

SERVICETEIL:
Geschenkkideen
Reiselust • Wintergärten
Weihnachten & Silvester genießen

Streifenbandzeitung C25262E

www.alster-magazin.de

ALSTER Magazin

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

Foto: Gerry Weber

MEHR SEX!

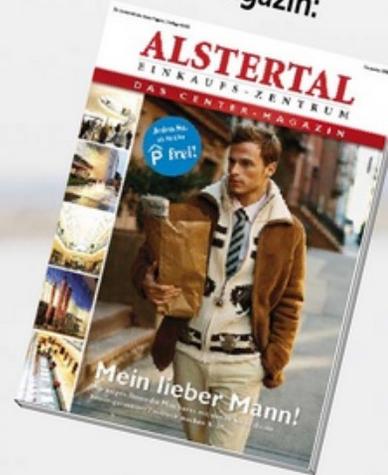
Lesen Sie bei uns, wie Sie Ihr Liebesleben in Schwung bringen.

Die Herrenmode-News im Oktober

Heiß geliebt...

Wir zeigen Ihnen im AEZ-Center-Magazin die Fashionliebhaber für den Herbst.

Exklusiv im Alster-Magazin:



Schicksalsschläge:

Roger Willemsen beschreibt in seinem neuen Buch „Knacks“ was das Leben prägt.

SUCHEN SIE EINE NEUE ZINSHAUS- ODER WEG-VERWALTUNG?

Dann sprechen Sie uns doch einfach mal an! Wir bieten kompetente und persönliche Betreuung im Zinshaus- und WEG-Bereich.

Ihr freundlicher Makler und Verwalter
BAUMGARTEN IMMOBILIEN

Straßenbahnring 17
20251 Hamburg • Tel.: 696 64 93-0
E-Mail: BaumgartenHH@aol.com



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 2008 „Die Elite der Vermögensverwalter im deutschsprachigen Raum“ liegt die Haspa zum 5. 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

Haspa
Hamburger Sparkasse

Meine Bank.

Neue Spielregeln

VON WOLFGANG E. BUSS



Moderne Helden! Das waren bisher die Unternehmenslenker. Je höher ihr Einkommen, desto größer unsere Bewunderung. Wirtschaftskapitäne haben sie die Wirtschaftsjournalisten verehrungsvoll genannt und tippten – vor Ehrfurcht kniend – in ihre Redaktionscomputer die Einflüsterungen der Lobbyisten: Wenn wir diesen großen Kapitänen und

ihrer Handeln nur freien Lauf ließen, wäre unser Gemeinwesen eine ebenso prosperierende Gesellschaft wie ihre – angeblich erfolgreichen – Dax-Unternehmungen. Eine Gesellschaft, die in Geld und Reichtum schwimmt. Wir müssen sie nur machen lassen, sie sind unser aller Vorbilder.

Wer die Looser sind, wurde uns auch gleich erklärt: die Politiker! Das sind Menschen, deren außerparlamentarische Karrieren stecken geblieben, die in Parteigezänk besser performen als im Wirtschaftsleben, größtenteils Anwälte, die statt großartiger Mandate Senioren-Kaffeekränzchen wahrnahmen, um Stimmen zu sammeln. Diese „Über-Regulierer-Kaste“ wurde – was Wirtschaftsdynamik anging – belächelt, mit geringen Einkommen oder Diäten, die ein kleinstädtischer Sparkassendirektor lässig übertrifft. Kaum ein junger Mensch äußert mehr den Wunsch, den Weg in die Politik zu gehen, es treibt ihn in die Wirtschaft, in die „25-Prozent-Kapitalrendite-Unternehmen“, alle anderen sind Verlierer.

Doch plötzlich ist alles anders. Philosophen und Gesellschaftstheoretiker sprechen vom Paradigmenwechsel, vom großen Umdenken. Die Helden von eben sind zu Zockern zurückgestuft, zu naiven Glücksspielern, die am Ende fast Haus und Hof verspielt haben.

Auch die anderen still bewunderten Geldvermehrter, beispielsweise Spekulanten, die mit riesigen Mengen Rohöl zockten, um uns den Preis zu diktieren und damit Unsummen verdienen zu wollen, haben erst einmal abgehalfert. Stellen wir uns das vor: Da lag der Ölpreis für das Barrel im Juli dieses Jahres bei gut 147 US-Dollar, heute bei nur noch 67 US-Dollar. Was haben diese Zocker in den vergangenen Monaten für Geld verloren. Einstige Helden wurden zu Lachfiguren, Schadenfreude gibt's kostenlos dazu.

Ganz zaghaft entwickelt sich eine Debatte zu der Frage: Für wen bitte gestalten wir unsere Wirtschaft und Gesellschaft? Was ist uns wertvoll, wofür soll die Politik ihre gestaltenden Kräfte einsetzen? Welche Menschen sind es, die dafür bereitstehen? Diese Gesellschaft dient uns allen! Und dazu muss die Macht der Heuschrecken und Finanzmanager eingegrenzt werden, weil sichtbar wurde, dass sie unverantwortlich handeln, zu groß war ihr zerstörerisches Potenzial.

Wir lernen: Geld hat ab einer bestimmten Menge einen Suchtcharakter; ist jemand erst einmal „abhängig“, will er mehr, mehr, mehr – obwohl es ihm nicht mehr wirklich nützt und ganz sicher nicht glücklicher macht. Wer eine Million Euro im Jahr verdient, hat „alles“, kann traumhaft leben. Darüber hinaus sind es nur noch Sucht und der Neid gegenüber denen, die noch mehr verdienen.

Solange die junge und nachwachsende Generation diese Werte und Strukturen als ihre „Vorbilder“ erlebt, wird die Dynamik nicht unterbrochen. Wir stecken unseren Nachwuchs doch viel zu früh in schicke Anzüge, lassen ihn BWL studieren, zeigen ihm Prospekte von Porsche und geben die Lebensorientierung bekannt: Geld, Geld, Geld! Alles andere im Leben ist Sozialgedöns oder vertane Zeit.

Für zukünftiges wirtschaftliches Handeln muss eine Wirtschaftsethik Voraussetzung sein, die Nachhaltigkeit, ob unternehmensbezogen oder extern, sowie soziale Verantwortung einschließt. Wir brauchen neue Spielregeln.

Hoffentlich gerät diese Erkenntnis nicht viel zu schnell wieder in Vergessenheit. Schließlich sind alle Akteure noch auf dem Spielfeld.

BÄDERPROFI HANSEN
 Badmodernisierungen
 Fliesenarbeiten
 barrierefreie Bäder
 Tel.: 040 22 69 71 73
 marcus.hansen@baederprofi-hansen.de • www.baederprofi-hansen.de

easy clean
 Ihr Wäscheabholdienst
 bestellen und informieren
 www.easyundclean.de
sauber gespart
 10 Teile handgebügelt ab 10 €
 Holen und Bringen frei Haus
 innerhalb von 24 Std.
 t: 040 793 000 73
 Sierichstr. 148, 22299 Hamburg

poggen pohl & LEICHT
 tschetschorke-küchen
 Ferdinand-Harten-Str. 8
 22949 HH/Hoisdüffel
 Tel.: 514 18 22
 www.alstertal-kueche.de
Miele & ALNO
 IMMER BESSER ...die Welt der Küche

miss seconda
 Wenn Second Hand First Class sein soll,
 Designer-Mode zu Top-Preisen!
 auch Barankauf
 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

Natürliche Schönheit für Ihre Hände
Nageldesign
 Zimmerstr. 14
 im
Sun Beauty
 Soheila Tietjen
 Tel.: 23 80 16 52

Wunderwelt Manierismus

Das **Bucerius Kunst Forum**, Rathausmarkt 2, zeigt vom **15. November 2008 bis zum 11. Januar 2009** die Ausstellung „**Sturz in die Welt. Die Kunst des Manierismus in Europa**“. Der Manierismus gilt als erste Kunstbewegung, die ganz Europa gleichzeitig erfasste. Viele Künstler ließen im 16. Jahrhundert die Ideale der Renaissance hinter sich. Sie setzten nicht länger auf den harmonischen Einklang von Mensch und Welt, sondern gaben ihren Werken eine kapriziöse Manier. Grelle Farben, übersteigerte Raumkonstruktionen und schräge Perspektiven spiegelten die Brüche und Wandlungen jener Zeit wider. Der Epoche widmet das Bucerius Kunst Forum eine Ausstellung, die das künstlerische Prinzip ins Zentrum stellt. Öffnungszeiten: tägl. 11-19 Uhr, donnerstags bis 21 Uhr. Am 24. Dezember geschlossen. Eintritt: 5/erm.3 Euro. kw



Im Bucerius Kunst Forum zu sehen: Kreuztragung, letztes Viertel des 16. Jahrhunderts, neapolitanischer oder spanischer Maler, Öl auf Pappelholz, 116 x 159 cm. Foto: Szépművészeti Múzeum, Budapest

Gesprächsabende zur Jugendweihe

Seit 157 Jahren wird in Deutschland die Jugendweihe gefeiert. In Hamburg findet der Übergang in das Erwachsen-Werden ohne kirchliche Rituale bereits seit 119 Jahren statt. Die Jugendweihe Hamburg e.V. bietet in Zusammenarbeit mit dem „Humanistischer Verband Deutschlands Landesverband Metropolregion Hamburg e.V.“ in 12 Stadtteilen ab der ersten Dezemberwoche Gesprächsabende (u.a. über

Mobbing, Jugendkriminalität, Drogen) zur Vorbereitung auf die Jugendfeier 2009 (21. März) an. Des Weiteren stehen Besuche im Hamburger Planetarium, in der Gedenkstätte Neuengamme und dem Museum der Arbeit sowie Jugendreisen auf dem Programm. Die Jugendweihe Hamburg e.V. ist offen für alle Jugendlichen. Mehr Infos unter: www.jugendweihe-hh.de und unter Tel.: 601 31 09.

„St. Michaelis Weihnachtsmarkt“

Über 80 Aussteller präsentieren in der **Michel-Krypta** auf dem Kirchplatz und im Gemeindehaus St. Michaelis Weihnachtliches für jedermann. Erleben Sie in der **Englische Planke 1 a** vom **28.11. bis 30.11.** eine Kombination von Verkaufsständen und Kultur. Stände mit Kunsthandwerk, Mode, Schmuck, weihnachtliche Dekorationen und Geschenkideen laden zum Bummeln und Shoppen ein. Für Kinder wird Basteln

angeboten und auch für das leibliche Wohl ist gesorgt. Geöffnet ist der Weihnachtsmarkt am Fr. von 15 bis 18 Uhr, am Sa. von 11 bis 18 Uhr und am So. von 11.30 bis 18 Uhr. Außerdem erleben Sie den Kinder- und Jugendchor St. Michaelis: 29.11. um 14.00 Uhr, das Weihnachts- und Adventsliedersingen: 29./30.11. jeweils um 15.00 Uhr und Lollipop-Chor des Kindertagesheimes St. Michaelis: 30.11. um 14.00 Uhr.



SchrankstudioSchilling
Schränkeideen nach Maß

Raumgefühl mit Stil!

- optimale Raumnutzung
- individuelle, einzigartige Möbelstücke
- erstklassige Qualität

Osdorfer Landstraße 251b · 22549 Hamburg
040 - 35719101 · www.schrankstudio-schilling.de



Spricht über „Umbrüche“:
Roger Willemsen. Seite 8

Magazin

- 3 Kolumne
- 4 Select-Tipps
- 6 Hans Scheibners Klassiker „Wer nimmt Oma“ als Hörbuch
- 8 Roger Willemsen über sein neues Buch „Der Knacks“
- 12 Ulrich Bähnk spielt den „letzten Raucher“
- 14 Was bringt die Schulreform?
- 16 Mehr Sex dank Sport
- 18 Christoph Ploss: Hamburgs jüngster Abgeordneter
- 20 Spielt demnächst eine Nonne: Claudia Rieschel aus Eppendorf
- 22 Gastronomische Unterhaltung: Dinner Zirkus
- 34 Kulturtyp: Märchentage

Harvestehude

- 25 Weihnachtliche Konzerte an St. Johannis Harvestehude

Eppendorf

- 26 Das UKE hat angebaut und wird Hightech-Standort

Winterhude/ Uhlenhorst

- 29 Kitaplatzengpass in Hamburg
- 33 Karten für Weihnachtsmärchen zu gewinnen

AEZ

- 37 Kolumne
- 38 Fashiontrends für den modebewussten Mann
- 42 Buch-Highlights im Herbst
- 44 YOUNG AEZ: Trendmacher Michele Grasso im Interview
- 46 Volksbank-Arena eröffnet
- 48 AEZ-Inside

Service

- 51 Horoskop
- 52 Mittelweg
- 54 Neues aus der Geschäftswelt
- 56 Senioren
- 58 Wintergärten
- 60 Weihnachten und Silvester genießen
- 64 Geschenkideen
- 68 Der Gesundheitsratgeber
- 72 Reiselust
- 76 Immobilien
- 80 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

ICH WILL IHRE ROLEX & CO.!

*sofort
Bargeld*



Dieses Modell
min. 1.000 - 3.000 Euro

OTTEN VON EMMERICH

www.ottenvonemmerich.de

Galleria Passage Hamburg · Grosse Bleichen 21
Tel.: 040-35 7132 10 · Öffnungszeiten: Mo-Fr: 10-19, Sa: 10-18

LUXUSTASCHE! VUITTON, CHLOE, YSL, HERMES 	PATEK PHILIPPE! 	HERMESTUCH & KRAWATTE!
MARKENSCHMUCK! 	VUITTONTEILE! 	LUXUSUHREN!

Hamburgs große Adresse für seriösen Barankauf und Verkauf gebrauchter Luxusarmbanduhren aller Marken und Luxuswaren von Hermes, Vuitton, Gucci, Prada, Tod's, Chanel, Dior, Chloe, Balenciaga, Bottega Veneta, etc. in der Galleria Passage Hamburg.

Gesundheit ist ein Menschenrecht

Deshalb hilft **ÄRZTE OHNE GRENZEN** in rund 70 Ländern Menschen in Not – ungeachtet ihrer Hautfarbe, Religion oder politischen Überzeugung.



Helfen Sie mit!

ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.
Am Köllnischen Park 1 • 10179 Berlin
www.aerzte-ohne-grenzen.de

Spendenkonto 97 0 97
Sparkasse Bonn • BLZ 380 500 00

Kunert & Lorenz OHG

Ihre Verwaltung

Herr Karl-Heinz Kelling erwartet Ihren Anruf zu allen Verwaltungsfragen, z.B. BK-Abrechnung, Mieterhöhung, Wirtschaftlichkeitsabrechnung, Wertverbesserung.



Kunert & Lorenz OHG
Tel.: 41 00 94 40
Fax: 41 00 94 49



Gleittüren Schränke

in jeder Abmessung
und Oberfläche
direkt vom Hersteller

interhansa
22399 Hamburg - Poppenbütteler 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

Unglaublich günstig!

Für alles, was im Garten anfällt



Container-Dienst
Schuttabfuhr, Kies, Sand
Baustoffhandel

Container von 1 bis 30 m³
ab **59,50** € inkl. MwSt.



Wir beraten Sie gern: Telefon 04109/27 99-32
EGGERS-Container-Dienst GmbH · Harksheider Str. 110
22889 Tangstedt · www.eggers-gruppe.de

Hans Scheibner, hier als Weihnachtsmann in Nöten, holt sich Rat vom guten Engel, gespielt von Petra-Verena Milchert-Scheibner. Foto: Erken Schröder



Alle Jahre wieder und alle Jahre neu!

Alle Jahre wieder – aber immer wieder anders erleben Sie Hans Scheibner und sein Familien-Ensemble mit „Wer nimmt Oma?“ in Alma Hoppes Lustspielhaus in Eppendorf. Neben vielen neuen Anekdoten, dem modernen Märchen vom Rotkäppchen beispielsweise, darf auch in diesem Jahr die Kult-Geschichte von „Oma Beerbaum“ nicht fehlen.

„Wer nimmt Oma?“ – Hans Scheibners Weihnachts-Programm ist inzwischen Kult geworden und gehört für viele mindestens genauso zum Fest wie der Tannenbaum und das Lametta. So wird es auch dieses Jahr wieder die unerlässlichen Storys vom Weihnachtsmann

in Nöten und von der Oma, die keiner zu Weihnachten haben will, geben. Aber auch neue urig-komische Geschichten, neue Lieder und vor allem ein dramatisches Weihnachtsmärchen werden Sie begeistern. Hier eine Kostprobe von „Rotkäppchen 2008“: Die Großmutter hat Rheuma, Rotkäppchen soll sie massieren. Im

Zuge der Altenpflege sozusagen. „Sonst erben wir nichts“, sagt die Mutter. Aber ob Oma ihr Kleinhäuschen überhaupt behalten kann? Herr Wolff kommt als Talentsucher von Dieter Bohlen – und Rotkäppchen träumt schon davon, ein Superstar zu werden...“ Kurz gesagt: Es wird märchenhaft. Hans Scheibner, Petra-Verena Milchert-

Scheibner und ihre Töchter Gesa und Raffaella sorgen auf der Bühne von Alma Hoppes Lustspielhaus mal wieder für grausig schöne Vorweihnachtsstimmung, denn – Weihnachten ist bekanntlich ja alles anders. Weihnachten stellt alles auf den Prüfstand: die Liebe, die Ehe, die Verwandtschaft, das Portemonnaie und die Nerven!

Termine in Alma Hoppes Lustspielhaus:

Mo., 22.12. und Di., 23.12.: 20 Uhr
Do., 25.12., Fr., 26.12., Sa., 27.12., So., 28.12. 15 Uhr und 20 Uhr
in Alma Hoppes Lustspielhaus, Ludolfstr. 53.
Karten unter: 555 6 555 6 oder auf www.almahoppe.de

Hörbuch-Verlosung

Das Alster-Magazin verlost drei Hörbücher von „Wer nimmt Oma?“. Schicken Sie eine Postkarte mit dem Stichwort „Oma“ an das Alster-Magazin, Barkhausenweg 11, 22399 Hamburg oder eine E-Mail an m.knierim@alster-net.de. Einsendeschluss ist der 24.11.



Damit rechnet niemand – Pflege kostet ein Vermögen

Der Gedanke, selbst einmal zum Pflegefall zu werden, wird von den meisten Menschen verdrängt. Heutzutage sind in Deutschland mehr als zwei Millionen Menschen pflegebedürftig und die Zahl der Pflegebedürftigen steigt durch die immer wachsende Lebenserwartung stetig.



Leiter Individualkunden-Center Eppendorf: Bruno Pacholleck.
Tel: 35 79 – 85 41, Grindelallee 45, 20146 Hamburg



Leiter Individualkunden-Center Rotherbaum: Ulfert Steffens.
Tel: 35 79 – 29 85, Klosterstern 5, 20149 Hamburg

Der Gesetzgeber reagierte bereits 1995 auf diese Entwicklung mit der Einführung der gesetzlichen Pflegeversicherung. So beachtlich die gesetzlichen Leistungen auch sind – sie reichen bei Weitem nicht aus und bieten nur eine Grundversorgung. Ein selbstbestimmtes Leben ist für jeden Menschen wichtig. Insbesondere, wenn man auch im hohen Alter noch dort leben will, wo man sich am wohlsten fühlt: zu Hause. Nur wer rechtzeitig vorsorgt, kann im Fall der Fälle auch unter schwierigeren Umständen zu Hause versorgt werden. Ohne die richtige Pflegeversicherung kann die finanzielle Eigenbelastung nur in den seltensten Fällen allein bewältigt werden. Ist im Pflegefall das eigene Vermögen aufgebraucht, kann sich das Sozialamt das Geld bei den Verwandten ersten Grades zurückholen. Denn die sind nach dem Gesetz zum Unterhalt verpflichtet. Auf Ehepartner,

Kinder oder Eltern können also enorme Kosten zukommen. Um das zu vermeiden, sollte für das Alter eine optimale Absicherung getroffen werden – denn niemand kann das Risiko, einmal selbst ein Pflegefall zu werden, ausschließen. „Wer sich im Alter optimal versorgt wissen will, sollte sich nicht ausschließlich auf die Leistungen der gesetzlichen Pflegeversicherung des Staates verlassen, sondern zusätzlich eine private Vorsorge abschließen“, so Bruno Pacholleck, Leiter des Individualkunden-Centers Eppendorf.

Ulfert Steffens, Leiter des Individualkunden-Centers Rotherbaum, empfiehlt seinen Kunden die neue Haspa PflegeRente. Mit diesem ungewöhnlich umfangreichen Versicherungspaket reagieren wir als Sparkasse auf den steigenden Bedarf an zusätzlicher Pflegeabsicherung. Das Angebot wurde vom Versicherungsprofi neue leben speziell für die Haspa

geschnürt. Neben umfangreichen Versicherungsleistungen bietet die Haspa PflegeRente einen besonderen Vorteil: Die Vermittlung eines Pflegeplatzes in Hamburg erfolgt bereits innerhalb von

24 Stunden. Damit ist die Haspa PflegeRente auf dem Markt einzigartig und verfügt über eine Leistung, die für pflegebedürftige Menschen und ihre Familien besonders wichtig ist.“

Ihre Ansprechpartner:

Für weitere Informationen zu diesem Thema stehen Ihnen gern unsere Leiter der Individualkunden-Center Rotherbaum und Eppendorf, Herr Ulfert Steffens und Herr Bruno Pacholleck, zur Verfügung. Selbstverständlich können Sie auch Ihren persönlichen Kundenbetreuer in den Filialen und Centern der Haspa ansprechen.

Haspa[®]
Hamburger Sparkasse



„Die Deutschen lieben zu leiden“

Jeder Mensch erfährt Wendepunkte im Leben. In dem neuen Bestseller „Der Knacks“ schreibt Roger Willemssen über dieses Phänomen. Ausgehend von seiner eigenen Lebensgeschichte erzählt der gerade von Harvestehude nach Hohenfelde gezogene Autor von dem Lauf der Zeit und ihrer Auswirkung. Das Alster-Magazin sprach mit dem 53-Jährigen in seiner Wohnung direkt an der Alster.

Alster-Magazin: Was genau ist Ihrer Definition nach ein „Knacks“?

Roger Willemssen: Es gibt eigentlich zwei Möglichkeiten, sich dem Knacks zu nähern. Zum

einen kann man ihn mit einer Narbe vergleichen. Das bedeutet, der Knacks ist die Stelle, an der Le-

ben bricht und sich grundsätzlich die Lebensrichtung ändert. Noch

Fortsetzung auf Seite 10

WOLFFHEIM WOLFFHEIM

IMMOBILIEN

erfolgreich | freundlich | anders



Eppendorf
Erdgeschosswohnung
ruhig + kinderfreundlich
105,4 m², 4 Zimmer
moderne Einbauküche
Parkett, 2 Bäder
neuwertiger Zustand
Terrasse und kl. Garten
2 TG-Stellplätze möglich

€ 299.400,- Kegelhof-Park Neubau 2004, mit Terrasse und Garten



Eppendorf
5. OG mit Fahrstuhl
194 m², 4 Zimmer
großer Wohnraum
mit Galerie, teilweise
6 m Deckenhöhe
Stilelemente, 2 Bäder
große West-Terrasse
zu den Gärten

Repräsentatives Dachgeschoss mit Terrasse € 599.000,-



Jugendstilvilla für Liebhaber
Fuhlsbüttel, Nähe Alsterlauf
Bj. 1909, 11 Zimmer, ca. 300 m² Wohnfläche, 2 Bäder, Terrasse, Wintergarten
Garage, 776 m² Grundstück
€ 420.000,-



Künstler-Architektenhaus
Schenefeld, Rarität in Bauhaus-Tradition
stilgetreu erhalten, Baujahr 1960
132 m² Wohnfläche, 5 Zimmer, 2 Bäder
Wintergarten, 822 m² Grundstück
€ 239.000,-



Charmante Stadtvilla
Rellingen, historischer Ortskern
Baujahr 1904, 6 ½ Zimmer, ca. 126 m²
viele Stilelemente, 2 Bäder, Remise
1.144 m² Grundstück, teilbar
€ 249.000,-



Maisonette-Wohnung mit Dachterrasse
Niendorf, Langobardenweg
75 m² Wohnfläche / 93 m² Nutzfläche
Bj. 1998, 3 Zimmer, Wohnküche
hochwertige Ausstattung, Dachterrasse
€ 178.000,-



Hochwertige Maisonette-Wohnung
Schnelsen, Frohmestraße
Bj. 1995, 82 m² Wohnfläche, 3 Zimmer
Wohnküche, Parkett, 12 m² Terrasse
ruhige Lage in zweiter Reihe; TG möglich
€ 194.000,-



Endetage mit 2 Balkonen
Eppendorf, Husumer Straße
50 m² Wohnfläche, 1 ½ Zimmer
Einbauküche, Vollbad, 2 Balkone
kleine Straße mit schönem Baumbestand
€ 134.000,-



Penthouse mit großer Dachterrasse
Bestlage in Alt-Rahlstedt
4 Zimmer, Kamin, Einbauküche, Vollbad
Gäste-WC, Diele, Wohnfläche 116 m²
Balkon + Dachterrasse 80 m², Garage
€ 285.000,-



Idyllische Doppelhaus-Hälfte
Sasel, ruhige Seitenstraße
150 m² Wohnfläche, 5 Zimmer
Einbauküche, Vollbad, Gäste-WC, Sauna
Vollkeller, 460 m² Grundstück
€ 280.000,-

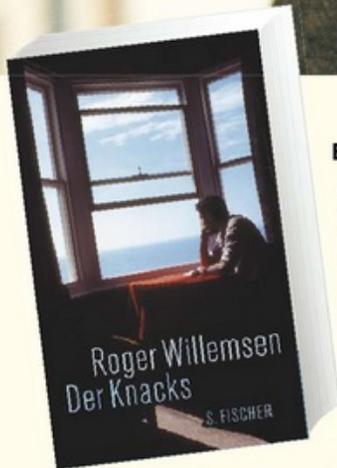
Hier ist Immobilienkompetenz zu Hause



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



Roger Willemsen hat mit seinem neuen Buch „Der Knacks“ einen Bestseller gelandet. Fotos: Kai Wehl



Buchtipp:
„Der Knacks“
von Roger
Willemsen;
Verlag:
S. Fischer
(Frankfurt),
2008; 18,90
Euro

Fortsetzung von Seite 8

besser vergleichbar ist ein Knacks aber mit einer Falte. Denn aus diffusen Gründen verändern wir uns und die Veränderung zeichnet sich immer tiefer ein. Wir können nicht sagen, worauf es zurückzuführen ist, merken jedoch, dass die Zeit an uns arbeitet und uns auch in Zeiten des Scheiterns führt. Man kann es mit einem Alterungsprozess vergleichen, der schon in der Kindheit beginnt; entsprechend ereilen den Menschen viele Knackse – manchmal jeden Tag.

AM: Warum haben Sie den Begriff „Knacks“ für das Essay gewählt und nicht etwa „Bruch“?

RW: Ich wollte dem Ganzen keinen dramatischen Begriff geben. Der Begriff „Knacks“ symbolisiert etwas Unscheinbareres und mir gefällt das Lapidare daran.

Letztendlich sind Veränderungen auch nicht auf ein einzelnes Erlebnis zurückzuführen, sondern eine Art Haarriss, der sich ausbreitet.

AM: Ist der „wesentliche“ Knacks in Ihrem Leben möglicherweise der frühe Tod Ihres Vaters? Lässt sich überhaupt ein Ranking festlegen?

RW: Also persönlich gesehen würde ich bei mir schon sagen, dass der Tod meines Vaters der Knacks meines Lebens ist. Allerdings ist er zu sehen in dem Zusammenhang, dass sich meine eigene Vitalität aufgebaut hatte, aber vor der Perspektive, dass ich die ganze Zeit jemanden in die Augen sehen musste, der stirbt. Dieser doppelte Effekt hat den Knacks weitaus stärker ausgelöst, als es der Todesfall alleine getan hätte. Als weiteren großen Knacks in meinem Leben würde ich das Ende einer Liebesgeschichte bezeichnen, die ich auch im Buch erwähne. Ich kann also ein ungefähres Ranking festlegen. Aber bei dem, was im Kern diese Veränderungen sind, kann ich es nicht sagen.

AM: Wäre Ihr Leben anders verlaufen, wenn Ihr Vater nicht so früh verstorben wäre?

RW: Mein Vater hätte wahrscheinlich bestimmte Schritte meines Berufslebens kritisch beäugt und ich hätte meine Revolte, die damals schon begonnen hatte, eventuell noch weiter ausgelebt.

AM: Inwiefern übten Sie Revolte?

RW: Es waren schon wilde Zeiten, die mich in Frankreich gar einmal fast ins Gefängnis gebracht hätten, weil ich Schallplatten mitgehen ließ. Außerdem ging ich in Bonn auf ein Gymnasium, auf dem sich die Landbevölkerung mit der völlig dekadenten Ministerialjugend mischte. Das führte unweigerlich zu Problemen.

AM: Wozu gehörten Sie?

RW: Ich war dazwischen. Wir lebten auf dem Land und hatten nicht viel Geld, aber viele Bücher. Schulisch bewahrten die mich aber auch nicht vor einer Ehrenrunde.

AM: Was waren die Beweggründe, dieses Essay zu schreiben?

RW: Mit der Thematik des „Knacks“ habe ich mich schon lange beschäftigt. Aber gerade in den letzten Jahren habe ich bei meinen Auftritten in den Augen der Leute gesehen, wie sie kollabieren unter den Herausforderun-

gen, Geld zu erwerben, Hierarchien zu erfüllen, „unkaputtbar“ zu sein etc.. All das führt zur Vereinsamung. Das Buch hilft, gemeinsam über diese Bereiche zu kommunizieren. Natürlich wollte ich mit dem Schreiben des Buches auch meine eigene Einsamkeit überbrücken.

AM: Neigen wir Deutschen denn eher dazu unser Leiden zu zelebrieren?

RW: Es gibt einen guten Satz von Goethe dazu: „Die Deutschen werden schwer über allem und alles wird schwer über ihnen.“ Das ist ein treffender Satz über das deutsche Temperament. Ich glaube, die Deutschen fangen sehr schnell an zu reflektieren, mit dem Verstand zu arbeiten. Ich erkenne das an mir selbst, so habe ich an dem Small-Talk, den die Engländer so sehr beherrschen, wenig Spaß. Wir müssen immer alles ergründen, aber das ist mir auch nicht unsympathisch. Sich mit dem „Knacks“ zu beschäftigen, ist deshalb wohl eher auch eine deutsche Sache, als dass man das beispielsweise in Italien erleben dürfte.

AM: Ist der „Knacks“ aber nicht in gewisser Weise auch eine Chance?

RW: Sicherlich, die kollektive Verständigung über das Phänomen „Knacks“ besitzt etwas Tröstendes. Beginnt man darüber zu reden und schützt nicht mehr den heimlichen Menschen in sich, dann kann das dazu führen, dass man nicht mehr unter dem optimistischen Zwangsdiktat leben muss, was der Beruf oder das Umfeld einem abverlangt. Man erkennt sich und andere als eine mehrfach gebrochene Person an. Auf der Buchmesse löste das Buch zum Beispiel eine kollektive Auseinandersetzung über die Finanzkrise aus und für wie viele Menschen sie ein Knacks im Leben bedeutet. All diese Menschen werden plötzlich ihres Scheiterns vergewissert und müssen sich fragen, was kommt jetzt, woher nehme ich denn jetzt den Wert meines Lebens her. Sie müssen sich also zwangsweise transzendieren.

Christiane Kaufholt/Kai Wehl

Die ungekürzte Fassung des Interviews lesen Sie auf www.alster-magazin.de.



„Wer sind die wahren Outdoor-Experten?“

Ausrüstungsexperte **Benedikt Bähr** weiß aus eigener Erfahrung, was Kinder „outdoor“ am meisten begeistert – und nutzt unsere Kältekammer auch für ungewöhnliche Testreihen.

Exklusiv im Wiesendamm: Ameisenwelt und große Kletterwand für besonders neugierige Abenteurer.



25.000 Ausrüstungsideen für Outdoor und Reise in Barmbek.

Träume leben.

Globetrotter.de

Ausrüstung

MEINE GLOBETROTTER AUSRÜSTUNG FILIALE IN HAMBURG:

Wiesendamm 1, 22305 Hamburg, U- und S-Bahnhof Barmbek
Montag bis Freitag: 10:00 – 20:00 Uhr, Samstag: 9:00 – 20:00 Uhr
Telefon: 040 / 29 12 23, shop-hamburg@globetrotter.de

Hamburg | Berlin | Dresden | Frankfurt | Bonn | Köln



„Der letzte Raucher“

Es ist neben der Finanzkrise eines der bestimmenden Gesellschaftsthemen: die durch den Staat ins Leben gerufene Nichtraucherschutz-Debatte. Wie die sich aus der Sicht eines ausgegrenzten „Süchtigen“ darstellt, zeigt der Schauspieler **Ulrich Bähnk** (Die Rettungsfleger) in dem Stück „Der letzte Raucher“ in der Reihe Kontraste an der **Komödie Winterhuder Fährhaus**.

Alster-Magazin: Die erste Frage liegt auf der Hand: **Raucher oder Nichtraucher?**
Ulrich Bähnk: Raucher. Sonst könnte ich das Stück ja gar nicht spielen, weil ich nicht wüsste, wovon ich rede.

AM: Viele Raucher fühlen sich ein wenig als Aussätzige, du auch?

UB: (überlegt) Ja, teils schon. Mich nervt der Hype um das Thema. Natürlich finde ich es als Raucher auch gut, dass in Restaurants nicht mehr geraucht werden

darf. Aber jeder Nichtraucher, der früher Raucher toleriert hat, erklärt die jetzt zur Katastrophe. Es gibt so viele unsinnige Behauptungen. Etwa, dass Passivrauchen aus 10 m Entfernung total schädlich sei und so weiter. Von derartigen Übertreibungen handelt das Stück. Einem armen Raucher – eben der letzte, wie er immer sagt –, der eigentlich nur ein kleines Stückchen Erde haben möchte, auf dem er noch rauchen darf.

AM: Das klingt nach der

tragischen Sicht eines „Gebranntmarkten“.

UB: Genau, er wird ja nicht umsonst auf den Balkon verbannt und nicht umsonst weiß er nicht, wie er da wieder runterkommen soll. Er wird von allen Menschen dafür verachtet, fühlt sich von der Gesellschaft diskriminiert.

AM: Kann dir das im Stück auch passieren, schließlich trittst du als „Pro-Raucher“ auf?

UB: Nein, denn es handelt sich nicht um eine Werbeveranstal-

tung für das Rauchen. Ich würde mich freuen, wenn es mit den Zuschauern nach dem Stück eine unterhaltsame Diskussion gäbe.

AM: Das Stück wird uraufgeführt. Hattest du Einfluss auf die Textauswahl?

UB: Der Regisseur hat die Buchvorlage von Mark Kuntz auf ein Drittel gekürzt. Dann haben wir gemerkt, dass es schwer ist, das geschriebene Wort auf die Bühne zu bringen und deswegen angefangen, es Stück für Stück umzuschreiben.

Spielt einen mit der Gesellschaft hadernnden Raucher: Ulrich Bähnk. Fotos: Kai Wehl

AM: Ist eine Uraufführung Lust oder Last?

UB: Darüber mache ich mir keine Gedanken. Vielleicht ist es für den einen oder anderen Zuschauer ein Kick, weil sie die ersten sind, die es gucken.

AM: Wenn du schlecht spielst, wird es vielleicht nie wieder aufgeführt?

UB: (lacht) Klar, das ist meine Verantwortung.

AM: Bedenke, dass du möglicherweise die Raucherdebatte entscheidend beeinflussen kannst.

UB: Ein spannender Aspekt. Es wäre schön, wenn ein Dialog entsteht und der ein oder andere Nichtraucher sagen würde, ja, es gibt einige Punkte, bei denen der Darsteller eigentlich Recht hat. Um mehr geht es nicht. Denn die Raucher – zumindest der Autor Kuntz – sind sich darüber bewusst, dass Rauchen nicht toll ist und auch keine große Leistung darstellt. Es ist eine Sucht, teils sogar eine Weltanschauung, die er weiterleben möchte, solange

man nicht aufhören muss.

AM: Genau diese Einstellung ist es, die den Staat auf den Plan ruft, denn freiwillig stoppt kein Raucher die Belästigung der Nichtraucher, z.B. beim Essen im Restaurant.

UB: Gut, unterschreib ich. Aber ich kann mich gut an meine Kindheit erinnern, als die Generation meiner Eltern geraucht hat wie blöd, egal wo, ob im Auto oder in der Küche. Das hat sich geändert. Deswegen kann die Gesellschaft das Problem auch alleine lösen, sich in einer langen Diskussion „zurechtrückeln“, denn es handelt sich um ein gesellschaftliches und kein politisches Problem. Deswegen finde ich den staatlichen Eingriff auch so ärgerlich.

AM: Wie sieht die Botschaft des Stückes aus?

UB: Es will die leicht verspannte und verkniffene Diskussion mit verhärteten Positionen auf eine leicht ironische lockere Art auf die Schippe nehmen. Das Stück ist komödiantisch leicht und hat trotzdem einen Hintergrund, der nicht blöd ist. Das finde ich gut. Und ... (überlegt und lacht) lasst ihn doch um Gotteswillen rauchen ist die Botschaft. Kai Wehl

Wir bieten günstige Modellbehandlungen an für

HBK
Hamburger Berufsfachschule für Kosmetik
Lore Krüger

Kosmetik ab 22 €
Fußpflege ab 13 €
Massagen / Wellness

Hoheluftch. 108 • Tel.: 55 56 54 30 • info@die-hbk.de
www.die-hbk.de • www.kosmetikschulehamburg.de



Exklusive Leuchten
Antiklampen und Schirmanfertigung
Stilleuchten Götzl
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




Kulturipp und Verlosung:

Vom 13.11. bis zum 31.12. zeigt die Komödie Winterhuder Fährhaus, Hudtwalkerstraße 13 (Kartentelefon: 480 680 80), in ihrer Reihe Kontraste in der Beletage des Hauses das Stück „Der letzte Raucher“ von Markus Kuntz (Regie: Kai Uwe Holsten). Der Raucher, gespielt von Ulrich Bähnk, befindet sich auf einer Party mit lauter Nichtrauchern und wird auf den Balkon verbannt. Dort hadert er mit seinem Schicksal als „lonesome Cowboy“ und holt zum verbalen Rundumschlag gegen die gemeine Gesellschaft aus. Das Alster-Magazin verlost 3x2 Karten für die Vorstellung am Mittwoch, dem 3.12. um 20 Uhr. Wenn Sie gewinnen möchten, dann senden Sie uns eine Postkarte mit Ihrer Telefonnummer und dem Stichwort „Raucher“ an: Alster-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an: k.wehl@alster-net.de. Einsendeschluss: 25.11.

www.niemerszein.de

NIEMERSZEIN

Alles Gute für Sie!
seit 1965

Supermärkte für höchste Ansprüche!

Öffnungszeiten
Montag bis Sonnabend 8.00 bis 20.00 Uhr
Kostenlose Parkplätze vorhanden

AM ROTHENBAUM Hallerstr. 78 ☎ 410 86 52 Sonnabends bis 20.00 Uhr geöffnet!	IN PÖSELDORF Milchstr. 1 ☎ 44 56 60 Sonnabends bis 20.00 Uhr geöffnet!
AM HOFWEG Hofweg 81 ☎ 22 73 82 80 Sonnabends bis 20.00 Uhr geöffnet!	AM MÜHLENKAMP Mühlenkamp 45 ☎ 27 87 79 53 Sonnabends bis 20.00 Uhr geöffnet!

1 Stunde kostenloses Parken für unsere Kunden auf dem Parkdeck

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



Wie bedroht ist die altsprachliche Bildung des Johanneums von der Schulreform? Denn, so ist zu hören, Ausnahmen soll es nicht mehr geben.



„Schulpolitische Baustelle“

Anfang des Jahres hat die schwarz-grüne Koalition die **Umgestaltung der Schullandschaft** beschlossen. Offiziell starten soll die neue Schulstruktur im August 2010. Sind durch die Reform einzelne Bildungskonzepte wie das des Johanneums in **Winterhude** bedroht?

Im Frühjahr 2008 gab Hamburgs Schulsenatorin Christa Goetsch (GAL) die Einzelheiten der neuen Schulreform bekannt. Wichtigster Baustein der ab August 2010 offiziell startenden neuen Schulstruktur ist die Einführung der neuen Primarschule. Alle Kinder sollen in Zukunft bis zur sechsten Klasse eine gemeinsame Schule besuchen. Danach gibt es dann mit den Stadtteilschulen und den Gymnasien zwei Bildungsangebote, die beide zum Abitur führen können. Denn auf der Stadtteilschule, die die bisherigen Haupt-, Real- und Gesamtschulen umfasst, kann man neben dem Real- und Hauptschulabschluss auch das Abitur machen. Die neue Schulstruktur hat zu heftigen Diskussionen und zur Bildung von zwei rivalisierenden Volksinitiativen – „**Wir wollen lernen**“ und „**Eine Schule für alle**“ geführt. Die Initiative

„**Wir wollen lernen**“, die noch bis Ende November Unterschriften sammelt, setzt sich **für den Erhalt der Gymnasien** und weiterführenden Schulen ein. Die Volksinitiative „**Eine Schule für alle**“ **hingegen plädierte für eine Einheitsschule**. Ihr Volksbegehren ist bereits gescheitert – am Ende fehlten rund 11.000 Unterschriften. Die zwei Initiativen und die Schulreform an sich zeigen, wie gegensätzlich die Meinungen zur Zukunft des Schulsystems sind. Viele Kritiker sehen unter anderem auch die altsprachliche Bildung der humanistischen Gymnasien, wie zum Beispiel die des Johanneums in Winterhude, von der Reform bedroht. Dadurch, dass die schwarz-grüne Koalition nämlich die sechsjährige Grundschulzeit beschlossen hat und die Gymnasialzeit auf sechs Jahre

verkürzt hat, ist es für manche fraglich, ob künftig an diesen Gymnasien noch sinnvoll Latein unterrichtet werden kann. Die schulpolitische Sprecherin der CDU-Bezirksfraktion-Nord Helga Röder sagt hierzu: „Wir werden alles in unserer Macht Stehende für den Erhalt des Johanneums tun. Dieses muss sich aber auch selbst in entsprechenden Gremien positionieren. Außerdem wird an einigen Primarschulen Lateinunterricht angeboten werden, so dass eine altsprachliche Bildung in dem Sinne weiter möglich ist. Man muss sich allerdings dazu schon vor der Einschulung für die entsprechende Bildungsrichtung entscheiden.“ Das kann zur Folge haben, dass schon Erstklässler weite Schulwege auf sich nehmen müssen – entscheidend wird sein, wie viele **Primarschulen es mit Lateinunterricht** geben wird und

wo sie in Hamburg verteilt sind. Damit der Lateinunterricht überhaupt gewährleistet ist, werden an den Primarschulen künftig nicht nur Grundschul-, sondern auch Gymnasiallehrer unterrichten. Hierbei wird speziell von den in den Jahrgängen fünf und sechs unterrichtenden Lehrern Flexibilität gefordert. „Diese Problematik wird zur Zeit von einem Planungstab in der BSB (Behörde für Schule und Berufsbildung) bearbeitet“, sagt Helga Röder. Es gibt noch einige Punkte, die bis zum Mai 2009 auf den Schulentwicklungskonferenzen in den 22 Regionen diskutiert werden müssen. Zu hoffen ist, dass auch im Sinne der „Altsprachler“ und Verfechter sogenannter humanistischer Bildung gute und sinnvolle Entscheidungen getroffen werden.

Christiane Kaufholt



Das Ensemble „Meine Damen und Herren“ spielt auf der Uhlenhorst „Traumgedusel“ . Foto Janina Froese

Wilhelm Buschs Figuren am Ernst Deutsch Theater

Vom 6. November 2008 bis zum Januar 2009 spielt das alsterarbeit-Ensemble „Meine Damen und Herren“ auf der neuen Plattformbühne im **Ernst Deutsch Theater**, Friedrich Schütter Platz 1, „Traumgedusel“. Die Mitglieder, die alle einen Werkstattarbeitsplatz bei der alsterarbeit GmbH haben, zeigen Wilhelm Buschs arglos-scurrile Figuren wie Max und Moritz, die fromme Helene und viele andere seiner Bilder Geschichten. In dem Stück geht es um die Frage nach der wahren Kunst.

Dabei geraten die dargestellten Figuren nicht nur in Streit, sondern auch außer Rand und Band. Inszeniert wird diese Aufführung von Martina Vermaaten. Sie schafft es, eine rauschartige Traumorgie querbeet durch sämtliche Geschichten und Gedichte Wilhelm Buschs zu inszenieren. Thomas Clod, Annika Krump und Jojo Büld werden die Aufführung musikalisch begleiten. Karten: 15 Euro. Ab einer Buchung von 10 Karten beträgt der Preis pro Karte 10 Euro. Kartentelefon: 040/22 70 14 20. lzn

Alma Hoppe: Es rockt!

Michael Krebs will endlich die erotische Explosion. Mit Klavier, Gitarre, Taschenkeyboard, Loopgerät und allem, was ein Popstar so braucht, geht der schwäbische Dorfcasanova auf Roadshow. Sein Ziel ist klar: Den Rock'n'Roller in sich selbst entdecken und junge Frauen zum Mitreisen zu finden. Seine Lockmittel sind seine Songs, eine Mischung aus Kitsch und Schweinkram, dazu glitzernde Musikalität vom Rock über Jazz bis zum Lagerfeuerlied, obendrein seine Stimme – und nicht zuletzt der Dialekt, dem oifach koi Frau widerstehe kann: „Desch brudaal! Michael Krebs „**Erotik Explor: schn Road Show**“ sehen Sie am **12. November um 20 Uhr** in Alma Hoppes Lustspielhaus, Ludolfstr. 53. Karten gibt es unter Tel.: 555 6 555 6 oder auf www.almahoppe.de. mk



KAI WIECHMANN®

Teak Gartenmöbel - Landhausmöbel - Antiquitäten - Mahagonimöbel - Eibemöbel - Ledermöbel - Chinamöbel - Büroeinrichtung



Gartenmöbel



Englische Möbel



Ledermöbel



Asiatische Stilmöbel

KAI WIECHMANN®

Am Diebsteich 55
22761 Hamburg
Mo.-Fr. 10 - 19 Uhr, Sa. 10-18 Uhr
www.kai-wiechmann.de



Büroeinrichtung



Mehr
dank **Sport**

Sex

Der Eppendorfer Professor
Dr. Frank Sommer sagt, warum...

Es ist DAS Thema in den Medien und der Traum eines jeden Mannes: **viel Sex!** Leider klaffen Wunschvorstellung und Realität im Bett oft weit auseinander. Ein Grund: die meisten Männer sind nicht fit genug oder zu fit. Glauben Sie nicht? Dann lesen Sie, was der Eppendorfer Professor Dr. Frank Sommer zum Thema „Sex & Sport“ sagt!

„45 Minuten Sport, beziehungsweise mäßiges Ausdauertraining, sind perfekt, um dem Mann Lust auf Sex zu machen – mehr nicht. Joggen, Radfahren oder Krafttraining regen den Hormonhaushalt an und steigern die Produktion des für unser Sexualleben so wichtige Testosteron. Wer jedoch übermäßig Sport treibt, bewirkt genau das Gegenteil“, erklärt Professor Dr. Frank Sommer. Der Arzt erzählt von Marathonläufern, die ihn in seiner Praxis aufgrund geminderter Libido, Müdigkeit und Abgeschlagenheit aufgesucht haben und der Grund dafür ein „kaputtgerannter“ Hormonhaushalt sei. Denn schon nach 30 Minuten Ausdauersport kommt es zu einem Testosteronanstieg, der sich nach einer Stunde wieder etwas senkt und sogar drei Tage auf diesem Level bestehen bleibt, bei Extremsportlern allerdings bis zu fünf Tagen.

„Bei übermäßigem Sport wird der Hormonhaushalt sehr stark belastet, völlig durcheinander gebracht und regelrecht zerstört“, erklärt Prof. Dr. Frank Sommer.

Wie Männer dem altersbedingten Testosteronabfall mit natürlichen Mitteln entgegenwirken können, verrät er uns auch. (6-7 mg Testosteron wird täglich in den Leydig-Zellen des Hodengewebes und teils in peripheren Quellen wie der Nebennierenrinde produziert und pro Jahr sinkt diese Menge um ca. 1,3%).

„Kraftsport sorgt für starken Testosteronanstieg und ist am effektivsten, wenn Männer mit schweren Gewichten arbeiten. Wichtig ist wieder, dass lieber kurze Trainingseinheiten eingehalten werden, dafür aber intensive. Also das Wochenpensum in kleine Abschnitte von maximal einer Stunde einteilen“, rät der Professor. Ein weiterer Tipp von ihm ist, dass Fettgewebe abzubauen, denn dieses produziert falsche Hormone, nämlich



Verhilft Männern zu besserem Sex: Professor Dr. Frank Sommer, Uniklinik Eppendorf (UKE).

die weiblichen und senkt somit wiederum den Testosteronspiegel. „Je dicker Bauch und Hüften sind, desto weniger Sexualhormone besitzt der Mann“, klärt der Männerdoktor auf und fährt fort: „Außerdem kann man dem Hormonhaushalt auch über das Essverhalten auf die Sprünge helfen, und was jetzt viele Männer freuen wird: Esst Fleisch! Denn ernährt man sich fälschlicherweise proteinarm, existieren mehr Globuline, die Eiweißverbindungen im Körper, die das Sexualhormon aus dem Verkehr ziehen.“

Körperliche Leistungsfähigkeit, Ernährung und Potenz hängen eben eng zusammen und der normale Alterungsprozess kann durch gezieltes Training und eine gesunde Ernährung gemindert werden. So erlangen Männer neben der Lebenslust auch mehr Lust auf Sex und steigern somit auch die Lust der Partnerin – wobei das ein anderes Thema darstellt.

Anna-Lena Ehlers

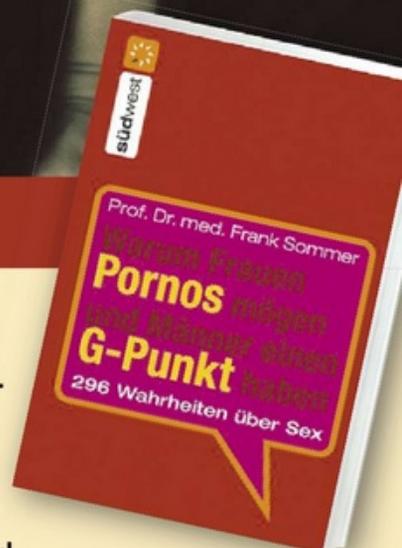
Lesen Sie auf www.alster-magazin.de weitere Sex-Fakten.



Buchtipp:

Der weltweit einzige Professor für Männergesundheit Dr. Frank Sommer von der Uniklinik Eppendorf (UKE) gibt zahlreiche Informationen über die Facetten von Sex und

Co. in seinem neuesten Buch preis. Er klärt auf über kuriose Fragen, große Mythen und harte Fakten, die er in seinen Sprechstunden gesammelt hat.



GALERIE HIMMELSWEG
www.himmelsweg.de

21255 Tostedt-Dieckhofstr. 16
Tel. 04182-6955

Wir fertigen nach Maß!
Schöne Massivholzmöbel
aus edelsten Hölzern.
Nach Ihren Wünschen
gestaltet und von
Tischlerhand gebaut.
Sensationell preiswert.

GALERIE HIMMELSWEG
Edelholz-Möbel

21255 Tostedt-Dieckhofstr. 16
Tel. 04182 - 6955

Bibliotheken



Maßarbeit
www.himmelsweg.de

HÖRMANN Garagentore u. Hauseingangstüren

Du und Deine Welt: Besuchen Sie uns in Halle B6, Stand B6.335




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

hb 40 Jahre
HANSABAUSTAHL
BAUELEMENTE · MOBILE RÄUME

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

www.pinie-online.de

Pinie & Co
EXCLUSIVE MASSIVHOLZMÖBEL

NOVEMBERANGEBOTE ! *



Massiver Pinientisch 160 x 80 cm
Mit einer 3,5 cm starken Platte
und 9 x 9 cm starken Beinen.

290,00 € (UVP 867 €)*

Anrichte aus Pinie 80 x 80 x 40 cm

190,00 € (UVP 543 €)*




Hochwertiger Rattanstuhl „Symphonie“

199,00 € (UVP 627 €)*

* nur solange der Vorrat reicht

Große Auswahl an massiven Pinienmöbeln & Möbeln nach Maß!!

Krausestraße 110 • 22049 Hamburg • Tel.: 040 / 68 91 62 50
Fax: 040 / 68 91 59 75 • www.pinie-online.de



Hamburgs politischer Benjamin

Christoph Ploss ist der jüngste Abgeordnete in Hamburg. Im Zuge der Bürgerschaftswahl 2008 wurde er zum CDU-Bezirksabgeordneten in Hamburg-Nord gewählt. Der heute 23-Jährige hat sich schon in ganz jungen Jahren für Politik interessiert. Das Alster-Magazin sprach mit dem Winterhuder über seine politische Tätigkeit.

Alster-Magazin: Wie begann dein politischer Weg?
Christoph Ploss: Mit 19 Jahren, nach meinem Abitur, bin ich in die CDU eingetreten. Mein Interesse für Politik wurde schon früh geweckt, so habe ich schon mit neun Jahren Helmut Kohl gegen Rudolph Scharping im Fernsehen geschaut. Allerdings war es mir

wichtig, nicht nur einer Partei beizutreten, sondern mich auch aktiv in der Politik zu engagieren. Also ergriff ich selbst die Initiative, ging zu zahlreichen Vorträgen, lernte viele politische Leute kennen und versuchte die Partei tatkräftig beim Bundestagswahlkampf 2005 zu unterstützen. So wuchs ich in die politische Arbeit



hinein und wurde Anfang des Jahres CDU-Abgeordneter des Bezirks-Nord; genauer gesagt, zog ich als Spitzenkandidat für den Bereich Eppendorf/Winterhude in die Fraktion ein.

AM: Wird man als so junger Abgeordneter von seinen Kollegen immer für voll genommen?

CP: Ich glaube schon. Zumindest habe ich noch nichts Gegenteiliges zu spüren bekommen. Außerdem denke ich, dass die meisten es eher positiv sehen, dass auch so ein junges Gesicht dabei ist.

AM: Neben deiner politischen Arbeit bist du berufstätig, studierst du oder was machst du?

CP: Ich studiere an der Universität Hamburg Politikwissenschaften und Geschichte. Das Studium hat für mich auch oberste Priorität.

Christoph Ploss (CDU) ist mit 23 Jahren zur Zeit der jüngste Abgeordnete Hamburgs.

Foto: Anna-Lena Ehlers

Ich versuche, noch vor der Regelstudienzeit fertig zu werden. Alles unter einen Hut zu bekommen, führt natürlich oft zu langen Tagen. Aber für mich ist das keine Belastung, da ich mein Studium und auch die politische Arbeit liebe.

AM: Was sagen deine Freunde zu deinem politischen Engagement?

CP: Bevor ich Abgeordneter wurde, haben das gar nicht so viele gewusst. Und jetzt finden die meisten es grundsätzlich gut, dass ich mich politisch einsetze. Für einige bin ich eventuell in der falschen Partei.

AM: Planst du eine politische Karriere?

CP: Eigentlich habe ich mir noch keine konkreten Gedanken über eine politische Karriere gemacht. In meinem Alter kann man ja auch noch nicht genau abschätzen, wo es einen beruflich nach dem Studium hinführt. Ich würde zum Beispiel später gerne selbstständig in der Wirtschaft tätig sein und das verfolge ich auch in erster

Linie. Eine politische Karriere kann immer schnell vorbei sein, deshalb braucht man eine andere berufliche Alternative.

AM: Hast du politische Vorbilder?

CP: Es gibt einige politische Persönlichkeiten, von denen ich sagen kann, die haben in bestimmten Situationen gute Arbeit geleistet oder deren Ausstrahlung und Auftreten gefällt mir. Ich möchte aber keinen direkt imitieren, sondern lieber meinen eigenen Weg gehen, wobei ich natürlich die Hilfe von erfahrenen Politikern gerne annehme.

AM: Bleibt noch Zeit für Hobbys?

CP: Natürlich ist die Freizeit schon sehr begrenzt, aber ich versuche so gut es geht meiner Hockey-Leidenschaft nachzukommen, gehe gern ins Theater, treffe mich gern mit Freunden und lerne gerne Fremdsprachen.

Christiane Kaufholt

Die ungekürzte Fassung lesen Sie auf www.alster-magazin.de.

Bei uns zu sehen:
viele Küchen und Bäder live!

SieMatic



Mehr Qualität in Bad und Küche

NEU!
ellerbrock in
der wohnmeile
halstenbek

Optimales Material, perfekte Verarbeitung und aktuelles Design – das sind die Zutaten für alle Produkte, die wir Ihnen in unseren Ausstellungsräumen präsentieren. Beachten Sie die ständig neuen Ideen unserer Marken-Fabrikanten und treffen Sie Ihre ganz persönliche Wahl. Dabei dürfen Sie auf die langjährig erwiesene Kompetenz aller Mitarbeiter in Beratung und Service vertrauen.

ellerbrock bad & küche in duvenstedt · Puckaffer Weg 4
Tel. 040 6 07 62-0 · Mo.–Fr. 8–18 Uhr, Sa. 9–14 Uhr
ellerbrock bad & küche wohnmeile halstenbek · Gärtnerstraße 161
Tel. 04101 51 67 35 · Mo.–Fr. 10–19 Uhr, Sa. 10–16 Uhr
ellerbrock die küche im stilwerk · Große Elbstraße 68
Tel. 040 38 08 67 70 · Mo.–Sa. 10–19 Uhr

persönlich
gut beraten
-ellerbrock
www.ellerbrock.com

FACHBERATUNG · LIEFERUNG · ENTSORGUNG · MONTAGE · REPARATUR

**Weihnachtsmarkt
St. Michaelis**

28. Nov. - 30. Nov.
Fr. 15:00-18:00 Sa. 11:00-18:00 So. 11:30-18:00

80 Aussteller präsentieren:
Kunsthandwerk, Mode, Schmuck,
weihnachtliche Dekorationen & Geschenkideen,
Kinderbasteln, Keksebacken
Gastronomie & Adventscfé



Krypta & Gemeindehaus & Draußen
Info St. Michaelis: Tel: 040 / 376 780 Eintritt frei!

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

GALERIE HIMMELSWEG
www.himmelsweg.de

**Massiv
Edelholz**



**Erhältlich
in jedem Maß**

21255 Tostedt, Dieckhofstr.16
Tel. 04182 - 6955

**BEGEHRT GEJAGT BEDROHT
Der Schneeleopard**



Helfen Sie mit, werden Sie Pate!
030.28 49 84-15 74

Spenderkonto 100 100 www.schneeleopard.de
BLZ 370 208 00 NABU
Bank für Sozialwirtschaft 10108 Berlin




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



Intelligente Haustechnik



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

SOFORT-SERVICE • STÖRUNGSDIENST • REPARATUREN

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




„Von heilig bis arrogant“

In den kommenden zwei Monaten ist **Claudia Rieschel** in den verschiedensten Rollen zu sehen. Einmal spielt die in Rotherbaum lebende Schauspielerin eine Äbtissin, dann eine Wirtin und zu guter Letzt eine arrogante Dame. Ihrem Traumberuf kommt sie nicht nur beim Film nach, sondern auch am Theater.

Alster-Magazin: In welchen Filmrollen werden Sie in nächster Zeit zu sehen sein?

Claudia Rieschel: Am 16. November spiele ich im Film „Liebe, Babys und ein großes Herz“ die warmherzige Äbtissin Laetitia und am 2. Dezember bin ich in „Soko-Köln“ als Pensionswirtin, deren Sohn ermordet wird, zu sehen und kurz darauf, am 4. Dezember in einer Episodenhauptrolle als eiskalte arrogante Dame aus den Hamburger Elbvororten in der Serie „Notruf Hafenkante“. Diese total unterschiedlichen Charaktere darstellen zu können, hat mir großen Spaß gemacht. Es ist schön, nicht auf einen Typ festgelegt zu werden.

AM: In verschiedenen Filmen innerhalb kürzester Zeit mitzuspielen, ist das stressig für Sie?

CR: Da sich die Produktionszeiten diesen Sommer überschneiden, ging es schon etwas hektisch zu. Ich musste zwischen Hamburg, München und Berlin hin und her reisen. Aber ich genieße es, an freien Tagen die Umgebung der Drehorte näher kennenzulernen und nutze die Gelegenheit, Freunde wiederzusehen. Nur das

Kofferpacken ist unangenehm. Dafür fehlt mir einfach das Organisationstalent.

AM: Bald müssen Sie aber schon wieder Ihre Koffer packen!

CR: Ja, denn von Dezember bis März spiele ich am Theater die Komödie „Liebeslänglich“ in Bonn mit anschließender Deutschlandtournee. Das Stück ist eine Uraufführung und es wird sehr turbulent zugehen. Ich spiele eine trutschige Standesbeamten, die einen smarten Kriminalbuchautor gegen seinen Willen heiraten will.

AM: Haben Sie sich mit der Schauspielerei einen Kindheitstraum erfüllt?

CR: Ja, ich bin in der Bebelallee um die Ecke vom Winterhuder Fährhaus groß geworden und im Kindergarten auf der anderen Seite der Hudtwalker Brücke habe ich meine erste „Rolle“ gespielt – Mutter Maria. Der Weg in den Kindergarten führte mich auch an Alma Hoppes Lustspielhaus vorbei, das übrigens 1945 von Wolfgang Borchert und meiner Mutter, der Schauspielerin Viola Wahlen, eröffnet wurde. Nach dem Abitur ging ich an das „Max-Reinhardt-Seminar“ nach Wien und hatte das Glück, dort nach der Schauspielschule für 3 Jahre am renommierten „Theater in der Josefstadt“ engagiert zu sein.

AM: Wo fühlen Sie sich zu Hause?

Als Äbtissin ist Claudia Rieschel im ZDF-Film „Liebe, Babys und ein großes Herz“ zu sehen. Foto: ZDF/Magdalena Mate



In einer Folge der ZDF-Serie Notruf Hafenkante spielt Claudia Rieschel am 4.12. eine arrogante Dame. Foto: ZDF/Bernd Spaue

CR: Hamburg bedeutet wirklich Heimat für mich, obwohl ich von meinem 8. bis zu meinem 32. Lebensjahr entweder in Frankfurt, Wien oder München gewohnt habe. An meinem Stadtteil liebe ich vor allem meine gemütliche Dachwohnung, Luigis Eiscafé, wo sich die ganze Nachbarschaft auf den besten Milchkaffee trifft, den Turmwegmarkt, die Nähe zum Abatonkino und den Grin-

delhof mit seinen Kneipen und natürlich meine geliebte Alster in all ihren verschiedenen Stimmungen, die ich mehrmals in der Woche beim Walken oder Joggen auf mich wirken lasse.

Christiane Kaufholt

Die ungekürzte Fassung des Interviews können Sie auf www.alster-magazin.de lesen.

Augenlasern

Brille? Brauch ich nur noch zum Schlafen!

ab 950 € pro Auge
nice-eyes-one.de
 Tel. 040-611 826 07
 Heegbarg 2 • 22391 Hamburg

jetzt telefonisch oder im Internet zum kostenlosen Infoabend am 18. November um 19 Uhr anmelden

Die Jugendweihe Hamburg e.V.
 Landesverband Hamburg /
 Schleswig-Holstein der

Jugendweihe
 Deutschland e.V.

lädt ein zur
Jugendfeier 2009

am 21. März 2009
 in der Laeiszhalle (Musikhalle)

Vorbereitungsabende:
 Gesprächskreise in 16 Stadtteilen
 ab Dezember 2008:

Altona, Barmbek, Berne,
 Bergstedt/Volksdorf
 Bramfeld, Bergedorf, Eimsbüttel,
 Farmsen, Harburg,
 Langenhorn, Lurup, Niendorf,
 Norderstedt, Kaltenkirchen,
 Pinneberg und Halstenbek

Sommercamp in Holland
Pfingstcamp in Sachsen
Abschlussreisen nach:
 Weimar, Buchenwald, Leipzig
 und an den Gardasee (Italien)

Anmeldung sofort:
Jugendweihe Hamburg e.V.
 Beim Schlump 23, 20144 Hamburg
 Tel.: (040) 601 31 09 (Frau Sausaat);
 Fax: (040) 601 31 09
 E-mail: Jugendweihe@aol.com
 Homepage: www.jugendweihe-hh.de

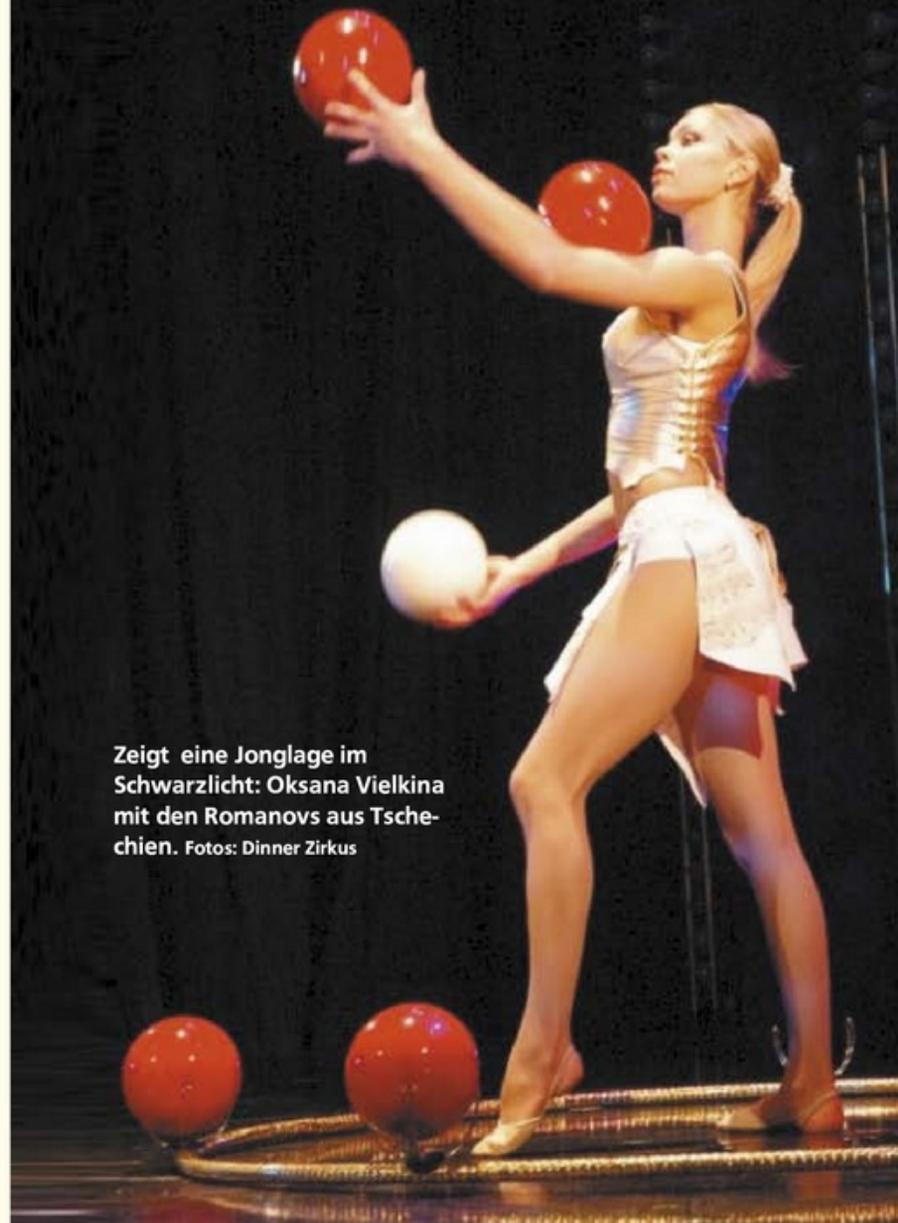
Speisen und Staunen

Zirkusdirektor Stefan Pagels präsentiert in der Hagenbeck'schen Alten Dressurhalle seinen **Dinner-Zirkus** – eine Kombination von Showeinlagen **internationaler Zirkusartisten** und einem **5-Gänge-Menü**.

Vom 20. bis zum 31. Dezember präsentiert der Zirkusdirektor Stefan Pagels in der Alten Hagenbeck'schen Dressurhalle, Gazellenkamp, auf rund 1.000 Quadratmetern Fläche seinen Dinner-Zirkus – eine Kombination von einem 5-gängigen Gala-Menü und zirkusartistischen Einlagen teilweise prämiierter Künstler. Beispielsweise von Martin Lacey jr., der mit seiner großen Löwengruppe für atemberaubende Spannung sorgt. Hoch her geht es auch bei der Kopenhagenerin Benedicte, die mit ihrer choreografierten Artistik im Vertikaltuch unter der Hallendecke auftritt und dem Publikum den Atem stocken lässt. Die Gauklertruppe Charivari sorgt sowohl im Foyer als auch hautnah an den Tischen für ausgelassene Stimmung. Unterstützt von seinem 60-köpfigen Team unterschiedlichster Nationen führt Stefan Pagels als „Sprechstallmeister“ und Moderator durch das abwechslungsreiche Programm und Menü in-

ternationaler Köstlichkeiten, das in den Pausen zwischen einzelnen Shownummern an den Tischen rund um die Manege serviert wird. Saté-Spießchen mit Erdnussdipp und Crêpes-Röllchen Caprese mit Mozzarella und Pesto als Fingerfood, die berühmte thailändische Curryrahmsuppe, Hamburger Fischragout in Dill-Senf-Sauce auf grüner Gurke und Röllchen vom Schweinerücken mit Parmaschinken und Tomate sind nur ein paar Beispiele des kulinarischen Feuerwerks. Als krönender Abschluss wird lauwarms Schokoladensoufflé mit Himbeermark und Vanilleschaum serviert. Tickets gibt es ab 79 Euro. Weitere Informationen erhalten Sie unter der Tel.: 547 65 255 und www.dinner-zirkus.de im Internet. **Das Alster-Magazin verlost 3x2 Karten.** Schicken Sie einfach eine Postkarte mit dem Stichwort „Dinner-Zirkus“ an: Alster-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an s.schuetz@alster-net.de. Einsendeschluss: 8.12.

Karten-
verlosung



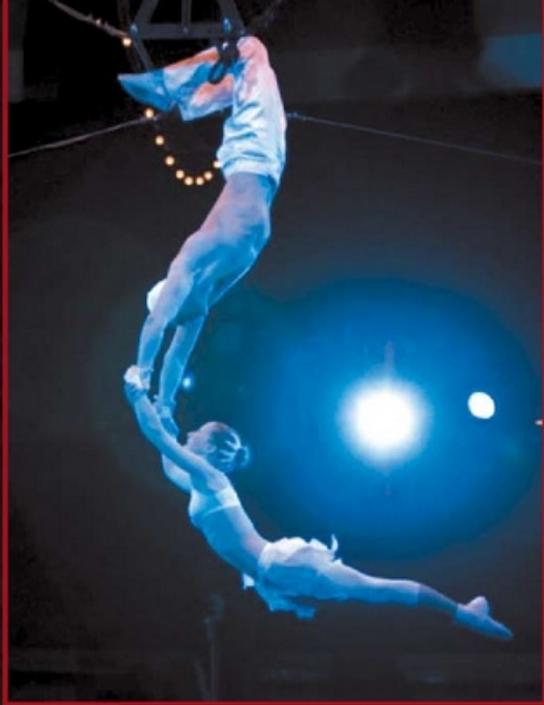
Zeigt eine Jonglage im Schwarzlicht: Oksana Vielkina mit den Romanovs aus Tschechien. Fotos: Dinner Zirkus



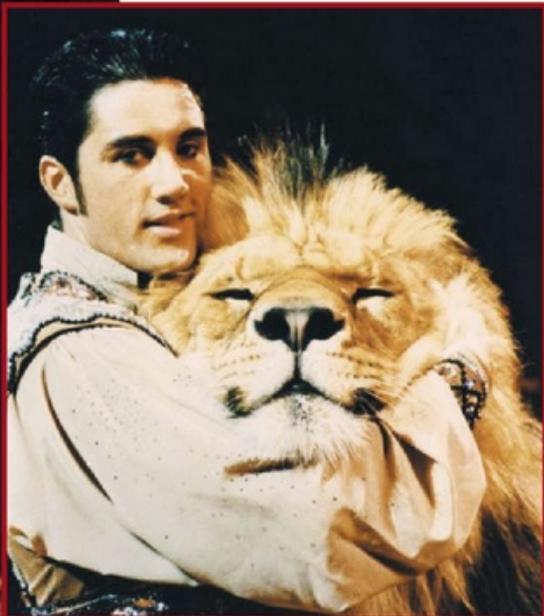
www.traumhaussylt.de

5-Sterne Ferienhäuser
in exponierten Lagen

Tel.: 040 53 69 40 06



Zeigt mutige Partnerakrobatik im Fangstuhl-Trapez ohne Netz und doppelten Boden: das Duo Aerius.



Erhielt den Clown von Monte Carlo für seine Löwenshow: Martin Lacey jr.

kunstvolle aussenräume aus einer hand

beratung | entwürfe | baulösung | ausführung | pflanzungen | gehölzschnitt | pflege | objekte



dipl.-ing. & landschaftsgärtner soeren von hoerschelmann | hartwigsahl 17 | d-23863 bargfeld-stegen

04532 - 288 24 42 | 0172 - 45 86 242

www.gaertenvonhoerschelmann.de

GAEDKE

GRANIT MARMOR SANDSTEIN

GESTALTEN MIT NATURSTEIN

Bäder • Küchen
Fußböden • Terrassen • Treppen

Poppenbütteler Chaussee 81 • 22397 Hamburg-Duvenstedt

Telefon 607 66 00 • Fax 60 76 60 14

info@gaedke-naturstein.de • www.gaedke-naturstein.de

Orientteppich Malek

Bio-Handwäsche, Restauration und Reparatur

Wir waschen und restaurieren Ihre Teppiche fachmännisch und verfügen über eine 20-jährige Berufserfahrung. Kostenlose Abholung in ganz Hamburg.

Orient Teppiche Malek
Herderstr. 42
22085 Hamburg
Tel.: 227 92 13



adRem[®]
INTERIOR

www.adrem-interior.de



Lloyd Loom € 145,-



„Lassem“, 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
Ruhstr. 11
22761 Hamburg
Altona
Tel. 8537 22 50

Mo.-Fr. 11.00 - 19.00 - Sa. 10.00 - 14.00



Kein Platz für einen Aufzug?



Ein komfortabler Aufzug ist selbst im kleinsten Treppenhaus möglich!

Wir sind spezialisiert auf den nachträglichen Einbau von Aufzügen in Hamburger Stadtvillen und Altbauten. Wir bieten Aufzüge schon ab einer Breite von 70 cm. Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.



KleinAufzüge **CARL DEGENHARDT**

Carl Degenhardt GmbH • Sophienallee 20 • 20257 Hamburg
Fon 040 400200 • Fax 040 4905680
www.carldegenhardt.de

Nasse Wände? Feuchte Keller?



Das gute Gefühl, in den besten Händen zu sein.

40.000 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!

AUSTRÄGER GESUCHT

Für die Verteilung
des Alster-Magazins
(ab 13 Jahren)

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



Ausstellung: Bildhauer Stephan Balkenhol



Stephan Balkenhol: Köpfe Mann und Frau, 1982. Pappelholz, bemalt, je 90 cm hoch. Museum Ludwig, Köln.

Die **Deichtorhallen Hamburg**, Deichtorstraße 1-2, zeigen vom 14. November 2008 bis zum 1. Februar 2009 das Werk des wohl bedeutendsten deutschen Bildhauers **Stephan Balkenhol**. Die Ausstellung wird etwa 100 Arbeiten umfassen, darunter Skulpturen, Reliefs und Fotografien. In Hamburg gehört

er auch dank seiner schwimmenden Männer und der Giraffe vor Hagenbeck zu den präsentesten Künstlern im öffentlichen Raum. Menschen, Tiere, Architekturen sind seine bevorzugten Themen. Die oft grob gearbeiteten und farbig bemalten Werke hinterfragen durch zahlreiche Variationen eines Grundtypus die Tradition der klassischen Skulptur. Balkenhol's Arbeit ist besonders eng mit Hamburg verbunden, da er in der Stadt nicht nur studierte, sondern im Atelier in Volksdorf auch zu seinem Stil fand und diesen in mehr als zehn Jahren des Schaffens in Hamburg entwickelte, denn von 1976 bis 1992 lebte und arbeitete Stephan Balkenhol in einem Gartenhaus mit großem Grundstück in Volksdorf. Im Dialog mit der architektonischen Situation der großen Deichtorhalle soll die Ausstellung die ungewöhnliche

Raumbeherrschung dieses Bildhauers vor Augen führen, seinen Umgang mit unterschiedlichen Maßstäben und Themen. Mehr Infos unter: www.deichtorhallen.de. Eintritt: normal: 7/erm. 5 Euro. Öffnungszeiten: dienstags bis sonntags 11-18 Uhr. kw



Stephan Balkenhol: Modell für Giraffe Hagenbecks Tierpark (2001).

Fotos: VG BILD KUNST, Bonn



Spielt und leitet im November und Dezember diverse Konzerte: der Kirchenmusiker, Organist und Chorleiter von St. Johannis Harvestehude Christopher Bender.

Konzerte in St. Johannis Harvestehude

Wie auch in den vergangenen Jahren gibt es in der Kirche **St. Johannis Harvestehude** in der Vor- und Weihnachtszeit wieder viele interessante **Konzertabende**. Beispielsweise am Sonntag, dem **23. November** um 19 Uhr mit dem Requiem von Maurice Duruflé, Johann Sebastian Bachs „Komm, Jesu, komm“ und Olivier Messiaens „Quartett für das Ende der Zeit“. Mitwirkende sind: Weronika Kaczmarczyk (Sopran), Ralf Grobe (Bass), F. Shiraga, D. Anka, B. Matchin und F. Olmazu (Instrumentalquartett), Prof. Martin Schmeding (Orgel), Chor St. Johannis unter der Leitung von Christopher Bender. Eintritt: 6 – 32 Euro.

Das Konzert zum ersten Advent steht unter dem Motto „Musik, die hilft!“, denn am Sonntag, dem **30. November** gibt es ab 19 Uhr eine Mischung aus Jazz, Soul, Klassik und Pop zugunsten der Stiftung phönix. Mit von der Partie sind Stars wie der Posunist Nils Landgren, die Schweizer Jazz- und Soulsängerin Nubya, Songwriter und Vollblutmusiker Vince Bahrtdt und Musicalstar Carolin Fortenbacher sowie Christopher Bender an der Orgel und dem jungen León Bernsdorf am Flügel. Durch den Abend führt Moderator Markus Tirok. Ein-

tritt: 39 Euro. Kartenbestellung unter Tel. 040/445471 oder Fax 040/448887. Weiter geht es am Sonntag, dem **7. Dezember** um 19 Uhr mit „La Nativité du Seigneur“ von Olivier Messiaen. Zu seinem 100. Geburtstag spielen Orgelstudierende der Musikhochschule und Christopher Bender Messiaens Orgelwerk zur Weihnachtszeit. Eintritt frei, Spende erbeten.

Mehr Infos und alle Konzerttermine gibt es unter www.st-johannis-hh.de im Internet. *kw*



Singt am **30.11.** zugunsten der Stiftung phönix: Musicalstar **Carolin Fortenbacher** aus Eppendorf.

Gutscheine für Neukunden

20%
auf alle
kosmetischen
Behandlungen
Gültig bis 01.04.09



**MAN TRÄGT WIEDER
LUXUS. AUF DER HAUT.**

ART DE PEAU VON MARIA GALLAND

MARIA
GALLAND
PARIS
www.maria-galland.com

**MARIA
MILIA
COSMETIC**

Maria Milia
Brahmsallee 24 • 20144 Hamburg
Tel. 040/ 414 66 849

Öffnungszeiten: Di.-Fr.: 10-18 Uhr
Abendtermine und samstags nach Vereinbarung

die andere Brille

Nach der Ausbildung an der HFA in München eröffnete N. Eisenbrandt vor 35 Jahren sein eigenes Augenoptik-Fachgeschäft. In der Anfertigung hochwertiger Brillen erkennt man sofort die Fachkunde und Liebe zum Beruf. Harmonie und Funktionalität waren von Beginn an immer das Ziel. Durch die Pflege traditioneller Handwerksarbeit sind Restaurationen und Sonderfertigungen kein Problem. Wenn Sie das Glück haben, eine Brille zu benötigen, dann schauen Sie doch einmal vorbei. Sie werden umfassend und professionell beraten.

Norbert Eisenbrandt

eppendorfer weg 274
20251 hamburg
telefon 040 / 48 44 83
www.dle-andere-brille.de

Für Sie unterwegs



Engagiert unterstütze ich Sie durch kreative Vorschläge für Ihre individuelle Anzeigenschaltung auf unseren Winterhude- und Eppendorfer Seiten im Alster-Magazin.

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

Ich bin doch nicht blöd!

YUCON EDV

seit 15 Jahren in Eppendorf
Fon: 040 / 46 1000
www.yucon-edv.de

Ganz sicher?

Es gibt doch Tage, da zweifelt man an seinem Verstand. Z.B. dann, wenn der nagelneue Rechner **einfach nicht drucken** will ...
Wünschen Sie sich dann nicht auch manchmal **kompetente Hilfe**?
YUCON unterstützt Freiberufler, Firmen und Privatkunden bei Kauf, Einrichtung und Erweiterung ihrer EDV-Anlage. Und hilft seinen Kunden bei Hard- und Software-Problemen – rund um die Uhr, schnell und vor allem **kostenlos!**



Das Neue Klinikum auf dem UKE-Gelände wird Anfang 2009 offiziell eröffnet. Fotos: UKE

Europas modernstes Klinikum

Seit Herbst 2005 wird auf einer der größten Baustellen Hamburgs, mitten auf dem **UKE-Gelände**, gebaut. Anfang 2009 ist es dann soweit – **das Neue Klinikum** mitten in Eppendorf kann von den Fachkliniken bezogen werden. Das Alster-Magazin erklärt, was das moderne Klinikum zu bieten hat.



• 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



Der ärztliche Direktor des UKE Prof. Dr. Jörg F. Debatin präsentierte dem Verleger Wolfgang E. Buss den fast fertigen Neubau.

Eröffnung:
 Offizieller Startschuss für die Patientenversorgung im Neuen Klinikum ist der 2. Februar 2009. Damit liegen wir nicht nur im Zeitrahmen – wir werden sogar 19 Tage früher fertig als ursprünglich geplant! Darauf sind wir natürlich sehr stolz, denn angesichts der Größe und Komplexität des Bauvorhabens ist das lange nicht selbstverständlich. Den Schlüssel zu unserem Neubau erhalten

wir bereits am 12. Dezember von unserem Generalunternehmer Hochtief.

Größe des Neuen Klinikums
 Das neue Klinikum ist ein Gebäude der Superlative: Insgesamt hat der Neubau mehr als 42 000 Quadratmeter Nutzfläche, verteilt auf fünf Etagen. Es ist 30 Meter hoch, 200 Meter lang und 120 Meter breit und hat rund 3500 Räume.

Fortsetzung auf S. 28



Es muß nicht immer teuer sein...
 aktuelle Trends zu
 fairen Preisen...
 täglich neue Ware und
 interessante Angebote...



Öffnungszeiten:
 Mo. – Fr.: 11:00 – 19:00 Uhr
 Samstag: 11:00 – 16:00 Uhr
Hegestraße 15, 20251 Hamburg
 Telefon: 040 / 460 27 46

ÜBER 1400 INDIVIDUELLE
**HOCHZEITS
 KARTEN**
 WWW.DIE-DRUCKER.NET

Apartments for Executives

 Einfach nach Hause kommen und sich wohlfühlen. Dieses bietet Ihnen das Ivy House in Harvestehude. Mitten in Hamburg – nicht unpersönlich wie ein Hotel, sondern individuell wie Sie!
 Tel.: 040- 42 32 92 00
 www.vondeska-townhouses.de

KÄSE & WEIN & mehr
Über 250 internationale Käsesorten
 Ausgesuchte Weine und Biere • Erstklassiges Olivenöl aus Italien
 Eingelegte italienische Tomaten, Dips, Frischkäse und Pesto aus eigener Herstellung • Original italienisches Süß- und Salzgebäck
 Käseplatten (auch mit Lieferservice)
Im Stehcaffeeausschank:
CAPPUCCINO, ESPRESSO, LATTE MACCHIATO
 Besuchen Sie uns - Wir beraten Sie gern.
KÄSE, WEIN & mehr in Eppendorf, Erikastraße 58
 20251 Hamburg • Tel. / Fax 46 24 25
 www.kaese-wein-und-mehr.de
 Mo. 15-19 Uhr • Di.-Fr. 9-13 + 15-19 Uhr
 Samstag 9-14 Uhr

SONDERVERKAUF
 Kindermoden und Kinderschuhe
 zu »anziehenden« Preisen

 Nur vom 3.-15. Nov. 2008
 Mo-Fr 10-18 Uhr • Sa 10-16 Uhr
Lehmweg 32 • HH-Eppendorf
 (zwischen Löwenstraße und Falkenried)
 Replay, Diesel, Chipie, Miss Sixty, Noa Noa, River Woods, DKNY, Eddie Pen, Archimede



Patienten erwartet feinstes Komfort. Alle Zimmer sind u.a. mit Parkettfußboden ausgelegt. Fotos: UKE

Fortsetzung von S. 27

Wer zieht ein?

Insgesamt ziehen 17 Kliniken und knapp 2000 Mitarbeiter in den Neubau ein. Eigentlich ist es einfacher zu sagen, wer nicht umzieht: Das Herzzentrum hat bereits ein eigenes Gebäude erhalten. Nicht umziehen werden auch die Kinderklinik, die Martiniklinik für Prostatapatienten und das Hubertus Wald Tumorzentrum, das aber umgebaut werden wird.

Besonderheiten und Kooperationen

Noch vor einigen Jahren hatten wir die Philosophie: Wir können und machen alles. Nun konzentrieren wir uns auf unsere Stärken – und das sind vor allem sehr komplexe Erkrankungen, wo oft Experten verschiedener Fachgebiete eng zusammenarbeiten müssen. Hier sind wir besser als die anderen, und hier wollen wir – auch überregional – noch stärker werden. Außerdem kooperieren wir mit

einer großen Anzahl verschiedener Partner in Hamburg, aber auch darüber hinaus.

Neuer Stellenwert des UKE

Zum einen hebt sich das UKE künftig durch einen sehr hohen Standard ab: In jedem Zimmer gibt es Parkettfußboden, die Nasszellen sind sehr geschmackvoll, jeder Patient hat ein Multimedia-terminal mit Fernseher und PC am Bett, und das Essen wird nach Wunsch zubereitet. Darüber hinaus sind es die Strukturen, die die Behandlung am UKE besser und effizienter machen. Künftig arbeiten Mediziner verschiedener Fachrichtungen, aber auch die verschiedenen Berufsgruppen insgesamt enger zusammen. Auch die Kooperation mit der Forschung und Lehre wird allein viel enger werden. Damit sind wir uns sicher, dass wir hier in Eppendorf gerade das modernste Klinikum Europas bauen.

Christiane Kaufholt

Anzeige

**– 50 Freiwillige gesucht –
Im besten Alter – in bester Form**



will er nun mit gutem Beispiel vorangehen und all denen helfen, die mit den gleichen Schwierigkeiten hadern.

„Meine Familie unterstützt mich sogar dabei, schließlich geht es nur 2 Mal die Woche zum Training. Da bleibt für alle genug Zeit!“, freut sich Kai Uhlemann auf die kommenden vier Wochen.

Zusammen mehr erreichen!

Alle Interessierten können für nur 29,- Euro zusammen mit dem Chef im Sporting Live an einem individuellen Trainingsprogramm teilnehmen. In den vier Wochen erhält man eine qualifizierte Trainingseinweisung und nützliche Ernährungstipps in den wöchentlichen Seminaren. Zusätzlich steht die Körperfettmessung zu Beginn und zum Schluß an. Denn „wenn jeder zwei bis drei Kilo Fettmasse verliert, kann man besser in die Weihnachtszeit starten und fasst nicht erst zu spät gute Vorsätze!“, erklärt Kai Uhlemann. Wer an dem unverbindlichen Selbstversuch teilnehmen möchte, meldet sich jetzt an.

**Sporting Live
Robert Koch Str. 26
20249 Hamburg
Telefon 040 . 47 20 75**

50 Freiwillige gesucht, die mit neuer Energie, gutem Aussehen und gesund in die letzte Jahreszeit gehen wollen! Sie sind zwischen 30 und 50 Jahren und würden sich gern 10 - 20 Jahre jünger fühlen? Zwischen Job, Familie und Freunden bleibt ihr eigenes Wohlbefinden allerdings oft auf der Strecke? Wenn Sie sich vom Stress und 2 - 3 unnötigen Kilos noch vor der Weihnachtszeit trennen wollen, kommen Sie ins Sporting Live.

Der Selbstversuch!

„Ich war immer aktiver Sportler, aber durch meinen Beruf und meine Familie haben sich die Prioritäten geändert“, gesteht der Inhaber Kai Uhlemann. „Man wird bequemer und es sammelt sich das eine oder andere überflüssige Kilo an“ musste er schon am eigenen Leib erfahren. Darum

Karibik Blond
 Viele feine Strähnchen wie von der Sonne gemacht. Die schonende Methode – kein harter Nachwuchs.

Strähnchen € 60,-
 inkl. Styling
jolie • 20251 Eppendorf - Lehmweg 58 • Tel. 48 36 57

droste
 FACHBETRIEB
 Rollläden- und
 Sonnenschutz-
 techniker-
 Handwerk

 markisen | rolläden | jalousien | terrassendächer
 saseler chaussee 111 eppendorfer weg 266
 tel.: 040-300 607-0 tel.: 040-300 607-20
www.markisen-droste.de


Heidi Hartmann
 Steuerberater
 Schäferkampsallee 61
 20357 Hamburg
 Telefon: 040/ 45 04 82 2
 Telefax: 040/ 41 42 38 93
 Mitglied
 Steuerberater-
 verband
 E-Mail: Kanzlei@stb-heidi-hartmann.de
 Internet: <http://www.stb-heidi-hartmann.de>



Kita-Mangel: auch an der Alster!

Die Debatte um den Mangel an Kita-Plätzen ist wieder im vollen Gange. Auch in unseren Stadtteilen gibt es von den 17 staatlich geförderten Kindertagesstätten keine, die derzeit einen Platz frei hat. Das Alster-Magazin hat mit der Leiterin der Kita Winterhuder Weg über die Problematik gesprochen. Fortsetzung auf Seite 30

Torte statt Blumen!

Peter Boyens

Konditormeister

„Wir backen Ihre Torte als persönliches Geschenk“

Festtagstorten fertigen wir in verschiedenen Größen und nach Ihren Wünschen.

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

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

täglich Frühstück • sonntags frische Brötchen



Beratung, auch zu Hause, kostenlos und unverbindlich

gute Ideen

exklusives Angebot

faire Preise

SCHERK
TEXTILES EINRICHTEN

Papenhuder Straße 52, 22087 Hamburg
Tel: 040 721 66 88, www.scherk.biz
Samstags bis 16 Uhr, Donnerstags bis 21 Uhr geöffnet.

BEGEHRT, GEJAGT, BEDROHT
Der Schneeleopard

Helfen Sie mit, werden Sie Pate!
030.28 49 84-15 74

Spenderkonto 100 100
BLZ 370 205 00
Bank für Sozialwirtschaft

www.schneeleopard.de
NABU
10108 Berlin

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

DIE WÄSCHEREI
Das Möbelhaus

ARTEMIDE
TOBIAS GRAU

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

Hat jemand den Laubfrosch gesehen?

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

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

NABU

ROLF & BERND
neu in Winterhude

- Schwerpunkt Haarschnitt
- Spezialisten in Farbe und Strähnen
- Naturpflege- und Färbeprodukte von Aveda
- Hair-Spa
- Beratung und Styling

Mühlenkamp 1
Telefon: 040/32 42 66
www.RolfundBernd.de

Mo. 9 - 18 Uhr, Di. 9 - 19 Uhr,
Mi.-Fr. 9 - 20 Uhr, Sa. 9 - 18 Uhr

www.alster-magazin.de

- | Die besten Handwerker der Region auf einen Klick
- | Alle Hefte online lesen (auch in Übersee)
- | Viele viele Firmen zum Nachschlagen
- | Branchenverzeichnis



Kita-Mangel- auch an der Alster!

Fortsetzung von Seite 29

Nach der großen Sorge um die geburtenschwachen Jahrgänge hat sich die Lage in Deutschland und auch in Hamburg wieder stabilisiert. Seit den 90er-Jahren hält sich die Geburtenrate in Hamburg relativ konstant. Doch damit taucht ein neues Problem auf: Die sowieso schon nicht ausreichenden Plätze in Kindertagesstätten, die in unserer Hansestadt angeboten werden, können den Bedarf, jedem Kind die Möglichkeit auf Betreuung zu geben, nicht decken. Allein in den Stadtteilen rund um die Alster bietet die Vereinigung Hamburger Kindertagesstätten 17 Kitas an, die für die Betreuung der Kleinen sorgen sollen. Doch keine dieser Institutionen hat auch nur einen Platz frei. Für viele berufstätige Eltern stellt sich nun die Frage: Wohin mit den Wonnepöppchen? Auch das komplizierte System der Kita-Gutscheine erschwert die Suche nach einer Betreuung enorm: Rein rechtlich stehen jedem Kind ab dem dritten Lebensjahr bis zum Schuleintrittsalter fünf Stunden tägliche Versorgung mit Mittagessen zu. Nur wer einen solchen Gutschein hat, darf die staatlichen Zuschüsse in Anspruch nehmen. „Wenn Eltern sich einen Kita-Gutschein besorgt haben, haben sie Anspruch auf einen Platz.

Aber das allein genügt nicht, um bei den wenigen angebotenen Plätzen auch einen zu bekommen. Teilweise melden die Eltern ihre Kinder Jahre vorher an, um einen Kita-Platz zu bekommen. Bei uns ist die Situation nicht viel anders: Wir haben eine Warteliste. Wenn man darauf steht, muss man sich auf eine Wartezeit von ca. einem Jahr einstellen“, beklagt Gudrun Wittwer, Leiterin der Kindertagesstätte Winterhuder Weg, das mangelnde Angebot an Betreuungsplätzen für Kinder. Von den 130 Plätzen, die zum Beispiel in der Kita Winterhuder Weg, einer der größten Kitas in Hamburg, angeboten werden, ist derzeit keiner frei.

Doch was können beispielsweise berufstätige Eltern, die keinen Platz für die staatliche Betreuung ihres Kindes finden, tun? Ihnen bleibt wohl nichts anderes übrig als sich nach einer privaten Kita oder ähnlicher Aufsicht umzusehen. Doch auch hier ist das Kontingent begrenzt und nicht jeder ist in der Lage, die Versorgung seines Kindes vollständig selbst zu finanzieren. „Der Bedarf ist riesengroß! Wir können diesen bei Weitem nicht abdecken“, so Gudrun Wittwer. Sie sieht die Kindertagesstätten nicht nur als reine Aufsichtsstätte, sondern als einen Ort mit Bildungs- und



Die Kindertagesstätte Winterhuder Weg bietet ca. 130 Kindern einen Betreuungsplatz.

Diese Mütter hatten Glück:



Nicola Parlow (38) aus Winterhude: „Es war nicht leicht, einen Kita-Platz während des Jahres zu bekommen, da die meisten zum Sommer hin frei werden und eine lange Wartezeit haben.“

Nicole Kellner (36) aus Uhlenhorst: „Ich hatte Glück, einen Halbtags-Platz zu bekommen, denn Eltern mit einem Kita-Gutschein für acht Stunden haben meistens bessere Chancen.“



Förderungsaufgaben. Auch viele berufstätige Eltern sind derselben Meinung: Sie sind darauf angewiesen, dass ihre Kinder neben dem Spielen auch intellektuell gefördert und gefordert werden, da ihnen selbst die Zeit dazu fehlt. Die Verantwortung bleibt daher oftmals den Erziehern in der Kindertagesstätte vorbehalten. So ist die Auswahl der richtigen Kita umso schwieriger. Die Lösung des Problems sieht Gudrun Wittwer jedoch nicht alleine im Bildungssystem:

„Heutzutage geht es nicht mehr allein um eine Betreuung und Beaufsichtigung der Kinder, sondern vielmehr darum, ihnen lebenswichtige Dinge mit auf den Weg zu geben, die in der heutigen Gesellschaft vernachlässigt werden“, erläutert die Kita-Leiterin. Wie wenig Betreuungs-Plätze es letztendlich geben mag, solange kein Umdenken in der Gesellschaft stattfindet, werden Problematiken wie diese weiterhin unlösbar bleiben.

lzn/ssc



www.ARZTPRAXIS-ALSTER.de

Dr. Dr. med. HAMDOSCH
 Innere Medizin
 Herz-Kreislauf-Stoffwechsel. LASER
J.-M. RIECKESMANN
 Allgemeinmedizin
 Psychosomatik . Akupunktur
 Winterhuder Weg 29 . 22085 HH
 040 - 22 69 17 00
www.gelbeseiten.de

DIE WÄSCHEREI
 Das Möbelhaus ✂

[MÖLLER DESIGN]

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

DIE WÄSCHEREI
 Das Möbelhaus ✂

SOFAKOMBI
BASIC 100

262x152 CM
990,-

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

Moderner Mozart



Foto: Wolfgang Unger

Basierend auf Wolfgang Amadeus Mozarts Requiem hat **Andreas Bode** unter dem selben Namen ein Projekt auf die Beine gestellt, welches er an vier Abenden mit seinem Ensemble auf **Kampnagel**, Jarrestraße 20, vorstellt. Die Sänger sowie die Musiker sind dabei bewegliche Spieler im Raum und erzählen die individuellen Geschichten von vier Darstellern, die von ihrer Gesangkunst leben, jedoch mit dem Altwerden und dem Verfall ihrer Stimmen der Vergänglichkeit immer näher rücken. Die Figuren durchleben Gefühle von Grauen über Hoffnung bis hin zu Reue und Liebe, unterlegt mit dem Text des Requiems. Die Botschaft wird durch die als Vokalquartette vortragene Musik Mozarts übermittelt: die Unausweichlichkeit des Todes. Termine: 18./20./23.11. je 19:30 Uhr; 21.11. um 20 Uhr. Eintritt ab 8 Euro. Kartentel.: 20 79 49 49 ssc



Trommeln für Spenden

Unter dem Motto „**Trommeln für die gute Sache**“ präsentiert das **goldbekHaus**, Moorfuhrweg 9, am Freitag, dem **21. November**, um 20 Uhr ein Benefizkonzert, das der Patienten-Initiative Hamburg e.V. zugutekommt. Detlev Wutschik führt durch den rhythmischen Abend zum 25-jährigen Jubiläum der Initiative mit Performances der Percussion-Gruppen „Trude träumt von Afrika“ und „sticks und stöckl“. Für ein bestgelauntes Publikum sorgen die

rüstigen Hamburger Damen ab 40 von „Trude träumt von Afrika“ mit Comedy und Percussion, mitreißenden Rhythmen, fremdartigen und schönen Gesängen, Tänzen und kleinen Garstigkeiten. Die elf Musikerinnen von Hamburgs einziger Samba-Damenschlagkapelle „sticks und stöckl“ bringen mit ebenfalls tanzbaren Rhythmen, wilden Choreografien und schrägen Kostümen die Füße zum Zucken. Eintritt: 15 Euro. Kartentelefon: 27 87 02-0 ssc

Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten – warum?

Das ganze Leben sorgen wir vor, während der Schwangerschaft, nach der Geburt bis ins hohe Alter durch diverse Vorsorgeuntersuchungen beim Arzt. Finanziell sorgen wir durch staatliche und private Renten- und Lebensversicherungen vor. Sollte man sich nicht auch mal mit dem Thema Bestattungsvorsorge befassen?

Das Alstermagazin sprach hierzu mit Thorsten Postels und Ulrich Beyer, beide geprüfte Bestatter, vom **Bestattungsinstitut Adolf Imelmann & Sohn** in Hamburg-Winterhude.

AM: Warum sollte man Ihrer Meinung nach zu Lebzeiten für die eigene Bestattung vorsorgen?

TP: Es gibt eine ganze Reihe sehr guter Gründe, sich um die letzten Dinge rechtzeitig selbst zu kümmern. Alleinstehende wollen sicher gehen, dass alles in ihrem Sinne getan wird. Oder Angehörige und Freunde sind zu weit entfernt, um sicher und schnell helfen zu können. Oft ist es auch der Wunsch, Angehörige von den anstehenden Entscheidungen zu befreien, die bei der Abwicklung einer Bestattung entstehen.

UB: Bei einem Trauerfall kommen zusätzlich zur persönlichen Betroffenheit und Schmerz sehr oft noch Dinge, die unangenehm sind und trotzdem korrekt geklärt werden müssen. Auch der dabei vorhandene Zeitdruck verstärkt noch die Auswirkung getroffener Entscheidungen. All das kann vermieden werden durch die rechtzeitige Bestattungsvorsorgeplanung zu Lebzeiten.

AM: Wie sieht denn eine Bestattungsvorsorge aus?

TP: Im Rahmen eines Vorsorgevertrages legen Sie alle Einzelheiten der Bestattung selbst fest. So können Sie absolut sicher sein, dass Ihre eigene Bestattung genauso durchgeführt wird, wie Sie selbst dies gewünscht haben. In einem vertraulichen Gespräch mit uns können Sie alles festlegen.

AM: Umfasst die Bestattungsvorsorge auch die finanzielle Absicherung?

UB: Auch die finanzielle Seite muss berücksichtigt werden. Gerade nach dem Wegfall des Sterbegeldes der Krankenkassen.

TP: Zur finanziellen Absicherung einer dereinstigen Bestattung gibt es eine ganze Reihe verschiedener Möglichkeiten. Es gibt z.B. die Einzahlung auf ein Treuhandkonto und spezielle Sterbegeldversicherungen, die auch ältere Menschen noch abschließen können.

UB: Wir, das **Bestattungsinstitut Adolf Imelmann & Sohn** werden Ihnen in all diesen Fragen gerne Rede und Antwort stehen, scheuen Sie sich deshalb nicht, alles zu hinterfragen. Es geht um Ihre eigenen persönlichen Interessen!

Meine Tante antwortete

mir neulich auf die Frage, ob sie Angst vor dem Tode habe:

„Nein, nein – nur ein bisschen Reisefieber!“

[Armin Mueller-Stahl]



Vorsorge
eine Sorge weniger



Bestattungsinstitut St. Anskar
Adolf Imelmann & Sohn
Mühlenkamp 44, 22303 Hamburg
Telefon 270 09 21

Partner der Deutschen Bestattungsvorsorge Treuhand AG
Partner des Kuratorium Deutsche Bestattungskultur GmbH

Ein Weihnachtsmärchen nach Michael Ende



Agieren als Geheimagenten gegen das Böse: der Kater Maurizio di Mauro und der Rabe Jakob Krakel. Grafik: Jan Rademacher

Als Weihnachtsmärchen zeigt die **Komödie Winterhuder Fährhaus**, Hudtwalkerstr. 13, in diesem Jahr vom **29. November**

bis zum 27. Dezember das Stück „**Der Wunschpunsch**“ – ein spannendes und witziges Kinderstück mit Musik für kleine und

große Leute ab 5 Jahren nach dem Kinderbuch „Der satanarchäologischen Wuschpunsch“ von **Michael Ende**.

Silvester! Das alte Jahr verabschiedet sich! Eigentlich ein Grund zum Feiern. Doch der hohe Rat der Tiere, der über das Wohl der Welt wacht, ist alarmiert. Denn der verdrehte Magier Beelzebub Irrwitzer plant Böses. Er glaubt, in diesem Jahr zu wenig böse Taten auf der Erde vollbracht zu haben, genauso wie seine aufgetakelte Tante Tyrannja Vamperl, eine fürchtbar geizige Geldhexe. Das wollen sie nun schnell nachholen, indem sie ein geheimnisvolle Heißgetränk brauen wollen: den satanarchäologischen Wuschpunsch! Wird er noch vor Mitternacht getrunken, lässt er all die überfällig verfluchten Taten doch noch auf der Erde geschehen. Lässt sich das noch verhindern? Der hohe Rat der Tiere schickt zur Gegenwehr seine beiden besten

Geheimagenten: den dicken Kater Maurizio di Mauro und den Raben Jakob Krakel. Doch die Zeit wird schon knapp.

Können die beiden das Unheil noch verhindern? Werden sie es schaffen? Ein spannender und witziger Wettlauf gegen die Zeit beginnt. Weitere **Infos und alle Termine** gibt es unter www.komodie-winterhuder-faehrhaus.de. Kartentelefon: 480 680 80.

Das Alster-Magazin verlost 2x4 Karten für das Weihnachtsmärchen am Sonntag, dem 30.11. um 14.30 Uhr (1. Advent). Wer gewinnen möchte, der sendet eine Postkarte mit dem Stichwort Wunschpunsch und seiner Telefonnummer an: Alster-Magazin, Barkhausweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an: k.wehl@alster-net.de. Einsendeschluss: 23.11. *kw*

**Karten
zu
gewinnen**

Home & Garden



Bett Azur
in verschiedenen Größen erhältlich



Esstisch Kubus
in verschiedenen Größen erhältlich



Rattanstühle
€ 99,-
Viele neue Stuhlmodelle*



Sofa Basic*
194 B x 88 T x 66 H cm

**Wir schaffen Platz
für neue Ware!**

**Viele Einzelteile
reduziert!**



Schrank, **Unikat**

LOTUS

Exklusive Möbel &
Wohnaccessoires aus Asien

Lotus Home & Garden GmbH
Goldbekplatz 1 • 22303 HH • Tel.: 279 50 44
geöffnet: Mo.-Fr.: 10-19 Uhr • Sa.: 10-16 Uhr

*solange der Vorrat reicht
*alles ohne Deko
*Abholpreise

Lotus Home & Garden GmbH
Jarrestr. 52-54 • 22303 HH • Tel.: 271 67 271
geöffnet: Mo.-Fr.: 12-20 Uhr • Sa.: 10-18 Uhr



Wie bereits im letzten Jahr findet die Eröffnungsveranstaltung der „Hamburger Märchentage“ im Ernst Deutsch Theater statt. Unter dem Motto „Märchen aus dem Orient“ gaben die Kleinen 2007 ihre Schauspielkünste zum Besten. Foto: Jens Palme

Märchenhafte Tage

Zwischen dem 7. und dem 14. November finden zum fünften Mal die „Hamburger Märchentage“ statt. Die Eröffnungsveranstaltung ist am 7. November im Ernst Deutsch Theater zu sehen.

Das Alster-Magazin hat Ihnen ein paar Highlights der Märchentage herausgesucht.

Bereits seit fünf Jahren findet das Leseförderungsprojekt „Hamburger Märchentage“ statt. 2004 wurden sie von Heike Grunewald, Geschäftsführerin der Dr. E. A. Langner-Stiftung ins Leben gerufen. Seitdem wird dieses Projekt sowohl von der Behörde für Kultur, Sport und Medien gestützt als auch vom NDR unterstützt. Die Schirmherrschaft in diesem Jahr hat Christa Goetsch, Zweite Bürgermeisterin der Freien und Hansestadt Hamburg, übernommen.

Das Motto der diesjährigen „Hamburger Märchentage“, die in der Zeit vom 7. bis zum 14. November stattfinden, lautet nach „Märchen aus aller Welt“ im Jahr 2004, den „Nordische Märchen“ 2005, den „Märchen aus dem fernen Osten“ vor zwei Jahren und „Märchen aus dem Orient“ im vergangenen Jahr nun „Märchen der Brüder Grimm“. Das

Besondere an dem diesjährigen Motto ist, dass die Sammlung der Grimm'schen Märchen sogar Teil des UNESCO Kulturerbes ist. Zu diesem Thema werden 75 Lesungen, Erzählungen, Theateraufführungen und Mitmach-Aktionen in verschiedenen kulturellen und sozialen Einrichtungen in Hamburg stattfinden.

Eröffnet werden die Märchentage am 7. November im Ernst Deutsch Theater, Friedrich Schütter Platz 1, mit einer Lesung des Schauspielers Uwe Friedrichsen und einer Aufführung der Theaterschule Zeppelin. Es folgen weitere Highlights, wie zum Beispiel die Theateraufführung des Volksmärchens „Rapunzel“ am 8. November um 15:00 Uhr, welches von der Hummelsbüttler Amateurtheatergruppe Pegasus in der Gesamtschule Winterhude aufgeführt wird. Der Eintritt für diese Veranstaltung beträgt 3,50

Euro. Für Kinder unter 6 Jahren ist der Eintritt frei. Doch auch die Abschlussveranstaltung kann sich sehen lassen: Die NDR Bigband tritt am 14. November in der Aula des Gymnasiums Hocharad, Hocharad 2, auf und präsentiert ihre eigene Version der Grimm'schen Klassiker. Das Programm der Hamburger Märchentage wird auch in diesem Jahr wieder von engagierten Hamburger Autoren wie Marlies Bardeli und Sylvia Heinlein, prominenten Künstlern, (unter anderem Hans Scheibner, Erik Schäffler und Alexander Wüst) sowie professionellen Märchenzählern unterstützt.

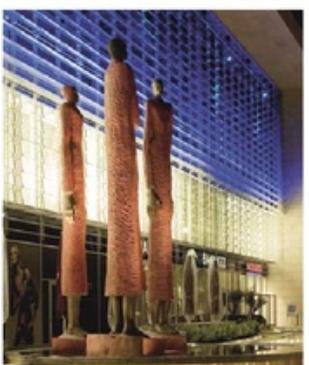
Die märchenhafte Atmosphäre, die in diesen Tagen verbreitet werden soll, wirkt positiv auf die Persönlichkeitsentwicklung von Kindern ein und lässt sie früh Moral und Ethik lernen und verstehen. Des Weiteren verbinden Märchen Kinder aus allen Kulturen und hel-

fen so, Vorurteile gar nicht erst entstehen zu lassen. Aber das ist lange noch nicht alles: Um die Kreativität der Kinder noch einmal besonders herauszufordern, wird im Rahmen der „Hamburger Märchentage“ ebenfalls ein Märchen-Schreibwettbewerb angeboten. Die Schülerinnen und Schüler der 5. und 6. Klassen aller Hamburger Schulen können unter dem Motto „Meine Reise zu den sieben Zwergen hinter den sieben Bergen“ ihrer Fantasie freien Lauf lassen. Dieser Wettbewerb findet in Kooperation mit der Behörde für Schule und Berufsbildung statt. Außerdem locken den Gewinnern tolle, kulturelle Preise. Der Einsendeschluss für den Schreibwettbewerb ist der 5. Januar 2009. Das vollständige Programm sowie weitere Informationen zu den „Hamburger Märchentagen“ erhalten Sie unter www.alster-net.de. lzn

ALSTERTAL

EINKAUFSS - ZENTRUM

DAS CENTER - MAGAZIN



Jeden Sa.
ab 16 Uhr
P frei!



Foto: GANT

Mein lieber Mann!

Wir zeigen Ihnen die Musthaves mit denen Sie in dieser Saison garantiert Eindruck machen S. 38

LIFE HAS
ITS MOMENTS...

3-JÄHRIGES JUBILÄUM

PANDORA feiert das 3-jährige Jubiläum
auf dem deutschen Markt mit einem
fantastischen Angebot:

ARMBAND AB € 34

PANDORA FLAGSHIP STORE
im OG · Heegbarge 31 · 22391 Hamburg

UND

PANDORA FLAGSHIP STORE
im OG · Hamburger Strasse 31 · 22083 Hamburg

Verlobt mit Peter



Caroline geburt

30. Geburtstag

...MAKE THEM
UNFORGETTABLE



LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,



irgendjemand sagte letztens zu mir: „Wir hatten ja gar keinen richtigen Sommer dieses Jahr“ – finde ich gar nicht – auch wenn jetzt schon tiefster Herbst ist, kann ich mich an die wärmenden Sonnenstrahlen in Hamburg noch sehr gut erinnern. Aber auch in der dunklen Jahreszeit müssen Sie auf **Sinnesgenüsse bei uns im AEZ** nicht verzichten. Gibt es wohl etwas Geselligeres als in netter Runde Raclette zu machen. Erst neulich habe ich Freunde zu mir eingeladen und sie mit besonderen **kulinarischen Köstlichkeiten aus unserer Markthalle** verwöhnt. Und gegen das Schmuddel-Wetter bin ich auch schon bestens gewappnet: Ich habe es ja auch nicht weit. Ich bin gleich nach Eintreffen der aktuellen **Winterkollektion** losgegangen und habe mir eine neue Winterjacke zugelegt – ich sage Ihnen, **was für eine Auswahl!** Da werden Sie garantiert auch fündig! Sie sehen also, ob winterliche Gaumenfreuden für die kuschelige Zeit drinnen oder die richtige Ausrüstung für die kälteren Tage draußen, mit dem AEZ kann der Winter kommen. Derzeit geschieht viel in Ihrem AEZ: Einige neue sehr attraktive Geschäfte halten Ein-

zug: **Strenesse oder Basler** sind nur zwei von vielen.

Stolz bin ich auf unseren **Kinder-Club**, der im November seinen **ersten Geburtstag** feiert. Über 15.000 Kinder konnten wir mit unserem Spiele-Paradies schon begeistern. Für die Kleinen haben wir auch in unserer nun frisch renovierten Kunden WC-Anlage gesorgt. Bei uns sollen sich die Kiddies an jedem „Örtchen“ wohlfühlen. Dafür sind wir gerne jeden Tag für Sie da.

Ich freue mich auf Ihren Besuch!



Herzlichst
Ihr

Jörg Harenger
Centermanager



1



2



4

1. Gefüttert | Mit Kunstpelz gefütterte Kapuzenjacke von Benetton. (ab November erhältlich) **2. Duftend** | Dolce & Gabbana The One for Men: Ein Duft, für Alltag und Abend. (ab ca. 40 Euro) **3. Wärmend** | Unerlässliches Winter-Basic: schlichte Herrenhandschuhe von H&M. (ca. 20 Euro) **4. Gestrickt** | Grobstrick darf auch in seinem Kleiderschrank nicht fehlen. Gesehen bei s.Oliver. (ca. 90 Euro) **5. Bepackt** | Die Ledertasche als kleidsames Herren-Accessoire von Marc O'Polo. (ca. 239 Euro) **6. Gekleidet** | Eleganter Auftritt auch an kalten Tagen. Gesehen bei GANT. **7. Relaxt** | Legere Winterkombi von Marc O'Polo. **8. Kombiniert** | Es darf mit Material und Muster gespielt werden. Gesehen bei GANT.

AEZ-

STYLEFINDER

„born to be natural“: Auch in diesem Herbst zeigt sich die Herrenmode mit Erdfarben und Strickvariationen von ihrer natürlichen Seite.



3



5



6



7



8



DIE AUTOPFLEGE-MANUFAKTUR

100% GlanzLeistung

100% Shopping-Spaß

20% Ermäßigung!*

* auf alle GlanzPflege-Programme im Aktionszeitraum vom 24.10. bis 22.11.2008. Testen Sie uns!

Neu im Alstertal-Einkaufszentrum!

Jeden Montag und Dienstag im Aktionszeitraum:
GlanzÜberraschung – die spezielle GlanzLeistung zum Mega-Schnäppchenpreis!



1

LILA LAUNE

Der Mann von heute bekennt Mut zur Farbe! Dabei gilt auch für die Herren: Lila Farbakzente sind der Trend.

2

3

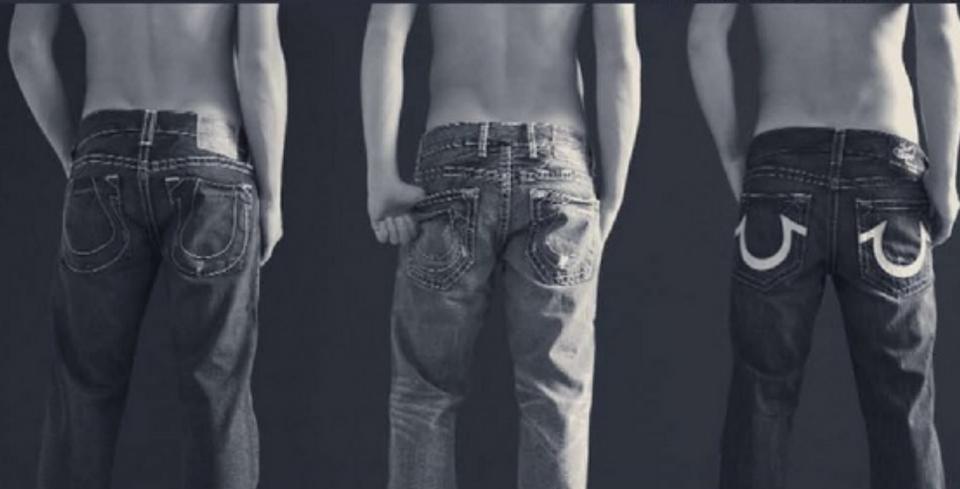
1. Innovativ | Mut zu neuen Trends: mit dieser ausgefallenen Kombi von Gant.
2. Kariert | Mut zu mehr Farbe: mit dem Karohemd im Holzfällerstil von s.Oliver. (ca. 40 Euro)
3. Blumig | Mut zur eigenwilligen Faszination: mit JOOP! HOMME, dem Duft der Gegensätze. (ab ca. 31 Euro)
4. Pink | Mut zu auffälligen Accessoires: mit den knalligen Hosenträgern von H&M. (ca. 15 Euro)
5. Gestreift | Mut zu farbenfrohen Akzenten: mit dem Schal von H&M (ca. 15 Euro)

5

by LINO
L.A. MEN CASUALS

OPENING 01.11.2008

im AEZ, neues Gebäude, Erdgeschoss



Blauer 440 Canada Goose 441 Christian Audigier 442 Citizen of Humanity 443 Ed Hardy 444 Elfcraft
 445 Jaded by Knights 446 Junkfood 447 Philipp Plein 448 PRPS 449 True Religion 450 William Rast

Natur- und Beerentöne im Herbst



Lisa und Kerstin Voigt-Weinhold (r.): „Jeans von True Religion, kombiniert mit Beerentönen sind das Must-Have dieser Saison.“

Kerstin Voigt-Weinhold, Inhaberin der Mode-Boutique „LINO“, eröffnete am 1. November den neuen Laden „Bobby by LINO“ mit angesagten Trends aus Amerika für den modebewussten Mann: „Ausgefallene Kleidung kombiniert man derzeit mit Accessoires in Natur- und Lilatönen. Auch extravagante Designerstücke aus der neuen Kollektion „William Rast“ von Justin Timberlake sind ein echter Hingucker. Ab Dezember führen wir außerdem sportliche Schnitte von PRPS. Um das Outfit perfekt abzurunden, kann der Mann seinen Style mit einer coolen Lederjacke von Phillip Plein aufpeppen. Als begleitendes Accessoire empfehle ich den exklusiven Silberschmuck von Elf Craft.“

AEZ-EXPERTENTIPP

DIE GRÖSSTE AUSWAHL

Barbour Store
by Prignitz

MODEKLASSIKER IM NEUEN TREND

PRIGNITZ: Poststr. 25 (b. Hanseviertel) · Outletverk., 2.OG tägl. 11-17 Uhr
040-344187 · BARBOUR STORES: AEZ, 1.OG · Heegbarg 31
040-60821952 · Grosse Bleichen 36 (Hanseviertel) · 040-35715920
www.prignitz-moden.de



Mode mit Funktion: AEZ [1. OG Altbau] Tel. 040.602 98 614

outdoor



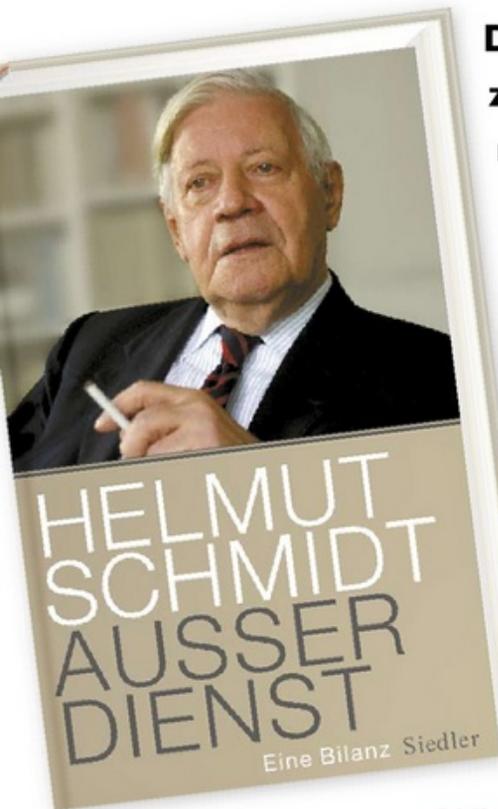
ocean

Das gefühlte Wetter ändern wir.





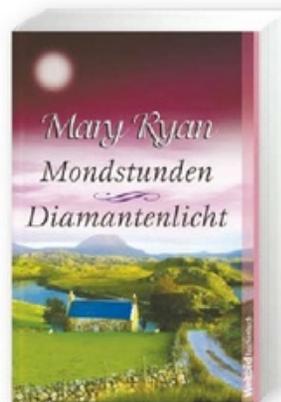
Highlights im Herbst



Die Abende werden länger und kühler. Da greift manch einer gerne zu einem guten Krimi oder Roman. Das AEZ-Center-Magazin nennt als Tipp fünf Bücher, die bei Weltbild und der Thalia-Buchhandlung im AEZ mit am beliebtesten sind.

„Außer Dienst“

Die im September erschienene Bilanz von **Ex-Bundeskanzler Helmut Schmidt** liegt bei Weltbild und der Thalia Buchhandlung ganz weit vorne. Darin beschreibt er die umwälzenden historischen Entwicklungen seit dem Ende des Kalten Kriegs, macht sich Gedanken über die gegenwärtige Politik sowie die Zukunft Deutschlands und gibt Einblicke in sein Privat-Leben. **Helmut Schmidt „Außer Dienst“**, Siedler Verlag, geb., 352 Seiten, 22,95 Euro.



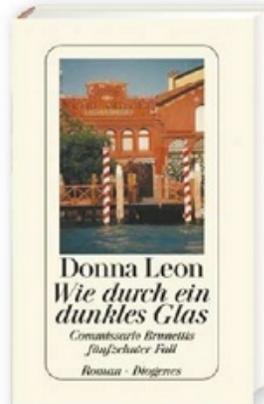
„Mondstunden und Diamantenlicht“

Zwei **Irland-Bestseller** in einem Band! Kate erfährt aus dem Tagebuch ihrer Großmutter Ellen eine aufregende Geschichte. Ellen liebte zum Missfallen der Familie einen Engländer. Die Liebe wurde sabotiert und die beiden getrennt. Im Unabhängigkeitskrieg treffen sie sich wieder. **Mary Ryan, „Mondstunden und Diamantenlicht“**, Weltbild, 1408 S., (TB), 7,95 Euro.

„Wie durch ein dunkles Glas“

Commissario Brunettis fünfzehnter Fall: Aus dem Englischen von Christa E. Seibicke. Tod vor dem Brennofen. Ist ein Familienzwiß zwischen dem Fabrikbesitzer und seinem Schwiegersohn schuld? Oder musste der Nachwächter der Glasmanufaktur dafür büßen, dass er ein fanatischer Umweltschützer und Leser ist? In einer Ausgabe von Dantes »Inferno« entdeckt Brunetti die entscheidende Spur.

Donna Leon, „Wie durch ein dunkles Glas“, Diogenes, Roman, TB, 352 Seiten, 9,90 Euro.



„Die italienischen Schuhe“

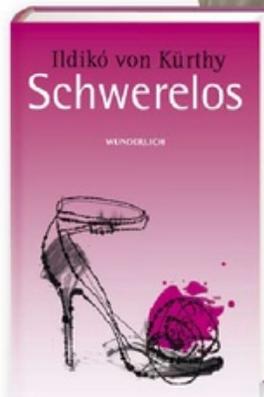
Mankell fern von Wallander und Afrika: „Ein Stoff, aus dem Bergman-Filme sein könnten“, lautet das Fazit der FAZ. Fredrik Welin erwartet nichts mehr vom Leben und wohnt zurückgezogen und resigniert auf einer kleinen Schäreninsel. Eigentlich hat er längst mit dem Leben abgeschlossen. Doch dann wird eines Tages sein Einsiedlerdasein gestört, als Harriet plötzlich und völlig unerwartet vor seiner Tür steht. Einst war sie Fredriks große Liebe. Nun ist sie schwer krank und bittet ihn, ein altes Versprechen einzulösen. Der Roman ist eine nachdenkliche Hommage an die Liebe.

Henning Mankell, „Die italienischen Schuhe“, Weltbild, 365 Seiten, Soft-Cover (Weltbild Reader), 12,95 Euro.

„Schwerelos“

Kein Wunder, dass der neue Roman von Erfolgsautorin **Ildikó von Kürthy** wieder in den Charts nach oben gekommen ist; die Hamburgerin hat es mit ihrer lockeren und lustigen Art einfach drauf, gut zu unterhalten. Es geht natürlich wieder um Liebe, Unglück und alltägliche kleine bis große Katastrophen. Kurz bevor Marie 37 wird, bekommt sie doch noch das, was sie immer wollte: einen Heiratsantrag. Ihre Träume von Ehe, Familie und einem Häuschen mit Carport scheinen sich endlich zu erfüllen. Aber als sie „Ja!“ sagen will, geschehen ausgesprochen merkwürdige Dinge – vom Todesfall bis zur angedrohten Kündigung.

Ildikó von Kürthy, „Schwerelos“, wunderbar, Hardcover, 256 S., 17,90 Euro.



Erfolgsautorin

Ildikó von Kürthy.

Foto: Jens Boldt



Die Top 10

bei Thalia

bei Weltbild

- | | | |
|-----------|--|---|
| 1 | Feuchtgebiete
Charlotte Roche, 14,90 EUR | Feuchtgebiete
Charlotte Roche, 14,90 EUR |
| 2 | Schwerelos
Ildikó von Kürthy, 17,90 EUR | Die Tochter der Wanderhure,
Iny Lorentz, 19,95 EUR |
| 3 | Der kleine Bruder
Sven Regener, 19,95 EUR | Schwerelos
Ildikó von Kürthy, 17,90 EUR |
| 4 | Brida
Paulo Coelho, 19,90 EUR | Brida
Paulo Coelho, 19,90 EUR |
| 5 | Die Tore der Welt
Ken Follett, 24,95 EUR | Die Tore der Welt
Ken Follett, 24,95 EUR |
| 6 | Die souveräne Leserin.
Salto, Alan Bennett, 14,90 EUR | Der kleine Bruder
Sven Regener, 19,95 EUR |
| 7 | Bis(s) zur Mittagsstunde
Stephanie Meyer, 19,90 EUR | Krabat
Otfried Preussler, 9,90 EUR |
| 8 | Schweigeminute
Siegfried Lenz, 15,95 EUR | Die souveräne Leserin. Salto,
Alan Bennett, 14,90 EUR |
| 9 | Bis (Biss) zum Abendrot
Stephanie Meyer, 22,90 EUR | Bis(s) zur Mittagsstunde
Stephanie Meyer, 19,90 EUR |
| 10 | Die Eleganz des Igels
Muriel Barbery, 14,90 EUR | Bis (Biss) zum Abendrot
Stephanie Meyer, 22,90 EUR |

„Mal was anderes“

Claudia Nieland, stellvertretende Filialleiterin von **Weltbild** im AEZ, empfiehlt als persönlichen Tipp zum Leseherbst „Die italienischen Schuhe“ von Henning Mankell: „Es ist gut zu lesen und zeigt einmal einen anderen Mankell. Er schreibt nicht über ‚Krimi-Tote‘, sondern über eine interessante Liebe.“ (Infos zum Buch links)





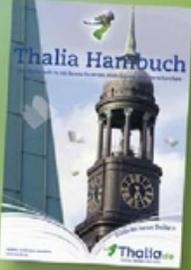
Thalia Hamburg

unsere Hamburg-Bücherwochen beginnen

Bücher über und um Hamburg – zum Lesen, Schenken und Wünschen

Schauen Sie vorbei, wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Thalia-Buchhandlung
Alstertal-Einkaufszentrum
Tel. 040/48 50 55-0 • E-Mail: aez@thalia.de

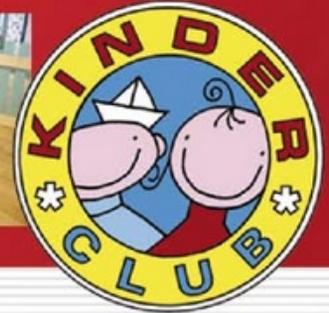


Entdecke neue Seiten

Thalia.de
Bücher & mehr

Stöbern. Entdecken. Bestellen:
www.thalia.de

Kommt ins AEZ in unseren KINDER-CLUB



Was es hier alles gibt!

- Eine Ritterburg • Einen Kaufmannsladen • Lustige Hefte • Ganz viel Lego
- Eine Küche • Spannende Bücher • Karten und Brettspiele • Jede Menge Spaß
- Alles fürs Zeichnen und Malen • Andere Kinder • Nette Betreuerinnen und Betreuer



FÜR KINDER VON 3-10 JAHREN.
1 EURO PRO HALBE STUNDE!
IM 1. OG, DIREKT HINTER DER PARKHAUSKASSE



Der 40-jährige Michele Grasso setzt als Top-Stylist die Trends in Sachen Haare, Mode und Make-up.

Foto: Anna-Lena Ehlers

YOUNG AEZ

Michele Grasso ist der Mann, der die Trends von morgen setzt. Der gebürtige Italiener hat zwei eigene Friseur-Salons in Hamburg und arbeitet als Stylist auf den Top-Modenschauen der Welt in Mailand und Paris. Im nächsten Jahr wird er auch in der Jury des Modelwettbewerbes „New Faces“ sitzen. Das Center-Magazin traf den gelernten Friseur in der AEZ-Lounge.

Trend-Macher

Center-Magazin: Worauf legst du bei deiner Arbeit dein Hauptaugenmerk – Haar, Make-up oder Styling?

Michele Grasso: Heutzutage reicht es nicht mehr, nur schöne Haare oder ein tolles Make-up zu haben. Es ist deshalb wichtig, ein gesamtes Konzept zu präsentieren. Ich konzentriere mich dabei hauptsächlich auf die Haare und die Kleidung. Die Make-ups gehören natürlich auch dazu, aber die überlasse ich meistens einer Expertin aus meinem Team. Wenn sich jeder auf ein Fachgebiet konzentriert, wird das Ergebnis einfach besser.

CM: Welchen Style sollte man im Herbst unbedingt haben?

MG: Das kommt immer ganz auf den Typ an. Ein „Street-Typ“

geht sehr auf die „New-Rave-Szene“ ein, d.h. Herbsttöne von Rot bis Violett im Kontrast zu knalligen Farben wie bunten, engen Leggings und dazu ein dunkler Jeansrock. Ausschlaggebend ist bei diesem Style, dass es einen Farbklecks gibt. Die Augen werden passend dazu in Pastelltönen oder Violett geschminkt. Dann gibt es noch den „Glamour-Typ“. Zu ihm passen am besten Erd-, Braun- und Sandtöne. Der Style ist dezent und geht in die Richtung von Beyonce und J.Lo. Besonders angesagt sind jetzt starke Kontraste wie etwa blonde Haare zu dunklen Smoky-Eyes.

CM: Entgegen aller Trends gibt es auch Dinge, die zeitlos sind. Was ist das „kleine Schwarze“ unter den Frisuren?

MG: Immer aktuell ist und bleibt der Bob. Er ist schön und zu jedem Anlass salonfähig. Der erste Bob wurde in den 50er-Jahren von Vidal Sassoon geschnitten. Er ist der „Macher“ des Bobs. Ich bewundere ihn noch jetzt, weil er in der Haarschneide-Branche sehr viel bewegt hat. Heute wird der Bob zwar ein bisschen anders geschnitten, aber die Grundform ist erhalten geblieben.

CM: Was war der schlimmste Trend, den du miterlebt hast?

MG: Dauerwellen und Löwenmähnen in den 80er-Jahren. Als ich 1982 meine Friseurausbildung anfang, wollte jeder diese Frisur haben. In dieser Zeit habe ich von morgens bis abends Dauerwellen gemacht und dann Löwenmähnen geföhnt. Das fand ich damals schon schrecklich.

CM: Gerade viele Frauen sind oft unzufrieden mit ihrem Friseur. Woran erkennt man einen guten?

MG: Das ist schwer zu sagen. Aber wenn der Friseur gleich einen Umhang umlegt und fragt: „Was machen wir denn heute?“, kann man davon ausgehen, dass die Friseur nicht typgerecht wird. An einer ausführlichen Beratung vorweg erkennt man oft einen guten Friseur.

CM: Du wirst im nächsten Jahr in der Jury von „New Faces“ sitzen. Was bedeutet dir das?

MG: Ich freue mich sehr auf diese neue Aufgabe. Als Stylist habe ich ein gewisses Auge für die Mädchen. Außerdem ist es spannend, eine neue Herausforderung anzunehmen. *Lena Zander*

- 1 Kid Rock
All Summer Long
- 2 Katy Perry
I Kissed A Girl
- 3 Coldplay
Viva La Vida
- 4 Ne-Yo
Closer
- 5 Thomas Godoj
Helden Gesucht

AEZ-Charts

Jetzt seid ihr gefragt: Wir wollen wissen, was das Alstertal hört. Kreiert gemeinsam mit YOUNG AEZ die ultimative AEZ-Chartlist! Mailt uns bitte euren Lieblingssong. Wir werten die Vorschläge aus und ermitteln so die Top 5. Unter allen Teilnehmern verlost YOUNG AEZ einen 50-Euro-Shopping-Gutschein für das Alstertal-Einkaufszentrum. Also, Leute, fleißig Musik hören lohnt sich! Und so funktioniert's:

Vote and win:

Bestimmt die AEZ-Charts mit und beantwortet uns folgende Frage:

Welcher Chartsong ist im Oktober für euch der Hit?

Mailt den Songnamen mit Interpreten an m.knierim@alster-net.de.

Unter allen Einsendungen wird der Gewinner von der Redaktion

ausgelost und benachrichtigt. Einsendeschluss: 17.11.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Gewinnerin beim letzten „Vote and win“ ist Lisa Bednorz.

„SHOOT YOUR STYLE“

Wir bringen Ihre schönste Seite zum Vorschein!

Ganzheitliche Beratung | Haarschnitt + Styling
Typgerechtes Make-up | Exklusives Beauty-Foto
Inkl. kleiner italienischer Köstlichkeiten

Für 60,- €

(Komplettpreis)

Am **25.11.** ab **9.30 Uhr** ganztägig

Salon „Young Style“ Hair-Cosmetic-Team GmbH

Im Alstertal EKZ (alter Teil, im OG neben dem italienischen
Restaurant „La Pasta“) Alstertal EKZ Heegberg 29

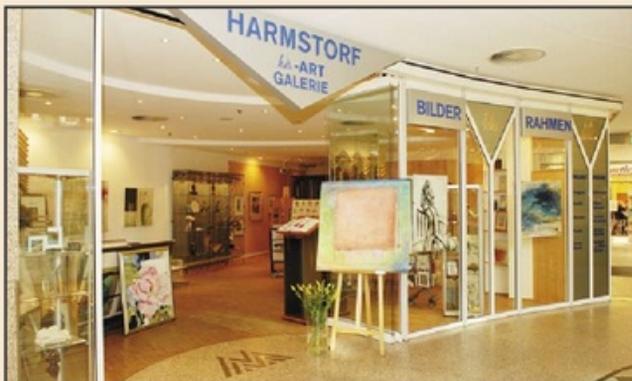
Sichern Sie sich Ihre Termine rechtzeitig unter: 040 / 60682628
www.haircosmeticteam.de

**P 1. STUNDE
KOSTENLOS!**

Bei aller Kunst: Der Rahmen muss stimmen!

Wir haben für Sie Kunst von:

Pedro Anacker, Elvira Bach, Bruno Bruni, Christo, Peter Foeller,
Klaus Fussmann, Sylvia Goebel, Günher Grass, Alois Janak,
Horst Janssen, Marianne Kindt, Oskar Kokoschka, Diether Kessel,
Volker Kühn, James Rizzi, Juliane Sommer, Puck Steinbecher,
Richard Walker, Andy Warhol, Paul Wunderlich, Wolfgang Zelmer.



**HARMSTORF
-ART GALERIE
ALSTERTAL
EINKAUFZENTRUM**

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



Neueröffnung

am 30.10.2008

**Alstertal-EKZ
Heegberg 31**

Ulla Popken



Tag der offenen Tür in der Volksbank Arena



Öffnete am 1.11. mit einem Tag der offenen Tür erstmal ihre Pforten: die Volksbank-Arena.

Am 1. November öffnete die von ECE-Chef und Stifter Alexander Otto ermöglichte Volksbank Arena (Stellingen) mit einem bunten Familienprogramm ihre Pforten. Die Besucher konnten sich unter

anderem Autogramme von den Stars der Freezers und des HSV Handball holen, Eiskunstlauf von Marina Kielmann genießen und anschließend selbst kostenlos eislaufen. Abgerundet wurde das Pro-

gramm mit Arena-Führungen und Promi-Fußball. Finanziert wurde die Arena von der Alexander Otto Sportstiftung. „Wir möchten den Sport in Hamburg auf breiter Basis nachhaltig fördern“, erklärt Alexander Otto. Darüber hinaus sponsert die ECE den Arena-Betrieb. Die Arena ist multifunktional und hat Kapazität für rund 1.000 Gäste. Die Hamburg Freezers und der HSV Handball werden in der Volksbank Arena trainieren und mit ihren Geschäftsstellen einziehen. Gemeinsam mit dem HSV und dem Hamburg Freezers e.V. hat die Sportstiftung die Aktion „Kids auf die Kufen“ auf den Weg gebracht. Die Aktion bietet Kindern im frühen Alter die Möglichkeit, erste Eindrücke auf dem Eis zu sammeln und unter Anleitung Eislaufen zu lernen. Weitere Informationen und das gesamte Veranstaltungsprogramm auf www.volksbank-arena.net.

Möchte den Sport in Hamburg mit seiner Sportstiftung auf breiter Basis nachhaltig fördern: Alexander Otto.

Antiquitäten • Wohnkultur • Fine Art

ANTIK & ART

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

9. November

Sonntag 10 - 18 Uhr
Eintritt 3 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.



HEEGBARG • HAMBURG - POPPENBUTTEL

Verlosung:

Das AEZ-Center-Magazin verlost 5x2 Eintrittskarten für die öffentlichen Eislaufzeiten in der Volksbank Arena. Wer gewinnen möchte, der sendet eine Postkarte mit seiner Telefonnummer und dem Stichwort Eislauf an: AEZ-Center-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an: m.knierim@alster-net.de

de Einsendeschluss: 17. November



Der Kinder-Club feiert seinen

ersten Geburtstag!

Der Kinder-Club feiert seinen ersten Geburtstag – und alle Kinder sind dazu herzlich eingeladen! Die Party startete bereits am 2. November mit einer großen Geburtstagsverlosung: Die drei häufigsten Kinder-Club-Besucher des ersten Jahres wurden gekürt. Aber auch alle anderen anwesenden Kinder nahmen weitere tolle Preise mit nach Hause. Der November wird ganz im Zeichen des Geburtstages stehen – so wird zum einjährigen Jubiläum auch ein Malwettbewerb unter dem Motto „Herzlichen Glückwunsch zum 1. Geburtstag, Kinder-Club!“

stattfinden. Kitas in der Region sind herzlich eingeladen, mit ihren kleinen Künstlern daran teilzunehmen und uns die schönsten Bilder an: ECE Projektmanagement GmbH. & Co. KG, Alstertal-Einkaufszentrum, Center-Management/Kinder-Club, Kritenbarg 4, 22391 Hamburg zuzusenden (Einsendeschluss ist der 15.11.). Am 12.11. wird auch im Kinder-Club für den Geburtstags-Malwettbewerb kräftig der Pinsel geschwungen. Der Hauptpreis: eine goldene Kinder-Club-Karte, für ein ganzes Jahr lang Spiel und Spaß im Kinder-Club.



Lust auf Wintermode

Auf zum Einkaufsbummel. Entdecken Sie schöne, wärmende Jacken, Parka und Dufflecoats der neuen Winterkollektion. Schmeichelnde Farben und Stoffe zum Wohlfühlen... Vorhang auf für meine Wintermode!

Ich will Mode, die mir passt

Rundungen und weibliche Kurven – klar, das bin ich! Und so will ich mich wohl fühlen. In meiner Haut und mit meiner Kleidung! Bei Ulla Popken finde ich Formen die mir passen. Schnitte, die kaschieren ohne zu verhüllen. Bequeme Hosen mit Stretchkomfort und elastischen Bündchen. Mode, die mich nicht einengt...

...und Mode, die zu mir passt

Konfektionsgrößen – für mich reine Nebensache! Ich nehme mir die Freiheit, meinen individuellen Stil zu verwirklichen und meine Silhouette gekonnt zu betonen. Dabei helfen mir die netten Modeberaterinnen bei Ulla Popken. Kompetent, herzlich und ehrlich! So macht mir Einkaufen Spaß!

Jeden Monat neu!

Ich möchte Neues ausprobieren. Vor allem in der Mode. Die Inspiration dazu finde ich bei Ulla Popken: Jeden Monat eine neue Kollektion. Zwölf gute Gründe, den heutigen Einkaufsbummel schon bald zu wiederholen! Oder ich shoppe im Internet unter der www.ullapopken.de. Dort und unter der Telefonnummer **01805/343555*** kann ich auch den aktuellen Katalog anfordern.



Ulla Popken

* 0,14 € / Minute aus dem Festnetz der T-COM; abweichende Preise für Anrufe aus den Mobilfunknetzen.

500 Mäuse für den Kinder-Lese-Club



Am 13.10. übergab Centermanager Jörg Harengerd Christine Weiß eine **Spende über 500,- Euro**. Das Geld kommt dem **Kinder-Lese-Club** des Sasel-Hauses zugute und setzt sich aus dem Erlös der verkauften Wiener Schnitzel am letzten verkaufsoffenen Sonntag im Alstertal-Einkaufszentrum zusammen.

Christine Weiß vom Sasel-Haus freut sich über die von Jörg Harengerd überreichten 500 Euro für den Kinder-Lese-Club.



Das AEZ-Magazin: diesmal in London

Die elfjährigen Cousinen **Greta** (links) und **Kira** (rechts) ließen sich bei ihrem ersten London-Trip vor den „Houses of Parliament“ mit dem AEZ-Center-Magazin fotografieren. Dieses hübsche Foto wird mit einem 50-Euro-Warengutschein honoriert!

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.



Parler francais im „Balducci“

Eine gute Möglichkeit zu mehr Sprachpraxis bietet sich am Samstag, dem **8.11. von 18-20 Uhr** im **Balducci**: Kommen Sie bei einem „café au lait“ miteinander ins **Gespräch – en francais**, bien sûr! Auch wenn Ihr Französisch nicht perfekt ist, trauen Sie sich – sollte das Gespräch ins Stocken geraten, hilft Ihnen die VHS-Kursleiterin Bernadette Froustey-Seidel weiter. Alors, allons-y! Anmeldungen über die Volkshochschul-Hotline: 428 414 284. Die Teilnahme ist kostenlos. Sie bezahlen nur Ihren Verzehr.





BUSINESS-LUNCH

HypoVereinsbank Lounge

Business-Lunch-Zeiten:
Montag-Freitag 12-15 Uhr
Reservierungs-Hotline: 35968820
Im AEZ, OG, neben der Piacetto-Bar

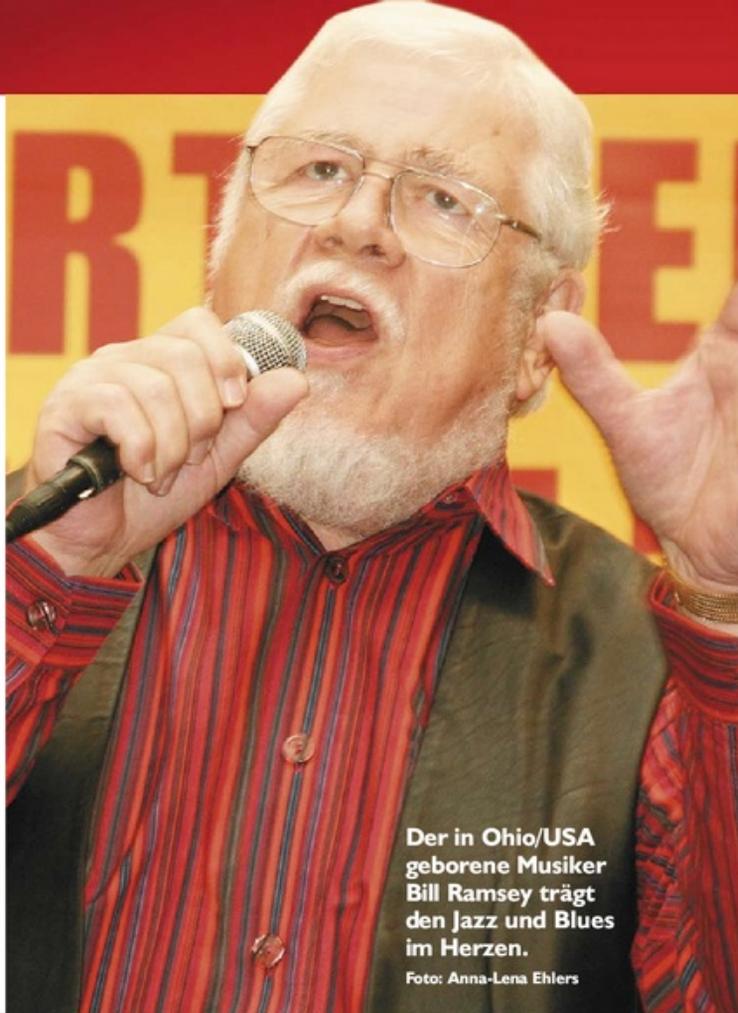
- Täglich wechselndes 3-Gänge-Menü
- Reservieren auch ohne Mitgliedschaft
- Erstklassiges Ambiente
- Exklusive Weine
- Speisen à la carte





Jazz-Highlight

Der **Lions Club** Hamburg-Walddörfer e.V. veranstaltete im Oktober das neunte Mal sein Alstertaler **Jazz Meeting** im AEZ. Die Benefiz Gala spendete ihre Einnahmen über 23.000 Euro der Klasse 2000 e.V. – Gewalt- u. Suchtvorbeugung für die Region Alstertal. Von 11 bis 16 Uhr swingten zahlreiche Jazzfans – von Groß bis Klein – zu sieben Bands auf drei großen Bühnen. Unter anderem traten Stars wie **Bill Ramsey** zusammen mit dem „Reiner Regel Quartett“ auf, während Abi Wallenstein dem Publikum gemeinsam mit Henry Heggen einheizte. Ein Sonntag, der das Herz von Musikfans höhersteigen ließ und als „Highlight des Nordens“ die Nummer 1 des Hamburger Jazzlebens darstellt.



Der in Ohio/USA geborene Musiker **Bill Ramsey** trägt den Jazz und Blues im Herzen.

Foto: Anna-Lena Ehlers

Wer schöne

Deko- stoffe

& Wohn-
accessoires
sucht...

...geht zu

Raumausstattung Fratscher

AEZ • Tel.: 602 41 20



1. STUNDE KOSTENLOS!

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!



PORTRAITS PASSBILDER

SOFORT FERTIG

Bilderbestellung auch über das Internet

www.fotopartner-digital.de

Sie finden uns im UG gegenüber von **H&M**
AEZ Poppenbüttel · Heegborg 31 · 22391 Hamburg

FARBILDER EIGENES LABOR

SOFORT FERTIG

EMILIA
Angewandtes für die Haus

Jetzt NEU bei EMILIA:
 Insalata Gamberetto Cocco • Insalata
 Tortellini e Pomodori • Insalata Spaghetti
 Jamón Ibérico de Bellota (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

**Carniceria
BLANK**

Ihr Argentinien Fleisch Profi und Steakspezialist

Hirschfilet kg € 59,00
 Flugentenbrustfilet kg € 26,90
 Arg. Hüftsteak kg € 26,90
 Bison Hüftsteak kg € 49,90
 Verschiedenes Wild
 auf Bestellung

Wir beraten Sie gern:
 Telefon 040 - 602 96 67

SPRINGER
 BIO-BACKWERK

Angebot in der 46. Kalenderwoche
Wittenberger Mischbrot
 50 % Roggen
 50 % Weizen mit Sauerteig
 1000 g statt € 3,90
 nur **€ 3,70**

Bio

DAT KORNIUS

Die Berliner-Saison
 ist eröffnet
 Apfel, Himbeer, Johannisbeer oder
 Erdbeer/Vanille 3 Stück **€ 2,40**

Es wird Zeit!
 Ab dem 27.10. können Sie endlich wieder unsere
Ente in Teriyaki mit Frühlingzwiebeln genießen
 8 Stück **€ 8,50**

Sushi
 Yama

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

Markthalle

Für Ihren Appetit auf das Besondere



ALSTERTAL
 EINKAUFSS - ZENTRUM

Norddeutschlands größtes Einkaufs-Zentrum Mo. - Sa. bis 20 Uhr www.alstertal-einkaufszentrum.de



November Horoskop

SKORPION

Liebe: In der Liebe stehen die Sterne auf Ihrer Seite. Vermitteln Sie Ihrem Partner auch Ihre erotischen Wünsche, damit er Ihre Bedürfnisse erfüllen kann und sie nicht erst erraten muss.

Beruf: Es geht mit großen Schritten voran. Ein guter Zeitpunkt, um auch bei Ihrem Chef selbstsicher Ihren Standpunkt zu vertreten.

Gesundheit: Sie sind fit, sollten sich aber deshalb nicht gleich übernehmen. Gehen Sie die Dinge ruhig an. Dann kommen Sie nicht so schnell aus der Puste.

Geld: Ihre Gehaltsvorstellungen können Sie ruhig vortragen, aber seien Sie vorsichtig dabei.



WIDDER Ihr Chef könnte gegen Ende November ein offenes Ohr für Ihre Vorschläge haben. Auch in der Liebe läuft alles am Schnürchen, solange Sie Ihrem Partner genügend Freiraum lassen.

STIER Ihre Unsicherheit im Job sollten Sie lieber für sich behalten. Achten Sie auf die Signale, die Ihr Körper Ihnen sendet und gönnen Sie ihm auch mal ein bisschen Ruhe. Amor sorgt dafür wieder für große Gefühle.

ZWILLING Lassen Sie es im Beruf langsam angehen. Überstürztes Handeln hilft Ihnen zur Zeit nicht weiter. Auch Ihr Körper verlangt ein gesundes Mittelmaß an Fitness. Gehen Sie auf Ihren Partner ein, sonst fühlt er sich eventuell missverstanden.

KREBS Halten Sie sich bei Kollegen zurück und nutzen Sie lieber den guten Draht zu Ihrem Chef. Anfang November haben Sie Energie für anstrengende Aufgaben, später können Sie dann einen Gang herunterschalten.

LÖWE Werden Sie nicht gleich ungeduldig, wenn es im Job nicht so läuft, wie Sie wollen. Zum Ende des Monat geht es wieder bergauf. In der Beziehung läuft dafür alles bestens – auch ohne Worte.

JUNGFRAU Nutzen Sie Cleverness und Intelligenz, um Ihren Chef zu überzeugen. Ihre Motivation wirkt sich auch positiv auf die körperliche Fitness aus. Gehen Sie dafür um so sensibler mit Ihrem Partner um und sorgen Sie für Abwechslung in der Beziehung.

WAAGE Üben Sie sich im Job vorerst in Geduld, es kommen bald wieder bessere Zeiten. Gesellige Abende oder Unternehmungen mit Freunden und Familie helfen Ihnen jetzt über eventuelle Stimmungstiefs hinweg. Ärger in der Beziehung wirken Sie entgegen, indem Sie ehrlich und offen auf Ihren Partner zugehen und ihm mehr Aufmerksamkeit entgegenbringen.

SCHÜTZE Ab Mitte des Monats können Sie im Job wieder so richtig durchstarten und Ihren Vorgesetzten mit etwas Fingerspitzengefühl vielleicht sogar um eine Gehaltserhöhung bitten. Muten Sie Ihrem Körper lieber nicht zu viel zu, weniger ist manchmal mehr. Venus sorgt für Schmetterlinge im Bauch und bringt Ihr Gefühlsleben wieder auf Touren.

STEINBOCK Im Job sind Sie zur Zeit gut drauf. Halten Sie deshalb mit neuen Ideen nicht hinterm Berg. Lassen Sie Ihren Gefühlen freien Lauf, das lässt die Beziehung wieder aufleben.

WASSERMANN Handeln Sie nicht überstürzt bei fraglichen Angeboten, Sie neigen diesen Monat dazu, sich zu überschätzen – auch körperlich. Setzen Sie auf Entspannung und genießen Sie leidenschaftliche Stunden in Zweisamkeit.

FISCHE Sie haben genügend Energie, um berufliche Ziele und sportliche Aktivitäten getrost angehen zu können. Nach ein paar kleinen Krisen mit dem Partner wird es gegen Ende November umso harmonischer.

Demnächst



Bestes Fernsehen für die schönste Stadt.

Hamburgs feinste Stadtteile. Im Fernsehsessel genießen.



Unter neuer Leitung!
Wir bitten um Ihr Vertrauen.

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

*Wir freuen uns auf Ihren Besuch:
montags bis freitags von 10 bis 16 Uhr,
sonnabends und sonntags von 9 bis 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-tierschutz.de · htv1841@t-online.de

Tierrettung für herrenlose Tiere - Notruf: 22 22 77

Spendenkonto: HASPA 1286 222 888 · BLZ 200 505 50



„Hier pflegen wir Sie schön“

Fachkosmetik
Ingeborg Franke



Maniküre und Pediküre
Arian Rasse

Pflegeprodukte von: **GERTRAUD GRUBER**
KOSMETIK



www.ingeborg-franke.de

Mittelweg 86 • 20149 Hamburg
Telefon: 040 - 44 42 25 • Fax: 040 - 413 507 84 • Mobil: 0171 - 644 95 36

Hier könnte auch Ihre Anzeige stehen



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

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

Ein „Weg“ wird

Auf dem Mittelweg pulsiert das Leben – Studenten, Unternehmer und kreative Köpfe nutzen das umfangreiche Angebot der vielen Cafes, Restaurants und Geschäfte. Neben Traditionsunternehmen findet sich auch immer wieder Neues: Das Alster-Magazin gibt einen Überblick.

Das wechselnde Stadtbild ist zum einen auf die Mischung der Menschen und zum anderen auf die neu hinzukommenden Geschäfte neben alteingesessenen Firmen zurückzuführen. Ein Beispiel hierfür ist die Parfümerie Pip in Pöseldorf, welche schon seit 36 Jahren von der Inhaberin Christiane Kroos, im Pöseldorf-Cen-

ter, geführt wird. Das renovierte Pöseldorf-Center erstrahlt seit Oktober in neuem Design und stellt einen attraktiven Mittelpunkt des Mittelwegs dar. Denn neben glasüberdachten Shopping-touren in zahlreichen Geschäften kann man hier auch in einer der modernen Mietwohnungen leben. Auch auf dem Mittelweg





zur Topadresse

finden Sie exklusive Unternehmen, wie z.B. „Gebrüder Jürgens Haus- und Küchengeräte“, die hochwertige Haushaltswaren anbieten. Wer sich selbst verwöhnen möchte, kann dies mit einer Kosmetikbehandlung bei „Ingeborg Franke“ am Anfang oder bei „Edeltrud Stark von Bel Etage“ am Ende des Mittelweges tun. Schwerelos entspannen kann man beim sogenannten „Floaten“ dem Baden in einer Salzsole im „Float-Center“. Da der Mittelweg Jung und Alt anspricht, ist für Letztere die „Stiftung Altenheim St. Johannis St. Nikolai“ nennenswert, welches an die schönen Alsterspazierwege grenzt. Aber auch Kids bis sechs Jahre kommen nicht zu kurz, denn in einer Stadtvilla existiert auf über 200

qm ein privates Kinderparadies der Tagesstätte „Alsterzwerge“. Wer seinen Mittelwegbesuch kulturell gestalten möchte, dem ist das „Mikado Wohlfühlhaus“ des Galeristen Jürgen Hunke zu empfehlen. Dass der Mittelweg noch viel mehr zu bieten hat, erleben Sie am ehesten vor Ort, denn hier pulsiert das Leben!

Anna-Lena Ehlers

- 1. Beliebtes Stück Hamburg: der Mittelweg.**
- 2. Renoviert: Das Pöseldorf Center erwartet seine Gäste ab sofort im Warmen.**
- 3., 4. Ein Aspekt, der den Reiz des Mittelweges ausmacht: Architektur – und zwar alt neben neu.**



„25 Jahre im Dienst der Schönheit“

Die Inhaberin und Orthomolekular-Cosmetologin Edeltrud Stark bietet neben allen klassischen Kosmetikbehandlungen das innovative Lifting ohne Skalpell mit Ultraschall und Bioresonanz:

- reduzierte Falpentiefe
- verbessert Spannkraft und Festigkeit des Hautgewebes
- bildet ein feinporiges Hautbild und einen strahlenden Teint

Lassen Sie sich durch eine Testbehandlung von dieser außergewöhnlichen und erfolgreichen Liftingmethode überzeugen.



Das „Lifting ohne Skalpell“ stellt eine echte Alternative zum chirurgischen Lifting dar.



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

„Eröffnung von float Hamburg am 6.11.“

Mehr Informationen auf Seite 68



Mittelweg 160 • 20148 Hamburg
Tel.: 040 / 21 00 69 89
hamburg@float.de • www.float.de

float
SCHWERELOS ENTSPANNEN

Im November 36 Jahre hier in Pöseldorf.



Namhafte Kosmetikserien, Besonderheiten in Pflege und Duft.
Ausgefallene Accessoires.

Neu bei PiP: Sensai von Kanebo
Annemarie Börlind (Natur pur)
und Wellness für den Körper
von Abahna.

Wir bieten vielfältige kosmetische
Verwöhnbehandlungen für
Damen und Herren.



• Parfümerie in Pöseldorf •
20148 Hamburg • Mittelweg 136
Tel. 040 - 410 23 23
Inh. Christiane Kroos

Kleine Gewinner des Malwettbewerbs



Einige der Gewinner, die sich über Spielzeug von Klicker Natur & Spiel freuen durften: Lina Gerlach (links), Adrian Burger (mitig) und Leander Langen (rechts).

Unter dem Motto „Rettet die Mäuse“ reichten unzählige Kids ihre Bilder zu dem Malwettbewerb der Haspa-Weltspawochen ein. Die Gewinner wurden ausgelost und bekamen zum Dank am 27.10.2008 tolle Geschenke durch Manni, die Maus, in der **Haspa-Filiale** am

Mühlenkamp 34 überreicht. Das Spielzeuggeschäft Klicker Natur & Spiel spendete Gutscheine und Geschenke wie z.B. eine Kugelbahn und erfreute damit viele Kinderherzen. Neben drei Hauptgewinnen überreichte Herr Ennen den anderen Kindern volle Überraschungstüchen. *ale*

Neu: Uhrentrends in der Gänsemarktpassage

Nach dem erfolgreichen Start im Hamburger Levantehaus hat **uhrzeit.org** im November einen weiteren Laden im Erdgeschoss der Gänsemarktpassage mitten in der City eröffnet. „Wir wollen das Sortiment in beiden Filialen variieren, damit für jede Klientel die dementsprechenden Produktlinien verfügbar sind“, so Göran Holst, Geschäftsführer der **uhrzeit.org GmbH**. Den Kunden erwartet ein breites Sortiment angesagter Schmuck- und Uhrenkollektionen wie Fossil, Diesel, DKNY, Dolce & Gabbana, Michael Kors, Philippe Starck und Esprit in einer hellen und freundlichen Atmosphäre mit edlem Interieur. Geleitet wird die **uhrzeit.org GmbH** von zwei jungen Akademikern, die von einem Team aus 15 Mitarbeitern unterstützt werden. Diese beraten Sie immer stilsicher und kompetent z.B. zur derzeitigen Trendfarbe Schwarz, die in diesem Winter wieder ganz vorne mitmisch und tolle Variations- und Styling-Möglichkeiten bietet. In-



formationen und einen Einblick in das umfangreiche Sortiment erhalten Sie im Online-Shop unter **www.uhrzeit.org**.

Ja, bin ich denn blöd?

Professionelle Hilfe beim ganz alltäglichen Computer-Stress



Wer kennt sie nicht: die unsinnigen, teilweise unfreiwillig komischen Fehlermeldungen, die der Computer immer dann ausspuckt, wenn er nicht mehr weiter weiß. Amüsant sind sie allerdings nur so lange, wie sie uns nicht von der Arbeit abhalten. Denn welcher Arzt, welcher Anwalt, welcher Architekt kann es sich schon leisten, seine Patienten oder Kunden warten zu lassen, nur weil der nagelneue Drucker vom Computer gerade mal wieder nicht gefunden wurde – dabei steht der direkt neben ihm...

Genau auf diese ganz alltäglichen Katastrophen hat sich die Eppendorfer Firma **YUCON EDV**, Eppendorfer Landstraße 104, spezialisiert. Seit nunmehr 15 Jahren unterstützt YUCON vor allem Freiberufler und Firmen, aber auch Privatkunden bei allen

Hard- und Softwareproblemen. „Oft beginnt der Ärger ja schon beim Einkauf; einfach nur, weil beim neuen Gerät nicht das passende Kabel dabei ist“, sagt YUCON-Geschäftsführer Christian Seidensticker. „Idealerweise besprechen wir mit unserem Kunden den individuellen Bedarf und stellen dann für ihn die optimale EDV-Anlage oder Erweiterung zusammen.“ So eine Anlage funktioniert dann vom ersten Tag an einwandfrei.

Und falls irgendwann doch einmal eine dieser lustigen Fehlermeldungen auftauchen sollte, nehmen Sie es mit einem Lächeln: YUCON EDV hilft seinen Kunden schnell, rund um die Uhr und – kaum zu glauben – **kostenlos!** Mehr Infos unter **Tel.: 040-46 10 00**.

Ausgeschlafen? 100 Jahre Betten Remstedt



Schlecht geschlafen? Dann sind Sie bei **Betten Remstedt** an der richtigen Adresse! Ausgeschlafene Jubiläumsangebote erwarten Sie, denn der Inhaber Uwe Remstedt, Urenkel des Gründers, feiert mit seinen Kunden 100-jähriges Bestehen des Stammhauses, **Alsterdorfer Str. 54**. „Wir legen höchsten Wert auf die Zufriedenstellung unserer Kunden und setzen Schwerpunkte auf persönliche Beratungen, denn schließlich ist gesunder Schlaf das A und O“, so Uwe Remstedt.

Neben schönen Bettgestellen, gesunden Lattenrosten, Matratzen, Schlafsystemen, Kopfkissen und Bettdecken, Wäsche für Bett und Bad, bietet **Betten Remstedt** den Service, eine festangestellte Physiotherapeutin zur Beratung hinzuzuziehen, damit Ihr Schlafproblem exakt analysiert wird. **Betten Remstedt** ist Hamburgs einziges Kompetenz-Zentrum-Gesunder-Schlaf, das eng zusammenarbeitet mit Heilpraktikern, Physiotherapeuten, Chiropraktoren und der Hamburger Schlafschule. Aktuell eröffnete Uwe Remstedt mit seinem Team eine neue Abteilung von Boxspring-Betten mit Modellen der Hersteller Veldemann, Superba und Svane. Das Team lädt Sie herzlich mit überraschenden Angeboten zum Jubiläum ein und prophezeit Ihnen guten Schlaf! Weitere Infos unter: **511 90 22**.

Für einen zauberhaften Winter

Die **Winterzauber-Massage** vertreibt mit der Kombination aus warmen Steinen, einem nach Vorweihnachtszeit duftenden Öl und wohltuenden Massagegriffen den Winterblues und sorgt in den kalten Monaten für Wärme und Entspannung. Mit diesem neuen Treatment kann man **im Bodycare-Bereich vom MeridianSpa** bei jedem Wetter einen entspannenden Winterzauber erleben.

Draußen bläst ein kalter Wind, es ist grau und schon beim Blick aus dem Fenster beginnt man zu frösteln. Da sehnt man sich nach Wärme und Gemütlichkeit und möchte den trostlosen Herbst- und Wintertagen am liebsten entfliehen. Ab dem 20. Oktober muss man dazu nicht einmal mehr ins Flugzeug steigen, sondern kann sich einfach im Bodycare-Bereich des MeridianSpa nach allen Regeln der Massagekunst mit der neuen Winterzauber-Massage verwöhnen lassen. MeridianSpa hat extra für die kalten Tage einen betörenden Winterduft entwickelt, der durch die Aromen Vanille, Zimt und Spekulatius an die Vorweihnachtszeit erinnert. Bevor aber das duftende Öl bei der entspannenden Ganzkörper-Massage aufgetragen wird,

werden warme Lava-Steine auf die Energiepunkte des Körpers platziert. Die wohltuende Wärme der Steine löst Verspannungen und sorgt für ein unbeschreibliches Wohlgefühl, das durch den Duft des Öls und den kundigen Griffen bei der anschließenden Massage noch verstärkt wird. Schnell taucht man die Welt der Wärme, der Wohlgerüche und der Geborgenheit ein, entspannt und vergisst Stress und das schlechte Wetter. Zudem pflegen die reichhaltigen Inhaltsstoffe der Mandel, die im Öl enthalten sind, die Haut samtweich. Besser kann man die grauen Wintergeister nicht vertreiben – daher kann man den Winterzauber auch mit nach Hause nehmen und das wertvolle Öl zur Körperpflege und Massage verwenden.

Einfach zauberhaft:

Mit der neuen Winterzauber-Massage im Bodycare-Bereich geht MeridianSpa auf die Bedürfnisse seiner Gäste im Herbst und Winter ein und bietet wieder ein Massage-Erlebnis der Extraklasse. Natürlich kann man das exklusiv für MeridianSpa kreierte Öl im Bodycare-Bereich kaufen und so auch zu Hause einen entspannenden Winterzauber genießen – als Hautpflege oder auch als Massageöl.

Massage: ca. 50 Min. 59 Euro
 Massage-Pflegeöl: 200 ml für 25 Euro

Buchen Sie einfach telefonisch oder melden Sie sich persönlich an:

MeridianSpa Wandsbek, Wandsbeker Zollstr. 87-89, Fon 040/65 89-10 43
 MeridianSpa City, Schaarsteinweg 6, Fon 040/65 89-11 00
 MeridianSpa Eppendorf, Quickbornstr. 26, Fon 040/65 89-13 44
 MeridianSpa Alstertal, Heegbarg 6, Fon 040/65 89-14 90

Weitere Informationen erhalten Sie auch unter www.meridianspa.de.



7 Tage die Woche
rund um die Uhr:
Service-Telefon
0172 / 54 08 37 5

Senioren- & Therapiezentrum
Haus am Wehbers Park

Fruchtallee 82 · 20259 Hamburg - Eimsbüttel
040 / 23 93 66 80 · www.haus-am-wehbers-park.de

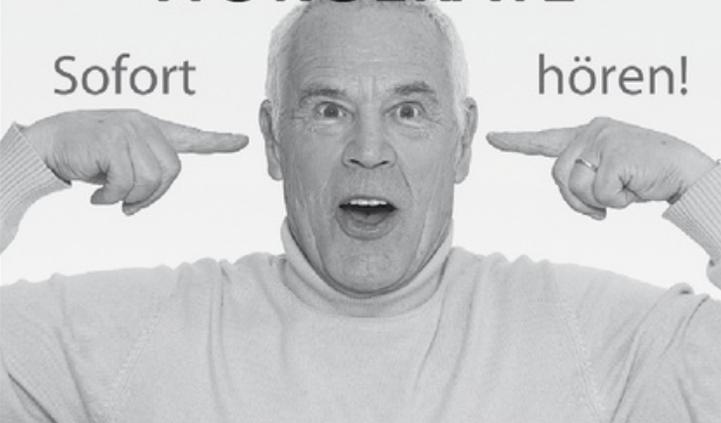
Partner aller Sozialämter
und Pflegekassen
Betreuung der
Pflegestufen 0 - 3+
"Beschützter Wohnbereich"
Gerontopsych. Pflege
Betreuung von Menschen im
Wachkoma und d. **Phase F**
Beatmungspflege

Wir haben noch
EINZELZIMMER FREI!
Jeden Sonntag 11 - 14 Uhr: Beratung und Besichtigung!
Schauen Sie einfach mal unverbindlich vorbei!



HÖRGERÄTE

Sofort hören!



*Kleinste Im-Ohr-Geräte zum
kostenlosen Soforttest!*

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

audeXmed
HörSysteme

Meisterbetrieb
Dipl.-Ing. W. Lipski

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

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

Umweltaktivist.

Naturschutz beginnt im Alltag.
Ein Samstag ohne Rasen mähen
freut nicht nur Ihre Nachbarn,
sondern auch die Natur
in Ihrem Garten.

Weitere Tipps für Faulenzer gibt
es beim Naturschutzbund NABU.
www.NABU.de





Zukunft

Erst mit dem 50. Geburtstag fangen die Deutschen langsam an, sich Gedanken über ihre Wohnsituation im Alter zu machen. Das ist das Ergebnis einer repräsentativen GfK-Umfrage im Auftrag des Apothekenmagazins „Senioren Ratgeber“.

Dabei gab knapp die Hälfte (44,3 %) der 50- bis 59-Jährigen an, sie hätte schon Pläne für ihr

Senioren-dasein geschmiedet. Mit zunehmendem Alter sind dies dann erwartungsgemäß



Schön leben im Alter: Eine Studie zeigt, dass sich die meisten Menschen erst sehr spät Gedanken über ihre spätere Wohnsituation machen.

pläne

deutlich mehr: bei den 60- bis 69-Jährigen schon weit über die Hälfte (58,2 %) und bei den Befragten ab 70 Jahren rund zwei Drittel (66,9 %). Vor dem 50. Geburtstag verschwenden nur wenige einen Gedanken ans Wohnen im Alter. Mehr als drei Viertel der 40- bis 49-Jährigen (76,6 %) sagen, sie hätten darüber noch nicht nachgedacht. Bei den 30- bis 39-Jährigen sind dies sogar 84,5 Prozent. Doch die Generation 50 Plus macht sich nicht nur Gedanken übers Leben

im Alter, sondern tut auch aktiv etwas dafür: Gut ein Viertel von ihnen legt für seine wohnlichen Zukunftspläne monatlich Geld zur Seite (26,3 %). Einige sind sogar so gut gerüstet, dass sie in ihrem Zuhause schon bauliche Veränderungen fürs Alter haben vornehmen lassen (60- bis 69-Jährige: 15,4 % / ab-70-Jährige: 25%). *Quelle: ots/Eine repräsentative Umfrage des Apothekenmagazins „Senioren Ratgeber“, durchgeführt von der GfK Marktforschung Nürnberg bei 2.017 Personen ab 14 Jahren.*

SENIOR aktiv
Hamburg
Praktische Dinge fürs Leben



Telefone/Handys



Lese-Lupen



Shopper

Die Einkaufswelt für Senioren!

Weihnachts-Geschenke • Weihnachts-Geschenke

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

HOSPITAL ZUM
HEILIGEN GEIST
Kleine Stadt für Senioren



GESTIFTET 1227

Stimmungsvoller Wintermarkt

Am **Samstag, 22. November ab 14 bis 17 Uhr** laden wir Sie herzlich ein, unseren Wintermarkt mit Kunsthandwerkern, adventlichen Verkaufsständen, kulinarischen Angeboten und Hausbesichtigungen zu besuchen.



Unser
Kundenzentrum **berät Sie gern! 60 60 11 11**

Hinsbleek 11 • 22391 Hamburg-Poppenbüttel • www.hzhg.de



„Ich unterstütze
ÄRZTE OHNE GRENZEN,
weil sie professionell
helfen und bei Macht-
missbrauch den
Mund aufmachen.“
Silke Berger, Schauspielerin

Bitte schicken Sie mir unverbindlich Informationen

- über ÄRZTE OHNE GRENZEN
- für einen Projekteinsatz
- zur Fördermitgliedschaft
- zu Testamentspenden
- zu Spendenaktionen

Name _____

Anschrift _____

E-Mail _____

ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V. • Am Köhlischen Park 1 • 10179 Berlin
www.aerztes-ohne-grenzen.de

Spendenkonto 97097
Bank für Sozialwirtschaft
BLZ 250 205 00



ÄRZTE OHNE GRENZEN hilft weltweit Opfern von Krieg und Gewalt und klagt an, wenn deren Rechte mit Füßen getreten werden.



Wetterfest!

Wintergärten schaffen
Outdoor-Feeling zu jeder
Jahreszeit, beispielsweise
das Terrassendach Terrazzo
von Weinor. Foto: weinor.de

Ob als Wohnzimmer, Hobbyraum, Essbereich oder einfach nur, um auch im Winter ein paar Sonnenstrahlen abzubekommen – ein Wintergarten ist eine multifunktionelle Erweiterung Ihres Zuhauses. Damit der Glasanbau das ganze Jahr angenehm temperiert und gemütlich bleibt, hat das Alster-Magazin ein paar Tipps für Sie.

Material

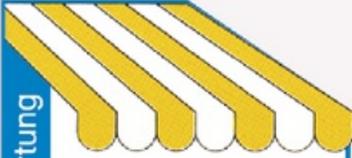
Das am häufigsten verwendete Material für Wintergärten ist Aluminium. Zwar gibt es auch Konstruktionen aus Stahl oder Holz, Aluminium ist jedoch das haltbarste und pflegeleichteste. Zudem ist es leicht und setzt nicht so schnell Schimmel oder Fäulnis durch Wasserstau an.

Belüftung

Um den Wintergarten in warmen wie in kalten Jahreszeiten zu nutzen, ist ein gut durchdachtes Be- und Entlüftungssystem genauso ein Muss wie eine gute Heizung. Gerade im Sommer kann sich bei schlechter Belüftung die Hitze dort bis zu unerträglichen 80°C anstauen. Ein System aus sogenannten Zuluftöffnungen für die Erwärmung der Luft, die in den Boden integriert werden, und elektronischen Fensterklappen für die Entlüftung sind daher ideal. Die Gesamtfläche, die geöffnet werden kann, sollte etwa 20 Prozent der Grundfläche des Wintergartens betragen. Ein außen angebrachter Sonnenschutz wehrt schon erste Sonnenstrahlen optimal ab, da die Sonnenstrahlen schon vor dem Eindringen gehindert werden.

Beheizung

Wer auch im Winter nicht auf seinen Wintergarten verzichten möchte, braucht eine gute Wärmequelle. Optimal eignet sich dafür eine Fußbodenheizung mit dem Pluspunkt, dass sie nicht zu sehen ist. Für eine perfekte Regelung zwischen Belüftung und Beheizung gibt es Systeme mit einer Zentraleinheit und einer Wetterstation. So schaltet sich je nach Wetterlage automatisch das Belüftungs- oder Beheizungssystem ein.



TÜMLER & PEIL

ROLLÄDEN
MARKISEN
ROLLTORE Seit 1865

TP

☎ 6 93 20 45

Wintergartenmarkisen
Scheren- u. Rollgitter
Vordächer
Motorisierungen
feste Vergitterungen

Am Stadtrand 58
22047 HH-Wandsbek

www.tuemler-peil.de

Beratung Montage Reparatur Wartung



Lichtblicke für Ihre Fenster
Seit über 30 Jahren

Rollos
Plissees
Lamellen
Jalousien
Flächenvorhänge
Insektenschutz



Fachkundige Beratung,
Aufmaß und Montage

Hoheluftchausee 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

- Rollläden
- Markisen
- Insektenschutz
- Heizstrahler

DIWAL
Rolladenbau GmbH



Reparaturen

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

040
511 92 80

Wintergärten

aus Aluminium,
hochwärmegedämmt,
nach Maß.
Profile in allen Farben.
Komplettlösung.



IHR BERATER VOR ORT:
Herr Peters, Tel.: 04371/95 16,
Mobil: 0171/570 53 06
OTTENSENER STR. 14 A,
HAMBURG, TEL.: 040/54 57 92



M • KUMMERfeld  **INH • A • HARTfiel**

SCHLOSSEREI • METALLBAU

WWW.FF-METALLBAU.DE

„Festliches“ aus dem

Meer

Am **Weihnachtessen** scheiden sich die Geister: leichte Kost, also Kartoffelsalat und Würstchen, oder doch lieber die hohe Küchenkunst wie Ente à la Orange oder Karpfen Blau. Fisch ist in, deswegen präsentiert das Alster-Magazin zwei **leckere Alternativen** zum Karpfen aus dem Meer.

Spinat-Linsen-Gemüse mit Seehecht

Zutaten für 4 Portionen:

- 150 g kleine grüne oder braune Linsen
- 1-2 Schalotten
- 600 g Seehechtfilet
- Zitronensaft
- 3 EL RAMA Culinesse Pflanzencreme
- 450 g TK - Blattspinat
- 2-3 EL geriebener Ingwer
- 250 ml RAMA Cremefine Saucen Knoblauch & Zitronenthymian
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Linsen nach Packungsanweisung bissfest zubereiten, abgießen und abtropfen lassen. Schalotten schälen und fein würfeln. Seehechtfilet in 4 Stücke scheiden, waschen und abtupfen. Mit Zitronensaft beträufeln.
2. 1 EL Pflanzencreme in einer Pfanne erhitzen, Schalotten darin andünsten, Spinat und Ingwer zugeben und zugedeckt ca. 10 Minuten garen. Linsen dazugeben und unterrühren. Cremefine Sauce dazugießen, einmal kurz aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Restliche Pflanzencreme in einer Pfanne erhitzen. Fischfilets darin je Seite ca. 4 Minuten braten, salzen und pfeffern. Zu dem Linsengemüse servieren.

Zubereitungszeit: 45 Minuten

PAGELS DINNER ZIRKUS

ALTE HAGENBECK'SCHE DRESSURHALLE

Neue
Show

Neues
Menü



20. Nov. bis 31. Dez. 2008
Tickets ab €79,-

Tickets **040 / 547 65 255**
Information www.dinner-zirkus.de

Die einmalige kulinarische Dinnershow mit
echtem Zirkusflair und Stars aus Monte Carlo
Löwen * Magier * Artisten * Gala-Menü
In der Alten Hagenbeck'schen Dressurhalle

Anzeige



Bietet einen hochwertigen flexiblen Party- und Dinnerservice von 2 bis über 1000 Personen an: Caterer Thomas Winkler.

Catering: Alle Küchen der Welt

Caterer gibt es in der Stadt viele, aber die wenigsten sind gleichzeitig auch Koch aus Leidenschaft. Beides vereint hingegen Thomas Winkler, Inhaber von „Winklers Catering & Winery“, denn Kochen ist sein Leben, seine Passion. Deswegen ist er auch ständig auf der Suche nach neuen Ideen und Rezepten – selbst im Urlaub. So hat er unter anderem Anregungen von Kuba, aus Thailand und Italien mitgebracht und in seine Küche einfließen lassen. Die bietet entsprechende asiatische, italienische, mediterrane oder hanseatische Köstlichkeiten – wirklich alle Küchen der Welt, auch Sterne-Küche! „Dabei setze ich auf eine

kreative und abwechslungsreiche Küche, bei der alles selbst gemacht ist, auch die Saucen“, erklärt der gelernte Koch Thomas Winkler, der seit über 15 Jahren catert. Seine hochwertigen Buffets und Menüs kredenzt er vom Candlelight-Dinner für 2, über Hochzeiten von 50 bis hin zu Firmenevents mit über 1000 Personen. Das Beste daran, den passenden Wein, bringt er gleich mit. Denn auch auf diesem Gebiet ist er Experte und führt in der Osterstraße 170 einen eigenen Weinladen, für den er Spitzenweine aus aller Welt selbst importiert. **Mehr Infos gibt es unter Tel.: 0171/747 17 31 oder www.winklers-catering.de.** kw

Weihnachten feiern in der Alster Lounge

In netter Atmosphäre und mit köstlichen Speisen.

Sprechen Sie uns gerne an für eine individuelle Beratung nach Ihren „weihnachtlichsten“ Wünschen.

Ihr Alster Lounge Team

Um Reservierung wird gebeten!

Alsterdorfer Straße 262
22297 Hamburg
Tel: 55 44 01 55
Fax: 55 44 01 56



Tomaten-Brunchtörtchen mit Yell

Zutaten für 4 Portionen:

Für die Törtchen:

2 kg große Fleischtomaten, 1 Knoblauchzehe, 4 Korianderzweige, Salz, 1 TL Zucker, 3 Blatt Gelatine, 30 g geschlagene Sahne, 40 g BRUNCH Légère, 4 große Tomaten.

Für das Yellow fin tuna:

2 Tomaten, 1 Bund Schnittlauch, 1 Limette, 300 g Thunfisch (Sushiqualität), Meersalz, frisch gemahlener Pfeffer, 2 EL Olivenöl

Zubereitung:

1. Am Vortag: Die Fleischtomaten waschen, vierteln, die Stielansätze herausschneiden. Knoblauch schälen und würfeln, Koriander waschen, trockenschütteln, die Blätter von den Stielen zupfen. Alle Zutaten mit Salz und Zucker, mit einem Pürierstab fein pürieren. In ein Passiertuch geben, das Tuch oben zubinden. Über Nacht über einen hohen Topf hängen, um den Saft aufzufangen.
2. Für die Tomaten-Brunchtörtchen: Am nächsten Tag den gewonnenen weißen Tomatensaft auf 250 ml einkochen. Gelatine einweichen, ausdrücken und mit dem Schneebesen in den Tomatensaft einrühren. Saft in den Kühlschrank stellen und leicht gelieren lassen.
3. Zwischenzeitlich die 4 Tomaten mit kochendem Wasser



Foto: Brunch

ow fin tuna

überbrühen, kalt abschrecken und die Haut abziehen. Tomaten vierteln, den Stielansatz herausschneiden, entkernen, und mit einem scharfen Messer dünn aufschneiden. 4 Förmchen à ca. 75 ml damit auslegen.

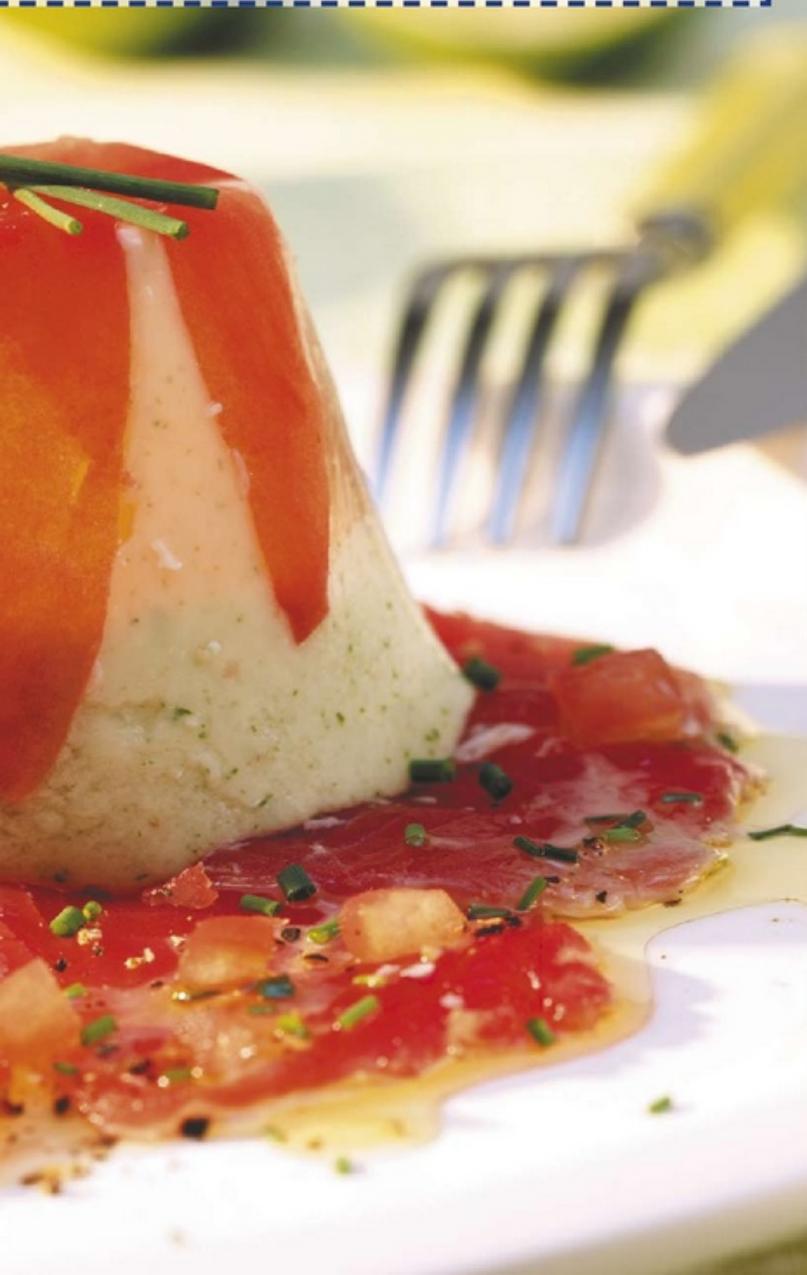
4. Die Sahne mit den Quirlen des Handrührers steif schlagen. Brunch und angelierten Tomatensaft mit den Quirlen des Handrührers schaumig schlagen, die Sahne unterziehen und die Masse auf die 4 Förmchen verteilen. Die Brunchtörtchen für ca. 3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

5. Für das Yellow fin tuna: Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, abschrecken und die Haut abziehen. Tomaten vierteln, den Stielansatz herausschneiden, entkernen und in feine Würfel schneiden. Schnittlauch waschen, trocken-schütteln und in Röllchen schneiden. Limette auspressen. Das Thunfischfilet abspülen, trockentupfen, mit einem sehr scharfen Messer in hauchdünne Scheiben schneiden.

6. Thunfisch sofort auf 4 gekühlte Teller wie ein Carpaccio ausbreiten. Mit Meersalz und Pfeffer würzen. Mit Limetensaft und Olivenöl beträufeln. Mit Tomatenwürfeln und Schnittlauchröllchen garnieren. Die Tomaten-Brunchtörtchen aus den Förmchen stürzen, auf das Carpaccio setzen und sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
plus Kühlzeit: ca. 3 Std. 15 Min.

Rezepte: Unilever Bestfood Deutschland GmbH



50 JAHRE
IN ALSTERDORF

KONFITOREI
Fastert



GENIEßEN SIE AB SOFORT FASTERTS WEIHNACHTSSPEZIALITÄTEN

wie z.B. Dominosteine, Zimtsterne, Baumkuchenspitzen und diverse Sorten Butterstollen.

Nach traditionellen Rezepten, von Meisterhand gefertigt.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Konditorei Fastert • Alsterdorfer Straße 292 • 22297 Hamburg • Tel.: 51 88 00



Weihnachtsente satt
jeden Freitag-, Samstag- & Sonntag-Mittag.
Den ganzen November lang. Informieren Sie sich!

*Weihnachten
steht vor der Tür!*

Ob private oder Firmen-Weihnachtsfeier -
besondere Veranstaltungen brauchen ein besonderes Ambiente.

Vom Buffet, serviertem Menü, perfekter Service bis hin zur Gestaltung Ihres Festes: Top-Qualität und Top-Service kombiniert mit unseren kreativen Ideen sorgen dafür, dass Sie sich entspannt Ihren Gästen widmen können.

Silvester

Lassen Sie sich diesen Abend nicht entgehen und feiern Sie mit uns bei einem 6-Gang-Menü inkl. Aperitif und Champagner um Mitternacht ins Neue Jahr. Ab 22.00 Uhr öffnen wir unsere Türen zur Party mit unserem DJ.

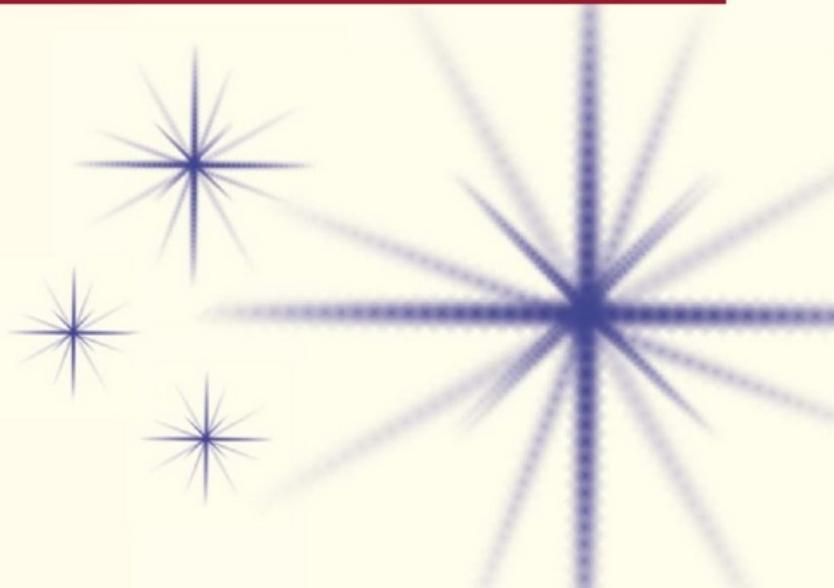
85,00 € pro Person (6-Gang-Menü, Aperitif & Champagner um 0.00 Uhr)
45,00 € pro Person (Party ab 22.00 Uhr, Getränke, Finger Food)



RISTORANTE
DANTE

www.ristorante-dante.com

Eilbergweg 2 • 22297 Großhansdorf • Tel.: 04102 - 61 32 0



Fotografieren *de luxe*

Es gibt viele Momente im Leben, die unvergessen bleiben. Damit diese nicht unscharf oder verschwommen werden, hilft eine gute Kamera. Das Alster-Magazin hat hier ein paar für Sie herausgesucht.

Canon Ixus 90 IS

Die Ixus 90 IS von Canon ist wie aus einem Guss konstruiert und liegt sehr angenehm in der Hand. Das „Multi-Control“-Wählrad macht das Ändern von Einstellungen, Betrachten der Bilder und Navigieren durch die Menüs zu einer schnellen und komfortablen Angelegenheit. Die Ixus 90 IS hat 10 Megapixel und einen 3-fachen Zoom. Es können 60 Minuten Videomaterial gespeichert werden. Die Canon Ixus 90 IS kostet ca. 229 Euro.



Olympus µ 1030 SW

Die Olympus µ 1030 SW ist sowohl wasserdicht sowie stoßfest als auch frost- und bruchstabil. Das präzise 3,6-fach-Weitwinkel-Zoomobjektiv (28-102 mm) sorgt auch unter schwierigen Bedingungen für gelungene Aufnahmen. Des Weiteren hat sie eine 10.1 Megapixel Auflösung und einen 3,6-fachen Zoom. Ihr Display hat eine Größe von 2,6 Zoll. Sie ist für ca. 380 Euro zu erhalten.



Sony Cybershot

Die Sony Cybershot hat ein goldfarbenes Aluminium-Gehäuse und eine 10.1 Megapixel Auflösung, einen 4-fach Zoom, ein 28-mm-Weitwinkelobjektiv und einen 2,7-Bildschirm. Das Besondere an dieser Kamera ist ihre Gesichts- und Smile-Erkennung. Außerdem kann die Cybershot 60 Minuten Videomaterial aufnehmen und speichern. Der Preis beträgt ca. 299 Euro.



Schönheit durch Berühren

Alexandra Kosmetik bietet Ihnen ein Wohlfühlprogramm für Körper, Geist und Seele, das keine Wünsche offen lässt. Das umfangreiche Angebot reicht von speziellen Peelings wie **Mikrodermabrasion** zur Hauterneuerung bis hin zu **Edelstein-Heilmassagen** mit hochwertigen Ölen zum Auflösen von Blockaden und für ein entspanntes Körperbefinden. Kompetente Hautdiagnosen und Massagen mit Janssen-Produkten sorgen für Ihren perfekten Look und komplettieren das Angebot. Das **Vitalaser-System** mit einem neu entwickelten Hyaluron-Nanogel ist eine Innovation im Bereich der Anti-Aging Behandlung. **Vollkommen schmerzfrei** und ohne Unterspritzungen werden unschöne Altersfältchen reduziert und die Haut sieht wieder straff und jugendlich aus. Die Mundbehandlung erhalten Sie für 47 Euro. Als besonderes **Weihnachtsangebot** kann das gesamte Gesicht dieser speziellen Pflege für nur 75 Euro unterzogen werden. Die Inhaberin Alexandra Albert bietet ein spezielles Kosmetik-Kennlernprogramm für nur 39



Euro an. Dieses enthält von der Hautreinigung, Peeling, Hautdiagnose, Komresse, Tiefenreinigung, Augenbrauenkorrektur, Gesicht- und Dekolletémassage, Maske, bis hin zu einem kleinen Make-up alle wichtigen Punkte einer professionellen Hautpflege. Schauen Sie einfach vorbei und lassen Sie sich beraten. **Alexandra Kosmetik**
Lehmweg 58 • 20251 Hamburg
Tel.: 040-42 91 61 37
www.alexandrakosmetikependorf.de



PENTAX Optio M50

Die PENTAX Optio M50 hat einen großen Zoombereich für gelungene Aufnahmen. Die digitale „Shake Reduction“ steigert die Lichtempfindlichkeit automatisch bis ISO 6400. Durch das Lithium-Ion-Akku und die Verkleinerung der Hauptplatte bleibt das Gewicht der Kamera trotz des 5-fach Zooms klein. Die 8,0 Megapixel Auflösung und der 2,5 Zoll große TFT-Monitor runden das Gesamtkonzept ab. Sie kann Videomaterial von 60 Min. aufnehmen. Sie kostet ca. 111 Euro.

Nikon Coolpix S 210

Die Nikon Coolpix S 210 ist eine flache 8-Megapixel-Kamera. Der elektronische Bildstabilisator und die hohe ISO-Lichtempfindlichkeit sorgen für gute Bild-Ergebnisse. Außerdem hat sie sowohl einen optischen 3-fach Zoom, als auch einen 2,5 Zoll Display. Mit

dieser Kamera können Sie bis zu 60 Minuten Videomaterial aufnehmen. Sie kostet ca. 139 Euro.



Casio EX-Z 150

Die Casio EX-Z 150 in schwarz hat eine 8.1 Megapixel Auflösung und einen 4-fachen Zoom. Der Monitor ist 7,6 cm groß und hat einen TFT-Farbdisplay mit 230.400 Pixel. Außerdem hat sie eine Speicherkapazität von 17,9 MB und ist erweiterbar mit SD-/SDHC und MMC-/MMC Karten. Der Preis beträgt ca. 150 Euro.





COCOONING

DIE LUST AM WOHNEN

- 360 internationale Deko- und Polsterstoffe
- feinste Plaids, Kissen und Tagesdecken
- exklusive Lampen und handgefertigte Schirme
- elegante französische Hussen-Sofas

alles direkt vom Hersteller und somit konkurrenzlos günstig

Dorotheenstraße 180
22299 Hamburg • Tel. 251 38 85
www.cocooning-stoffe.de
Mo.-Fr. 11-19 Uhr • Sa. 11-15 Uhr

10% Rabatt

auf Ihren Einkauf bei Vorlage dieses Coupons

10% auf alle Produkte!

Gegen Vorlage dieses Coupons
in unserem neuen Laden in der
Gänsemarktpassage!

(Pro Person und Kauf ist nur ein Coupon möglich. Keine Barauszahlung. Nurgültig bis zum 31.12.2008.)



uhrzeit.org

www.uhrzeit.org
Gänsemarkt 50 • 20354 HH



Casio EX-Z 200

Die EX-Z 200 von Casio zeichnet sich durch ihre hohe Auflösung von 12,1 Megapixeln aus. So haben Sie die Möglichkeit, auch einzelne Bildausschnitte perfekt zu bearbeiten. Außerdem bietet die Casio EX-Z 200 einen 4-fachen Zoom; ihr Display ist 2,7 Zoll groß. Auch Nachtaufnahmen sind mit dieser Kamera kein Problem. Sie kostet ca. 200 Euro.

Anzeige

Vorführung: So wirkungsvoll ist die Kitchen Aid!

Zaubergerät Kitchen Aid: Bei „Gehr. Jürgens“ im Mittelweg – dem Paradies für Koch- und Küchenfans – wird am 14. und 15. November gezeigt, wie einfach und was alles mit ihr „gekocht“ werden kann!



Ein perfektes Weihnachtsgeschenk: eine Kitchen Aid. Sie nimmt der Köchin oder dem Koch viel Arbeit in der Küche ab und schenkt so etwas sehr Wertvolles – Zeit. Die kann dann zu zweit verbracht werden, davon hat dann auch derjenige etwas, der verschenkt hat! Wie genau das Küchen-Zaubergerät am besten eingesetzt wird und was alles damit möglich ist, kann am 14. und 15. November im Haushaltswarenladen „Gehr. Jürgens“ im Mittelweg 125 mit eigenen Augen erlebt werden. Inhaber

Oliver Jürgens hat den Koch- und Gesundheitsberater Gert Steinbach eingeladen, der live zeigt, wie man mit Hilfe der Kitchen Aid köstlich, raffiniert und gesund kochen kann – ohne sonst üblichen großen Aufwand. „Aufgrund ihrer Technik, ihrer Ausstattung und der Tatsache, dass sie weitgehend selbstständig arbeitet, ist die Kitchen Aid seit über 90 Jahren bei Profis und Hobbyköchen so beliebt“, erklärt Steinbach. Infos gibt es unter Tel.: 443 197 und www.gebrueder-juergens.de im Internet. kw



Olympus μ 1040

Die Olympus μ 1040 besticht durch 10.0 Megapixel und hat einen 3-fachen Zoom. Das Display hat einen Durchmesser von 6,9 cm / 2,7" LCD-Display. Mit erweiterter Gesichtserkennung für bis zu 16 Personen und Verwacklungsreduktion (Digital Image Stabilisation) wird jedes Bild scharf. Sie kostet ca 170 Euro.

Foto: Olympus

stoffkontor.de
jenny brodersen

Bettwäsche

Kaufmannshaus Gr. Bleichen 31
20354 HH T (040) 348 06 06
info@stoffkontor.de

GALERIE HIMMELSWEG
www.himmelsweg.de

21255 Tostedt-Dieckhofstr. 16
Tel. 04182-6955

€ 380,-
ohne Deko

Original
SERENITY
Möbel aus
massivem
Edelholz
handgefertigt



LEICA C-LUX 3

Die LEICA C-LUX 3 ist eine flache und handliche Kamera. Sie verfügt über ein besonders einfaches Bedienkonzept und eine übersichtliche Menüführung für den unkomplizierten Fotografierspaß. Die LEICA C-LUX 3 hat eine Auflösung von 230.000 Pixeln und zeichnet sich durch ein 2,5 großes Kameradisplay und eine große Brennweiten-spanne von 25 bis 125 Millimetern aus. Der Preis beträgt ca. 499 Euro.

PENTAX Optio W 60



Die PENTAX Optio W 60 in silber kann bis zu 32 Gesichter erkennen. Deshalb eignet sich diese Kamera auch besonders, um seine Lieben für die Ewigkeit festzuhalten. Die PENTAX Optio W 60 hat 10.0 Megapixel und besitzt einen 5-fachen Zoom. Der Display ist 2,5 Zoll groß. Die Kamera kann 60 Minuten Videomaterial aufnehmen und speichern. Der Preis für die PENTAX W 60 beträgt ca. 230 Euro.

Panasonic Lumix



Die Panasonic Lumix DMC-FX 37 EG-S in silber hat 10.1 Megapixel Auflösung und einen 5-fach Zoom. Sie sticht durch ihr großes Display mit 12,5 Zoll hervor. Die Panasonic Lumix DMC-FX 37-EG S kann bis zu 60 Minuten Videomaterial aufnehmen und auch speichern. Zu haben ist diese digitale Kompaktkamera für ca. 279 Euro.

Neu-Eröffnung

Hörbücher & Puzzle

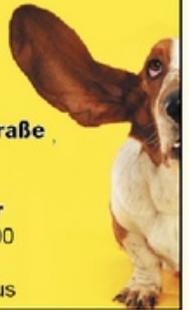
- Kompetente Beratung
- Hörbücher für Kenner
- exklusive Puzzle für Könner
- viele "Verschenkpriese" plus:

10% Abholrabatt

LITRATON

Winterhuder Weg 31 / EG - Eingang Zimmerstraße
Telefon 229 11 93 - www.litraton.de

Neu-Eröffnung am Donnerstag, den 30. Oktober
Öffnungszeiten: Mo - Fr: 10.00 - 17.00, Sa 10.00 - 14.00
Bushaltestelle vor dem Haus (Linien 25, 172, 173)
samstags jede Menge freier Parkplätze hinter dem Haus



www.abpilus.de

Machen Sie Ihren Haaren Beine!

OHNE LASER
Beratungsgespräch
040 / 69 70 55 14

I²PL SYSTEM - EPILUX

Dauerhafte Haarentfernung

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

Schnelle, sichere & dauerhafte Haarentfernung ohne Laser!

Geschenk-Gutscheine

Heegbarg 2 (Direkt am AEZ) • 22391 Hamburg

20% Weihnachtsrabatt
für Neukunden bis zum 31.12.2008

abpilus
ÄSTHETIK ZENTRUM



Anzeige



Schwerelos entspannen

Schwerelos im Salzwasser treiben, völlig abgeschottet von Außenreizen – das erleben Sie im **Floating-Tank**. In einem abgedunkelten Raum entspannt der Körper bei absoluter Stille oder meditativer Musik. Dank der konstanten Wassertemperatur von 34,8°C, die Ihrer Außentemperatur entspricht, nehmen Sie keinen Temperaturunterschied mehr wahr. Der Körper muss keine Energie aufwenden, um Temperaturschwankungen auszugleichen.

Das menschliche Gehirn verwendet tagsüber 80% seiner Kapazität dazu, Außenreize zu verarbeiten. Innerhalb des Tanks fallen diese

Gehirntätigkeiten weg und neuer Raum für Kreativität und zur Selbsterfahrung entsteht. An keinem anderen Ort ist es möglich, eine derartige Tiefenentspannung für alle Muskelgruppen des Körpers zu erfahren. Doch Floating dient noch weitaus mehr als dem Stressabbau: Es hilft bei der Linderung von chronischen Rückenbeschwerden, in der Verhaltenstherapie zur Suchtentwöhnung bis hin zum Trainieren von Sportlern. Entspannen auch Sie ab sofort im neuen **float-Center, im Mittelweg 160**. Weitere Informationen erhalten Sie auch unter www.float.de.



Hatschi... -Grippezeit eröffnet

Impfung kann

Die Tage werden kürzer, die Temperaturen niedriger – der Herbst steht vor der Tür. Doch Herbstzeit ist auch immer wieder Erkältungszeit. Der eine oder andere hat sich vielleicht schon eine Schniefnase geholt. Wer sich noch gegen Schlimmeres wappnen möchte, sollte jetzt die Abwehrkräfte stärken.

Mit viel frischer Luft, regelmäßigem Sport, Wechselduschen und frischem Obst und Gemüse kann man einem Schnupfen gut vorbeugen. Leider haben im Herbst nicht nur Erkältungen Hochsaison, sondern auch die Grippe oder Influenza. Und mit

der ist nicht zu spaßen. Fachärztin für Allgemeinmedizin Dr. Cordula Sohst-Brennenstuhl: „Die Grippe ist keine leichte Erkältung, sondern eine ernst zu nehmende, sehr ansteckende Infektionskrankheit.“ Nicht nur die Symptome wie Kopf-, Hals- und



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



GESUNDHEIT IST EIN MENSCHENRECHT
Deshalb hilft **ÄRZTE OHNE GRENZEN** in rund 70 Ländern Menschen in Not – ungeachtet ihrer Hautfarbe, Religion oder politischen Überzeugung.

HELFEN SIE MIT!
ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V. • Am Kölnischen Park 1
10179 Berlin • www.aerzte-ohne-grenzen.de
Spendenkonto 97 097
Bank für Sozialwirtschaft • BLZ 370 205 00

Bitte schicken Sie mir unverbindlich Informationen

- über **ÄRZTE OHNE GRENZEN**
- für einen Projekteinsatz
- zur Fördermitgliedschaft
- zu Testamentsspenden
- zu Spendenaktionen

Name _____

Anschrift _____

E-Mail _____



MEDECINS SANS FRONTIERES
ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.

Im Herbst haben nicht nur Erkältungen Hochsaison, sondern auch die nicht ungefährliche Grippe oder Influenza. Foto: DAK



Leben retten

Gliederschmerzen, Fieber, Schüttelfrost und Husten schwächen den Körper – die Grippeviren erleichtern auch anderen Krankheitserregern das Eindringen in den Körper – mit manchmal tödlichen Folgen. Laut Schätzungen der Ständigen Impfkommission (STIKO) am Robert-Koch-Institut sterben jedes Jahr rund 15.000 Menschen an der Grippe. Dennoch verharmlosen viele die Krankheit als banale Erkältung. Nur rund 25 Prozent der Bevölkerung lässt sich jährlich gegen Grippe impfen. „Besonders ältere Personen ab 60 Jahre, chronisch Kranke und Personen, die beruflich mit vielen Menschen in Kontakt kommen, sollten sich impfen lassen“, empfiehlt die Expertin. Denn die Impfung kurbelt

die körpereigene Abwehr an und aktiviert das Immunsystem noch viele Wochen nach der Impfung. So können auch andere Viren leichter bekämpft werden. „Wer unsicher ist, sollte den Hausarzt fragen“, empfiehlt Dr. Soth-Brennenstuhl. „Er berät in allen Fragen rund um Gripeschutz.“
Beste Termin für die Impfung: September oder Oktober – vor Beginn der Erkältungszeit. Denn, wenn es schon erwischt hat, der muss warten bis er wieder fit ist. Die Kosten für die Impfung tragen die Krankenkassen. Übrigens: Am häufigsten überträgt sich der Virus durch Niesen, Husten und Händeschütteln. Also, wenn möglich: Abstand halten und mehrmals täglich Hände waschen!
Quelle: DAK



Sönke Behrens, Telefon: 040-18 20 67 44
 - Heilpraktiker für Psychotherapie -
 Herbert-Weichmann-Str.42, 22085 Hamburg
 e-mail:lookinside@web.de www.lookinside.de.be

NEU IN UHLENHORST

Therapeutische Beratung
 Hypno-Trance-Therapie
 Körper-Psychotherapie
 Entspannung & Reiki



look inside

Private Facharztpraxis



Unsere Private Facharztpraxis bietet Ihnen zusätzlich zu anderen diagnostischen Spezialverfahren als echte medizinische Innovation eine besondere Blasendiagnostik (Photo - Dynamische - Diagnostik) bei:

- Urinveränderungen
- Blasenkrebsverdacht oder -erkrankung (Nachsorge!)
- Inkontinenzproblemen

Dr. med. Eberhard Tietze
 Andrologie - Sexualmedizin - Urologe
 yntuqfda - gätsnuatqru - rufodda
 Dr. med. Eberhard Tietze



Private Fachpraxis Dr. Tietze • Leinpfad 2 • 22301 Hamburg
 Tel: 040 / 416 25 818 • Internet: www.privatpraxis-tietze.de

digitale 

MicroDosis Mammographie

Im Strahlencentrum Hamburg Nord

„Moderne Diagnostik mit individueller Betreuung“

- bis zu 80% reduzierte Strahlenbelastung
- ärztliche Beratung
- neueste Technik
- „individueller Service“
- Soforttermin und Ergebnis

Dr. med. Georg Barzen
 Langenhorner Chaussee 369, 22419 Hamburg
 Telefon: 040 - 244 245 8 - 0
 Telefax: 040 - 244 245 8 - 44

Telefonische Terminabsprache
 Sprechstundenzeiten
 Montag bis Freitag: 8.00 - 16.00 Uhr
www.szhn.de



Beratung • Behandlung • Betreuung




100 Jahre
Schlafhaus in Winterhude

Betten **Remstedt** seit 1892
Kompetenz-Zentrum Gesunder Schlaf

Lattenroste Bettgestelle Frottier
Matratzen

Ausgeschlafene Jubiläums-Angebote!

Kissen Decken
Bettwäsche

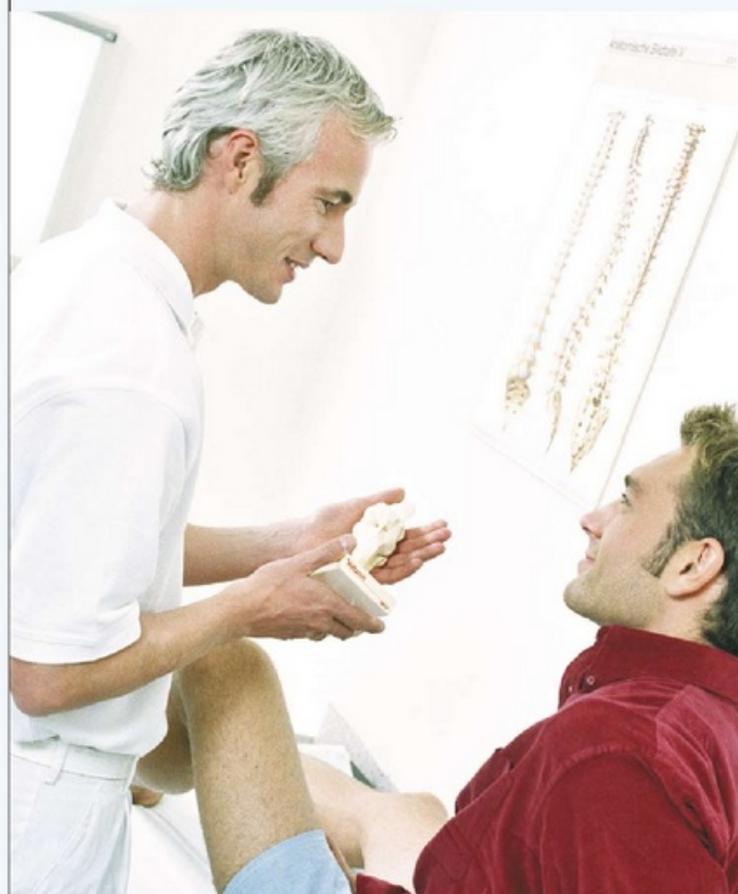
Winterhude | Alsterdorfer Straße 54 • 22299 Hamburg
Telefon 040 | 511 90 22 Telefax 040 | 51 63 64

Hanse-Viertel | Poststraße 29 • 20354 Hamburg
Telefon 040 | 34 26 25 Telefax 040 | 34 16 84

www.betten-remstedt.de | info@betten-remstedt.de

Starkes Geschlecht, schwaches Knie?

Männer haben's am Knie. Aktuelle DAK-Daten belegen: Sie fehlten im letzten Jahr durchschnittlich 20,6 Tage im Job aufgrund von Binnenschädigungen des Kniegelenks.



Jetzt ist es raus: Männer fehlten im vergangenen Jahr durchschnittlich 20,6 Tage im Job aufgrund sogenannter Binnenschädigungen des Kniegelenks, Frauen hingegen „nur“ 13,5 Tage. Foto: DAK/Schlüger

Dahinter verbergen sich überwiegend Meniskusschäden und Kreuzband(an)risse. Auch bei Verstauchungen, Verrenkungen und Zerrungen des Kniegelenks sind die Männer vorn. Der DAK-Gesundheitsreport belegt: Männer blieben hier im Schnitt 15,2 Tage der Arbeit fern (Frauen 8,4 Tage). „Medizinisch gesehen sind diese Zahlen schwer zu erklären“, erläutert Dr. Hans-Joachim Poetsch, Facharzt für Chirurgie und Chirotherapie. „Die Ursachen können wir häufig nur erahnen.“ Ein möglicher Grund: Männer neigen eher zu Sportarten wie Fußball, Squash, Hand- und Basketball oder auch Kampfsport. Hier müssen die Kniegelenke Drehbewegungen

und extreme Belastungen verkraften. Sind die Muskeln zu schwach und der Trainingszustand nicht gut, kommt es leicht zum Meniskusschaden oder zu einem Kreuzband(an)riss. „Auslöser sind fast immer Verdrehungen oder das Umreißen des Kniegelenks wie es bei Kontaktsportarten häufig vorkommt“, erläutert Poetsch. „Frauen sind da oft vorsichtiger und gehen weniger auf volles Risiko. Männer möchten sich eher beweisen und an ihre Grenzen gehen.“ Interessant: Zwar leiden Männer laut DAK-Analyse häufiger unter Verletzungen am Knie, aber wenn es Frauen erwischt, dauert die Heilung bei ihnen rund drei Tage länger.

Quelle: DAK



BEI JEDEM WETTER.
Die Seenotretter.

- rund um die Uhr
- freiwillig
- unabhängig

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



Anzeige

Personality Power



Der Weg zu einem ausgeglichenen und gesunden Leben ist für Menschen in unserer reizüberfluteten Welt zu einer Herausforderung geworden. Oft müssen wir uns dafür von alten Verhaltensmustern verabschieden und neue Ziele setzen, um Blockaden zu lösen und Konflikte aufzuarbeiten. Seit dem 15. September bietet Claudia Thomalla-Langhoff mit Personality Power in ihrer neuen Praxis an der Langen Reihe

Hilfe bei Stärkung des „inneren Teams“. Die Heilpraktikerin für Psychotherapie setzt dabei auf drei sich ergänzende Therapiekonzepte: „NLP“ (neurolinguistisches Programmieren) ist eine bewährte Methode für effektive Kommunikation und Veränderung in unterschiedlichen Lebensbereichen. Mit „WingWave“, einem Kurzzeit-Konzept mit einer effektiven Kombination aus bewährten psychologischen Coaching-Elementen, kann schnell, gezielt und spürbar Leistungsstress abgebaut werden. Mit „easy weight“ finden Sie einen Weg zu einem besseren Körpergefühl, einer positiven Grundstimmung und einer neugewonnenen seelischen Lebensqualität. Claudia Thomalla-Langhoff berät Sie gerne.

Personality Power
Claudia Thomalla-Langhoff
Lange Reihe 4
20099 Hamburg
Terminvereinbarung unter
Tel.: 44 19 19 40

Anzeige

Nie wieder Brille!



Die leitenden Augenärzte von Nice Eyes One: Dr. Beate Steinhorst und Andreas Otto.

nice eyes one ist das hochmoderne, sehr persönliche Augen-OP-Zentrum im Herzen von Hamburg-Poppenbüttel direkt am Alstertal-Einkaufszentrum (AEZ), Heegbarg 2. nice eyes one wird von den Augenärzten Dr. Beate Steinhorst und Andreas Otto geleitet. „Für unsere

Arbeit bei nice eyes one setzen wir uns selbst hohe Standards, denn die Sicherheit und Zufriedenheit unserer Patienten ist für uns das höchste Ziel. Die Operationen erfüllen Ihren Wunsch nach einem Leben ohne Brille oder Kontaktlinsen.“

Bei der Lasik-OP wird die Brechkraft des Auges korrigiert, indem man mit einem Laser Gewebe von der Hornhaut abträgt. Was vorher Brillen und Kontaktlinsen ausgeglichen haben, wird so direkt am Auge korrigiert und macht das Tragen einer Sehhilfe nahezu überflüssig. Durch diese Behandlung kann Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit und Hornhautverkrümmung ausgeglichen werden. Sogar die Korrektur der Alterssichtigkeit ist unter bestimmten Voraussetzungen möglich.

Die Linsenoperation bietet Hilfe bei höheren Korrekturen, Alterssichtigkeit oder Grauem Star (Katarakt).

Weitere Informationen bekommen Sie unter **Tel.: 611 826 07** und unter **www.nice-eyes-one.de**.

Teppich
STARK

Metzeler Matratzen atmen ...

(Die vermutlich beste Matratze der Welt ...!)

STIFTUNG WARENTEST

Rubex Tubes® Singular

Gesamturteil GUT

Kategorie Haltbarkeit: SEHR GUT (1,1)

test® 10/2007

www.test.de

499,-€

NIE WIEDER RÜCKENSCHMERZEN



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

www.alster-
magazin.de

- ✦ Die besten Handwerker der Region auf einen Klick
- ✦ Alle Hefte online lesen (auch in Übersee)
- ✦ Viele viele Firmen zum Nachschlagen
- ✦ Branchenverzeichnis

Alles auch unter:
www.alster-net.de
www.magazin-verlag-hamburg.de

▶ In Ihrer Nähe ◀

Orthopädie
 & NATURHEILKUNDE

in den Colonnaden

Reinhard Bruhn

Facharzt
 für
 Orthopädie

Sportmedizin
 Chirotherapie
 Naturheilkunde
 Akupunktur

Colonnaden 72 20354 Hamburg
 Tel. 636.075.49 Fax 636.075.48

www.orthopaedie-naturheilkunde.de
 info@orthopaedie-naturheilkunde.de

„Ich unterstütze
 ÄRZTE OHNE GRENZEN,
 weil sie dort weiterhelfen,
 wo das Medien-Interesse
 längst abgeklungen ist.
 Sie vergessen niemanden.“

Manika Milowitsch,
 Schauspielern

Bitte schicken Sie mir unverbindlich Informationen

über ÄRZTE OHNE GRENZEN

für einen Projekteinsatz

zur Fördermitgliedschaft

zu Testamentsspenden

zu Spendenaktionen

Name: _____

Anschrift: _____

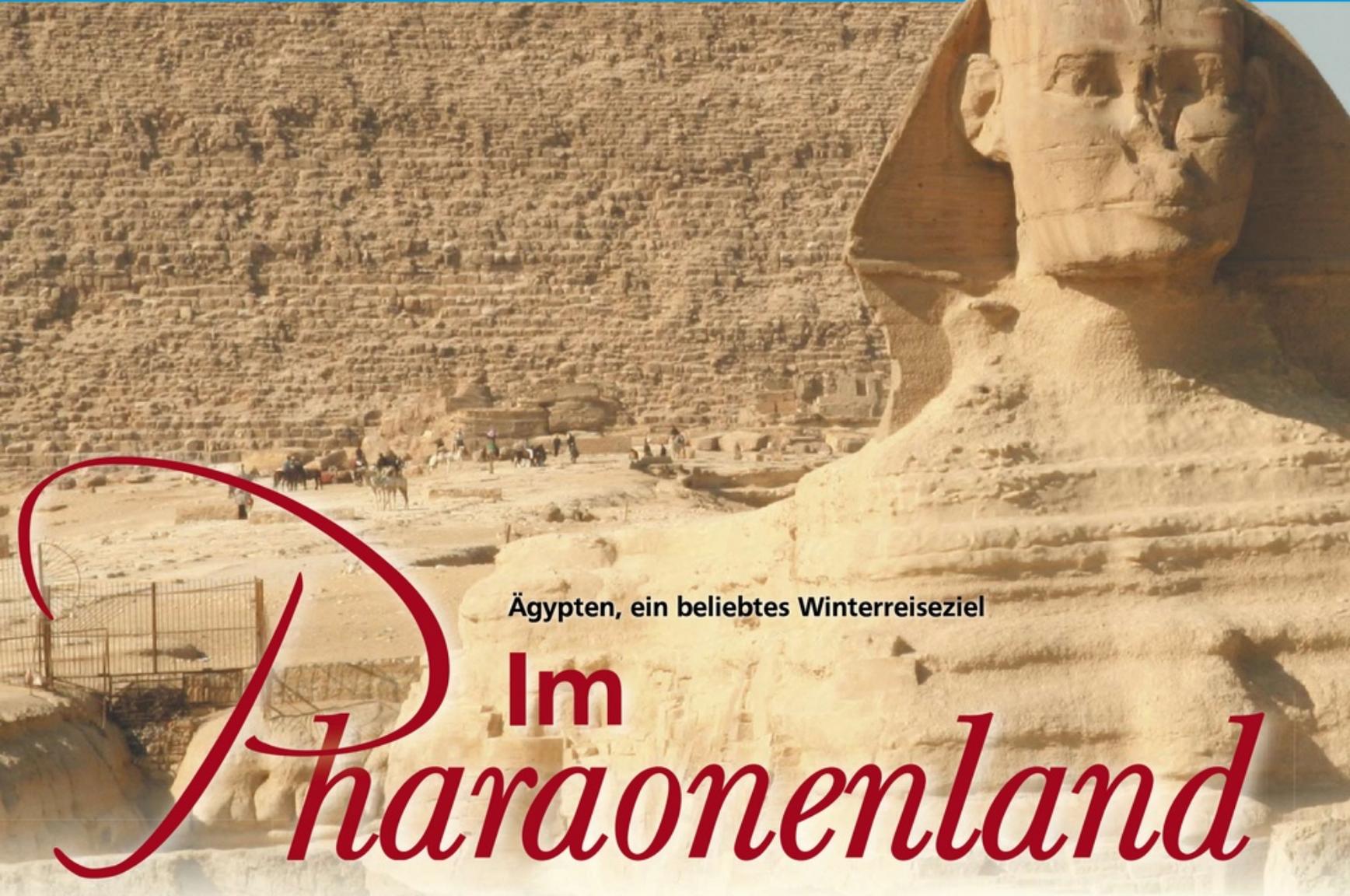
E-Mail: _____

ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V. • Am Köllnischen Park 1 • 10179 Berlin
www.aerzte-ohne-grenzen.de

Spendenkonto 92 0 97
 Bank für Sozialwirtschaft
 BLZ 370 205 00



ÄRZTE OHNE GRENZEN hilft auch fernab der Schlagzeilen – seit über 30 Jahren, in rund 70 Ländern. **HELFEN SIE MIT!**



Ägypten, ein beliebtes Winterreiseziel

Im

Pharaonenland

Ägypten lässt viele Reiselustige sofort an die gigantischen Pyramiden am Rande der Hauptstadt Kairo, umgeben von endloser Wüstenweite unter Bewachung der Sphinx von Gizeh, denken. Was dieses **traumhafte Land** hinter seinen Weltwundern noch zu bieten hat, erfahren Sie hier.

Ägypten grenzt nördlich an das Mittelmeer, östlich an den Gaza-Streifen und Israel, westlich an Libyen und im Süden liegt der Sudan. Seine Fläche ist circa dreimal so groß wie Deutschland und lockt mit facettenreichen afrikanischen Eindrücken.

Ein Highlight des alten Landes stellen die Pyramiden nahe der Hauptstadt Kairo dar, welche circa 2500 v.Chr. gebaut wurden und als das siebte Weltwunder gelten. Wenn Sie eine Tagesreise in die Metropole starten, planen Sie lieber eine Nacht

Aufenthalt mehr ein, denn die Stadt lockt neben den Pyramiden mit weiteren orientalischen und erstaunlichen Sehenswürdigkeiten. Ein Stück Fußweg von diesen entfernt können Sie die Sphinx bestaunen und Wissbegierige sammeln im Ägyptischen Museum Eindrücke von wertvollen Schätzen, z.B. von der Goldmaske des Pharaonen Tutanchamun. Trubel erleben Sie in der 16 Mio. Einwohnerstadt, die mit ihren faszinierenden Moscheen un-

ter dem Unesco-Welterbe steht. Die afrikanische Natur erleben Besucher bei einer Kreuzfahrt auf dem zweitlängsten Fluss der Welt, dem Nil, welcher die Chance bereithält, Flusskrokodile und Nilpferde von Nahem zu sehen. Den Endpunkt der besinnlichen Tour könnte Luxor, das Theben des Altertums und Tal der Könige darstellen, denn hier stehen die archäologisch atemberaubendsten Stätten wie die Tempelanlage, die dem Gott Amun geweiht war.



Kamelritte, die von Beduinen betreut werden, sind bei Touristen besonders beliebt.



Die Sphinx von Gizeh wurde vermutlich in der 4. Dynastie ca. 2700 v. Chr. aus dem Rest eines Kalksteinhügels, der als Steinbruch für die Cheops-Pyramide diente, gehauen. Fotos: Anna-Lena Ehlers



Ägypten hält neben der Geschichte seiner jahrtausendalten Vergangenheit auch ein Programm für aktionbewusste Touristen parat. Wer Lust auf Tauchen, Schnorcheln, Segeln oder Surfen hat, kann dieses vor Ort ausüben. Die verschiedenen Golfströmungen des Roten Meeres sind für die farbenfrohen Korallenriffe verantwortlich. Das Rote Meer, etwa am beliebten Badeziel der Südspitze der Halbinsel Sinai, hält wunderschöne Unterwassergebiete versteckt. Für Profis eignen sich zudem ansprechende Höhlen und Steilwände, deren Geheimnisse entdeckt werden wollen. Auch an

Land können Naturliebhaber eine Klettertour auf den heiligen Berg Sinai, auf dem das St. Katharina Kloster gebaut wurde, starten. Diese Wanderung tätigen Besucher am ehesten in der frühen Morgendämmerung, da die Aussicht auf das Land dann am beeindruckendsten und die Temperatur noch angenehm ist. Denn Hitzeunterschiede in Wüstengebieten von tagsüber circa 60 Grad und nachts bis auf 0 Grad lassen auch sonnenverbrannte Touristen abends wärmere Kleidung tragen. Ägypten ist dafür bekannt, dass es hier nur zwei Jahreszeiten gibt und dementsprechend stellt es ein beliebtes Winterreiseziel dar.

Anna-Lena Ehlers



Ahoi, Traumangebote!

Mein Schiff



Faszinierende Fjorde

27.06.2009–07.07.2009, 10 Nächte

ab/bis Kiel

2-Bett-Innenkabine ab **1.563 €***

Kurz und gut

09.09.2009–11.09.2009, 2 Nächte

ab Kiel/bis Hamburg

2-Bett-Innenkabine ab **232 €***

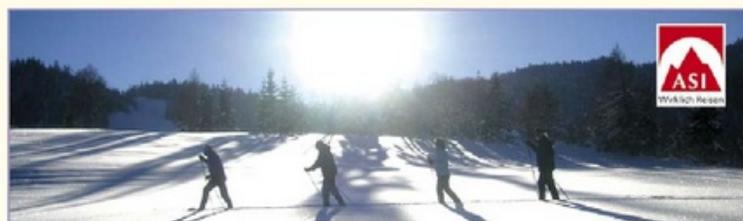
Zubuchbare Leistungen

An- und Abreisepakete mit der Bahn **99 €** oder mit dem Flugzeug **280 €**.

* Comfort Welcome Preis (limitiertes Kontingent) pro Person ab/bis Hafen bei Belegung mit 2 Erwachsenen in einer 2-Bett-Innenkabine Kat. D.



Hartwicusstr. 6 (Ecke Papenhuder Str.)
22087 Hamburg • Tel. 229 449 98
Fax: 288 078 44 • Mail: info@u-rd.de
www.uhlenhorster-reisedienst.de



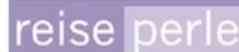
Langlauf, Schneeschuhwandern und Schnupper-Biathlon in Tirol • 10. - 17. Januar 2009

Tief durchatmen. Frischluft tanken. Ruhiges Gleiten durch unberührte Natur. Schritt für Schritt.

Preis pro Person
im Doppelzimmer* € 999,-
im Einzelzimmer € 1.119,-
* auch halbe Doppelzimmer möglich

inkl. 7 Ü. in der ASI-Lodge****, Vollpension, je zwei geführte Langlauf Touren und Schneeschuhwanderungen, Tagesausflug ins Biathlonzentrum, Langlaufausrüstung, Active Wellness, Käsefondue-Abend und Reisebegleitung durch die reiseperle

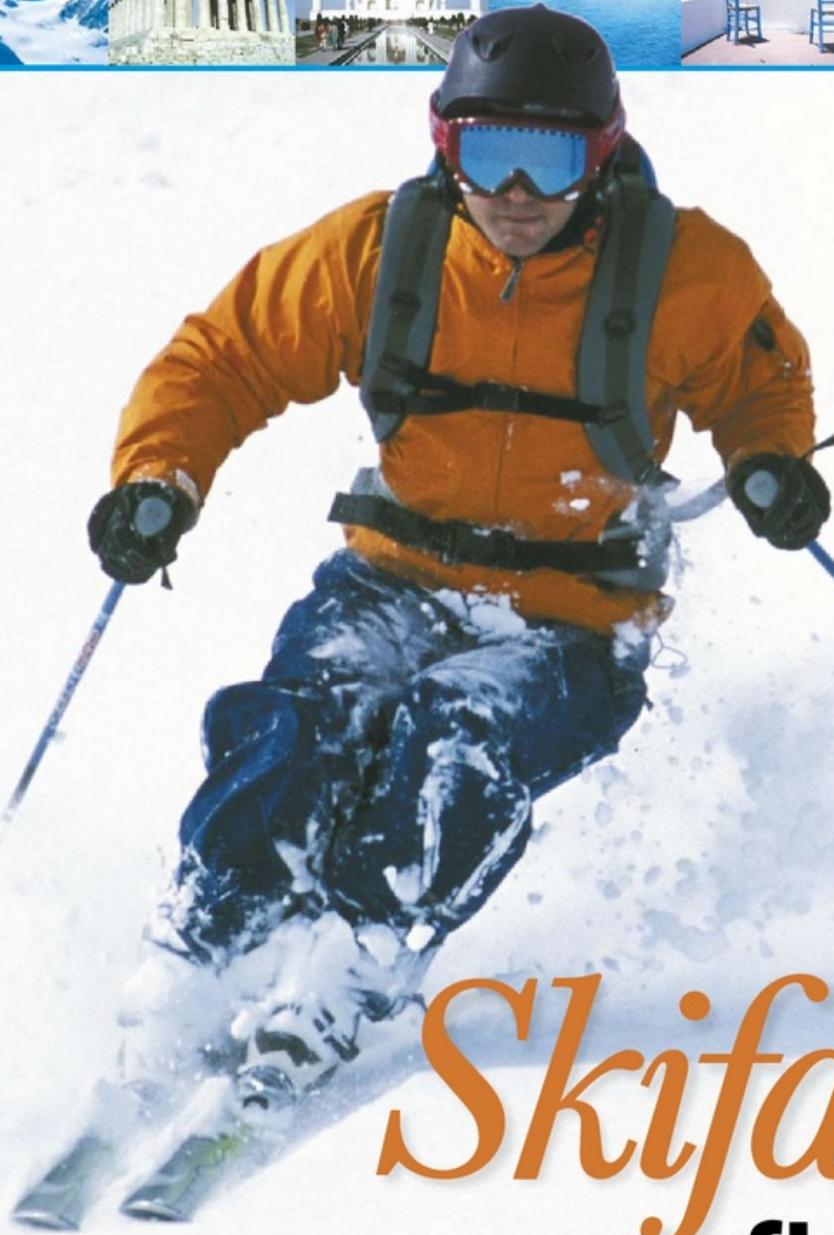
Beratung und Buchung



reiseperle gmbh • Dorotheenstraße 106 • 22301 Hamburg
tel: +49 (40) 2 79 50 37 bis 39 • fax: +49 (40) 2 79 84 48
info@reiseperle-hamburg.de • www.reiseperle-hamburg.de



Damit das Skifahren zum reinen Vergnügen wird, sollte rechtzeitig zu Hause mit Skigymnastik begonnen werden, denn wer unfit ist, verletzt sich schneller als trainierte Sportler.



Skifahren fit genießen!

Bald beginnt sie wieder: die Skiferienzeit. Obwohl Hamburg weit entfernt von Harz oder Alpen liegt, sind dessen Bewohner bekanntermaßen ein **skiverliebtes Volk**, das sich in großer Zahl auf die Pisten der Welt begibt. Damit der Sport auch Spaß macht und die Skifahrer wieder gesund nach Hause kommen gibt, das Alster-Magazin einige allgemeine **Tipps**.

Fitness ist erforderlich

Wer sich auf die Piste begibt, sollte bereits über eine gute Kondition verfügen. Am besten fangen Sie rechtzeitig mit Skigymnastik an. Die sollte nicht etwa nur die Beine, sondern den gesamten Körper betreffen, denn Kurven schwingen und Bremsen bedeuten für die Wirbelsäule, dass sie Bewegungswechsel, Drehungen und Stauchungen ausgleichen muss. Deshalb ist es wichtig, den Rücken zu stärken, damit er derartige Belastungen gut überstehen kann. Also, Rücken fit machen! Zumal untrainierte Sportler leichter stürzen und sich schlechter abfedern können. Trainieren Sie

Ihre Muskeln und Bänder daher frühzeitig. Fitnessstudios und Sportvereine bieten oft Skigymnastik an. Auch zu Hause können Sie sich fit machen.

Bei Gelenk- oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorher unbedingt zum Arzt. Er kann Ihnen sagen, wie stark Sie sich belasten dürfen. Wer neu dabei ist, sollte einen mehrtägigen Anfängerkurs besuchen. Auch später lassen sich in Kursen für Fortgeschrittene erlernte Fähigkeiten immer weiter ausbauen.

Tipps für mehr Sicherheit

Passen Sie Ihren Fahrstil Ihren persönlichen Fähigkeiten an. Legen Sie öfter kleine Pausen ein

und dehnen Sie sich regelmäßig, um das Verletzungsrisiko möglichst klein zu halten.

Wetterfühligkeit oder eine geringe Flüssigkeitszufuhr können den Kreislauf zusätzlich belasten. Trinken Sie daher ausreichend. Alkohol ist tabu, damit Sie fahrtüchtig bleiben. Tragen Sie bei Fehlsichtigkeit Kontaktlinsen oder Sportbrille.

Ausrüstung

Skier, Skischuhe und Stöcke – das kann teuer werden. Erwägen Sie daher, sich die Ausrüstung vor Ort zu leihen. Zumal Sie eigene Ski vor Saisonbeginn warten lassen sollten (schleifen, wachsen, Bindung überprüfen).

Eine eigene Ausrüstung hat natürlich den Vorteil, dass sie individuell passt. Lassen Sie sich beraten. Bei Skianfängern sollten die Ski nicht über den Kopf reichen. Ein Schuh passt, wenn die Zehen genügend Platz haben und die Ferse fest sitzt. Die Schnallen sollten sich gut bewegen lassen. Zum Anprobieren Skisocken anziehen.

Tragen Sie Funktionsunterwäsche, ein atmungsaktives Oberenteil, Skianzug beziehungsweise Jacke und Skihose sowie Helm und Skibrille. Sorgen Sie für geeigneten Sonnenschutz und halten Sie für den Notfall ein Erste-Hilfe-Set bereit.

Quelle: Barmer

SPA-ROSA: EINES DER EXKLUSIVSTEN ERHOLUNGSGEBIETE DER WELT.



Stilsicher setzt das Grand SPA Resort A-ROSA Travemünde als Hotel des Jahres 2007 (Der Feinschmecker 2007) einen Höhepunkt an der Ostsee.

Mit Luxus und Komfort wird exklusiver Lifestyle-Strandurlaub mit exquisitem Verständnis für SPA und Kulinarik arrangiert.

Informationen und Buchungen unter Tel. 045 02-307 06 27

www.a-rosa.de

Darlehen: Künftig haben Verbraucher mehr Rechte gegenüber Banken, die Kredite verkaufen wollen.



Kreditverkauf: Mehr Schutz für Verbraucher?

Baufinanzierung

Das neue Risikobegrenzungs-gesetz ist da. Der Gesetzgeber will damit Immobilieneigentümer vor dem unkontrollierten Verkauf von Darlehen an Finanzinvestoren schützen. Sind Verbraucher jetzt sicher vor Kredit-Heuschrecken?



Individuelles Bauen - Stein auf Stein

Standardmäßig mit Tondachpfannen, Buchentreppe, hochwertigen Fliesenarbeiten, Fertigstellungsbürgschaft, Handtuchheizkörper und Fußbodenerwärmung im Bad, Stichbögen über Fenster und Tür, Fenster mit erhöhter Sicherheit, Baugrunduntersuchung, Rauchmelder und vielem mehr!

DIRK KAGE
Bauunternehmen GmbH
Hohenlockstedt Homburg Pinneberg

Infos und kostenloser Katalog unter:
040/414 955 45 oder www.kagebau.de

AUSSTATTUNG

2 bis 4,5 Zimmer
Süd-/Süd-West-Balkon
Terrasse mit Gartenanteil
Marken-Einbauküchen
mit Siemens-Elektro Geräten
Voll-/Duschbad
Gäste-WC
Parkettboden
Fußbodenheizung
Tiefgarage/Fahrstuhl

Bezug sofort

NEUBAU EIGENTUMSWOHNUNGEN



Hagenbeckstraße

PREISBEISPIELE

EG	2,5	Zi	ca.	86 m ²	€ 218.000,-
EG	2	Zi	ca.	73 m ²	€ 182.500,-
EG	2	Zi	ca.	85 m ²	€ 213.000,-
EG	3	Zi	ca.	99 m ²	€ 255.000,-
1. OG	3	Zi	ca.	96 m ²	€ 257.000,-
2. OG	3	Zi	ca.	101 m ²	€ 265.000,-

TG-Stellplatz € 13.000,-

Verkauf
Gisela Lühnen
040/356 13 10 20





Bauen? Kaufen?

ohne Kredit und ohne Schulden oder durch günstige Baufinanzierung.
Nils Krause Tel. 648 92 405

Hausverwaltung

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

Hausverwaltung **H G U**

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

Tel. 040 37 86 00 65
www.hausverwaltung-hgu.de

FEUERSTEIN

IMMOBILIEN
**Wohnen am Wasser
- Leinpfad -**

4 Zi., ca. 136 m²
(renovierungsbed.), Kamin,
zwei große Balkone, 2. OG,
gepl. Anlage, nur 6 WE, Keller,
KP € 660.000,00
zzgl. Court. inkl. Garage
Tel: 0 40 - 41 44 97 98

info@feuerstein-immobilien.de
www.feuerstein-immobilien.de

FEUERSTEIN

IMMOBILIEN



**Exklusive Neubauwohnungen
- Fertigstellung 2009, Rotherbaum -**

- 3 Zimmer 1. OG,
ca. 102,30 m², KP € 425.000,00
- 4-Zimmer-Penthouse,
ca. 177,45 m², KP € 849.000,00
(Käufercourtage: 6,25 % Courtage
inkl. 19 % MwSt.)

Aufzug • Garage • ca. 2,70 m
Deckenhöhe • Parkett • Holzdeck-
balkone • Kaminanschluss möglich
großzügige Raumaufteilung
raumhohe Balkontüren u.v.m.

Tel: 0 40 - 41 44 97 98

info@feuerstein-immobilien.de
www.feuerstein-immobilien.de

Bundestag und Bundesrat haben das Risikobegrenzungs-gesetz verabschiedet. Es definiert erstmals die Voraussetzungen, unter denen eine Bank Immobilienkredite kündigen kann, wenn der Kunde in Zahlungsschwierigkeiten gerät. Eine solche Regelung gab es bislang nur bei gewöhnlichen Verbraucherkrediten, berichtet das Immobilienportal Immowelt.de.

Der Gesetzgeber sah sich zu der neuen Regelung veranlasst, weil Banken in der jüngeren Vergangenheit vermehrt Immobilienkredite weiterverkauft haben. In einigen Fällen hat der Erwerber die Darlehen dann gekündigt. Mit dem neuen Gesetz soll der Verbraucher vor Härtefällen geschützt werden – unter anderem gilt nun eine Kündigungsfrist von sechs Monaten, die Betroffenen genügend Zeit gibt, ihre Rechte zu prüfen. Verbraucherschützer üben allerdings erhebliche Kritik an dem Gesetz – ihnen gehen die Paragraphen nicht weit genug. Im Brennpunkt steht dabei vor allem, dass die neuen Regeln dem Darlehensnehmer zwar mehr Transparenz, aber darüber hinaus kaum Schutz vor einem Verkauf bringen.

Bei einem Weiterverkauf von Krediten hebeln die Institute die Vertragsfreiheit aus, meinen Rechtsexperten. Darlehensnehmer würden so gezwungen, einen Vertragspartner zu akzeptieren, den sie freiwillig nie gewählt hätten. Nach dem neuen Gesetz müssen die Banken Kunden vor dem Vertragsabschluss lediglich informieren, dass der Kredit verkauft werden kann. Veräußert ihn das Institut tatsächlich, muss der Kunde ebenfalls unterrichtet werden. Ein Sonderkündigungs- oder Zustimmungsrecht des Kunden gibt es aber nicht. Bleibt die Bank weiterhin der Ansprechpartner, muss sie den Kreditnehmer überhaupt nicht über den Verkauf informieren. Kritik gibt es aber auch an einem weiteren Punkt: So besteht weiterhin die Möglichkeit, dass Forderungen an Investoren verkauft werden, die nicht selbst Kreditinstitute sind. Ein prinzipielles Manko sieht Immowelt.de zudem darin, dass das Gesetz nur Kreditnehmer betrifft, die neue Verträge abschließen. Für Darlehensnehmer, deren Hypotheken bereits verkauft wurden, bleibt die alte Rechtslage bestehen.

Quelle: immowelt.de

BLUM BÖHM



seit über 20 Jahren



Mitglied im Europäischen Markenhaus
Wohnsiegel

Wir bauen Ihr Haus.

BLUM & BÖHM Hausbau GmbH - An der Trave 164 - 23795 Bad Segeberg
Tel.: 04551-895020 - Fax: 04551-895021 Mail: info@blum-boehm.de

www.blum-boehm.de

In Sachen Immobilien

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





Gerichte müssen sich immer wieder mit Streitfällen um Heizkörper, Raumtemperaturen und Brenner befassen.

Foto: Tomicek/LBS

Service rund um Haus und Grund



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 selbst genutztem Wohneigentum
- Kostenfreie** Beratung in allen Bewertungsfragen von Ein- und Mehrfamilienhäusern sowie Grundstücken
- Kostenfreie** Finanzierungsberatung durch Bankfachleute
- Kostenfreie** technische Beratung durch Architekten bei Neubau, Umbau oder Modernisierung, gegen Entgelt auch vor Ort
- Gartenberatung vor Ort durch unsere Gartenbauingenieurin
- Mietverträge, Formulare, Fachzeitschriften, Broschüren und Bücher, Software
- Interessenvertretung gegenüber Behörden, Politik, anderen Verbänden und Öffentlichkeit
- Seminare, Veranstaltungen, Reisen, Mitgliedertreffen
- Online-Service per E-Mail und Internet
- Günstiger Heizöl-Einkauf über Shell/DEA

Grundeigentümer-Verband Hamburg von 1832 e.V.
Glockengießerwall 19 · 20095 Hamburg
Telefon (040) 309 67 20
Telefax (040) 32 13 97
www.grundeigentuemerverband.de



Grundeigentümer-Verband Hamburg

Hamburger Winterflohmarkt

in den Messehallen



Trödel Kunst **Kitsch & Ramsch**

Sonntag 8-17 Uhr
9. November 2008
Nächster Termin: 18. Januar 2009

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

Eintritt € 3,50



INFO + Anträge: Tel. 244 22 777

Die H-Frage

Das Alster-Magazin präsentiert auf seinen Immobilienseiten in lockerer Reihenfolge Themen zum Immobilienrecht. In dieser Ausgabe geht es um Urteile deutscher Gerichte zum Thema Heizung.

Selbst, wenn ein Mieter sehr unzufrieden ist mit der Beheizung seiner Wohnung, sollte er nicht eigenmächtig handeln. Ein Mann aus dem Ruhrgebiet hatte das getan und einen Installateur gerufen, der diverse Mängel beseitigte. Die Rechnung schickte er dem Eigentümer und verwies darauf, dass ja schon im Mietvertrag gestanden habe „Heizung muss dringend kontrolliert werden“. Doch das reichte dem Bundesgerichtshof (Aktenzeichen VIII ZR 222/06) nicht aus. Der Mieter habe es versäumt, den Eigentümer mit Hinweis auf die Mängel zunächst zu mahnen und ihn damit in Verzug zu setzen. Deswegen bleibe

er nun auch auf den Kosten für die Reparatur sitzen. Anders wäre es allenfalls dann gewesen, wenn eine Beseitigung des Mangels umgehend nötig gewesen wäre.

Eine Heizung kann sich zu einer Nervensäge entwickeln. So war es bei einer Mietwohnung in Köln, wo die Heizkörper selbst beim Abdrehen nicht kalt wurden. Sie waren dann noch zwischen 30 und 48 Grad warm. Es war „bullenheiß“, wie es eine Zeugin im Prozess vor dem Amtsgericht Köln (Aktenzeichen 201 C 254/05) formulierte. Der zuständige Richter hielt angesichts dieser Zumutung eine Mietminderung in Höhe von fünf Prozent für

angemessen. Wichtige Bestandteile einer Heizung wie etwa Thermostatventile halten nicht ewig. Irgendwann müssen sie ersetzt werden. Wer aber kommt in einer Wohnanlage dafür auf – Eigentümer oder die Gemeinschaft? Das OLG Stuttgart (Aktenz. 8 W 404/07) musste sich mit dieser Frage befassen. Es ging um Kosten für verschiedene Regelungsteile in Höhe von rund 1.500 Euro. Der zuständige Zivilsenat entschied, dass Thermostatventile und Ähnliches unter anderem auch dem gemeinschaftlichen Gebrauch der Eigentümer dienen und deswegen in ihr Gemeinschaftseigentum gehören. Für den Ersatz eines de-

fekten Teils seien deswegen alle verantwortlich.

Dringend abzuraten ist davon, sich selbst als Heizungsbauer zu betätigen. Ein Mieter hatte das gemacht, indem er Abschlussklappe, Sicherungssperrring und Rücklaufventil am Heizkörper entfernte. Das führte zu einem erheblichen Wasserschaden. Dafür musste er dann schließlich selbst aufkommen, entschied das Landgericht Düsseldorf (Aktenzeichen 21 S 471/02). Denn, so hieß es im Urteil: „Dass in der Heizung Wasser ist, weiß jeder Laie, ebenso, dass dieses austritt, wenn am Heizkörper ein Ventil abgeschraubt wird.“

Quelle: LBS

Wohnen

Wohn-Projekte

75 Jahre
Zukunft im Blick

Echte Werte in Hamburg-Rotherbaum!



www.binderstrasse22.de

ansprechende Eigentumswohnungen von ca. 127 bis 299 m², 3-6 Zimmer; sonnige Süd-Balkone bzw. Terrassen, hochwertige Ausstattung, Aufzug und Tiefgarage

KP von € 585.000,- bis € 1.950.000,-



www.rothenbaum-palais.de

exklusive Eigentumswohnungen von ca. 74 bis 370 m², 2-5 Zimmer; Erhalt des historischen Säulenportals, großzügiger Gartenbereich, Aufzug und Tiefgarage

KP von € 335.000,- bis € 1.870.000,-



www.johnsallee53.de

attraktive Eigentumswohnungen von ca. 102 bis 205 m², 3-5 Zimmer; repräsentatives Entrée, großzügige Wohn-Essbereiche, Aufzug und Tiefgarage

KP von € 555.000,- bis € 1.020.000,-

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

Grossmann & Berger

Job/Arbeit

Für unseren gepflegten 2-Personen-Villen-Haushalt suchen wir 3 bis 4 Mal je 4 Stunden wöchentlich eine ehrliche, zuverlässige, fleißige und tierliebe Haushaltshilfe. Überdurchschnittliche Bezahlung.
Tel.: 040-592348

Alleinbuchhalterin (45) mit Erfahrung in FiBu, Lohn/Gehalt sucht Teilzeit vor Ort oder in Heimarbeit (PC mit Lexware vorhanden).
Tel.: 040-60096238 oder 0179-5329023

Reinigungskraft, ältere Dame, f. Wohnung 1x wöchentlich gesucht. Tel.: 040-2278345

Zuverlässige, erfahrene Haushälterin für 4 x 4 Std./Woche gesucht.
Tel.: 0176-64045783

Erfahrene, liebevolle Betreuung für meinen 1jährigen Sohn auf 400-Euro-Basis gesucht.
Tel.: 0179-5038593

Zuverlässige „Perle“ gesucht, die Haushalt macht, bügelt, einkauft, evtl. auch Kinder von der Schule abholt. Ca. 5 Std/Wo, di. oder fr., als Minijob. Tel.: 040-5394858

Kinderbetreuung gesucht. Suche zuverlässige Person, die meinen Sohn zur Grundschule (Strenge) bringen bzw. mitnehmen kann. Gerne auch gel. Nachmittagsbetreuung nach Absprache. Ab Sept/Okt.
Tel.: 01608045703 oder tineundvince@web.de

Schönes Apartmenthaus in Harvestehude sucht zum nächstmöglichen Termin eine zuverlässige Reinigungskraft in Voll- und Teilzeit sowie eine deutsch- und englischsprachige Person für Empfangstätigkeiten auf Basis eines Minijobs.
Tel.: 040-42329200

Frau, mittleren Alters, fleißig, ordentlich, zuverlässig, sauber sucht Arbeit im Haushalt (bügeln inbegriffen). Erfahrung (geschult) auch i. d. Altenpflege.
Tel.: 040-2192779

Rentner, 64, freundl. u. belastb., zuv. u. gebildet, handwerkli., kaufm., ökol. u. bot. Befähigung. Arbeitet gern und sucht entsprechende Aufgaben. Tel.: 040-478575

Nette, zuverlässige Frau bietet Seniorenhilfe (Haushaltshilfe), Haushaltshilfe, stundenweise und/oder Nachtwachen.
Tel.: 0178-6142640

Unterricht

Effektive Nachhilfe & Lerntherapien!

- Einzel- oder Tandemunterricht
- Probestunde im Einzelunterricht
- Hilfe bei AD(H)S • LRS • Dyskalkulie
- Kurze Vertragslaufzeiten
- Faire Konditionen
- Crashkurse

Lernwerk
Besser ist möglich!

Winterhuder Marktplatz 17 • ☎ 040/25487598

Ich (w/45) suche Instrumenten Unterricht für Zupfinstrument Lyra (Leier). Erwachsenen Unterricht für Anfänger gewünscht.
Tel.: 040-2196928

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 I des Hospital zum Heiligen Geist, Hinsbleek 11. Anmeldung und Info unter
Tel.: 040-6027981

Suche Nachhilfe in Mathe/Physik/Chemie für meine Tochter (9 Klasse/ Gymnasium) wegen Schulwechsels. (Raum Eppendorf)
Tel.: 040-487312

Französin / Französisch Lehrerin für Konversationsunterricht gesucht.
Tel.: 040-607 00 45

Spanisch für alle an der Uni-Hamburg **3€ Stunde**
www.maynas.de
Tel.: 428 385 209 oder 0173 631 0785

Immobilien

Wir suchen eine Eigentumswohnung, 1-2 Zimmer, zentral von privat an privat.
Tel.: 0175-5723571

Ich, weiblich (39 J, Mediengestalterin) suche im Raum Fuhlsbüttel/ Ohlsdorf/ Alsterdorf/ Hummelsbüttel eine helle 2-2,5 Zimmer Wohnung mit Balkon per sofort. Warmmiete darf die 580 Euro nicht überschreiten.
Tel.: 0173-6030770

Dipl.-Betriebswirt sucht 1,5 bis 2-Zimmerwohnung bis 45 qm. Tel.: 0177-8548946

Kfm. Angestellte (39 J.) sucht zum 01.10. oder später helle 2- / 2,5-Zimmer-Wohnung mit Balkon, EBK, Keller (Raum Barmbek Süd, Winterhude, Eilbek, St. Georg) bis Euro 500,- warm (Hundehaltung erlaubt).
Tel.: 0171-3410401

Wir tauschen schöne u. sanierte Altbauwohnung (ca. 65 m²) in bester Lage „Beim Andreasbrunnen“ gegen Haus in Eppendorf, Harvestehude, Rotherbaum etc. Natürlich auch gegen Mehraufwand.
Tel.: 01704069478

Volksdorf, 5 Zi. RH in fantastischer Lage, ca 125 qm. Charaktervoll und ruhig in bürgerlicher Wohnlage, für Familien sehr gut geeignet – provisionsfrei von / an privat. Neue EBK, helle Zimmer und großzügiger Schnitt.
Tel.: 040-4913444

Wohin mit den Gästen?
Natürlich ins Gästezimmer

Eppendorfer Gästezimmer
20qm, praktisch eingerichtet
Küchen- und Badenutzung
im Herzen von Eppendorf
von privat
0173 610 29 45

Bekanntschäften

Ehepaar zum 4 wöchigen Kegeln gesucht (freitags 19 Uhr). Mitgliedsalter um die 60 Jahre (Nichtraucher) Wir kegeln im Alsterkrug-Hotel. Ansprechpartner: P. Holst.
Tel.: 0162-4115720

Er, 60, sucht für Klönen, Ausflüge usw., am Tage, jemanden der dazu auch Lust hat. Absolut Seriös. Tel.: 0171-4141465

Schuler zum anlehnen für lebensfrohe Frau(50)gesucht! Sie liebt Wasser & Wind beim Segeln- Wald & Wiesen für Spaziergänge. Beide Beine im Leben fehlt ihr nur manchmal ein liebevoller Mensch, der sie zum Lachen bringt & sich auf schöne Unternehmungen mit ihr freut. Kontakt: SchulerGesucht@web.de

Doppelkopfrunde im Norden Hamburgs sucht Verstärkung für möglichst regelmäßige Treffen. Alter ca. 35 - 45 Jahre.
Tel.: 0173-9552606

Jung gebliebene, sympathische Sie (anf. 50), schlank, blond aber mit Verstand, Niveau und Stil, einfühlbar, sucht ihn ab 49 J. mind. 1,78m, NR, ohne Bart, geistreich, lebenslustig und großzügig, der bereit ist, mit mir die Augenblicke zu leben, die Vitalität und Spannung des Lebens enthalten.
Tel.: 0175-5641227

Sie, ende 50, fröhlich und positiv gestimmt, wünscht sich unkomplizierten Partner um die 50 und ein bisschen frech.
Tel.: 040-6025770

Wir, Paar 60 + , würden uns über nette, gebildete Bekanntschaft mit Gleichgesinnten freuen. Unsere Interessen sind vielseitig: Theater, Konzerte, Wandern, Ausflüge, Karten-Spiele, Klönen etc.
Tel.: 040-64889822

Welche Damen (50+) haben Lust, mit uns zu kegeln? Alle 14 Tage donnerstags.
Tel.: 040-5366542

Dame, 75, schlank, möchte die letzten Jahre ihres reicherfüllten Lebens gern mit einem gebildeten Herrn in Harmonie verbringen.
Tel.: 040-60875110

Gesprächsgruppe für Frauen in angenehmer Runde, Lebensprobleme können angesprochen werden (Beziehungen, Persönlichkeit, Angst, Kontaktaufnahme, Suche, Abhängigkeit u. v. m.). Unterstützung und Rat finden Sie bei uns.
Tel.: 040-60732965

Möbel/Einrichtung

Grüne Holzbank für 15 Euro und zwei rote Kinderstühle aus Holz für zusammen 15 Euro zu verkaufen. Tel.: 040-2206189

Lampenschirme, 2 Stück, bordeauxrot für Tischlampe, je 80 Euro. Tel.: 0170-6939326

Teppich 140x200 Baumwolle, Narsing Deckenlampe mit Glaskugel, 3 armige Deckenlampe (weiss), Baumwollen-Gardinen (8 Bahnen, 1.10x2.90) Blumenkasten (weiss) 1.00x0,20. Tel.: 040-64225992

4 Schwarze Holzstühle: Kopfteil Buche, Sitzbezüge, (schwarz/ beige gepunktet), für 160 Euro zu verkaufen. Tel.: 040-20976979

2er Schlafsofa, ca. 160x95cm Liegefläche, ca. 130x190cm, Farbe blau, Sitzfläche gemustert. Für 55 Euro (VB) abzugeben.
Tel.: 040-2705050

Doppelbett, Kiefer, intrig. Nachttische 4 Schubkästen, verst. Lattenrost 265-210-55 an Selbstabholer für 300 Euro (VB) zu verkaufen. Tel.: 040-6061710

Ligne roset Schlafsofa, Modell „Amerika“, Breite: 1,60m Tiefe: ca. 1,25m (Schlaffläche: 1,60x2m) Bezug in Alcantara zart-rosé, sehr gut erhalten für 290 Euro zu verkaufen. Tel.: 0162-242 68 48 oder 04109-26 88 13

Schlafcouch 155x75 cm, Liegefläche 125x210 cm, mit 4 losen Rückenissen, mehrfarbiger Stoffbezug, für 60 Euro abzugeben. Tel.: 040-6012514

Designer-Stehpult von Lizzy Heinen, Edelstahl, höhenverstellbar, 2 Rollen, 2 Ablagen, neuwertig, statt NP 610Euro nur VB 200 Euro. Tel.: 0171-828 78 58

Verkaufe Klassisches englisches Husen- sofa der Firma TETRAD handgefertigtes Qualitätsprodukt. Chesterfield Design „shabby chic“. Die Husse ist aus einem sehr typisch englischen Stoffdesign. Neupreis 3600 jetzt nur 1498 Euro.
Tel.: 040-50792741

Englischer Schreibtisch, braun mit Leder für 250 Euro und zwei „GATELEG TABLES“ a 190 Euro zu verlaufen.
Tel.: 01577-1588208 oder 040-64173314

Kunst/Antiquitäten

Steff Fledermaus Eric Original mit Knopf, Höhe 10 cm, ca. 1960 für 150 Euro (VB) zu verkaufen. Alter Steiff Teddy Original, mit Knopf und Fahne, Sitzhöhe 35 cm für 120 Euro (VB) abzugeben. Tel.: 040-60096238 oder 0179-5329023

Gründerzeit-Schrank Eiche massiv, mit Kleiderstange, vier Einlegeböden, geräumig mit tiefem Boden. In der Mitte ein großer Spiegel. An Selbstabholer. 170 cm B x 57 cm T x 210 cm H. Für 400 Euro abzugeben.
Tel.: 040-4804961

Handgeschmiedetes ital. Doppel-Eisenbett aus dem 19. Jahrhundert. Wellige Verstrebrungen am Kopf und Fußteil. Maße: Größe 2,12 * 1,85 Höhe 50 cm Gewicht circa 100 Kg. Tel.: 040-60876683

Ritterstuhl, alter antiker Esstisch, Truhe etc. von privat zu verkaufen.
Tel.: 040-60298198

Loriot-Sofa, Gründerjahre (1870-1880), Mahagoni, grüner Samt, 3-sitzig, geschwungene Rückenlehne, Länge=195 cm, Breite=73cm, neu aufgearbeitet, günstig abzugeben. Tel.: 040-462079.

Suche Spielzeug aus den 50er und 60er Jahren, insbesondere SIKU und Wiking-Automodelle. Für seltene Stücke bezahle ich bis 100 Euro. Tel.: 040-324261

116 Schallplatten überwiegend Klassik zu verkaufen: Ab 1,00 Euro pro Stück oder für alle VB: 60 Euro Tel.: 040-5110271

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, Tarpenerstr. 82
☎ 46 09 32 79 ☎ 0171 45 10 889

Alles für das Kind

Kinderbett, Kiefer/Natur, 70x140 cm, 2 Schlupfsprossen, höhenverstellbares Lattenrost, neue Qualitätsmatratze (NP: 119 Euro), komplett für 145 Euro zu verkaufen. Tel.: 040-6446090

Pegasus-Fahrrad, 20Zoll, 3-Gang, Y-Rahmen, blau, sehr gut erhalten, VB 75 Euro; BIG-Traktor mit Ladeschaukel (Radlader), guter Zustand, VB 35 Euro; Trampolin 96cm, VB 8 Euro abzugeben. Tel.: 040-29126195

Kettler-Fahrradkindersitz mit Kopf, Fußstützen, Seitentaschen, Rahmenbefestigung, Anschnallgurt verstellbar für 25 Euro abzugeben. Tel.: 040-60097105

Baby-/Kinderwagen Baby-Dallas mit herausnehmbarer Babytasche zu verschenken. Dunkelblau, Luftbereifung zu verschenken. Tel.: 040 6064491

Verkaufe günstig süße Babykleidung, ab 1 Euro, in Gr. 50/56. Tel.: 040-606 64 21

Maxi Cosi Cabriofix Black Reflection, gekauft im Juni 2007, unfallfrei, wenig genutzt. Neu: 1550 Euro für 89 Euro zu verkaufen. Tel.: 040-2278641

Auto

Universal-Autogepäckträger für 25 Euro. Tel.: 040-470194

ATERA-Dachgepäckträger, passend für z.B. VW Golf 2 Mal benutzt – für 70 Euro. Tel.: 0177-3614733

Winterräder für smart for two komplett V145/65 R15 M+ S, H 175/55 R15 M+S, von privat gekauft 12/2000, ca. 35.000km, guter Zustand, VB 85 Euro. Tel.: 040-60911181

Verschiedenes

Rosel Stein
nature+science

Behandlungen
für Gesicht und Körper
Tel.: 040 - 406553

www.cosmetics-care.de

2 Wangenstühle + Sofa, Anno 1870, (Engelskopfgarnitur) mit wertvoller, dekorativer Handschnitzarbeit v. priv. gegen Gebot. Tel.: 040-6426100 oder 0172-4056888

Wimpern- und Haarverlängerungen und Verdichtungen Frisör Haarlekin.de. s. Modelle Tel.: 040-484847

Zu schade zum wegschmeißen? Ich hole Kleinkram kostenlos ab, also schnell Dachboden und Keller aufräumen. Ggf. Ankauf möglich. Tel.: 0160-92101174

Susi - Wahrsagerin 0162-7132044

so pretty
Heike Ebener
Kosmetik u. Fußpflege
in der Oberstraße 138
Terminvereinbarungen:
auch in den Abendstunden und
am Wochenende möglich.
Tel.: 040-18163690

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

Anti-Aging Spezialistin in Eppendorf

Altersflecken Couperose Hauterneuerung Tel. 040 - 48 29 02 www.britte-magdeburg.de Alterswarzen Pigmentflecken Haarentfernung

Kosmetik-Nageldesignerin-Fußpflege, auch Hausbesuche. Tel.: 0176 - 65640038

Tafelservice Hutschenreuther, Modell Imperial Como, (32015), sehr wertvolle Dekoration, echte Aesgold-Kante, russische grünen Fond sowie breite Goldornamente, 10Tgl. von privat an privat zu verkaufen. Preis: ca. 450 Euro (VB) Tel.: 040-6014404

Sehr gute Konzertvioline von privat an privat. Schätzwert: ca. 950 Euro. Preis: VB. Tel.: 040-6014404

Seriöser Händler kauft Bücher und ganze Bibliotheken. Tel.: 040-5000140

Zu verschenken: 6 Gartenklappstühle, Massivholz, weiß lackiert mit Auflagen. Tel.: 040-6072240

Laubsauger 1x benutzt VB 60 Euro, 30 Umzugskartons, pro Stück 0,50 Euro. Handbank gebraucht VB 70 Euro. Tel.: 040-5386165

Scanner Typ Afga „Snscan 310“ für PC mit W95, W3.xx, W.NT 351 etc. wenig gebrauch mit Einleitung 12 Euro Tel.: 040-510209

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

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

Die sympathischen DJs für Ihre Feier
Sven: 0162 890 51 55
Markus: 0162 890 45 40

Zauberkünstler
www.zauberer-gino.de
Mobil: 0177/270 73 60

IMPRESSUM

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

Herausgeber/Verleger: Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.) | Chefredakteur: Kai Wehl | Redaktion: Marisa Knierim (CvD AEZ-Magazin), Sabrina Schütt, Lena Zander, Anna-Lena Ehlers, Christiane Kaufholt | Korrektorat: Regina Ahrens | Verlagsanschrift: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg; Tel.: 040/538 930 0 | www.alster-net.de | Druck: Kröger Druck, 22880 Wedel | Verlags-Telefonnummern: Redaktion: 538 930-46, Anzeigenabteilung: 538 930-0; Verteilung/Vertrieb (auch Anrufbeantw.): 538 34 52, Fax (zentral): 538 930-11, Buchhaltung: 538 930-13 | ISDN: 527 313-70 | Media-Beratung: Jutta Brandes (Fuhsbüttel, Hummelsbüttel, AEZ), Tel. 538 930-50; Simone Niklaus (Wellingsbüttel, Duvenstedt und Lemsahl-Mellingstedt), Tel. 538 930-14; Sabine Merbach (Volksdorf, AEZ), Tel. 538 930-17; Barbara Suhr (Makler), Tel. 538 930-54; Sabine Meyerrose (Sasel), Tel. 538 930-52; Andreas Rohloff (, Autohäuser), Tel. 538 930-51; Gabriele Bergerhausen (Poppenbüttel, Haspa), Tel. 538 930-55; Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538 930-0; Michael Wiele (Harvestehude, Pöseldorf, Rotherbaum, Uhlenhorst), Tel. 538 930-53; Annegret Linke (Eppendorf, Winterhude), Tel. 538 930-67 | Produktion/Anz.-Disponenten: Cassandra Friedrichsen, Birgit Schümann | Chefgrafikerin: Stefanie Oldhaver | Grafik: Juliane Oldhaver (Leitung AEZ-MAGAZIN), Jan Pfeiffer, René Kriese, Eva Winkler, Simon Fredrich, Anke Robel | Titelgestaltung: Stefanie Oldhaver | EDV- und DTP-Beratung: imeum IT-Service | Druck: Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel | Vertrieb: Magazin Verlag Hamburg Eigenvertrieb, Leitung: Sandra Schmelter-Haun, Tel. 538 3452 Auflage: 40185 Exemplare © 2008 Magazin Verlag Hamburg

Das Alster-Magazin wird kostenlos an Haushalte verteilt und liegt zusätzlich auch in FOLGENDEN GESCHÄFTEN FÜR SIE BEREIT: WINTERHUDE: Die Wäscherei - Das Möbelhaus: Jarrestr. 58, Home & Garden: Goldbekplatz 1, EP Sterling: Winterhuder Markt 7 (im Forum), Bücher u. Co: Winterhuder Markt 6-7a (im Forum), Netzwerk Badminton: Ohlsdorferstr. 37a, Konditorei Boyens: Gertigstr. 3, Butter Lindner: Mühlenkamp 37, Lunchbar TH2: Mühlenkamp 59, Edeka Niemerszein: Mühlenkamp 45, Der Niembaum (Ein nicht nur Spielzeugladen): Semperstr. 60, Weinlust: Mühlenkamp 14, UHLENHORST: Hofweg-Shop: Hofweg 1, Café Boyens: Hofweg 45, Sanguinum: Uhlenhorster Weg 30, Die Kleinen Strolche: Mundsburger Damm 35, Uhlenhorster Reisedienst: Hartwicusstr. 6, Spar Markt: Hofweg 81, Dr. med. Hamdosch: Winterhuder Weg 29, BARMBEK SÜD: Karstadt Service Center (EEZ Hamburger Str.): Hamburgerstr. 37, EPPENDORF: Frisuren W. Decker: Eppendorfer Baum 19, Erika Apotheke: Lokstedter Weg 9, Café Borchers: Geschwister-Scholl-Str. 1-3, Kleintothek Textilpflege: Kümmellstr. 4, Die andere Brille: Eppendorfer Weg 274, ROTHERBAUM: Bolero Mexican Restaurant: Rothenbaumchaussee 78.

Schöne Ferienwohnungen

Sylt ist bei jedem Wetter schön...
- jetzt aktuelle Winterpreise -
Appartement-Brüdig Inh. Bärbel Lundershausen
Gut ausgestattete Apartments:
Westerland, Wenningstedt, Tinum
Tel.: 0 46 51/ 58 58 • Fax: 0 46 51/ 58 59
www.appartement-bruenig.de



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



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 Zl.-App., für 2 Pers.,
Dusche/WC, Kabel-TV, Küchenzeile,
Im Haus Sauna, Waschmaschine,
Trockner. Tel.: 040/606 79 097
www.glueckspilz-ruegen.de

WESTERLAND/ SYLT

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



Alster-Sudoku

Leicht:

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

Mittel:

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

Schwer:

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

Sehr schwer:

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

GALERIE HIMMELSWEG
www.himmelsweg.de

21255 Tostedt-Dieckhofstr. 16
Tel. 04182-6955

- Massiv Edelholz
- In jedem Maß
- Spitzenqualität



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 einige 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 10/08:

Leicht:

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

Schwer:

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

Mittel:

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

Sehr schwer:

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



PRAXIS KLINIK

DR. MED. OLIVER MEYER-WALTERS

Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie



- Facelift
- Lidstraffung
- Nasenkorrektur
- Ohrkorrektur
- Brustvergrößerungen
- Brustverkleinerungen
- Bruststraffung
- Fettabsaugung
- Bauchdeckenstraffung
- Schamlippenkorrektur
- Faltenbehandlung

Terminvereinbarung für unverbindliche Beratungsgespräche unter:

040/41 910 120, Rothenbaumchaussee 22, 20148 Hamburg

www.Plastischer-Chirurg-Hamburg.de

Ordentliches Mitglied der deutschen Gesellschaft der Plastischen,
Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen. DGPRÄC (vormals VDPC)
Vereinigung der Deutschen Ästhetischen-Plastischen Chirurgen VDÄPC

MacBook Pro 15"

ab 1769 Euro



Apple Autorisierter Händler

Nicht nur für Studenten!
Beim Kauf eines MacBook
Pro 15" am 24.11.2008
gibt es einen iPod nano
mit 8 GB gratis dazu!

iPod nano

ab 139 Euro



iPod touch

ab 209 Euro



iMac 20"

ab 989 Euro



firstbite GmbH

Herderstraße 27
22085 Hamburg

fon 040-2292770
fax 040-22927720

office@firstbite.de
www.firstbite.de



Wohlfühl-Training.

NUR
39€

Aufnahmegebühr
(statt 200 €)



DAS HERBSTSPEZIAL*

Beste Betreuung, vielfältige Trainingsmöglichkeiten und alles, was Sie zum Entspannen brauchen: eine Mitgliedschaft im MeridianSpa bedeutet für Sie mehr Lebensqualität und mehr Gesundheit. Denn regelmäßiges Fitness-training stärkt das Herz-Kreislauf-System, verbessert Ihre Ausdauer und sorgt für mehr Wohlbefinden. Wenn Sie sich jetzt für eine Jahresmitgliedschaft im MeridianSpa entscheiden, zahlen Sie nur 39 € Aufnahmegebühr und sparen somit über 160 €. *Gültig bis 30.11.2008.

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



MERIDIANS SPA
Fitness. Wellness. Bodycare.