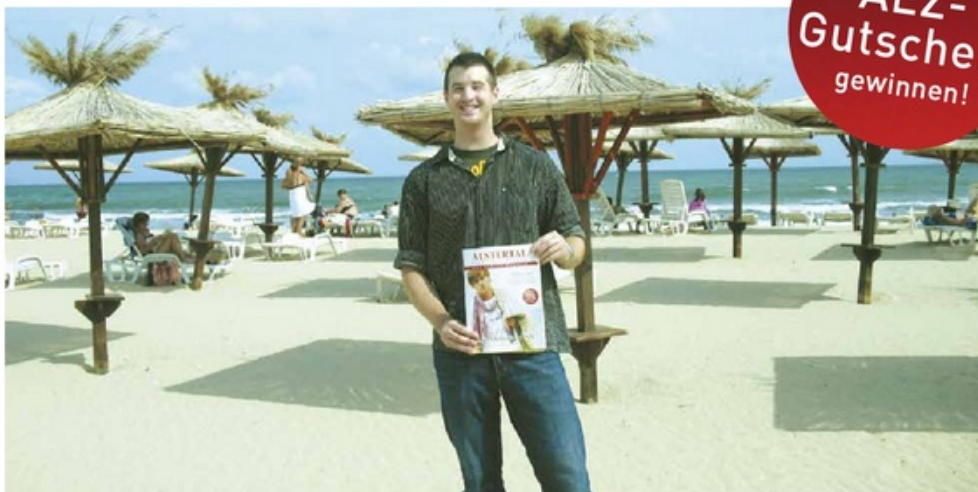


Foto: Thomas Rebsch

Stellt sein neues Programm „ANPLACKT“ in Trio-Besetzung vor. Jazz-Meeting-Stargast Stefan Gwildis. Begleitet wird er von Hagen Kuhr am Cello und Mirko Michalzik an der Gitarre.

Stefan Gwildis beim Jazz-Meeting

Bereits zum zehnten Mal veranstaltet der Lions Club Hamburg-Walddörfer e.V. sein Alstertaler Jazz Meeting im AEZ. In diesem Jahr findet die Benefiz-Gala am Sonntag, dem 25. Oktober von 11-16 Uhr statt. Die Hauptzuwendung geht an den Opferschutzverein „Weißer Ring“ und an „Klasse 2000 e.V. – Gewalt- und Suchtvorbeugung für die Region Alstertal“. Auf drei Bühnen musizieren 7 Bands mit über 30 Musikern. Vom Dixieland bis zum Blues, vom Skiffle zum Boogie, vom New Orleans bis zum Swing ist alles vertreten, was in Hamburg Rang und Namen hat. „Stargast“ des Tages ist Stefan Gwildis, der sein neues Programm „ANPLACKT“ in Trio-Besetzung vorstellt. Kleine Gäste werden im Kinder Club kostenlos betreut, die Gastronomie ist für Sie geöffnet und das Parken ist an diesem Tag kostenlos! Karten erhalten Sie an der AEZ-Info, bei der Theaterkasse Funke und telefonisch bei den Lions unter 040 / 640 59 72. Weitere Infos auf www.alstertaler-jazz-meeting.de.



Mitmachen +
AEZ-
Gutschein
gewinnen!

Das Center-Magazin in Bulgarien

Sebastian Duczmal hat seinen Sommerurlaub in Albena verbracht und ließ sich an der wunderschönen Küste vom Schwarzen Meer (das ca. 2.200 m tief und etwa 425.000 km² groß ist) mit dem AEZ-Center-Magazin fotografieren.

Dieses Bild wird mit einem 50-Euro-Warengutschein honoriert! Herzlichen Glückwunsch und viel Spaß beim Shoppen!

Die Spielregeln des AEZ-Gewinnspiels sind ganz einfach: Klappen Sie die Titelseite des Center-Magazins am Urlaubsort auf und lassen Sie sich damit an einem landes- oder ortstypischen Motiv fotografieren. Das originellste unter allen eingesendeten Fotos wird veröffentlicht und mit einem 50-Euro-Warengutschein prämiert.

Wir freuen uns auf Ihre Urlaubsgrüße! Fotos bitte an: Alstertal-Einkaufszentrum, Stichwort „Urlaubsfoto“, Kritenbarg 4, 22391 Hamburg. Digitale Bilder per E-Mail an: centermanagement-aez@ece.de



Dynamische Pferde

Dynamisch interessante Originale von der Künstlerin Rosita Engelmoor zum Thema „Pferd im Sport“ können Sie vom 19.10. bis 24.10. an der AEZ-Treffpunkt Bühne sehen. Zusätzlich haben Sie die Möglichkeit, der Künstlerin bei der Arbeit über die Schulter zu schauen.

Schlittschuh-Laufen

Das Center-Magazin verlost 5 x 2 Gutscheine für das öffentliche Eislaufen (Sa. und So. von 14:30-17:00 Uhr) in der Volksbank Arena. Wer gewinnen möchte, der sendet eine E-Mail mit dem Stichwort „Eislauf“ an: m.knierim@alster-net.de.

Gewinnen Sie!

Schweizer Köstlichkeiten

Zahlreiche Stände in der Ladenstraße präsentieren Ihnen vom 15.10. bis 24.10. alles, was die Schweiz an kulinarischen Köstlichkeiten zu bieten hat. Den Rahmen bilden charakteristische Schweizer Landschaften. Wir laden Sie herzlich zum Probieren und Verweilen ein.

Plastische Menschen

Die Kunstausstellung „Körper in Bewegung“ zeigt vom 12. bis 17.10. Plastiken des Volksdorfer Bildhauers Albrecht Braune. Er hat sich auf die Darstellung von Menschen spezialisiert, die dynamisch im sportlichen Wettkampf stehen – so z.B. Golfer, Boxer, Fußballer und Tänzer.

Wiener Ball-Casting

Am 27.02.2010 findet der 3. Wiener Ball im Grand Elysee Hamburg statt. Und Sie können mit etwas Glück dabei sein! Am verkaufsoffenen Sonntag, dem 8.11. von 14-17 Uhr werden bei einem Casting im AEZ Debütantinnen und Debütanten gesucht und zusätzlich 2x2 Karten verlost.



Praxis für Zahnheilkunde Dr. med. dent. Matthias Engeln Za. Sven Schomaker

Heegborg 13 • am AEZ in Poppenbüttel • 22391 Hamburg
Tel.: 040 / 6023949 • www.zahnarzt-hamburg.biz

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

und nach Vereinbarung

Unser Tipp: Eine professionelle Zahnreinigung beugt aktiv gegen Karies und Parodontose vor. Probieren Sie es doch mal aus!



Implantologie Borsay

Mit Sicherheit zu festen Zähnen

Sofortimplantologie: neue Zähne in nur 1 Stunde dank modernster 3D-Computertechnik

- Sicherheit durch 29 Jahre Berufserfahrung
- Hochmoderne Laser und 3D-Computertechnik
- Schmerzfreie Behandlung im Dämmer Schlaf oder mit Narkose möglich
- Alles aus einer Hand – eigenes zahntechnisches Meisterlabor in der Praxis
- Ästhetische Zahnheilkunde



Dr. (H) Agnes Borsay - Zahnärztin, Parodontologie, Ästhetik

Dr. (H) Peter Borsay - Zahnarzt, zertifizierter Implantologe
Präsident der Deutschen Gesellschaft für moderne Zahnheilkunde DGMZ

Direkt im AEZ: Heegborg 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!

ALSTER TV



1. STUNDE
KOSTENLOS!



Die Volksbank Arena

Hier spielt das Leben:

Öffentliches Eislaufen

Freitag: 16.00 - 18.30 Uhr

Samstag: 14.30 - 17.00 Uhr

Sonntag: 14.30 - 17.00 Uhr

Schlittschuhe und Eislaufhilfen können in der Arena geliehen werden.

Eisstockschießen

Montags ab 20 - 22 Uhr gegen Anmeldung.

Eisdisco

Jeden 1. Samstag im Monat von 19 - 21.30 Uhr.

Kindergeburtstage auf dem Eis

Mieten Sie eine Eiszeit exklusiv für Ihren Kindergeburtstag. Schlittschuhe, Pucks und Kindereishockeyschläger können in der Arena geliehen werden.

Weitere Infos erhalten Sie unter:

www.volksbank-arena.net oder telefonisch 040/ 88 163 161



Austern *Spezial!*



Das Alster-Magazin wird Ihnen zukünftig in lockerer Reihenfolge gemeinsam mit **Peter Sikorra**, dem Chefkoch des Grand Elysee, **außergewöhnliche kulinarische Highlights** erklären. In dieser Ausgabe steht die bei vielen Hamburgern besonders beliebte **Auster** im Mittelpunkt. Das Alster-Magazin besuchte den Chefkoch in der Oysterbar des Hotels und führte mit ihm das Austern-Interview.

Alster-Magazin: Herr Sikorra, was sind die wichtigsten Dinge, um perfekt Austern genießen zu können?

Peter Sikorra: Erst mal selbstverständlich frische, eisgekühlte Austern, guter Champagner und ein erlesener Chablis. Außerdem sind eine Austerngabel und ein spezieller Öffner unverzichtbar. Um den Geschmack der Austern zu intensivieren, können Sie je nach Geschmack frischen Zitronensaft oder nach französischer Art eine Vinaigrette mit Rotwein und Schalotten servieren.

AM: Wo kann man Austern am besten kaufen?

PS: Unbedingt im Fachhandel, denn nur der kann wirklich Frische garantieren. Schließlich werden die Austern lebendig verzehrt. Häufig ist es ratsam, die Austern vorzubestellen.

AM: Was kosten Austern?

PS: Austern sind nicht besonders teuer. Im Fachgeschäft kostet die französische Fine de Claire-Auster rund 90 Cent, eine Sylter Auster 1,70 Euro und eine Imperial Auster ca. 2,40 Euro. Letztere werden im Restaurant für rund 4,50 Euro angeboten. Üblicherweise besteht eine Vorspeise aus einem halben Dutzend Austern.

Fortsetzung auf Seite 52



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



Ein mineralischer Chablis intensiviert die verschiedenen Aromen der Auster.

Viele Wissenschaftler stimmen zu, dass es sich bei Austern tatsächlich um ein ernst zu nehmendes Aphrodisiakum handeln könnte.

Austern werden bereits seit der Steinzeit von Menschen gegessen. Die Delikatesse wird üblicherweise roh verzehrt.

Fortsetzung von Seite 51

AM: Schmecken alle Austern gleich?

PS: Nein, es unterscheiden sich sogar männliche von weiblichen Austern. Je nach Wassertemperatur verändert die Auster ihr Geschlecht und verwandelt sich bei warmem Wasser zur weiblichen Auster. Sie sammelt mehr Plankton, wird dadurch stärker und beginnt sich zu vermehren, ist flacher, schlanker und milder im Geschmack. Der Milcher einer männlichen Auster ist prall von Samen gefüllt und dadurch sehr dick und sehr kräftig im Geschmack. Der zweite wichtige Faktor ist die Herkunft und damit die Zusammensetzung des Meerwassers, etwa der Salzgehalt. Die holländische Imperial Auster ist sehr delikate, sie hat einen unwahrscheinlich milden Geschmack, die Fine de Claire schmeckt beispielsweise leicht senfig und die Sylter Auster schmeckt leicht nussig.

AM: Wie sollte man die Auster genießen?

PS: Ich persönlich esse die Auster am liebsten ganz pur. Ohne Zugaben, denn Zitronensaft verfälscht

den eigentlichen Geschmack. Früher diente die Zitrone nämlich eigentlich nur zum Neutralisieren des Austern-Geruchs, da wegen der begrenzten Kühlmöglichkeiten die Austern teilweise nicht mehr frisch rochen. Sehr lecker ist allerdings auch die französische Art mit einer Rotwein-Schalotten-Vinaigrette.

AM: Warum sollte man Champagner vorweg trinken?

PS: Der Champagner bildet den Einstieg für das Austernessen, weil er durch seine leichte Kohlensäure und das dadurch hervorgerufene Prickeln in Kombination mit seiner Würze die Sinne stimuliert. Das macht wirklich Lust auf Meer, die erste Auster. (lacht)

AM: Wie öffnet man die Auster?

PS: Nehmen Sie ein Küchentuch, falten Sie es und legen Sie es in die geöffnete Hand. Dahinein legen Sie die Auster mit der gewölbten Seite nach unten. Platzieren Sie nun den speziellen Öffner mit der Spitze an der vorderen Schalenseite. Sobald

er verankert ist und Sie die Auster mit der rechten Hand fest im Griff haben, drücken sie den Öffner mit leichter Kraft hinein, bis Sie ein Knacken hören und sich die Schale leicht öffnet. Anschließend drehen Sie den Öffner schräg und führen ihn zwischen den zwei Schalen entlang, bis Sie an den kräftigen Muskel gelangen. Diesen durchtrennen Sie mit einer kräftigen Drehbewegung und ziehen anschließend die Schalen vorsichtig auseinander, damit das vorhandene Meerwasser in der unteren Schale verbleibt.

AM: Wie isst man die Auster?

PS: Gehen Sie mit der Gabel unter das Austernfleisch und ziehen Sie das Fleisch ganz langsam hoch, bis es sich löst und legen sie es erneut ins Meerwasser. Jetzt kommt der Schluck Champagner. Dann das Meerwasser ausschöpfen und genussvoll trinken. Anschließend kommt der Höhepunkt, das Austernfleisch.

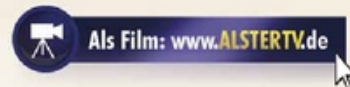
Zum Abschluss folgt erneut ein Schluck Champagner, das betont die Aromen der Auster, die nach Salz und Nuss schmecken. Bei der zweiten Auster wird der

Champagner durch Chablis ersetzt. Der bewirkt ganz andere Geschmacksnoten, zum Beispiel Kräuter oder Honig. Ein „explorativ“ Hochgenuss.

AM: Warum erleben viele Menschen diese Explosion nicht und finden Austern eher labbrig und eklig?

PS: Es kommt darauf an, wie man einen Einsteiger an die Auster heranholt. Für den Beginn empfehle ich immer die pure weibliche Auster ohne Zusatzgeschmack, die ist mild im Geschmack. Stellen Sie sich einmal vor, wie Sie den Champagner und den Chablis kalt gestellt haben und kosten, das wird Ihr Verlangen auf die Auster noch mehr intensivieren, und genießen Sie die frischen Austern, sitzen Sie Ihrem Partner in einem schönen Ambiente gegenüber und schauen Sie sich dabei tief in die Augen, zelebrieren sie den Moment und genießen Sie die einzelnen Schritte. Dann werden Sie eine gewisse Art von Erotik erleben.

Jeannine Ehmsen



Hamburgs erste Adresse für Geniesser

Weinlust® weinhandel & events

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



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

oscar wilde

Für die perfekte Zubereitung Ihrer Auster empfehlen wir Ihnen folgende Zutaten:

Zutaten für zwei Personen:

- 12 Austern
- Frisch vom Fachhandel kaufen und kühl stellen
- Empfehlenswert: Imperial, Sylter oder Fine de Claire
- Champagner
- Chablis
- Zitrone
- Vinaigrette (Rotwein, Schalotten und Essig)



Esstörungen

Wenn Kalorien den Alltag bestimmen

Mehr als eine halbe Million junger Mädchen und Frauen in Deutschland leiden unter den Symptomen einer Essstörung. Sie zählen die Kalorien von Salatblättern oder erbrechen nach dem Essen die Nahrung wieder (Bulimie). Hinter Körpermaßen, die in der Werbung als Norm postuliert werden, verbirgt sich oft eine gefährliche psychosomatische Erkrankung.

Bis zu jede siebte Patientin, die unter Magersucht („Anorexia nervosa“) leidet, stirbt im Langzeitverlauf an den Folgen dieser Erkrankung. Betroffen sind junge Frauen – und immer öfter auch Männer – in der Altersspanne zwischen 12 und 35 Jahren. Dabei sind Störungen des Essverhaltens ernst zu nehmende Erkrankungen. Essgestörte haben oftmals ein verzerrtes Selbstbild und fühlen einen starken Druck, den sie durch ihr Essverhalten kompensieren. Die Auswirkungen dieser Erkrankungen haben Einfluss auf das gesamte Leben. Leider sehen viele Erkrankte ihre Störung nicht als solche an und verstecken die Anzeichen vor anderen. Aufmerksamkeit und Unterstützung durch das soziale Umfeld sind bei allen Essstörungen entscheidend. Der Hausarzt initiiert meist die Suche nach therapeutischen, beratenden oder anderen Maßnahmen. Spe-

Fortsetzung auf Seite 54



Schön Klinik Hamburg-Eilbek



www.schoen-kliniken.de

Ihr Krankenhaus in Hamburg

Telefon (0 40) 20 92 - 0

Durchwahlnummern:

Anästhesiologie	10 32	Rehabilitative Medizin	
Chirurgie	16 02	und Geriatrie	15 04
Endokrine Chirurgie	71 01	Rheumatologie und klinische	
Endoprothetik	73 00	Immunologie	13 52
Innere Medizin	12 01	Septische Weichteil- und	
Orthopädie	13 32	Knochenchirurgie	74 01
Neurologie	16 71	Spinale Chirurgie	70 01
Psychiatrie und Psychotherapie	14 02	Unfallchirurgie	16 52
Psychosomatik	72 01	Urologie	17 42
Radiologie	18 12		

Zentrale Notaufnahme

Im Falle eines Unfalls oder einer schwerwiegenden akuten Erkrankung können Sie sich direkt an uns wenden. Kommen Sie in diesem Fall in die Zentrale Notaufnahme der Klinik (ZNA), Haus 7

Dehnhaide 120 • 22081 Hamburg

Zentrale Notaufnahme
Tel.: (0 40) 20 92 - 17 17

Wir sind für Sie da.

Schön Kliniken. Die Spezialisten



Aufmerksamkeit und Unterstützung durch Freunde und Familie sind bei allen Essstörungen wichtig und entscheidend.

zielle Kliniken bieten Therapien an, die sehr breit gefächert sind und sich nach den Umständen des Patienten und der Schwere seiner Erkrankung richten. „Gerade bei den Magersuchtpatientinnen wollen wir nicht, dass sie zu viel Sport machen, weil sie so wieder Kalorien verbrennen würden, wobei die Bewegungstherapie für BED-Patienten genau richtig ist. Die Kunsttherapie empfinden viele als positiv, weil es ein nonverbaler Weg ist, Gefühle auszudrücken und man einiges über sich lernen kann“, berichtet der Hamburger Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. Bernd Löwe. „Wenn jemand mit Magersucht, der zum Beispiel 30 Kilo wiegt,

zu uns kommt, wird er wohl bei der Entlassung keine 50 Kilo wiegen, aber vielleicht 40 Kilo und damit auf dem richtigen Weg sein. Sowieso haben sich die Therapiemöglichkeiten in den letzten Jahrzehnten etwa für eine „Anorexia nervosa“ – also die Magersucht – erheblich verbessert. Früher war die therapeutische Haltung gegenüber dieser gravierenden und gefährlichen psychischen Erkrankung eher als resignativ zu bezeichnen. Heute allerdings haben sich neue Möglichkeiten der Therapie eröffnet, in vielen Fällen wird nun eine primäre Remission (Rückbildung) ermöglicht“, so Löwe. Hier einige Informationen zu

Formen von Essstörungen:

Latente Essstörung

Eine latente Essstörung ist vorhanden, tritt aber nicht vollständig in Erscheinung. Sie kann Verbote einer ausgeprägten und behandlungsbedürftigen Essstörung sein. Diese Form der Erkrankung begünstigt den Einstieg in andere Essstörungen, z.B. in Bulimie oder Magersucht. Typische Anzeichen hierfür sind Einsatz von Appetitzüglern oder Abführmitteln, Verwendung von Lightprodukten, Wechsel zwischen übermäßigem Essen und Diät, das Zählen von Kalorien, hohe Gewichtsschwankungen und Angst vor Gewichtszunahme.

Magersucht

(Anorexie / Anorexia nervosa)

Magersüchtige sind von ihrem äußeren Erscheinungsbild auffallend dünn. Sie sind hoch sensibel für die Bedürfnisse anderer und können sich verbal gut mit Freunden, Bekannten und Verwandten auseinandersetzen. Der Zugang zu ihrer eigenen Gefühlswelt ist ihnen jedoch sehr schwer möglich. Daher ist es auch für nahestehende Personen schwer, sie emotional zu erreichen und zu stützen.

Magersüchtige haben einen schwachen Bezug zu ihrem Körper und dessen Bedürfnissen. Sie fühlen sich zu dick, wiegen sich oft und leiden unter depressiven

ideal für

- botox • facelift • faltenbehandlung
- polymilchsäure • hyaluronsäure
- macrolane • lidkorrektur • ohrkorrektur
- brustvergrößerung • nasenkorrektur
- brustverkleinerung • bruststraffung
- fettabsaugung • intimchirurgie
- bauchdeckenstraffung



mitglied **vdäpc** und **dgpräc** - vereinigung der deutschen ästhetisch-plastischen chirurgen und deutsche gesellschaft der plastischen, rekonstruktiven und ästhetischen chirurgen - vormals **vdpc**



schönheit

tackeesthetics

dr. jürgen tacke

facharzt für plastische und
ästhetische chirurgie

fon 040 - 350 199 60

hohe bleichen 10 · 20354 **hamburg**

www.dr-tacke.com · kontakt@dr-tacke.com

erstberatung
040 - 350 199 60

Verstimmungen. Ihre Nahrung nehmen sie extrem langsam, sehr heiß oder kalt, vorzugsweise in breiiger Form zu sich. Zu exzessiver sportlicher Aktivität gesellt sich gelegentlich das Tragen schwerer Taschen.

Ess-Brech-Sucht

(Bulimie / Bulimia nervosa)
Vom äußeren Erscheinungsbild sind bulimische Frauen und Männer scheinbar normal, meist schlank. Sie sind sehr gepflegt und ehrgeizig. Durch diese perfekte Fassade ist es kaum zu er-

kennen, dass sie Probleme haben und Hilfe benötigen. Sie unterscheiden erlaubte und verbotene Lebensmittel und horchen von ersteren große Mengen. Wie bei Magersüchtigen sind viele sportliche Aktivitäten, übertriebene Beschäftigung mit Figur und Gewicht, Vernachlässigung von Interessen und depressive Verstimmungen typisch. Bulimikerinnen verheimlichen ihre Essattacken und beenden diese oft durch selbstinduziertes Erbrechen oder durch Einnahme von Abführmitteln.



Angst vor Gewichtszunahme: Essgestörte fühlen sich zu dick, wiegen sich oft und leiden unter depressiven Verstimmungen.

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

BRIGITTE-Testsieger

Die HYPOXI-Therapie ist Testsieger beim optischen Erfolg des Bauchweg-Wettbewerbs



Optischer Erfolg: sensationell

Die HYPOXI-Therapie ist eine äußerst effektive Methode, um in kurzer Zeit gezielt an den Problemzonen abzunehmen – das wurde wieder einmal deutlich gezeigt. Unter der strengen Überwachung von Prof. Dr. med. Bamberger, Direktor des Medizin. PräventionsCentrums Hamburg am Uni-Klinikum Hamburg-Eppendorf, und Prof. Braumann, Sportmediziner und ärztl. Leiter des Instituts für Sport- und Bewegungsmedizin der Uni Hamburg, traten sechs Brigitte-Redakteurinnen zwischen 26 und 61 Jahren zu einem einzigartigen Bauchweg-Wettbewerb an. Wir hatten die Ehre und den großen Spaß, Barbara Voigt (61) in unserem HYPOXI-Figurzentrum betreuen und zu einem spektakulären Ergebnis führen zu dürfen. In nur sechs Wochen verlor sie 7,1 kg Gewicht, minimierte ihren Taillenumfang um 9,5 cm und verbesserte ihren Körperfettanteil um 4,3 % sowie ihr Bauchfett um ganze 5,3 %. **Das Resümee der beiden Professoren – optischer Erfolg: sensationell, gesundheitlicher Erfolg: sehr gut.** Rufen Sie uns an, wenn auch Sie Fettpolsterchen an Bauch, Hüfte, Beinen oder Po schmelzen lassen möchten.

Der ganze Artikel auf www.hypoxi-hamburg.com

HYPOXI-Figurzentrum Hamburg
Schwanenwik 14, 22087 Hamburg
Telefon 040 . 51 90 83 14

HYPOXI
design your body

Alster med

GESUNDHEIT FÜR DIE MENSCHEN AN DER ALSTER

Expertentipp von Heilpraktikerin Birgit Walters, Bel Etage – no age Fachinstitut für orthomolekular-medizinische Cosmetologie und klassische Kosmetik



Mit Homöopathie zu einer dauerhaften Gewichtsreduktion

Mit Homöopathie das Gewicht gezielt und effektiv reduzieren – diese Möglichkeit bietet Body Care Metabolic-Power, eine bewährte homöopathische Therapie mit stoffwechselfördernden Injektionen und Akupunktur. Die Körperfettverbrennung wird damit nicht nur gezielt angekurbelt, sondern somit wird auch der Grundumsatz gesteigert. Die zusätzliche Versorgung mit orthomolekular-medizinischen Nährstoffen garantiert während

der gesamten Reduktionsphase körperliches Wohlbefinden und gute Laune. Ein individueller Ernährungsplan, die wöchentliche Gewichtskontrolle und die Kontrolle von Blutdruck und Blutzucker gehören ebenso zu dieser effektiven „Metabolic-Power-Therapie“ wie die ausführlichen Beratungsgespräche während des gesamten Kurverlaufs. Body Care Metabolic-Power bedeutet: Erfolgreich abnehmen mit System, ohne quälendes Hungergefühl, langweilige Di-

äten und den frustrierenden „Jo-Jo-Effekt“, dafür aber mit dauerhafter Wirkung. Nach eingehender Anamnese sind in den ersten vierzehn Tagen zwei Behandlungen pro Woche erforderlich, danach – für die Dauer von ca. fünf bis sechs Wochen – nur noch eine Behandlung pro Woche. Seien Sie gespannt darauf, wie schnell Ihre Pfunde purzeln werden und Sie so Ihr Wunschgewicht erreichen und gleichzeitig Ihre Lebensqualität erheblich steigern.

Fitness, Wellness & Bodycare

Alsterpool

Erholung und Regeneration in exklusivem Ambiente und bei absoluter Wohlfühl-Atmosphäre

Jetzt NEU!
Lady's Night
Frauen unter sich.

040 - 31 81 82 06
wellness@alsterpool.com
Graumannsweg 10
22087 Hamburg
www.alsterpool.com

Auf den Punkt kommen!

Heilerin gibt heilsame Impulse bei körperlichen Beschwerden und verhilft zu Klarheit in unklaren Lebenssituationen. Bodenständig und mit Freude.

S. Arndt, 040/64220996

„Lifting ohne Skalpell“
SONOSTAR – MATRIX – Therapy

jetzt exklusiv in der BEL ETAGE
eine Empfehlung von Edeltrud Stark
- Cosmetologin -

Eine Weltneuheit der Dr. Kleanthous Kosmetik
Das innovative kosmetische Lifting mit
Ultraschall + Bioresonanz + Lichttherapie +
cell supporting molecules (c.s.m.)

Jetzt neu: homöopathische Gewichtsreduktion
Body Care • Metabolic Power
Erfolgreich abnehmen mit System

Ausführliches Prospektmaterial erhalten Sie gerne auf Anfrage.

BEL ETAGE KOSMETIK – no age® Fachinstitut
für orthomolekular-medizinische Cosmetologie und klassische Kosmetik

Mittelweg 159 • 20148 Hamburg • Tel.: 44 81 80 • www.bel-etage-kosmetik.de

Frau E. Stark (Bel Etage) ist Studiogast bei GesundTV. Zu sehen auf **AlsterTV.de** **Neu!** **GESUND TV** **ALSTER TV**



Heilpraktikerin
Birgit Walters

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



Expertentipp von Engin Yurtcan, Betreiber der Wellness- und Fitnessanlage Alsterpool im Crowne Plaza Hotel Hamburg

Saunieren stärkt Ihr Immunsystem!

Jetzt beginnt die richtige Zeit für ausgedehnte Stunden im Dampfbad und in den Saunawelten. Denn in den kalten Wintermonaten wird einem dabei nicht nur richtig schön warm, sondern von dem angenehmen Spiel zwischen warm und kalt profitiert auch nachweislich Ihre Gesundheit. Damit der beste Effekt erzielt wird, sollten beim Saunieren allerdings einige As-

pekte beachtet werden. So ist es zum Beispiel wichtig, dass man sich Zeit nimmt. Mal schnell, schnell in die Sauna, das bringt nicht viel. Die Regel lautet: Die Ruhephasen sollten dreimal so lang sein wie die Aufenthaltszeit in der Sauna – sonst bringt das ganze mehr Stress für den Körper als Nutzen. Nach den Saunagängen braucht der Körper das Wechselspiel zwischen warmen

und kalten Duschen, zudem aber ausgewogen viel Ruhe, um den Kreislauf wieder anzuregen. Wer sich und sein Immunsystem fit und stabil machen will, sollte einmal pro Woche in die Sauna, egal, ob Sommer oder Winter.



Allergien sind heilbar!



Dr. Eberhardt
(BDS, Süd Afrika)

- Praxis für Allergie-Behandlung
- Ganzkörper-Störfeld-Diagnostik (inkl. Zähne, Nebenhöhlen, Mandeln)
- Raucher-Entwöhnung (schnell und ohne Qualen)

Milchstraße 3
20148 Hamburg
Tel.: 040 410 47 41
E-Mail: rolfeberhardt@freenet.de

Augenlasern

ab 950 € pro Auge

nice-eyes-one.de

Tel. 040-611 826 07

Termine zu Infoabenden finden Sie bei uns im Internet.

Heegberg 2 · 22391 Hamburg



Spezialpraxis für Angstpatiententherapie!

Die etwas andere Zahnarztpraxis! Trauen Sie sich-Rufen Sie an!
Gemeinschaftspraxis Dr. JE Schulz-Walz & Dr. CK Kanitz
www.zahnaerzte-bahrenfeld.de; Telefon: 893960



Alster med

GESUNDHEIT FÜR DIE MENSCHEN AN DER ALSTER

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



Haben Sie heute schon einen Apfel gegessen?

Sie sollten täglich 5 Portionen Obst und Gemüse essen und diese am besten gleichmäßig über den Tag verteilen. Wir empfehlen 2 Portionen Obst und 3 Portionen Gemüse.

Was ist eine Portion?: Eine Portion Obst (z.B. Apfel, Birne...) bzw. Gemüse (z.B. Tomate, Kohlrabi, Gurke...) passt genau in eine Hand. Bei Beeren, Salat sowie gegartem

oder tiefgefrorenem Gemüse ist eine Portion die Menge, die in 2 Hände passt. Bei Saft entspricht eine Portion 200 ml. Wie Sie die 5 Portionen ganz leicht schaffen können, zeigt folgendes Tagesbeispiel: Zum Frühstück gibt es Müsli mit Obst oder zur Scheibe Brot mit Belag ein Glas Obstsaft. Das zweite Frühstück besteht aus einem Vollkornbrot belegt mit Käse oder Schinken und verfeinert mit

frischen Salatblättern, Tomaten- und/oder Gurkenscheiben (diese dürfen ordentlich dick sein!). Zum Mittagessen gibt es einen gemischten Salatteller oder ein Menü mit einer großen Portion gegartem Gemüse. Am Nachmittag beißen Sie kräftig in einen frischen Apfel und zum Abendessen lassen Sie sich eine aufgeschnittene Tomate, Gurke und Paprika zum belegten Brot schmecken.



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



www.maxxform.de

Termine:

Tel. 040 - 80 90 83 1-0

Email: info@maxxform.de

Neu in der Milchstr.22

Maximum für Figur und Haut

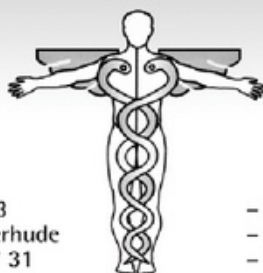
maxxFORM-Studio

Ultraschallwellen - Radiofrequenzwellen - Meso-Kosmetik



Praxis für Physiotherapie

Andreas Glander



Barmbeker Str. 73
22303 HH-Winterhude
Tel. 040 - 270 07 31

- PNF
- Manuelle Therapie
- Lymphdrainage

Chinesische Medizin (TCM) & Aesthetische Akupunktur

Behandlungen zur Förderung von Gesundheit und der Schönheit: Erkrankungen/Beschwerden bei Frau u. Mann, speziell bei der Frau! prophylaktische Maßnahmen u. Wellness. Aesthetische Akupunktur: Faltenbehandlung, Straffung/Lifting von Augenlid, Wangen, Hals, Bauch und Beine, Cellulitebehandlung.

www.tcm-hh.de

Wir freuen uns auf Ihren Anruf 040 656 45 80

Heilpraktikerin/Dipl. Akupunktur V.A. Ansuhenne + Sprechstundenaufnahme Fr. Wöhncke + Team. Termine nur nach telefonischer Vereinbarung! Uhlenhorster Weg 37 • 22085 Hamburg



Expertentipp von Vivien Abena Ansuhenne, Heilpraktikerin

Chinesische Medizin speziell für die Frau

Den Unterschied zwischen Mann und Frau erkennen wir schon im frühesten Kindesalter. In der Pubertät wird es sogar durch die sekundären Geschlechtsmerkmale (Brust, Stimme und Körperform) offensichtlich. Nun hat sich auch in der Schulmedizin wissenschaftlich bestätigt, dass eine Frau bei gleicher medikamentöser Verabreichung oder Erkrankung (z.B. Herzinfarkt) anders reagiert als ihr Pendant – der Mann. Dieses hat zum größten Teil mit den Hormonen und ihren

zyklischen Schwankungen zu tun, die ebenso an körperlichen Mechanismen und dem weiblichen Empfinden beteiligt sind. Die chinesische Medizin versteht es hier feinfühlig, individuell auf die Frau mit ihren Disharmonien und Bedürfnissen einzugehen und somit Erkrankungen und Beschwerden ohne Nebenwirkungen zu lindern bzw. vorzubeugen. Anhand von Befragung, Puls- und Zungendiagnose wird herausgefunden, wo und welche Disharmonien bestehen. Mit chinesischen Behandlungsformen

Akupunktur, Kräutermedizin und Ernährungstipps soll eine Harmonisierung (Heilung) im weiblichen Organismus erzielt werden. Nachfolgend sind einige Themen/Beschwerden/Erkrankungen aufgeführt, die mit der Chinesischen Medizin therapiert und unterstützt werden können: Allergien und Hauterkrankungen, Brustspannen, Unterleibsschmerz, Magen-/Darm-Beschwerden, Verspannungen,

kalte Hände und Füße, Zysten, Myome, Stress, Burnout, Unwohlsein, Kinderwunsch, Cellulite, Raucherentwöhnung, Entspannung etc.



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



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

WWW.DR-AMBROSIUS-HAMBURG.DE

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

Informieren Sie sich unverbindlich bei einem ersten Gespräch.

Unsere Ernährungsprogramme sind von den meisten Krankenkassen anerkannt.

HNO PRIVATPRAXIS



DR. MED. JÖRN RICHTER

AKUPUNKTUR • FUNKT. & ÄSTHET. OPS
ALLERGIESPRECHSTUNDE
SCHNARCHTHERAPIE

Dorotheenstr. 34 • 22501 Hamburg
Terminabsprache unter 040-23 84 03 86
Montag-Sonntag • auch nach 18 Uhr

Schnarcht Ihr Partner?
Schlaflabor
für zu Hause

Ihr Spezialist für Kontaktlinsen

Augendiagnostik
Zentrum



ANDREAS OTTO
FACHARTZ FÜR AUGENHEILKUNDE

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

Alster med

GESUNDHEIT FÜR DIE MENSCHEN AN DER ALSTER

Expertentipp von Gianina Willroth, abplus Ästhetik Zentrum



Dauerhafte Haarentfernung

Eine glatte, unbehaarte Haut gilt sowohl bei Frauen als auch bei Männern als attraktiv und ästhetisch. Viele Methoden, die lästigen Härchen zu entfernen, sind jedoch schmerzhaft oder nicht von langer Dauer. Durch das Nachwachsen der entfernten Haare kann es zu Einwachsungen kommen. Die Haut

entzündet sich oder es entstehen durch ständiges Nachrasieren, Wachsen oder Auftragen von Enthaarungs-crèmes unschöne und meist juckende kleine Pickelchen. Die Lichtimpulsmethode befreit Sie von diesem lästigen und teilweise schmerzhaften Problem. Bei dieser Behandlung wird viel weniger Energie als bei der Lasermethode verwendet. Somit sind Verbrennungen fast auszuschließen.

Da der Haarfollikel durch die Wärme zerstört wird, können keine neuen Härchen mehr gebildet werden. Die Methode kann an fast allen Körperstellen angewendet werden. Schon ab sechs Anwendungen können Sie sich über eine dauerhaft, glatte Haut freuen. Deshalb ist es ratsam, schon frühzeitig – zum Beispiel vor einer geplanten Urlaubsreise – mit dieser Behandlung anzufangen.

HAUTnah
medizinische kosmetik

HERBST?
Bei uns gibt's
Frühlingsgefühle!

UNSERE LEISTUNGEN*:

- Kosmetikbehandlungen
- Körperbehandlungen
- Medizinische Fußpflege
- Dauerhafte Haarentfernung (DepiLight)
- Enzym Behandlung (DMK)
- Mikro Dermabrasion
- Mesotherapie
- Faltenunterspritzung
- Behandlung von Couperose, Besenreißern, Pigmentstörungen und Altersflecken

* Wohlfühlen inklusive

Vivien Riedl | Eppendorfer Baum 32 | 20249 Hamburg
Telefon 040 - 23 55 93 26 | Mobil 0176 - 61 23 40 40
www.hautnah-hh.de | info@hautnah-hh.de

Verteiler gesucht!

Ab 13 Jahre

Alster-Magazin
Magazin Verlag Hamburg

Vertriebsleitung
Tel.: 538 34 52
E-Mail: vertrieb@alster-net.de



Implantologie Borsay

Mit Sicherheit zu festen Zähnen

✓ Sicherheit durch 29 Jahre
Berufserfahrung



✓ Schonende Behandlung
mit 4 hochmodernen
Spezial-Dentallasern

✓ Schmerzfreie Behand-
lung im Dämmer Schlaf
oder mit Narkose möglich

✓ Alles in einer Hand. Eigenes zahntechnisches
Meisterlabor in der Praxis



Dr. (H) Peter Borsay – Zahnarzt

Direkt im AEZ: Heegbarg 29 · 22391 Hamburg-Poppenbüttel

Tel. 040 - 602 42 42 · www.borsay.com

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



ALSTER TV

Expertentipp von Vivien Riedl, Heilpraktikerin im Kosmetikstudio HAUTnah

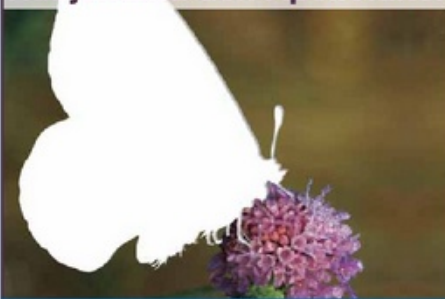
Kosmetische Behandlung nach dem DMK-Konzept



Eine Behandlung nach dem DMK-Konzept ist für alle Hauttypen bestens geeignet. Sie verspricht insbesondere auch dort Erfolg, wo andere Methoden versagt haben, beispielsweise bei Akne, dauerhaft unreiner Haut, Pigmentstörungen, Neurodermitis, Couperose, Besenreißer, Rosazea, Sonnenschäden, Falten, Altersflecken oder großporiger Haut. Das Geheimnis der Behandlung mit dem DMK-Konzept liegt in der Wirkung der verabreichten Enzyme. Die Enzyme

werden ähnlich einer Maske auf die Haut aufgetragen und können dort direkt ihre heilende Wirkung entfalten. Hierbei hydrolysieren die Enzyme die für die Hautstörungen ursächlichen Zelltrümmer oder das abgestorbene Zellmaterial, Unterlagerungen sowie Stoffwechselschlacken. Selbst werden so sanft aus der Haut geschwemmt. Anders als bei anderen Behandlungen verspricht jede Anwendung einen sichtbaren Erfolg: eine wahrnehmbare Verbesserung des Hautbildes!

Hat jemand den Apollofalter gesehen?



Manche Arten gehen für immer verloren. Der NABU bewahrt die Artenvielfalt für Mensch und Natur.

Helpen Sie mit – damit das Ganze komplett bleibt.

www.NABU.de



www.abpilus.de

Machen Sie Ihren Haaren Beine!

OHNE LASER
Beratungsgespräch
040 / 69 70 55 14

IPL SYSTEM - EPILUX



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

Schnelle, sichere & dauerhafte Haarentfernung ohne Laser!

4 Jahre

abpilus Ästhetik Zentrum



Gianina Willroth, Inhaberin

Ich möchte mich auf diesem Wege herzlich bei unseren Kunden bedanken. Unser Jubiläumsangebot im Oktober:

**20 %
Rabatt**

Ihre Gianina Willroth

Heegbarg 2 (direkt am AEZ) · 22391 Hamburg

Kostenlose Probebehandlung

abpilus
ÄSTHETIK ZENTRUM



Holz und Lack: Die Eichen-Front steht hier im Kontrast zum weiß-hochglänzenden Technik-Center – eine elegante Kombination.



Stilvoll kombiniert

**Genuss im
Mittelpunkt.**

KUCHE
Walter Pape **exklusiv**

Kieler Straße 32
25474 Bönningstedt
Tel. 040 - 556 03 30
www.kueche-exklusiv.de



Die **Integration der Küche in den Wohnraum** wird immer beliebter. Aber nicht nur die Räumlichkeiten werden miteinander kombiniert: Durch den Mix von zwei verschiedenen Fronten durch Material und Farben entsteht zeitlose Eleganz.



Mit heruntergefahrener Arbeitsplatte übernimmt der Küchenblock die Funktion einer Anrichte und tritt in seiner Raumwirkung dezent zurück.



Foto: Schüller

Türen öffnen, Grenzen überwinden und die elementaren Funktionsbereiche für ein gemeinsames Miteinander verbinden – immer mehr integriert man die Küche in den Wohnbereich, denn Kochen ist nicht erst seit gestern Lifestyle geworden! So können beispielsweise Küchenblöcke zu einer Anrichte umfunktioniert und dezent in ihrer Raumwirkung zurückgenommen werden. Ein weiterer Trend, der sich bei der Integration von Küchen in Wohnbereiche abzeichnet, ist das Mixen verschiedener Fronten, vorzugsweise Holz und Holzimitate mit Hochglanz- oder Glas-Elementen. So können extravagante Hochschrank-Glastüren einen ex-

Front in Schwarz-Hochglanz kombiniert mit Holz-Nachbildung. Küchen-Architektur nach dem Design-Prinzip: mehr Wirkung durch Reduktion. Die Esstheke befindet sich mittig und ist ein Teil der Arbeits-Halbinsel.

klusiven Wohnraum-Charakter verströmen. Auch mit indirekter Beleuchtung setzt man elegante Licht-Effekte. So wird mit stilvollen Designelementen die Küche optisch in den Living-Bereich transformiert – moderne Leichtigkeit offen, freundlich und hell gestaltet. *mk*

Foto: Team7

Ein glänzendes Angebot!

30 JAHRE

Glänzende Nachfrage:
Wir verlängern bis
zum 24. Oktober!

Jubiläumsrabatte
und vieles mehr...!!

Glänzende Zeiten für Küchenkäufer!

Vom 12.09. - ~~10.10.2009~~ erhalten alle Kunden statt Kunststoff-Fronten – Lack-Fronten zum gleichen Preis! Die Vorteile - unabhängig vom günstigen Preis - erklären wir Ihnen gerne in unserer Ausstellung. Wir sehen uns!

**Top-Angebote - Top-Preise - Top-Qualität ...
... natürlich bei HANSA-COMPLET-KÜCHEN**



Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr.
10 bis 19 Uhr
Sa. 10 bis 17 Uhr

Lübecker Straße 126 · 22087 Hamburg · Telefon 040 25 44 90-0

Individuelles Wohnen



Steht Ihnen der Sinn nach einem neuen Wohngefühl? Die alte Wohnszene in eine neue zu verwandeln, mit professionellen Anregungen und Ideen? Dann sind Sie bei **Korzilius Fine Interiors** an der richtigen Adresse. Julia Korzilius und ihr Team arbeiten seit Jahren mit Leidenschaft an der Gestaltung von Räumen zum Wohlfühlen. Mit einem Mix aus edlen Materialien, Farben und Stoffen Vorhandenes und Neues zu einem harmonischen Ganzen zu bringen – das ist das Ziel. In

dem Geschäft in der **Magdalenenstraße 26** können Sie sich von verschiedenen Wohnszenen inspirieren lassen, Einrichtungsgegenstände und Accessoires direkt mitnehmen sowie individuelle Sonderanfertigungen bestellen. Zum Beispiel aus der exklusiven eigenen Kollektion von Julia Korzilius. Diese umfasst Sofas, Sessel und Betten und wird auf Maß gefertigt. „Jeder Raum, jedes Haus hat seine eigene Persönlichkeit, wie jeder Mensch eben auch. Raum und Mensch in Einklang zu bringen – das gelingt mit Kompositionen aus verschiedenen Materialien, Farben und Stoffen wie Holz und Edelmetall oder Leinen und Seide. So lässt sich der Charakter eines Raumes verändern und an den Besitzer anpassen. Auf diesem Weg begleiten wir unsere Kunden je nach Anforderung: vom neuen Sofa bis hin zum gesamten Einrichtungskonzept, das auch die Planung von Bädern und Küchen beinhaltet.“, so die Designerin. Mehr Infos auf: www.fine-interiors.de oder unter der **Tel.: 41 33 94 94**.



55 Geigen für Musica Altona



Dr. Harald Vogelsang (Vorstandssprecher der Haspa, l.), Holger Eschholz (Repräsentant für die Region Alster-West) und Patricia Renz (Vorstand der Musica Altona e.V.).

Die Haspa unterstützt die Musica Altona e. V. bei der Anschaffung von 55 Geigen. Hierzu stellte die Haspa 25.000 Euro aus Mitteln des Zweckertrages des Lotteriesparens zur Verfügung. Die jungen Musiker des Vereins bedankten sich mit einem Konzert. Dazu Dr. Harald Vogelsang, Vorstandssprecher der Haspa: „Die Musica Altona e. V. kümmert sich tatkräftig um die musikalische Entwicklung von Kindern und Jugendlichen im Kreis Altona. Das freut uns sehr, denn musikalische Früher-

ziehung, unabhängig vom sozialen Hintergrund zu ermöglichen, ist ein wichtiger Baustein unseres Musik-Engagements.“ Jürgen Warmke-Rose, Bezirksamtsleiter Altona: „Mittlerweile musizieren rund 220 Kinder und Jugendliche außerhalb des Unterrichts in vier Altonaer Schulen und weiteren Einrichtungen. Dank der großzügigen Unterstützung durch die Haspa entwickeln wir uns seit Gründung der Musica Altona 2002 in einen kulturell lebendigen und vielfältigen Stadtteil.“



Schöner wohnen im Garten

Auch im Garten können wir „Zimmer“ einrichten. Wie in einem Haus muss aber zunächst der

„Grundriss“ festgelegt werden. Meist stehen einem hierfür sogar mehr Platz und Möglichkeiten zur Verfügung: Mauern, Hecken, eine Reihe Blühsträucher, Stauden, Wasser, Bodenbeläge, Erdmodellierungen in unterschiedlichsten Höhen, Staffelungen, Abfolgen, sehr formal oder auch organisch usw. schaffen die Räume, die wir später „möblieren“ können. Als „Einrichtung“ kommen dann eine besondere Bepflanzung, ausgesuchte Materialien, Wasserspiele, Gartenmöbel, Skulpturen etc. in Frage. Nicht vernachlässigen sollte man die richtige Ausleuchtung. **Gärten von Hoerschelmann, Hartwigsahl 17 in Bargfeld-Stegen bei Hamburg**, bringt das Wissen in Planung und die Erfahrung im Bau individueller Gartenräume mit, um mit Ihnen zusammen die für Sie passende Garteneinrichtung zu finden. Sie können dabei aus unserer kompletten Palette vom kreativen Entwurf bis zur hochwertigen Ausführung wählen. Mehr Informationen erhalten Sie unter **Tel.: 04532 - 288 24 42** oder im Internet unter www.gaertenvonhoerschelmann.de.

Getestet und für „Gut“ befunden



Stiftung Warentest hat verschiedene Fitnessstudios in Deutschland unter die Lupe genommen und sie auf ihre Trainingsqualitäten geprüft. Dabei erreichte **MeridianSpa** als einziger Anbieter das **Qualitätsurteil „GUT“ (2,1)** und ließ seine Mitbewerber hinter sich.

Im Juni 2009 verlieh das Deutsche Institut für Servicequalität MeridianSpa die Auszeichnung als beste Wellness-Oase Hamburgs. Dass das Hamburger Unternehmen aber nicht nur im Bereich Wellness Bestnoten verdient, sondern auch im Bereich Fitness vor seinen Mitbewerbern liegt, bestätigen jetzt die Tester von Stiftung Warentest in der Oktoberausgabe der Zeitschrift „test“.

Stiftung Warentest schickte elf Männer und Frauen zwischen 20 und 54 Jahren in insgesamt 24 Studios von acht bundesweit vertretenden Fitnessstudio-Anbietern und testete diese auf ihre Trainingskompetenzen. Dabei legten die Tester in wiederholten Besuchen auf Trainingseinführung, Betreuung und Trainingsbedingungen ihr besonderes Au-

genmerk. MeridianSpa schnitt mit seinen Anlagen in Hamburg und Berlin als einziger Anbieter mit dem Qualitätsurteil „Gut“ ab. Die Hälfte der anderen getesteten Studios, darunter Elixia, Holmes Place, Fitness First und McFit, konnte die Tester nicht überzeugen. Die Note „sehr gut“ erhielt MeridianSpa für die Trainingseinführung und das Erstellen eines Trainingsplans. So schreibt „test“: „An den schriftlichen Trainingsplänen lässt sich erkennen, dass MeridianSpa sich offenbar bemüht, den gründlichen Eingangs-Check und die Angaben der Kunden als nachvollziehbare Grundlage für die Trainingsvorgaben zu nutzen.“ Und auch die Trainer bekamen Lob von den Testern, denn „sie waren sehr engagiert und für alle Fragen offen“ und reagierten

positiv und kompetent, wenn sie direkt um Rat gefragt wurden. Außerdem schnitt MeridianSpa bei der Preistransparenz „sehr gut“ ab und konnte mit der kürzesten regulären Vertragslaufzeit punkten.

Das Testergebnis von Stiftung Warentest ist eindeutig und auch die Tester bestätigen das erfolgreiche Konzept von MeridianSpa: „Für mich ein Studio der Superlative. Das Ambiente ist toll, man fühlt sich fast wie im Urlaub.“ Ein schöneres Geschenk kann es für MeridianSpa, das im Oktober sein 25-jähriges Jubiläum feiert, nicht geben und das zusammenfassende Ergebnis von Stiftung Warentest steht für sich: „Professionelle, engagierte Trainingseinführung in angenehmer Atmosphäre. Hochwertiges Ambiente.“

Jetzt Mitglied beim Testsieger werden:

Qualitätsurteil „Gut“ im Bereich Fitness sagt Stiftung Warentest. Und das Deutsche Institut für Servicequalität zeichnet MeridianSpa als beste Wellness-Oase Hamburgs aus. Das sind schon gute Gründe, um sich für eine Mitgliedschaft im MeridianSpa zu entscheiden. Anlässlich des 25-jährigen Jubiläums gibt das Hamburger Unternehmen aber noch einen ganz besonderen Anreiz. Denn wer bis zum 31.10. eine Jahresmitgliedschaft ab einem Monatsbeitrag von 69 Euro abschließt, zahlt keine Aufnahmegebühr und spart 200 Euro.

Weitere Informationen erhalten Sie telefonisch unter 040/65 89-0, auf www.meridianspa.de oder direkt in einem der vier Hamburger MeridianSpa:

MeridianSpa Wandsbek Wandsbeker Zollstr. 87-89	Fon 040/65 89-10 50
MeridianSpa City Schaarsteinweg 6	Fon 040/65 89-11 00
MeridianSpa Eppendorf Quickbornstr. 26	Fon 040/65 89-13 50
MeridianSpa Alstertal Heegberg 6	Fon 040/65 89-14 50



HIMMLISCH SCHLAFEN

Foto: Impressionen



Kreativ mit Vintage-Charme. Klassische Rosen- und Paisleymuster können die Atmosphäre abrunden.

Eurosleep hilft Schnarchern

Erste deutsche EUROSLEEP-KLINIK in Hamburg für die Behandlung von Schlaf- und Gesundheitsstörungen durch Schnarchen



Die EUROSLEEP-METHODE – seit 20 Jahren bewährt:

- Modernste Schlafdiagnostik bequem zuhause
- Ambulanter, minimaler Eingriff mit Plasmachirurgie und Radiofrequenztherapie
- Hervorragende fachärztliche Versorgung
- Zentrale Anbindung im Herzen der Hansestadt auf dem Gelände des UKE

Beheben Sie das Schnarchen – Verhindern Sie:

- Nächtliche Atemaussetzer (Apnoe)
- Tagesmüdigkeit, Kopfschmerzen, Sekundenschlaf
- Spätfolgen wie Herzinfarkt, Schlaganfall

Mehr Infos unter: www.eurosleep.org



EUROSLEEP
H A M B U R G

Tel: +49 (0) 40. 689 89 99-46
Fax: +49 (0) 40. 689 89 99-47
mail@eurosleep.org
www.eurosleep.org

Fotos: Bilderberg, Shutterstock, www.m5-design.com, Text: www.sprachtherapie-mg.com



Nach dem scharf geschnittenen, urbanen Lifestyle vergangener Jahre, kehrt in deutsche Schlafzimmer eine kreative, neue Gemütlichkeit ein. Wir liefern Ideen, wie solch eine behagliche Wohnfühlinsel gestaltet werden kann.

Gemütliches

Nest

Foto: hülsta

Naturmaterialien verschaffen Atmosphäre.



Teppich

STARK

ANGEBOT DER WOCHE

Die original TEMPUR-Matratze 15

90 x 200 x 15 cm | 100 x 200 x 15 cm

MODELLWECHSEL

€ 799, statt € 949,-*
(€ 150,- gespart)

Die original TEMPUR-Matratze 20

90 x 200 x 20 cm | 100 x 200 x 20 cm

MODELLWECHSEL

€ 999, statt € 1.249,-*
(€ 250,- gespart)

TEMPUR
DRÜCKENTLASTENDE MATRATZEN UND KISSEN

*unverb. Preisempf. Nur solange Vorrat reicht. Nicht kombinierbar mit anderen Rabattaktionen.

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

Sie liegen auf einem **Lattenrost** und wundern sich über schlechten **Schlaf?**

Lassen Sie sich jetzt kompetent von uns beraten!



Das Bett GmbH • Hudtwalckerstr. 11
(Neben dem Winterhuder Fährhaus)
22299 Hamburg • Tel.: 040/48 58 30

das Bett
Andrea Schmidt
fit schlafen gesund leben

Hansa Engel



INDIVIDUELLE BETTEN UND MATRATZEN AUS EIGENER FERTIGUNG



Wir fertigen in unserem Traditionsunternehmen Betten und Matratzen nach Ihren Maßen und Ansprüchen. Durch die eigene Herstellung sind alle Sondergrößen und Maße (z. B. für Dachschrägen) möglich. Besuchen Sie unsere große Ausstellung oder vereinbaren mit uns Ihren Wunschtermin!

www.hansa-engel.de **QUALITÄT ZU VERNÜNFTIGEN PREISEN.**

HANSA ENGEL-WERK • WEIDENDE 5 • HAMBURG-POPPENBÜTTEL • TEL.: 601 85 27 • FAX: 601 30 87
ÖFFNUNGSZEITEN: MO-DO.: 7.00-17.00 UHR • FR.: 7.00-16.00 UHR • SA.: 9.00-13.00 UHR



Bettwäsche im Rentier-Dessin: Neo-Biedermeier oder post-moderne Ironie?

Helle, lichtdurchflutete Räume und naturnahe Farbtöne bringen Ruhe in den Schlafraum.



Anzeige

Gesunder Schlaf mit hochwertigem Schlafsystem



für die unterschiedlichsten, individuellen Bedürfnisse das richtige Nachtlager. Entscheidend für den gesunden Schlaf ist nicht nur der Härtegrad des Lattenrostes, sondern auch die Matratze. „Egal, ob Schaum, Latex- oder Federkern – Becken und Schulter sollten in Seitenlage absinken können, ein Hohlkreuz braucht Unterstützung und wer etwas mehr wiegt, wählt eine etwas härtere Matratze als ein leichter Mensch“, so der Abteilungsleiter des Bettenstudios Christian Kneese. Ein Gefühl von Schwerelosigkeit bieten beispielsweise die hochmodernen Matratzen von TEMPUR. Ursprünglich

hervorgerufenen Schmerzen gehören der Vergangenheit an. Einen guten Schlafkomfort bietet auch das sogenannte Rubex-Tubes-System. Ist Ihnen bewusst, dass wir bis zu 200 Liter Flüssigkeit pro Jahr im Schlaf verdunsten? Diese abgegebene Flüssigkeit wird vom Rubex-Tubes-System spürbar schnell durch vertikale Luftkanäle in der Matratze bzw. im Kopfkissen abgeleitet. Mit einer computergestützten, elektronischen Vermessung kann bei Teppich Stark vor Ort herausgefunden werden, welcher „Matratzentyp“ Sie sind. Lassen Sie sich von einem Fachmann persönlich beraten und machen Sie im Geschäft ein Probeliegen, um so in Zukunft auf einer individuell angepassten Matratze schlafen zu können. Teppich Stark bietet außerdem in seinem neu gestalteten Bettenstudio ein großes Sortiment an Holz-, Metall-, Loom- und Polsterbetten, die auch in Komforthöhe zum bequemen Aufstehen erhältlich sind. Zudem erhalten Sie zur Eröffnungsphase zahlreiche Angebote aus dem Komplettprogramm von TEMPUR. Weitere Infos gibt es unter **Tel.: 040-611 66 80** und im Internet unter **www.teppichstark.de**.

Christian Kneese, Abteilungsleiter des Bettenstudios von Teppich Stark, berät seine Kunden individuell und umfangreich.

Wer sich morgens im Bett völlig unfit fühlt oder sogar Verspannungen und Rückenschmerzen wahrnimmt, sollte sich Gedanken über seine Matratze machen. Wenn sie durchgelegen oder völlig

falsch für den Körper ist, wird es mit der erholsamen Nachtruhe nichts. Das vielfältige, qualitativ hochwertige Sortiment des neuen Bettenstudios von **Teppich Stark, Poppenbütteler Bogen 94**, bietet

wurde der bei diesen Matratzen verwendete Spezialschaum für die NASA entwickelt. Diese Matratzen passen sich exakt der Körperform an. Sie fühlen sich schwerelos und die durch Druckbelastung

ck



Foto: Impressionen

Auf Bewegungen folgen Gegenbewegungen, auf Trends Gegentrends. Manchmal allerdings vermischen sich Yin und Yang und bringen eine Synthese hervor, die das Beste aus beiden Welten vereint. Als im 20. Jahrhundert eine neue Generation bilderstürmerischer Designer an die Macht kam, wurde alles auf den Prüfstand gestellt. Gerade das bräsige, bäuerliche Schlafzimerdesign der älteren Generationen wurde eher belächelt. Es entstand ein urbaner Stil mit klarer Linienführung und glatten Oberflächen, neue Ideen, die auch den Komfort in einen der privatesten Räume des Hauses einführten. Seit einigen Jahren ist eine Gegenbewegung zu diesem jahrelang dominanten Trend zu beobachten: In einer gestalterischen Manier, die manche als „Neo-Biedermeier“ verschreien, werden alte Werte wiederentdeckt, warme Farben, natürliche Formen, klassische Muster. Alle Kritik dahingestellt: So wird das Beste aus allen Welten verbunden.



Warme Farbgebung, ruhige, klare Formen: Schlafzimmer kommen zurück zur Natur.

Foto: hülsta

Schlafwandel®
SYSTEM-BETTEN • MATRATZEN

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

*Kostenlos
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

DIE
WÄSCHEREI
Das Möbelhaus ✂

DIE
BETTENABTEILUNG
DER WÄSCHEREI

1. PLATZ
ALS BESTE BETTENABTEILUNG
DEUTSCHLANDS
2009

HAUSTEK FFH - JANUAR 2009

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

Natürlichkeit Individualität Design

Bettrahmen
Matratzen
Lattenroste

Traum Station ist seit mehr als 10 Jahren das Fachgeschäft für Ihren gesunden Schlaf in der Hamburger City.

Bettrahmen Buntbuche
1095,- Euro
(160 x 200 cm)

Schlafsofas
Sitzmöbel
Decken
Schiebetüren-Systeme

Bettrahmen Buche
1613,- Euro
(160 x 200 cm)

Gertrudenstraße 3 [Ecke Rosenstr.] | 20095 Hamburg
Telefon 040-32 25 36 | Telefax 040-32 25 47
hamburg@traumstation.de | www.traumstation-hamburg.de

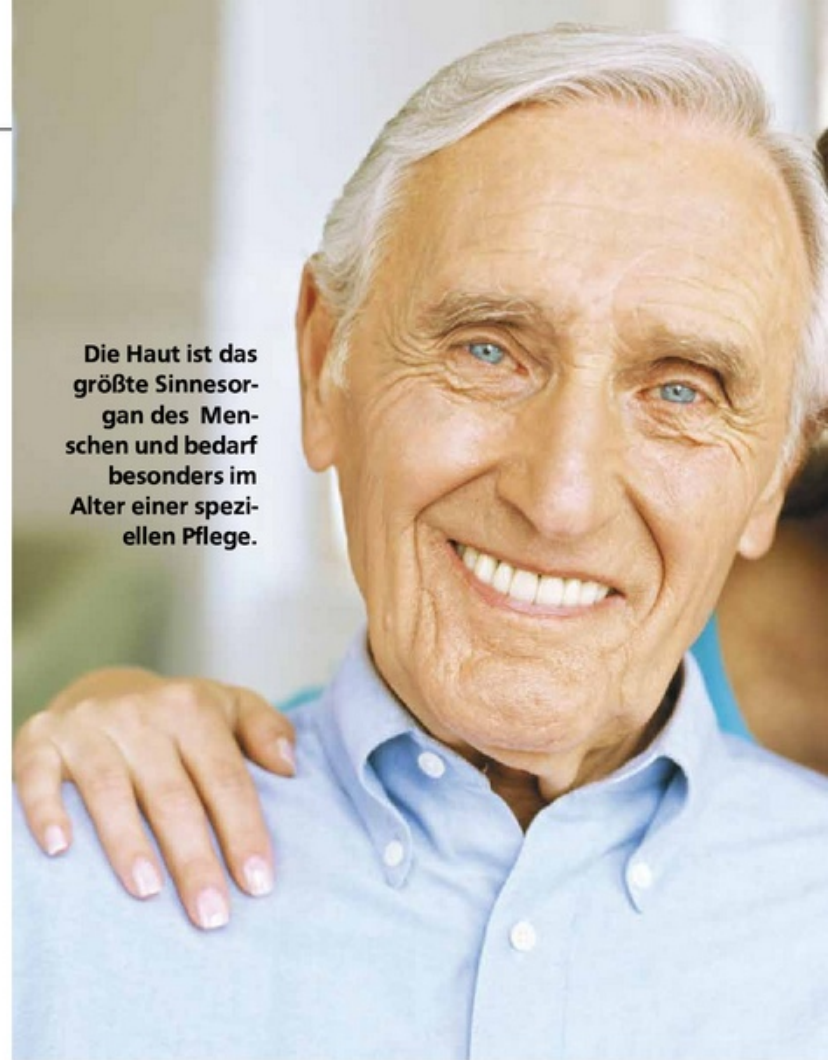
Lippenfältchen müssen nicht sein!



Besonders die zarte Hautpartie um die Lippen herum wird durch zu viel Sonneneinstrahlung oder durch Rauchen stark geschädigt.

Elastische Bindegewebsfasern in tieferen Hautschichten sorgen dafür, dass die Hautoberfläche glatt aussieht. Beim Alterungsprozess eines jeden Menschen bilden sich diese Fasern zurück und Umwelteinflüsse schädigen sie zusätzlich. Die Folge ist: Das Gewebe erschlafft und es zeigen sich Falten. Längsfältchen an der Oberlippe haben in den meisten Fällen dieselben Ursachen wie Krähenfüße oder Zornesfalten auf der Stirn. Vor allem zu viel Sonneneinstrahlung greift das Bindegewebe in der Haut stark an.

Rauchen schadet der Lippenpartie sogar auf zweifache Weise, denn zum einen greifen Giftstoffe aus dem Zigarettenrauch in den Hautstoffwechsel ein und zum anderen ist beim Ziehen an der Zigarette die mimische Muskulatur an den Lippen vermehrt angespannt und die Haut „in Falten gelegt“. Auch genetische Veranlagung kann die Ursache einer deutlichen und frühzeitigen Fältchenbildung sein. Wer dünnere Haut hat, besitzt auch oft empfindlichere elastische Fasern und bekommt leichter Fältchen. *ale*



Die Haut ist das größte Sinnesorgan des Menschen und bedarf besonders im Alter einer speziellen Pflege.

Gepflegte Haut

Der Zustand der Haut ist einem ständigen Wandel unterworfen und individuell sehr unterschiedlich. Mit zunehmendem Lebensalter, gerade auch **zur Winterzeit**, verändert sich die Haut noch schneller und oftmals kommt es zu **Schädigungen**. Wie Sie Ihre wertvolle Schutzhülle am effektivsten pflegen können, lesen Sie hier.

Auf die natürliche Hautalterung hat der Mensch wenig Einfluss. Das Hautbild und die Hautalterung werden jedoch wesentlich von äußeren Faktoren mitbestimmt. Für die sogenannte Umwelalterung sind vor allem UV-Strahlung und freie Radikale verantwortlich. Wer seine Haut in jungen Jahren einer zu intensiven

Sonnenbestrahlung ausgesetzt hat – ob ungeschützt in heißen Urlaubsregionen oder auch unter der Sonnenbank – altert deutlicher und früher. UV-Strahlen beschleunigen die Faltenbildung und es können grobe, tiefe Furchen, vor allem in Gesicht und Nacken, entstehen. Intensive Sonnenbäder und Solarienbesuche

OHR-INLAYS

Sofort hören!

**Ohr-Inlays:
Neueste Technik aus Amerika!
Jetzt kostenlos testen.**

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



trocknen die Haut nicht nur aus, sondern vermindern auch deren Elastizität. Zusätzlich begünstigen UV-Strahlen die Entwicklung von Altersflecken, die sich vor allem am Handrücken, im Gesicht und am Rücken ausbilden. Neben der intensiven Sonneneinwirkung werden auch andere schädigende Lebensgewohnheiten oft erst im Alter auf der Haut sichtbar. Besonders das Rauchen über lange Zeit, viel Stress und zu wenig Schlaf lassen die Haut frühzeitig altern, ebenso wie übermäßiger Alkoholkonsum. Eine zu geringe Flüssigkeitszufuhr (Mineralwasser, Fruchtsäfte, Tees) kann die Haut ebenfalls austrocknen.

Tipps für ein besseres Hautbild:

- Da die Haut im Alter trockener und empfindlicher wird, sind Badzusätze und Duschgels ungeeignet, die der Haut zusätzlich Feuchtigkeit entziehen, wie z. B. Schaumbäder. Besser geeignet sind daher rückfettende Ölbäder und ölhaltige Duschgels, die den Säureschutzmantel der Haut wiederherstellen.
- Unbedingt erforderlich ist die Pflege mit fetthaltigen und feuchtigkeitsspendenden Emulsionen nach jedem Baden oder Duschen.
- Bei rissiger, juckender und zu Ekzemen neigender Haut sollten spezielle Pflegeprodukte aus der Apotheke verwendet werden, die

mit wundheilenden und feuchtigkeitsspendenden Faktoren angereichert sind.

- Für die Gesichtspflege sind möglichst solche Zubereitungen auszuwählen, die Feuchtigkeitsfaktoren enthalten. Zur Reinigung des Gesichts sind Seifen und Syndets ungeeignet. Greifen Sie zur Reinigungsmilch mit hohem Anteil an rückfettenden Substanzen.
- Bedenken Sie, dass zu geringe Flüssigkeitszufuhr die Haut zusätzlich austrocknet. Im Alter lässt das Durstgefühl nach. Ältere Menschen trinken häufig weniger als die empfohlene Menge von eineinhalb bis zwei Litern pro Tag. Gewöhnen Sie sich daher an, stets ein gefülltes Glas oder eine Tasse auf dem Küchen- bzw. Couchtisch stehen zu haben, um Sie ans Trinken zu erinnern (Mineralwasser, Säfte sowie Kräutertees).
- Setzen Sie sich im Alter keiner zu intensiven Sonnenbestrahlung aus und vermeiden Sie einen Sonnenbrand. Cremen Sie sich nach dem Sonnenbad immer ein, um eine Austrocknung der Haut zu vermeiden.
- Gönnen Sie sich Entspannung und Ruhe. Ausreichend erholsamer Schlaf ist ein zusätzlicher Pflegefaktor für die Haut.
- Achten Sie bei der Wahl Ihrer Pflegeprodukte stets auf natürliche Inhaltsstoffe.

ak

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

STIFTUNG ALTENHEIM ST. JOHANNIS/ST. NIKOLAI

*Wohnen im Herzen
von Harvestehude*



Eine Wohnung allein macht noch kein Zuhause. Geborgenheit, Vertrautheit, Sicherheit und das Miteinander mit Menschen gehören dazu. Wir wollen, dass Sie sich bei uns, mitten im Herzen von Harvestehude, zu Hause fühlen.



Der Schlüssel dazu ist unsere Betreuung, die auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist. Und das rundum mit bester Qualität. Dafür steht das **Diakonie-Siegel: Pflege**, mit dem wir als erstes Seniorenheim in Hamburg ausgezeichnet worden sind. Wenn Sie Interesse haben, freut sich Herr Uwe Koch, Leitung, auf Ihren Anruf.

Stiftung Altenheim St. Johannis/St. Nikolai

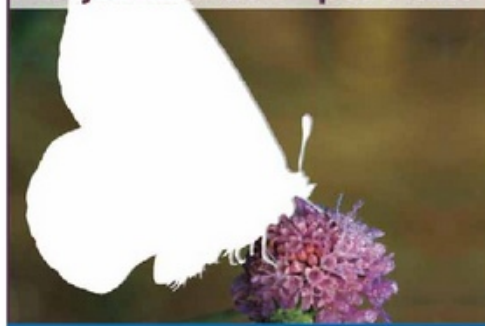
Mittelweg 106 · 20149 Hamburg

Fon (040) 41 44 90 · Fax (040) 41 44 95 99

www.Altenheim-StJohannis-StNikolai.de



Hat jemand den Apollofalter gesehen?



Manche Arten gehen für immer verloren. Der NABU bewahrt die Artenvielfalt für Mensch und Natur.

Helpen Sie mit – damit das Ganze komplett bleibt.

www.NABU.de





- Rollläden
- Markisen
- Insektenschutz
- IR-Heizstrahler

DIWAL

Rolladenbau GmbH



Reparaturen

Steilshooper Str. 248
22307 HAMBURG
Telefax: 040 - 51 77 03
www.diwal.de

040

511 92 80

ROLF KAPPLER
EINBRUCHSCHUTZ

Montagefestpreise in ganz Hamburg • Von der Polizei empfohlener Fachbetrieb

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

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

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

Sperrangelweit offen:
Langfingern darf
keine Chance gegeben
werden!

Wirkungsvoller Schutz vor
ungebetenen Gästen

Einbruch aber sich

Alle zwei Minuten wird in Deutschland eingebrochen – sagt die Polizeistatistik. 37 Prozent aller Einbrüche scheitern, weil effiziente Sicherheitstechnik den kriminellen Eindringlingen eben diesen raschen Einstieg verwehrt. Ein paar Tipps gegen ungebetene Gäste.

Bei knapp der Hälfte aller Einbrüche steigen die Diebe durch Fenstertüren ein. Kein Wunder, liegen die Terrassen doch meist

auf der Rückseite des Hauses. Aufgrund von Hecken und anderem Sichtschutz sind sie zudem häufig schwer einsehbar.



Foto: BHW Bausparkasse / Hörmann

schutz - er!

Ideale „Arbeitsbedingungen“ für Kriminelle, weil kaum Gefahr besteht, entdeckt zu werden. Terrassentüren lassen sich ebenso wie einfache Fenster innerhalb weniger Sekunden mit einem Schraubendreher fast geräuschlos aufhebeln. Ein allzu bequemer Einstieg lässt sich bereits im Vorfeld verhindern, indem man beim Eigenheimbau bereits einbruchhemmende Fenstertüren einplant. Oder aber nachträglich durch zusätzliche Verriegelungen, mit denen sowohl die Griff- als auch die Scharnierseite nachgerüstet werden sollten. Bei Balkon- oder Terrassentüren empfehlen sich davon jeweils zwei pro Seite,

bei Fenstern reicht zumeist eine aus. Als Faustregel gilt: eine Aufbruchsperre pro laufendem Meter. Auch Rollläden eignen sich zur nachträglichen Sicherung von Terrassentüren und Fenstern – insbesondere dann, wenn sie innenseitig montiert sind und sich nicht manuell hochschieben lassen. Gut 200 Euro sollte man pro Fenster für die Sicherheitsnachrüstung einkalkulieren. Denn verlässlichen Einbruchschutz bieten nur qualitativ hochwertige Produkte, die einer Fremdüberwachung mit regelmäßigen Kontrollprüfungen unterliegen. *Fortsetzung auf Seite 74*

- Funk-Alarmanlagen
- digitale Schließtechnik
- Türbeschläge
modern und klassisch
- Briefkästen
- Briefkastenanlagen
- Mechanische Sicherheit
- Insekten- und Pollenschutz



Neu
in Poppenbützel



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

Lichtblicke für Ihre Fenster
Seit über 30 Jahren

- Rollos
- Plissees
- Lamellen
- Jalousien
- Flächenvorhänge
- Insektenschutz



Fachkundige Beratung,
Aufmaß und Montage

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

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

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

TÜMLER & PEIL

ROLLÄDEN

MARKISEN

ROLLTORE Seit 1865

☎ 6 93 20 45

Wintergartenmarkisen
Scheren- u. Rollgitter
Vordächer
Motorisierungen
feste Vergitterungen

Am Stadtrand 58
22047 HH-Wandsbek

www.tuemler-peil.de

Beratung Montage Reparatur Wartung

droste

FACHBETRIEB
Rollläden- und
Sonnenschutz-
techniker-
Handwerk



markisen | rollläden | jalousien | terrassendächer

saseler chaussee 111 eppendorfer weg 266
tel.: 040-300 607-0 tel.: 040-300 607-20

www.markisen-droste.de

Fortsetzung von Seite 73

Die Initiative „Nicht bei mir!“ – ein Zusammenschluss für aktiven Einbruchschutz, dem Verbände der Sicherheitswirtschaft und der Polizei angehören – warnt ausdrücklich vor Billigware und verweist auf effiziente Qualitätsprodukte, die das VdS- und das DIN-Prüfsiegel tragen. Zwar zählt die Haustür schon seit einigen Jahren nicht mehr zu den bevorzugten Einstiegsorten von Dieben („nur“ noch rund 12 Prozent der Einbrüche weist die Kriminalstatistik hier aus), dennoch sollte der Haupteingang sicherheitstechnisch nicht vernachlässigt werden. Dies gilt erst recht bei Geschosswohnungen, wo Einbrecher dank Türen aus Pappwaben oder einfacher Schlösser oft leichtes Spiel haben. Hier ist

ein Austausch häufig die sinnvollste Lösung. Generell gilt: Jeder Eingang ist nur so sicher wie sein schwächstes Bauteil. Zu berücksichtigen sind daher neben der Tür selbst auch ihre Wandverankerungen, ihre Bänder oder ihr Scharnierseitenschutz und nicht zuletzt die Schlösser selbst. Zusatzschlösser erhöhen den Widerstandswert von Türen. Mit einem Sperrbügel ausgestattet, verhindern sie zudem den direkten Zutritt zur Wohnung, auch wenn die Haustür einen Spalt breit offen steht. Querriegel sichern die Schloss- und die Bandseite, stärken das Türblatt und wirken zudem noch abschreckend. Eine äußerst komfortable und besonders sichere Alternative zu Schlüssel und Schloss

verbirgt sich hinter dem zukunftsweisenden Begriffspaar „elektronische Zutrittskontrolle“. Gemeint sind damit Co-dekarten, Electronic Keys und Fingerabdruckleser, die als bester Einbruchschutz gelten. Zusatzvorteil gegenüber dem herkömmlichen Schlüssel: Wer einen elektronischen Türöffner verbummelt, nimmt einfach einen neuen und ändert den Code. Praktisch ist auch ein elektrischer Antrieb für Garagentore. Durch die Selbsthemmung der Antriebe wird das Tor fest verriegelt. Das ist besonders bei Garagen mit direktem Zugang zum Haus wichtig. Auch Nebeneingänge wie Kellertüren dürfen beim Sicherheits-Check nicht vergessen werden. Schließlich sind sie oft schlecht einsehbar und

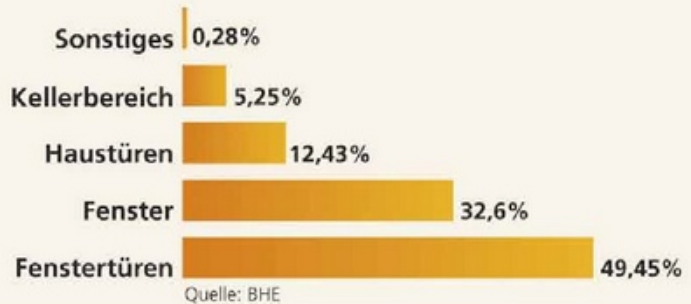
werden deshalb von Einbrechern als Einstiegsorte geschätzt. Am besten verschreckt man Eindringlinge draußen – mit plötzlicher Außenbeleuchtung durch Bewegungsmelder, gekoppelt an Alarmanlagen. Man hat die Wahl zwischen dem Einsatz von Bewegungsmeldern oder Lichtschranken und der Außenüberwachung des Hauses mit Magnetkontakten an Türen und Fenstern, Glasbruchmeldern und Ähnlichem. Wer neu baut, lässt die Kabel der einzelnen Komponenten gleich mitverlegen. Denn Draht ist die sicherste, am wenigsten störungsanfällige Variante. Funklösungen lassen sich unkompliziert nachrüsten. Ideal ist die Einbindung in eine moderne Haustechnologie, die schon Rollläden, Licht und Heizung steuert.



Foto: Bausparkasse Schwäbisch Hall

DIE BELIEBTESTEN SCHWACHSTELLEN

In Einfamilienhäuser steigen Einbrecher bevorzugt durch Fenstertüren ein, gefolgt von Fenstern und Haustüren. Das geht aus einer Studie der Polizei hervor



Zuverlässiger Einbruchschutz für Ihr Zuhause.



Türen • Fenster • Vordächer
Überdachungen • Carports • Garagentore

Biffar Haus- und Wohnungstüren bieten dank innovativer Technik hohen Schutz vor Einbruch, Lärm, Hitze und Kälte.

Informieren Sie sich noch heute!

Biffar GmbH & Co. KG
Niederlassung Hamburg
Brandsende 7, 20095 Hamburg
Tel: 040 / 30 97 100

Biffar[®]
Für ein sicheres Zuhause.

www.biffar.de

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

SCHLOSSEREI - METALLBAU

- BERATUNG • SCHLOSSDIENST
- EINBRUCHSCHUTZ • SCHLIEßANLAGEN
- SICHERHEITSSCHLÖSSER UND ZYLINDER
- ZÄUNE UND TORE
- EINBRUCH HEMMENDE TÜREN AUS ALUMINIUM UND STAHL

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

TESTEN SIE UNS!

Neue Analyse

Trend zur Zweitwohnung

In den letzten fünf Jahren ist die Zahl der Zweitwohnungen laut einer Studie um 30 Prozent gestiegen. Fast 3 Prozent des deutschen Wohnungsbestandes entfallen auf Zweitwohnungen. Zugleich nahm die Zahl der Ferienwohnungen um über 20 Prozent zu. Wir gehen dem Trend auf den Grund.

Fortsetzung auf Seite 76

Foto: BHW Bausparkasse



Othmarschen

Liebhaber-Objekt mit
Blick auf Elbe und Hafen
KP € 1.450.000,- ANGEBOT



Wellingsbüttel

Stilvolles Stadthaus beim
Alsterlauf
KP € 950.000,- ANGEBOT



Bergstedt

Attraktiver Bungalow an
einzigartiger Wasserlage
KP € 750.000,- ANGEBOT



Wohldorf-Ohlstedt

Anwesen mit Zugang zum
Alsterlauf
KP € vertraulich VERKAUFT



Volksdorf

Historisches Fachwerk-
Unikat unter Reet
KP € vertraulich VERKAUFT



Unverkäuflich

Für unsere liquiditätsstarke
Klientel suchen wir
hochwertige Immobilien.

QUALITÄTS-IMMOBILIEN IN HAMBURGS GUTEN LAGEN: HAUKEIMMOBILIEN.DE

HAUKE IMMOBILIEN
040-2274 8355

Trend zur Zweitwohnung

Fortsetzung von Seite 75

Wie eine Analyse der Einkommens- und Verbrauchsstichprobe 2008 durch das Forschungsinstitut empirica ergeben hat, sind Zweitwohnungen keine „Luxus-Frage“, sondern sie werden überwiegend aus Berufs- und Ausbildungsgründen in Anspruch genommen. Nutzer sind nämlich vor allem junge Menschen und Mehrgenerationenhaushalte bzw. Haushalte mit mehreren Erwerbstätigen. Für nicht wenige ist nach Einschätzung von LBS Research offenbar das Fernpendeln der beste Weg, um die gewohnte gute Wohnumgebung mit dem Arbeitsplatz unter einen Hut zu bringen. Genauere Regressionsanalysen zeigten, dass dies nicht nur für Wohneigentümer gilt, sondern in gleicher Weise für viele Mieter, die etwa aus fa-

Ein zweites Zuhause näher am Job oder ein Rückzugsort für den Urlaub – Zweitwohnungen liegen im Trend.

miliären Gründen an ihrer Hauptwohnung festhalten wollen. Wenn man die typischen Zweitwohnungsnutzer weiter charakterisiert, so sind es laut Analyse in erster Linie Berufstätige aus kleinen bis mittleren Städten. Vor allem fällt nach Auskunft von LBS Research auf, dass die Einwohner der neuen Länder in deutlich stärkerem Maße über Zweitwohnungen verfügen. Bei ihnen liege der Anteil bei 3,6 Prozent, verglichen mit 2,6 Prozent im ehemaligen Bundesgebiet. Der Ost-„Vorsprung“ sei in den letzten fünf Jahren sogar noch gewachsen. Bei den Freizeitwohnungen haben nach den LBS-Informationen die Menschen aus Ostdeutschland die Nase noch deutlicher vorn. Mit 5,3 Prozent der Haushalte verfügten die Menschen hier inzwischen dreimal so oft über Datschen, Lauben, Ferienwohnungen oder ähnliche Objekte zu Freizeit Zwecken wie die Bewohner der „alten“ Bundesrepublik. Allerdings sind diese mit 25 Quadratmetern auch nur etwa halb so groß wie die Ferienwohnungen der Westdeutschen. Generell, so die LBS-Experten, befänden sich Freizeitobjekte eher in der Hand von Mietern

aus größeren Städten. Doch die Wohnungen selbst stünden in fünf von sechs Fällen im Eigentum ihrer Besitzer. Außerdem nehme der Ferienwohnungsanteil mit wachsendem Alter zu. Weil Rentner überproportional vertreten seien, sei ihr Besitz auch weniger eine Frage des laufenden Einkommens. An vielen Daten wird nach Einschätzung von LBS Research deutlich, dass bis auf die nahezu identische durchschnittliche Wohnungsgröße Zweit- und Ferienwohnungen wenig gemein haben. Denn Zweitwohnungen sind laut Analyse zu fast 80 Prozent Mietwohnungen. Ihre Größe hängt auch kaum von der Quadratmeterzahl des Erstwohnsitzes ab. Denn am Ausbildungs- oder Arbeitsplatz sucht man, so die LBS-Experten, nur eine „Wohnbeziehung auf Zeit“. Auf jeden Fall stelle die wachsende Zweitwohnungszahl jedoch eine zusätzliche Belastung insbesondere für die Wohnungsmärkte in den Universitätsstädten und wirtschaftsstarken Ballungsräumen dar. Gerade in diesen Regionen sei dies vor allem auch für „normale“ Familien bei der Suche nach bezahlbaren Häusern und Wohnungen spürbar.



Foto: BHW Bausparkasse

„Und unser Garten ist der Stadtpark!“

Ihre Eigentumswohnung im grünen Herzen von Hamburg.

Achtung: Die Wohnungen von Park Lane Winterhude sind so begehrt, dass nur noch rund 25% des Gesamtprojekts frei verfügbar sind.

Individuelle Beratung

Sa / So von 14–18 Uhr, Hellbrookstr. 3, HH-Stadtpark

Gratis-Tel.: 0800-STADTPARK (0800-78 23 87 275)
www.parklane-winterhude.de

PARK LANE
WINTERHUDE



- 2-Zimmer-Wohnung**
(ca. 64,65 m²): € 240.800,-
- 3-Zimmer-Wohnung**
(ca. 87,89 m²): € 331.800,-
- 3-4-Zimmer-Penthouse**
(ca. 140,62 m²): € 580.000,-



Im 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.

Der Herbst: tückisch für Wohnhäuser

Anzeige

Der Herbst ist eine echte Belastung für viele Gebäude und Wohnhäuser, weil durch nasse Wände, Kondensation und Schimmel die Bausubstanz geschädigt werden kann. Fachmann Thomas Motsch von der Firma ISOTEC, **Donnerstr. 20**, ist auf die nachhaltige Beseitigung von Feuchtigkeits- und Schimmelschäden spezialisiert. Er unterstützt seine Kunden mit einer kostenlosen Vor-Ort-Analyse. „Meistens brauchen die Gebäude zu ihrem Schutz eine Außenabdichtung oder eine nachträgliche Horizontalsperre“, erklärt der Spezialist. Aber auch die letzten warmen Tage können Gebäuden schaden – beispielsweise durch falsches Lüftungsverhalten. „Wenn Sie mit Feuchtigkeit gesättigte Luft in den Raum holen, kühlt sich diese an den Wandflächen ab und hinterlässt dabei die zuvor gespeicherte Luftfeuchtigkeit als Kondensat“, so Motsch. Schimmelpilzbefall ist häufig die Folge. Hat sich Schimmelpilz von mehr als einem halben Quadratmeter breit gemacht, darf dieser laut einer Empfehlung



**Fachmann Thomas Motsch
von der Firma ISOTEC macht
Ihr Haus trocken!**

des Umweltbundesamtes keinesfalls eigenhändig entfernt werden. Hausbewohner sind wegen der gesundheitlichen Gefahren gut beraten, wenn Sie den Pilzbefall durch eine Fachkraft entfernen lassen. Weitere Infos erhalten Sie telefonisch unter:

**Tel.: 040 - 41 33 90 33 oder im
Internet unter www.isotec.de.**

Maßgeschneiderte Immobilien-Beratung

Anzeige

Für jede Immobilie gibt es den idealen Käufer und für jeden Käufer die ideale Immobilie. Man muss das Angebot und die Nachfrage nur zusammenbringen, um für Käufer und Verkäufer den bestmöglichen Nutzen zu erreichen. „Wir nennen das Best-Owner-Prinzip, ein Konzept, das wir aus der Wirtschaft mit dem Verkauf von Firmen in die Immobilienwirtschaft übertragen haben“, so Dr. Wolfgang Hars von **Dr. Hars real estate GmbH, Jungfernstieg 43** und fügt hinzu: „Jedes Detail kann für einen gelungenen Immobilientransfer wichtig sein: die Geschichte von Haus und Grundstück, der Ort, die Nutzungsmöglichkeiten, die ungenutzten Assets, die es zu entdecken gilt, der bauliche Zustand und die verkaufsfördernde Visualisierung. All diese Aspekte arbeitet unser erfahrenes Team so heraus, dass es anschließend Aussagen über die Entwicklungsmöglichkeiten des Objektes treffen kann.“ Fakt ist: Für einen Käufer muss die Immobilie passen wie ein Maßanzug. Nur



**Dr. Wolfgang Hars,
Gründer von Dr. Hars real
estate GmbH in Hamburg.**

dann ist er bereit, einen würdigen Kaufpreis zu zahlen. Zusätzlich sollte ein diskreter Umgang bei der Beratung gepflegt werden, denn im Licht der Öffentlichkeit diskutiert, verlieren vor allem Spitzenobjekte oft den Reiz. Nähere Infos erhalten Sie unter **Tel.: 040 - 853 789 11 oder www.lagelagelage.de.** ck

Nasse Wände? Feuchte Keller?



**Das gute Gefühl, in den besten
Händen zu sein.**

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

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

ISOTEC®

... macht Ihr Haus trocken!



GUSTAFSEN & CO

IMMOBILIEN · GEGRÜNDET 1931

BIS 22-FACHE JAHRESNETTOMIETE

bieten wir Ihnen für Zinshäuser in bevorzugten Lagen von Hamburg im Auftrag einer seriösen, bonitätsstarken Vermögensverwaltung (Referenz Hamburger Sparkasse). Sind Sie interessiert? Dann schätzen wir Ihren Grundbesitz seriös und unverbindlich ein. Selbstverständlich diskret. Gern bewerten wir vertraulich Ihren Grundbesitz und sagen Ihnen mit welchem Kaufpreis Sie rechnen können.

Ansprechpartner in unserem Hause sind:

Dieter Maass und Philip Wex · Tel. 040-41 40 950

HOCHALLEE 2 · 20149 HAMBURG · WWW.GUSTAFSEN.DE

LEBE, WER KANN!



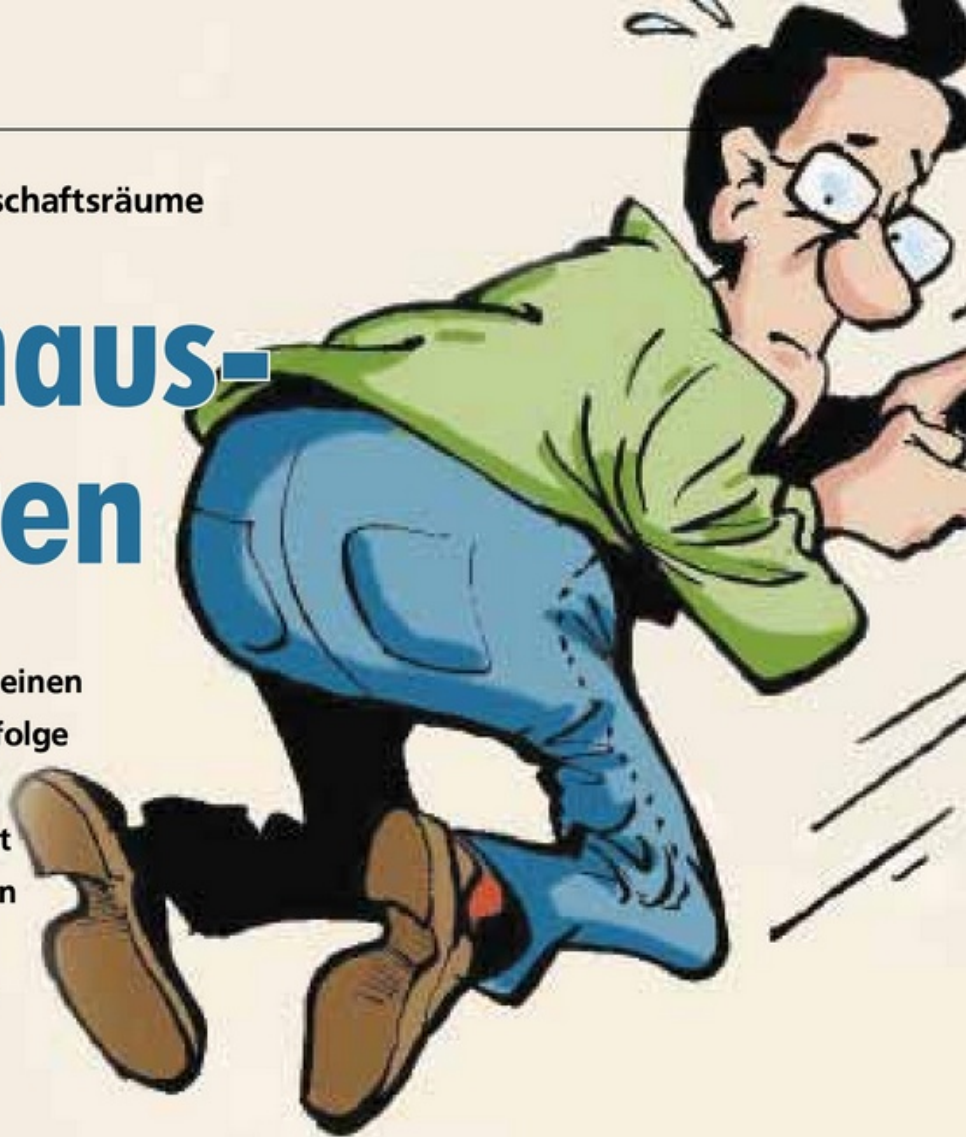
Beleben Sie Bäche, Flüsse und Auen und schenken Fischotter, Eisvogel und Co. eine echte Überlebenschance! Werden Sie Eisvogel-Pate. Noch heute. Infos unter: Tel. 030.28.49.84-1574 oder www.NABU.de



Urteile rund um Flur und Gemeinschaftsräume

Treppenhaus- geschichten

Das Alster-Magazin präsentiert auf seinen Immobilienseiten in lockerer Reihenfolge aktuelle Urteile zur Rechtsprechung rund um die Immobilie. Diesmal geht es um Streit, der dann anfängt, wenn ein Mieter aus der Türe tritt. Denn Treppe, Flur und Eingangstür bieten viel Stoff für Streitereien.



Wagenburg

Eine junge Mutter musste sich ausdrücklich das Recht erkämpfen, den Kinderwagen im Flur eines Mehrfamilienhauses abstellen zu dürfen. Das Gefährt behinderte dort zwar weder den Zugang zu den Briefkästen noch verstellte es einen Fluchtweg, aber trotzdem fühlten sich manche Mitbewohner gestört. Sie waren der Meinung, man könne den Kinderwagen ebenso jedes Mal in die Wohnung transportieren oder in die Garage stellen. Beides wies

das Amtsgericht Aachen (Aktenzeichen 84 C 512/07) zurück. Der Mutter sei es, insbesondere wegen einer Rückenerkrankung, nicht zuzumuten, mit dem Wagen regelmäßig die fünf Stufen zur Wohnung zu überwinden. Und eine Garage sei schon gar nicht der geeignete Ort.

Ausrutscher

Vom Eigentümer eines Gebäudes kann nur eine zumutbare Verkehrssicherung erwartet werden.

Wurde zum Beispiel ein Treppenhaus von der Baubehörde ohne Beanstandung abgenommen und besteht das Bodenmaterial aus üblichen Steinen, dann ist damit der Pflicht Genüge getan. Besondere zusätzliche Maßnahmen wie ein zweiter Handlauf oder eine Rutschsicherung durch Gummibeläge sind nach Überzeugung des Oberlandesgerichts Celle (Aktenzeichen 9 W 122/02) nicht nötig. Damit unterlag ein Benutzer des Treppenhauses, der

einen Unfall erlitten hatte. Er war der Meinung gewesen, er hätte besser geschützt werden müssen.

Liftprobleme

Wer schon einmal im vierten, fünften oder sechsten Stock eines Hauses wohnte, der weiß, wie wichtig ein Aufzug ist. Zum Beispiel dann, wenn man schwere Gegenstände zu tragen hat oder sich nicht besonders wohlfühlt. Deswegen kann eine Eigentümergemeinschaft nicht ohne Weiter-

Wohnen Wohn-Projekte

Rellinger Straße 79

www.rellinger79.de

Moderner Wohnkomfort in seiner schönsten Form!

Außergewöhnliche Eigentumswohnungen mit individuellen Grundrissen in Hamburg-Eimsbüttel, Wohnflächen von ca. 62-127 m², 2-4,5 Zimmer, hochwertige Ausstattung, großzügige Balkone/Terrassen, Tiefgarage und Aufzug, geplante Fertigstellung Ende November 2010
Kaufpreise von € 180.000,- bis € 448.000,-



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

Grossmann & Berger



Alsterlofts - Leben am Kanal

- 4 Zimmer-loftartige ETW
- Uhlenhorst
- ca. 189 qm
- Erstbezug
- gehobene Ausstattung
- Lift
- ruhig
- Bootsanleger

Kaufpreis: € 759.000,-
TG-Stellplatz: € 22.000,-

HERTZ PARTNER*

Immobilien • Business Development

Tel.: 040-85 10 36 00
www.hertz-partner.com



Grafik: Tomicek/LBS

res einen vorhandenen Aufzug außer Betrieb nehmen. Wenn in der Teilungserklärung vermerkt ist, die Einrichtungen der Anlage seien dauernd in einem guten Zustand zu erhalten, dann trifft das nach Überzeugung des Oberlandesgerichts Saarbrücken (Aktenzeichen 5 W 104/06-39) auch auf den Lift zu. Damit setzte sich ein Penthousebewohner durch, der nicht auf den Aufzug verzichten wollte.

Fahrrad-Farce

Ebenfalls um den Fahrstuhl ging es bei einem anderen Prozess in Hessen. Die Vermieterin in einem Hochhaus teilte nach dem Auszug diverser Parteien mit, dass der Lift von nun an nur noch zu gewissen Zeiten betrieben werde – und zwar werktags von 8 bis 19 Uhr. Das sei einem verbliebenen gewerblichen Mieter im 10. Stock nicht zuzumuten, entschied das Oberlandesgericht

Frankfurt/Main (Aktenzeichen 2 W 22/04). Es müsse „sicher gestellt sein“, hieß es im Urteil, „dass der Mieter jederzeit Zugang zu den Räumen mittels Fahrstühlen erhält, auch zu Nachtzeiten, auch an Sonn- und Feiertagen“.

Rüder Radau

Zu den unangenehmsten „Treppenhausgeschichten“ gehört absichtlich erzeugter Radau. Den muss eine Hausgemeinschaft nicht ertragen. Die Eigentümer können mehrheitlich beschließen, dass einer von ihnen seine Mieter zu mehr Ruhe verpflichtet. Hier war von Störungen „durch Lärm und Tyrannisierungen“ die Rede gewesen, also von lautstarkem Türenkrachen, von Aufstampfen auf dem Boden und von Poltergeräuschen. Das Oberlandesgericht Düsseldorf (Aktenzeichen I-3 Wx 240/07) wies an, dies zu unterbinden.

Fortsetzung auf S. 80

Hausverwaltung

Miet-/Eigentumswohnungen
-auch kleine Einheiten-
Nils Krause – 648 92 405

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

LAGE LAGE LAGE



WIR WISSEN FRÜHER, WER SUCHT.

Sie möchten Ihre hochwertige Villa oder Wohnung bestmöglich veräußern? Wir sind die erfahrenen Spezialisten für Premium-Immobilien in Hamburg's besten Lagen und Norddeutschland. Unser Versprechen gilt: Das Best-Owner-Prinzip.



+++ JETZT BEST-OWNER-BROSCHÜRE ANFORDERN +++
 Dr. Hars real estate GmbH
Jungfernstieg 43
20354 Hamburg
Tel.: 040-853 789 11
kontakt@lagelagelage.mobi
www.lagelagelage.mobi

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 S. 79

Invasion des Flurs

Grundsätzlich müssen es die Nachbarn nicht dulden, dass ein Wohnungsbesitzer sein „Herrschaftsgebiet“ über die Wohnungstüre hinaus ausweitet. Manche stellen Schuhschränke auf den Gemeinschaftsflur, andere Garderoben und Regale. Wer allerdings Anstoß daran nimmt, der sollte sich nicht jahrelang Zeit lassen. Wie das Oberlandesgericht Hamm (Aktenzeichen 15 Wx 198/08) feststellte, können solche Ansprüche auch verjähren. Und dann muss man den verhassten Schuhschrank eben doch länger ertragen als eigentlich nötig.

Aufgaben des Handlaufs

Eine Frau übersah die letzte Treppenstufe und brach sich beide Fußgelenke. Abschließend verklagte sie den Verkehrssicherungspflichtigen auf Schmerzensgeld, weil der Handlauf nicht bis zum Ende der Treppe geführt und bei ihr deswegen der falsche Eindruck entstanden sei,

schon unten angelangt zu sein. Das OLG Karlsruhe (Aktenzeichen 19 U 29/07) erklärte, es sei nicht Aufgabe des Handlaufs, das Ende der Treppe zu signalisieren.

Feuchtschwangere Wäschetrockner

In Nordrhein-Westfalen störte sich ein Vermieter daran, dass in einer Wohnung innerhalb einer größeren Anlage regelmäßig Wäsche getrocknet wurde. Das habe ausschließlich in den dafür vorgesehenen Kellerräumen zu geschehen, hieß es in einem Prozess vor dem Amtsgericht Düsseldorf (Aktenzeichen 53 C 1736/08). Denn ansonsten dringe aus der Wohnung weiterhin ein unangenehmer Geruch „nach feuchtschwangerer Luft“. Das überzeugte die Justiz nicht, sie ließ das Wäschetrocknen zu. Ob man die Wäschegerüche eher als angenehm oder als unangenehm empfinde, sei nämlich eine sehr subjektive Angelegenheit.



Grafik: Tomicek/LBS

Ihr neuer edler Ratgeber rund um die Immobilie:



**Demnächst
in Ihrem
Briefkasten.**

Anzeigenberatung und Verkauf: Barbara Suhr. (Tel. 538 9 30 54; E-Mail: b.suhr@alster-net.de)

Schöne Ferienwohnungen

Unterricht:

Engländer, Dipl. Anglist

erteilt Konversations- und
Geschäftssprachen, Firmenunterricht,
Nachhilfe- spez. Abitur, Übersetzungen
Tel.: 040 / 643 08 50

Plattdeutsch-Unterricht für Kinder von
6 bis 16 Jahren. Singen, tanzen, spielen,
lesen und Theater spielen alles kostenlos!
Henneberg Bühne, donnerstags 16:30h im
Haus Iris des Hospital zum Heiligen Geist,
Hinsbleek 11. Anmeldung und Info unter
Tel.: 040 - 602 79 81

Immobilien:

Geschäftsräume bei den „Haarflüsterern“
stundenweise zu vermieten. Selbstständig
arbeiten als: Friseur, Kosmetiker, Fuß-
pfleger, Masseur, Visagist, Nagelmodellist,
Haarverlängerung und Haarverdichtung,
Farb-, Typ- und Stilberaterin. Bitte melden
bei Carmen Grunau, HH-Alsterdorf.
Tel.: 51 56 14

3-Zimmer-Wohnung, ca. 60 qm, ruhig,
grün, Balkon, bis ca. 600 Euro warm, von
privat zum 1.1.2010 gesucht in Wellings-
büttel, Poppenbüttel, Klein Borstel, Alster-
dorf, Winterhude.
Tel.: 0175 - 274 19 64

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 83 15

Gemälde • Kunst

Porzellan, Figuren, antike Möbel,
(auch defekt)
Skandinavien Design 50-70er-Jahre
auch ganze Haushaltsauflösungen

Dringend gesucht

Antiquitäten im
Wolfgang-Borchert-Haus

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

Horst Janssen: handsignierte Plakate,
Radierungen, Lithographien, Zeichnungen
privat zu verkaufen. Tel.: 04102 - 657 48

Suche... Alsterblick. Biete:

Beaufsichtige und bewohne Ihr schönes
Zuhause während Ihrer Abwesenheit! Ich
w. 50, zuverlässig, vertrauenswürdig und
flexibel, freue mich auf Ihre Wohnung.
Interesse??
Alsterblick@gmx-topmail.de

Verschiedenes:

Heißmangel Hollatz

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



Susanne Kleinke
Service Agentur

Persönliche Assistentin
Privat-Sekretärin
Büro-Management

Abarbeitung Ihrer „To Do Liste“
Bei Bedarf und auf Abruf.
Tel. 040-226 98 356
www.personal-assistant-service.de

!! NOTVERKAUF !!

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

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

Kaufe Büchernachlässe/Bibliothek.

Freue mich über Ihren Anruf.
Tel.: 040 - 67 58 73 77
oder 0179 - 491 93 33

2 CONCORD LIFT-Autositze, blau/grün,
Top-Zustand für je 50 Euro. Puppenkin-
derwagen blau/rot (neuwertig) mit kom-
plettem Zubehör für 40 Euro (NP ca. 120).
CHICCO Puppenbuggy für 10 Euro. Div.
Koffer und Taschen FELIX rot kariert,
div. Spielzeug, PLAYMOBIL-Piratenschiff,
Löschboot, Müllabfuhr, Neuwertige
Kinderbücher und Spiele, Mädchenklei-
dung, Gr. 104-140, hochwertig, Mar-
kenware zu fairen Preisen abzugeben.
Tel.: 0160 - 98 30 61 25

Couchtisch in dekorativem Design, Glas-
platte, d 1 m, VB 30 Euro. Ledersessel
auf drehbarem Chrom-Fuß, Armlehnen,
VB 25 Euro. Esszimmertisch, Massiv-Eiche,
6-eckig, d 1,40m, ausz. 1,80m, 8 Eichen-
stühle, Leder, VB 170 Euro. Diverse Gar-
dinenleisten und Gardinenstangen, VB.
Tel.: 679 16 76

**Sylt ist bei jedem Wetter schön...
- jetzt aktuelle Winterpreise -
Appartement-Brünig** 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 Holwacht
Reservierung: Herr Gendebien
T. 04385-232 • H. 0178-4592262
www.LANDHAUS-PANKER.de



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



Rügen/Binz

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

WESTERLAND/ SYLT

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



IMPRESSUM

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

Verlagsanschrift: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 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, Anna-Lena Ehlers (CvD), Jeannine Ehmsen, Marisa Knierim, Christian Luscher | **Korrektorat:** Regina Ahrens | **www.alster-net.de** | **Verlags-Telefon-Nummern:** Redaktion: 538 930-46, Anzeigenabteilung: 538 930-0; Verteilung/Vertrieb (auch Anrufbeantwort.): 538 34 52, Fax (zentral): 538 930-11, Buchhaltung: 538 930-13 | **Anzeigen-Leitung:** Michael Wiele (Harvestehude, Pöselndorf, 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. 538 930-0; Annegret Linke (Eppendorf, Winterhude), Tel. 538 930-67; Sabine Merbach (AEZ, Volksdorf), Tel. 538 930-17; Sabine Meyerrose (Sasel), Tel. 538 930-52; Simone Niklaus (Wellingsbüttel, Duvenstedt und Lemsahl-Mellingstedt), Tel. 538 930-56; Barbara Suhr (Makler), Tel. 538 930-54; | **Produktion/Anz.-Disponenten:** Cassandra Friedrichsen, Birgit Schümann | **Chefgrafikerin:** Stefanie Oldhaver | **Grafik:** Juliane Oldhaver (Leitung AEZ-MAGAZIN), Svenja Dühring, René Kriese, Annamaria Pohl | **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 Schmelzer-Haun, Tel. 538 34-52 **Auflage:** 40.185 Exemplare © 2009 Magazin Verlag Hamburg. Das Alster-Magazin wird kostenlos an Haushalte verteilt und liegt zusätzlich auch **IN FOLGENDEN GESCHÄFTEN FÜR SIE BEREIT:** WINTERHUDE: Home & Garden: Goldbekplatz 1, EP Sterling: Winterhuder Markt 7 (im Forum), Bücher u. Co: Winterhuder Markt 6-7a (im Forum), Konditorei Boyens: Gerdtigstr. 3, Butter Lindner: Mühlenkamp 37, Luchbar TH2: Mühlenkamp 59, Edeka Niemerszein: Mühlenkamp 45, **UHLHENHORST:** Hofweg-Shop: Hofweg 1, Café Boyens: Hofweg 45, Uhlenhorster Reisedienst: Harbicusstr. 6, Edeka Niemerszein: Hofweg 81, Dr. med. Hamdosch: Winterhuder Weg 29, **EPPENDORF:** Frisuren W. Decker: Eppendorfer Baum 19, 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.

Alster-Sudoku

Leicht:

	7				1	5	4	3
	4		2		6		9	
1	8	9	5	4	3	6	7	2
	6	1		5		3		9
	5	7		3	2		1	
4		2			8	7	6	5
7	2	5	3	6				1
	1				9	4		
6	9	4	8	1		2	3	

Mittel:

8		7	6		4			1
		2		8				5
5	3						8	
		5	4	7	9	1		8
	8			3			4	9
	7			6	8			
	1	3						7
7				2		6		
6		8			5	2		3

Schwer:

	3			9	8			5
6							8	2
							1	
9	2			5		1		8
			9		6			
5		3		4			2	9
	8							
2	5							3
1			5	8			9	

Sehr schwer:

		3				9	2	
7							6	
5			2			7		
3				8		4		
	1		7		5		3	
		9		4				8
		7			4			9
	5							6
	3	2				1		

So geht's: Sudoku (jap. „Zahlen-Einzel“) gehört zu den beliebtesten Rätseln in Deutschland – natürlich auch an der Alster. Es besteht aus einem Quadrat, das in 3×3 Unterquadrate eingeteilt ist. Jedes Unterquadrat ist wieder in 3×3 Felder eingeteilt, sodass das Gesamtquadrat also 81 Felder (= 9×9 Felder) bzw. 9 Reihen und 9 Spalten mit je 9 Feldern besitzt. In einigen dieser Felder sind schon zu Beginn Ziffern (1 bis 9) eingetragen. Das Puzzle muss so vervollständigt werden, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem der neun Blöcke jede Ziffer von 1 bis 9 genau einmal vorkommt. Die richtigen Ergebnisse erscheinen im nächsten Heft!

Lösungen aus Heft 09-09:

Leicht:

9	7	8	3	1	6	5	2	4
6	5	2	4	9	0	3	7	1
4	3	1	7	5	2	8	6	9
3	6	9	2	4	7	0	1	5
1	2	4	8	8	5	7	6	3
5	8	7	1	6	3	4	0	2
8	4	6	5	7	1	2	3	0
2	1	5	8	3	0	6	4	7
7	9	3	6	2	4	1	5	8

Mittel:

1	3	8	2	4	5	9	7	6
5	0	2	7	1	0	4	8	3
7	6	4	3	9	8	1	5	2
8	4	7	6	2	1	3	9	5
6	2	5	0	7	3	8	1	4
9	1	3	5	8	4	6	2	7
3	0	1	4	5	2	7	6	9
2	7	6	1	3	9	5	4	8
4	5	9	8	0	7	2	3	1

Schwer:

9	6	1	2	8	4	7	5	3
2	0	4	7	0	3	1	9	8
3	8	7	1	9	5	6	4	2
1	4	3	9	5	2	8	7	6
8	7	9	4	3	6	5	2	1
6	2	5	8	1	7	9	3	4
7	3	8	0	4	9	2	1	5
5	1	2	3	7	8	4	6	9
4	9	0	5	2	1	3	8	7

Sehr schwer:

6	5	2	4	3	1	9	8	7
9	4	7	2	8	6	5	1	3
8	3	1	9	7	5	6	2	4
7	2	6	3	5	9	8	4	1
5	1	3	8	2	4	7	9	6
4	9	8	1	6	7	3	5	2
3	8	5	7	1	2	4	6	9
2	7	4	9	9	8	1	3	5
1	6	9	5	4	3	2	7	8



MacBook Pro 15"
+Tucano Second Skin Tasche
ab 1569 Euro



Apple Autorisierter Händler



LED Cinema Display
ab 799 Euro



YEAH!

Beim Kauf eines Macs
gibt es im Oktober
einen iPod shuffle
(2. Generation) dazu!

iPod
ab 49 Euro



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

Zeigen Sie Ihr

Lächeln!

Denn ein Lächeln spricht alle Sprachen.

Die Zahnarztpraxis am Rothenbaum

Herzlich willkommen

Bei unserer ersten Begegnung in der Praxis wird eine ausführliche Beratung unter Einbeziehung Ihrer persönlichen Vorstellungen und Wünsche im Mittelpunkt stehen. Wir fühlen uns für Ihr Wohlbefinden verantwortlich, denn die Zufriedenheit unserer Patienten ist unsere größte Stärke.

Wohlfühlpraxis

Genießen Sie das stilvolle Ambiente unserer Praxis. Zusammen mit unserem hochmotivierten Team gestalten wir Ihren Praxisaufenthalt so angenehm wie möglich. Durch flexible Arbeitszeiten und unser digitales Terminmanagement können wir Wartezeiten nahezu vermeiden.



Unser Leistungsspektrum

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



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

DAS BESTE GESCHENK DES JAHRES

Zum Jubiläum
0,-€
Aufnahmegebühr
(statt 200 €)
Bis 31.10.2009



TRAINIEREN UND ENTSPANNEN – MIT UNSEREM EINMALIGEN JUBILÄUMSANGEBOT.

Im Mittelpunkt stehen Sie: mit Schwung und Energie in einem der bis zu 150 Kurse oder unter professioneller Anleitung beim Training im weitläufigen Gerätebereich. Und beim ausgiebigen Besuch der verschiedenen Saunen, Innen- und Außenpools oder bei einer wohltuenden Bodycare-Anwendung. Dazu genießen Sie einen perfekten Service und viele nette Menschen. Wenn Sie sich jetzt für eine Jahresmitgliedschaft (schon ab 69 € monatlich) entscheiden, zahlen Sie keine Aufnahmegebühr und sparen 200 €.



Fitness, Wellness, Bodycare – natürlich im MeridianSpa.

4 x in Hamburg:

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

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

www.meridianspa.de


MERIDIAN SPA
Fitness. Wellness. Bodycare.

1984-2009

25
JAHRE
MeridianSpa