

Für Poppenbüttel, Sasei, Mellingsbüttel, Hummelsbüttel, Volksdorf, Fuhlsbüttel, Klein Borstel, Duvenstedt, Lensahl-Mellingstedt, Wohldorf-Ohlstedt, Bergstedt und Tangstedt.

**GROSSER
SERVICETEIL:**
Lebenslust
Gartenrestaurants · Reiselust
Rund ums AEZ · Gartenratgeber

Alstertal Magazin

Foto: Jackpot

Exklusiv im
Alstertal-Magazin:



Traum Karriere

Eine Ohlstedterin erobert
die Modewelt: Toni Garrn

Jetzt haben wir es schwarz auf weiß:

Der Kontrast-Klassiker ist zurück! Entdecken Sie in
diesem Heft den Spätsommer-Mode-Trend.



Aufsteiger

FC St. Pauli-Sportchef
Helmut Schulte aus Wel-
lingsbüttel will weniger
Hype um die 1. Liga!

IHR FREUNDLICHER MAKLER IM ALSTERTAL

IMMOBILIENBEWERTUNG DURCH ZERTIFIZIERTEN SACHVERSTÄNDIGEN

Gesucht!!!

Jürgen Weiß
Immobilienmakler

„Café-Villa“ Das Novum in Hamburg
Finden Sie Ihr Traumhaus bei Kaffee,
Snacks und netter Atmosphäre

Häuser/Wohnungen/Grundstücke

Teppich

STARK

**SONNENSCHUTZ-
AKTIONS-WOCHEN**

Plissees

Rollos

Jalousetten

Insektenschutz

Gegen Vorlage dieser Anzeige
bis zu

20%

RABATT*

*Rabatt gestaffelt: Ab 2 Stück 5% Rabatt,
ab 4 Stück 10% Rabatt, ab 6 Stück 15% Rabatt,
ab 8 Stück 20% Rabatt.

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

*Nur bis 30.07.2010. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen.

Gutschein

für ein kostenloses
Probetraining inkl.
Figuranalyse!

Spezielle Sommer-
Angebote
Gültig bis 31.08.2010

HYPOXI-STUDIO ALSTERTAL

Erfahrungsbericht der Hypoxi-Anwenderin Sandra Tessitore:

„Innerhalb kurzer Zeit nahm ich 9,5 kg ab!“

„Durch meine Schwangerschaft vor vier Jahren habe ich sehr zugenommen – deshalb war es mein größter Wunsch, möglichst schnell meine alte Figur wiederzubekommen. Am Anfang war ich noch skeptisch, dass es klappt, aber jetzt nach sechs Wochen Hypoxi-Training bin ich total zufrieden. In kurzer Zeit habe ich sehr an Umfang abgenommen: 8 cm an der Taille, 6 cm am Bauch, 7 cm am Gesäß und auch meine Beine sind schlanker. Insgesamt verlor ich 9,5 kg an Gewicht. Jetzt kann ich endlich wieder ohne Frust in Boutiquen stöbern und neue Klamotten kaufen. Es macht mir von Mal zu Mal mehr Spaß ins Hypoxi Studio zu gehen“, schwärmt Sandra Tessitore.

HYPOXI-Figurzentrum Hamburg-Wandsbek

Wandsbeker Zollstraße 141-143 • 22041 Hamburg
Telefon: 040/68 91 65 53 • www.hypoxi-hamburg-wandsbek.de

HYPOXI-Studio Alstertal

Stadtbahnstraße 32a • 22393 Hamburg
Telefon 040/38 65 07 34 • www.hypoxistudio-alstertal.de

HYPOXI

design your body



Ade Ole!

VON WOLFGANG E. BUSS



Es waren wirklich gute Jahre für Hamburg. Doch es wird weiter gemeckert.

Ole hat Hamburgs Klima geprägt. Vielleicht das Wichtigste in unserem Leben, das, was es wirklich kostbar macht: Wie gehen wir alle miteinander um! Er war dafür das öffentliche Vorbild. Es waren Jahre geprägt von

Fairness und Freundlichkeit. Es sind diese „weichen Faktoren“, die eine Familie, eine Firma, eine Stadt und eine Gesellschaft zusammenhalten.

Ruppig, geht nicht! Ich erinnere mich noch gut, als sich die hesische SPD im Streit um Ypsilanti eine widerliche Schlamm Schlacht lieferte. Zur gleichen Zeit schmiedete Ole von Beust eine um vieles schwierigere Koalition aus Schwarz-Grün. Ein Modell, an das kaum jemand glaubte. Wie können bitte ökonomische und ökologische Interessen zusammenpassen? Sie schließen sich doch aus!

Ole war der beste Mann gegen Politikverdrossenheit, den wir je hatten! Doch schon wird nachgetreten, werden Missgunst und Misstrauen zwischen Politikern und Bürgern weiter angeheizt; von Beust müsse auch nach 30 Jahren aktiver Politik bei der Fahne bleiben, dürfe „nicht davonlaufen“, wird gekrittelt.

Eine kuriose Situation ist in der Stadt entstanden: Ausgerechnet die, die ihn am meisten schätzten, die Gutsituierten, die klassische CDU-Klientel, haben ihren besten Mann weggebissen: Ole, Ole, Ole – was haben sie ihn geliebt und verehrt! Doch dann entscheidet er sich für eine nuanciert andere Schulpolitik – und schon wird heftigst draufgedroschen. Auf den besten Mann. Und plötzlich reiben sich alle die Augen: Ole hatte darauf keine Lust mehr. „Ole hatte keine Lust mehr auf Euch“ kann ich denen nur zurufen.

Und noch einmal: Die Schulreformgegner sind eine Minderheit. Sie repräsentieren nur ein Fünftel aller Hamburger – aber sie haben mit Macht gegen Ole agiert. Mit Schrecken stellt die bessere Gesellschaft jetzt fest: Vielleicht bekommen wir als Lohn wirklich eine andere Politik – eine ganz andere: Rot-Grün, wer weiß!

Politik ist ohne Kompromissbereitschaft nicht möglich! Ole von Beust hat in seinen Reden immer wieder darauf hingewiesen: Wer zig Volksinitiativen begrüßt, wird zig Einzelinteressen hinnehmen müssen. Und das ist der Trend: Politik wird in unserer egoistischen Gesellschaft mehr und mehr aus Eigeninteresse betrieben. Diesen Mann hat man gemocht und geschätzt. Nicht nur CDU-Anhänger.

Lieber Ole von Beust: Lassen Sie sich nicht die Laune verderben, wenn schon heute nachgetreten wird. Es gibt viele Menschen mit schlechtem Gedächtnis und bitteren Manieren.

Ich möchte Ihnen, lieber Ole, noch einmal persönlich danken für die Jahre, in denen Sie uns Hamburgern dieses besondere Gesellschaftsklima gegeben haben. Wann werden wir wieder einen Bürgermeister haben, den so viele vertrauensvoll mit seinem Vornamen anreden – weil sie ihn mochten. Quer durch alle Schichten.

Ein Mann, der uns allen zeigte, dass es sich als „Bürgermeister für alle Hamburger“ auch ohne große Villa, ohne Protz, ohne Affären und Betrügereien gut leben lässt. Ohne Gefahr zu laufen, sich von bestimmten Kreisen vereinnahmen zu lassen.

Es geht mit Ihnen ein menschlicher Bürgermeister, der uns nun das vorlebt, was wir alle als „Work-Life-Balance“ loben: vor dem Burnout, vor der Krankheit, vor der Verbitterung aufhören. Danke für ein weiteres Mal vorbildlichen Handelns!

Dr. Ritschel & Dr. Pomowski
Spezialisierte zahnärztliche Partnerschaft

Dr. med. dent. Bodo Ritschel
Dr. med. dent. Mark Pomowski
Hempberg 1 – 22848 Norderstedt
Tel. 040. 5 23 28 57
www.ritschel-pomowski.de
info@ritschel-pomowski.de

Mo. - Do. 7.30 Uhr bis 20 Uhr – Fr. 7.30 Uhr bis 14 Uhr – individuelle Termine auch Sa.

GAEDKE

GRANIT MARMOR SANDSTEIN

GESTALTEN MIT NATURSTEIN

Küchenarbeitsplatten • Waschtische • Bäder
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

RATHJENS

Garten- und Landschaftsbau GmbH

Wir machen Ihre Gartenräume wahr!

Ruwoldtweg 2 | 22309 Hamburg | Tel 040 631 80 22
info@rathjens-gartenbau.de | www.rathjens-gartenbau.de

D **RW Bedachungs GmbH**
Meisterbetrieb
 Dachsanierung • Neubau
 Schornsteinbekleidung • Bauklempnerei
 Flachdach • Fassade • Reparaturen
 info@rw-bedachung.de
 www.rw-bedachung.de

wie Dach-service

Dachsgang 19 • 22846 Norderstedt
 Tel. 0 40/524 95 28 Fax 0 40/524 36 52

Lichtblicke für Ihre Fenster
 Seit über 30 Jahren

Rollos
 Plissees
 Lamellen
 Jalousien
 Flächenvorhänge
 Insektenschutz

aktuell ROLLO

Fachkundige Beratung, Aufmaß und Montage

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

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

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

Naturstein u. Pflasterbau

Umgestaltung
 Neuanlagen
 Erdbau

Auffahrten
 Terrassen
 Podeste
 Mauern
 Zaun
 Teich

Andreas Kremer
 www.ak-galabau.de
 Tel. 040 / 601 56 79

NATÜRLICH SCHENKEN.

Spenden Sie das schönste Geschenk – ein Stück Natur.

Sie haben bald Geburtstag oder feiern ein Fest? Sie lieben die Natur? Dann bitten Sie Ihre Freunde und Familie um ein ganz besonderes Geschenk: Spenden für den NABU.

NABU • Charitéstr. 3 • 10117 Berlin
 Spenderbetreuung: Tel. 030.26 49 84-15 60
 E-Mail: spenden@NABU.de • www.NABU.de

NABU



Blickt optimistisch auf die Bundesligasaison: FC St. Pauli-Sportchef Helmut Schulte aus Wellingsbüttel. S. 33



Schrieb humoristisch über eine Familie mit speziellen Problemen: der Fuhlsbüttler Volkmar Nebe. S. 34

Folgt Top-Models wie Heidi Klum, Claudia Schiffer und Naomi Campbell als Covergirl auf Deutschlands größtem Versandhauskatalog: die Ohlstedterin Toni Garrn. S. 14

IN DIESEM HEFT:

Magazin

Kolumne3
 Jürgen Hunke zu Gast bei „TALK prominent“ von Wolfgang E. Buss6
 Kultur und Gesellschaft:
 Termine im Alstertal7
 Multikultureller Jugendtreff in Lemsahl fordert Migration10
 Das Alstertal-Magazin verlost eine Übernachtung am Schaalsee12
Model Toni Garrn:
Der unaufhaltsame Aufstieg einer Ohlstedterin14
 Der Heinz Erhardt-Park erinnert ab sofort an den berühmtesten Wahl-Alstertaler16
 Paddeln auf der Alster – die besten Tipps des Alstertal-Magazins18

RTL und das Alstertal-Magazin engagieren sich für den guten Zweck32
 Der Fuhlsbüttler Erfolgsautor Volkmar Nebe schreibt Familiengeschichte34

Poppenbüttel
 Sozialer Einsatz:
 Das Alstertal-Magazin prämiiert engagierte Jugendliche26

Hummelsbüttel/Volksdorf
 Im Musemsdorf Volksdorf gibt es Wissenswertes über historische Bauweisen und Materialien28

Duvenstedt
 Buddelaktion auf der Wiese: Heinzelmännchen halten Natur sauber29

Schmidt-Peil AG

Bestattungsinstitut seit 1913
 Erd-, Feuer-, anonyme und Seebestattungen
 Bestattungen auf allen Friedhöfen

Tag und Nacht erreichbar
040 – 672 20 23
 Brockdorffstraße 14, 22149 Hamburg
 www.beerdigungsinstitut-schmidt-peil.de
 e-mail: schmidt-peil@t-online.de

BESTATTER
 VON HANDWERK GEPIBT



Foto: „OTTO“

Sasel

Positiver Hiphop:
Eljot Quent ist anders30

Wellingsbüttel

Hofft auf eine goldene Zukunft
seines Vereins: FC St. Pauli-
Sportchef Helmut Schulte33

AEZ

Kolumne37
Immer angesagt und
extrem elegant: Schwarz-Weiß
in der Mode38
Nachgeshoppt:
Den Look der Promis gibt es
auch im AEZ40
Nachgefragt: Was sind
die absoluten Mode-Nogos42
Gourmet-Tipps44

In den Startlöchern:

Jubiläumsaktionen zum
AEZ-Geburtstag46
Tipps und Termine48

Service

Rund ums AEZ20
Neues aus
der Geschäftswelt32
Lebenslust51
Senioren54
Essen und trinken56
Gartenratgeber58
Gartenrestaurants60
Handwerk63
Reiselust64
Rund ums Tier65
Gesundheitsratgeber66
Immobilien68
Motor-Magazin78
Kleinanzeigen/Impressum82

Kleinreparaturen
Instandhaltung
Fliesenarbeiten
gegründet 1954



Sanierung
Hochbau
Gewerbebau

www.heinz-eickhof.de



**Heinz Eickhof
Bauausführungen GmbH**

Wellingsbüttler Weg 170 - 22391 Hamburg - (040) 5361248

Designermode gesucht!

Direkter Ankauf - Barzahlung sofort

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

Jil Sander • Boss • Escada etc.!

Wir holen auch ab!

Second Herzog

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



Gleittüren Schränke

in jeder Abmessung
und Oberfläche
direkt vom Hersteller

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

ASMUS HEIZUNG

Ökologische Heizsysteme 75 Jahre
Öl • Gas • Solar • Pellets • Wartung
Oehleckerring 17 • Tel. 5 31 22 59 • www.asmus-heizung.de

Ihr Partner für die fachgerechte
Entsorgung von Bauabfällen

Container

von 1 bis 30m³
ab 59,50 € inkl. MwSt.





EGGERS

EGGERS GRUPPE

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

Wir beraten Sie gern:
04109/27 99-23
Container-Dienst Eggers & Sohn GmbH
www.egggers-gruppe.de

LÖHNER NARJES

§ L. § § N. §

RECHTSANWALT RECHTSANWÄLTIN

www.alstertal-rechtsanwaelte.de

EBIKE STORE NEUERÖFFNUNG

Lindenplatz 1, St. Georg
www.ebikestore.de

TOLLE FINANZIERUNGS-ANGEBOTE BIS AUGUST
Z.B. FLYER X MTB

ELEKTROFAHRRÄDER



M. KUMMERFELD **ff** INH. A. HARTFIEL

SCHLOSSEREI · METALLBAU

SCHLOSSEREI - METALLBAU

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

Alter Teichweg 67 • 22049 Hamburg
Telefon (0 40) 54 57 92 • Telefax (0 40) 54 57 51
www.ff-metallbau.de • info@ff-metallbau.de

TESTEN SIE UNS!



TALK-PROMINENT Studio:
Jürgen Hunke talkt mit
Wolfgang E. Buss.

TV-TALK PROMINENT mit Jürgen Hunke

Am Dienstag 27. 7. um 20.15 Uhr läuft eine neue Sendung von TALK PROMINENT. Studiogast diesmal ist Jürgen Hunke, Unternehmer, Ex-HSV-Präsident, Buddha-Sammler und „Privatier“.

„Es ist wie eine Biografie lesen“, so Talk-Gastgeber Wolfgang E. Buss über sein neues Format. „Und: Es ist die einzige Sendung im deutschen Fernsehen, die sich für einen einzigen Gast noch so viel Zeit lässt.“ Eine dreiviertel Stunde talkt Buss mit seinen prominenten Gästen.

Hunke verrät sein Lebensmotto: „Was du pflanzt, wirst du auch ernten!“ In der Sendung spricht das Multitalent über sein Leben und seine Lebenseinstellungen. Und er erklärt, wie es zusammenpasst, Autos wie McLaren Mercedes, Bentleys und Ferraris zu sammeln und gleichzeitig Bud-

dhastatuen. Hunke besitzt Europas größte Buddha Sammlung. Das Gespräch streift aber auch seine politische Zeit als Stadt-Partei-Chef. Auch, was der HSV in Zukunft besser machen müsste, ist eine Frage von Buss an den Ex-Präsidenten. Die Antworten gibt's ab 20.15 Uhr bei TIDE TV.



Kanäle: Kabel Deutschland im analogen Netz auf Kanal 21.; willy.tel und wilhem.tel im analogen Netz auf Kanal 34 sowie im digitalen Free-TV.; MartensTV im analogen Netz auf Kanal 9.

Bücherhalle Volksdorf trotz Umbau offen

Ab dem 19. Juli 2010 wird die **Bücherhalle Volksdorf** voraussichtlich bis zum 31. Juli umgebaut und verschönert. Trotz des Umbaus steht für alle Besucher und Kunden ein reduziertes Angebot bereit. Die Bücherhalle bleibt die ganze Zeit

geöffnet. Adresse: Bücherhalle Volksdorf, Weiße Rose 1, Tel.: 60 91 22 90, E-Mail: volksdorf@buecherhallen.de, Internet: www.buecherhallen.de, Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr. von 11-18 Uhr und Sa. von 10 bis 14 Uhr.



www.traumhaussylt.de

5-Sterne Ferienhäuser in exponierten Lagen

Tel.: 040 53 69 40 06

Termine

Juli und August 2010



Foto: Tierpark Hagenbeck

Ein Kulturhighlight der Stadt: 18 Ensembles spielen am 31. Juli sowie am 7. und 8. August bei den „Romantik Nächten“ im Tierpark Hagenbeck.

23. Juli

Noch bis zum 15. August verwöhnen Hamburger Top-Restaurants zum 12. Mal ihre Gäste im Rahmen des „Schlemmer Sommer“ mit einem Menü zum Preis von 59 Euro für zwei Personen. Alle teilnehmenden Restaurants und deren Menüs unter: www.hamburg-kulinarisch.de

27. Juli

Das Museumsdorf Volksdorf veranstaltet an diesem Tag eine geführte **heimatkundliche Wanderung** durch den Volksdorfer Wald. Treffpunkt der zweistündigen Wanderung ist am U-Bahnhof Meiendorfer Weg (U1) um 16 Uhr. Solche Wanderungen finden immer am letzten Dienstag eines Monats statt. Treffpunkte und weitere Infos unter www.museumsdorfvolksdorf.de in der Kategorie „Termine“.

31. Juli

Auch in diesem Jahr bilden die „Romantik-Nächte“ des **Tierpark Hagenbeck** wieder einen sommerlichen Höhepunkt für Klassikfreunde. Über 70 Nachwuchskünstler zahlreicher Nationen und Mitglieder renommierter Orchester finden sich im Park verteilt in 18 verschiedenen Ensembles zusammen. Sie spielen Werke des Barock, der Klassik und der Romantik. Heiteres von Bach, Mozart, Vivaldi und anderen Komponisten. Stelzenläufer, Kutschfahrten und kulinarische Köstlichkeiten sowie Drinks an

den schönsten Plätzen im Tierpark runden das sommerliche Kultur-Highlight ab. Termine: 31. Juli, 7. und 14. August, jeweils ab 18 Uhr. Eintritt: 16/Kids 11 Euro plus 1.50 Euro ab 17 Uhr. Mehr Infos unter Tel.: 53 00 33-0 und www.hagenbeck.de

2. August

Das **Sasel Haus**, Saseler Parkweg 3, bietet vom 2. bis 4.8. jeweils von 14-17 Uhr den **Kursus Modezeichnen** – von der Entwurfs-idee über die Skizze bis hin zur colorierten Figurinezeichnung. Kursgebühren inkl. Materialkosten: 40 Euro. Dieser Kursus wird auch vom 9.- 11.8. angeboten. Anmeldung unter: www.saselhaus.de oder Tel.: 601 71 60 erforderlich.

4. August

Um 20 Uhr gibt Werner Pfeiffer in seinem Lichtbildvortrag „**Buschleute früher und heute**“ in der **Ohlendorff'schen Villa**, Im Alten Dorfe 28, einen Einblick in deren Leben in Namibia – von ihren Ursprüngen als Jäger und Sammler bis zu ihrem heutigen Dasein. Eintritt: 10/erm. 8,50 Euro.

28. August

Der **Verein Kunst und Kultur im Siemers'schen Hof**, Bergstedter Markt 1 präsentiert um 20 Uhr das **Flamenco Jazz Duo Selva Negra** – lebendiger Flamenco trifft auf Jazz, Klassik und Latin Sonnabend. Eintritt: 10/erm. 9 Euro.

Container sind Wir.

Bauschutt Bauabfälle Grünabfälle Altpapier
Aktenvernichtung Schrott...

040-5 50 89 70 **Freisler**

CONTAINERDIENST

www.freisler.com



Umweltaktivisten.

Naturschutz
beginnt im Alltag.

Über Fahrgemeinschaften freuen sich nicht nur Ihre Mitfahrer und Ihr Geldbeutel, sondern auch die Natur.

Weitere Tipps zum Sprit und Geld sparen gibt es beim Naturschutzbund NABU.

www.NABU.de



TÜMLER & PEIL

ROLLÄDEN
MARKISEN
ROLLTORE Seit 1865

☎ 6 93 20 45

Wintergartenmarkisen
Scheren- u. Rollgitter
Vordächer
Motorisierungen
feste Vergitterungen

Am Stadtrand 58
22047 HH-Wandsbek

www.tuemler-peil.de

Beratung Montage Reparatur Wartung

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



Kraftvoll zu mehr Ausdauer

Gesundheitsorientiertes Krafttraining unterstützt Einsteiger in ihre Sportart und stellt auch für fortgeschrittene Ausdauersportler eine perfekte Ergänzung dar.

Geschmeidig drückt der Arm des Schwimmers in einer fließenden Kraulbewegung das Wasser nach hinten. Automatisch dreht der Kopf sich seitlich aus dem Wasser, um Luft zu holen, während zugleich der andere Arm oberhalb der Wasseroberfläche nach vorn schnell und ebenso sanft wie kraftvoll eintaucht. Rhythmisch absolvieren die Beine scheinbar unabhängig von Arm- und Kopfbewegungen in hoher Frequenz Scherschläge.

Anderenorts setzt ein Marathonläufer federnden Schrittes einen Fuß vor den anderen. Die Arme scheinen den Läufer sowohl nach vorn zu heben als auch nach hinten abzudrücken. Die Atmung ist leicht, während die Schrittbewegung sichtbar schon im Unterbauch beginnt. Austrainierte Ausdauersportler bieten ein faszinierendes Schauspiel: Langstreckenschwimmer erinnern in ihrer Effizienz an Fische, Langstreckenläufer an afrikanische Großkatzen. Verstärkt wird der Ver-

gleich durch den gleichermaßen kräftigen wie schlanken, schmalen Körperbau. Obwohl sie wenig Masse aufweisen, sind die drahtig wirkenden Ausdauersportler muskulös – kein Wunder: Für Bestleistungen unterstützen die Spitzenathleten ihr Ausdauertraining durch gezieltes Krafttraining. Doch auch wer keine Höchstleistungen anstrebt, kann sich von den Leistungssportlern etwas abgucken: Kieser Training, der Spezialist für gesundheitsorientiertes Krafttraining, leistet zur Unter-

stützung von Ausdauersportarten Vielfältiges und empfiehlt sich in der Saisonvorbereitung oder beim Wechsel in eine neue Sportart als ideale Ergänzung. Generell gilt: Grundlage für alle sportlichen Aktivitäten ist ein gesunder und ausreichend kräftiger Bewegungsapparat. Nur wenn Bänder, Sehnen, Knochen und Muskeln mitspielen und die abgeforderte Leistung auch im entsprechenden Maße erbringen, kann die Energie fordernde sportliche Betätigung auch wirklich Spaß machen.



Der Expertenrat

Im Fokus: Schulter- und Armsportarten

Herr Schlamp, mit welchen Problemen kommen Menschen zu Ihnen, die schwerpunktmäßig Schulter- und Armsportarten ausüben, wie z.B. Golf und Tennis?

Typische Erkrankungen sind Muskelansatz-, Schleimbeutelentzündungen sowie Sehnen- oder Abrisse, welche vor allem am Übergang von Sehne und Knochen entstehen. Am zweithäufigsten treten Beschwerden an der Wirbelsäule auf. Auch der berühmte „Tennis- oder Golferellenbogen“ ist anzutreffen, dessen Ursprung allerdings nicht immer im Sport zu suchen ist. Die Ursachen liegen meist in einer muskulären Dysbalance der Unterarmmuskulatur, wie sie z. B. bei Menschen anzutreffen ist, die häufig im Büro arbeiten.

bei auftretenden hohen Belastungsspitzen durch ihre hohe Dehnfähigkeit gefahrlos ab. Ist das „Bremsystem“ Muskel nicht ausreichend trainiert, werden Bänder, Kapseln, Knochen und Bandscheiben schlagartig gedehnt oder gestaucht. Die Gefahr von Sehnenverletzungen, Bänderissen und Knorpelschäden ist somit groß. Trifft man den Ball des Weiteren nicht optimal oder schlägt ins Leere, vervielfachen sich die Belastungen der beteiligten Strukturen.

Wie kann ein Sportler diesen Beschwerden bzw. Verletzungen vorbeugen?

Ich empfehle neben der sportlichen Betätigung ein 1- bis 2-mal die Woche je 30-minütiges Kieser Training. Trainieren Sie nicht nur auf dem Golf- oder Tennisplatz, denn individuelle Schwächen an Schultern, Rücken, Nacken oder Handgelenken können durch den Sport allein nicht ausgeglichen werden. Gerade Golf und Tennis fördern durch einseitige Bewegungsmuster sogenannte Dysbalancen. Der richtige Weg zur Verletzungsprävention liegt in der gezielten Kräftigung und der damit einhergehenden Dehnung der verkürzten Muskelgruppen an speziell dafür vorgesehenen Maschinen. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen übrigens, dass ein gesundheitsorientiertes Krafttraining die Muskel-/Sehnenansätze stärkt, die Knorpeloberfläche, Bandscheiben und Bänder festigt und durch Ausgleiche von Dysbalancen eine verbesserte Schutzfunktion der Gelenke und Bandscheibenstrukturen bietet. Da Beschwerden oft erst dann auftreten, wenn die Sehnen und Gelenke durch wiederholte Überlastung schon fortgeschrittene Schäden aufzeigen, ist es aus sportmedizinischer Sicht sinnvoll, so früh wie möglich mit dem Krafttraining eine ausreichende Stabilität und Grundkraft aufzubauen, die dann im Sport vor Verletzungen schützen kann. So bleiben Spaß und Erfolg langfristig im Sport erhalten.



Stephan Schlamp ist Facharzt für Orthopädie und Leiter der Medizinischen Kräftigungstherapie in Poppenbüttel.

Worin liegt die gesundheitliche Problematik von Sportarten wie Golf und Tennis?

Durch das Schlagen des Balles verschraubt sich die Wirbelsäule. Beim Ausholen werden wie bei einer gespannten Feder kurzfristig enorme Kräfte freigesetzt. Die Problematik dieser Ballsportarten liegt somit in ihrer Dynamik. Selbst untrainierte Sportler beschleunigen den Oberkörper beim Schlagen eines Tennis- oder Golfballes problemlos auf 80 – 120 km/h, anschließend muss der Schlag nach Treffen des Balles in Bruchteilen von Sekunden wieder abgebremst werden. Nur eine gut trainierte Muskulatur bremst die da-



Kieser Training – die Grundlage für alle Sportarten

Mit uns erhalten Sie

- gezielten Muskelaufbau für Ihre Sportart
- Leistungsoptimierung durch spezielle Trainingsmethoden
- Kraft für Ihren Rücken

Testen Sie sich und uns
30 Tage für 30,- €
 gültig bis 25. August 2010

Vereinbaren Sie gleich Ihren Einführungstermin.

Hamburg-Poppenbüttel

Kritenbarg 4 im AEZ, Tel. (040) 61 16 40 90

www.kieser-training.de

**KIESER
 TRAINING**

FÜR KRAFT UND GESUNDHEIT



coloRepair ist der Experte für die Reinigung und Aufbereitung Ihrer Polstermöbel und hochwertigen Stoffe. Egal, ob Rotweinflecken auf dem Sofa oder Kaffeereste auf dem Sessel – wir entfernen die Verunreinigung professionell.

Stoff & Lederreinigung



vorher



nachher

Unsere Leistungen:

- Reinigung von Stoff-, Microfaser- und Ledergarnituren
- Spezial-Fleckenentfernung wie Rotwein, Kaffee, Tee, Fett, Öl, Tinte, Ketchup etc.
- Reparatur von Brandlöschern
- Imprägnierung von Möbel-Stoffen
- Nanoversiegelung von Möbel-Stoffen (Lotusblüteneffekt)
- Polsterarbeiten

Nähere Informationen erteilt Ihr coloRepair-Fachmann:

coloRepair Hamburg • Helbingstraße 52 • 22047 Hamburg
Tel.: 040 / 710 950 40 • Fax: 040 / 254 863 30 • 0170 / 188 68 75
www.colorepair.de • E-Mail: colorepair-hamburg@t-online.de

Internationale
Sommercamps laden
zum Open Day ein

Multikulti- Treff in Lemsahl

CISV International – die Deutsche Gesellschaft für internationale Kinder- und Jugendbegegnungen e.V. Hamburg veranstaltet auch in diesem Jahr wieder mehr als 200 nationale und internationale Programme und Aktivitäten für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene – so auch in Lemsahl, am 22. August ab 15 Uhr.



In Norderstedt
jeden 1. Sonntag im Monat
Schaustag von 13 - 17 Uhr
kein Vorverkauf | keine Beratung

D.F. LIEDELT
Die schönsten BäderWelten

www.liedelt.de

Einsamkeit

Gemeinsamkeit

In unseren **BäderWelten** erwarten Sie 200 traumhafte Komplettbäder in allen Preisklassen.
22851 Norderstedt | Robert-Koch-Str. 23 | Wir sind für Sie da: Mo - Fr 8 - 18 Uhr | Sa 9 - 14 Uhr
22089 HH-Eilbek | Wandsbeker Ch. 68 - 21073 HH-Harburg | Buxtehuder Str. 56

Buenos dias, bom dia, hello, yum tu, bon jour, selamat siang!
So klingt es, wenn die Kinder und Jugendlichen aus aller Welt in diesem Sommer bei uns zu Gast im schönen Lemsahl sind, um im Sinne von CISV eine schöne, gemeinsame Zeit zu verbringen. CISV (Children's International Summer Villages) wurde 1951 von der US-amerikanischen Psychologin Dors T. Allen mit dem Ziel gegründet, einen Beitrag für eine konstruktive Friedenserziehung junger Menschen zu leisten. Mittlerweile bietet der CISV sechs internationale Programme sowie lokale Aktivitäten zur Förderung des interkulturellen Lernens an. Diese richten sich mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten an Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Die Nachrichten zeigen uns jeden Tag deutlich, wie wichtig Völkerverständigung ist, und das Ziel ist es, so früh wie möglich einen Beitrag hierzu zu leisten. In den weltweit stattfindenden Camps werden die gleichen Ziele verfolgt, nämlich Verständnis für andere Länder und



Auch in diesem Jahr treffen sich wieder Kinder und Jugendliche aus vielen Nationen in Lemsahl, um sich auszutauschen!

Foto: Ideen Millman

Kulturen zu entwickeln, Vorurteile abzubauen und Freundschaften zu schließen.

In vielseitigen kreativen Aktivitäten, Spielen und Simulationen, durch Theater, Musik und lebhaft Diskussionen sammeln die Teilnehmer wertvolle Erfahrungen. Durch das aktive Mitwirken bei der Programmplanung entwickeln junge Menschen Kommunikationsfähigkeiten und Führungsqualitäten. Die Programme sind interaktiv, erlebnisorientiert, meist mehrsprachig und bringen immer Spaß!

In diesem Jahr werden ca. 80 Kinder und Jugendliche aus Hamburg an einem der weltweiten Camps teilnehmen und die CISV wird 120 Gäste im Sarenweg 12-14 willkommen heißen. Am 31.07. startet zum Beispiel das diesjährige Village für Kinder im Alter von 11 Jahren. Eine vielschichtige Erfahrung, die eine Mischung aus pädagogischen, kulturellen und sportlichen Aktivitäten bildet, wobei der Schwerpunkt in der Zusammenarbeit und dem kulturell übergreifenden Leben liegt. Vil-

lages haben als Ziel, internationale Freundschaften und interkulturelle Kommunikation sowie ein friedfertiges Miteinander zu fördern. So erleben die Kinder spielerisch, dass sie trotz nationaler und kultureller Unterschiede in einer immer stärker vernetzten Welt vieles gemeinsam haben. *Heba Taraboulsi*

Offene Tür!

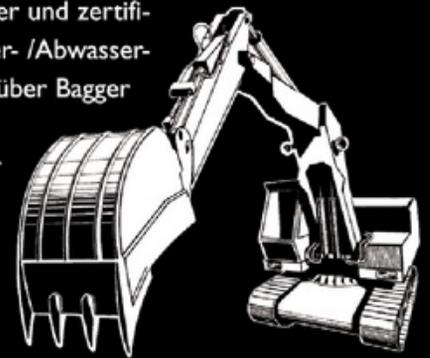
Die Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendbewegungen e.V. lädt am 22.8. ab 15 Uhr im Sarenweg 12-14 zu einem Tag der offenen Tür ein. Es soll gezeigt werden, wie durch vielseitige pädagogische, kulturelle und sportliche Aktivitäten ein interkulturelles Miteinander gefördert wird. Kinder und Jugendliche präsentieren sich in ihren Landestrachten, bieten ein kleines Programm mit Tänzen und Sketchen an und halten Informationen über ihr Heimatland bereit.

Hausanschlüsse

Schlüsselfertig gebaut?
Und was ist mit Wasser und Abwasser?

Wir sind ein spezialisierter und zertifizierter Betrieb für Wasser- /Abwasseranschlüsse und verfügen über Bagger jeder Größe.

Alternativ „schießen“ wir den Anschluss grundstücksfreundlich mit unserer „Erdrakete“.
Sprechen Sie mit uns.



Heizungsbau
Dacherneuerung
Solaranlagen
Baderneuerung
Regenwassernutzung

michael Krohn

Lohe 40 · 22397 Hamburg · Tel. 607 14 59 · www.michael-krohn.de

31. Juli, 7. / 14. August
ab 18 Uhr im Tierpark

Hagenbecks Romantik- Nächte

**Klassische Musik
überall im Park**

hagenbeck.de

Hamburger Abendblatt
klassik radio 98.1

Verlosung
Mitmachen & gewinnen!

Alstertal-Magazin verlost an seine Leser Entspannung am Schaalsee

Mini-Urlaub for free!



Das Fischhaus am Schaalsee, ein restaurierter historischer Fachwerkbau, hat direkten Zugang zum See (großes Foto) und ermöglicht so in herrlicher Landschaft Entspannung pur.

Einfach mal raus aus dem Alltag und die Seele baumeln lassen. Ein Ort, an dem dies auf jeden Fall klappt, ist das Fischhaus am Schaalsee. Mit etwas Glück können Sie es auch for free erleben, denn das Alstertal-Magazin verlost dort eine Übernachtung mit Frühstück und 3-Gänge-Menü!

Mit einem kühlen Glas Weißweinschorle auf einem Steg sitzen und dabei die Beine ins erfrischende Wasser stecken. Herrlich! Ein Traum, der Wirklichkeit werden kann. Beispielsweise im **Fischhaus am Schaalsee**, Amtsstraße 11, in Mecklenburg-Vorpommern. Gut eine halbe Autostunde vor den Toren Hamburgs und exponiert in Zarrentin am idyllischen Südufer des Sees gelegen, bietet das persönlich geführte Hotel alles, was sich ein Gast wünscht: zehn stilvoll eingerichtete Zimmer, einen geräumigen Veranstaltungssaal für private Feiern und Tagungen sowie eine großzügige Terrasse, alles mit direktem Blick auf die traumhafte See-Kulisse, deren Ursprünge auf die Weichseleiszeit – endete vor ca. 12.000 Jahren – zurückgehen. Damals schufen eine bis zu 2000 m dicke Eisdecke und deren abfließende Wassermassen eine klassische Grund- und Endmoränenlandschaft mit vielen Schmelzwasserseen. Am eindrucksvollsten

hat der Schaalsee die Zeiten überdauert. Neben Form und Größe verdankt er dem Eis auch seine tiefste Stelle: 72 m! Von Gletschern herabstürzendes Wasser grub sich mit gewaltiger Macht in die Erde ein. Kaum zu glauben, wenn man die ruhig glitzernde Wasseroberfläche heutzutage betrachtet, unter der 28 Fischarten leben. Die edelsten davon wie die Große Maräne landen im Fischhaus bei Jens Niemann und seinem Team im Topf oder in der Pfanne. Denn Fischvariationen aus den Mecklenburger Seen oder saisonale Fleischspezialitäten seines Restaurants runden das Angebot des Hotels ab. Wer glaubt, eventuelle hinzugekommene Pfunde schnell wieder loswerden zu müssen, der kann entweder über den See paddeln – Wassersport wird großgeschrieben – oder eine Radtour durch die schöne Landschaft machen. Die ist teils in das „Biosphärenreservat Schaalsee“ integriert, verspricht also Natur pur – beispielsweise neben seltenen Pflanzen wie dem Sumpf-Glanzkraut auch

majestätische Tierarten wie den Seeadler und den Fischotter. Kulturelle Sehenswürdigkeiten gibt es aber auch: unter anderem im in unmittelbarer Nähe zum Hotel gelegenen und 1246 gegründeten Zisterzienser Nonnenkloster, das

auch besichtigt werden kann und am 28./29.8. einen Klostermarkt bietet (www.kloster-zarrentin.de). Ein Wochenende im Fischhaus verspricht also nicht nur Abkühlung, Genuss und Entspannung, sondern auch Kultur. *kw*



Sehenswert: das Zisterzienser Nonnenkloster in Zarrentin.

Foto: Karl-Heinz Minnert

Gewinnen – so geht's!

Das Alstertal-Magazin verlost eine Übernachtung mit Frühstück und 3-Gänge-Menü im Fischhaus am Schaalsee für 2 Personen (sowie Boote und Räder nach Verfügbarkeit) im Wert von 300 Euro. Wer gewinnen möchte, der muss die Frage „Wie tief ist der Schaalsee?“ richtig beantworten. Entweder per Post an: Alstertal-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg, oder per E-Mail an k.wehl@alster-net.de. Aus allen Einsendungen mit der korrekten Antwort ziehen wir eine/n Gewinner/in, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluss: 13.8. Infos zu Hotel und Restaurant unter Tel.: 038851/55 99 - 0 und www.fischhaus-schaalsee.de



Von links nach rechts: Holger Dittrich (Leiter Filiale im AEZ), Marco Thiem (Leiter Filiale Frahmredder), Anke Borchert (Leiterin Filiale Bergstedt), Matthias Hamann (Leiter Filiale Saseler Markt), Martin Köster (Leiter Filiale Duvenstedt), Alf Schlüter (Leiter Filiale Ohlstedt), Norbert Tiedemann (Leiter Filiale Wellingsbüttel), Martin Eggert (Leiter Filiale Poppenbütteler Weg)

Anzeige

Menschliches Banking im Alstertal

5 Prozent Wachstum, 8 Filialen, 20 Auszubildende, 96 Mitarbeiter, 33.824 Girokonten, 168.000 Kunden...

...was klingt wie eine komplette Bank ist tatsächlich die Erfolgsstory der Haspa im Alstertal.

Wer die „Beste Bank in Hamburg“ (FocusMoney) und den „Besten Vermögensverwalter im deutschsprachen Raum“ (EliteReport) erleben will, muss nicht in die Innenstadt fahren. In Duvenstedt, Wohldorf-Ohlstedt, Bergstedt, Wellingsbüttel und Poppenbüttel (hier gleich in 4 Filialen) können Alstertaler die Qualität des Testsiegers erleben: Kompetente Beratung, individuelle, auf die persönlichen Bedürfnisse und Wünsche zugeschnittene Strategien für ein finanziell sorgenfreies Leben jetzt und im Alter. Vom ersten Mäuskonto bis hin zur komplexen Baufinanzierung oder die Absicherung im Pflegefall – die Haspa-Berater stehen mit Rat und Tat zur Seite. Am besten Sie vereinbaren noch heute einen Termin. Wir freuen uns auf Sie.

lität des Testsiegers erleben: Kompetente Beratung, individuelle, auf die persönlichen Bedürfnisse und Wünsche zugeschnittene Strategien für ein finanziell sorgenfreies Leben jetzt und im Alter. Vom ersten Mäuskonto bis hin zur komplexen Baufinanzierung oder die Absicherung im Pflegefall – die Haspa-Berater stehen mit Rat und Tat zur Seite. Am besten Sie vereinbaren noch heute einen Termin. Wir freuen uns auf Sie.

sekonto bis hin zur komplexen Baufinanzierung oder die Absicherung im Pflegefall – die Haspa-Berater stehen mit Rat und Tat zur Seite. Am besten Sie vereinbaren noch heute einen Termin. Wir freuen uns auf Sie.

Am besten Sie vereinbaren noch heute einen Termin. Wir freuen uns auf Sie.



Frahmredder 12
(040) 35 79-58 82



Volksdorfer Damm 272
(040) 35 79-58 53



Brunskrogweg 1
(040) 35 79-79 68



Poppenbütteler Weg 195
(040) 35 79-58 55



Duvenstedter Damm 52b
(040) 35 79-58 75



Rolfinckstr. 21
(040) 35 79-94 49



Saseler Markt 15
(040) 35 79-28 54



AEZ
(040) 35 79-58 93

Meine Bank heißt Haspa.

Haspa[§]
Hamburger Sparkasse

Top-Model Toni Garrn klettert weiter auf der Erfolgsleiter:

Die Schönste kommt aus Ohlstedt



Toni Garrn ist der Topmodel-Shootingstar der letzten Jahre und kletterte innerhalb kürzester Zeit in der Modellszene ganz nach oben – so war die 18-Jährige bereits das Gesicht von Calvin Klein, Hugo Boss, Prada, Emporio Armani, Versace und vielen mehr. Für OTTO setzt die Ohlstedterin nun die Reihe der internationalen Topmodels als Hauptkatalog-Covergirl und -Model weiter fort.

Im Sommer 2006 während der Fußball-WM beim Public Viewing wurde sie entdeckt: die damals 14-jährige Antonia Garrn. Nun, vier Jahre später, wieder zur Fußball-WM, erreicht sie einen weiteren Höhepunkt ihrer Modelkarriere. Die junge Schönheit, die auch als Muse von Karl Lagerfeld gilt und in der Vergangenheit bereits das Gesicht von Calvin Klein,

Hugo Boss, Prada, Fendi, Emporio Armani, Versace und vielen mehr war, wird das Cover des neuen OTTO-Hauptkataloges zieren. „Toni Garrn passt hervorragend zu uns. Sie ist nicht nur wunderhübsch, sondern auch sehr wandelbar und dabei immer authentisch“, so OTTO-Vorstandssprecher Dr. Rainer Hillebrand. Auch die 18-Jährige, die vor Kurzem ihr Abitur am Gymnasium Ohlstedt bestand, freut sich über die Wahl des Modehauses: „Es

ist eine große Ehre, das neue Cover-Model des Katalogs zu sein. Nach Claudia Schiffer und Gisele Bündchen bin nun ich es. OTTO und ich kommen beide aus Hamburg. Es war toll, während des Shootings drei Tage lang quasi zu Hause arbeiten zu können. Auch das hat die Arbeit zu etwas ganz Besonderem gemacht“. Doch nicht nur auf dem Cover ist das Model zu sehen. Sie präsentiert außerdem ausgewählte Teile aus der Laura Scott-Kollektion,

die im Modeherbst 2010 sowohl casual Basics als auch elegante Styles umfasst und vielfältige Kombinationen ermöglicht. Mit der Präsentation der beiden Trends stellt Toni Garrn ihre Wandlungsfähigkeit unter Beweis. Privat bevorzugt das Topmodel ebenfalls die gekonnte Mischung: „Ich liebe Vintage und mixe gerne alle Styles“, verrät die 18-Jährige, die demnächst in die Modemetropole New York ziehen wird. *mk*

In Kürze wird die hübsche Ohlstedterin in die Modemetropole New York ziehen.



Foto: "OTTO"

Auf www.models.com befindet sich Toni derzeit auf Platz 15 der bedeutendsten Models weltweit!



O₂ macht Ihre Haut schön!



Jasmin Quinten – Ihre Expertin in Sachen Hautschönheit.

Beauty-Treatment für heiße Tage. „Drehen Sie Ihre Hautuhr ein paar Jahre zurück!“, empfiehlt Jasmin Quinten, Dermato-Kosmetikerin. Jede Zelle, die wachsen soll, braucht O₂ – so auch Ihre Haut! Er dringt tief in alle Hautschichten und versorgt die Haut mit dem wichtigsten Lebenselixier O₂. Zuerst werden die Überverhornungen der Haut über enzymatische Phasen gelöst und somit zur Aufnahmefähigkeit für den medizinischen Sauerstoff vorbereitet. In Kombination mit einer hoch dosierten Mischung aus mikrofeinen Mineralien, Vitaminen, Enzymen und Aminosäuren wird die Haut intensiv versorgt. Die Hautstruktur kann sich kontinuierlich verbessern, geschädigte Zonen werden schonend wieder aufgebaut. Das gesamte Hautbild verbessert sich sofort nachhaltig. Warum ist das so? Weil er den Zellstoffwechsel

ankurbelt, die Haut wird besser durchblutet. Toxine werden abtransportiert und die einzelnen Zellen können Nährstoffe schneller aufnehmen. Zudem wird die Gewebeproduktion angeregt. Die Haut atmet richtig durch; viele Fältchen werden gemildert, die Feuchtigkeitsdepots werden aufgefüllt und die Schutzfunktion der Haut verbessert. Lassen Sie sich von einer Testbehandlung begeistern. Anzeige mitbringen und 30 € einlösen. Wo?

Im **Saalkamp 8** in **22397 Hamburg**, www.jasminquinten.de. Buchen Sie jetzt Ihren Kennenlern-Termin unter Tel.: **040 / 881 76 443!**

Q

Institut für ganzheitlich-ästhetische Kosmetik

★★★★★

Jasmin Quinten



Sauerstoff – der ideale Muntermacher für müde Gesichtshaut.

„Ich liebe Vintage und mixe gerne alle Styles“, verrät die 18-Jährige. Hier zu sehen in der Laura Scott-Kollektion im OTTO-Katalog.

Nach prominenten Hamburgerinnen wie Cosma Shiva Hagen und Sylvie van der Vaart ziert nun Topmodel Toni Garrn das Cover des Katalogs.



Super praktisch:
Weber-Grill in
Grasgrün u. Schwarz
€ 79,90

WEBER-GRILLS
FÜR JEDEN ANLASS
DAS PASSENDE

SOMMER TRENDS BEI

Saseler Chaussee 211 | Mo-Fr 9-19 Sa 9-18
Tel 040 / 600 19 60 | www.kwp-baumarkt.de

kwp
BAUMARKT



Heinz-Erhardt-Park: Das Wäldchen in Wellingsbüttel ist hoffentlich erst der Anfang der Würdigung des großen-Komikers.

Jahrhundert-Komiker Erhardt: Hat er nicht noch höhere Ehrungen verdient?



© Heinz Erhardt Erbgemeinschaft

Wellingsbüttler Heinz-Erhardt-Park

Das war alles?

Er war ein Jahrhundertkomiker, eines der bekanntesten Gesichter Nachkriegsdeutschlands. Und – er war Hamburger. Grund genug, ihn zu ehren. Ein Anfang wurde mit der Umbenennung eines Waldstücks in Wellingsbüttel gemacht. Doch das Alstertal-Magazin meint: Das kann doch wohl nicht alles gewesen sein!

Eins muss man dem kleinen Wäldchen in Wellingsbüttel zugute halten: Es ist räumlich nahe an dem Ort, an dem Heinz Erhardt 30 Jahre seines Lebens verbracht hat. In seinem Häuschen im Fasanenhain hatte Erhardt gelebt und, so versichert seine Tochter Grit Berthold, ist in dem Waldstück auch gerne spazieren gegangen. Auch Bezirksamtsleiterin Schroeder-Piller zeigte sich zur Eröffnung des Heinz-Erhardt-Parks in bester Laune und gab gleich ihren Lieblingspruch des Jahrhundertkomikers zum Besten: „Frauen sind wie Juwelen – man muss sie mit Fassung tragen.“ Dennoch bleibt von der Zeremonie ein fader Nachgeschmack zu-

rück – und die Frage: Soll das alles gewesen sein? Auch posthum noch einer der bekanntesten, wenn nicht der bekannteste Komiker Deutschlands – und die Umbenennung eines kleinen Wäldchens ist alles, was seine Stadt ihm an Ehre entgegenbringt? In der Fernsehsendung „Unsere Besten“ wurde Heinz Erhardt vom Publikum noch höher eingeschätzt als die Forscher Alexander von Humboldt und Wernher von Braun – und Hamburg bringt es mit einigem Hängen und Würgen gerade einmal fertig, einen Park umzubenennen? Es stimmt, existierende Straßen und Plätze umzubenennen ist nicht einfach, wie uns Susanne Frischling von der

Behörde für Kultur, Sport und Medien bestätigt. Der Deutsche Städtetag habe mehrfach verdeutlicht, allzu voreiligen Umbenennungen kritisch gegenüber zu stehen. Dennoch hat man den Eindruck, dass die bisherigen Bemühungen nicht gerade am Städtetag gescheitert sind! Das Alstertal-Magazin hat seinerzeit den K(r)ampf um eine Ehrung Erhardts mitverfolgt. Selbst um die Umbenennung des Wäldchens – dreißig Jahre nach seinem Tod! – musste jahrelang gerungen werden. Daher stellen wir hier die unvermeidliche Frage: Kommt da noch was? Beim Bezirksamt weist man die Verantwortung von sich. Man habe, so eine

Sprecherin, bereits alles für eine Ehrung getan, alle weiteren Schritte seien vom Senat in Angriff zu nehmen. Auf unsere Nachfragen haben wir von dort noch keine Antwort erhalten. Ein Hinweis darauf, für wie wichtig das Thema eingeschätzt wird? Die Kinder Heinz Erhardts jedenfalls nehmen die Würdigung ihres Vaters sehr ernst. Grit Berthold berichtet, dass an ihn einmal die Frage gestellt wurde: „Herr Erhardt, wovor haben Sie am meisten Angst?“ – „Vergessen zu werden“ soll ihr Vater erwidert haben. Das – können wir dem seligen Herrn Erhardt versichern – wird nicht vorkommen. Ob mit oder ohne Park.

Finale: Alstertaler Golfer sind dabei!

Unverhofft kommt oft. Das gilt auch für Angelika Fischer-Hensel (63 J, GC Walddörfer) aus Volksdorf und Thomas Bade (42 J, GC Lüdersburg) aus Poppenbüttel. Ende Juli nahmen beide am Audi quattro Cup im GC Walddörfer teil – einer der beliebtesten Turnierserien für Amateur-Spieler (2009 nahmen 82.000 Amateurgolfer aus 47 Nationen teil!) – und gewannen als Team mit 47 Nettopunkten. Dabei wollten sie eigentlich außer Konkurrenz spielen, weil ihre jeweiligen Partner abgesprungen waren. Der spontane Zusammenschluss für den Cup mit rund 100 Teilnehmern hat sich aber richtig gelohnt: Im September fahren die beiden zum Deutschlandfinale nach Frankfurt.

kw



Schlugen erfolgreich ab: Angelika Fischer-Hensel und Thomas Bade.

Rundgang durch das Alstertal

Die SPD-Distrikte Poppenbüttel und Hummelsbüttel laden am 22.8. zu einem naturkundlichen Spaziergang durch das Alstertal mit dem Landschaftsgärtner und Umweltperten Herrn Heinz Plezia ein. Dieser bringt den Teilnehmern das Biotop – Pflanzen und Tiere – direkt vor der Haustür in seiner großen Vielfalt näher. Treffpunkt ist um 11 Uhr an der

Bushaltestelle Vogtskamp (179). Von dort geht es entlang des idyllischen Alsterlaufes bis zum Hohenbuchenpark. Dort endet der Rundgang bei Kaffee und Kuchen. Die Teilnahme ist kostenlos. Der Spaziergang dauert 2 bis 3 Stunden. Zwecks besserer Planung bittet der Veranstalter um eine vorherige Anmeldung im Kreisbüro Wandsbek (Tel.: 68944511).

Günstig schlemmen!

Noch bis zum 15. August 2010 verwöhnen wieder Top-Restaurants – in diesem Jahr 103! – im Rahmen des 12. „Hamburger Schlemmersommer“ ihre Gäste mit einem Menü zum Preis von 59 Euro für zwei Personen. Für jeden Geschmack sollte etwas dabei sein, denn Tatar vom Thunfisch und Lachs auf Kartoffelrösti an Honig-Dill-Senf-Sauce oder patagonische Jakobsmuscheln mit Taboulé-Salat und Minz-Pfeffer-Pistou als Vorspeise, Saltimbocca vom Perlhuhn mit Schalottenjus, Bohnencassoulet und Basilikumrisotto oder mit Shiitakepilzen gratinierter Barsch auf Ingwerkarotten als Hauptgerichte und klares Erdbeersüppchen, Mandelkonfekt und Limetten-Schmandsorbet als Dessert sind nur drei von einer Vielzahl kulinarischer Köstlichkeiten. Alle teilnehmenden Restaurants und deren Menüs unter: www.hamburg-kulinarisch.de!



Exklusive Leuchten

Antiklampen und Schirmanfertigung

Stilleuchten Götzl

Inh. S. Menk

in 22145 Hamburg-Rahlstedt • Fasanenweg 2

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

Wir suchen!

Kommen Sie in unser Team!

Wir wachsen weiter und suchen eine/n Mediaberater/in als Verkaufsprofi. Arbeiten mit uns im Mediensektor als freier Handelsvertreter (Anzeigen, TV, Internet). Leistungsgerechte & attraktive Provisionen. Weiterbildung nach persönlichem Wissensstand. Gefragt sind Engagement und Verkaufstalent und relevante Vorerfahrungen. Wir bieten ein sehr gutes Vertragsgebiet und Produkte, die fast 20 Jahre erfolgreich auf dem Markt sind. Und natürlich ein nettes Team!



Beste Magazine für die schönste Stadt.

Bewerbungen bitte an: Magazin-Verlag Hamburg GmbH | Wolfgang E. Buss, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg | Infos: www.alster-net.de/jobs

Dieter Brose Meisterbetrieb · Innungsmitglied

Wir bieten Ihnen das ganze Programm!

- Individuelle Kaminanlagen • Kachelöfen aller Ausführungen
- Kaminöfen aller namhaften Hersteller • Schornsteinbau – Schornsteinsanierung

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Langenhorner Chaussee 691 a (Ecke Segeberger Chaussee)
Norderstedt • Tel. (040) 529 47 66 • Fax 526 15 04
www.KACHELOFEN- und -KAMIN.de

Erste Hilfe für Ledermöbel

Wir reinigen und restaurieren Ihre Ledermöbel, ausgebleichte Lederteile, speckige Stellen, Flecken, Risse und Abschürfungen – ohne Neubezug. Wir frischen Farben auf im Originalton oder färben um, z.B. von Braun auf Schwarz. Die Lederoberfläche wird dauerhaft restauriert, pflegeleicht gemacht und gegen Wiederanschmutzung geschützt. Besichtigung vor Ort, Angebot.



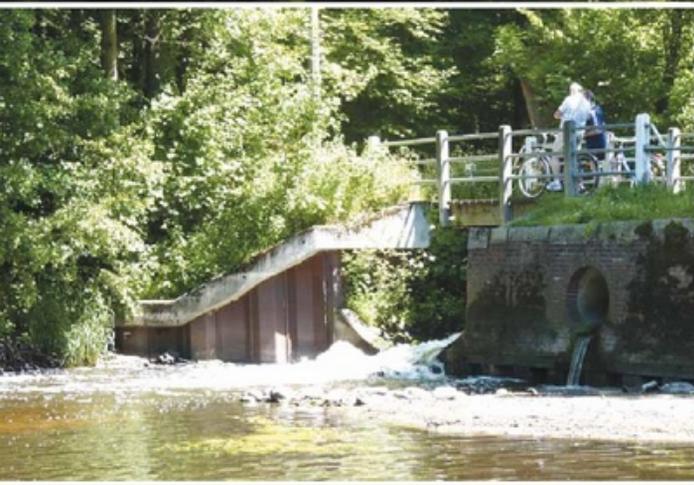
☎ 040 - 511 80 22 Andreas Schmidt
Borsteler Chaussee 85-99 Haus 16 • 22453 Hamburg



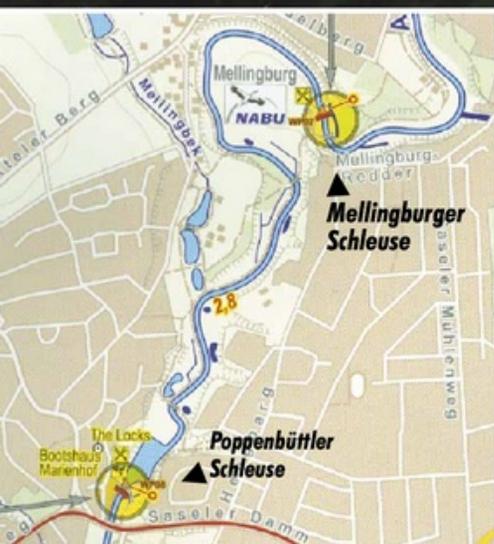
Ein fast venezianischer Charme erwartet die Flussfahrer auf dem Weg zu ihrem nächsten Ziel.



Während unsere Redakteure ihr Boot eigenhändig über die Schleuse schleppen müssen...



...können Fische die komfortable Fischtreppe unter der Brücke erklimmen, um die oberen Gebiete zu erreichen.



Die Wassersportkarte „Alster“ – bei Globetrotter erhältlich – zeigt die Route.

Immer auf der Hut: die Ringelnatter zieht sich bei Gefahr rasch ins Unterholz zurück.



Foto: NABU / K. Wesolowski

Das können Sie entdecken!

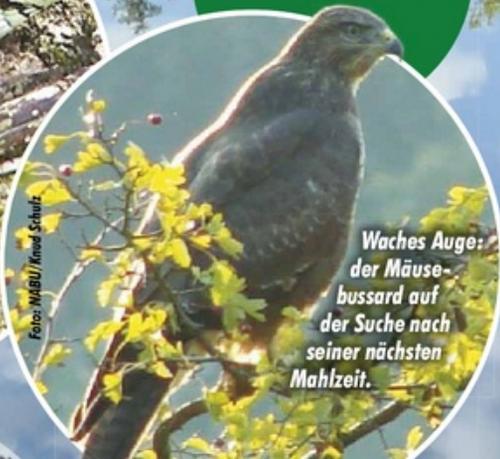


Foto: NABU / Ingrid Schütz

Waches Auge: der Mäusebussard auf der Suche nach seiner nächsten Mahlzeit.

Es grünt so grün: Die Alster ist im Sommer ein lohnenswertes Ausflugsziel!

Auf der Alster von Wohldorf bis Fuhlsbüttel

Fluss



Würden am liebsten das Paddel gar nicht mehr aus der Hand legen: Marisa Knierim und Christian Luscher.

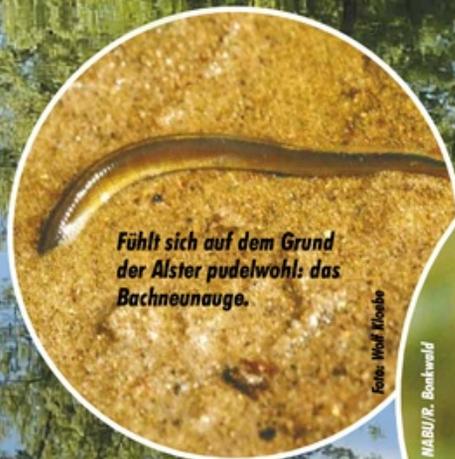
Teil II (3km):
Mellingburger Schleuse
bis Poppenbüttler
Schleuse

Nachdem wir in in der letzten Ausgabe von der **abenteuerlichen Alsterlaufahrt** zweier unserer Redakteure berichteten, zeigen wir im **zweiten Teil, welche Schätze die Tier- und Pflanzenwelt unserer Heimat noch zu bieten hat: z.B. flinke Frösche, nette Nattern und beutehungrige Bussarde!**

Während wir im Schweiß unseres Angesichts das Boot auf die andere Seite der Schleuse hieven, beneiden wir unsere schuppigen Freunde, die dafür eine eigens für sie errichtete Fischtreppe nutzen können. Wir lassen das Boot erneut zu Wasser und folgen dem Lauf flussabwärts. Brennt die Sonne zunächst noch heiß, fahren wir bald in die schattige Kühle unter dem dichten Blätterdach der Erlen und Kastanien, während wir das Naturschutzgebiet Mellingburger Alsterschleife umkreisen. Doch auch wir werden umkreist: nämlich von einem Mäusebussard, der uns Fremdlinge argwöhnisch von oben beäugt. Vielleicht hat er es aber auch nur auf einen Frosch oder eine Ringelnatter abgesehen. Diese lässt er sich nämlich gerne einmal schmecken. Doch heute muss er wahrscheinlich mit knurrendem Magen „ins Bett“ gehen, denn die beiden Alsterschleifenbewohner haben sich in den Hecken und Sträuchern gut versteckt! Wir freuen uns für sie und paddeln weiter. Im Lichte, das durch die Blätter aufs Wasser fällt, tanzen die Bläulinge. Diese Schmetterlinge lieben das Naturschutzgebiet, wohl auch wegen seines Blütenreichtums. Und der ist enorm: Einer von vielen Hinguckern ist der Orchideenbestand, der im südlichen Teil des Naturschutzgebietes vorbildlich ist. Übereifrige Besucher seien aber gewarnt: Der wahre Naturfreund genießt den Anblick, aber reißt die zarten Blumen nicht brutal aus!

Einige Paddelschläge später lichtet sich das grüne Dach und die Sonne kehrt wieder. Wir sind so hingerissen von der Schönheit all dessen, was wir bisher sahen, dass wir uns spontan entschließen, den heutigen Teil unserer Fahrt mit einer Extrarunde auf dem See vor der Poppenbüttler Schleuse ausklingen zu lassen, bevor wir erneut das Kanu an Land schleppen. mk/cl

abwärts II



Fühlt sich auf dem Grund der Alster pudelwohl: das Bachneunauge.

Foto: Wolf Kroebe



Laubfrosch oder verwunschener Prinz? Auf jeden Fall ein glitschiges Kerlchen!

Foto: NABU/Dr. Bohnkewitz

Die Mellingburger Alsterschleife:

Die Mellingburger Alsterschleife – betreut vom NABU Hamburg – wird von der Alster nahezu umflossen. Zentrum der Schleife ist ein sandiger, windgeschützter und durch Sonneneinstrahlung warmer Halbtrockenrasen. Die Besonderheit dieses Rasens ist seine Nährstoffarmut. Sie lässt eine sehr hohe Artenvielfalt zu. Libellen, Schmetterlinge, Heuschrecken, Käfer- und Wanzen, Solitärbiene und -wespen, Eidechsen, Frösche und Kröten, Fledermäuse und einheimische Brutvögel sind hier zu Hause. Aber auch Pflanzen wie z.B. der große Klappertopf, die Ochsenzunge und verschiedene Orchideen sind typische Vertreter dieses Lebensraumes. Tipp: In den Sommermonaten bietet der NABU fachkundige Führungen an. Infos unter www.NABU-Hamburg.de.



Anzeigen

Expertentipp von Andreas Otto, Facharzt für Augenheilkunde

Nie wieder müde Augenringe



Positive Ausstrahlung, Vitalität und eine gepflegte Haut gehören zu den Kriterien wahrer Schönheit. Unterschiedliche Faktoren führen jedoch zu altersbedingten Hautveränderungen und den traurigen Augenringen: geringe Flüssigkeitsaufnahme, häufige Sonnenbäder, Nikotin, Stress und verschiedene Krankheiten. Aufhalten können wir den Alterungsprozess nicht – aber wir können einiges tun, um ihn zu verlangsamen, besser auszusehen und uns besser zu fühlen. Gesunde, ausgewogene Ernährung und ein ausgeglichener Lebenswandel mit wenig Nikotin, viel Schlaf, Wasser und hinreichender Bewegung unterstützen ein gesundes

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

Augendiagnostik
Zentrum



ANDREAS OTTO
FACHARZT FÜR AUGENHEILKUNDE



**LASIK · Beauty
Contactlinsen**

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

ALLGEMEINE SPRECHSTUNDE
SPEZIELLE PRIVATSPRECHSTUNDE
HEEGBARG 2

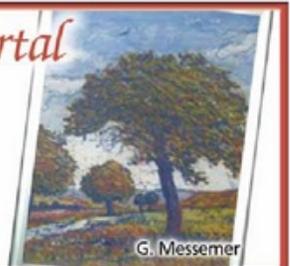
(DIREKT AM S-BAHN/BUS-BAHNHOF POPPENBÜTTEL)



Kunsthandlung Alstertal

Ihr Rahmenfachgeschäft
mit individueller Beratung
und großer Auswahl ganz
in Ihrer Nähe.

M. Stooß · Frahmredder 10
S-Bahn Poppenbüttel · Tel. 601 49 43
Di.-Fr. 9-13 Uhr und 15-18 Uhr, Sa. 10-13 Uhr



Schirme & me(e)hr

Schirme aller Art, Marktzubehör,
Balkonumrandungen,
Windschutz, etc.

Näharbeiten, Tauwerk und
allgemeine Reparaturen.

Anke Noll · Tel. 601 18 98
Langenstücken 38
22393 Hamburg
www.marktschirme-hamburg.de

**Wir verleihen für
Ihre Feier Zelte,
Tische, Bänke,
Stühle, Geschirr
und mehr ...**

Karin Rolof
Tel. 601 18 98

Langenstücken 38 · 22393 Hamburg
www.partyzelte-hamburg.de



Wenn Sie, verehrte Poppenbüttler Geschäftsleute, im Alstertal-Magazin Werbung schalten oder sich beraten lassen möchten, dann ist unsere Mediaberaterin Gabriele Bergerhausen für Sie die richtige Ansprechpartnerin.

Sie gibt Ihnen unter Tel.: 538 930 55 oder
0179 / 788 57 71 gerne nähere Informationen.



Anzeigen

Expertentipp von Bettina Thüs, Schülerhilfe-Leiterin in Hamburg-Poppenbüttel

Schulferien zum Lernen nutzen!

Ferien sind das Beste an der Schulzeit, keine Frage. Sonne und Meer, Zeit zum Entspannen, Zeit für Freunde und Hobbys. Doch die Ferien bieten auch eine gute Möglichkeit, Lernstoff aufzuholen, um dann beim Schulstart so richtig durchzustarten. Wer schlau ist, nutzt die Ferien clever, indem er Gelerntes vertieft und sich auf Nachprüfungen vorbereitet. Natürlich sollte dabei auch noch genügend Zeit zum Ferienmachen bleiben! Eine vernünftige Lösung sind Nachhilfe-Angebote, mit denen sich Schüler in nur wenigen Stunden und ohne Hausaufgabenstress auf das neue Schuljahr

vorbereiten können. Hier ist es auch sinnvoll, wenn jeder Schüler in genau den Bereichen fit gemacht wird, in denen er noch Defizite hat – egal, ob deutsche Rechtschreibung, englische Grammatik oder mathematische Formeln. In möglichst kurzer Zeit sollten auch relevante Lern- und Prüfungsinhalte für die Nachprüfungen vermittelt werden, um die Versetzungen zu meistern. Es existieren außerdem Kurse, die Grundschüler auf den Wechsel zur weiterführenden Schule vorbereiten.



Expertentipp von Marlies Stoob, Kunsthandlung Alstertal

Fotos: Kleine Geschenke ganz groß

Sie möchten ein aktuelles Foto verschenken, doch so nackt ist Ihnen das Präsent nicht ausdrucksvoll genug? Ein Rahmen sieht schon besser aus, aber trifft man auch den Geschmack des zu Beschenkenden? Unser Tipp: Lassen Sie sich ein Passepartout dazu anfertigen, für eine Standardgröße,

evtl. mit einer Verzierung in Form einer V-Linie, einem geprägten Namenszug oder einem speziell geformten Ausschnitt. Das Ganze wird dann in eine Klarsichttasche eingehüllt und stellt eine perfekte Präsentation als kleine Aufmerksamkeit dar. Zur Entscheidungsfindung können Beispiele oder eine Computersimulation eine wichtige Hilfestellung geben.



Augenlasern
ab 950 € pro Auge

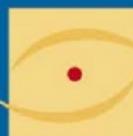


nice-eyes-one.de

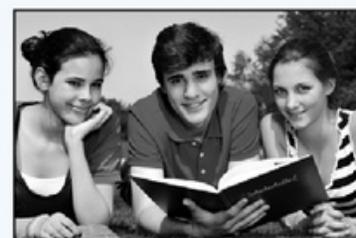
Infoabende unter nice-eyes-one.de

Tel. 040 - 611 826 07

Heegborg 2 · 22391 Hamburg



nice
eyes
one



Schlaue Ferien!

- Ferienkurse – individuell und effektiv für alle gängigen Fächer
- Vorbereitung auf die weiterführende Schule
- Englisch aktiv – Sprachtraining in kleinen Gruppen

GRATIS INFO-HOTLINE 8-20 Uhr **0800 - 194 1840**
www.schuelerhilfe.de

Beratung vor Ort: Mo.–Fr. 15.00–17.30 Uhr
Hamburg-Fuhlsbüttel,
Kleekamp 6, Tel. 040-50090452
Hamburg-Volksdorf,
Im Alten Dorfe 24, Tel. 040-60951812
Hamburg-Poppenbüttel,
Heegborg 12, Tel. 040-60298336

Schülerhilfe!

MEHR WISSEN, MEHR CHANCEN.



Anzeigen

Expertentipp von Christiane Schlüter, HYPOXI-Studio Alstertal

Mit HYPOXI gegen die Zeichen der Zeit

Älter werden und trotzdem aktiv sein – das ist für die Generation 50+ das oberste Ziel. Hier setzt die innovative HYPOXI-Therapie an, um auf natürliche Weise den Zeichen der Zeit entgegenzuwirken und zu einem frischen und straffen Aussehen zu verhelfen. Das Erfolgsrezept der HYPOXI-Therapie im Kampf gegen äußere Anzeichen des Älterwerdens beruht auf der Kombination von drei Komponenten: moderater Bewegung, Kompression zur Unterstützung der Lymphe/Venen und der Vakuum-Heilbehandlung, wie sie z.B. aus der Schröpfmassage bekannt ist. Somit eröffnet die Therapie ein neuartiges, effektives Wirkungsspektrum im Kampf gegen die Fettpolster an den Problemzonen. Der HYPOXI-Trainer L250 ermöglicht schonendes Fettverbrennungstraining speziell an Gesäß und Beinen. Basis des Geräts

ist die bis zur Hüfte reichende Unterdruckkammer mit integriertem Fahrradergometer. Die computergesteuerte, pulsierende Unterdruckbehandlung in der Kammer fördert die Durchblutung an den Problemzonen, was den Transport von Fettsäuren zu den Muskeln beschleunigt, wo sie endgültig verbrannt werden. Die komfortable Liegeposition entlastet den Körper während des Trainings weitgehend von seinem Gewicht und unterstützt den Rückfluss von Wasser- und Schadstoffeinlagerungen. Gezielte Fettverbrennung an Beinen und Po bei maximaler Entlastung der Venen und Lymphe sind unabhängig von Körpergewicht und Fitness für jeden Anwender möglich.



Expertentipp von Marina Ost, Leiterin Haspa, Individualkundencenter Poppenbüttel

Jeder zweite Mieter denkt an Wohneigentum



Die Nachfrage nach Sachwerten als Vermögensanlage ist gestiegen. Das zeigt auch das außerordentlich große Interesse am Wohneigentum – so das Ergebnis einer Erhebung der Hamburger Sparkasse, für die 800 repräsentativ ausgewählte Hamburgerinnen und Hamburger befragt wurden. Demnach lebt jeder dritte Hamburger im eigenen Haus oder in der eigenen Wohnung. Jeder zweite Mieter hat sich auch schon einmal mit dem Gedanken beschäftigt, Wohneigentum zu erwerben, 22 Prozent sogar sehr konkret. Mehr als die Hälfte der Mieter sind davon überzeugt, dass Wohneigentum langfristig eher billiger ist, als zur Miete zu wohnen. Die Weichen, von der Mietwohnung ins Eigentum zu wechseln, werden bereits in jungen Jahren gestellt. Im Alter zwischen 18 und 29 Jahren ist das Interesse mit 41 Prozent

am größten, aber der Gedanke wird noch nicht besonders ernsthaft verfolgt, wie 22 Prozent der Befragten angeben. Das ändert sich, wenn die Familie gegründet ist, Kinder da sind und das Einkommen steigt. So erwägen 40 Prozent der 30- bis 39-Jährigen ganz konkret das Investment in eine eigene Immobilie. Ob sie den Schritt auch wirklich in die Tat umsetzen, hängt von vielen Faktoren ab: Allen voran steht, das passende Objekt zu finden. Wichtig sind aber auch der bürokratische Aufwand und die Ausgestaltung der Finanzierung. Auch wir sagen unseren Kunden zurzeit, dass die Rahmenbedingungen für den Erwerb von Wohneigentum außerordentlich günstig sind. Die Hypothekenzinsen befinden sich auf historisch niedrigem Niveau. Und man darf nicht vergessen, dass Wohneigentum auch ein zentraler Baustein für die Altersvorsorge und eine sichere Form der Vermögensanlage darstellt.

Gutschein
Sichern Sie sich Ihr günstiges Hypoxi-Startpaket!
Spezielle Sommer-Angebote
Gültig bis 31.08.2010

HYPOXI-STUDIO ALSTERTAL

HYPOXI design your body

HYPOXI-Figurzentrum · Hamburg-Wandsbek
Wandsbeker Zollstraße 141-143 · 22041 Hamburg
Telefon: 040/68 91 65 53 · www.hypoxi-hamburg-wandsbek.de

HYPOXI-Studio Alstertal · Stadtbahnstraße 32a · 22393 Hamburg
Telefon 040/38 65 07 34 · www.hypoxistudio-alstertal.de

DR. HANS HERO HEEREN DR. KLAUS KÜBERLING

ZAHNÄRZTE

TÄTIGKEITSSCHWERPUNKT: IMPLANTOLOGIE

BESONDERE LEISTUNGEN:
IMPLANTOLOGIE, LASERBEHANDLUNG (CHIRURGIE), PROFESSIONELLE ZAHNREINIGUNG, INDIVIDUALPROPHYLAXE, FISSURENVERSIEGELUNG, BLEACHING (ZAHNAUFHELLUNG), GEBISSSCHUTZ FÜR SPORTLER, KNIRSCHER-SCHIENE, FUNKTIONSANALYSE, PRAXISLABOR

HEEBARG 10A, 22391 HAMBURG (POPPENBÜTTEL)
ÄRZTEHAUS GEGENÜBER DEM AEZ
TEL. 040 / 606 27 77



Anzeigen

Expertentipp von Sylvia Schacht

Pflege für sonnengestresstes Haar

Da sind sich Haut und Haare einig: Die richtige Sonnenpflege bewirkt Wunder und ist ein Muss für einen unbeschwerten Sommer. Äußere Einflüsse wie UV-Strahlen, Hitze, Salz- oder Chlorwasser setzen der Haut und den Haaren gleichermaßen zu, da sie aus ähnlichen Proteinen bestehen. Deshalb sollte Sonnenschutz fürs Haar ebenso eine Selbstverständlichkeit sein wie für die Haut. Ergänzen Sie Ihre tägliche Haarpflege durch einen nährstoffhaltigen und feuchtigkeitsspendenden Conditioner, der auf Ihre Kopfhautbedürfnisse abgestimmt ist. Vor

allem bei feinem Haar, da es besonders schnell austrocknet. Verwenden Sie bei längeren Sonnenbädern UV-Schutz-Produkte, insbesondere in der Mittagssonne. Waschen Sie Ihr Haar nach dem Schwimmen grundsätzlich mit einem sanften Shampoo, das Rückstände entfernt und das Haar vor Schädigungen und Verblasen schützt. Und denken Sie daran: Warme Sommerwinde haben die gleiche Wirkung wie ein Haartrockner.



Moderner Büro- oder Praxisraum
 in einer Psychotherapiepraxis in Poppenbüttel beim AEZ zu vermieten.
 Auch tageweise möglich. Raumgröße ca. 13 qm.
 info@psychotherapiepraxis-altertal.de oder 040 - 69 79 57 92



DR. KATHARINA DORANDT
 ZAHNARZTPRAXIS
 FÜR KINDER

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




Dr. Engeln & Schomaker
we care for your smile
Praxis für Zahnheilkunde

Bohren? Nein. Danke!®



- Endodontie / Wurzelbehandlung
- Funktions- und Schienentherapie
- Parodontose / Zahnerhaltungstherapie
- Vollnarkose / Sedierung
- Individual-Prophylaxe

Heegbarg 13 • am AEZ in Poppenbüttel • 22391 Hamburg
 Tel.: 040 / 602 39 49 • www.zahnarzt-hamburg.biz

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




KLIMATISIERTE RÄUME

**COIFFEUR-
TOPADRESSE**
 IN HAMBURG

- DAMEN UND HERREN
- PHILOSOPHIE DES TROCKENHAARSCHNITTS
- BERATUNG UND STYLING

**SYLVIA
SCHACHT**

HEEGBARG 6
 22391 HAMBURG
 TEL.: 611 929 56
 WWW.SYLVIASCHACHT.DE
 MO. GESCHLOSSEN
 DI. - FR. 9.30 - 19.00 UHR
 SA. 9.30 - 16.00 UHR

Anzeige

**Entspannung
einmal anders –**

die Edelstein-Massage

Amethysten, kundige Massagegriffe und eine sommerliche Bodylotion – das sind die Zutaten der exklusiven Sommermassage im AMAYANA des MeridianSpa Alstertal.

Wirkung. Man muss nicht zwangsläufig an die Wirkung des Amethysten glauben, um die neue Edelstein-Massage im AMAYANA des MeridianSpa Alstertal zu genießen. Aber wer sie einmal ausprobiert hat, ist überzeugt, dass die Quarze ihren Teil dazu beigetragen haben, dass man sich nach der Massage so frisch und voller Energie fühlt. Die Edelstein-Massage beginnt mit lockeren Massagegriffen und der erfrischenden Bodylotion von AMAYANA face & body, die sanft über den ganzen Körper ausgestrichen wird. Die geschmeidige Pflege mit dem sommerlichen Duft lässt den Alltag vergessen und öffnet alle Sinne für das, was jetzt folgt: Nach der ersten Entspannungsphase lässt der Masseur in sanften Bewegungen die angenehmen

Amethystquarze regelrecht über den Körper fließen. Leichte Ausstreichungen im Gesicht sind der Abschluss dieser einzigartigen Sommermassage. Und spätestens

wenn der Augenstein auf dem Scheitel-Chakra ruht und man spürt, wie die Verspannungen sich lösen, erlebt man, wie positiv der Amethyst wirkt.



Die Kombination aus Ganzkörpermassage, Bodylotion und glatten Amethystquarzen bewirkt wahre Entspannungswunder. Schon seit der Antike ist der Amethyst für seine reinigende und ausgleichende Wirkung bekannt und auch Hildegard von Bingen schätzte den Edelstein für seine Haut verschönernde

**Edelstein-Massage vom
18. Juli bis 30. September 2010:**



Kosten: ca. 50 Min. 59 Euro.
Bodylotion AMAYANA face & body: 200 ml 28 Euro.

Terminvereinbarungen direkt im MeridianSpa Alstertal oder telefonisch unter 040/65 89-14 90. Weitere Informationen erhalten Sie auf www.meridianspa.de.



Expertentipp von Priv. Doz. Dr. med. Martin Bökmann, Internist

Anzeigen

Vertrauen ist gut, Vorsorge ist besser

Während noch vor einiger Zeit Gesundheitsvorsorge als wichtig und richtig anerkannt wurde, kommen in letzter Zeit immer wieder Fragen auf, ob nicht zu viel Vorsorge schade. Krankenkassenfunktionäre der gesetzlichen Kassen halten sich für weitere Präventionsangebote bedeckt, weil sie Geld kosten. Die Politik findet Prävention wichtig, zögert aber aus ärztlicher Sicht neue Präventionsprogramme hinaus. Dennoch können gesetzlich Versicherte und natürlich auch privat Versicherte die Kinderuntersuchungsprogramme der jeweiligen Altersstufe nutzen. Für Erwachsene ab dem 35. Lebensjahr gilt, dass sie alle zwei Jahre eine allgemeine körperliche Untersuchung erhalten können, dazu werden der Blutzucker und der Cholesterinwert bestimmt sowie der Urin untersucht. Ebenso gibt es eine Hautkrebsvorsorgeuntersuchung ab dem 35. Lebensjahr bei speziell weitergebildeten Allgemeinärzten und Hautärzten. Krebsvorsorgeprogramme für Frauen und Männer sowie Darmkrebsvorsorge durch Stuhlproben und Darmspiegelung ergänzen das Programm. Eine wichtige und etablierte Vorsorge sind Impfungen. Es ist bekannt,

dass Frauen die Vorsorge häufiger nutzen als Männer, insgesamt werden aber Vorsorgeprogramme nicht so gut angenommen, wie es für die Gesundheit erforderlich wäre. Es wird viel spekuliert, warum Männer die Vorsorge weniger nutzen als Frauen: Frauen haben möglicherweise mehr Kontakt zum eigenen Körper und wissen, dass nicht immer alles funktioniert. Das Nichtfunktionieren des Körpers kann existentiell verunsichern und macht Angst. Wegschauen und hoffen, dass „nichts Schlimmes“ im Körper steckt, beruhigt aber nicht wirklich. Ärztlicherseits wird daher empfohlen, Gesundheitsvorsorge zu betreiben, um rechtzeitig Auffälligkeiten anzuschauen, zu analysieren und abzuwenden. Das erfordert Mut. Die eigene Gesundheit als Projekt zu verstehen und ernst zu nehmen zeigt Charakterstärke für sich und seine sozialen Netze. Wir Ärzte wissen, dass frühzeitige Erkennung von Krankheiten die beste Behandlung ermöglicht und wir freuen uns immer wieder über die zufriedenen Gesichter von Patienten, bei denen wir nichts gefunden haben.



Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie
Dr. Dr. Norbert J. J. Bock
Dr. Dr. Sebastian Flinzberg
Kritenbarg 7
Telefon: 040 - 6 06 60 14



Internistisch-neurologische Praxis
PD Dr. Martin Bökmann
Dr. Christine Eysel, Dr. Eva Leue
Dr. Marion Anne Vössing
Heegbarg 10
Telefon: 040 - 6 02 40 66



Physiotherapeutin
Marett Carstensen
Heegbarg 2
Telefon: 040 - 6 06 97 79



Kinderzahnärztin
Dr. Katharina Dorandt
Heegbarg 4
Telefon: 040 - 61 13 60 70



Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Dr. Hans-Rudolf Drunkenmölle
Heegbarg 9
Telefon: 040 - 6 02 47 51



Zahnärzte und Prophylaxepraxis
Dr. Matthias Engeln
Sven Schomaker
Heegbarg 13
Telefon: 040 - 6 02 39 49



Fachärztin für Innere Medizin und Naturheilverfahren
Dr. Apama Haskan
Heegbarg 14
Telefon: 040 - 64 42 42 26



Zahnärzte
Dr. Sabine Kuhn, Dieter Kappes
Dr. Kathrin S. Peters
Heegbarg 10
Telefon: 040 - 6 06 99 51



Fachärzte für Frauenheilkunde
Dr. Sandra Nachtigäller
Dr. Andreas Lesny
Heegbarg 10
Telefon: 040 - 6 02 15 15



Facharzt für Urologie
Dr. Stefan Lohmann
Heegbarg 14
Telefon: 040 - 6 02 28 00



Logopädin
Merja Mikkola
Heegbarg 4
Telefon: 040 - 78 89 60 06



Facharzt für Augenheilkunde
LASIK & Augendiagnostikzentrum
Dr. Andreas Otto
Heegbarg 2
Telefon: 040 - 53 04 88 77



Fachärzte für HNO
Dr. Volker Rennert
Dr. Rudolf Rüter, Claudia Pyttlik
Heegbarg 2
Telefon: 040 - 6 02 33 37



Psychologische Psychotherapeutin
Judith Veit
Kritenbarg 18
Telefon: 040 - 69 79 57 92



Fachärzte für Orthopädie
Dr. Jörg Wagner
Dr. Jürgen Schneeberger
Heegbarg 8
Telefon: 040 - 6 02 19 40



Ergotherapeutinnen
Anke Schledz-Waldeck
Angela Lein
Heegbarg 2
Telefon: 040 - 64 53 22 72



Facharzt für Innere Medizin, Onkologie und Hämatologie
Dr. Thomas Alexander Walter
Heegbarg 8
Telefon: 040 - 41 91 05 85

Ihr Gesundheitsnetzwerk in Hamburg/Poppenbüttel

Besuchen Sie uns in unseren Praxen oder im Internet unter

www.AlstertalMed.de

damit Sie rundum gut versorgt sind



Han
 BEERDIGUNGSINSTITUT
 "St. Anshar von 1880"
 Bernh. Han & Sohn

Tel.: 600 18 20

Saseler Damm 31, - Fachwerkhaus -
 22395 Hamburg und
 Wandsbeker Chaussee 31, 22089 Hamburg
 Tel.: 25 41 51 61
 info@han-bestatter.de

Erd-, Feuer-, See- und anonyme Bestattungen

Profi für Aufstell- und Soundlösungen

Reparaturen · Beratung · Verkauf · Service · HiFi · Video · DVD · Sat-
 Anlagen · Digital-TV · LCD-Flachbildschirme · NEC- Projektoren · DVB-T
 Kabel digital · T-DSL · Digital Home Cinema-Komponenten

J. MELLE + SOHN
 Elektro- u. Fernseh-Meisterbetrieb
 Ihres Vertrauens · Meisterwerkstatt
Full-HD-TV-Profi

Poppenbüttler Hauptstraße 11
 22399 Hamburg · Tel. 602 22 41

YAMAHA BOSE www.j-melle-sohn.de

Geöffnet: 8.30 – 13.00 Uhr und 14.15 – 18.30 Uhr · Sa. 9.00 – 13.00 Uhr



Wir schaffen Paradiese

Neu- und Umgestaltung · Pflaster- und Plattenverlegearbeiten
 Baumfällarbeiten · Stubbenfräsen · Regenerationsschnitt
 Teichbau · Pflegearbeiten · Zaunanlagen · Schneeräumung



RGW Garten- und Landschaftsbau
 Rolf-Günter Winckler, Gödersonweg 4, 22399 Hamburg, Tel. 606 64 94, www.rgw-winckler.de

GLASEREI IM ALSTERTAL
 B. DENKER GMBH

- ◇ Fenster, Türen und Velux-Fenster
- ◇ Ganzglastüren und Trennwände
- ◇ Spiegel und Glasplatten
- ◇ Glasduschen
- ◇ Reparatur-Schnelldienst
- ◇ Versicherungsschäden

Wir bieten mehr als **GLAS**

Poppenbüttler Bogen 35, 22399 Hamburg
 Tel.: 602 37 64 · Fax: 606 42 57
 glaserei-im-alstertal@web.de

Hamburger Herbstempfang ehrt soziales Engagement

Viele machen

Mitmachen, Gutes tun und dafür noch belohnt werden! Das ermöglicht der große Preis des Hamburger Herbstempfanges.

Er ehrt junge Menschen, die sich sozial engagieren. Ein Schwerpunkt der diesjährigen Preisverleihung, so viel kann schon verraten werden, sind Integrationsprojekte. Denn viele junge Leute, die in unserer Stadt sozial aktiv sind, setzen ein Zeichen im Bereich Integration. Das, aber auch der Einsatz in allen anderen Bereichen wie Senioren-, Kinder- oder Behindertenbetreuung, soll belohnt werden!

Der tolle Erfolg des vergangenen Jahres hat wieder zahlreiche prominente Hamburger veranlasst, die faszinierende Idee, junge Menschen zu ehren, zu unterstützen. Die Idee stammt ursprünglich von Ole von Beust, der gemeinsam mit Verleger Wolfgang E. Buss betonte: „Wir müssen, statt die Jugend zu kritisieren, die positiven Beispiele zeigen und öffentlich machen.“ Die Bewerbungsphase läuft auf vollen Touren, aber noch können sich junge Leute mit ihren sozialen Projekten bei uns bewerben! Details siehe Kasten rechts.

Bei der Preisverleihung im vergangenen Jahr dabei: Schauspieler Patrick Bach aus Duvenstedt, HSV-Manager Bernd Wehmeyer aus Lemsahl und Ex-Fußballprofi Thomas Hellmer (v.l.).



Sieger, Jury und Laudatoren von 2009. Bei der Verleihung des großen Preises des Hamburger Herbstempfanges gab es strahlende Gesichter und Freudentränen. 2010 soll noch schöner werden. Zu den Preisen ist ein weiterer hinzugekommen – Ian Karan stiftet einen Ehrenpreis für ein Integrationsprojekt.



junger Menschen! Noch laufen die Bewerbungen!

wieder mit!



Förderer und Mäzen Ian Karan aus Wellingsbüttel. Auch er unterstützt die Aktion.

Mitmachen – so geht es!

Jugendliche ab dem 13. Lebensjahr können sich bewerben oder von Eltern, Verwandten, Lehrern sowie Freunden und Bekannten vorgeschlagen werden. In der Bewerbung muss die Arbeit oder das soziale Engagement so beschrieben sein, dass sich die prominent besetzte Jury ein deutliches Bild verschaffen und entscheiden kann, wer gewinnt. Die Laudatio zur Siegerehrung übernehmen ebenfalls prominente Persönlichkeiten aus der Stadt. Gestiftet wird der Preis von der Hamburger Sparkasse.

Bewerbungen bitte einsenden an: Alstertal-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder per E-Mail an: j.ehmsen@alster-net.de.
Einsendeschluss: September 2010.

jirrmann
Sonnenschutzsysteme
Inh. Matthias Englert

Ihr Rollladen- und Markisen-Spezialist



Rund um die Sonne

- Rollladen
- Markisen
- Jalousien
- Antriebe
- Steuerungen
- Reparaturen
- Service
- Insektenschutz

Moorhof 11 • 22399 Hamburg
Tel.: 040/724 20 37
FAX: 040/724 94 89
www.jirrmann-sonnenschutzsysteme.de

Beratung
Planung
Ausführung
Kundendienst

muhs

Sanitärtechnik
Jörgen Muhs GmbH
Klempner- u. Installateurmeister

Seniorenbäder
Gasgerätewartung

Sanitärtechnik • Bauklempnerei
Gasheizung • Rohrleitungsbau
Bedachung

Poppenbütteler Bogen 9
22399 Hamburg
Tel. 606 60 49

HOTEL ROSENGARTEN
Das kleine feine Garni-Hotel im Alstertal
Inhaber: Erwin Randel



10 moderne Zimmer
DG-Studio mit Pantry
2-Zi-Apartment mit Küche
Familienfeiern ab 15-40 Personen

Poppenbüttler Landstr. 10 • 22391 Hamburg
Telefon: 040 - 608 714-0 • www.hotel-rosengarten-hamburg.de

EP: Sommer die DVB-T
Fachleute
ElectronicPartner

TV, Video, HiFi, Telecom, PC, Multimedia

Wir meistern jede Reparatur ...
... auch wenn Sie das Gerät nicht bei uns gekauft haben.

**LCD + PLASMA TV
IM ANGEBOT**

- Schnell
- Zuverlässig
- Preiswert

Shopping im Internet
über 4000 Artikel ständig
online bestellen.
www.ep-sommer.de

Harksheider Straße 8 • 22399 Hamburg • 0 40/6 02 16 59 • Fax: 0 40/60 67 95 46

GOEBEL & HIRSCH
RECHTSANWÄLTE

§ FAMILIENRECHT • ERBRECHT • ARBEITSRECHT §

POPPENBÜTTLER HAUPTSTR. 13 • TEL. 606 79 226
WWW.ALSTERANWALT.DE

KANZLEI AHRENS

Steuerberater

Wilfried Ahrens

Rechtsanwalt

Marc Ahrens

Airport-Center (Haus C)

Flughafenstraße 52 A • 22335 Hamburg

Tel. 53 29 91 29 • www.kanzlei-ahrens.de



WILLY J. ROHDE GmbH
Meisterbetrieb und Innungsmitglied

- ✓ Reparaturverglasung
- ✓ Neuverglasung
- ✓ Glasduschen & Türen
- ✓ Spiegel
- ✓ Glastüren & Wände
- ✓ Fenster & Türen
- ✓ Insektenschutz

Blinde Fenster?

Isolierglas-Sanierung ohne Glastausch

www.glas-rohde.de • Tel. 0 40 / 6 03 76 51



- 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

Verteiler gesucht!

Für Lemsahl,
Sasel,
Volksdorf,
Bergstedt und
Wellingsbüttel.

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



Startet nach der Sommerpause mit einem spannenden Gerwerketag rund ums Thema historischer Hausbau: das Museumsdorf Volksdorf.

Gewerketag im Museumsdorf Volksdorf

Erfahren Sie am 29.08. im Museumsdorf Volksdorf alles Wissenswerte zum Thema „Traditioneller Hausbau und Hauswirtschaft“. Am ersten Gewerketag nach der Sommerpause werden u.a. Fragen beantwortet wie: Können althergebrachte Techniken heutzutage Vorteile haben? Aber auch eine anschauliche Präsentation zeigt damalige Arbeitsweisen, Werkzeuge und Materialien für Haus und Hof. Für die Kinder gibt es natürlich wieder jede Menge zu sehen, zu helfen und zu basteln. Für Verpflegung, Kaffee und Kuchen ist gesorgt.

„De Spiekerlüüd“ freuen sich auf Ihren Besuch. Eintritt: Familien (Nichtmitglieder) 8 Euro; Familien (Mitglieder) 5 Euro; Nichtmitglieder 3,50 Euro; Mitglieder 2 Euro; Schüler 1 Euro. Tipp für Wanderer und Heimatforscher: Merken Sie sich jetzt schon einmal Dienstag, den 31. August vor – dann geht es um 16 Uhr im Zuge der heimatkundlichen Wanderungen mit Heinz Waldschläger vom U-Bahnhof Buchenkamp (U1) aus nach Wulfsdorf. Circa zwei Stunden später treffen Sie am Ausgangspunkt wieder ein.

Buschmänner in Volksdorf

Werner Pfeiffer aus Windhuk hält auf Einladung des **Kulturkreis Walddörfer e.V.** am 4. August um 20 Uhr den Lichtbildvortrag „**Buschleute früher und heute**“ in der Ohlendorff'schen Villa, Im Alten Dorfe 28. Pfeiffer gibt bei seinem Vortrag einen Einblick in deren Leben in Namibia als Jäger und Sammler; ihren Ursprung, die alte Lebensweise, die Geschichte seit dem Eintreffen schwarzer sowie weißer Kolonisten und in ihr heutiges Da-

sein. Dabei wird der Vortragende von vier Buschleuten begleitet, die bei dieser Gelegenheit einige ihrer Fähigkeiten demonstrieren – z.B. Schmuck herstellen, Jagdgeräte zeigen und erklären. Schmuck und andere traditionelle Gegenstände werden zum Kauf angeboten. Alle Einnahmen dieser Benefizveranstaltung werden „Living Culture Namibia e.V.“ für die Arbeit in Afrika zur Verfügung gestellt. Eintritt: 10/erm. 8,50 Euro.



Sichtbarer Erfolg: Auf der vom NABU betreuten 4ha großen Streuobstwiese wurden im Laufe der Jahre 126 Obstbäume gepflanzt.



Britta Reimer beim Entfernen des Jakobsgreiskrauts – im Hintergrund die kürzlich errichteten Steinhaufen.

Einsatz für eine vielfältige und gesunde Natur

Mitglieder des Naturschutzbundes (NABU) Hamburg Walddörfer trafen sich auf der von ihnen betreuten Streuobstwiese in Duvenstedt, um dort dem Jakobsgreiskraut Herr zu werden. „Die Pflanzen sind besonders für Pferde und Rinder hochgradig giftig und schädigen besonders die Leber der Tiere“, weiß Karl-Heinz Nimtz, der zuständige Betreuer der ca. 4 Hektar großen Fläche, auf der sich derzeit 126 Obstbäume auch seltener Arten befinden. Außer für Pflegearbeiten ist der Zutritt zur Wiese nicht gestattet. Mit dem Spaten haben die Naturschützer die Pflanzen samt Wurzeln aus der Erde geholt, rechtzeitig bevor diese in nächster Zeit zu blühen beginnen und sich durch Vermehrung noch weiterverbreiten. „Es ist eigentlich eine Sisyphus-Arbeit, denn im nächsten Jahr können wir diese wiederholen“, so Nimtz. Notwendig ist sie jedoch besonders auf Grund der angrenzenden Pferdeweiden, zu denen die Saat sonst herüberfliegen könnte. Bei einem Arbeitseinsatz vor wenigen Wochen errichteten die Ehrenamtlichen

einige Steinhaufen, die hoffentlich u.a. von Eidechsen, aber auch Insekten bei Sonne als Ruheplatz angenommen werden. Auch der Steinschmätzer mag solche Plätze und könnte mit viel Glück dort sogar brüten. Wenn auch Sie beim nächsten Mal dabei sein wollen: Der NABU Walddörfer trifft sich an jedem ersten Dienstag im Monat um 19 Uhr „Op'n Böhn“ in der Volksdorfer Schulkate („Eulenkrug“), Im alten Dorfe 60, und freut sich über neue Interessenten!

Was ist eine Streuobstwiese?

Eine traditionelle Form des Obstbaus, bei der hochstämmige Obstbäume meist unterschiedlichen Alters und unterschiedlicher Arten und Sorten auf einer Wiese stehen, die ohne Einsatz synthetischer Behandlungsmittel bewirtschaftet wird. Dadurch bietet sie vielen Tierarten einen wertvollen Lebensraum.



**Heizöl
Diesel
Holzpellets**
in Markenqualität



*Zuverlässig
seit Generationen...*

**Liefer-Ruf:
040/607 0136**

Bernd Iden GmbH
Poppenbütteler Ch. 9
22397 HH-Duvenstedt
Fax: 040 607 27 31
www.iden-heizuel.de



Meisterbetrieb für Maler- u. Lackierarbeiten

Wragekamp 2
22397 Hamburg Duvenstedt
Tel.: 040/ 608 40 21
Fax: 040/ 608 43 77
info@meuthien.de

H. Meuthien & Sohn
farbe... und mehr

Calvin Klein,
Camel, CK,
Fendi, Jaguar,
Jil Sander,
Joop, Nike,
Porsche,
Ray Ban ...

Beate Rudloff
OPTIK

SEHENSWERT

Duvenstedter Damm 62a
22397 Hamburg - Duvenstedt
E-Mail: beate.rudloff@web.de
Tel. 040 6071025

Anzeige

Das Mobile Gardinenstudio

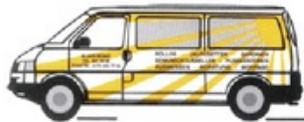
Beratung – Ausmessen – Montage



Der Name ist Programm. Das Mobile Gardinenstudio von Klaus Benke kommt direkt zu Ihnen ins Haus, sodass lange Anfahrtswege in ein Geschäft wegfallen. Im Transporter des Raumausstatters befinden sich sämtliche Muster, was eine kostenlose Beratung vor Ort, unter Berücksichtigung der räumlichen Gegebenheiten, möglich macht. Ein Anruf genügt und der Fachmann bietet individuelle Lösungen von A bis Z und vor allem alles aus einer Hand an. Zum Sortiment gehören Gardinen, Rollos, Jalousetten, Plissees, Senkrechtlamellen

und Zubehör. Wenn der Kunde es wünscht, kommt Klaus Benke auch nach 18 Uhr oder sonnabends.
www.mobiles-gardinenstudio.de

DAS MOBILE GARDINENSTUDIO
 KOMMT ZU IHNEN NACH HAUSE!
 ANRUF GENÜGT!
 TEL. 040 - 601 26 96



K. Benke
 Hamburg-Sasel
 Nur telefonische Anmeldung:
 Tel.: (040) 601 26 96

Jetzt entdecken:

www.alstertal-magazin.de



droste

markisen | rollläden | jalousien | terrassendächer

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

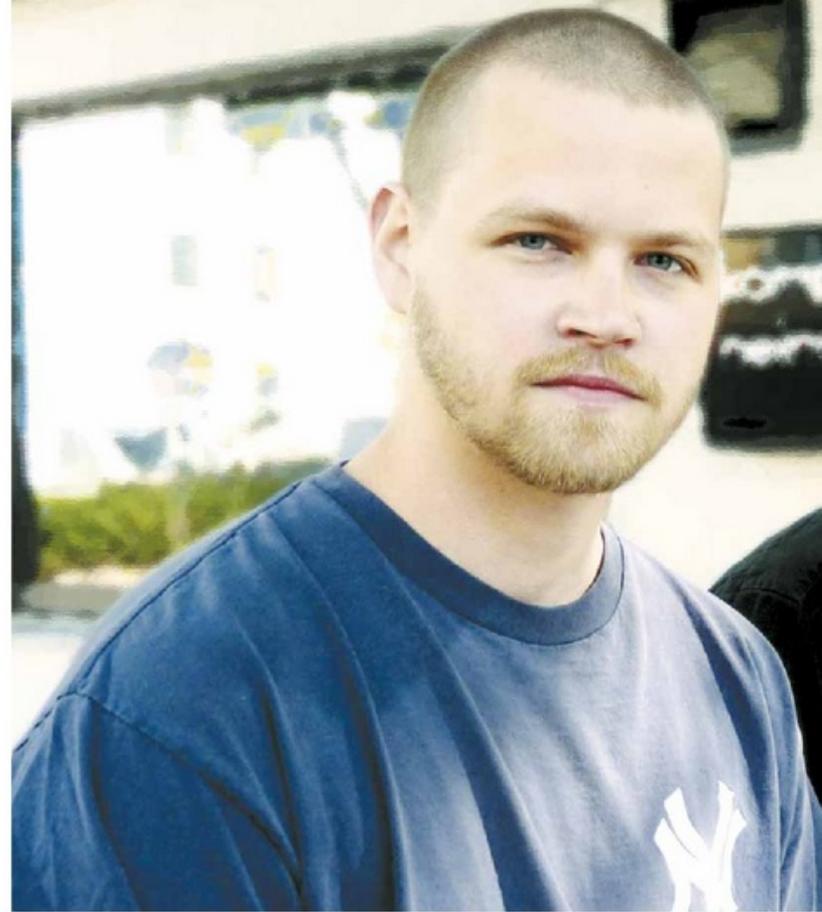
filialen: eppendorfer weg 266
 tel.: 040 - 300 607-20

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

www.markisen-droste.de



FACHBETRIEB
 Rollladen- und
 Sonnenschutz-
 techniker
 Handwerk



Saseler Hiphopper „Eljot Quent“:

„Hamburg ist derbe drauf“

Die Saseler Hiphop-Combo „Eljot Quent“ gibt es erst seit wenigen Monaten, sie hat sich aber schon einen beachtlichen Fankreis erspielt. Ihre Single stieg bei Amazon prompt in die Hiphop-Top-Ten. Wir sprachen mit Len und Müwie von „Eljot Quent“ über Glaubwürdigkeit, Hamburg und den ZDF-Fernsehgarten.

Alstertal-Magazin: Wie fing alles an?

Müwie: Ich hatte früher eine eigene Band, Len hatte eine eigene Band, wir wohnten beide in Sasel.
Len: Wir sind zwar öfter zusammen aufgetreten, haben aber nie wirklich zusammengearbeitet. Im letzten Jahr sagten wir: Komm, wir machen ein Projekt zusammen. Da haben wir uns für deutsche Texte entschieden...

Eine bewusste Entscheidung?

L: Das kam aus dem Blut. Ich habe jahrelang englische Musik gemacht, wollte jetzt aber auch das, was mir am Tag so passiert, in Text umwandeln können. Da wurde aus Englisch Deutsch.

Kann man auf Deutsch andere Dinge sagen?

L: Liebeslieder sind auf Englisch vielleicht einfacher zu schreiben. Ich merke aber immer mehr, dass



Hip-hop-Newcomer:
Len (l.) und Müwie
von „Eljot Quent“

die deutsche Sprache für mich eine bessere Wirkung hat.

Ihr kommt beide ausgerechnet aus dem beschaulichen Sasel... kann man da glaubwürdigen Hip-hop machen?

L: (lacht) Das war mit 16 vielleicht noch unser Problem. Aber was soll ich vom Leben aus dem Ghetto erzählen, wenn ich vielleicht mal durchgefahren bin? Da habe ich für mich interessanteres Material gefunden.

Zum Beispiel die Stadt Hamburg, wie in eurer aktuellen Single „Derbe drauf“. Wie kam es dazu?

M: Wir saßen in diesem sechsmonatigen Winter im Studio und merkten, obwohl der Winter so streng war: Die Stadt lebt weiterhin! Die Alster war zugefroren, tausend Leute waren drauf, es war gute Stimmung, man konnte abends weggehen und nach wie vor Spaß haben. Das war für uns die Inspiration: In dem Sinne ist Hamburg derbe drauf, weil immer was geht.

L: Bei den Themen gibt es im Grunde keine Grenzen. Wir machen eben keinen Ghetto-Hip-hop. Vielleicht trifft es „positive Hip-hop-Musik“ am besten.

Erbauungs-Hip-hop?

M: (lacht) Wir haben nicht das Ziel, Leute zu missionieren. Aber die Stimmung des Liedes muss einfach stimmen. Es muss sich für uns gut anfühlen.

L: Es muss nicht immer heile Welt sein, kann auch ruhig mal ernst werden. Aber letztendlich müssen wir drinstecken.

Wie ging es dann mit Eljot Quent weiter?

M: Wir haben im Winter letzten Jahres mit den Vorbereitungen angefangen und hatten dann im Februar im Winterhuder „freundlich+kompetent“ unser erstes Konzert gespielt. Die Premiere war ein Erfolg. Es war knallvoll. Und so ging es dann weiter.

Und wohin soll's gehen?

M: Wir sitzen gerade an unserem ersten Album. Aber ansonsten wollen wir halt richtig viel spielen. Deshalb machen wir zusammen Musik. Ich habe das Gefühl, wir können gar nicht groß genug spielen.

Also wenn eine Einladung vom ZDF-Fernsehgarten käme, wärt ihr dabei?

L: (lacht) Das wär stark.

M: Ja! Da hätte ich richtig Bock drauf.

Christian Luscher

Infos zur Band!

Eljot Quent stehen als nächstes am 29. Juli beim Dock 10 am Hamburger Hafen (Nähe S-/U-Landungsbrücken) auf der Bühne. Mehr Infos auf www.eljotquent.com im Internet. Die Single gibt's bei iTunes und Amazon zum Download!



2 x in Ihrer Nähe:

Dr. med. Christine Adler

Dr. med. Georg Preußner · Andreas O. Möckel

Fachärzte für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Praxis in Sasel / Wellingsbüttel

Kunastraße 1 · 22393 Hamburg

040 / 601 98 16

Praxis in Bramfeld / Farmsen-Berne

Pezolddamm 141 · 22175 Hamburg

040 / 640 94 74

www.preusser-moeckel.de

Neu: Hebammensprechstunde

Lassen Sie die
Nacht nicht zur
Qual werden!
Wir helfen
Ihnen!



Bevor wir etwas empfehlen, reden wir erst miteinander. Über Ihre Schlafgewohnheiten, Ihr Wärmebedürfnis, eventuelle Nacken- oder Rückenprobleme. Danach können Sie sicher sein, von uns nur das zu bekommen, was Ihrem Schlaf förderlich ist.



Lars Benke

AGR-zertifizierter Schlafberater. Fachseminare (u.a. bei Prof. Dr. Jürgen Zulley / Universitätsklinik Regensburg), sowie langjährige Tätigkeiten in der Bettenindustrie bilden die Grundlage für kompetente Beratung auch für die Themen Schlafklima und Hausstauballergie.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin!

Nutzen Sie die
Erfahrung
unserer
Schlafberater.
Wir freuen uns
auf Sie!

KOMPETENZ SEIT 1924
benke

Am Saseler Markt
Waldweg 2-6
22393 Hamburg
Tel.: (040) 601 79 85

P
Kundenparkplätze
Einfahrt Berner Weg



Mitmachen: Charity-Aktion von RTL und dem Alstertal-Magazin

Der Magazin Verlag (Alstertal-Magazin) ist neben der ECE und WAGS events Hamburg offizieller Partner des diesjährigen RTL-Spendenmarathons. Dessen Highlight ist am 2. September eine große **Lichterkerze für den guten Zweck** auf dem Alstervergnügen. „Wir bitten so viele Hamburger wie möglich, uns zu unterstützen, indem sie Teil der Lichterkerze werden und zuvor eine Kerze für zwei Euro erwerben. Wir hoffen auf die Teilnahme von mehreren Tausenden Hamburgern“, erklärt Verleger Wolfgang E. Buss optimistisch. Der Erlös der Aktion, die von zahlreichen

prominenten Hamburgern wie **Mirja und Sky Dumont, Yasmin Wagner, der Band Queensberry, Dagmar Berghoff und Sophie Schütt** unterstützt wird, kommt zum Großteil der Hamburger Stiftung phoenixs zugute (unterstützt krebskranke Kinder und deren Familien) und fließt in den bundesweit veranstalteten RTL-Spendenmarathon. Infos zum Verkauf der Kerzen erhalten Sie bei Initiatorin Jeanine Ehmsen unter: j.ehmsen@alster-net.de und im Internet unter www.alstertal-magazin.de! Mehr Infos gibt es auch im nächsten Alstertal-Magazin. je



MAGAZIN VERLAG HAMBURG

Gesponsert: Ein Ford Transit für die Wellingsbüttler Jugendfeuerwehr



Alstertaler Geschäftsleute überreichen der Feuerwehr einen Ford Transit.

Die Jugendfeuerwehr Wellingsbüttel freut sich über ein wirklich tolles Geschenk: einen nigelnagelneuen Ford Transit! Dieses großzügige Präsent haben zahlreiche Alstertaler Geschäftsleute möglich gemacht: Das Restaurant Randel, das Restaurant Del und die Sparda-Bank als Hauptsponsoren. Aber auch weitere Sponsoren wie die Kinderpost, Tanzschule Ring 3, La Casetta, Lehmann Automobile GmbH, DEVK Versicherungen, Bad&Design Dirk Jonkowsky, Zacharias Goldberg Kopieren-Plotten-Scannen und Sanitär-Heizungstechnik Sascha

Gödecke Meisterbetrieb haben sich beteiligt. „Ich bedanke mich rechtherzlich im Namen des ganzen Feuerwehrteams Wellingsbüttel bei allen Sponsoren, insbesondere bei der Sparda Bank und Restaurant Randel, für die Zusammenarbeit und das Auto und hoffe auch weiterhin auf eine tolle Kooperation“, so Olaf Sandler, Hauptbrandmeister der Wellingsbüttler Feuerwehr. Der Wagen wird hauptsächlich benötigt, um zu Wettkämpfen zu fahren oder aber Mitarbeiter zu transportieren. Weitere Sponsoren sind jederzeit willkommen! Heba Taraboulsi



Tio Pepe – Weltmeister im Genuss!



Restaurant Tio Pepe weiß um das Geheimnis typisch spanischer Köstlichkeiten.

Nicht nur im Fußball ist Spanien Weltmeister – davon können Sie sich im Restaurant **Tio Pepe, Waldreiterring 22a**, in Volksdorf überzeugen. Erleben Sie Köstlichkeiten der spanischen Küche und lassen Sie sich von einem einzigartigen Ambiente verzaubern. Nur die besten Zutaten werden mit viel

Gespür und Erfahrung sorgfältig zubereitet, so Inhaber Naim Salehi und ergänzt: „Wir richten jegliche Art von Feierlichkeit für Sie aus – ob im Restaurant oder in Form von Partyservice bei Ihnen zu Hause. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!“ Weitere Infos unter **Tel.: 603 23 73** oder www.tiopepevolksdorf.de.

Ferientrubel-Malerwerkstatt für Kids



Ferienspaß dank der Malereibetriebe Suck – denn die unterstützten Malkids!

„Ab in die Sommerferien“ lautete das Motto des Ahrensburger Ferientrubels 2010. Erstmals dabei: die **Malereibetriebe Suck** mit einem „Tag in der Malerwerkstatt“. 20 Kinder im Alter von 6 bis 14 Jahren zeigten ihre Malkünste auf Riesenleinwänden, unterstützt

von 2 Lehrlingen des 24-Mann starken Malereibetriebs. Am Ende konnte jedes Kind sein Werk auf Leinwand gezogen mit nach Hause nehmen. Wegen des Erfolgs wird die Aktion wiederholt. Infos zum Malereibetrieb gibt es unter **Tel.: 04102 / 97 94 97**.

„Können die Klasse halten“

In knapp vier Wochen kickt der FC St. Pauli wieder in der ersten Liga. Darüber sprach das Alstertal-Magazin mit dessen Sportchef Helmut Schulte aus Wellingsbüttel.

Alstertal-Magazin: Die Saison geht gut los. Gleich am 4. Spieltag kommt schon das Derby gegen den HSV. Wie groß ist das Kribbeln?

Helmut Schulte: Ich muss gestehen, dass das bei mir als junger Trainer damals natürlich viel größer war. Da ich schon ein paar Sachen erlebt habe, ist mein Herzschlag nicht mehr ganz so hoch. Trotzdem freue ich mich auf die Spiele. Dass das gegen den HSV schon das zweite Heimspiel ist, finde ich gut. Das Einzige was mich derzeit stört ist, dass fast schon zu viel Euphorie im Umfeld herrscht. Viele Menschen attestieren uns eine gute Mannschaft und dass wir den Liga-Erhalt schaffen. Das können wir mit unserem Kader auch, trotzdem wird und darf es uns nicht hindern, uns über jeden Punkt zu freuen.

Auf den letzten Aufstieg folgte der direkte Abstieg in Liga 3. Wurden die Fehler abgestellt?

Ich hoffe. (lacht) Damals wurden wild durch die Gegend Spieler verpflichtet, die nicht weitergeholfen haben. Die damals Verantwortlichen hatten nicht genug Vertrauen in die Aufstiegs-Mannschaft. In diesem Jahr haben wir hingegen unsere Mannschaft zusammeng gehalten und vorsichtig ergänzt, ohne das Gesamtkonstrukt zu zerstören.

Zambrano soll Ihre letzte Verpflichtung sein. Dabei ist noch Zeit und mit Mini gibt

es einen neuen Sponsor. Ist das Geld alle oder der Kader perfekt?

Der neue Sponsor hat keinen Einfluss auf den vor einiger Zeit festgelegten Etat. Der ist nun ausgeschöpft. Wenn wir jetzt noch etwas machen wollten, müssten wir Vorgriffe tätigen. Das ist nicht gut. Der Verein hat gerade einen Wechsel in der Betrachtungsweise vollzogen. Wir hatten immer getan, was viele Menschen, Kommunen und Länder machen – Geld ausgeben, das nicht vorhanden ist und dann schauen, wo es herkommt. Das hat dazu geführt, dass Pauli 2003 fast platt war. Jetzt kommt etwas ganz Neues: wir geben nur Geld aus, das wir einnehmen. Damit können wir gut leben, denn wir haben einen Kader, mit dem die Klasse gehalten werden kann. **Dacia hat gut zu Pauli gepasst. Jetzt ist Mini eingestiegen, ein Schicki-Auto ... Schiki?**

Natürlich.

Das ist doch so ein kleines bescheidenes schnuckeliges Auto! **Klar, aber ist das der erste Schritt des Vereins zur kommerziellen Normalität? Verliert Pauli sein „non established“-Image?**

Am liebsten wäre es uns allen, wenn wir am Millerntor freien Eintritt hätten, Freibier verteilen und immer Pflichtspiele gegen Bayern München hätten. Wenn man das haben will, muss man bestimmte Dinge tun und vermarkten. Wir klopfen diese immer darauf ab, ob sie zu uns und unserer Selbstwahrnehmung passen, denn sie sind erforderlich, um eine Chance in der ersten Bundesliga zu haben.

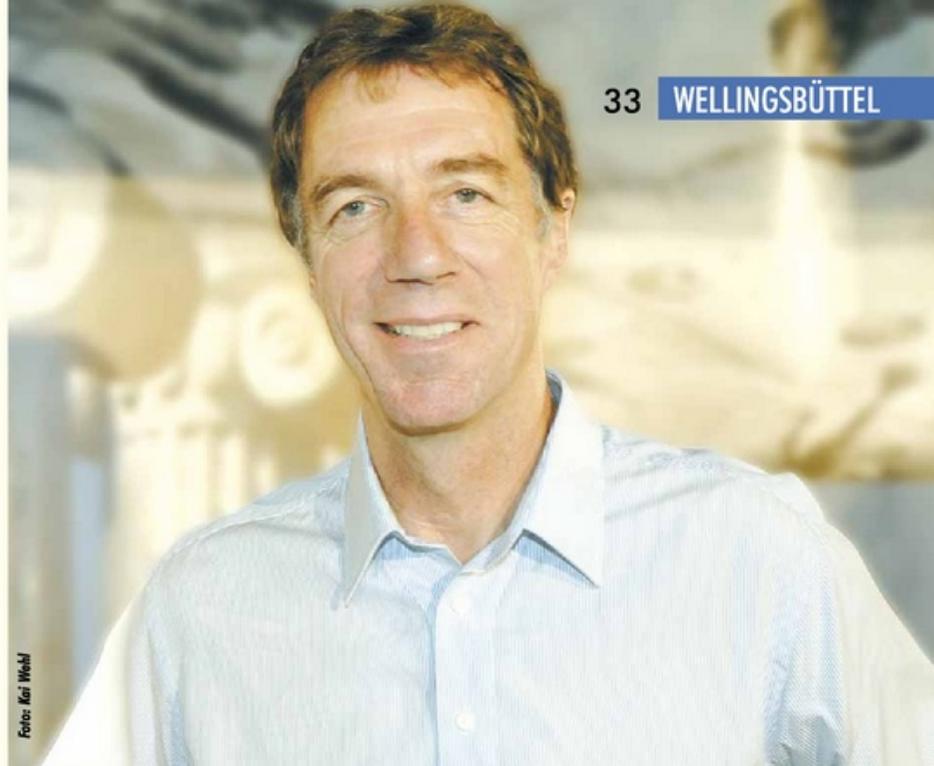


Foto: Kai Wehl

Warnt vor zu großer Euphorie, blickt aber dennoch optimistisch auf die kommende Saison: FC St. Pauli-Sportchef Helmut Schulte aus Wellingsbüttel.

Das ist manchmal ein Ritt auf der Rasierklinge. Mini passt da sehr gut zu uns. Natürlich gibt es auch Unverhandelbares wie den

Stadionnamen. Dass bestimmte Dinge in der Vermarktung nicht durchgehen, ist klar und wird immer so bleiben. *Kai Wehl*



PRAXIS FÜR GANZHEITLICHE ZAHNHEILKUNDE

Dr. Sebastian Schlaeger MSc & Dr. Olivia Baßow
Master of Science Implantologie

- Prophylaxe
- Zahnfleischbehandlungen
- Zahnästhetik (z. B. Veneers)
- Laserdiagnostik & Behandlung
- Behandlung in Narkose möglich
- Implantate inkl. Knochenaufbauten
- Materialverträglichkeitstest (VEGATEST)
- Eigenes Zahntechniklabor in der Praxis



Montag - Donnerstag: 8:00 - 20:00 Uhr Freitag: 7:00 - 14:00 Uhr
Rabenhorst 1b 22391 Hamburg (Nähe S-Bahn Wellingsbüttel)
Telefon 040 - 536 16 63 www.zahnarztpraxis-wellingsbuettel.de

LORENZ RECHTSANWÄLTE

Arbeitsrecht
Familienrecht
Erbrecht

Baurecht
Immobilienrecht
Maklerrecht

Mietrecht
Immobilienrecht
Straßenverkehrsrecht

Vertragsrecht
Wohnungseigentumsrecht
Immobilienrecht

Handelsrecht
Gesellschaftsrecht
Insolvenzrecht

Arbeitsrecht
Betriebsverfassungsrecht
Kündigungsrecht

Kai Lorenz

Kay G. L. Poulsen

Christian Verstege

Nico Franck

Dr. Timm Nissen

Hartwin Quistorf

Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Familienrecht

Fachanwalt für Bau-
und Architektenrecht

Fachanwalt für Miet-
und Wohnungseigentumsrecht

Fachanwalt für Miet-
und Wohnungseigentumsrecht

Liebe, Tod und Erbschaft –
die neuen Themen des Fuhlsbüttler Autoren Volkmar Nebe

„Das *Leben* erträgt
man mit *Humor*
besser“

Schreibt unter seinem Namen und Pseudonym erfolgreich Romane, Theaterstücke und Drehbücher (Tatort): der Fuhlsbüttler Autor Volkmar Nebe.

Der Drehbuchautor und Schriftsteller Volkmar Nebe hat in seinem Erfolgsroman „Allein unter Spielplatzmüttern“ die Tücken eines jungen Vaters beschrieben. Jetzt hat der Fuhlsbüttler unter seinem Pseudonym Janne Mommsen sein fünftes Buch veröffentlicht – eine Familiengeschichte auf Föhr.

Was für Tiere wären Makler, wenn sie keine zwei Beine hätten? „Kellermaden“, findet Eventmanager Sönke, weil sie solche fiesen Halsabschneider sind. Das teilt er auch gleich einer schönen Unbekannten mit. Nicht gut! Sie ist Chefin der Baufirma, die das Event in Auftrag gegeben hat, das Sönke gerade mit ausrichtet. Ein sofortiger Anruf bei seinem Chef genügt, und der Madenfreund ist auf der Stelle arbeitslos.

Ein Paukenschlag, mit dem Volkmar Nebes neuer Roman „Oma ihr klein Häuschen“ beginnt, den er unter seinem Pseudonym Janne Mommsen geschrieben hat. Nach seinen beiden Erfolgswerken „Allein unter Spielplatzmüttern“ und „Der Mann mit dem Bobbycar“ nimmt sich der Fuhlsbüttler diesmal keine Kleinkinder vor, sondern Erwachsene. Komisch wird es trotzdem wieder: „Humor muss sein, weil er ein guter Reflex auf die Ungraden des Lebens ist. Denn, auch wenn man sich noch so anstrengt, muss man mit ihnen leben und das erträgt man besser mit Humor“, findet Volkmar Nebe. Deswegen schreibe er auch keine depressiven Bücher à

la Mankell, „in denen das Land politisch am Abgrund steht, es dauernd regnet und der Held auch noch Diabetes bekommt“.

Allerdings bietet auch Nebes Hauptfigur Grund zum Mitleid: Sönke, 35-jähriger Eventmanager und Single aus Hamburg, verliert wie eingangs erwähnt, seinen Job. Um sich abzulenken, fährt er zum Geburtstag seiner Oma nach Föhr. Dass Familienfeste nicht immer nur nett sind, ist bekannt. Auch der Oma, die deswegen unangekündigt zu ihrem – und das weiß keiner in der Familie – Liebhaber nach Amrum flieht. Den hat sie seit 40 Jahren. Eine Tatsache, die Vaterschaftsfragen in der Familie in neuem Licht erscheinen lässt. Allerdings liegt dieser im Sterben.

„Ein paar Ungraden des Lebens dürfen natürlich auch bei mir nicht fehlen“, so der 50-jährige Autor. Seine nächste im Roman ist ebenfalls ein beliebtes Thema: Erbschaft. „Oma ist ja geflohen, deswegen streiten sich fünf Parteien um ihr Haus auf Föhr an der nordfriesischen Küste.“ Die fasziniert den gebürtigen Kieler seit seinem siebten Lebensjahr. „Die Landschaft hat mich beeindruckt

und gleichzeitig verstört – alles ist so leer und platt. Die Region hat mich nicht mehr losgelassen und ich habe mir deswegen später in der Nähe von Niebüll, gleich hinterm Deich, eine Zivildienststelle besorgt.“ Aber es kam noch besser. Nebe verliebte sich in eine Führerin, mit der er heute glücklich zusammenlebt und zwei Kinder hat. „Ich habe die Insel schon immer geliebt und kenne mich dort jetzt natürlich

richtig gut aus. Es gibt dort eine merkwürdige Gleichzeitigkeit – du bist der höchste Punkt in der Landschaft, trotzdem aber unter dem großen freien Himmel ein Nichts. Man fühlt sich groß und ist gleichzeitig demütig. Das findet sich auch im Buch wieder, in den Themen Leben, Liebe und Tod“, sagt Volkmar Nebe. Genau die richtigen Dinge, die Sönke von seiner Arbeitslosigkeit ablenken können. *Kai Wehl*



Buchtipps & Verlosung:

Das Alstertal-Magazin verlost 3 Exemplare des Romans „Oma ihr klein Häuschen“ von Janne Mommsen alias Volkmar Nebe aus Fuhlsbüttel (rororo, TB, 256 S., 8,95 Euro). Eine Familiengeschichte auf Föhr, in der bei einem Verwandtentreffen die unterschiedlichsten Charaktere miteinander auskommen müssen. Zu allem Unglück ist Oma, die eingeladen hatte, auch noch verschwunden. Wer ein Buch gewinnen möchte, der sendet eine

Postkarte mit dem Stichwort Föhr an: Alstertal-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder eine E-Mail an: k.wehl@alster-net.de Einsendeschluss: 13.8.

ALSTERTAL

EINKAUF S - ZENTRUM

DAS CENTER-MAGAZIN

Großer
**Schul-
Markt!**
12.8.-21.8.

40 Jahre!

Erfahren Sie alles zu den
AEZ-Jubiläums-Events!

40 Polos!

Gewinnen Sie zum
Jubiläum einen
der 40 VW Polos!

Black & White

Was Sie in der nächsten Saison wirklich brauchen: Mode-Musthaves
für den elegantesten Auftritt.

Comfort ist ... viel näher als Sie denken



Jetzt NEU im AEZ – das
Stressless® Comfort Studio!

THE INNOVATORS OF COMFORT™

Sie nehmen Platz und lassen sich fallen – Worte wie Wohlbefinden, Leichtigkeit und Entspannung gehen Ihnen durch den Kopf. Der anschmiegsame Bezug und das bequeme Polster verströmen Behaglichkeit. Mit weichem Schwung kontrollieren Sie den Sessel und erleben überlegene Technologie: Ihr Körper genießt optimale Unterstützung – immer und überall. Nehmen Sie uns beim Wort und erleben Sie den einzigartigen Stressless® Comfort bei einer Sitzprobe.



Nur echt mit der Stressless® Marke!



Stressless® Dream

Schauen Sie im 1. Stock vorbei!



www.stressless.de

Das Original	Patentiert	Patentiert	Gestell + Funktion
			
Gleitsystem	Kreuzstütze	Schlaf-Funktion	10 Jahre Garantie



Comfort Studio

powered by Möbel
SCHULENBURG

im AEZ

Stressless Comfort Studio Heegberg 31 22391 Hamburg
stressless.comfort.studio@moebel-schulenburg.de
 Telefonnummer: +49 (0)40 60 68 27 10
 Telefax: +49 (0)40 60 68 27 11



FREUDENTAUMEL IM AEZ



Vorfreude ist die schönste Freude! Ein Sprichwort, das in der kommenden Zeit auf die AEZ-Welt gleich mehrfach zutrifft:

Vom 13. bis zum 26.9. feiert das Center sein **40-jähriges Jubiläum**. Wir sind schon ganz gespannt auf dieses großartige Fest und auch Sie werden es sein, wenn Sie auf den Seiten 46-47 lesen, was Sie alles erwartet und welche **40 sensationellen Hauptgewinne** Sie gewinnen können.

Auch wenn der Sommer noch in vollen Zügen ist, fragt sich frau bestimmt schon, wie es mit der Mode im kommenden Herbst und Winter weitergeht: Mit dabei ist auf alle Fälle der zeitlos schöne Schwarz-Weiß-Look. Was sonst noch die absoluten Hingucker sind, sehen Sie live am 3. und 4.9. sowie 10. und 11.9. auf den **dynamischen Modenschauen** im AEZ.

Voller freudiger Erwartungen sind bestimmt auch schon unsere jüngeren Besucher, die kurz vor der Einschulung stehen: Auf dem **AEZ-Schulmarkt** vom 12. bis 21.8. gibt es alles, was man zum Füllen der Schultüte und für einen gelungenen Start ins neue Schuljahr benötigt.

Über welche anstehenden Termine und Aktionen im AEZ Sie sich noch freuen können, all das lesen Sie in dieser Ausgabe!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Herzliche Grüße
Ihre

*Carsten Gogol und Karsten Bärschneider
Center Manager*



AUFREGENDE

Der Black and White-Look ist auch diesen Herbst wieder ein absolutes Mode-Muss. Mit den richtigen Accessoires und Details wirkt dieser zeitlose Style besonders sexy. Wir verraten Ihnen, wie Sie Schwarz mit Weiß kombinieren und sich damit bestens in Szene setzen können.



KONTRASTE



11



12



13



14



9



10

1. Dezentere Chic in diesem Ensemble von Taifun. 2. Sinnlich: Lidschatten von Isadora, gesehen bei Douglas für ca. 14 Euro. 3. Klassisch: taillierte Rüschenbluse von s.Oliver, ca. 70 Euro. 4. Perfektes Zusammenspiel, Kleid gesehen bei Gant für ca. 500 Euro. 5. Kohlpechrabenschwarz: Kenneth Cole Black for Her, gesehen für 43 Euro bei Douglas. 6. Edles Accessoire, bei Bijou Brigitte für ca. 13 Euro. 7. Fresh: Fountain Valley von Fossil für ca. 80 Euro. 8. Hingucker am Handgelenk: Armband von Bijou Brigitte für ca. 10 Euro. 9. Schickes Schuhwerk von H&M, zu haben ab September. 10. Nagelprobe: essie-Nail Polish, gesehen bei Douglas für ca. 13 Euro. 11. Urban Style: präsentiert von H&M. 12. Neue Lockerheit demonstriert uns hier Esprit. 13. Nonchalance ist hier das Stichwort von Esprit. 14. Zeig Bein heißt es bei Esprit – aber bitte mit Stil!

■ AEZ-Mode

Den Star-Look im AEZ nachgeschoppt

Alles zu finden im AEZ

ANZEIGEN-SPEZIAL

Victoria Beckham



1 Ein Hingucker: Kleid von s.Oliver, ca. 80 Euro. 2 Dazu passt elegante Eyewear von Esprit, ca. 50 Euro. 3 Made for Shopping: praktische Tasche von s.Oliver, ca. 50 Euro. 4 Görtz bietet dieses Highlight für die Füße, ca. 70 Euro.

In auffälligem Rot sorgt hier Victoria Beckham für Aufsehen. Das können Sie auch!

Foto: Action Press

Ausstellung

JULIANE SOMMER
+ PETRA STAHL



Sommer-Impressionen

Petra Stahl

Sa., 17. Juli
bis
Sa., 14. Aug. 2010



Juliane Sommer

HARMSTORF
-ART GALERIE
ALSTERTAL
EINKAUF-ZENTRUM

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

Alle im Magazin erwähnten Shops hier auf einen Blick!



Betten Huntenburg, UG, BB, Tel.: 602 73 43 • Bjiou Brigitte, OG, EB, Tel.: 602 45 15 • Coffeshop Company, UG, EB, Tel.: 398 14 681 • Douglas, EG, BB, Tel.: 602 14 33 • Esprit, EG, BB, Tel.: 636 69 870 • GANT, OG, EB, Tel.: 611 68 697 • Fossil: EG, BB, Tel.: 602 98 135 • Galeria M-Art, OG, BB, Tel.: 602 60 77 • Gerry Weber, OG, BB, Tel.: 692 11 890 Görtz, EG, BB, Tel.: 602 99 263 • H & M: UG+EG+OG, BB, Tel.: 606 820 80 • s.Oliver, OG, BB, Tel.: 692 11 884

OG=Obergeschoss, EG= Erdgeschoss, UG=Untergeschoss, EB=Erweiterungsbau, BB=Bestandsbau, Tel. = Telefon

Sportwagen. Diesel. Perfekte Verbindung.



Der neue Infiniti FX30d.

Entdecken Sie puren Fahrspaß, ausgelöst durch High-End-Dieseltechnologie. 238 PS mit einem Drehmoment von 550 Nm verbinden reibungslose Beschleunigung mit überzeugender Kraft. Ein Motorblock, der so hoch entwickelt ist, dass er nahezu sämtliche Vibrationen und Geräusche absorbiert. Natürlich bis auf den satten Sound des Infiniti V6. Eine perfekte Verbindung von Sportwagen und Diesel.

Für mehr Informationen oder um eine Probefahrt zu vereinbaren, besuchen Sie www.infiniti-hamburg.de oder rufen Sie 040-669-0766 50 an.

Autohaus Günther – Infiniti Zentrum Hamburg
Wendenstraße 249 · 20537 Hamburg

Infiniti comes from Japan.

Kraftstoffverbrauch: kombiniert 11,2 l/100 km.

CO₂-Emissionen: kombiniert 238 g/km (Messverfahren gem. EU-Norm).



INFINITI

Inspired Performance

MADRID

PARIS

MILAN

ZURICH

MOSCOW



Dorothee Uchtmann, 16
 Mein Favorit: Blümchenkleider und Röhrenjeans, dazu gerne leichte dezente Perlenketten. Dann wirkt es nicht zu übertrieben aufgestylt. Flop ist zu viel Schminke im Gesicht. Das ist nicht mehr natürlich!



Johanna Pasdzior, 14
 „Auffällige Tops in bunten Farben und die passende Tasche als schönes Accessoire zu meinem Styling. Der größte Flop ist es, ungepflegt auszusehen. Das Wichtigste ist aber, dass man sich selbst wohlfühlt.“



Alina Seidel, 13
 „Ein Bikini-Top unter einem Kleid ist top, außerdem Streifenmuster und in Sachen Accessoires Ohringe. Gummistiefel gehen gar nicht. Ein Fauxpas ist es, wenn man den BH durch das Oberteil sieht.“



Alina, 21
 „T-Shirts mit einer Message drauf trage ich am liebsten, weil man damit auch was ausdrücken kann. Im Sommer sind Flip-Flops am bequemsten zu tragen. Leggings und Römersandalen sind jedoch der totale Flop.“



Vanessa Schamlöffel, 35
 „Jetzt im Sommer sind natürlich helle Farben top. Ich glaube aber, im Moment geht wirklich alles; erlaubt ist, was gefällt!“

Mode

TOP oder Flop?

Auch in dieser Ausgabe haben wir uns im AEZ umgehört. Diesmal wollten wir von Ihnen wissen: Was ist Top und was Flop in Sachen Modestyling?



Maria Wienhard, 15
 „Ich finde Blümchenkleider top. Die sind zurzeit sehr trendy und super im Sommer zu tragen. Flop finde ich, wenn man zu viel Haut zeigt.“



Sophie Chevalier, 40
 „Eigentlich hat man die Freiheit, sich alles zu erlauben. Egal, ob dick oder dünn, für jeden kann sich etwas finden lassen. Das macht natürlich auch die Entscheidung für das passende Stück schwer!“



Rana Safara, 15
 „Top finde ich kurze Jeans-Shorts mit lässigen Oberteilen kombiniert, in knalligen bunten Farben. Armbänder und Ohringe stylen jedes Outfit. Römersandalen und zu kurze Röcke sind der absolute Flop.“



Samy Linnemann, 15
 „Leopardenprint-Oberteile sind sehr trendy, kombiniert zu knappen Jeans-Shorts auf jeden Fall ein Hingucker. Zu grelle Neonfarben sind zwar auch in, aber einfach viel zu übertrieben leuchtend und daher ein Flop!“



Sandra Gebhard, 14
 „Ich finde Tunikas für den Sommer toll, weil sie angenehm zu tragen sind. Außerdem trage ich gern Bikinis in Neonfarben unter einem Top, weil das einen tollen Kontrast ergibt. Langweilige Rollkragenpullover sind eindeutig ein Flop!“

Menschen der AEZ-Welt

Im AEZ gibt es 240 Geschäfte. Wer sind eigentlich die Macher dieser Läden? Das AEZ-Center-Magazin stellt sie Ihnen vor. Heute: Kurt Biebl, Inhaber der arko-Filiale im AEZ und bekennender Schokoliker.

AEZ-Center-Magazin: Wie lange arbeiten Sie schon hier im Center?

Kurt Biebl: Seit zwölf Jahren habe ich das Geschäft hier. Außerdem betreue ich noch andere arko-Geschäfte.

Was zeichnet den Standort AEZ aus?

Der Standort hat etwas ganz Besonderes. Wir kennen sehr unterschiedliche Kundenstrukturen und die hier im Alstertal ist einfach etwas Besonderes. Wir haben ein sehr niveauvolles Publikum. Es macht Spaß, hier zu arbeiten.

Haben Sie ein Sommer-Special im Angebot?

Macarons! Die kommen ursprüng-

lich aus Südfrankreich. Sie bestehen aus Eischnee-Baiser, in das fein gemahlene Haselnuss gehoben wird, mit fruchtigen Füllungen. Es wird mit natürlichen Farbstoffen bewusst sehr bunt gemacht, um das Sommerfeeling zu transportieren. Wenn man nach Südfrankreich und in die Provence geht, findet man Macarons in jeder guten Konditorei.

Haben Sie einen Tipp, wie man während der heißen Jahreszeit mit Schokolade umgeht?

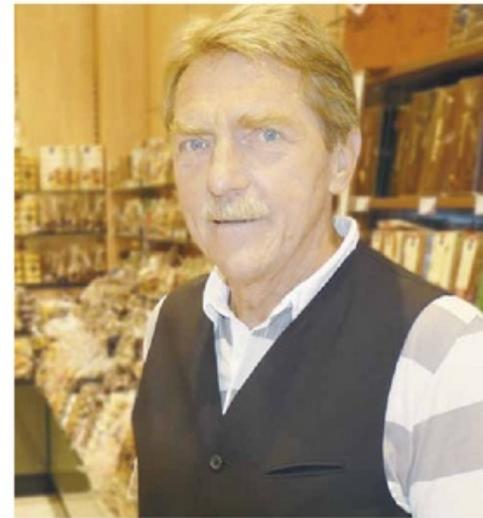
Es gibt die berühmte Aussage: kühl und trocken lagern. Kühlschränke haben den Nachteil, dass in ihnen auch viel Luftfeuchtigkeit entsteht, da kann es leicht passieren, dass sich Kondensflüssigkeit an der Schoko-

lade festsetzt und das wäre schade. Also: kühl und trocken lagern! Schade, dass die Menschen im Sommer etwas zurückhaltender mit Schokolade sind, es ist wissenschaftlich bewiesen, dass Schokolade zum Wohlbefinden beiträgt.

Essen Sie nach über zwölf Jahren auch privat noch Schokolade?

Ich bin bekennender Schokoliker. Ein gutes Glas Rosé mit einem Stück Schokolade – ein Genuss!

Selbst ein Fan von Schokolade:
Kurt Biebl, Geschäftsführer
von arko im AEZ.



BETTEN Huntenburg

Nicht verschlafen!

Großer **Umbauverkauf**
ab **8. Juli** nur **im AEZ!**

Traumhafte Schnäppchen
warten auf Sie.

Cashmere-Sommerbett
~~199,-~~ **139,-**

Markenbettwäsche
z. B. Bassetti ~~115,-~~ **79,-**

10% Rabatt auf alle
nicht reduzierten Artikel



AEZ Poppenbüttel | Heegbarg 31 | T 040 6027343

SANFRANCCINO[®]

WHITE ICE BLENDED WHITE CHOCOLATE

BUY ONE GET ONE FREE

ALSTERTAL-EINKAUFSZENTRUM
OBERGESCHOSS/GALERIE

Beim Kauf eines Kaffee- oder Tegetränks bekommen Sie das zweite in der gleichen Größe gratis. Gültig bis 15.09.2010 im oben angegebenen coffeeplace. Diese Gutschein-Anzeige darf nicht auf ebay verkauft werden und gilt nicht in Verbindung mit anderen Aktionen. Ein Umtausch gegen Bargeld ist nicht möglich.

san francisco coffee company



Erfrischender geht's nicht!

Die Sonne brennt, die Thermometer explodieren – wie soll man sich da entspannen? Unser Tipp: Mit einem coolen Drink in der Hand lassen sich die heißesten Tage souverän überstehen. Wir präsentieren Ihnen das erfrischendste Rezept!

- Zutaten für 4 Personen:**
- 80 g Zucker
 - 100 ml Campari
 - 200 ml halbtrockener Weißwein
 - 3 EL Granatapfelsirup (Fertigprodukt)
 - 800 ml frisch gepresster gekühlter Orangensaft
 - 4 dünne Orangenscheiben für die Deko
 - flache Form (etwa 18 x 30 cm)
 - 4 Longdrinkgläser

Crushed Campari Orange

- 1** Die Form und die Gläser ins Tiefkühlgerät stellen. Den Zucker mit 100 ml Wasser in einem kleinen Topf (Durchmesser: 18 cm) aufkochen. Bei schwacher Hitze 2-3 Min. köcheln lassen, bis sich der Zucker gelöst hat. Den Sirup vom Herd nehmen und vollständig auskühlen lassen.
- 2** Den Zuckersirup mit Campari, Weißwein und Granatapfelsirup verrühren. Die Mischung in die gefrostete Form gießen und ins Tiefkühlgerät stellen.
- 3** Nach etwa 2 Std. mit einer Gabel oder einem Schneebesen durchrühren. Diesen Vorgang noch drei- bis viermal alle 30 Min. wiederholen. Sobald das Granité fester wird, nur noch mit der Gabel auflockern. Das fertige Granité mindestens 8 Std. oder über Nacht im Tiefkühlgerät durchfrieren lassen.
- 4** Zum Servieren das Camparigranité mit einem Löffel noch etwas lösen und sofort in die gefrosteten Longdrinkgläser verteilen. Mit Orangensaft aufgießen. Mit je 1 Orangenscheibe dekorieren und mit Strohhalm und langen Löffeln servieren.

Tipp:

Das Camparigranité ist perfekt für heiße Sommertage oder für Garten- und Balkonpartys. Wollen Sie es als Aperitif servieren, verteilen Sie Granité und Orangensaft auf acht kleine Gläser.

Zubereitungszeit: 30Min.,
Frieren: 12 Std.



Buch-Tipp: Eis & Sorbets

Dieses und weitere erfrischende Rezepte – Eiskreationen, Granités, Parfaits und Sorbets – gibt es in Eis & Sorbets von Monika Schuster, 143 Seiten, 14,99 Euro, 2010 Gräfe und Unzer Verlag. Gesehen in der Thalia Buchhandlung.

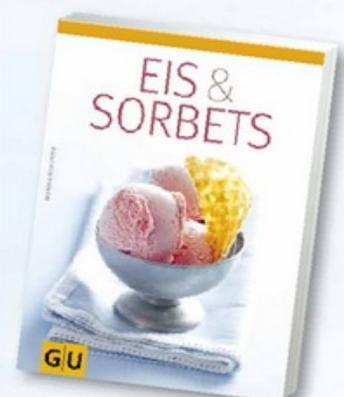


Foto: GU Verlag/Klaus-Maria Einwanger

Exklusiv für Sie in der Markthalle:



DAT KORNIHUS

Unsere Dauerbrenner

Baguette Original	1,15 €	Zwiebelbaguette	1,50 €
Baguette	1,05 €	Mehrkornbaguette	1,50 €

Immer Freitag u. Samstag

Ciabatta Tomato 250 g	1,80 €	Fermentine 300 g	1,25 €
Ciabatta Olive 250 g	1,80 €	Zwirbli 500 g	2,35 €
Chili-Brot 250 g	1,80 €	Ciabatta 375 g	2,15 €

EMILIA

Angebot für die Sinne

Essen wie bei Mamma!

Wo kann man **Pasta und Pizza** besser essen als in Italien?
Im AEZ bei Emilia.

Unsere Favoriten: Funghi Porcini (Tomaten, Mozzarella, Steinpilze, Südtiroler Bauernspeck, Taleggio), für **4,90 Euro**.
Penne Verdure Grigliata (Tomaten, Staudensellerie, Paprika, Aubergine, Zucchini, Karotten, Lauch, Knoblauch), für **2,15 Euro/100g**.
Buon Appetito!

Emilia GmbH & Co. KG • AEZ • Heegbarg 31
22391 HH • Tel. 040 - 60 29 86 31 • www.EMILIA.de

SPRINGER

BIO-BACKWERK

Angebot in der 30. Kalenderwoche

Kernbeißer-Meter

statt € 2,80
jetzt € 2,50

Carniceria BLANK

Ihr Argentinien Fleisch-Profi und Steakspezialist

Arg. Rumpsteak/Arvignon	kg € 36,90
Arg. Filetspieße/Pasadena	kg € 49,90
Lammrückensteak/ Kräuterbutter	kg € 33,90
Merguez/Rindergrillwurst	kg € 17,90

Marinierte Grillspezialitäten vorrätig!
Wir beraten Sie gern: Telefon 040 - 602 96 67

Früchte Selk

Jetzt NEU: Mittagstisch-Gerichte

Couscous in versch. Variationen
Pasta in versch. Variationen

Special-Angebot: California Chicken-Salat

Big Box statt € 4,98 zum
Einführungspreis € 3,48

Probieren Sie als Beilage zum Grillen unsere erfrischenden Salate wie z.B.:

Thuna oder Sake Spicy Salad Thunfisch oder Lachs, Gurke, Apfel	4,80 € / 4,80 €
Kappa&Kanibo Salad Gurke, Krebsfleisch	3,00 €
Goma Ae Spinat, Sesam	4,00 €

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

Glückwunsch!

„AEZ –Fotos von damals“ sind prämiert



Center Manager Carsten Gogol (Mitte) überreichte Sylvia Steckmest und Baldur Schröder ihren Gewinn: einen 100 Euro AEZ-Gutschein.



1982 wird das Alstertal Einkaufszentrum Hauptsponsor der Fußballmannschaft vom Duvenstedter SV.

Gratulation an Sylvia Steckmest aus Poppenbüttel und Baldur Schröder aus Duvenstedt! Sie sind die Gewinner vom großen „AEZ-Foto von damals“-Wettbewerb. Vom Sehen her kennen sich die Gewinner bereits schon länger, denn beide besaßen fast von den Center-Anfängen an bis in die späten 90er ein Modegeschäft im AEZ. Über viele Jahre haben sie sämtliche Aktionen und bauliche Veränderungen im und am Center dokumentiert. „Im AEZ war immer was los und das hat man mit Fotos nur allzu gerne verewigt“, erzählen sie begeistert. Damit sind zwar die Entste-

hungsgeschichten der prämierten Fotos die gleichen, aber die Motive sind zwei völlig unterschiedliche: Sylvia Steckmest fotografierte das ehemalige große Parkdeck (auf der Seite vom Heegberg). Seit 2001 befindet sich dort der Erweiterungsbau. Baldur Schröder hingegen, der damals nicht nur mit seiner Frau Gudrun ein Geschäft im AEZ führte, sondern auch Manager im Fußballbereich beim Duvenstedter SV war, hielt 1982 den Moment fest, als das AEZ Hauptsponsor der Fußballmannschaft vom Duvenstedter SV wurde.



70er-Jahre: das ehemalige große Parkdeck auf der Seite vom Heegberg. Seit 2001 steht der „Erweiterungsbau“.

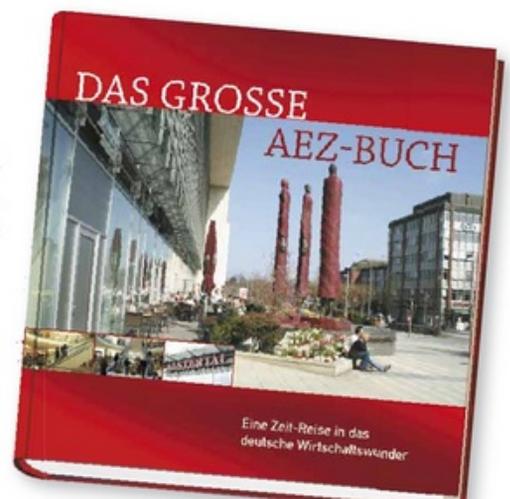
Das AEZ als **Buch!**



40 Jahre AEZ! Das ist Stoff, um ein spannendes Buch zu schreiben. Und so erscheint pünktlich zum Jubiläum des Centers „DAS GROSSE AEZ-BUCH“. Auf 160 Seiten wird anschaulich dokumentiert, wie sich das Alstertaler Einkaufszentrum über die letzten 40 Jahre entwickelt hat, wer und

welche Ideen hinter dieser einzigartigen Einkaufserlebniswelt stecken und was es im Center alles zu entdecken gibt. Es beschreibt aber auch, was in diesen Jahren in der Welt parallel passierte. Die Autoren trafen die ersten Mieter, erzählt werden Anekdoten aus den Anfangszeiten des schönsten

Einkaufszentrums Deutschlands. Aber auch führende Politiker kommen zu Wort und bewerten den manchmal steinigen Weg des AEZ-Wachstums. Das Buch ist ab Ende August für 19,80 Euro bei Thalia im AEZ und ausgesuchten Buchhandlungen erhältlich!



40
n läuft!

ANZEIGEN-SPEZIAL

40 Jahre AEZ – 40 Hauptgewinne!

40
JAHRE
AEZ



Die Spannung steigt! Nicht mehr lange und das Center feiert vom **13. bis 26.09.** „40 Jahre AEZ“. So ein grandioses Jubiläum muss selbstverständlich auch entsprechend zelebriert werden. Und so heißt das Motto: **„40 Jahre AEZ – 40 mal großer Jubel“**.

Neben zahlreichen kleineren Hauptgewinnen, die es in den vielen Geschäften im Center und bei der „Lions Tombola“, die zudem dem guten Zweck dient, zu gewinnen gibt, stehen **40 VW Polos** im Fokus. **Diese können Sie mit etwas Glück gewinnen!**

Während der Jubiläumstage werden die Polos im gesamten Center zu sehen sein. Über unterschiedlichste Gewinnspiele mit den Medienpartnern AEZ-Center-Magazin, Radio Hamburg, Radio Schleswig-Holstein und dem Hamburger Abendblatt werden die Autos verlost. Zudem

wird die AEZ-Apotheke in Verbindung mit einem Gewinnspiel einen weiteren Polo verlosen und auch der Hauptgewinn bei der „Lions Tombola“ ist ein VW Polo. Neben diesen lukrativen Gewinnen erleben Sie während der gesamten Zeit eine riesige Geburtstagsparty mit tollen Aktionen:

Am 13.09. um 11.00 Uhr findet der große Tortenanstich gemeinsam mit Eva Habermann und Bezirksamtsleiterin Cornelia Schröder-Piller statt. An dem Geburtstagspostamt können sich alle Besucher vor einer Geburtstagskulisse fotografieren lassen. Die fertige Grußkarte mit integriertem Foto wird anschließend direkt vom AEZ aus abgeschickt. Zudem erleben Sie über den Flatscreen an der Treffpunktbühne im Untergeschoss die **Historie des Alstertals sowie des AEZ**. Der **Görtz Kinder-Club**, verschiedenste

Aktivitäten in den Spielwarengeschäften und ein spannendes Kinderfest

sorgen bei den kleinen Gästen über die Festtage für riesigen Spaß. Als Highlight wird am **26.09. die Hexe Knickebein** ab 16.00 Uhr auftreten. Das **große Finale am 26.09.** findet im Rahmen eines verkaufsoffenen Sonntags statt. Seien Sie unter anderem live dabei, wenn alle 40 Gewinner direkt im Center ihren jeweiligen Polo übergeben bekommen. Ist Ihre Vorfreude auf den runden Geburtstag des AEZ geweckt? Dann finden Sie mehr Informationen demnächst auf der AEZ-Homepage und in der kommenden Jubiläumsausgabe des AEZ-Center-Magazins, das am 10. September erscheint.

Am 13.9. eröffnet AEZ-Botschafterin Eva Habermann das große Jubiläumsfest.



Basteln und vieles mehr im August

Görtz-Kinder-Club

Lasst Euch überraschen, jeden Mittwoch von 15-17 Uhr:

English for Kids – spielerisch Englisch lernen. Durchgeführt vom Lernwerk Alstertal. Jeden Dienstag und Donnerstag von 14-15 Uhr.



ALSTERTAL
EINKAUFSS-ZENTRUM

4. August:

Ein lustiger Kasper hüpfte aus der Tüte

11. August:

Kleine Glückstüten für unsere Schulkinder

18. August:

Fotoshooting mit Bearemy

25. August:

Wir lassen Schmetterlinge tanzen



präsentiert von

GÖRTZ

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

AEZ-Service:



Entspannt einkaufen mit Kind

Mit dem Sprössling ohne Stress einkaufen – der Kids-Car-Verleih macht's möglich: Leihen Sie sich einfach an der Kundeninfo ein Kid-Car und verbringen Sie mit Ihrem Kind einen schönen Shopping-Tag, wie es auch die Mutter von Caroline Ramon regelmäßig macht. „Caroline (3) liebt es, wenn ich sie in dem Kid-Car durch das Center fahre. So wird für uns beide der Einkauf zu einem schönen gemeinsamen Erlebnis.“

AEZ-Gutschein: das beste Geschenk

Wie das AEZ feiern möglicherweise auch Ihre Liebsten demnächst Geburtstag. Sie wissen noch nicht, was Sie schenken sollen? Wie wäre es mit einem AEZ-Gutschein? Mit dem kann sich der Beschenkte in den 240 Geschäften im AEZ etwas Passendes aussuchen. Und Sie entscheiden, wie hochwertig Ihr Geschenk ausfallen soll – der Wert ist bis zu 100 Euro frei wählbar. Erhältlich ist „das Präsent“ an der AEZ-Kundeninformation. Sie können den Gutschein auch bequem mit EC-Karte erwerben.



Und ab geht die Post!

Wie oft steht man vor dem Problem, dass man einen Brief abschicken möchte und nur für eine Marke die Post ansteuern muss! Viel praktischer das während des regulären Shoppingbummels zu erledigen! Im Erdgeschoss nahe der Kundeninformation finden Sie unser Post-Service-Center. Dort können Sie Briefmarken erwerben und Ihre Sendungen direkt auf die Reise schicken!



Der beste Start ins neue Schuljahr

Am 18. August beginnt das neue Schuljahr und für dieses gibt es im AEZ alles, was man für einen gelungenen Schulstart benötigt. Auf dem Schulmarkt vom **12. bis 21. August** finden Sie Schreibutensilien, Naschereien, Bücher, Spielsachen und vieles mehr. Mit all diesen tollen Dingen füllen Sie die Schultüte garantiert ganz nach dem Geschmack Ihrer Kinder. Außerdem informiert Sie das Lernwerk Alstertal über effektive Nachhilfe und Lerntherapie.

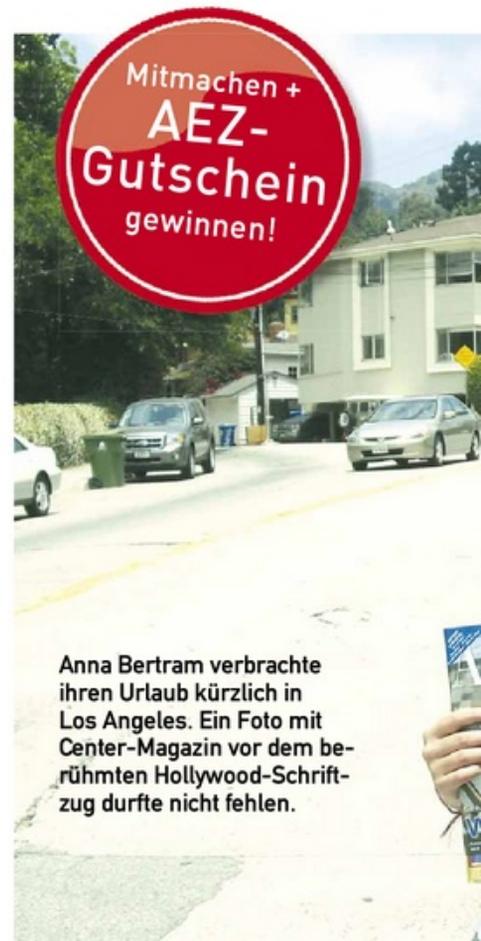
Trendige Modenschauen im AEZ!

Was im kommenden Herbst und Winter in Ihrem Kleiderschrank auf gar keinen Fall fehlen darf, erfahren Sie am **3. und 4. September** sowie am **10. und 11. September** im AEZ. Jeweils um 12, 14, 16 und 18 Uhr finden die „dynamischen“ Modenschauen statt. Models laufen durch das gesamte Center und zeigen Ihnen die neuesten Fashion-Musthaves. Auf Schritt und Tritt werden die Models dabei von trendiger Musik begleitet. Das sorgt für beste Unterhaltung und schönste Überraschungsmomente. Zudem finden mehrere Live-Shows auf der Hauptbühne im Erdgeschoss (nahe Kundeninformation) statt.

Das Center-Magazin in Hollywood

Anna Bertram war für ein Auslandshalbjahr in Texas. Bevor sie die Heimreise antrat, verbrachte sie noch einen gemeinsamen Urlaub mit ihrer Mutter in Los Angeles. „Der Ausflug nach Hollywood war dabei ein Highlight und musste festgehalten werden. Als wahrer Fan des Center-Magazins durfte dieses dann auf dem Foto selbstverständlich nicht fehlen“, so die 16-Jährige. Das Bild wird mit einem 50-Euro-Warengutschein honoriert. Herzlichen Glückwunsch!

Machen auch Sie mit! 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“, Kriteburg 4, 22391 Hamburg. Digitale Bilder per E-Mail an: centermanagement-aez@ece.de!



Anna Bertram verbrachte ihren Urlaub kürzlich in Los Angeles. Ein Foto mit Center-Magazin vor dem berühmten Hollywood-Schriftzug durfte nicht fehlen.



Center Manager Carsten Gogol übergibt den Scheck an Leiterin Marion von Jarmersted und Florian Holz von der Tagesstätte Roter Hahn. (v.r.).

Grandioser Spendenerfolg

Die fantastische Summe von 1.000 Euro ist im Rahmen des ECE-Blutspendetages zusammengekommen, an dem sich knapp einhundert Mitarbeiter der Europazentrale beteiligt haben. Den Erlös übergab Center Manager Carsten Gogol der Saseler Tagesstätte Roter Hahn, die gleichzeitig Bürgertreffpunkt und Werkstatt für Menschen mit Behinderung ist. Dort soll davon ein besserer Entspannungsraum für die Menschen mit Behinderung errichtet werden.

Verkaufsoffener Sonntag!

Jetzt schon notiert! Der Finaltag des Jubiläums, der 26.09., wird im Rahmen eines verkaufsoffenen Sonntags stattfinden. Erleben Sie mit der ganzen Familie von 13 bis 18 Uhr einen Einkaufs-Sonntag der Extra-Klasse mit Shopping-Highlights und Aktionen für Groß und Klein.

Tipp für die Shopping-Pause!

Erholen Sie sich vom Einkauf mit einem kühlen Drink in der Coffee-shop Company im AEZ. Probieren Sie einen „Caffé Latte“ oder eine Schokolade als „Frozen-Variante“. Aromen runden die Summerspecials ab. Danach lässt sich mit neuer Energie bestens weiter shoppen.



Implantologie Borsay Hamburg

Mit Sicherheit zu festen Zähnen

Ihre Zahnarztpraxis für Implantologie
und allgemeine Zahnheilkunde

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

Dr. (H) Agnes Borsay - Zahnärztin,
Parodontologie, Ästhetische Zahnheilkunde

Direkt im AEZ: Heegbarg 29 • 22391 Hamburg-Poppenbüttel

Tel. 040 - 602 42 42 • www.borsay.com



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



Neu!

ALSTER TV



1. STUNDE KOSTENLOS!



Antiquitäten • Wohnkultur • Fine Art

ANTIK & ART

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

5. September

Sonntag 10 - 18 Uhr
Eintritt 4 Euro

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

Wir schätzen Ihre Schätze: Kostenlose Experten-Beratung.

ALSTERTAL
EINKAUFS-ZENTRUM

HEEGBARG • HAMBURG - POPPENBÜTTEL

JETZT
YOUNGAEZ.DE
KLICKEN



GEWINNE JEDEN MONAT 100 €

UND VIELE WEITERE PREISE

ZOCKE DAS AEZ-GAME

SHOP-VIDEOS MIT TANYA

MUSIK-DOWNLOADS

3D ANSICHTEN

UVM.



ALSTERTAL
EINKAUFSS - ZENTRUM





Langeweile? – Nein, Danke!

Abwechslungsreiche Freizeitgestaltung für Senioren

Sich Zeit für sich selbst nehmen und diese nach freien Wünschen gestalten – dass lässt sich zu keinem Zeitpunkt besser umsetzen als im Rentenalter. Das Alstertal-Magazin hat einige interessante Vorschläge für Sie zusammengetragen.

1. Fitnesskurse:

Verkennen Sie nicht die vielfältigen Angebote zahlreicher Fitnessstudios. Dem Ruf der „Mucki-Bude“ werden die meisten Sportcenter zum Glück nicht mehr gerecht. Zum einen können Sie alle Geräte auf Ihre Bedürfnisse einstellen, zum anderen werden Sie durch professionelle Fitnesstrainer beraten und betreut. Auch Fitness-Kurse liegen gerade bei älteren Menschen hoch im Kurs: So gibt es zum Beispiel spezielle Rückengymnastik- und Stretching- oder Pilates- und Feldenkrais-Angebote. Zusätzlich bieten viele Fitness- und Well-

nesscenter die Möglichkeit, sich durch regelmäßiges Schwimmen oder gelenkschonende Aqua-Gymnastik fit zu halten.

Tipp: Beachten Sie bei Sportcentern vergünstigte Monatsbeiträge für die Nutzung wochentags vor 16 Uhr!

2. Tanzen:

Tanzen bringt nicht nur wahnsinnig viel Spaß, es hält zusätzlich auch extrem fit – sowohl körperlich als auch geistig! Diverse Tanzschulen bieten für die Generation 50+ spezielle Kurse an.

Tipp: Auch wenn Sie eher der schüchterne Typ sind – beim

Tanzen kommen Sie auf jeden Fall ins Gespräch und knüpfen automatisch viele neue Kontakte. Beachten Sie Seniorenrabatte.

3. Selbstverteidigung:

Gerade ältere Menschen sind für viele Kriminelle leichte Opfer. Dabei kann in speziellen Selbstverteidigungskursen gelernt werden, wie z.B. der Gehstock oder Regenschirm effektiv genutzt wird, um sich bei einem Überfall zu wehren. Es werden jeweils dem Alter angepasste Techniken gezeigt. Auch ein sicheres Auftreten und die richtige Kommunikation werden trainiert.

Tipp: Das Deutsche Rote Kreuz bietet diverse Kurse unterschiedlichen Inhalts für Senioren an. Infos unter Tel.: 46 51 71 oder www.drk-hamburg-nord.de.

4. Ehrenamtliche Tätigkeiten:

Möchten Sie Ihre Zeit nutzen, um Bedürftigen zu helfen? Viele gemeinnützige, soziale Einrichtungen, Kindergärten, Schulen, Krankenhäuser, Tierheime oder Altersheime freuen sich über jede ehrenamtliche Unterstützung. Dabei sind die Tätigkeitsfelder weit gestreut: vom Kochen in Schulkantinen über seelischen

Fortsetzung auf S. 52



LEBENS Lust



Service-Wohnen zwischen dem Alsterlauf und AEZ



Forum Alstertal

Genießen Sie **altersgerechtes** Wohnen,
in **traumhafter** Lage und schönem Wohnambiente.
Hochqualitativ, sympathisch und DIN-zertifiziert.

Besuchen Sie uns **unverbindlich**,
wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Kritenbarg 18 HH-Poppenbüttel 60 68 68 www.Forum-Alstertal.de

„Der besondere Schuh“ Tradition und Service

Ganter • Hassia • FinnComfort

Einzelpaare bis zu 50% reduziert



Besuchen Sie uns und lassen Sie sich von unserem
Orthopädie-Schuhmachermeister nach Terminabsprache beraten!
Stormarnplatz 1 • 22393 Hamburg • Tel. 601 19 55

Friseur speziell für pflegebedürftige Menschen



Wir kommen zu Ihnen.

Professionelle Friseure verwöhnen Sie zu Hause.

(Kenntnisse im Pflegebereich wie z.B. bei Demenz, Schlaganfall etc. vorhanden.)

Trockenhaarschnitt	12,50 €
Waschen, Legen o. Fönen	28,50 €
Dauerwelle	59,00 €
Arbeiten am Bett	zzgl. 6,00 €

zuzüglich Fahrtkostenpauschale 5,00 €

Ihr Friseursalon Marina Behrend • www.marina-chic.de
Wir freuen uns auf Ihren Anruf: Tel. 6 06 84 - 4 40

*Tanzen bringt nicht nur Spaß und
hält körperlich fit – es ist der ideale
Sport, um neue nette Leute kennen-
zulernen.*

Fortsetzung von S. 51

Beistand in Krankenhäusern bis hin zu Beschäftigungstherapien für Altersheimbewohner.

Tipp: Infos zu bürgerschaftlichem Engagement gibt es in der Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz. Tel.: (040) 428 63 - 2660

5. Studium:

Wenn Sie als Senior studieren möchten, gibt es drei Möglich-

keiten: das ordentliche Studium, das Gasthörerstudium und das Seniorenstudium. Für das ordentliche Studium benötigen Sie eine Hochschulzugangsberechtigung, wie z.B. das Abitur. Ein Gasthörerstudium empfiehlt sich, wenn Sie sich in bestimmten Disziplinen weiterbilden oder Ihre Kenntnisse auffrischen möchten. Als Gasthörer benötigen Sie in der Regel kein Abitur. Das Seniorenstudium unterscheidet sich



kaum vom Gasthörerstudium: Der Vorteil für Senioren liegt darin, dass die Hochschule dieses durch spezielle Begleitveranstaltungen unterstützt.

Tipp: Für mehr Informationen wenden Sie sich an die Studienberatung der Hochschule Ihrer Wahl.

6. Modeln:

Was Heidi Klums Mädels können, können Sie schon lange: Falls

Sie ebenfalls Lust aufs Modeln haben, aber bereits schon weit über 50 sind, ist das kein Problem. Immer mehr Model-agenturen haben sich speziell auf Best Ager spezialisiert. Wer weiß: Vielleicht sind Sie das nächste Werbegesicht einer bekannten Pflegeproduktlinie für reife Haut?

Tipp: Eine Hamburger Best Ager-Modelagentur ist „elbmodels“: Infos unter Tel.: 2800 43 60 oder www.elbmodels.de. *mk*



Moorhof-Apotheke

Durchgehend geöffnet.

Poppenbüttler Hauptstraße 11 • 22399 Hamburg
Tel. 606 793 33 • Fax 606 793 35

Party Service Gerd Mehlfort



**Bitte fordern Sie
unseren Prospekt an**

Telefon 602 18 06

HOSPITAL ZUM
HEILIGEN GEIST
Kleine Stadt für Senioren



Leben bei uns



- Ambulante und stationäre Pflege
- Kurzzeitpflege nach Krankenhausaufenthalt und Urlaubspflege
- Wohnen mit Service, Gästezimmer
- Hanseatischer Hausnotruf
- Physikalische Therapie mit Schwimmbad
- Fachärztliche Versorgung einschließlich Dialyse, Zahnarztpraxis, Apotheke
- Gottesdienste, »Kultur im Alstertal«, Parkrestaurant, Menüservice, Krämerladen u. v. m.
- Altenpflegeschule Hamburg-Alstertal

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gern!

Hospital zum Heiligen Geist · Kundenzentrum

Tel. (0 40) 60 60 11 11

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

Seniorenreisen mit Hund

Waldi muss mit!

Für viele Senioren sind Waldi, Senta oder Struppi lieb gewonnene und wichtige Bestandteile des Lebens – klar, dass die vierbeinigen Lieblinge auch im Urlaub dabei sein sollen. Ob mit Selbstverpflegung im Ferienhaus, das Rundum-Verwöhnprogramm im Hotel oder eine Wandertour zusammen mit anderen Hundefreunden – es gibt viele Möglichkeiten in tierischer Begleitung zu reisen. Ein sehr hundefreundliches Land ist beispielsweise Dänemark.

„Die Mitnahme eines Hundes ins Hotel ist inzwischen relativ problemlos, das ist natürlich auch für Senioren mit Hund ein großer

Vorteil“, weiß Hundereisexpertin Nadja Hoffmann von travel4dogs: „Oft gibt es sogar einen extra Restaurantteil für Gäste mit Hund, ei-

ne Hundedusche am Eingang oder einen Hundespielplatz.“ Ihr Tipp für Best-Ager: „Besonders beliebt bei Senioren sind Erlebnis- und

Gruppenreisen mit Hund. Dabei kann man Komfort und hundefreundliche Ausflüge mit netten Erlebnissen verbinden, das kommt

A&V Haus Duvenstedt

Ihr Pflegeheim in Duvenstedt bietet:

- ✓ Familiäre Atmosphäre im professionellen Rahmen
- ✓ Für Senioren aller Pflegestufen
- ✓ Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- ✓ Wohnen in hellen und großzügigen Zimmern
- ✓ Individuelle Einrichtung möglich und gewünscht
- ✓ geschützter Dementenbereich
- ✓ Beschäftigungstherapie



Besuchen Sie unsere privat geführte Einrichtung im Herzen von Duvenstedt auf www.hausduvenstedt.de

A&V Haus Duvenstedt, wohnen, betreuen und pflegen GmbH
 Poppenbütteler Chaussee 23 • 22397 Hamburg
 Tel. 040/607640 • Fax 040/60764160
 E-Mail: ivoshage@hausduvenstedt.de



Ihr Pflegeheim in den Walddörfern



Senioren & Pflegeheim Margarethenhof

Wohldorfer Damm 156
 22395 Hamburg - Bergstedt

Tel.: 040 - 604 87 42
 Fax: 040 - 604 02 40
 Mail: info@margarethenhof-hamburg.de



In unserem gemütlichen Haus mit großer Garten-Wintergartenanlage finden Sie in gepflegter Umgebung ein neues Zuhause.

- individuelle Pflege für alle Pflegestufen
- Einzel- & Doppelzimmer mit Bad
- eigene Möblierung möglich
- Aufnahme von Urlaubsgästen und Kurzzeitpflege
- Pflegekassen-, beihilfe- und sozialhilfeberechtigt
- umfangreiche Dementenbetreuung

www.margarethenhof-hamburg.de



gut an.“ Ein weiterer interessanter Vorschlag: Nicht nur für Familien, auch für Senioren mit Hund kann Dänemark das richtige Urlaubsziel sein: Das hundefreundliche Land erlaubt Hunde im Ferienhaus oft ohne Extrazuschlag. Und lange Sandstrände verlocken zu ausgedehnten Spaziergängen – von Oktober bis April meist sogar ohne Leinenpflicht. Eine Besonderheit in Dänemark sind die Hun-

dewälder: kleinere, abgegrenzte Waldgebiete, in denen man den Hund in jedem Fall auch frei laufen lassen darf. Ob Hundewandern im Allgäu oder Nordic Walking um die Müritz – Senioren, die mit ihrem Hund verreisen, sind längst keine Seltenheit mehr. Zahlreiche Informationen für das passende Reiseziel für den Urlaub mit Hund gibt es in Reisebüros oder z.B. unter www.reisen-mit-hund.info.

Urlaub mit dem Hund in Dänemark: Lange Sandstrände verlocken zu ausgedehnten Spaziergängen – von Oktober bis April meist sogar ohne Leinenpflicht.



**Seniorenresidenz
Wellingsbüttel**

*Ihr Stückchen
Friesland im Alstertal*



- ④ Wohnqualität mit versierter Pflege
- ④ Stilvolles Ambiente mit privater Atmosphäre
- ④ Fachlich qualifiziertes Therapieangebot
- ④ Kurzzeitpflege & Probewohnen
- ④ Anerkannter Vertragspartner der Pflegekassen

Tel.: 040-640 90 9-0 Fax: -29

Waldingstr. 1 · 22391 Hamburg · www.seniorenresidenz-wellingsbuettel.de

SENIOR aktiv[®]
Hamburg

Praktische Dinge fürs Leben

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

Mobil, selbstständig und unabhängig im Alter

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

www.senior-aktiv-hamburg.de

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

**Verteiler
gesucht**

Schüler ab 13 Jahren
für Lemsahl, Sasel, Bergstedt,
Volkisdorf und Wellingsbüttel

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



*Mitten im Herzen
von Bergstedt*

Fröhlich
Senioren- und
Pflegepension GmbH



Mitglied im Bundesverband
privater Anbieter sozialer
Dienste e.V.

*Sie sind auf der Suche
nach einem Pflegeplatz
in familiärer Umgebung?*

*Sprechen Sie uns
unverbindlich an!*

Ihre Heike Fröhlich

Rodenbeker Str. 3-5 · 22395 Hamburg
Tel.: 040 - 60 44 11 -10 • Fax -21
E-Mail: mail@froehlich-im.net
Internet: www.froehlich-im.net

**SENIOREN- UND PFLEGEINRICHTUNG
HAUS HOQ'N DOR
Homfeldt OHG**

Westerrönfeld – Norderstedt – Neumünster

GEMEINSAM FÜR IHR WOHLBEFINDEN

Magret und Martina Homfeldt
Alter Kirchenweg 2 · 22844 Norderstedt
Tel.: 0 40 / 5 21 42 - 0 • Fax: - 184
www.haushogndor.de



Ihre Ansprechpartner: - 101
Einrichtungsleitung: Jenny Patan
Leitende Pflegekraft: Angela Haack
Hauswirtschaftliche Betriebsleitung: Patricia Adams



**Sehr gute Pflege,
zum sehr guten Preis**

in Norderstedt, Schleswig-Holstein
• alle Pflegestufen • Kurzzeitpflege
• zentrale Lage • Deutsche Küche

**Jederzeit unverbindlicher
Hausrundgang möglich.**

Beste Bewertungen bei MDK und BIVA: 1,6
www.pflegelotse.de • www.heimverzeichnis.de

Gerne senden wir Ihnen unsere
Informationsbroschüre zu!

Lecker Lamm!

Immer mehr Gourmets lernen die Vorzüge von Lamm zu schätzen. Das zarte, saftige Fleisch ist vielseitig verwendbar, lässt sich warm und kalt servieren und ist in vielen landestypischen Küchen zu Hause. Hier zwei leckere Rezepte!



Die beste Erfindung

seit Burger & Pizza!!!

Erleben Sie JETZT einen komplett neuen Standard bei Lieferservice und Mitnahmegerichten !!

Chicago Roast ist ein ganzer, medium gegarter Braten von excellenter Rinderhüfte in Stücken ab 2 Personen.

Wir liefern unser Roast mit leckeren Beilagen, warm und saftig. Sie schneiden es nur noch in dünne Scheiben und servieren - genau so schnell wie jeder Pizza-Service!

Testen Sie uns!

€ 9.95

PREIS PRO PERSON
mind. 2 Personen
pro Bestellung

Wir liefern gratis in folgende PLZ-Gebiete:

22175 22309 22177 22179 22175 22159
22147 22145 22397 22399 22395 22393
22359 22339 22391 22337

THE ORIGINAL
CHICAGO[®]
ROASTHOUSE

**! Gutschein
2 für 1**

Kaufen Sie eins - und Sie bekommen das zweite **GRATIS!**

Wenn Sie mindestens 2 Portionen kaufen erhalten Sie die zweite Portion gratis (maximaler Wert € 9,95)

Diese Kampagne ist gültig bis zum 25.08.10 und kann nicht mit anderen Kampagnen oder Aktionen kombiniert werden.

Eine Barauszahlung ist nicht möglich und die Einlösung muss bis zum oben genannten Termin erfolgen.

Zur Teilnahme bitte diesen Gutschein vorlegen.

Nur gültig im

Chicago Roasthouse Hamburg
Saseler Chaussee 63
22391 Hamburg

040 32 518 613

www.chicagoroasthouse.de

Alstertal Magazin

Foto: Rama

Gebratene Lammkoteletts mit gebackener Rosmarinpolenta (von Cornelia Poletto)

Zutaten für 4 Portionen:

12 Lammkoteletts, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 5 EL RAMA Culinesse Pflanzencreme, je 1 Rosmarin- und Thymianzweig

Für die Polenta:

1/2 l (500 ml) Geflügelbrühe, 2 Zweige Rosmarin, 125 ml RAMA Cremefine zum Kochen, 200 g Polenta (Maisgrieß), 2 EL RAMA, 50 g geriebener Parmesan, Salz, Muskatnuss, 5 EL RAMA Culinesse Pflanzencreme

Zubereitung:

1. Für die Polenta Geflügelbrühe mit Cremefine und 1 Zweig Rosmarin aufkochen. Rosmarinzweig herausnehmen und den Polentagrieß einrühren. Etwa 30 Minuten köcheln lassen, dabei immer wieder rühren. Die Polenta vom Herd nehmen und mit Rama, Salz, Muskatnuss und geriebenem Parmesan abschmecken. Am Schluss noch etwas gehackten Rosmarin unterheben. Die Polenta auf ein Blech streichen und erkalten lassen.
2. Lammkoteletts salzen und pfeffern und in Pflanzencreme mit den Kräutern anbraten. Im vorgeheizten Ofen bei 160 °C ca. 5 Minuten rosa garen.
3. In der Zwischenzeit die Polenta in Rauten schneiden und in einer beschichteten Pfanne mit Pflanzencreme goldgelb braten.

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten,
Tipp: Dazu reichen Sie z.B. eine Bohnencasserole

Estragon-Wasabi-Lammkeule

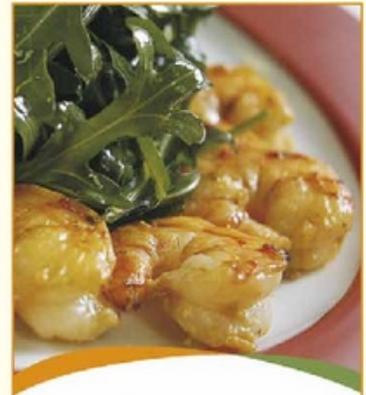
Zutaten für 4 Portionen:

5 kleine Zwiebeln, 1 Bund Estragon, 4 El Wasabi, 8 El Butter, Salz, 1 Neuseeland-Lammkeule (ca. 1.8 kg), 400 ml Cidre, 750 g Teltower Rübchen, 350 g Rhabarber, 4 El Zucker

Zubereitung:

Den Ofen auf 180° (Umluft 180°) erhitzen. Zwiebeln schälen und vierteln. Estragon von den Stielen zupfen und fein schneiden. 2/3 des Estragon mit Wasabi und 4 El geschmolzener Butter verrühren. Die Lammkeule mit der Kräutermasse bestreichen und mit Salz bestreuen. Die Lammkeule mit Zwiebeln und Cidre in einen Bräter geben und ca. 80 Minuten im heißen Ofen schmoren. Inzwischen die Teltower Rübchen schälen und je nach Größe längs halbieren. Den Rhabarber putzen und in 4 cm lange Stücke schneiden. Rübchen in Butter anbraten und 10 Minuten unter Wenden weiter braten. Die Rhabarberstücke zu den Rübchen geben, mit Zucker bestreuen und 10 Minuten weiter schmoren. Die Lammkeule 5 Minuten ruhen lassen, dann anschneiden und mit dem geschmorten Gemüse servieren. Dazu Kartoffelgratin reichen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten (plus 1,5 Std. Schmorzeit)



ANTIPASTI, PASTA & CO.

Freitags ab 18 Uhr:

Entdecken Sie unser Pastabuffet mit typischen Vorspeisen, köstlichen Nudelgerichten und original italienischem Dessertbuffet. Bedienen Sie sich nach Herzenslust.

€ 17,90 pro Person

RESTAURANT
CONCORDE

im Courtyard by Marriott Hamburg
Flughafenstr. 47- 22415 Hamburg
Tischreservierung 040 53102 357
www.restaurant-concorde.de

GESUNDHEIT IST EIN MENSCHENRECHT

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

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

Spendenkonto 970 97

Bank für
Sozialwirtschaft
BLZ 370 205 00



Für das Auge und den Gaumen

Waldrestaurant Kelbg

Den Sommer erleben...

Sauerfleisch vom Kalbstafelspitz

Flammkuchen mit Scampi und Rucola

Olaf's Spare Ribs mit Barbecuesauce

Sauerbraten vom Damwild mit Pfifferlingen

Filet vom Steinbeißer mit Riesling-Senfsauce

Ab dem 4. August „Scampiwochen“

Im Regestall 53 • HH-Volksdorf
Telefon 64 53 27 72 • www.waldrestaurant-kelbg.de





Foto: BGL

Nix wie rein! Das Bad im eigenen Schwimmteich ist eine wahre Wonne.

Schwimmteiche – Badespaß und Naturoase im Doppelpack

Natürliche Wasserfreunden

Wasser im Garten wird immer stärker zu einem beliebten Gestaltungselement: Von den rund 19 Millionen Gärten in Deutschland verfügen nach Umfragen ungefähr 4,5 bis 5 Millionen über einen Gartenteich. Besonders im Trend sind natürliche Schwimmteiche. Bei immer heißer werdenden Sommern kein Wunder. Das Alstertal-Magazin sagt, was beim Bau zu beachten ist.

Ist erst einmal der Plan gefasst, den Garten nach den eigenen Wünschen zu gestalten, ist es sinnvoll, den Fachmann zu Rate zu ziehen. Schließlich soll der Garten ja individuell zugeschnitten sein und den jeweiligen Ansprüchen gerecht werden. Wassergärten üben seit jeher eine besondere Faszination auf den Menschen aus, das kühle Nass wirkt zugleich anregend und beruhigend. Schwimm- und Badeteiche, die in die gestaltete Natur integriert sind, schaffen mit ihrer Bepflanzung einen natürlichen Lebensraum für viele Tiere. Was nachher wie ein natürlicher Teich aussehen soll, ist ökologisch ein komplexes System und bautechnisch ein anspruchsvolles Unterfangen. Nur Fachleute kennen sich mit der Wasserqualität, planerischen und bautechnischen

Anforderungen wie Abmessungen, Wandausbildungen, Bodenbelägen, Uferändern, Stegen, Ein- und Ausstiegen oder Sprunganlagen aus und bauen somit Enttäuschungen vor. Der Schwimmteich sollte optimal in die Umgebung eingepasst und harmonisch mit anderen Gartenelementen verbunden sein. Natursteine, kleine Wasserläufe, eine abwechslungsreiche Flora und möglichst viele unversiegelte Flächen unterstützen die natürliche Atmosphäre, die ein Schwimmteich im Garten verbreitet.

Lebensgrundlage Nr. 1 – die Ressource Wasser

Wasser ist die wertvollste Ressource der Menschheit. Wie die Vereinten Nationen mit dem 2003 ausgerufenen „Internationalen Jahr des

Süßwassers“ hervorheben, gehört die nachhaltige Nutzung der Süßwasservorräte zu den wichtigsten Aufgaben unserer Zeit. Bei weitem nicht alle Menschen auf der Welt haben Zugang zu sauberem Wasser, ein Problem, das sich in den nächsten Jahrzehnten laut internationaler Prognosen noch verschärfen wird. Für viele hiesige Kommunen ist das Wassermanagement ein umgekehrtes Problem – nicht zuletzt wegen der vielen versiegelten Flächen im öffentlichen und privaten Bereich und den damit verbundenen hohen Abflussmengen steigen die Abwasserpreise immer weiter. Das Regenwasser von Dach sowie von Wegen und Abstellflächen im eigenen Garten zu nutzen, ist deshalb ökologisch und ökonomisch sinnvoll.

Ursprüngliche Natur vor der Terrassentür

Mit einem Schwimmteich kann die Kraft der Natur sanft genutzt werden. Die Konstruktion des Teichs mit gesonderten Schwimm- und Regenerationsbereichen unterstützt die natürlichen Kreisläufe. Sumpf- und Wasserpflanzen entwickeln Reinigungsleistungen, und der Teich reguliert sich bei fachmännischer Anlage ohne Chemie von alleine. Untersuchungen haben ergeben, dass die meisten herkömmlichen Teiche in privaten Gärten zwischen fünf bis zehn Quadratmetern groß sind. Schwimmteiche benötigen mehr Fläche und sollten nicht kleiner als 70 Quadratmeter sein, wenn man Schwimm- und Regenerationsfläche zusammenzählt. Dann steht jedoch



eine große Wasserfläche zum Schwimmen und Herumtoben zur Verfügung: an heißen Tagen eine wahre Wonne!

Für die Randbepflanzung eignen sich Sumpf- und Wasserpflanzen wie die Sumpfdotterblume mit ihren strahlenden gelben Blüten, verschiedene Iris-Arten wie die Wasserlilie oder die Sumpf-Iris, das Münz- oder Pfennigkraut, die weiße Sumpfcalla, das Zyperngras mit seinen attraktiven Wedeln oder auch die großen Rohrkolben-Arten. Viele dieser Pflanzen sind auch im Winter mit Reif und Schnee äußerst attraktiv, wenn längst niemand mehr ans Schwimmen denkt. Optisch holt ein Schwimmteich ein Biotop in den Garten und liefert Tieren,

denen an traditionellen Swimming-Pools die Lebensgrundlage völlig fehlt, einen wichtigen Lebensraum: In der dekorativen Randbepflanzung summen die Insekten, verstecken sich Frösche und über dem Wasser schwirren Libellen in der Sommerhitze. Ein Traum zum Abschalten und Genießen! Vor allem für Kinder ist die Anlage eines Schwimmteichs ein Paradies: Nichts geht im Sommer über Badefreuden im eigenen Garten! Kinderfreundliche, flache Ufer laden zum Toben und Planschen im kühlen Wasser ein. Gleichzeitig können Kinder am Teich die Wunder der Natur beobachten und miterleben, wie sich aus Kaulquappen kleine Frösche entwickeln.

wir entwerfen und bauen ihre Lieblingsplätze

Gaerten- und Landschaftsarchitektur.
GARTEN VON HOERSCHELMANN
Garten- und Landschaftsbau.

www.gaertenvonhoerschelmann.de | 04532 - 288 24 42

Krisensicher! Urlaub im Thaden Glashaus

Sie sparen bis
zu 1.200,- €!

4,80 m x 3 m
statt 9.995,- €
jetzt ab 8.795,- €



Abb. ähnlich

TNL Wintergarten GmbH

Terrassendächer, Wintergärten, Türen
Am Hatzberg 16
21224 Rosengarten/Neendorf
Tel.: 0 41 08 / 414 29 - 0 u. 040 / 76 91 80 - 0
www.thaden-wintergarten.de



Thaden



Ohechaussee 20
22848 Norderstedt
www.meyers-muehle.de
3.000 m² Ausstellung. Sofort vorrätig!



Jetzt entdecken:





„Alte Rader Schule“

Draußen auf der Waldterrasse

Das urige Lokal in den Wäldern Tangstedt-Rades, die „Alte Rader Schule“ wurde einst um 1900 als Dorfschule erbaut und wird seit 1979 gastronomisch genutzt. Heute werden die Besucher des Waldrestaurants hier mit saisonalen Gerichten von der wöchentlich wechselnden Karte sowie fünf Biersorten vom Fass verwöhnt. Besonders die idyllische Waldterrasse ist an Sommertagen ein herrlicher Platz, um auszuspannen. Manch Gast kommt hoch zu Ross, andere Besucher am liebsten mit dem Fahrrad. Ob bei geschlossener Gesellschaft, Ausflug oder dem genussvollen Bier nach Feierabend, in der „Alten Rader Schule“ wird auf gepflegte Gastlichkeit und guten Service Wert gelegt.

Rader Weg 209,
Tangstedt-Rade, Tel.: 607 11 68, **Alte Rader Schule**
mehr Infos unter:
www.alte-rader-schule.de
Mo.-Fr. ab 15 Uhr
Sa., So. und Feiertage ab 12 Uhr



Taormina - Schlemmen auf moderner Sommerterrasse

Genießen Sie im Ristorante Taormina in Poppenbüttel italienische Köstlichkeiten unter freiem Himmel. Auf der großzügigen und modern gestalteten Sommerterrasse fühlen Sie sich nicht nur durch die umfangreiche Speisekarte wie im sonnigen Italien – den Inhabern des Restaurants Giuseppe Ciletta und Marco Castrignano ist die typisch italienische, familiäre Atmosphäre besonders wichtig. Deshalb bekommen Bambinis alle Gerichte auch als kleine Portion. Viele Stammgäste kennen die freundlichen Italiener bereits aus der Fuhlsbüttler Straße. Das Taormina-Team bietet von Montag bis Samstag einen günstigen Mittagstisch für 4,95 Euro und eine wechselnde Wochenkarte an. Weitere Informationen unter www.taormina-hamburg.de.

Ristorante Taormina
Poppenbüttler Hauptstr. 3, Tel.: 611 366 78
Mo. - Sa.: 12 - 23.30 Uhr, Mittagstisch: Mo.- Sa.: 12 bis 17 Uhr
Sonntags Ruhetag!



Restaurant Zur Kastanie

Die Einschulung der Fünftklässler am 23. August
und die Einschulung der ABC-Schützen am 24. August
können Sie ab 12 Uhr bei uns feiern!

Mittagstisch von Montag bis Freitag 12-14.30 Uhr.
Täglich wechselnd können Sie Vorspeise und Hauptgang
oder Hauptgang und Dessert ab € 7,50 bekommen.



Lecker vom Grill
(bei schönem Wetter) nochmal am
4. und 19. August ab 18 Uhr:
Steaks, Fisch und Meeresfrüchte.

Tel. 040 / 607 25 25 • Fax 040 / 607 09 81
Specksaalredder 14 • 22397 HH - Duvenstedt
www.restaurant-zur-kastanie.de • info@restaurant-zur-kastanie.de



Den Sommer draußen genießen

Wenn die Sonne scheint, schmeckt das Essen am besten unter freiem Himmel. Das Alstertal-Magazin zeigt Ihnen, wo Sie Ihre sonnige Mittagspause oder einen lauen Sommerabend genießen können.

Mellingburger Schleuse

Genuss pur: Wild- und Pfifferlingsgerichte

Im Hotel-Restaurant Lehfeldt **Mellingburger Schleuse**, Mellingburgredder 1, können Sie in romantischer Atmosphäre direkt am Alsterlauf delikate Highlights der deutschen Küche genießen. Derzeit empfiehlt der Küchenchef frisches Reh-, Rot- und Schwarzwild aus eigener Jagd sowie eine große Auswahl an leckeren Gerichten mit Pfifferlingen von einer speziellen „Pfifferlingskarte“! Die wunderschöne Anlage – unter anderem auch mit einem Biergarten – bietet nicht nur Gourmets einen „Platz an der Sonne“, sondern z. B. auch Alsterwanderern, Kanu- und Radfahrern sowie Naturliebhabern eine willkommene Möglichkeit zum Rasten und Erfrischen. Auf der romantischen Gartenterrasse, die zu Kaffee und Kuchen einlädt, können die Gäste in idyllischer Ruhe direkt am Wasser herrlich entspannen. Wer gerne an der Alster ein Event mit vielen Freunden feiern möchte, ist hier ebenfalls richtig, denn neun verschiedene Gesellschaftsräume und die liebevoll restaurierte, rustikale Scheune bieten Platz von 10 bis 400 Personen.



Mellingburger Schleuse,
Mellingburgredder 1, 22395 Hamburg, Tel.: 611 39 15-0,
Fax: 602 79 12, www.Mellingburgerschleuse.de

LANDHAUS OHLSTEDT

CAFÉ - HOTEL - RESTAURANT - CATERING

Besuchen Sie uns auf unserer neuen Sommerterrasse oder in unserem Wintergarten!

Genießen Sie bei uns:
Frische Pfifferlinge & Matjes
in verschiedenen Variationen...

TÄGLICH GEÖFFNET - KEIN Ruhetag - KÜCHE VON 11:30 - 22:00 UHR
TELEFON: 040 - 605 67 00 - U1-BAHN OHLSTEDT - BUS 276
ALTE DORFSTR. 5 - 22397 HAMB. - WWW.LANDHAUS-OHLSTEDT.DE



Sommerfeeling und Gaumenfreuden!

Stimmung pur!

Bei Patrizio im Ristorante L'Aurora kommen kulinarische Italienfreunde voll auf ihre Kosten:

Genießen Sie unter anderem sizilianische Fischgerichte wie den delikaten Meeresfrüchtesalat unter freiem Himmel!



Ristorante L'Aurora

Hummelsbüttler Hauptstraße 47 • 22339 Hamburg
Telefon: 040-53 05 46 89 • Mo.-Fr.: 12-15 + 17.30-23 Uhr
Sa.: 17-23 Uhr So.: 12-23 Uhr • Um Reservierung wird gebeten.

Am 14. & 15. August 2010 BBQ IM HERRENHAUS

Wir verwöhnen Sie mit Köstlichkeiten vom Grill

Marinierte Rindersteakhüfte
Gebackene Spanferkelkeule
Lachsfilet & Scampi Spieße u.a.

Außerdem finden Sie auf unserem Buffet

Tomaten-Oliven-Mozzarella
Italienischer Gemüsesalat & Blattsalate
Kartoffelgurkensalat & Krautsalat

Spanische Paella
Baked Potatoes mit Sour Cream u.a.

Und als Dessert bereiten wir für Sie vor

Erdbeer-Mousse mit Fruchtmark
Obstsalat mit Marachino
Mango-Limonen Torte u.a.

Genießen Sie das komplette Buffet für 32,50 € p./P.
Kinder bis 12 Jahre zahlen die Hälfte. Um Reservierung wird gebeten

Café im Herrenhaus, Telefon 040 - 970 70 980
Wellingsbüttler Weg 71, 22391 Hamburg, www.cafe-im-herrenhaus.de

Lenz Restaurant: Feinster Sommergenuss



Das „Lenz Restaurant“ ist gerade im Sommer perfekt zum Schlemmen geeignet. Die beiden Inhaber Leslie Himmelheber und Marco Blitzner haben für ihre Gäste nämlich nicht nur eine Sommerterrasse, sondern auch einen edlen Wintergarten, dessen Fenster sich komplett öffnen lassen. So können quasi auch bei bewölktem Himmel „draußen an der frischen Luft“ leckere Gerichte wie Riesengarnelen und Jakobsmuscheln an Pfifferlingsrisotto mit Blaubeeren genossen werden.

Da schmeckt auch der Wein – passend zum Sommer ein Riesling von der Nahe – noch besser!

Lenz Restaurant,
Poppenbütteler Chaussee 3, Tel.: 60 55 88 87,
www.restaurant-lenz.de
wochentags 12-15 Uhr und ab 17:30 Uhr,
So. ab 12 Uhr durchgehend, dienstags Ruhetag.



Restaurant Alte Mühle

Ab August ist Pfifferlingszeit

Das **Restaurant Alte Mühle** mit seinem schönen Biergarten direkt am Mühlen- teich gelegen, bietet jetzt saisonale Pfifferlinge mit leckeren Fleisch- sowie zahlreichen Fischvarianten an. Ein weiteres Highlight stellt zusätzlich die besondere „Happy Hour“ – von Mi.-Fr., 15 - 18Uhr dar. Hier wird ein großes Würznackensteak mit Krautsalat und Knoblauchbrot für nur 5,95 Euro serviert. Dazu gibt es kühle Erfrischungen in Form von einem Liter Bitburger Pils oder einem halben Liter Wein für 5,55 Euro.



Alte Mühle • Alte Mühle 34 • 22395 Hamburg
Tel.: 604 91 71 • www.alte-muehle-hamburg.de

Ristorante „la differenza“:

Ländliche Idylle trotz zentraler Lage

Im Ristorante „la differenza“ können Sie bei schönem Wetter und herrlichem Ausblick eine Vielzahl an Antipasti, Fisch-, Fleisch- und Pasta-Gerichten auf der Sommerterrasse genießen – mit etwas Glück sehen Sie neben Pferden auf der großen Pferdekoppel auch Rehe oder Fasane.



Ristorante „la differenza“
Rehagen 29, 22339 Hamburg, Tel.: 040/53 88 85 73,
www.ladifferenza.de, Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 12-15 Uhr
und 18-23 Uhr; Sa. 16-23 Uhr; So. 12-23 Uhr

RIBLING

CAFÉ · RESTAURANT · BAR

SUMMER-HIGHLIGHTS:

COCKTAILTIME

JEDEN DONNERSTAG AB 17:00 UHR
ALLE COCKTAILS 4.90 EURO

BARBECUE-BUFFET

JEDEN FREITAG & SAMSTAG AB 17:00 UHR
BARBECUE-ALL-YOU-CAN-EAT-BUFFET 12.90 EURO
PRO PERSON

FUHLSBÜTTLER STRASSE 757 · 22337 HAMBURG

WWW.RIBLING.DE

RESERVIERUNGEN 040.50 790 790
MO-FR 11-24 UHR · SA+SO 9-24 UHR

NEU
IN OHLSDORF



Räume mit Stil gestalten.

Wandunikate | Oberflächendesign | Farbgestaltung | Bodenbelagsarbeiten
Maler- und Tapezierarbeiten | Wärmedämmverbundsysteme



22926 Ahrensburg
Telefon 04102/97 94 97
Telefon 040/32 59 97 69
www.maler-suck.de

Mitglied der Werkgemeinschaft
farbrat

Le Colson
Psychologie Le Colson - Plus
Mitglied LC-VIP Netzwerk

Steildach
Flachdach
Fassaden- und
Schornsteinverkleidungen
Bauklempnerei
Reparaturen

Mende & Landes
Dachdeckermeister
Bedachung - Fassade

1970
40
2010

Goethestr. 13 • 22848 Norderstedt • Tel.: 0 40 / 5 23 56 38

Dieter Dräger GmbH

Sanitärtechnik und Klempnerei

Küchen • Bad • Dach • Gas-Geräte
und Heizungen • Kundendienst

Poppenbütteler Bogen 16 • 22399 Hamburg

Telefon: 606 16 60



Das Beste für Ihr Haus

SCHMIDT & JAHN

ROLLADENBAU, MARKISEN,
INSEKTENSCHUTZ, VORDÄCHER, TORANLAGEN

Markisen und Rolläden nach Ihren Wünschen!
Ständige Ausstellung - wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Schmidt & Jahn Bauelemente GmbH
Lübecker Str. 2a - 22926 Ahrensburg

Innungsfachbetrieb
Telefon: (04102) 41 2 34

STELTZER Sanitär GmbH

Inh. Carsten Peters

Ihr Meisterbetrieb ganz in Ihrer Nähe!

Gasheizungen - Kundendienst - Klempnerei
Sanitäre Anlagen - Flachdachsanieung

Wilhelm-Stein-Weg 8 • 22339 Hamburg
Telefon 538 43 00

Zertifizierter Fachbetrieb für
senioren- u. behindertengerechte Bäder / Installationen



Jetzt sanieren und profitieren...

Aktuelle Vorträge:

Mi. 4. Aug. um 18 Uhr

Thema: Energetische
Sanierung von Gebäuden

Do. 5. Aug. um 18 Uhr

Thema: Finanzierung von
Sanierungsmaßnahmen
an Gebäuden

Wir bitten um Ihre telefonische
Reservierung vorab.



www.august-kahl.de



AUGUSTKAHL

HEIZUNGS- U. SANITÄRTECHNIK GMBH

Tel. 040-533 233-22 - Kompetenzzentrum Oehleckerling 4 - 22419 HH

www.pruns-harms.de

Ihr Wunschbad von uns:

Die 5 Sterne GARANTIE

- Planung + Beratung individuell und persönlich
- Komplett-Leistung Alles aus einer Hand
- Termin-Garantie Fertig zum Fixtermin
- Sauberkeits-Garantie Staubfreie Sanierung
- Festpreis-Garantie

Georg-Sasse-Straße 22 22949 Ammersbek
Telefon 040/605 50 206

Notdienst 0172 400 40 74

PRUNS HARMES
BAD- & HEIZUNGSSTUDIO

**NICHT BILLIG,
ABER GUT!**

Okay, wir sind exzellente
Fachleute und machen
unsere Arbeit schnell und gut.
Doch wir möchten einen
guten Lohn. Häufig ist ein
schneller Fachmann billiger
als ein lahmer Geselle. Der
braucht 'ne Stunde mehr
und berechnet sie auch.

MACKENS + SOHN GMBH

KUNDENDIENST/NOTDIENST TEL. 608 72 50

SANITÄRE ANLAGEN • BAUKLEMPNEREI

POPPENBÜTTELER BOGEN 17 • 22399 HAMBURG

Heiligendamm ist Luxus pur. Nur zwei Autostunden vom Alstertal entfernt. Edler geht's nicht!

Heiligendamm: Ostsee vom Feinsten!

Die edelste der kleinen Fluchten!

Es sind etwas mehr als zwei Autostunden aus dem Alstertal nach Heiligendamm. Das dortige 5-Sterne-Haus „Grand Hotel Heiligendamm“ ist bekannt geworden durch den G8 Gipfel – und vielfach noch unbekannt



3.000 qm Spa mit Schwimmbad, Saunalandschaft, Hamam, Eisraum, reiches Angebot an Treatments.

mit seinen anderen Werten. Ein Besuch bestätigt von Anfang an: Heiligendamm ist ein luxuriöses Ensemble, der mächtige Rolls-Royce (an Gäste zu vermieten) vor dem Eingang unterstreicht

das eindrucksvoll. Heiligendamm hat eine luxuriöse Geschichte, an die man bei der Restaurierung angeknüpft hat. Es war einst Herzog Friedrich Franz I. von Mecklenburg-Schwerin, der den Grundstein für den Luxus des Sommerbades schon 1793 legte. Luxus allerdings wollten die Parteibonzen der DDR für ihre Bürger nicht. Das Anwesen verfiel völlig. 200 Millionen Euro investierte die Familie Jagdfeld (ebenfalls Hotel Adlon in Berlin) in das denkmalgeschützte Ensemble und eröffnet es im Juni 2003 wieder: ein 5-Sterne-Kurhaus mit Restaurant, (104 Plätze), Grand Hotel, Orangerie, Severin Palais und natürlich der Burg Hohenzollern. Das 31.000 Quadratmeter große Areal bietet seinen Gästen 222 Zimmer, davon 78 Suiten.

Natürlich hat man alle Facilitäten für eine edle Erholung geschaffen: ein riesiger Spa auf 3.000 Quadratmetern, Hallenbad, 27-Loch-Golfplatz, Wassersport, Reiten und vieles mehr. Auch der Gaumen wird in Heiligendamm verwöhnt: im Sterne-Restaurant „Friedrich Franz“, italienische Spezialitäten im „Medini's“, in der Baltic Sushi Bar oder Davidoff-Lounge. Oft erzählen Bilder tausendmal mehr als Worte. So ist es auch bei den „Weißen Villen“



Frühstücken mit Ostsee-Panorama.



Alle Zimmer sind luxuriös ausgestattet und von der Gattin des Investors Anna Maria Jagdfeld (Quartier 206, Berlin) gestylt.



Dieses Foto ist weltberühmt geworden: Die mächtigsten Politiker der Welt vor dem Kurhaus Heiligendamm während des G8-Gipfels 2007.

am Ostseestrand auf einem einzigartigen Anwesen. Noch mehr Eindrücke allerdings schafft ein Besuch. Und der lohnt sich für Genießer wirklich! *Wolfgang E. Buss*

Grand Hotel Heiligendamm, Bad Doberan Heiligendamm, Tel.: 038203-740-0 www.grandhotel-heiligendamm.de



Zuhause gesucht!

Möchten Sie heimatlosen Hunden und Katzen aus dem Tierheim Süderstraße ein Zuhause geben? Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte unter Tel.: 040/211 10 60.

Merrix

Nachdem Merrix (Hirtenhund-Mix) 10 Jahre lang ein treuer Familienhund war, kam er nun als Trennungsoffer ins Tierheim. Mit Kindern ist er aufgewachsen, dem häuslichen Leben vertraut, freundlich zu Besuch und verträglich mit anderen Hunden. Leinenführig, folgsam, mit Merrix bekommen Sie einen wirklichen Schatz in Ihr Leben.

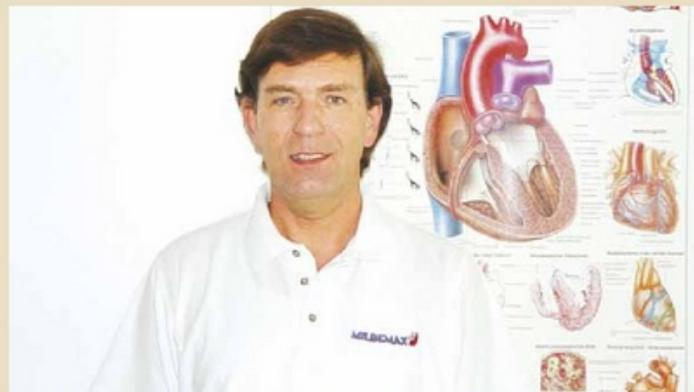


Baily

Baily, der kastrierte Kater, ist etwa 5 Jahre alt und musste leider sein Zuhause verlassen, da er offensichtlich eifersüchtig auf die neue Lebenspartnerin ist und aggressiv reagiert. Baily ist selbstbewusst und lebhaft. Sein Revier war eine Wohnung mit Balkon. Er benutzt gerne einen Kratzbaum zum Krallenschärfen.



Anzeige



Dr. Schneider und sein Team erzielen tolle Erfolge mit der Stammzellentherapie.

Stammzellentherapie beim Hund

Dr. Schneider bietet in seiner Tierklinik Volksdorf, Eulenkrustr. 1, eine neue und höchst effektive Behandlungsform bei Kleintier-Erkrankungen wie z.B. Arthrosen, Hüftgelenkdysplasien, Frakturen oder Teilrissen der Sehnen und Bänder: die Stammzellentherapie. Dafür werden aus dem Fettgewebe des Tieres Stammzellen gewonnen, die sich in Knochen-, Knorpel-, Bänder-, Sehnen- und Nervenzellen verwandeln können. „Das Fettgewebe wird unter Narkose entnommen und per Eilkurier in ein Labor nach Belgien gebracht. Dort werden die Stammzellen von anderen Zellen isoliert, gereinigt und vermehrt

und erreichen nach rund drei Wochen meine Praxis, um umgehend z.B. ins Gelenk, Gewebe oder sogar intravenös injiziert zu werden. Ein höchst erfreuliches Ergebnis erzielten wir z.B. bei einer knapp zwei Jahre alten Dogge, die unter einem angeborenen Knochenstoffwechsel-Problem litt. Die Folgen: u.a. Fehlstellung der Hüfte, Knorpeldefekte im Kniegelenk, Kreuzbandriss und Arthrose. Die Stammzellentherapie hat ermöglicht, dass der Hund jetzt ein beschwerdefreies Leben führen kann“, freut sich Dr. Schneider. Weitere Infos erhalten Sie unter Tel.: 603 47 75 oder www.TierklinikHamburgVolksdorf.de.



Helft uns!
Wir warten auf ein neues Zuhause!



VON 1841 E. V.

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

Spendenkonto:

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

Helfen Sie mit einer Mitgliedschaft – schon ab 3 Euro!

www.hamburger-tierschutzverein.de

Hamburger Tierschutzverein von 1841 e. V.
Süderstraße 399, 20537 Hamburg, Tel.: 040 211 10 6-0

Besuchen Sie uns und unsere Tiere:

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



TIERKLINIK VOLKSDORF Jetzt auch Stammzelltherapie für Ihren Hund erhältlich

Stammzelltherapie mit hervorragender heilender Wirkung bei

- allgemeiner Osteoarthritis
- OCD Osteochondrosis Dissecans
- ED Ellenbogengelenks-Dysplasie
- HD Hüftgelenks-Dysplasie

Tierklinik Volksdorf

Eulenkrustr.1, 22359 Hamburg, Tel.: 603 47 75 und 603 12 96

E-Mail: Dr.J.Schneider@t-online.de, www.tierklinikhamburgvolksdorf.de

Nordlichter leiden am meisten unter Hitze in Deutschland

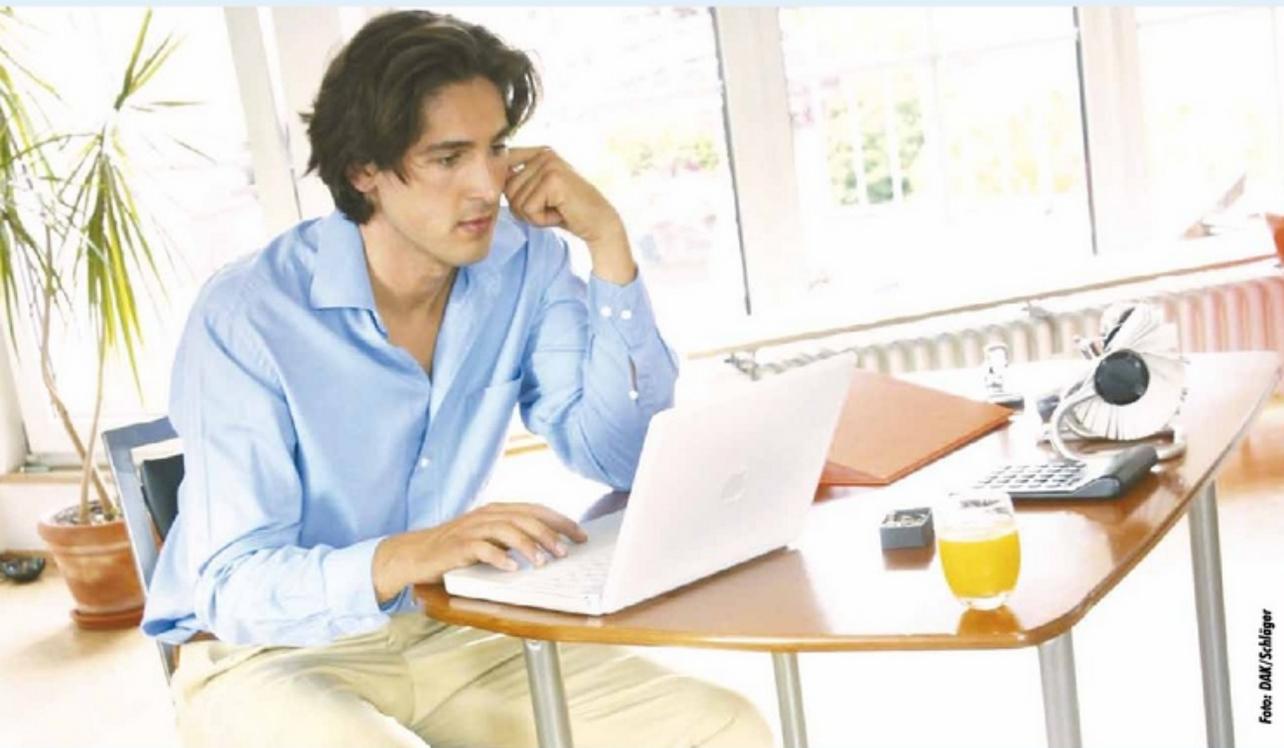


Foto: DAK/Schläger

Ob in Niedersachsen, Bremen, Hamburg oder Schleswig-Holstein, unter der Hitzewelle leiden die Norddeutschen am meisten im Vergleich zu den übrigen Bundesbürgern. Fast jeder Zweite leidet unter Kreislaufproblemen (48 Prozent) und jeder Dritte klagt über Migräneanfälle (35 Prozent) oder Konzentrationsprobleme (35 Prozent). Das zeigt eine aktuelle DAK-Umfrage, die bundesweit vom Forsa-Institut durchgeführt wurde. Danach sind die Norddeutschen im bundesweiten Vergleich auch Spitzenreiter, wenn es um starke gesundheitliche Probleme geht. Mit 16 Prozent ist der Anteil doppelt so hoch wie in Bayern (8 Prozent) oder Baden-Württemberg (7 Prozent). „Gegen die extremen Temperaturen scheinen die Süddeutschen besser gewappnet zu sein als die Nordlichter“, erklärt DAK-Sprecher Gerd Reinartz aus Hamburg. „Doch die Hitze

Anzeige

Tschüss Winkearme, Hüftring, Bauchspeck...

Wer träumt nicht davon: ein knackiger Po, ein flacher Bauch, straffe Arme und Schenkel, ein paar Pfunde oder ein bis zwei Kleidergrößen weniger ohne viel Aufwand, ohne Diät und ohne die Risiken einer Operation?

Gerade im Sommer stören bei leichter Kleidung unschöne Dellen an den Beinen, ein zu stark gewölbter Bauch und wabbelige Oberarme. In Zeitschriften gibt es zahlreiche Tipps, die schnelle Abhilfe versprechen. Aber helfen diese wirklich?

Sieht man Henrik Schünemann, glaubt man ihm, dass er weiß wovon er spricht. Als perfektes Vorbild coacht er seit über fünf Jahren Kunden aus Hamburg und dem Umland. Aber auch ein gezieltes 1:1-Training hat seine Grenzen.

„Durch entsprechendes Training oder eine Diät kann man zwar abnehmen, aber selten dort, wo es wirklich stört“, so Henrik Schünemann. „Hartnäckige Fettpölsterchen, z.B. die an den Oberarmen, ganz gezielt anzugreifen bedarf anderer Methoden. Leider geraten apparative Figurformungsmethoden häufig in ein schlechtes Licht, da viele Anbieter die ‚Wunderwaffe‘ für die Figur versprechen, die es so je-

doch nicht gibt. Fakt ist: Egal ob Vakuumtherapien wie die HYPOXI-Methode, Ultraschall, stabile Kavitation, Radiofrequenz, stoffwechselaktivierende Therapien, Ernährungsumstellungen, moderate oder intensive Bewegungstherapie etc. – jede einzelne Methode hat ihre Berechtigung, aber eben meist nur für ein ganz bestimmtes Ziel. Jede Methode funktioniert auch mehr oder weniger gut, aber eben nicht bei allen Kunden gleich.“



Henrik Schünemann, Personaltrainer und Inhaber von Schünemann Training

„Das Geheimnis unseres Erfolgs und damit auch das unserer Kunden ist unser speziell abgestimmter Behandlungsmix aus modernster Technik, altbewährten Methoden und der langjährigen Erfahrung in der Arbeit mit dem menschlichen Körper“, ist Henrik Schünemann mit nunmehr mehr als 20 Jahren Erfahrung überzeugt.

Das diskret in einem charmanten, alten Stadthaus an der Außenalster gelegene Studio von Schünemann Training bietet auf rund 200 qm ein für Hamburg einzigartiges Figurformungsangebot: Personaltraining, Ultraschall und die Vakuumtherapie. „Für jeden Kunden erstellen wir ein individuelles Programm, das die verfügbare Zeit und den bevorzugten Aktivitätsgrad berücksichtigt und kombinieren ggf. verschiedene Methoden aus unserem breit aufgestellten Spektrum.“

„Ich möchte, dass sich meine Kunden, wenn sie morgens aufstehen, rundum wohl fühlen!“ betont Henrik Schünemann den über allem stehenden ganzheitlichen Ansatz.

Weitere Informationen telefon. unter 040/51 90 83 14 oder auf www.schuenemann-training.de

Schünemann Training

Personaltraining
Ultraschall
Vakuumtherapie
Ernährung
Stressmanagement

Fettreduktion mit Ultraschall

Alle Vorteile der TFR-Methode (Technische Fettbehandlung):

- Effektive, schmerzfreie und dauerhafte Fettreduktion
- Sofortiger, sichtbarer Behandlungserfolg
- Nicht-invasiv, keine Ausfallzeiten
- Kein operativer/chirurg. Eingriff
- Keine Narkose
- Kein Klinikaufenthalt
- Kein Kompressionsverband
- Keine Medikamente

Schünemann Training
Schwanenwik 14 · 22087 Hamburg
Telefon 040. 51 90 83 14

www.schuenemann-training.de

Rechtlicher Hinweis: Aus rechtlichen Gründen möchten wir Sie darauf hinweisen, dass wir keine Erfolgsgarantie für die Behandlungsergebnisse abgeben können und dass die Behandlungsergebnisse wissenschaftlich nicht belegt sind. Das Ergebnis jeder Behandlung hängt von Ihrer individuellen Konstitution sowie Ihren Lebens- und Ernährungsgewohnheiten ab. Bilden Sie sich selbst Ihr Urteil!

ist für jeden Körper eine extreme Belastung, besonders für ältere Menschen, chronisch Kranke und Kinder.“ Immerhin 21 Prozent der über 60-Jährigen gaben starke Gesundheitsprobleme aufgrund der tropischen Temperaturen an. Deshalb rät der DAK-Sprecher: „Trinken, Tauchen und Träumen. Wer unter der Hitze leidet, soll jetzt viel Flüssigkeit zu sich nehmen, sich kühl abduschen und Stress vermeiden.“ Nach der Umfrage ist die Hitzewelle auch Schlafkiller Nummer eins. 65 Prozent der Befragten gaben an, unter Schlafstörungen zu leiden. Dabei sind die älteren Menschen ab 60 Jahren (56 Prozent) weniger betroffen als die Jüngeren (68 Prozent). Auch Migräneanfälle werden häufiger von jüngeren Jahrgängen als Hitze-Beschwerde genannt. Fünf Prozent der Norddeutschen gibt an unter Herzproblemen zu leiden.



Foto: DAK/Wigger

Hitze ist für jeden Körper eine Belastung. Da hilft nur: Genug trinken, kühl duschen und Stress vermeiden.

Mit Brustvergrößerung glücklicher?



Facharzt Dr. Jürgen Tacke: Was Sie über Brust-OPs wissen sollten.

„Jede Frau, die sich für eine Brustvergrößerung entschließt, will ihr ganz persönliches Ideal verwirklichen“, weiß der Facharzt Dr. Jürgen Tacke aus seiner Hamburger Fachpraxis, Große Bleichen 32. Zahlreiche Größen und Formen von Implantaten erfüllen kleine und große Wünsche. Die Viel-

falt moderner Implantate reicht von anatomisch tropfenförmig für eine besonders natürliche Erscheinung bis hin zu runden Formen – speziell für ein volleres Dekolleté.

„Aufgrund dieser individuellen Entscheidungen muss der Facharzt sämtliche Operationstechniken beherrschen, über ästhetisches Feingefühl und über eine vieljährige Erfahrung verfügen“, so Dr. Tacke. Apropos, ein Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie wird jeder Frau beim ersten Beratungsgespräch zahlreiche Vorher-Nachher-Bilder von Brust-OPs zeigen. Nahezu alle Frauen berichten nach einer Brustvergrößerung, dass sie mit ihrem Körper zufriedener sind und dadurch auch glücklicher.

„Das wahre Geheimnis einer Brust-OP“, erklärt der Facharzt Dr. Jürgen Tacke, „ist, dass die Brüste ‚unoperiert‘ wirken – natürlich schön und jugendlich voll.“ Mehr Informationen gibt es unter **Tel.: 35 01 99 60** oder auf **www.die-fachpraxis.de** im Internet!

DIE FACHPRAXIS

FÜR PLASTISCHE UND ÄSTHETISCHE CHIRURGIE

DR. JÜRGEN TACKE

DR. CYRUS BACHTIARI fachärzte für
plastische und ästhetische chirurgie

große bleichen 32 · 20354 **hamburg**

fon **040 - 350 199 60**

info@die-fachpraxis.de



makel-los:
botox face lift faltenbehandlung
macrolane hyaluron & polymilchsäure
nasenohrlid korrektur **brust** straffung
verkleinerung **vergrößerung**
fettabsaugung intim **chirurgie**
bauchdecken straffung



www.die-fachpraxis.de

vdäpc · vereinigung der deutschen ästhetisch-plastischen chirurgen und
dgprac · deutsche gesellschaft der plastischen, rekonstruktiven und ästhetischen chirurgen

DAS NETZWERK DER MASTER OF SCIENCE IN ORAL IMPLANTOLOGY

Die Implantologen des Netzwerkes sind Mitglieder der Deutschen Gesellschaft für Implantologie im Zahn-, Mund und Kieferbereich e.V.

Sie suchen einen Spezialisten für
Zahnimplantate in Ihrer Nähe?

Sie finden ihn im Netzwerk der
Master of Science in Oral Implantology.

www.masterimplantologen.com



**Ihre Netzwerkpraxis
in Hamburg:**

Dr. Christian Buhtz M.Sc.
Kleekamp 18
22339 Hamburg
Tel.: 040 59 91 64
www.drbuhtz.de



Günstiger Reihenhausneubau:

Kostenvorteil Reihe

Quadratmeterpreise von neuen Eigenheimen **im Schnitt drei Prozent niedriger als 1995** – Vor allem im Osten vielfach unter 1.000 Euro – Kostenvorsprung der neuen gegenüber den alten Ländern liegt bei 20 Prozent



In den letzten Jahren gab es in Deutschland keine Überhitzung des Immobilienmarktes wie in anderen europäischen Ländern, allen voran Spanien und Großbritannien. Auch das Image des Baukosten-Weltmeisters ist längst abgelegt. Wie die Zahlen des Statistischen Bundesamtes belegen, realisierten Bauherren ihre eigenen vier Wände im Jahr 2008 immer noch kostengünstiger als Mitte der 90er-Jahre. Nach Angaben von LBS Research ist der Kostenvorsprung bei Doppel- und Reihenhäusern in den neuen Bundesländern

Reiht euch ein: Zusätzlich ist die durchschnittliche Wohnfläche in den letzten Jahren gewachsen.

am größten. Quadratmeterpreise unter 1.000 Euro seien hier relativ leicht realisierbar. In Ostdeutschland lagen nach Angaben der BS-Experten die Baukosten für Doppelhäuser zuletzt knapp unter der 1.000-Euro-Marke, Reihenhäuser seien jedoch im Schnitt schon für einen Quadratmeterpreis von knapp 900 Euro veranschlagt worden. Allerdings scheint bei der Entscheidung zwischen frei stehendem Objekt oder eigenen vier Wänden in der Reihe nicht allein der Preis ausschlaggebend zu sein, so LBS Research. Denn im gleichen Zeitraum ging der Anteil der Doppel- bzw. Reihenhäuser von 31 Prozent auf 13 Prozent zurück. Der Anteil der frei stehenden Einfamilienhäuser stieg gleichzeitig von rund 69

Prozent im Jahr 1995 auf rund 87 Prozent im Jahr 2008 an, obwohl die durchschnittlichen Quadratmeterpreise in diesem Segment aktuell um ein Viertel höher sind als in der Reihe. Anders ist das Bild in den alten Bundesländern. Dort lag 2008 der Anteil der besonders bevorzugten Bauform – dem frei stehenden Haus – annähernd stabil bei rund 67 Prozent (1995: rund 65 Prozent). Demgegenüber setzten gut 18 Prozent im ehemaligen Bundesgebiet auf das Doppelhaus und 14 Prozent auf das Reihnhaus. Ähnlich wie die Eigentumswohnung stellt laut Einschätzung der LBS-Experten das Reihnhaus in den wirtschaftsstarke Ballungsräumen

Fortsetzung auf Seite 70



BREYER & SECK BAU

Massive Wohnträume

- Massive Bauweise: Stein auf Stein
- Klassische Architektur-individuell geplant
- Energiesparen & Klimaschutz

Ihre Sicherheit. Ihre Zukunft. Ihr Haus.

Musterhaus Stellingen

Molkenbuhrstraße 22
22525 Hamburg

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 10 - 18 Uhr
Sa. + So. 12 - 17 Uhr

Tel.: 0 40 - 300 331 77
Fax: 0 40 - 300 331 79
Mail: info@busbau.de

Verkaufsbüro Volksdorf



Groten Hoff 1
22359 Hamburg

Öffnungszeiten:
nach Vereinbarung

Tel.: 0 40 - 64 86 29 05
Fax: 0 40 - 64 86 29 42
Mobil: 01 77 - 410 19 18
Mail: volksdorf@busbau.de

Verkaufsbüro Bergedorf



Bergedorfer Straße 105
21029 Hamburg

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

Tel.: 0 40 - 739 286 10
Fax: 0 40 - 739 286 20
Mail: bergedorf@busbau.de

Vereinbaren Sie einen Termin: 0 40 300 331 77

BREYER & SECK BAU GmbH
Musterhaus Hamburg/Stellingen
Molkenbuhrstraße 22 · 22525 Hamburg

Tel. 0 40 300 331 77
Fax 0 40 300 331 79
www.breyerundseckbau.de





Häuslebauer: Reihenhäuser liegen beim Neubau im Trend!



Obwohl insgesamt meist wirtschaftlicher, können Reihenhäuser das gestiegene Platzbedürfnis befriedigen.



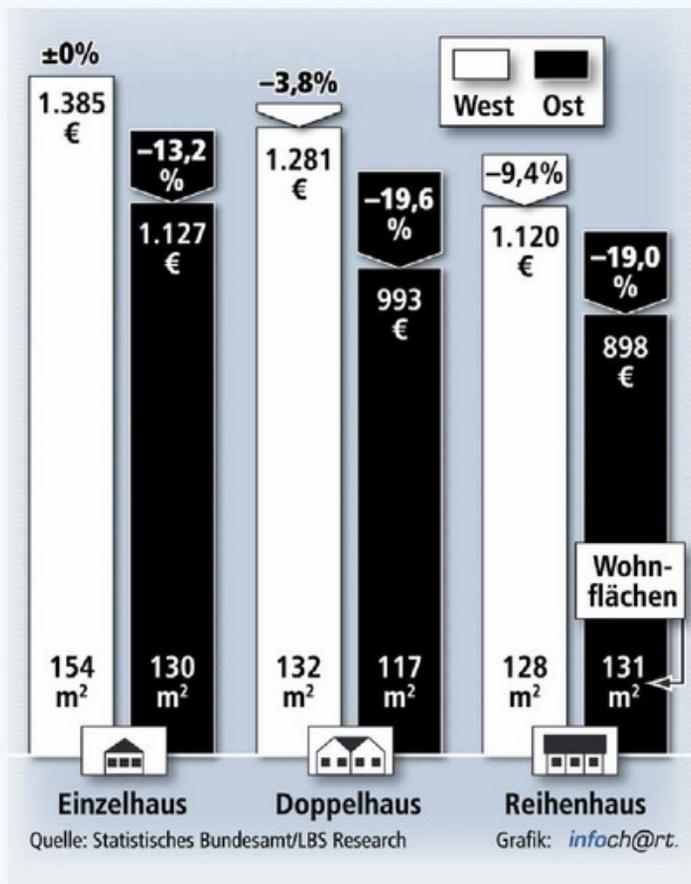
Grüne Oase: Auch Reihenhäusler müssen auf das Gärtlein hinterm Haus nicht verzichten!

Kostenvorteil Reihe

Fortsetzung von Seite 68

eine kostengünstige Alternative dar. Wenn auch auf kleineren Grundstücksflächen, so bieten die eigenen vier Wände auf diese Weise ebenerdiges Wohnen im urbanen Raum an. Hinzu kommt, dass die Baukosten beim frei stehenden Haus in den alten Bundesländern mittlerweile wieder das Niveau des letzten Jahrzehnts erreicht haben. Die allgemeine Tendenz zum wachsenden Platzbedarf zeigt laut LBS Research der Blick auf die Wohnflächenentwicklung. So stieg in allen Segmenten die durchschnittliche Wohnfläche an, und zwar um 5 bis 22 Prozent. Dabei weisen die Doppelhäuser, aber insbesondere die Reihenhäuser die relativ stärksten Zuwächse auf. Der steigende Wohlstand, der zu wachsenden Wohnansprüchen führt, sei hier eindeutig abzulesen, ebenso wie ein sichtbarer Aufholprozess in den neuen Bundesländern. Konnte man dort aus historischen Gründen lange Zeit seine Wohnwünsche nicht frei gestalten, verringert sich dieses Defizit zusehends. Bei der Größe von Reihenhäusern sind die Ost-West-Unterschiede inzwi-

schen sogar praktisch eingeebnet. Es ist aber weiterhin so, dass laut Statistik die durchschnittliche Wohnfläche der neuen Eigenheime in den alten Ländern um rund 19 Prozent größer ist als in den neuen Ländern. Dadurch ist deren Kostenvorsprung gegenüber den „Westpreisen“ insgesamt noch größer als bei der Quadratmeter-Betrachtung: Mit 147.000 Euro, so LBS Research, werden die Objekte im Osten um 66.000 Euro, also um mehr als 30 Prozent, niedriger veranschlagt als im Westen (213.000 Euro). Dabei sind die unterschiedlichen Grundstückspreise in diesen Zahlen noch nicht einmal berücksichtigt, denn sie beziehen sich auf die reinen Baukosten, ohne Bauland und Baunebenkosten. Dass die Baukosten für das frei stehende Eigenheim in den alten Bundesländern – anders als in den anderen Segmenten – mittlerweile wieder das Niveau der 90er-Jahre erreicht haben, zeigt die unverändert hohe Attraktivität gerade dieser Gebäudeform für Wohneigentümer. Laut LBS Research sind Bauherren offenbar hier weniger als bei Doppel- und Reihenhäusern bereit, bei der Realisierung ihrer Wohnwünsche unter Kostenaspekten größere Kompromisse einzugehen.



Kostenvorteile in der Reihe: Baukosten für Einfamilienhäuser pro Quadratmeter Wohnfläche – Veränderungen zwischen 1995 und 2008



Kleine Idylle: Einige typische Argumente gegen diese Gebäudeform wie Enge, fehlende Privatsphäre und zu kleine Grünflächen können, wenn man sich umhört, schnell entkräftet werden!

Wohnen

Wohn-Immobilien

Sommer im neuen Zuhause!

1. Wohldorf-Ohlstedt

Einfamilienhaus, Baujahr 1972/2007, ca. 250 m² Wohnfläche, 6 Zimmer;
hell und modern, ca. 1.350 m² Grundstück, Doppelgarage
Kaufpreis: € 695.000,-

2. Sasel

Zweifamilienhaus, Baujahr 1969, ca. 235 m² Wohnfläche, 7 Zimmer;
ca. 1.181 m² Grundstück, ruhige Lage, Carportensemble
Kaufpreis: € 575.000,-

3. Bergstedt

Einfamilienhaus, Baujahr 1966/1996, ca. 230 m² Wohnfläche, 8 Zimmer;
ca. 870 m² Grundstück, Vollkeller, Garage
Kaufpreis: € 395.000,-

4. Duvenstedt

Einfamilienhaus, Baujahr 1995, ca. 105 m² Wohnfläche, 4 Zimmer;
ca. 560 m² Grundstück, Vollkeller, beliebte Lage
Kaufpreis: € 360.000,-



Shop Poppenbüttel

Stormarnplatz 1,
22393 Hamburg

Sie denken daran, Ihre Immobilie zu verkaufen?

Wir schätzen deren Wert marktgerecht ein und beraten Sie diskret und kompetent. Unser Team freut sich auf Ihren Anruf!

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

Grossmann & Berger

ABEL IMMOBILIEN

Makler & Bauträger

Wir suchen Häuser und Grundstücke
6000 91 60 • abel-immo.de



Investieren Sie in „Beton-Gold“!

Vermietete Eigentumswohnungen in Hamburg

HH-Bergstedt: 2, 5 Zi.-ETW, Maisnottewohnung, Wfl. ca. 60 m², 2 Bäder, TG-Stellplatz, kleine Wohnanlage, NKM: 540,- € mtl., KP: 120.000,- €

HH-Hummelsbüttel: 3 Zi.-ETW, Wfl. ca. 77 m², EG mit Terrasse, NKM 680,- € mtl., TG-Stellplatz, KP: 119.000,- €

Sparda Immobilien GmbH

Heegbar 4, 22391 Hamburg
Brigitte Peschel: 040-38015-5945
Verena Radbruch: 040-38015-5942
www.spardaimmobilen.de

Sie denken über den Verkauf Ihrer Immobilie nach?

Wir stehen Ihnen für ein unverbindliches Beratungsgespräch gern zur Verfügung!
Sprechen Sie uns einfach an!

ImmobilienCenter Hamburg/Ahrensburg
Karsten Schrick, Tel. 040/71000175755
www.s-immo.de



Sparkasse
Holstein

Grundstücksbewertung
- unabhängig - marktgerecht

Stephan Teschke

Diplom Sachverständiger (DIA/Uni Freiburg)
für die Bewertung von bebauten und unbebauten Grundstücken, für Mieten und Pachten

Gutachter im Hause Witthöft
- Hausmakler RDM/VHH

Tel.: 040/ 63 64 63 44
auch abends und am Wochenende

Für unser Verlagsteam suchen wir ab sofort ein (männlich/weiblich)

Organisations-Talent

mit Buchhaltungsaufgaben

Ihre Aufgabe ist die Unterstützung bei der Organisation und Steuerung unserer Heftproduktionen (Umbruch, Anzeigenplatzierung). Dabei stehen – nach einer Einarbeitungsphase – die teamorientierte Abstimmung zwischen Anzeigenabteilung, Redaktion und Grafikabteilung im Vordergrund.

Wir erwarten von Ihnen:

Teamgeist, Freude an der Verlagsarbeit, Zuverlässigkeit und Vorkenntnisse im Bereich Buchhaltung sowie FiBu als auch gute Computer-Kenntnisse.



Beste Magazine für die schönste Stadt.

Bewerbungen bitte an: Magazin-Verlag Hamburg GmbH | Wolfgang E. Buss,
Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg | Infos: www.alster-net.de/Jobs

Foto: BHW Bausperkassen

Deutschland Spitzenreiter:

Eigenes Feriendomizil

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nahe: Jeder vierte Deutsche kann sich vorstellen, ein eigenes Feriendomizil zu erwerben. Wo? Am liebsten in heimischen Gefilden!

Sommer, Sonne, Sonnenschein in idyllischer Landschaft und den eigenen vier Wänden genießen – das ist der Traum von 24 Prozent der Deutschen. Laut einer jetzt durchgeführten Emnid-Umfrage im Auftrag von BHW Immobilien, dem Immobilienmakler der Postbank, spielt jeder vierte Bundesbürger mit dem Gedanken, jetzt oder im Alter ein Ferienhaus oder eine Ferienwohnung zu erwerben. Die meisten zieht es in heimische Gefilde – vor allem an die Ostsee (37 Prozent) und die Nordsee (36 Prozent). 18 Prozent der Befragten bevorzugen die Bodensee-Region, 17 Prozent die Mecklenburgische Seenplatte.

Deutsche Küste ist Spitze

Besonders begehrte Regionen an der Nordseeküste sind die Nord- und Ostfriesischen Inseln (25

bzw. 23 Prozent), so die BHW-Umfrage. An der Ostsee liegt die Insel Rügen in der Gunst der potenziellen Immobilienkäufer weit vorn (39 Prozent). „Deutschland bietet attraktive Landschaften, eine gute Infrastruktur und den eindeutigen Lagevorteil. Viele Urlauber schätzen die schnelle und kostengünstige Anreise“, erläutert Georg Hoogendijk von BHW Immobilien. Laut Umfrage ist der unkomplizierte Anfahrtsweg für 42 Prozent der Deutschen ein entscheidendes Auswahlkriterium für den Standort der Immobilie. Sie wollen früher und stressfrei ankommen und ihren Urlaub länger genießen.

Investition mit sonniger Aussicht

Eine Zweitimmobilie an der Ostseeküste in guter Lage ist kein Schnäppchen: 38 Qua-



Objekt der Begierde: Jeder vierte Deutsche liebäugelt mit dem Kauf einer Ferienimmobilie

dratmeter auf der Insel Rügen schlagen zum Beispiel mit rund 128.000 Euro zu Buche. Dafür liegt die Immobilie in der beliebten ersten Reihe und ist nur 50 Meter vom Strand entfernt. Zum Vergleich: Nimmt man 15 Minuten Anfahrt zum Strand in

Kauf, kostet eine 34 Quadratmeter große Wohnung auf der Insel Usedom rund 90.000 Euro. Info: „Der Kauf einer Ferienimmobilie ist eine nachhaltige Investition, wenn Faktoren wie Lage und Ausstattung des Objektes die Kaufentscheidung

bestimmen“, erklärt Georg Hoogendijk von BHW Immobilien. „Angesichts der niedrigen Darlehenszinsen lässt sich das eigene Feriendomizil derzeit besonders günstig finanzieren, zum Beispiel über einen Bausparvertrag.“

Verkauf und Vermietung... Ihr Hausmakler in den Walddörfern und Alstertal



Hamburg-Hummelsbüttel –
Repräsentatives Anwesen –
– zu verkaufen –

GATERMANN GmbH
HAUSMAKLER - RDM
In den Walddörfern zu Hause.

Siekkamp 1a
D-22393 Hamburg-Sasel
Tel.: 040 / 60 75 18 80
Fax: 040 / 60 75 18 85
E-Mail: info@gatermann-gmbh.de



WWW.GATERMANN-GMBH.DE

DAHLER & COMPANY
IMMOBILIEN



VERKAUFT AM 24.06... Hummelsbüttel, ERH in zentraler u. ruhiger Lage, Baujahr 1979, ca. 122 m² Wohnfläche, 5 Zimmer, frisch renoviert, Sauna, Vollkeller, ca. 415 m² Grundstück



VERKAUFT AM 28.06... Hummelsbüttel, Endreihenbungalow, Baujahr 1978, ca. 88 m² Wohnfläche, 3,5 Zimmer, Außenrolll., Gäste-WC, Vollkeller, ca. 350 m² Grundstück



VERKAUFT AM 01.07... Wellingsbüttel, EFH, Baujahr 1950/1993, ca. 213 m² Wohnfläche, 7 Zimmer, WiGa mit Kaminofen, 3 Bäder + G-WC, Vollkeller, ca. 873 m² Grundstück



VERKAUFT AM 02.07... Lemsahl, Walmdachbungalow, Baujahr 1980, ca. 161 m² Wohnfläche, 4,5 Zi., Kamin, Teilkeller, ca. 962 m² Grundstück mit Gartenhaus und großer Terrasse



VERKAUFT AM 02.07... Wellingsbüttel, Bungalow in Villenlage, Baujahr 1961, ca. 137 m² Wohnfläche, 4,5 Zimmer, Vollkeller, ca. 1.500 m² Südost-Grundstück, Einzelgarage

HAMBURG-ALSTERTAL
TEL. 040 - 53 05 43-0
AUCH AM WOCHENENDE

zapf umzüge
internationale Umzugsfachspezialisten
NAH • FERN • AUSLAND • ÜBERSEE

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

Jetzt günstig baufinanzieren!

Top-Konditionen bei 100% Finanzierung der Herstellungskosten bzw. des Kaufpreises:

- Niedrige Zinsen
- Bis zu 5% Sondertilgung p. a.
- 6 Monate zinsfreie Bereitstellung

Gleich Termin vereinbaren:

Finanzagentur Porschen
Eekbusch 35a
22395 Hamburg-Sasel
040-64 50 54 15

Ein Partner der
90 260 **ING DiBa**

Einfamilienhäuser und Baugrundstücke

im Alstertal erfreuen sich einer sehr großen Nachfrage!

Daher können wir jetzt auch für Ihre Immobilie einen Käufer zu besten Konditionen vermitteln.

WITTHÖFT
Immobilien
anagement

Büro Wellingsbüttel
Rolfinckstraße 15 • 22391 Hamburg
wellingsbuetel@witthoef.com
63 64 63 74

Danke NABU!

Seit 111 Jahren für Mensch und Natur. Machen Sie mit!
www.NABU.de

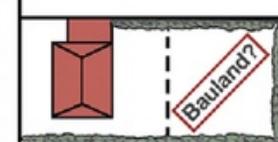
111 JAHRE NABU

VOLKER WARNKE IMMOBILIEN

- VERKAUF
- VERMIETUNG
- VERWALTUNG

Saseler Kamp 25 - 22393 Hamburg
Telefon: 040 / 601 78 74
Telefax: 040 / 601 76 44
E-Mail: volker-warnke@t-online.de

Ist Ihr Garten vielleicht Bauland?



Wenn Ihr Garten noch genug Restfläche hat, sollte geprüft werden, ob die nicht als Bauland lukrativ zu verkaufen ist!

Jürgen-Weiss-Immobilien.de • ☎ 53 88 88 88
Staatlich geprüfter Bautechniker und zertifizierter Sachverständiger für Immobilienbewertungen.

Wir suchen dringend Häuser + ETW für solvente Kunden

Bestellen Sie Ihr Lieblingsmagazin unter:
www.buy-a-magazin.de




Einsparungen bei Solarstrom

Gekürzt, aber rentabel

Die Einspeisevergütung für Solarstrom wird drastisch gekürzt. Für Hausbesitzer könnte sich die Anschaffung einer Solaranlage trotzdem weiterhin lohnen.

Die Einspeisevergütung für Solarstrom wurde rückwirkend zum 1. Juli 2010 um zunächst 13 Prozent gekürzt und soll zum 1. Oktober um weitere drei Prozent außerplanmäßig sinken. Die Befürchtung vieler: Solarstrom auf dem Dach lohnt sich dann nicht mehr,

zumal die Förderung ja schon regulär zum 1. Januar 2010 um neun Prozent gekürzt wurde. Doch uninteressant wird Fotovoltaik trotz dieser Einschnitte nicht, glaubt das Immobilienportal Immowelt.de. Die Vergangenheit hat gezeigt: Immer dann, wenn die Einspei-

Solarstrom: Trotz weiterer Kürzung könnte sich die Anschaffung noch immer lohnen!



Foto: Besipontessa Schwäbisch Hall

severgütung gesunken ist, gaben auch die Preise für Fotovoltaik-Module nach. Besonders drastisch übrigens im Jahr 2009, als die Preise für Solaranlagen im Jahresverlauf um rund 20 Prozent zurückgingen, wie eine Umfrage des Portals Photovoltaikumfrage.de ergab. Das Bundesumweltministerium spricht sogar von einem Preisrückgang von 30 Prozent. Solaranlagen waren aber schon vor 2009 rentabel. Wer im vergangenen Jahr eine Anlage in Betrieb nahm, durfte sich allerdings über eine besonders hohe Rendite freuen.

Eigenheim-Besitzer, die ab dem 1. Oktober eine Anlage in Betrieb nehmen, erhalten noch rund 33 Cent pro eingespeister Kilowattstunde Solarstrom vom örtlichen Energieversorger. Und das garantiert 20 Jahre lang plus das Jahr der Inbetriebnahme. Zum Vergleich: Für die im Jahr 2009 installierten Anlagen betrug die Vergütung noch rund 43 Cent, also etwa ein Viertel mehr. Durch den Preisrückgang bei Fotovoltaik-Anlagen sind jedoch auch neu

montierte Anlagen weiterhin rentabel: Eine typische Anlage auf dem Einfamilienhausdach mit einer Leistung von fünf Kilowatt Peak (KWp) erwirtschaftet innerhalb des Förderzeitraums rund 30.000 Euro. Der typische Preis für eine Fünf-KWp-Anlage liegt bei rund 15.000 Euro.

Hausbesitzer, die ihren Solarstrom zum Teil selbst verbrauchen, profitieren zudem von einer Sonderregelung: Für den selbst genutzten Solarstrom gibt es eine Förderung von rund 21 Cent pro Kilowattstunde. Zudem spart man die rund 20 Cent, die für konventionellen Strom zu zahlen wären. Selbstverbraucher haben damit einen finanziellen Vorteil gegenüber denjenigen, die ihren Solarstrom ausschließlich ins Netz einspeisen. Voraussetzung ist laut Erneuerbare-Energien-Gesetz (EEG) allerdings, dass der Eigenheimbesitzer insgesamt mindestens 30 Prozent seines erzeugten Solarstroms selbst verbraucht – liegt der Selbstverbrauch darunter, ist die Förderung um einige Cent geringer.

TUDSEN

IMMOBILIEN

EIN AUSZUG AUS UNSEREM AKTUELLEN ANGEBOT:

AMMERSBEK .

Ein großzügiges Grundstück für ein großzügiges Haus / Doppelhaus. 1.572 m² in sonniger und ruhiger Lage. In der Nachbarschaft von Einfamilienhäusern und Villen, in der Nähe des Einkaufszentrum und die Bushaltestelle. € 235.000,--

BERGSTEDT .

Einfamilienhaus mit Charme. Etwa 175 m² Wohnfläche. Eingangshalle mit Kamin und Empore. Schöne Räume, neue Fenster. 1.000 m² sonniges, intimes Grundstück nahe Ortskern. Große Terrassenanlage mit Außenkamin. Garage. € 415.000,--

WELLINGSBÜTTEL .

Zwei Haushälften unter Reet. Ein ganz besonderer Charme! Etwa 120 m² Wohnfläche mit Designküche und Kamin oder etwa 230 m² Wohnfläche mit großer Wohnhalle und Kamin. Je 500 m² Grundstück. € 490.000,-- / € 590.000,--

GRENZE VOLKSDORF .

Zweigeschossige, klassische Rotklinkervilla an der Grenze zu Volksdorf. Etwa 250 m² Wohnfläche Bj. 1933. Sehr gepflegt und großzügig. Charme, hohe Decken (EG 3 m). Umfangreich modernisiert. 1.022 m² ruhiges Süd-Grundstück. € 695.000,--

VOLKSDORF .

Jugendstilvilla. Etwa 350 m² Wohnfläche begeistern mit Charme und Atmosphäre. Hohe Decken, Parkett, Pitchpine, Kamin. Vollständig und mit sehr viel Liebe zum Detail saniert. 2.500 m² aufwendig angelegtes Grundstück. € 1.195.000,--

... UND NOCH VIEL MEHR .

Gern informieren wir Sie über weitere Angebote.

GESUCHT !

Aufgrund von abgewickelten Verkäufen suchen wir weitere Einfamilienhäuser und Haushälften mit 120 – 150 m² Wohnfläche für Familien mit Kindern in Wellingsbüttel, Sasel, Volksdorf und Ohlstedt von € 350.000,-- bis € 800.000,--

GESUCHT !

Unser Kunde sucht ein Einfamilienhaus in Wellingsbüttel in guter oder bester Lage. Wohnfläche ab 250 m² und für 5 Personen geeignet. Auch ein älteres Haus oder ein Baugrundstück ist interessant. Kaufpreis bis € 1.800.000,--

040 / 609 019 30 www.tudsen.de

TUDSEN IMMOBILIEN Eulenkugstr. 7 22359 Hamburg



Urteile um die Immobilie

Über Rechnungen und Atteste

Das Alstertal-Magazin präsentiert auf seinen Immobilienseiten in lockerer Reihenfolge **aktuelle Urteile zur Rechtsprechung** rund um die Immobilie. Diesmal: zwei sehr skurrile Fälle zum oft schwierigen Verhältnis zwischen Mieter und Vermieter.

Späte Schulden

Es ist das gute Recht von Mietern und Vermietern, dass die Betriebskosten für eine Wohnung ordnungsgemäß abgerechnet werden. Nicht immer geschieht das allerdings wie im Vertrag vorgesehen. Manchmal schleifen sich im Laufe der Jahre andere Regelungen ein, gegen die keine der beiden Seiten Widerspruch einlegt. Was aber geschieht, wenn sich der Eigentümer nach über zwei Jahrzehnten wieder auf seine ursprünglichen Rechte beruft? Dazu gibt es nach Auskunft des Infodienstes Recht und Steuern der LBS ein höchstrichterliches Urteil. (Bundesgerichtshof, Aktenzeichen VIII ZR 14/06)

Der Fall: Beim Einzug in eine Mietwohnung hatten beide Parteien vereinbart, dass monatlich

20,45 Euro an Vorauszahlungen für die Betriebskosten zu bezahlen seien. Die vorgesehene Jahresabrechnung erfolgte allerdings nie. Mehr als 20 Jahre lang blieb es bei den Vorauszahlungen. Doch dann übernahm der Sohn der bisherigen Eigentümer die Wohnung und erstellte für das gerade abgelaufene Jahr eine Abrechnung. Es waren Nachzahlungen in Höhe von knapp 1.000 Euro fällig. Die Mieter weigerten sich, dem nachzukommen. Sie beriefen sich auf die lange Zeit stillschweigend akzeptierte Regelung. Man sei deswegen von einer pauschalen Abgeltung ausgegangen.

Das Urteil: Der Bundesgerichtshof stellte sich auf die Seite des Eigentümers. Die Nebenkosten des Vorjahres, deren Höhe nicht bestritten wurde, mussten

aus der man diese Willensänderung ablesen könne.

„Attest“ vom Vermieter

Manche Immobilieneigentümer wollen auf „Nummer sicher“ gehen, wenn sie ihr Objekt neu vermieten. Sie verlangen von den Bewerbern neben diversen anderen Unterlagen wie etwa einem Lohn- oder Gehaltszettel, auch eine sogenannte Mietschuldenfreiheitsbestätigung vom vorherigen Vermieter. Doch dieser ist nach Auskunft des Infodienstes Recht und Steuern der LBS nur innerhalb gewisser Grenzen verpflichtet, ein „Attest“ über bezahlte Mieten auszustellen. (Bundesgerichtshof, Aktenzeichen VIII ZR 238/08)

Der Fall: Zunächst schien alles den üblichen Gang zu gehen. Die alten Mieter einer Wohnung traten an den Eigentümer heran, ihnen die Bescheinigung auszustellen. Der kam dem Wunsch auch in gewisser Weise nach. Er stellte allerdings nur eine Quittung über die geleisteten Mietzahlungen aus. Der Ex-Mieter forderte aber eine viel weitergehende Bestätigung. Darin sollte auch noch auf die Betriebskostenvorauszahlungen und die noch nicht erfolgte Abwicklung einer Kautionszahlung eingegangen werden. Das verweigerte der Eigentümer kategorisch. Dazu sei er nicht verpflichtet, erwiderte er.

Das Urteil: Tatsächlich durften die Mieter eine solch umfassende Erklärung nicht erwarten, entschied der BGH. Weder aus dem Mietvertrag noch aus den vertraglichen Nebenpflichten heraus ergebe sich ein Anspruch auf Bestätigung über das Bestehen oder das Nichtbestehen von Mietschulden. Das könne juristisch sogar zum Bumerang werden: Der Eigentümer müsse „mit Ausstellen der Bescheinigung beweiserrechtliche Nachteile befürchten, falls nachträglich noch Streit über den Bestand und die Erfüllung von Mietforderungen entstehen sollte“. Dann könnte nämlich die Bescheinigung für den Vermieter den Charakter eines „Zeugnis(ses) gegen sich selbst“ annehmen.

bezahlt werden. Die ursprüngliche, schriftlich fixierte Vereinbarung gelte auch nach einem so langen Zeitraum noch. Trotz der jahrelang ausgebliebenen Betriebskostenabrechnung hätten die Mieter nicht von einer Vertragsänderung ausgehen dürfen. Zwar sei es grundsätzlich möglich, dass solch ein Wechsel stillschweigend zustande komme, doch dazu bedürfe es wenigstens noch zusätzlich eines bestimmten Verhaltens einer Vertragspartei,

DARLEHEN AB 65 & RENTE AUS STEIN

Sie bleiben Eigentümer!
Keine laufenden Zins- und Tilgungszahlungen!
Nutzen Sie das Vermögen Ihrer Immobilie!
Rufen Sie uns für eine kostenlose Erstberatung an!

LAUEBIBOW
IMMOBILIEN

✓ Leibrenten ✓ Immobilienservice 60+
✓ Wertermittlung ✓ Projektentwicklung

Tel. 040 / 536 300 300 (auch Sa./So.)

Wir vermarkten IHRE Immobilie!

Möchten Sie Ihr Haus, Wohnung oder Grundstück verkaufen?
Gerne beraten wir Sie persönlich!



Marilina Meyer-Walters



Malke Yeger

PRO KONZEPT
IMMOBILIEN GMBH
www.prokonzeptimmobilien.de

Langenstücken 29
HH-Poppenbüttel
040 / 636 03 69 4

IMMOBILIEN SERVICE
ZIMMERMANN
WILHELM ZIMMERMANN

Genießen Sie Ihre freie Zeit!

Wir kümmern uns derzeit um die professionelle Vermittlung Ihrer Immobilie! Für Sie ohne Kosten.

Frahmredder 7 - 22393 Hamburg
www.zimmermann-ivd.de
Tel.: 600 10 600

AUSDAUERNDER

als manch anderer Makler setzen wir uns auch für den bestmöglichen Verkauf solcher Immobilien ein, die nicht „jeder“ von heute auf morgen verkaufen kann. Ob Hauptstraßenlage, Fluglärm oder z. B. erheblicher Renovierungsstau den Verkauf erschweren: mit einer von uns individuell erarbeiteten und professionell umgesetzten Strategie gelingt es uns, auch „schwierige“ Immobilien zielstrebig zu verkaufen. Sprechen Sie am besten gleich mit uns, denn so werden Sie

**MIT SICHERHEIT
GUT BERATEN!**

FRÜNDT
IMMOBILIEN
040 / 6001 6001

Internet: www.fruendt.de

IVD
RDM
VHH



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.

Trumm
IMMOBILIEN GmbH
Der Weg ist das Ziel

Vermitteln ■ Bewerten ■ Bauen

59 6100

gehen Sie diesen Weg mit uns!



Wurde vom britischen Automagazin „What Car?“ zum umweltfreundlichsten Auto des Jahres gewählt: der Golf BlueMotion.

Foto: VW AG



Der neue Polo Team.

POLO „TEAM“ 1,2 l 44 kW (60 PS) 5-Gang

Kraftstoffverbrauch, l/100 km: innerorts 7,3 / außerorts 4,5 / kombiniert 5,5 / CO₂-Emissionen kombiniert: 128 g/km.
Lackierung: Meerblau, Innenausstattung: Titanschwarz/Denim, Klimaanlage „Climatic“, Tempomat, Lederlenkrad, ParkPilot im Heckbereich, Radio CD „RCD 210“, Regensensor, Reifen 185/60 R15, Sportsitze vorn und vieles mehr.

* Fahrleistung 10.000 km/Jahr, Vertragsdauer: 48 Monate, Sonderzahlung: 2.990,- €, zzgl. Überführung bis Hamburg 650,- €, Zulassung 130,- € separat.
Ein Angebot der Volkswagen Leasing. Abbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.



Auto Wichert GmbH

Stockflethweg 30, 22417 Hamburg¹
Borncampsweg 4, 22761 Hamburg²
Wendenstr. 150-160, 20537 Hamburg
Segeberger Ch. 181, 22851 Norderstedt³
www.auto-wichert.de, info@auto-wichert.de

*Volkswagen Agenturen im Auftrag der Auto Wichert GmbH:

Hoheluftchaussee 153, 20253 Hamburg¹
Blankeneser Landstr. 43, 22587 Hamburg²
Ohechausee 194, 22848 Norderstedt³

Golf BlueMotion wurde „Green Car of the Year“!

Die BlueMotion-Modelle von Volkswagen zeigen Wirkung. Das bezeugen unter anderem drei neue Auszeichnungen – darunter der Gesamtpreis „Green Car of the Year“ – mit denen das britische Automagazin „What Car?“ die sparsamsten Volkswagen-Modelle ihrer Klasse während der Green Awards 2010 im Londoner Twickenham Stadion ehrte.

Der Golf BlueMotion wurde zum sparsamsten Kompaktfahrzeug gekürt und setzte sich in der Gesamtkategorie als „umweltfreundlichstes Auto des Jahres“ gegen acht weitere Einzelgewinner durch. Der Passat BlueMotion erhielt die Auszeichnung „Green Family Car“.

Anlässlich der Preisverleihung sagte Steve Fowler, Herausgeber des Magazins What Car?: „Der Golf überzeugt einfach: Mit einem sehr geringen CO₂-Ausstoß von 99 g/km entfällt bei

uns die Kfz-Steuer und auch der durchschnittliche Verbrauch von nur 3,8 Litern Diesel pro 100 km ist ein schlagkräftiges Argument für den BlueMotion.“

Herzstück des Fahrzeugs ist ein durchzugsstarker 1,6-Liter TDI-Motor mit 77 kW (105 PS) und einem Drehmoment von 250 Nm bei nur 1500 U/min. Die Vielzahl technischer Maßnahmen zur Verbrauchsreduzierung beinhaltet unter anderem das Start-Stopp-System, rollwiderstandsoptimierte Reifen, Batterie-Rekuperation, eine verlängerte Getriebeübersetzung, die Multifunktionsanzeige mit Gangempfehlung sowie klare aerodynamische Verbesserungen. Schon bei der Preisverleihung „World Car of the Year 2010“ im April dieses Jahres holten sich der Polo, Golf und Passat BlueMotion jeweils die Auszeichnung „Green Car of the Year“.

Volkswagen ist Premium-Partner der German Open in Hamburg



Am Rothenbaum zu sehen: der Passat BlueMotion.

Volkswagen ist erstmals Premium-Partner der noch bis zum 25. Juli ausgetragenen German Open Tennis Championships am Rothenbaum. Dessen Veranstalter haben sich zum Ziel gesetzt, das Turnier schrittweise klimaneutral auszurichten – also die CO₂-Belastung kontinuierlich zu verringern und durch die Unterstützung von Klimaschutzprojekten zu kompensieren. Volkswagen unterstützt dieses Vorhaben mit einer BlueMotion-Shuttleflotte. Dessen verbrauchs- und emissionsarme Fahrzeuge werden Spieler und Gäste des Turniers shuttle. Darüber hinaus können sich die Besucher bei einer umfangreichen Fahrzeugpräsentation sowie in den Information-Cubes über inno-

Michael Stich freut sich über umweltbewussteste Fahrzeugtechnik beim Turnier.



vative Antriebstechnologien und das VW Umweltlabel BlueMotion informieren. Turnierdirektor Michael Stich: „Ich freue mich sehr, dass wir Volkswagen als Premium Partner gewinnen konnten. Dessen BlueMotion-Fahrzeuge tragen dazu bei, dass unser diesjähriges Turnier so umweltfreundlich wie möglich ist. Damit machen wir einen großen Schritt, um die German Open in Zukunft klimaneutral veranstalten zu können.“

Vorsprung durch Technik 



Audi A3 Sportback „Black & White Effizienz - Edition“

z.B. Audi A3 1.6¹⁾

75 kW (102PS), Klimaautomatik, Sitzheizung vorn, Aluminium-Gussräder 6,5 x 16, Aussenspiegel elektrisch, Fensterheber elektrisch, Audioanlage Chorus inkl. CD-Player, Bereifung 205 / 55 R16, Seitenairbags vorn inkl. Kopfairbag, Servotronic, Zentralverriegelung mit Funkfernbedienung u. v. m.

€ 19.350,00²⁾

inkl. Überführungs- und Zulassungskosten

Abgebildete Sonderausstattungen sind im Angebot nicht unbedingt berücksichtigt. Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

¹⁾Kraftstoffverbrauch l/100 km: innerorts 9,5; außerorts 5,4; kombiniert 6,9; CO₂-Emission g/km: kombiniert 164

²⁾Voraussetzung: Inzahlungnahme Ihres Altfahrzeuges mit Erstzulassung vor dem 31.03.2003. Das Fahrzeug muß mind. 1 Jahr auf Sie zugelassen sein. Angebot gilt nur für Fremdfabrikate und Audi-Modelle (nicht für Fahrzeuge der Volkswagen-Konzerngruppe).

³⁾Gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers für ein vergleichbar ausgestattetes Modell.

Sparen Sie jetzt: € 5.415,-³⁾

Auto Wichert GmbH

Stockflethweg 30, 22417 Hamburg
Tel.: 0 40 / 52 72 27-3 51, Fax: 0 40 / 52 72 27-77
thomas.wiencke@auto-wichert.de
www.auto-wichert.de

Auto Wichert GmbH

Ulzburger Str. 167, 22850 Norderstedt
Tel.: 0 40 / 52 17 07-0, Fax: 0 40 / 52 17 07-30
thomas.wiencke@auto-wichert.de
www.auto-wichert.de

Auto Wichert GmbH

Wendenstr. 150-160, 20537 Hamburg
Tel.: 0 40 / 25 15 16-54
Fax: 0 40 / 25 15 16-37
andre.saeger@auto-wichert.de
www.auto-wichert.de



Kommt im Herbst auf den Markt: der sportlich ausgelegte neue Volvo V60.

Neuer Sportsfreund aus Schweden

Volvo ergänzt im Herbst des Jahres sein Modellprogramm um einen neuen Kombi: den V60. Der ist extrem sportlich konzipiert und kommt dank ausgeprägter Keilform und schlanker Dachlinie fast coupéartig daher. Der Wagen schließt gekonnt die Lücke zwischen den traditionellen Kombis V50 und V70.

„Das Ziel der Designabteilung war es, das neue Modell möglichst eng am Coupé-Gedanken auszurichten und dabei im Fond ein komfortables Platzangebot zu bieten. Und dass der Sportkombi nicht mit einem traditionellen Kombi konkurriert. Für Kunden, die viel Laderaum wünschen, gibt es den Volvo V70 oder den Volvo XC70“, sagt Örjan Sterner, Leiter Exterior Design des neuen Volvo V60.

Auch wenn Sportlichkeit Trumpf ist – es gibt neben einer sportlichen Innenausstattung, einem entspre-

chenden Chassis auch diverse sportliche Features für ein sportliches Fahrerlebnis – kommt beim neuen Schweden die Sicherheit nicht zu kurz. So gibt es unter anderem eine Fußgängererkennung – sie kann Fußgänger wahrnehmen, die vor dem fahrenden Fahrzeug die Straße betreten. Falls der Fahrer nicht rechtzeitig reagiert, warnt das System und kann, falls notwendig, eine automatische Vollbremsung einleiten. Zur Markteinführung wird der neue Volvo V60 mit einer Reihe von Diesel- und Benzinaggregaten angebo-

ten. Das Leistungsspektrum reicht von der ökonomischen 115 PS (85 kW) starken DRIVE Version bis zum turbogeladenen 304 PS (224 kW) Hochleistungstriebwerk. Die Maßnahmen zur CO₂-Reduzierung haben den Kraftstoffverbrauch im gesamten Motorenangebot gesenkt. Beim 3,0-Liter-T6-Benzinmotor konnte die innere Reibung gesenkt werden. Dadurch leistet er jetzt 304 PS (224 kW) und hat ein Drehmoment von 440 Nm. Die Beschleunigung von 0 auf 100 km/h erfolgt in 6,5 Sekunden und die Höchstgeschwindigkeit

beträgt 250 km/h. Gleichzeitig ist es den Volvo Ingenieuren gelungen, den Kraftstoffverbrauch auf 100 Kilometer um zehn Prozent auf jetzt 9,9 Liter zu senken (vorläufige Angabe).

Das vorläufige Jahresproduktionsziel des neuen Volvo V60 beträgt 50.000 Einheiten, davon gehen nicht weniger als 90 Prozent an europäische Käufer. Das neue Fahrzeug wird im Werk in Torslanda (Schweden) hergestellt. Markteinführung ist im Herbst 2010. Die Preise beginnen bei rund 28.000 Euro.



Für den Wagen wurde ein sportliches Interieur entwickelt, dessen Rückbank diverse Teil- und Belademöglichkeiten zulässt.



Eine Keilform und eine schlanke Dachlinie verleihen dem neuen Schweden auf Wunsch seiner Erbauer ein coupéartiges und sportliches Outfit.

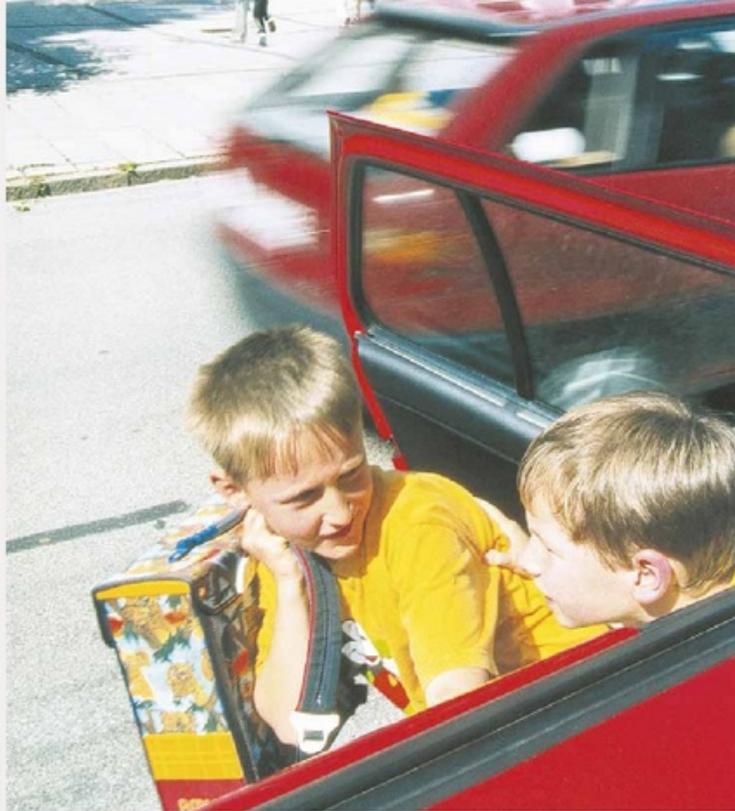


Foto: ADAC

Typische Szene vor Schulen: Kids steigen aus dem Auto aus, während Pkws zu schnell vorbeirasen.

Rücksichtslose Raserei

Um die Sicherheit von Kindern auf ihrem Schulweg steht es nicht zum Besten. Dies haben Geschwindigkeitsmessungen des ADAC vor 25 Schulen in zehn Bundesländern ergeben. Dabei wurde die zulässige Höchstgeschwindigkeit von Tempo 30 von mehr als 60 Prozent der Autofahrer überschritten. Insgesamt wurden 43 828 Fahrzeuge gemessen, 26 329 davon waren zu schnell unterwegs. Der Rekordwert von 96 km/h wurde vor einer Grundschule in Hamburg festgestellt. Der ADAC ermittelte die Geschwindigkeiten durch verdeckte Messungen. Darüber hinaus überprüfte der Club gemeinsam mit der Polizei die Fahrgeschwindigkeiten. Zudem flossen kommunale Messdaten in die Ergebnisse ein. Eine größere Akzeptanz von Tempo-Beschränkungen durch die Autofahrer verspricht sich der Club durch die Einführung von zeitlichen Geschwindigkeits-Wechselzeichen. Dabei kann nach den kritischen Tageszeiten morgens und mittags sowie während der Ferien das Tempo angepasst werden. Gefordert sind nicht zuletzt die Autofahrer, sich an die vorgeschriebene Höchstgeschwindigkeit vor Schulen zu halten, denn der Anhalteweg bei 30 km/h beträgt auf trockener Straße 13 Meter. Bereits bei einer Überschreitung von 10 km/h erhöht er sich auf 20 Meter, bei 50 km/h verdoppelt er sich auf 26 Meter.



JÜRGEN SCHRÖDER
Autolackier- und Karosseriezentrum

Rrrrumsss. Und jetzt?

Die Profis vom Karosserie-Fachbetrieb:
Wir bügeln Unfallschäden wieder aus. Günstig. Professionell und schnell.
Immer in Ihrer Nähe. Und bei allen Automarken.

Lademannbogen 145 (040) 538 933-0
22339 Hamburg www.juergenschroeder.com

Smart-Repair Service

ABB. ZEIGT SONDERAUSSTATTUNG.



VOLVO V70 NEUWAGEN

RATE € 290,-*

VOLVO V70 € 33.400,- JETZT € 26.900,-

Volvo. for life



VOLVO V70 DRIVe DIESEL

Klimaautomatik, Sitzheizung, Leichtmetallfelgen 225/60 16", Dachreling, Textil/ T-Tech Polsterung, Scheinwerferreinigungsanlage, Audio CD Performance Sound uvm.

Mit 4,5l Verbrauch erreicht der Volvo V70 DRIVe die 5 Sterne beim ADAC EcoTest – als erster Diesel PKW überhaupt.



*LEASINGANGEBOT FÜR DEN VOLVO V70 DRIVe KRÜLL-EDITION 80 KW (109 PS)

MONATL. LEASINGRATE	290,- EUR	ANZAHLUNG	2.900,- EUR
GESAMTFAHRLEISTUNG	40.000 KM	LAUFZEIT	48 MONATE
EIN ANGEBOT DER VOLVO AUTO BANK. ZZGL. 855,- EUR FRACHTKOSTEN. GÜLTIG BIS 30.08.10.			

Diesel-Kraftstoffverbrauch (in l/100km) 5,4 (innerorts) 4,0 (außerorts) 4,5 (kombiniert) CO₂-Emissionen: 119 g/km. Die Angaben wurden ermittelt nach den vorgeschriebenen Messverfahren (RL 80/1268/EWG).

KRÜLL

VOLVO
ZENTRUM

Wellingsbüttel Wellingsbütteler Landstraße 22, Tel.: 040/ 500 990-0

Sonntags Schautag von 11.00 - 17.00 Uhr. Keine Beratung, kein Verkauf, keine Probefahrten.

Verschiedenes

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

Erfahrene Privatsekretärin ordnet/verwaltet zuverlässig und diskret Ihre Unterlagen (auch im Trauerfall), Referenzen vorhanden. Tel.: 04106 - 613 539 od. 0176 - 96 22 66 80

Crosstrainer (Stamm, Helios 5000) zu verkaufen, fast neu, 160 € Tel.: 0157 - 714 79 633

Kiefernstühle, 2 Stück, sehr stabil, je 15 Euro. Nena-Buch „Songs & Photos“ 1984, 15 Euro. PC-Tisch, 2 Ebenen, PC seitlich, Buche, 72x72x72 cm, nur 20 Euro. Stehlampe h: 130 cm, Kiefer, Schirm beige, max. 60 W., 15 Euro. Tel.: 528 14 77

Plattenspieler von Sharp. Mit Radio und 2 großen Boxen schwarz, NP 898 DM, Quitting und Papiere vorhanden, für 60 Euro. 60 Schallplatten, Unterhaltung, 50 Euro, nur zusammen. Radio: Modell SRR 3939 Deluxe UKW MW Stereo Radio Rekorder, NP 89 DM für 30 Euro. Nicht gespielt!! Tel.: 47 05 08

Schöner Garten
www.gruenplan-hamburg.de

**Gartenarbeit aller Art
F.Balta**

Friesenwälle, Teichanlagen
Gartengestaltung-Gartenpflege
Baumpflege-Heckenschnitt
Jahresgartenpflege
Zäune/Palisaden setzen
Pflasterarbeit
Tel./Fax: 04191-502049
Mobil: 0170-48 24 911

Alte deutsche Schreibschriften (Sütterlin u.a.) übertrage ich für Sie in die heutige Schrift. Tel.: 04106 - 613 539 od. 0176 - 96 22 66 80

Hundeglück Hamburg – professioneller Gasservice für den Norden Hamburgs und Umgebung. Tel.: 0172 - 427 73 47

Modernes Bett, Latexmatratze 1.40x2.00m, Unterfederung 2-llg. swissflex, Gestell (Rahmen) schw., NP ca. 2500 Euro, VB 500 Euro. Tel.: 229 61 46

Lampenschirme, 2 Stck, bordeauxrot, Handarbeit, 36cmx27cm oben, je 80 Euro, Tel.: 66 41 38

ASPRIA-Platin Mitgliedschaft incl. Kind, Tennis, Handtuch für 5000 Euro (27 Euro / Monat), Tel.: 0177 - 808 05 67

Wir suchen ab Januar 2011 einen Platz bei liebevoller Tagesmutter im Raum Sasel für unsere Tochter. Sie wird dann ein Jahr alt sein. Tel.: 0178 - 799 75 11

Damen-Pelzjacke, Silberfuchs, Größe 36-38, neuwertig, zu verkaufen: 99 Euro. Nerzmantel, Farbe: hellbraun, Größe: 19(38) zu verkaufen. VB: 250 Euro. Kleinbild-Analog-Spiegelreflexkamera Yashica FR I mit Zubehör und Tasche zu verkaufen: VB 25 Euro, Philips Faxjet 320, Normalpapier-Faxgerät/Kopierer – Tintenstrahl – 100 Blatt, einwandfrei, Bedienungsanleitung, Originalkarton mit Patronen zu verkaufen, VB: 35 Euro. Tel.: 511 02 71, evtl. Anrufbeantworter.

Wer verkauft mir ein Gerät, auf dem sich Tonband-Kassetten (tapes) abspielen lassen? Bitte zurückrufen unter Tel.: 538 34 58

Welche Tennisspieler/innen (mittlerer Spielstärke und mittlerer Alters) haben Lust, gelegentlich mit mir (wbl. / uns + ml.) „Einzel“ oder „Doppel“ Tennis zu spielen? Tennisplatzbuchung ist möglich. Tel.: 480 41 02

Wohnzimmerschrank, Kiefer, mit Glasschrank, Regale & Schubladen, br: 240xh 202 x t 38 cm, VB 100 Euro. Badschrank, 1 Seite Spiegel, andere Seite Regale, drehbar, Buche, 40x40xH=175 cm, VB 20 Euro. Pendeluhr „Mibus“ H42xB24 cm, 30 Euro. Tel.: 528 14 77

Antike belgische Stühle, um 1920. 4 Stück, sehr stilvolles und schlichtes Design, neue Polsterung und Holz-Restauration 2004. Günstig abzugeben, weil Art Deco offenbar im Moment nicht so gefragt ist. Bilder der Stühle anfordern unter: oliver.jochens@gmx.de. (Tel.: 41 49 67 50)

Bekanntschäften

Schön wäre es, für den Herbst des Lebens einen gepflegten, aufgeschlossenen und sympathischen Partner für noch viele gemeinsame Jahre an meiner Seite zu wissen. Ich bin eine junggebliebene 74-jährige Seniorin, gepflegt, schlank und vielseitig interessiert. Tel.: 60 55 06 66

Suche ... Liebe, Lust und Leidenschaft, Romanik, Ehrlichkeit, Intelligenz ... Dich attraktiv, interessant, humorvoll für ein anregendes, liebevolles und genießerisches Leben zu zweit in Jeans, Abendgarderobe oder auch mal freizügig. Biete mich, w. 51 / 1,72 schlk., attraktiv, sportlich, sinnlich, tolerant und sympathisch zum Entdecken und Genießen. sonnenschein-333@gmx-topmail.de

W (Mitte 40 Jahre, durchschnittlich sportlich) sucht nette Freundin zum regelmäßigen Walken um die Alster! Das Schöne ist ja, dass man „nebenbei“ noch etwas klönen kann :-). Hast Du Lust, mich zu begleiten? Dann freue ich mich auf eine Nachricht von Dir, diese bitte an sommer@wolke7.net mailen.

Unterricht

Effektive Nachhilfe
Lernwerk
Alstertal • Fröhredder 1
☎ 040 / 64 42 30 77
Nahe S-Bahn Poppenbüttel/AEZ
www.lernwerk-ag.de



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

Job/Arbeit

Suche Tagesmutter, erf., liebevoll und zuverlässig für unseren Sohn (11.1.09) ab Jan. 2011 im Raum Wellingsbüttel, Klein Borstel. Tel. 41 00 71 95

Welche Familie braucht eine Betreuung für ihre Kinder und Hilfe im Haushalt? Tel.: 0176 - 23 84 08

Hausmeister-Handwerker-Techniker-Rentner im Unruhestand. Es würde mich freuen, wenn ich Ihr Objekt betreuen kann. Evtl. auch mit Treppenhausreinigung. Tel.: 0176 -58 13 13 21



**Schöne
Ferienwohnungen**

**Sylt ist bei jedem Wetter schön
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



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



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



IMPRESSUM

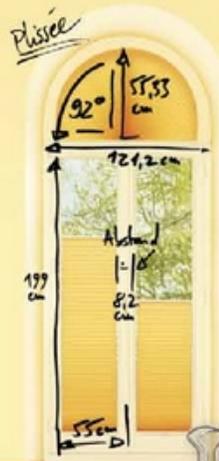
Das Alstertal-Magazin ist unabhängig und überparteilich. Es erscheint monatlich im Alstertal und den Walddörfern.

Verlagsanschrift: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg; Tel.: 040/538 930 0 | Mail: redaktion@alster-net.de, anzeigen@alster-net.de | Herausgeber/Verleger: Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.) | Chefredakteur: Kai Wehl | Redaktion: Jeannine Ehmsen, Christiane Kaufholt (CvD AEZ-Magazin), Marisa Knierim, Christian Lüscher | Korrektorat: Regina Ahrens | www.alster-net.de | Verlags-Telefon-Nummern: Redaktion: 538 930-46, Anzeigenabteilung: 538 930-0; Verteilung/Vertrieb (auch Anrufbeantw.): 538 34 52, Fax (zentral): 538 930-11, Buchhaltung: 538 930-13 | Media-Beratung: Gabriele Bergerhausen (Poppenbüttel, Haspa), Tel. 538 930-55; Jutta Brandes (AEZ, Fuhsbüttel, Hummelsbüttel), Tel. 538 930-50; Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538 930-0; Michaela Jeric (Volksdorf, BKZ Hamburger Strasse), Tel.:538 930-56; Annegret Linke (Eppendorf, Winterhude), Tel. 538 930-67; Sabine Merbach (AEZ, Volksdorf), Tel. 538 930-17; Sabine Meyerrose (Sasel), Tel. 538 930-52; Simone Niklaus (Wellingsbüttel, Duvenstedt und Lemsaß-Mellingstedt), Tel. 538 930-14; Andreas Rohloff (Autohäuser), Tel. 538 930-51; Barbara Suhr (Makler), Tel. 538 930-54; Michael Wiele (Uhlenhorst, Pöseldorf, Mittelweg, Harvestehude, Rotherbaum), Tel. 538 930-53 | Produktion/Anz.-Disponenten: Cassandra Friedrichsen, Birgit Schümann | Chefgrafikerin: Stefanie Oldhaver | Grafik: Juliane Oldhaver (Leitung AEZ-Magazin), Annerieke Kaack, René Kriese, Max Menrath, Jan Pfeiffer | Titelgestaltung: Stefanie Oldhaver | EDV- und DTP-Beratung: IT-Service Thilo Noack | Druck: Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel | Vertrieb: Magazin Verlag Hamburg Eigenvertrieb, Leitung: Sandra Schmelter-Haun, Tel. 538 34 52 | Auflage: 51.000 Exemplare © 2010 Magazin Verlag Hamburg.

Maßarbeit wie ich sie will:
Preiswert & passend.

Über 30x in Deutschland
und 3x in Hamburg!

Mehr Infos unter:
www.jaloucity.de



20 Jahre JalouCity

Jubiläumsangebot bis zu 20% Rabatt
auf unsere Home-Kollektion.

Vorzulegen bei Bestellung. Gilt nur für Maßanfertigungen. Nicht kombinierbar. Nicht gültig für den Internet-Shop. AM

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

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

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

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

JALOU CITY

www.jaloucity.de

Jalousien • Rollos • Plissees • Markisen

Kommen Sie in unser Team!

Wir suchen:

Mediaberater/in

Wir wachsen weiter und suchen eine/n Mediaberater/in als Verkaufsprofi. Arbeiten Sie mit uns im Mediensektor als freier Handelsvertreter (Anzeigen, TV, Internet). Leistungsgerechte & attraktive Provisionen. Weiterbildung nach persönlichem Wissensstand. Gefragt sind Engagement sowie Verkaufstalent und relevante Vorerfahrungen. Wir bieten ein sehr gutes Vertragsgebiet und Produkte, die fast 20 Jahre erfolgreich im Markt sind. Und natürlich ein nettes Team!

Organisations-Talent (m/w) mit Buchhaltungsaufgaben

Ihre Aufgabe ist die Unterstützung bei der Organisation und Steuerung unserer Heftproduktionen (Umbruch, Anzeigenplatzierung). Dabei stehen – nach einer Einarbeitungsphase – die teamorientierte Abstimmung zwischen Anzeigenabteilung, Redaktion und Grafikabteilung im Vordergrund.

Wir erwarten von Ihnen: Teamgeist, Freude an der Verlagsarbeit, Zuverlässigkeit und Vorkenntnisse im Bereich Buchhaltung sowie FiBu als auch gute Computer-Kenntnisse.

Auszubildende zum DTP-Grafiker (m/w)

Bei uns lernen Sie: DTP-gestützte Seiten- und Titel-Gestaltung von Magazinen und diversen Printprodukten unseres Hauses • Entwerfen, Konzipieren und Herstellen von unterschiedlichsten Anzeigen-Motiven für die in unserem Hause erscheinenden Printprodukte • Kennenlernen und Verstehen der gesamten Druckvorstufe • Bildbearbeitung, -digitalisierung, Arbeiten im Bereich Datentransfer • Bereitstellung, Aufarbeitung und Konvertierungsarbeiten für unsere Online-Magazine (siehe auch www.alstertal-magazin.de/Jobs)

Voraussetzungen: guter Realschulabschluss oder Abitur, Gespür für Layout/Design



Bewerbungen bitte an: Magazin-Verlag Hamburg GmbH | Wolfgang E. Buss, Barkhusenweg 11, 22339 Hamburg | Infos: www.alster-net.de/Jobs

DAS BESTE ANGEBOT. DER 1. KLASSE KURZURLAUB. BEIM TESTSIEGER.



Jetzt 6 MONATE testen!

Nur **50€**

Aufnahmegebühr (statt 200 €)



Fitness, Wellness, Bodycare – natürlich im MeridianSpa.

Anrufen – Termin vereinbaren – Mitglied werden:

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

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

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

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

www.meridianspa.de



MERIDIAN SPA
Fitness. Wellness. Bodycare.