NO. 08 | 2014 SEIT 1992

WWW.ALSTER-MAGAZIN.DE | FACEBOOK.DE/ALSTERMAGAZIN

ALSTER MAGAZIN

LOCAL PEOPLE & LIFESTYLE

© Svenja von Schultzendorff

JETZT AUCH ALS E-PAPER!
Bestellen auf www.alster-magazin.de

FREI HANDEL

TTIP: FÜR UNS HAMBURGER NUR NACHTEILE ERWARTET

KLOSTER-STERN

UMBAUPLÄNE SPALTEN HARVESTEHUDE

PROMIS, PROMIS

NENA IM STADTPARK, NINA BOTT BEI EINER PLAYERS NIGHT UND PAUL SAHNER ALS GASTREDNER

DIE WINTERHUDER SCHAUSPIELERIN KATHARINA ABT ÜBER

ABSURDE ROLLEN

SOMMERLICHE ANGEBOTE

Shoppen bei heissen Temperaturen

BLEICHENHOF

ERLESENES FÜR JEDEN SINN.

Große Bleichen 35 · 20354 Hamburg · www.bleichenhof.de
Öffnungszeiten: Mo–Fr 10–19 Uhr · Sa 10–18 Uhr

Individuelle Betten für jedermann

Boxspring

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

Elegant

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

Bequem

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

Jedes Bett ist ein Einzelstück

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

Flexibel

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

Altersgerecht

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

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

FABRIKMARKE HANSA ENGEL

Hansa Engel-WERK

Besuchen Sie unsere Ausstellung:
Mo-Do 8-17 Uhr, Fr 8-16 Uhr, Sa 9-13 Uhr

Weidende 5 · 22395 Hamburg
Tel. 040/601 85-27/-87
www.hansa-engel.de

Unsere Zukunft

VON WOLFGANG E. BUSS

Nein, das dürfen wir nicht unterschreiben! Es ist **nicht** zu unserem Vorteil!

Die Rede ist von einem „Abkommen", das zurzeit hinter verschlossenen Türen von Lobbyisten ausgekungelt wird.

Lobbyisten, das ist die Klasse von Menschen, die für Geld **alles** macht, die noch vor wenigen Jahren in Talkshows behaupteten, es sei „wissenschaftlich **nicht** bewiesen", dass Rauchen schädlich sei oder dass Atomkraftwerke eine Supersache seien und Atommüll wirklich kein Problem. Wer anderes behauptet, sei ein „irrer linker Spinner". Oder, noch etwas früher behaupteten die gleichen Leute öffentlich – **„Contergan"** sei ein bedenkenlos einzunehmendes Schlafmittel. Oder, die gesamte deutsche Automobilindustrie würde an einem **Kollaps** zusammenbrechen, würde man ein paar Umweltspinnern folgen und **jedes** Auto mit einem viel zu teuren Katalysator ausrüsten müssen, nur um ein bisschen die Luft zu verbessern.

Jetzt sitzen sie wieder zusammen, um das **„TTIP"** (Transatlantische Freihandelsabkommen, engl. „Transatlantic Trade and Investment Partnership") auszuhandeln. Es ist – aus Verbrauchersicht – so etwas wie die **„Contergan-Affäre"**, nur in einem schleichenden Tempo und mit **500 Millionen** betroffenen Verbrauchern.

Worum geht es? Es geht um einen Vertrag zwischen Europa und den USA, der besser gesagt, eine Vereinbarung zwischen international operierenden **Konzernen** darstellt, die sich auf dem jeweils anderen Kontinent von **störenden** Verbraucherschutzgesetzen behindert fühlen und diese aushebeln wollen. Zum Beispiel verbietet die EU, Rindern oder Schweinen Wachstumshormone zu geben. Grund: Diese Hormone gelangen über den Verzehr jenes Hormon-Fleisches in den menschlichen Körper und verursachen hier Krankheiten. In Amerika ist das ebenso **kein Problem** wie Fracking.

Nun verhandelt man dazu einen trickreichen Vertrag: Überall sollen die Schranken fallen, um die jeweils konzernfreundlichsten und verbraucherfeindlichsten Gesetze durchzusetzen. Und: Sollte es in einem Land **nicht** dazu kommen, kann der jeweils betroffene Konzern gegen den jeweiligen Staat klagen. Ein amerikanischer Geflügelkonzern, der seine geschlachteten **„Chlor-Hühner"** oder Puten in einer chemischen Brühe aus Chlordioxid „wäscht", darf diese (noch) nicht in EU-Länder exportieren. Das ist eine **„fiese Handelsbeschränkung"**, unter der dieser Konzern leidet. Und darum soll er laut TTIP-Vertrag auf Schadensersatz klagen können. Nicht vor einem Gericht, sondern einer „ominösen" Institution, die es bereits gibt: sogenannte **internationale Schiedsgerichte**. Verliert „der Staat", bezahlen wir Steuerzahler die Zeche. Meist geht es um Milliarden. Eine Gelddruckmaschine für international operierende Anwaltskanzleien!

Die Verhandlungen zu diesem TTIP finden hinter **verschlossenen** Türen statt und sollen 2015 verabschiedet werden. Die Auswirkungen dieses Vertrages, so sind sich Experten einig, bringen ausschließlich Nachteile für uns Verbraucher und Alstertaler. Ausgenommen für diejenigen, die sich an US-Gen-Maiskonzernen, Fracking-Unternehmen, Geflügel- oder Fleischmastbetrieben oder Hormon-Herstellern beteiligt haben. Denen winken **satte** Kursgewinne.

Wir anderen sollten uns **dagegen wehren.** Die Verhandlungen müssen **umgehend gestoppt** werden. Zunehmend mehr Persönlichkeiten fordern, die Verhandlungen auszusetzen, so auch CDU-Mann Wolfgang Bosbach. Wir müssen Druck ausüben auf die neu gewählten EU-Parlamentarier. Auch unser Saseler Knut Fleckenstein (SPD, Abgeordneter im EU-Parlament) muss sich verstärkt für Verbraucherschutz und gegen Industrielobby aussprechen. Als harte Nuss gilt noch die Kanzlerin. Oder CDU-nahe Wirtschaftsverbände wie der Wirtschaftsrat. Wir müssen alle immer wieder daran erinnern, nicht mögliche **Umsatzzuwächse** der US-Chlorhühnchenindustrie, sondern **unser aller Gesundheit** und Lebensqualität müssen im Mittelpunkt unserer Zukunftsplanung stehen. *(Mehr zu TTIP auf Seite 14 in diesem Heft!)*

Entdecken Sie die neue Kollektion von OLIVER PEOPLES bei uns in Eppendorf.

Immer inklusive:
eine kostenlose Hightech-Sehanalyse mit dem i.Profiler von ZEISS.

Eppendorfer Baum 18
T. 040. 460 29 93

30 JAHRE LÜHR OPTIK SEIT 1983

FÜR GUTE BRILLEN MUSS MAN EINE NASE HABEN

Stilleuchten Götzl
Lampen und Schirme
Fasanenweg 2, 22145 HH
040/644 85 79
www.stilleuchten-goetzl.de
Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9-18 Uhr, Sa. 9-14 Uhr

§

Gefahr für Ihre Erbschaft?
Testamentsberatung
Nachlassabwicklung
Patientenverfügung
Hinterbliebenenbetreuung

Anwaltskanzlei an der Moorweide
RA Sven Kraglund
Moorweidenstr. 8 • 20148 Hamburg
Telefon: 440421 / www.erbe-sichern.de

Polsterei - Stuhlflechterei - Möbelaufarbeitung

GRÖNICH
Polstereibetrieb

Eppendorfer Landstraße 130 Tel.: 0 40 / 4 80 79 12
www.polstereibetrieb-groenich.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

Foto: Kai Wehl

Katharina Abt spielt auf Hamburgs Bühnen drei absurde Rollen hintereinander!

INHALT

August 2014

Magazin

3 **Kolumne**

▶ 6 **Live in Hamburg:** Nena, Helge Schneider und Adel Tawil rocken den Stadtpark!

▶ 8 **Familien-Chaos:** Schauspielerin **Katharina Abt** in einem Singspiel an den Kammerspielen

10 **Schlager-Sternchen:** Sängerin Saskia Leppin über ihre ambitionierten Ziele

12 **City News:** Jazz, Fotografie und mehr in der Stadt!

▶ 14 **TTIP:** Hamburger Europa-Politiker erklären das Handels-Abkommen

▶ 16 **Klosterstern-Kreisel:** geplanter Umbau sorgt für mächtigen Ärger

18 **Stand-up-Paddeln:** Ein Redakteur macht den Selbstversuch auf der Alster

20 **Charity:** Fahrer aus Rotherbaum nahm bei Rallye für den guten Zweck teil!

23 **Rathaus-Kolumne:** Jürgen Heuer über die kontroverse Elb-Seilbahn

24 **Kultur:** Spannende Events auf Kampnagel!

25 **Autofahrer genervt:** mehr Fahrradstraßen um die Alster?

▶ 50 **What's Up in Town:** von Business-Ladys und Tennis-Profis

Servicethemen

28 **Alster med:** Diabetes richtig vorbeugen

29 **Gesundheitsratgeber:** Auch die Kleinen müssen zum Zahnarzt!

30 **Fit und schön:** Die besten Beauty-Tipps nach dem Urlaub

34 **Besser hören und sehen:** Braucht mein Kind eine Brille?

36 **Bauen und renovieren:** Zeitlos wohnen mit Farbe

40 **Reise-Lust:** Toptipps für den Indischen Ozean

41 **Immobilien:** Deutschland ist Land der Balkon-Fans!

47 Kleinanzeigen/ Impressum

© Olaf Heine

10

Foto: 2Licht Fotografie /Hamburg

6

Singt sich gerade in den Schlagerhimmel: Saskia Leppin aus Winterhude!

Adel Tawil rockt Ende des Monats mit seiner „Lieder"-Tour den Stadtpark.

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

Mo.- Do.10-18 Uhr / Fr.10-16 Uhr / Sa.11-14 Uhr Straßenbahnring 17
20251 HH-Eppendorf • Tel.: 87 88 28 93 • www.secondherzog.de

Praxis-Einrichtungen
Büroeinrichtungen
Empfangstresen
jede Abmessung und Oberfläche
1500 m² große Ausstellung

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

PRO-YOUTHING WELL-AGING
SO JUNG AUSSEHEN, WIE SIE SICH FÜHLEN
IN WÜRDE UND SCHÖNHEIT ALTERN

BOTULINUM
Reduktion von mimischen Falten

MESOTHERAPIE
strahlende, straffe Haut erhalten

HYALURONSÄURE
Konturen durch Volumenaufbau, Reduktion von statischen Falten

INJEKTIONSLIPOLYSE
Fett weg zum Beispiel an Doppelkinn und Hängebäckchen

Ich freue mich auf ein persönliches Gespräch mit Ihnen. Ihre Dr. Britt Ritscher

www.well-aging-hamburg.de · Jungfernstieg 34 · 20354 Hamburg · 040-35 71 80 50

Brandheiße Sonderaktion

Beim Kauf einer Kassetten-Markise Funkmotor kostenlos!
Bis zu 10 Jahre Garantie!

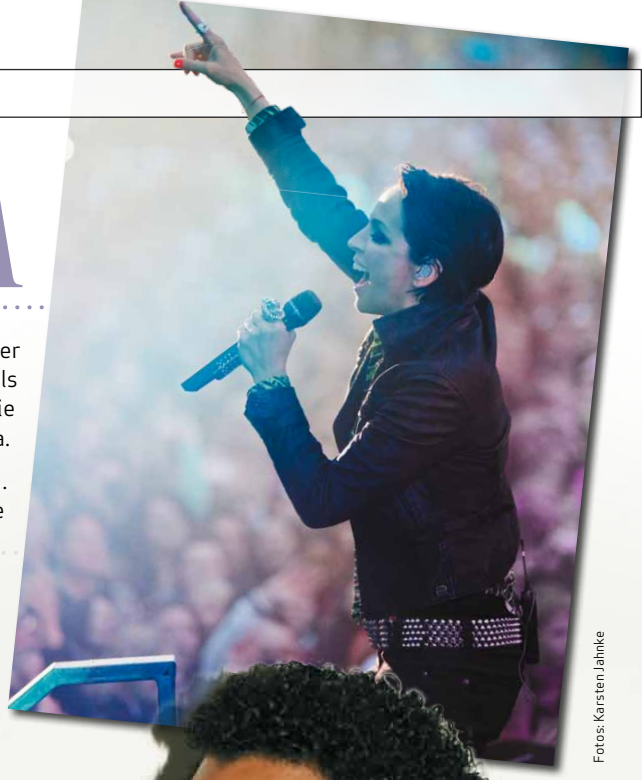
Ab sofort
bis Ende August -
nur für kurze Zeit!!!

Atzert
Rollläden · Markisen · Sonnenschutz
www.rolladenatzert.de

Rollläden zu Fabrikpreisen.

Eigene Produktion

Ahrensburger Str. 66
Tel. 040/68 91 36 16 · Fax: 040/68 91 34 27



Fotos: Karsten Jahnke

NENA

Sie hat drei Jahrzehnte mit ihrer Musik geprägt – die 80er, als sie mit ihrer Band mit „99 Luftballons" einen Welthit landete, die 90er, als sie ihren Weg als Solokünstlerin konsequent fortsetzte und das erste 2000er Jahrzehnt, als sie ein furioses Comeback feierte – Nena.

Wann?: 6. September, 20 Uhr. Wo?: Stadtpark Hamburg, Saarlandstr. 71. Tickets ab 47,15 Euro, z.B. über www.kj.de

Live in Winterhude

HELGE SCHNEIDER

Neben den Hits seines neuen Albums „Sommer, Sonne, Kaktus", mit dem der Komiker erstmals die Spitze der deutschen Album-Charts eroberte, werden Helge und seine Freunde auch wieder alte Klamotten, aber mit neuer Melodie und anderem Text, spielen: Ob „Katzeklo" oder „Wurstfachverkäuferin", entscheidet der Boss erst auf der Bühne.

Wann?: 29. und 30. August, 19 Uhr. Wo?: Stadtpark Hamburg, Saarlandstr. 71. Tickets ab 37,60 Euro.

© Olaf Heine

ADEL TAWIL

Mit seinem Debütalbum „Lieder" und der gleichnamigen Tour im Frühjahr 2014 setzt Adel Tawil seine bisherige erfolgreiche Karriere fort. In 14 wunderbaren Songs erzählt der Künstler, was ihm in den vergangenen Jahren widerfahren ist. So wie auf „Lieder" hat man den charismatischen Singer/Songwriter noch nie erlebt und diese neue, noch persönlichere Seite steht ihm ausgezeichnet.

Wann?: 31. August, 19 Uhr. Wo?: Stadtpark Hamburg, Saarlandstr. 71. Tickets ab 39,60 Euro.

Scannen und Video sehen!

Die Betreuung in Kindertagesstätten ist in Hamburg jetzt beitragsfrei. Das dadurch eingesparte Geld kann für andere Zwecke eingesetzt werden.

„Den Kita-Beitrag können Sie sparen“

Gebührenfreiheit sorgt für zusätzlichen finanziellen Spielraum.

Seit dem 1. August 2014 sind nach einem Beschluss des Hamburger Senates die Betreuung von täglich fünf Stunden in einer Kita beziehungsweise bis zu 30 Stunden pro Woche Betreuung in der Kindertagespflege beitragsfrei. Dies gilt für alle Hamburger Kinder von der Geburt bis zur Einschulung. „Diese Entlastung durch den Senat sollten die Eltern nutzen: zum Sparen, um in die Zukunft ihrer Kinder zu investieren oder zur Absicherung von Risiken. Im persönlichen Beratungsgespräch suchen wir gemeinsam nach der besten für Sie und Ihre Lebenssituation passenden Lösung“, sagt Randolf Lengler, Leiter der Haspa-Filiale am Winterhuder Marktplatz 21 d. Die monatliche Entlastung der Eltern beträgt bei einer bis zu fünfstündigen täglichen Kita-Betreuung mit Mittagessen zwischen 27 (Mindestbeitrag) und 192 Euro (Höchstbeitrag). Bei der Kindertagespflege liegt der Betrag zwischen 26 und 211 Euro. „Ab 25 Euro im Monat können Sie sich zum Beispiel mit dem Haspa Ziel-Sparen langfristige Wünsche erfüllen. Das ist ein Ratensparvertrag, bei dem sich die Zinshöhe nach der Laufzeit richtet“, sagt Lengler. „Welche Möglichkeiten es sonst noch gibt, erläutere ich Ihnen gern. Schauen Sie doch einfach mal bei uns in der Filiale am Winterhuder Marktplatz vorbei.“

Für weitere Informationen wenden Sie sich gerne an:

Randolf Lengler,
Filialleiter
Winterhuder Marktplatz 21 d
22299 Hamburg

Tel.: 040 3579-5607
E-Mail:
randolf.lengler@haspa.de

Meine Bank heißt Haspa.

Haspa
Hamburger Sparkasse

haspa.de

Katharina Abt im Café der Kammerspiele. Dort spielt und singt die Winterhuderin gerade und kann so ihre beiden größten Leidenschaften abdecken!

Foto: Kai Wehl

Absurde Rollen

Das ist die Klammer der Figuren, die die **Winterhuderin Katharina Abt** gerade in Hamburg spielt und spielen wird. In den Kammerspielen agiert sie im **Singspiel „Familienbande“** als Fußabtreter. Es folgen – ganz zu ihrer Freude – ähnlich **unglückliche Zeitgenossen**.

Alster-Magazin: ***Im Stück gibt es viele durchgeknallte Personen. Was spielen Sie?***
Katharina Abt: Sabine, eine frustrierte Ehefrau. Ihr Mann weigert sich, mit zur Geburtstagsfeier seines Vaters zu kommen. Ich kenne das, immer wenn ich mit meinem Ex auf eine Hochzeit wollte, hat er kurz vorher abgesagt. Ich saß dann alleine da. So geht es Sabine auch. Nur, dass sie dabei auch noch der Fußabtreter ist. Sie lässt sich von allen runterputzen und versucht trotzdem, alles ordentlich zu machen.

Gibt es eine Botschaft?
In erster Linie soll das Stück natürlich unterhalten. Aber die Moral von der Geschicht ist, dass zwanghafte Treffen zerstrittener Familien out sind. Die junge Generation bleibt in solchen Fällen lieber zuhause und das ist richtig so.

Warum sind Sie dabei?
Ich liebe den Autor Franz Wittenbrink und ich liebe Singen. Das tue ich seit einigen Jahren sehr intensiv. Ich nehme jede Woche Gesangsunterricht und habe sogar eine Musicalprüfung gemacht.

Ihre Mutter war Opernsängerin, also ein „back to the roots“?
Ja, aber ich wollte eigentlich nie Opern singen, das damit verbundene Pathos war mir too much. Trotzdem übe ich sogar auch sie jetzt Zuhause. Beim Singen entwickele ich eine Freude, die mich trägt.

Ist das ein karrieremäßiges Umschwenken zur Musik?
Nein, aber ich möchte es intensivieren. Deswegen singe ich auch in einer kleinen Jazz-Band. Und bei meinem nächsten Stück wird eventuell auch gesungen.

Und das wäre?
In der Reihe Kontraste am Winterhuder Fährhaus das Stück „Kaspar Häuser Meer“ (ab 30.9.). Regisseur Harald Weiler hat angedeutet, dass es dazu kommen könnte. Allerdings wird Gesang nicht der Schwerpunkt des Stückes sein.

Sondern?
Die Überforderung in unserem Sozialsystem. Es ist eine absurde Farce über drei Sozialarbeiterinnen – ich spiele die fertigste von ihnen –, die langsam durchdrehen, auch sprachlich.

Ist Absurdität eine Klammer zwischen den Stücken?
(überlegt) Ja, aber nicht bewusst gewählt. Ich suche jedes Stück für mich einzeln aus. Dass sich beide extrem von der Realität abwenden, ist Zufall. Allerdings geht es so weiter, im Frühjahr 2015 spiele ich am St. Pauli-Theater das Stück ‚Irgendwo angespült‘, ein szenischer, absurd-grotesker Liederabend. Ich spiele eine betrogene Ehefrau, die die Geliebte ihres Mannes entführt und in einen Wohnwagen sperrt.

Haben Sie mit „durchgeknallt“ eine neue Theater-Schublade gefunden?
Auf keinem Fall, aber es macht die Rollen spielenswert. *Kai Wehl*

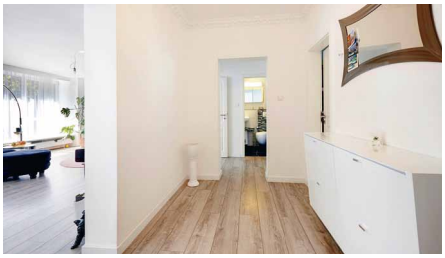
Theater-Tipp:

Die Hamburger Kammerspiele zeigen bis zum 31.8. das Singspiel **„Familienbande“**. In einem Landgasthof trifft sich eine Familie zu Großvaters 80. Geburtstag. Während im Festsaal gefeiert wird, fallen nebenan die Masken der geldgierigen Geschwister und pubertierenden Enkel … Infos: **hamburger-kammerspiele.de**

Verkauf ◆ Vermietung ◆ Immobilienbewertung

Wir bewerten kostenfrei Ihre Immobilie

Denkmalgeschütztes Landhaus mit viel Platz zum Verlieben.
Dieses sehenswerte und unter Denkmalschutz stehende Haus in Stade wurde 1910 in massiver doppelwandiger Bauweise errichtet. Auf einem ca. 1.500 m² großen Grundstück steht dieses stilvolle, repräsentative und variantenreiche ehemalige Bauernhaus, welches Ihnen zu jeder Tageszeit Sonne bietet. Das Haus verfügt über 7 frei nutzbare Zimmer und ca. 240 m² Wohnfläche. Sie erwartet eine historische Immobilie mit vielseitiger Nutzungsmöglichkeit, in der die hervorragende Substanz nur noch einen letzten Anstrich benötigt.
Kaufpreis: € 369.000,-



Modernisierte Eigentumswohnung mit Winter-Alsterblick.
Hell und modern präsentiert sich diese 2013/2014 mit viel Liebe zum Detail modernisierte und in einem stilvollen Mehrfamilienhaus gebettete Wohnung, welche im Jahr 1964 erbaut wurde. Im 1. Stock erwartet Sie ein absolutes Schmuckstück, welches durch den vorhandenen Fahrstuhl in jeder Lebenslage leicht zugänglich ist. Ideal aufgeteilte ca. 96 m² erstrecken sich über 2,5 Zimmer. Verbrauchsausweis: 136 kWh(m²a), Fernwärme, Baujahr 1964, Energieeffizienzklasse: E
Kaufpreis: € 449.000,-

Stilvolles Wohnen mit schönem Garten und viel Platz.
Auf einem traumhaften Grundstück, welches mit einer Größe von ca. 952 m² keine Wünsche offen lässt, präsentiert sich dieses zum Verweilen einladende Einfamilienhaus in Wakendorf II. Das im französischen Landhausstil gehaltene Haus, welches über eine Wohnfläche von ca. 179 m² und 6 Zimmer verfügt, wurde von den jetzigen Eigentümern mit Liebe zum Detail modernisiert. Energiebedarfsausweis: 122,8 kWh(m²a), Heizöl, Baujahr Gebäude 1968/ Baujahr Anlagentechnik 2002, Energieeffizienzklasse: D
Kaufpreis: € 450.000,-

Einfamilienhaus in kinderfreundlicher Lage.
In einer verkehrsberuhigten Sackgasse wurde im Jahr 2004 dieses Einfamilienhaus in Lurup auf einem ca. 440 m² großen Grundstück erbaut. Es erwartet Sie ein modernes und helles Wohnambiente, gepaart mit einer angenehmen Großzügigkeit, welches die heutigen Aspekte an hohe Wohnqualität erfüllt. Dieses zeitlose Haus erstreckt sich über 4,5 Zimmer und hat eine Wohnfläche von ca. 122 m². Energieverbrauchsausweis: 47,3 kWh(m²a), Erdgas E, Baujahr 2004, Energieeffizienzklasse: A
Kaufpreis: € 449.000,-

Möchten Sie Ihre Immobilie verkaufen?

Günther & Günther Immobilien, vom Magazin FOCUS* als einer der besten Immobilienmakler Deutschlands ausgezeichnet, widmet sich mit Engagement dem Verkauf und der Vermietung von Immobilien. Viele Kunden vertrauen auf unsere professionelle Arbeit und haben uns gebeten, ihr neues Zuhause zu finden.

Als inhabergeführtes Familienunternehmen mit langjähriger Markterfahrung erhalten Sie von uns eine persönliche und hanseatische Betreuung. Nutzen Sie jetzt eine kostenfreie und qualifizierte Bewertung Ihrer Immobilie und lernen Sie uns persönlich kennen.

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen gemeinsame Wege zu gehen.

Ihr Andreas Meyn, Immobilienberater

Immobilienbüro Elbvororte
Elbchaussee 576
22587 Hamburg - Blankenese
Telefon: 040 / 320 330 90

Immobilienbüro Alstertal
Heegbarg 89a
22395 Hamburg - Sasel
Telefon: 040 / 600 810 20

E-Mail:
info@guenther-immobilien.de
Homepage:
www.guenther-immobilien.de

BELLEVUE BEST PROPERTY AGENTS 2014

GÜNTHER & GÜNTHER

IMMOBILIEN AUS LEIDENSCHAFT

*FOCUS-SPEZIAL Immobilien-Atlas 2013.

Schlager-Sternchen auf Wolke sieben!

Schlager ist Kult! Das weiß auch die **29-jährige Saskia Leppin**. Mit ihren Songs erobert die **Winterhuderin** zurzeit den Schlagerhimmel. Das Alster-Magazin sprach mit ihr über **Kindheitsträume**, gutes Aussehen und das Vorbild Helene Fischer.

Schlager-Gespräch: Saskia Leppin (r.) mit Redakteurin Christiane Kaufholt.

Elegant-sexy, im engen schwarzen Glitzerkleidchen – so zeigt sich Saskia Leppin im Video zu ihrer neuen Single „Diese Nacht“, die im Juni auf dem Markt erschien. Drehort war der Hamburger Hafen. Es ist nach „Lieb mich heut Nacht“ und „Das kann nicht sein“ bereits die dritte Schlager-Single, die die 29-Jährige innerhalb weniger Monate herausbrachte.

Doch warum Schlager? Ist die Musik nicht uncool? Nein! „Schlager ist meine absolute Leidenschaft, der ich mich jetzt verstärkt widme. Schlager ist einfach Kult! Er sorgt für die gute Stimmung und schafft es oftmals selbst Anti-Schlager-Fans auf die Tanzfläche zu holen.“

Schon als Jugendliche nahm die gebürtige Hamburgerin Schauspielunterricht, stand auf Theaterbühnen und absolvierte nach dem Gymnasium eine Tanz-, Gesang und Schauspielausbildung an der Stage School. Vergangenes Jahr gehörte sie als Solokünstlerin zum Show-Ensemble des AIDA-Kreuzfahrtschiffes. Aktuell ist sie in verschiedenen Musicalproduktionen des Fritz Theaters in Bremen zu sehen.

Saskia Leppin ist happy. Sie hat sich ihren Kindheits-Traum vom Leben auf der Bühne erfüllt. Nur mit Talent oder auch mit gutem Aussehen? „Klar, spielt das Aussehen für ein erfolgreiches Gesamt-Paket eine Rolle. Ich möchte schön und sexy herüberkommen, aber in erster Linie ist es wichtig, dass ich mich wohl fühle.“ Helene Fischer ist dabei für sie ein Vorbild: „Sie ist einfach absolute Spitze, ein sehr gutes Gesamtprodukt.“

Sehr gut soll auch Saskias erstes Album werden, an dem sie gerade arbeitet: „Es muss mir zu 100 Prozent gefallen. Und so viel sei verraten: Es wird ein bunter Mix – vom Schlager-Pop bis hin zur -Ballade.“

Christiane Kaufholt

Foto: 2Licht Fotografie /Hamburg

Neben Talent spielt auch das Aussehen eine Rolle, um sich als erfolgreiches Gesamtpaket auf der Bühne verkaufen zu können, weiß die ausgebildete Darstellerin.

Das neueste Musikvideo!

Folgen Sie dem QR-Code, um das aktuelle Video zur Single „Diese Nacht“ von Saskia Leppin zu sehen!

Das Leben ist schön. Vor allem im Aspria.

Hervorragende Trainer. Atemberaubender Spa. Erstklassiger Service.
Unzählige Möglichkeiten, ein Ziel – Ihr Lächeln.

**Jetzt zweiwöchige Sommer-Mitgliedschaft reservieren.
Limitierte Anzahl erhältlich bis zum 31. August 2014 unter
Tel. (040) 89 95 50-110 und auf www.sommer-bei-aspria.de**

ASPRIA
Be More

Aspria Uhlenhorst · Hofweg 40 · 22085 Hamburg

Mit HYPNOSE schnell & entspannt zu Ihren Zielen.

NEU im Hanse-Viertel

Professionelle Hypnose hilft Ihnen bei der

- Gewichtsreduktion
- Raucherentwöhnung
- Schlafverbesserung
- Leistungssteigerung
- Entspannung

und bei vielem mehr! Vereinbaren Sie einen Beratungstermin:

TEAMWAGNER BEWUSST ERFAHREN

Ilka Wagner-Lundström
Hypnose-Master

Im Hanse-Viertel, 6. Stock
Telefon 040. 350 85 368
www.praxis-teamwagner.de

Jürgen Heinemann, Brotverteilung in Salvador da Bahia, Brasilien 1962

„Fotografie als Weltsprache“

Das **Museum für Kunst und Gewerbe,** Steintorplatz, zeigt noch **bis zum 18. Januar 2015** in der Ausstellung **„Das engagierte Bild. Die Sammlung Fotografie im Kontext“** Reportagefotografie aus der Nachkriegszeit. In den 1950er und 1960er Jahren erlebt die durch die Aufträge vieler neu gegründeter Zeitschriften wie Kristall, Revue, Quick oder Stern eine Blütezeit. Inspiriert von der Idee, dass Fotografie eine universell verständliche Weltsprache sei, sehen viele Bildjournalisten ihre Arbeit als Ausdruck von sozialem Engagement und politischer Verantwortung. Sie verstehen ihre Fotografien als authentische Dokumente, die den Betrachter mit Missständen, Leid und Gewalt konfrontieren und über ihren Informationswert hinaus an Mitgefühl und Verantwortungsbewusstsein appellieren.

Landlust
30. + 31. 8.
Sa: 12-20 & So: 10-18 Uhr
Haus-Garten-Mode-Freizeit

Am Gutshof und im "Pferdestall"
Ammersbek
Am Gutshof 1 22949 Ammersbek
www.selekt-veranstaltungen.de
Eintritt: 4 Euro, Kinder frei ! Parkplätze kostenlos

Das Alster-Magazin online lesen!
www.alster-magazin.de

VIP-Tickets zu gewinnen

Am **6. und 7. September** gibt es beim **13. Stadtpark-Revival** in Winterhude wieder Automobilgeschichte zu bestaunen. Inmitten des Stadtparks werden, auf einer 1,7 km langen Rennstrecke, Sportwagen, historische Klassiker und Oldtimer- Raritäten an den Start gehen.

Gemeinsam mit Audi – wie in den vergangenen Jahren mit diversen Klassikern bei den Sonderläufen vertreten – verlosen wir **zwei Audi VIP-Pakete** (1 Person plus Begleitung, Kinder bis 14 Jahre frei, also gern Familien). Die/der GewinnerInnen können am Sonnabend, den 6.9. live dabei sein, wenn u.a. der mehrfache Le Mans Sieger Dindo Capello mit seinem Audi 90 quattro IMSA GTO an den Start geht. Sie können ihn auch vor Ort persönlich treffen. Außerdem haben die Gewinner die Möglichkeit im Audi Hospitality Zelt kühle Getränke sowie ein leckeres Buffet zu genießen. Wer gewinnen möchte, der schickt eine E-Mail mit dem Stichwort Oldtimer an: k.wehl@alster-net.de. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluss: 29.8.

REINDL secondhand

Besuchen Sie uns im Internet
second-hand-reindl.de
damit Sie nichts verpassen!

Reindl Second Hand Modevermittlung e. K.
Hegestraße 15 in Eppendorf • Telefon: 040/460 27 46
Mo – Fr 11.00 – 19.00 Uhr • Sa 11.00 – 17.00 Uhr

JAZZ ON TOUR: Ulita Knaus

Foto: Steven Haberland

»Jeder Mensch ist wie ein Mond: er hat eine dunkle Seite, die er niemandem zeigt« hat einst Mark Twain gesagt. Passend zu diesem Motto heißt das neue Album von **Jazzsängerin Ulita Knaus** aus Altona, die schon mit Musik-Größen wie Udo Lindenberg zusammengearbeitet hat, **„The moon on my doorstep"** und beinhandelt Songs über pure Momente des Lebens wie das Betrachten des Mondscheins. Und wie dieser uns **mit seinem Zauber in seinen Bann ziehen** kann.

Das Album von Ulita ist bereits im Mai dieses Jahres erschienen. Auf ihrer inzwischen sechsten Platte finden sich viele selbstgeschriebene Songs. Die Hamburger Sängerin mit den bulgarisch-venezolanischen Wurzeln zeigt sich also von einer ungewohnt **persönlichen und melancholischen Seite**. Am 09., 10., 11. Und 17. Oktober kann man Ulita Knaus jeweils in den Städten Kiel, Hannover, Münster und Nordhorn live auf der Bühne erleben. Tickets sind an allen bekannten Vorverkaufsstellen erhältlich.

Den Trailer zum Album **"The moon on my doorstep"** kann man sich auf Youtube ansehen:

CITY NEWS

Fotos: AUDI AG

Tolle Chance: Die Gewinner können im Stadtpark den mehrfachen Le Mans Sieger Dindo Capello treffen, nachdem er mit seinem Audi 90 quattro IMSA GTO die Strecke abgefahren hat.

Dr. Schütte und Team
Zahn-Heilpraxis Hamburg

Wir behandeln Zahn und Mensch als Einheit.

Jeder Zahn ist mit dem gesamten Körper vernetzt und beeinflusst direkt unseren Gesundheitszustand. Deswegen arbeiten mein Team und ich nach einer ganzheitlich-biologischen Methode. Wir verknüpfen die Methoden der Schulmediziner und der Heilpraktiker – und erreichen mit dieser Synthese aus hochtechnisierter Zahnmedizin und traditionellen Naturheilverfahren einen nachhaltigen Behandlungserfolg.

Informieren Sie sich gerne auf unserer Website über die Details unserer Arbeitsweise:
www.zahnheilpraxis-schuette.de

Zahn-Heilpraxis Dr. med. dent. Klaus Schütte
Bramfelder Chaussee 318 • 22177 Hamburg

Was nützt UNS das Abkom

„Was interessiert uns an der Alster die EU?“ Diese Einstellung ist hier sicher nicht selten. Dabei können Vorhaben wie das angestrebte Handelsabkommen TTIP mit den USA auch für uns schwerwiegende Folgen haben. Und beileibe nicht nur gute! Das Alster-Magazin sprach mit Hamburger Europa-Abgeordneten.

Der Bundesverband mittelständische Wirtschaft lässt keine Zweifel an seiner Position zu wichtigen Teilen des Handelsabkommens: „Der Mittelstand lehnt den geplanten Investitionsschutz für Unternehmen im transatlantischen Freihandelsabkommen zwischen den USA und der EU (TTIP) ab. Die geplanten Regelungen zum Investitionsschutz benachteiligen die mittelständische Wirtschaft.“ Genauso sieht es der Hamburger Europa-Abgeordnete Fabio De Masi (DIE LINKE). „Lokale Unternehmer werden meines Erachtens im Unterschied zu großen marktbeherrschenden Konzernen nicht profitieren.“ Letztere profitieren allerdings ganz immens. So werden die Hürden zur Vereinheitlichung diverser Standards gesenkt. Das ist toll, wenn es um die Standardgrößen von Bauteilen geht, und nicht so toll, wenn es Hygiene- und Sicherheitsstandards betrifft. Denn hier unterscheiden sich die EU und die USA teils ganz erheblich. Stichwort: Vorsorgeprinzip. Was das heißt, erklärt Knut Fleckenstein (SPD), Europa-Abgeordneter aus Sasel: „Erst muss die Unbedenklichkeit nachgewiesen werden, dann darf gehandelt werden. Nicht anders herum!“ Aber anders herum ist es ausgerechnet in den USA: Hier kommt vieles gleich in den Handel, und erst, wenn die Schädlichkeit nachgewiesen ist, wird es zurückgezogen. Doch nicht nur bei den Lebensmitteln unterscheidet sich EU- von USA-Recht, erklärt Knut Fleckenstein: „Gerade im Maschinenbau haben wir auf beiden Seiten des Atlantiks fundamentale Unterschiede hinsichtlich der Sicherheitsanforderungen und einer unabhängigen und in der EU einheitlichen Zertifizierung. Auch gibt es z.B. bei den Sicherheitsanforderungen im Auto große Unterschiede. Wir dürfen unsere hohen Standards der aktiven und passiven Sicherheit und auch des Fußgängerschutzes nicht in Frage stellen.“ Fabio De Masi erläutert weitere Nachteile: „Zudem soll ein transatlantischer Regulierungsrat Gesetze vorab auf die Vereinbarkeit mit den Interessen großer Konzerne prüfen und Konzernen wird ein Sonderklagerecht vor internationalen, privaten Schiedsgerichten eingeräumt, um Staaten zu verklagen, wenn Gesetze ihre Profite bremsen. So verklagt etwa der schwedische Ener-

Foto: Christian Lambiotte/European Union

men?

Foto: Marco Urban

Foto: Fabio De Masi

Geringere Hygiene- und Sicherheitsstandards? „Private" Schiedsgerichte außerhalb des Rechtsstaats? **Das Handelsabkommen TTIP betrifft uns alle.** Die Hamburger Europa-Abgeordneten Knut Fleckenstein (SPD, Foto l.) und Fabio De Masi (LINKE) erklären ihre Sicht der Problematik.

giekonzern Vattenfall Deutschland auf 3,7 Mrd. Euro Schadenersatz wegen ‚entgangener Profite' durch den Atomausstieg." Kritiker erwarten, dass die Politik – sollte dies so umgesetzt werden – einer ständigen Klage- und Regressflut von großen Unternehmen ausgesetzt und im Extremfall mit der Drohung solcher Folgen erpresst werden könnte. Eine Gefahr für die Demokratie, vor der sich auch die oben zitierten Mittelständler fürchten, da die privaten Schiedsgerichte an staatlichen Gerichten vorbei unter Ausschluss der Öffentlichkeit entscheiden. Das sieht auch Knut Fleckenstein mit Sorge: „Private Schiedsgerichte darf es in einer solchen Vereinbarung nicht geben. Dieser Schutz der Investitionen mag seinen Sinn bei Verträgen mit Staaten, die keine Rechtsstaaten sind, machen. Aber das ist in diesem Fall nicht so. Wir verhandeln ja nicht mit Taka Tuka Land. Der Rechtsweg steht sowohl in den USA als auch in der EU jedermann offen." Bisher befindet sich das Abkommen noch in der Verhandlungsphase. Knut Fleckenstein hat die Hoffnung nicht verloren, dass die Vorteile für die exportorientierte Wirtschaft die Nachteile überwiegen und wartet mit einem Urteil, bis ein Vertragsentwurf vorliegt. Fabio De Masi würde das Abkommen am liebsten ganz verhindern. Was der Hamburger Bürger dafür tun kann, sagt er auch: „Es gibt ja das Gerücht, Politiker wollten auch wiedergewählt werden. Der öffentliche Druck der Bürger ist daher hilfreich. Sie sollten Ihre lokalen Abgeordneten etwa in den Wahlkreisbüros besuchen und ihnen eine klare Stellungnahme abverlangen sowie sich auf Demonstrationen und in lokalen Bündnissen engagieren. Auch der Hamburger Senat muss den Druck spüren."

Christian Luscher, c.luscher@alster-net.de

bulthaup
am ballindamm

Purismus. Sinnlichkeit. Intelligenz.
Mehr über die Faszination der bulthaup Küche erfahren Sie bei Ihrem bulthaup Partner.

City Tor Küchen GmbH. Ballindamm 17. 20095 Hamburg
Tel. 040 35 71 77 60. www.hamburg.bulthaup.de

styles
schmuck & schmuckdesign

Erleben Sie die Faszination Schmuck!

Sehen, erleben und kaufen. Auf über 2.000 qm wird Schmuck in all seinen prächtigen Facetten gezeigt - von einzigartigem Unikatschmuck, schimmerndem Perlschmuck bis hin zu prächtigem Brilliantschmuck und außergewöhnlichen Einzelstücken.

6. – 7. September
styles-messe.de

MesseHalle Hamburg-Schnelsen
Modering 1a · 22457 Hamburg
Sa 10 – 18 Uhr / So 10 – 17 Uhr

Freier Eintritt für 1 Erwachsenen mit Begleitung gegen Vorlage dieser Anzeige

_ALSTM

Der Klosterstern heute: Zwei Fahrspuren und ein innerer Kreis mit ca. 100 Parkplätzen. Den Fahrradweg halten Polizei und Grüne für einen Verkehrsschwerpunkt. Änderungen erwünscht, aber bitte nicht zu Lasten des Parkraums, fordern Gewerbetreibende.

Streit um Klosterstern

Hamburgs schönster Kreisel sorgt für Zoff: der **Klosterstern-Kreisel in Harvestehude**. Er **soll saniert und umgebaut werden**. Zwar erst 2016, aber schon jetzt ist die **Aufregung groß**. Vor allem bei den Gewerbetreibenden, sie fürchten Parkplatzverluste.

Die Stadt ist laufend gefordert, unsere Straßen in Schuss zu halten und der Verkehrssituation anzupassen. Deswegen gibt es einen Straßenerhaltungsplan der Verkehrsbehörde. Darin enthalten: der Klosterstern-Kreisel und Teile der angrenzenden Rothenbaumchaussee.

Obwohl noch nicht offiziell, sollen Planungen aus der Verwaltung nach außen gedrungen sein: Der Kreisel – den pro Tag bis zu 20.000 Fahrzeuge nutzen – wird angeblich um eine Fahrspur verkleinert und der Fahrradweg auf die Straße verlegt, zulasten des Parkraums im inneren Ring (siehe Foto oben). Inklusive Baumfällungen.

Das derartiges im Umlauf ist, bestätigt **Klaus-Peter Hesse, verkehrspolitischer Sprecher der CDU** und führt weiter aus: „Der Klosterstern muss tatsächlich saniert werden. Wir halten die bekannt gewordenen Planungen allerdings für unverhältnismäßig und falsch. Parkplätze werden auch weiterhin am Klosterstern vom Gewerbe benötigt und die Bäume sind erhaltenswert. Wir fordern bei den Planungen die Einbindung der Anwohner und Gewerbetreibenden und eine Alternativplanung, die den Belangen der Radfahrer auch wirklich gerecht wird. Die Verlegung des Radwegs auf die Straße kann auch zu Geisterradlern im Kreisverkehr führen und somit zu gefährlichen Situationen."

Gefährlich sei der Klosterstern aber jetzt schon, erklärt der Grüne **Fabian Klabunde, Verkehrs- und Radexperte**: „Wegen der Zweispurigkeit wird zu schnell gefahren. Die Situation der Fahrradfahrer auf dem schmalen Radweg neben dem Gehsteig ist unbefriedigend. An den Fahrbahnüberquerungen kommt es immer wieder zu Unfällen. Dass etwas passieren muss, ist richtig. Mal sehen, was sich die Verkehrsbehörde für Gedanken macht."

Die hält sich bedeckt. Alle bisher genannten Pläne seien Kaffeesatzleserei, so deren **Pressesprecherin Helma Krstanoski**. Dass etwas passiere, stimme aber schon: „Die Fahrbahn ist marode und muss saniert werden. Allerdings nicht vor 2016. Trotzdem gibt es bereits jetzt Messarbeiten", erklärt Krstanoski. Deren Daten seien unerlässliche Grundlage für die vorzunehmenden Planungen. Wird also nicht jetzt, sondern später am Bürger vorbeigeplant? Angeblich nicht: „Bürgerbeteiligung wird im üblichen Rahmen stattfinden, denn die Planungen werden öffentlich vorgestellt, so dass Bürger Einwendungen und Anregungen einbringen können."

Ob es eine Beteiligung darüber hinaus geben wird, ließ Krstanoski offen: „Auch hier gibt es noch keine konkreten Planungen."

Komisch nur, dass Fabian Klabunde erklärt, dass am Donnerstag ein Vertreter des Landesbetriebes Straßen, Brücken und Gewässer (LSBG) der Bezirksversammlung Eimsbüttel erste Möglichkeiten des Umbaus vorstellen will (Ergebnis erst nach Redaktionsschluss). Die Pressesprecherin der Verkehrsbehörde relativiert das Treffen: „Es geht um das Erhaltungsmanagementsystem für Hamburger Straßen. Dabei wird es wohl auch um den Klosterstern gehen, aber die LSBG wird nichts anderes sagen können, als dass es noch keine Planungen gibt."

Trotzdem, für Anwohner und Gewerbetreibende Gründe genug, sich Sorgen zu machen. Sie gründeten die Initiative „Hände weg vom Klosterstern". Sie sind auch für eine Fahrbahnsanierung, wollen aber den Status Quo erhalten. „Es wäre schlecht, wenn die rund 100 Parkplätze wegfallen würden. Für uns Gewerbetreibende und die Anwohner", erklärt Jürgen Lienau von Lienau Spielwaren, der sich für die Initiative engagiert. Probleme mit dem Radweg sieht er nicht. „Er grenzt sich farblich von der Straße ab und hat sich bewährt. Es gibt keinen Grund für etwas Neues Geld auszugeben."

Ergebnis offen! *amk/kw*

Wollen keinen Parkraum verlieren: Jürgen Lienau (Lienau Spielwaren) und Britta Hillers (Weinhaus Gröhl), stellvetretend für viele Gewerbetreibende.

Audi
Vorsprung durch Technik

Jetzt testen: Unser Nonplusultra.

Audi A3 Sportback Attraction 1.4 TFSI cylinder on demand ultra, 110 (150) kW (PS), 6-Gang

Kraftstoffverbrauch l/100 km: innerorts 5,8; außerorts 4,1; kombiniert 4,7; CO_2-Emission g/km: kombiniert 109; Effizienzklasse A

Audi Geschäftskunden-Leasing:
Jährliche Fahrleistung: 10.000 km
Vertragslaufzeit: 36 Monate

Sonderzahlung[1]: € 0,–

Monatliche Leasingrate[1,2]
netto € 259,–

zzgl. MwSt.[1,2]

Audi A4 Avant Attraction 2.0 TDI ultra, 100 (136) kW (PS), 6-Gang

Kraftstoffverbrauch l/100 km: innerorts 4,9; außerorts 3,8; kombiniert 4,2; CO_2-Emission g/km: kombiniert 109; Effizienzklasse A+

Audi Geschäftskunden-Leasing:
Jährliche Fahrleistung: 10.000 km
Vertragslaufzeit: 36 Monate

Sonderzahlung[1]: € 0,–

Monatliche Leasingrate[1,2]
netto € 329,–

zzgl. MwSt.[1,2]

Audi A6 Avant 2.0 TDI ultra, 140 (190) kW (PS). 6-Gang

Kraftstoffverbrauch l/100 km: innerorts 5,6; außerorts 4,0; kombiniert 4,6; CO_2-Emission g/km: kombiniert 119; Effizienzklasse A+

Audi Geschäftskunden-Leasing:
Jährliche Fahrleistung: 10.000 km
Vertragslaufzeit: 36 Monate

Sonderzahlung[1]: € 0,–

Monatliche Leasingrate[1,2]
netto € 429,–

zzgl. MwSt.[1,2]

Jetzt zur ultra-Probefahrt anmelden!

10 JAHRE Audi Zentrum Hamburg
Ihr Audi Partner

Audi Zentrum Hamburg
www.audizentrum-hamburg.de

Audi Hamburg GmbH, Kollaustr. 41-63
Tel. 0 40/5 48 00-0
patrick.helbig@audizentrum-hambug.de

Abgebildete Sonderausstattungen sind im Angebot nicht unbedingt berücksichtigt. Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes. [1]Zzgl. Überführungspauschale € 522,– netto (€ 621,18 brutto) und zzgl. Zulassung. [2]Angebote gelten nur für gewerbliche Einzelkunden, die das Gewerbe mindestens ein Jahr betreiben. Angebote der Audi Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH (Gifhorner Str. 57, 38112 Braunschweig). Bonität vorausgesetzt.

Küche und Bad
aus allererster Hand

Bei uns finden Sie alles, was das Leben in Küche und Bad total bequem und angenehm macht.
Mit Kollektionen von SieMatic und Duravit bieten wir Topqualität zu attraktiven Preisen. Mit besonderen Angeboten beweisen wir regelmäßig unsere Wettbewerbsfähigkeit. Mit Fachberatung und Serviceleistungen auf höchstem Niveau bezeugen wir täglich, wie sehr uns Ihre Zufriedenheit am Herzen liegt.

2013 ausgezeichnet von „Architektur & Wohnen" mit der Aufnahme in die Liste der **250 besten Badeinrichter in Deutschland**

persönlich gut beraten
ellerbrock

bad & küche in duvenstedt
Puckaffer Weg 4 · T 040 6 07 62 - 0
die küche im stilwerk
Große Elbstr. 68 · T 040 38 08 67 70
www.ellerbrock.com

FACHBERATUNG · LIEFERUNG · ENTSORGUNG · MONTAGE · REPARATUR

Diesen Sommer ein gewohntes Bild: Menschen, die auf Brettern die Kanäle der Alster entlangpaddeln – so auch unser Redakteur Daniel Johnson.

Fotos: Kai Wehl

Mein erstes Mal auf der Alster

Stand-up-Paddeln – hipp oder peinlich? Unser Redakteur Daniel testete den Trend-Sport und holte sich Tipps vom Experten **Alexander Wilken.** Sein Fazit: cool!

Stand-up-Paddeln (SUP) sieht komisch aus! Da treiben Leute stehend und wackelnd auf dem Wasser umher und stechen ab und zu mit einem viel zu langen Paddel ins kühle Nass! Das soll Sport sein? „Ja“, sagt der langjährige SUP-Fan Alexander Wilken, bekannt als Jazz-Lounge-Musiker „Prince Alec“, „Stand-up-Paddeln ist ein super Workout und bietet viele Möglichkeiten, sich auszupowern!“

Den Sport kann man sowohl in der Welle als auch auf Flachwasser betreiben. Sucht man den Adrenalin-Kick, dann bietet sich ein Ausflug nach St. Peter-Ording an. Dort findet man große Wellen, die man mit dem Board bezwingen kann. Hier in Hamburg muss man sich mit Flachwasser zufriedengeben. Dafür kann man hier mit Long-Distance-Boards Regatten und Rennen bestreiten – es gibt sogar Profis, die davon leben können. Alexander Wilken erklärt: „Der Fitness-Aspekt ist nicht zu verachten. Es ist mit das gesündeste Training, das man machen kann. Die ganze innere Skelettmuskulatur wird angesprochen und das Herzkreislaufsystem arbeitet. Eine Stunde SUP ist so anstrengend wie zwei Runden um die Alster zu joggen.“

Und dabei steht man doch bloß auf einem Brett! Während ich das Board ins Wasser ließ, rief mir Alexander zu: „Ich hoffe du kannst schwimmen!“ Ganz cool und selbstbewusst überhörte ich diesen Kommentar! Ich hatte nicht geplant baden zu gehen. Ein bisschen balancieren sollte doch nicht so schwer sein und so kniete ich mich auf das Brett. Meine anfängliche Vorfreude schien wie weggeblasen und alles woran ich denken konnte war: „Fall bloß nicht ins Wasser!“ Das Aufstehen erwies sich als fast unmöglich. Nach einer gefühlten Ewigkeit stand ich eher schlecht als recht und setze zum ersten Paddelschlag. Ich freute mich wie ein kleines Kind, als ich nach einigen Zügen noch auf dem Brett stand. Doch mit einem Schlag war das vorbei, ich stand in der Alster und klammerte mich hilflos an mein Board. Voller Ehrgeiz kletterte ich schnell wieder auf mein Brett, um festzustellen, dass es jetzt besser lief als zuvor. Von Muskelkater im Rücken und in den Beinen war weit und breit keine Spur – bis zum Tag darauf. Mein Fazit: Daumen hoch! SUP hat einen hohen Spaß- und Fitness-Faktor und kann besonders in der Gruppe interessant sein. Einfach einen wasserfesten Rucksack mitnehmen und am nächsten Ufer picknicken. Also einfach ausprobieren: Das Equipment kostet ca. 600-2000 €. Leihen geht auch, allerdings gibt es an der Alster wenig Möglichkeiten. *dj*

1. **Bevor Daniel auf das Wasser durfte**, gab es noch eine kurze theoretische Aufsteh-Einführung von Alex.

2. **Einfaches Aufrichten** wurde zur Geduldsprobe.

3. **Kurz nicht aufgepasst**, ein zu starker Schlag mit dem Paddel und schon macht jeder Stand-up-Paddler eine schlechte Figur!

4. **Einfach aufstehen** und weitermachen! Mit nasser Hose paddelte es sich gleich viel besser.

So klein kann besseres Hören sein.

Mini-Im-Ohr-Hörgeräte

Unauffällige Hörlösungen für auffällig gute Hörerlebnisse.

Klein, digital, mit automatischer Lautstärkeregelung

Zuzahlung ab **99,–**

(Preis pro Stück mit Verordnung zzgl. 10,00 Euro Hilfmittelgebühr; Privatpreis 830,00 Euro)

Ihr Test-Gutschein!

Mit diesem Gutschein können Sie individuell gefertigte Hörgeräte jetzt in Ihrem Bode Hörakustik Fachgeschäft kostenlos testen.

Hörgeräte kostenlos testen bis zum 31.08.2014!

Hörgeräteakustiker-Meister Stefan Schumacher

Stefan Schumacher von Bode Hörakustik ist seit über 25 Jahren Spezialist für Hörgeräte-Technologie und -Anpassung und hat schon vielen Menschen zu besserem Hören verholfen.

Bode Hörakustik
Alsterdorfer Str. 9
22299 Hamburg (Winterhude)
Tel.: 040 - 41 35 72 61
www.bode-hoerakustik.de
Mo. – Fr. 9 – 18 Uhr, Sa. 9 – 13 Uhr

BODE HÖRAKUSTIK

IHR SPEZIALIST IM OHR

Der Hamburger Dan-David Golla hat mit einer Tour in die Mongolei über 50.000 Euro für die Stiftung Mittagskinder gesammelt

Fotos: Privat

„Es zählt nur losfahren – und ankommen!“

Der Hamburger **Dan-David Golla** aus **Rotherbaum** nahm an der Mongolia Charity Rally teil: Mit dem Geländewagen ging es von Hamburg bis nach Ulan Bator. Er hat so **über 50.000 Euro an Spendengeldern** für die Mongolei und für die Hamburger Stiftung Mittagskinder gesammelt.

Einmal mit Sack und Pack auf vier Rädern durch Russland und Kasachstan bis in die Hauptstadt der Mongolei – Ulan Bator – fahren: Das war der große Traum von Dan-David Golla. Als Teamleiter des deutschen Fahrerteams bei der Mongolia Charity Rally 2014 führte er seine Mitstreiterin Aileen Mampe durch ein Land mit kaum Infrastruktur und begegnete großer Gastfreundschaft und Leidenschaft für den Fußball.

Organisiert wurde die Charity Rally 2014 von der britischen Wohltätigkeitsorganisation GoHelp, die sich für das Bildungs- und Gesundheitswesen in der Mongolei einsetzt. Insgesamt nahmen knapp 30 Teams an der Tour teil. „Dabei ist für die Fahrer nicht nur das Überwinden von Stolpersteinen das Ziel, sondern vor allem das Einbringen von Spenden für einen guten Zweck!“, so Golla.

Er und seine Beifahrerin Mampe haben sich im Vorhinein an die Stiftung Mittagskinder in der Hamburger Altstadt gewandt und in gemeinsamer Sache haben sie schon vor Beginn der Rally 30.000 Euro an Spendengeldern gesammelt. „Mittlerweile sind sogar 54.000 Euro zusammengekommen“, verkündet Golla stolz. Die Stiftung Mittagskinder betreut unentgeltlich in ihren Einrichtungen Hamburger Kinder an sozialen Brennpunkten.

„Man kommt ja sonst nie in die Mongolei“ lautete kurzerhand das Motto für die beiden. „Wir haben insgesamt 304 Stunden für die Strecke gebraucht, was 13 Tagen entspricht. Und dabei haben wir keinerlei Unterstützung durch den Veranstalter erhalten“, erklärt er. Die Idee hinter der Rally ist eine Reise – jedes Team ist auf sich gestellt und entscheidet selbst wie lange diese gehen darf.

Die Tour hat sich zufällig mit der Fussball-WM in Brasilien überschnitten und darum hat Golla spontan Fußbälle für die Kinder in der Mongolei mitgenommen. Als er dann in den Slums von Ulan Bator ankam und seine Bälle für ein kleines Match auspackte, konnten die anwesenden Kinder ihr Glück kaum fassen: „Mein persönliches Highlight der Reise!“ *Anna-Maria Koy*

SCHÖNES LÄCHELN UND FESTER BISS
IN NUR WENIGEN WOCHEN

In seiner Praxis bietet Zahnarzt Dr. Christoph Becker eine spezielle Implantationstechnik an. Im günstigsten Fall ist die Implantation in einer Sitzung abgeschlossen. Die Abdrücke für den Zahnersatz werden in der Regel sofort genommen. Dann wir der Zahnersatz im hauseigenen Labor angefertigt. Möglich mach diese kurze Behandlungszeit das „MIMI"-Verfahren.

Das Kürzel „MIMI" steht für „minimal-invasive Methode der Implantation", also für einen möglichst kleinen Eingriff. „Mit einem speziellen, schmalen Bohrer wird das Zahnfleisch auseinandergedrückt, und der Knochen wird gedehnt. Dann wird in den Bohrkanal das Implantat eingesetzt. Es ist ein wenig breiter als der Kanal", erläutert Dr. Becker das Verfahren. Dieser Halt verstärkt sich im Laufe der Zeit, da die Knochenfasern die keramische Oberfläche des Implantates durchdringen. Die Planung der Behandlung kann durch den Einsatz eines hochmodernen Computertomographen im Hause, der 3D-Bilder liefert, optimiert werden.

Foto: Fotolia

Im Gegensatz zum konventionellen Implantations-Verfahren wird die Schleimhaut weder geöffnet, noch vom Knochen gelöst oder nach Einbringen des Implantates wieder zugenäht. „Das bietet viele Vorteile: Die Patienten haben kaum Schmerzen, kaum Schwellungen, und es kommt kaum zu Infektionen. Dazu ist das „MIMI"-Verfahren deutlich preiswerter als das konventionelle Verfahren", zählt Christoph Becker auf. Patienten, die sich für das „MIMI"-Verfahren entscheiden, werden vorab ausführlich und in aller Ruhe über die Behandlung aufgeklärt. In seiner Praxis bietet Dr. Becker die „MIMI"-Methode seit Jahren an, und darüber hinaus auch das gesamte zahnmedizinische Spektrum.

Zahnarzt Dr. Christoph Becker bietet die „MIMI"-Methode an.

Kostenlose Informationsveranstaltung
jeden 2. Donnerstag im Monat!

Zahnarztpraxis Dr. Christoph Becker
Eidelstedter Weg 24, 20255 Hamburg
Tel. 040 / 560 26 26
– Termine nach Vereinbarung –

In guten Händen bei

B!aesthetics

Susanne Bechtel ist Ärztin und Inhaberin der Praxen B!aesthetics und seit Jahren auf dem Gebiet der **medizinischen Aesthetik** tätig. In Hamburg residiert die erfolgreiche Schönheitsärztin in bester Lage an der Alster. Dort bietet sie folgende ästhetische Methoden – ohne operative Eingriffe – in edlem Wohlfühlambiente an.

HYALURONSÄURE

Ist ein natürlicher Bestandteil unserer Haut. Volumendefekte im Bereich der **Nasolabialfalte, Lippen und Plisseefalten** werden sofort ausgeglichen. Mit Belotero®, einer biosynthetisch hergestellten Hyaluronsäure, ist es gelungen, einen Filler zu finden, den der Körper kaum von der körpereigenen Hyaluronsäure unterscheiden kann. Die im Bereich der Falten verringerte Hyaluronsäure wird ersetzt. Die Haut wird merklich glatter und frischer.

BOTOX & CO.

Mit Bocouture®, einem Botulinumtoxin, dem »Botox« der Firma Merz, lassen sich **Zornes- und Stirnfalten sowie Krähenfüße** effektiv behandeln. Die Wirkung tritt nach ca. einer Woche ein und hält, je nach Typus, drei bis vier Monate an. Auch übermäßiges Schwitzen kann effektiv behandelt werden. Hier hält die Wirkung meist bis zu neun Monaten an.

RADIESSE® FACELIFT

Mit den Jahren baut sich das Gesichtsvolumen besonders im **Wangenbereich** ab. Dadurch sinken die Konturen, erschlaffen und die Haut wird faltig. Mit Radiesse® wird das verlorene Volumen wieder hergestellt und die Konturen werden gestrafft. Selbst Nasenkorrekturen und **Handrückenliftings** sind möglich.

DIE FETTWEGSPRITZE

Doppelkinn, Bauch, Hüftpolster und weitere Problemzonen können durch gezieltes Injizieren eines Wirkstoffes weggeschmolzen werden. Die Fettzellen werden dann über die Lipolyse im Körper abgebaut. Vier Wochen nach der Behandlung lassen sich häufig schon erste Erfolge messen.

Details wie diese Antilopenlampe sorgen für heimisches Flair in den Räumen. Passend zu Bechtels Praxis-Motto: „Luxuriös, aber gemütlich und sauber, ohne steril zu wirken!“

Schönheit in bester Lage: Susanne Bechtel residiert mit ihrer Praxis in der Sloman-Burg.

Susanne Bechtel | Ärztin | **Praxis Hamburg** | Harvestehuder Weg 5 | 20148 Hamburg | Tel. 040 / 81956788 | Termine nach tel. Vereinbarung
Weitere Praxen | Neumünster Tel. 04321 / 8539533 | Timmendorfer Strand Tel. 04503 / 8981800 | info@baesthetics.de | **www.baesthetics.de**

POLITIK- UND RATHAUSEXPERTE:
JÜRGEN HEUER

Seilbahn über Hamburg?

Irgendwann tauchen alle politischen Streitfragen wieder auf. Ob Schule, Haushalt oder der Nahverkehr – **alles schon mal da gewesen**. Mit dem Abstand von einigen Jahren werden die wichtigen Fragen der Stadt immer wieder neu diskutiert.

So gesehen hat die Frage, ob über die Elbe künftig eine Seilbahn führen soll, echten Neuigkeitswert. Am 24. August dürfen die Bewohner des Bezirkes Mitte darüber abstimmen. „Leider" möchte man in diesem Fall sagen, denn **hier geht es um ein Thema, das eigentlich ganz Hamburg interessiert und auch betrifft**.

Die Investoren und Betreiber einer solchen Seilbahn wollen mit diesem Projekt vor allem die Musicals auf der anderen Elbseite (König der Löwen) besser zugänglich machen. **Das nützt dem Tourismusstandort Hamburg, bringt aber auch zusätzliche Belastungen für den Stadtteil St. Pauli.** Denkbar ist allerdings, dass dieser Seilbahnabschnitt erst der Anfang wäre. Andere Strecken könnten folgen. Die Seilbahn als zusätzliches Verkehrsangebot? Und das ausgerechnet in einer norddeutschen Großstadt? Zumindest der Gedanke ist interessant. Man kann mit guten Argumenten dafür oder dagegen sein.

Ein Geschmäckle hat allerdings das Versprechen von ‚Stage Entertainment', von jedem verkauften Gondel-Ticket 50 Cent für soziale und gemeinnützige Zwecke zu spenden. **Spätestens hier drängt sich die Gefahr auf, dass private Investoren nunmehr mit viel Geld und Propagandaaufwand Bürgerentscheide für ihre Zwecke missbrauchen.** Die Politik macht einen ziemlich hilflosen Eindruck. Erst werden unsinnig weitgehende Möglichkeiten von Bürgerentscheiden geschaffen und zugleich ist der Staat nicht mehr in der Lage, wichtige soziale Einrichtungen aus eigenen Mitteln zu finanzieren. Eine fatale Mischung, die letztlich dazu führen kann, dass sich bei Bürger- und Volksentscheiden künftig durchsetzt, wer mit viel Geld um sich wirft. **Mit Demokratie und Gemeinwohl hat das dann nicht mehr viel zu tun.** Immerhin ist das mal ein neues Thema, über das sich zu streiten lohnt.

SPD macht plötzlich

Der SPD-Senat hat ein neues Verkehrskonzept vorgestellt: Mit **„Fahrradstraßen“** und ausgebauten Radwegen soll Hamburg zur **Fahrradmetropole** werden. Wir zeigen hier, was das für den Verkehr rund um die Alster bedeutet. *dj*

KRUGKOPPELBRÜCKE

Anstelle einer reinen Radstraße, sollen die **Radwege ausgebaut** werden. Hier an der Krugkoppelbrücke ist der Autoverkehr zu stark, der Raum zu schmal.

HARVESTEHUDER WEG

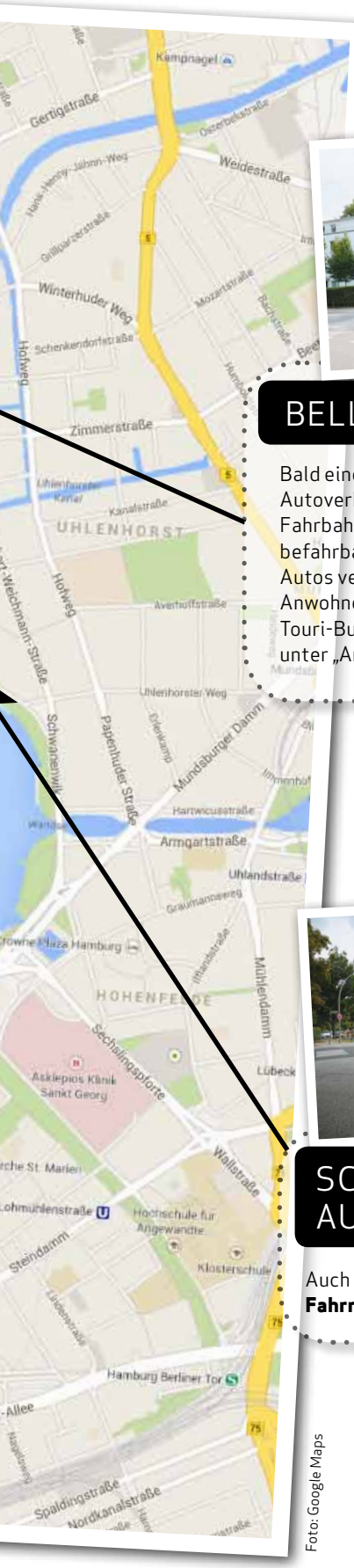
In Zukunft Fahrradstraße! 4400 Hamburger radeln hier jeden Tag, aber auch 3500 Autofahrer. Dennoch sollen Nord als auch Eimsbüttel an die neuen Alster-Fahrradachsen anknüpfen, sodass es von Alsterdorf bis zur Innenstadt eine durchgehende Verbindung gibt.

KENNEDYBRÜCKE

Hier sollen **vorhandene Radwege ausgebaut** werden. Die Kosten für das gesamte Projekt sind laut SPD noch nicht genau überschaubar, da jeder Bezirk einzeln planen wird. Aber: Von 2015 bis 2019 stellt die Verkehrsbehörde jährlich **2 Millionen Euro** zur Verfügung.

auf Fahrrad

Insgesamt werden 4,5 Kilometer, also 60 % der gesamten Strecke um die Alster (7,5 km) zu speziellen Fahrradstraßen umgebaut.



BELLEVUE

Bald eine **reine Fahrradstraße**: vom Autoverkehr getrennte Fahrrad-Fahrbahnen mit Tempolimit 30 km/h, befahrbar in beide Richtungen, Autos verboten! Ausgenommen: Anwohner, Lieferverkehr und Touri-Busse! Bislang werden diese unter „Anlieger" subsumiert.

SCHÖNE AUSSICHTEN

Auch hier bald eine **reine Fahrradstraße,** wie Bellevue.

Foto: Google Maps

Till Steffen, Grüne, kritisiert die SPD Pläne und fordert **noch mehr Fahrrad!**

Dr. Till Steffen, verkehrspolitischer Sprecher der Grünen Bürgerschaftsfraktion, zum Thema Fahrrad:
„Hamburg hatte sich auf Betreiben der Grünen zum Ziel gemacht, den Anteil des Radverkehrs bis 2015 auf 18 Prozent zu steigern. Die SPD hat diese Marke 2011 als eine der ersten Amtshandlungen verwässert – indem sie das Zieldatum strich. Die Grünen formulieren nun ein neues Ziel: Der Radverkehrsanteil soll bis spätestens 2025 auf 25 Prozent des Hamburger Gesamtverkehrs steigen.
Wenn jede vierte Strecke mit dem Rad zurückgelegt wird, wäre das ein sehr großer Beitrag zur Stauvermeidung, für Klima, Umwelt und Lebensqualität in unserer Stadt. Die Politik muss das Rad als Verkehrsmittel gleichrangig mit Auto, Bus

„Der Wahlkampf lässt grüßen."

und Bahn behandeln – und entsprechend fördern. Am Beginn der Wahlperiode war der Radverkehr für die SPD kein Thema und in der Regierungserklärung des Bürgermeisters fand sich nur ein Halbsatz dazu. Viel Zeit und Geld wurde durch das unsinnige Busbeschleunigungsprogramm verschleudert. Wir kritisieren, dass die SPD das Thema viel zu spät aufgreift. Sie kündigt jetzt ein paar nett klingende Maßnahmen an und greift dabei oft auf unsere Konzepte zurück. Das Problem dabei ist aber, dass sie diese nur halbherzig aufnimmt und dann auch nur eine Umsetzung ankündigt. Der Wahlkampf lässt grüßen. Ein richtiges Problem ist auch, dass die SPD sich an die Knackpunkte nicht heranwagt. Sie traut sich beispielsweise nicht, dem Autoverkehr an sinnvollen Stellen einige Parkplätze oder eine Fahrspur wegzunehmen. Es gibt viele Stellen in der Stadt, wo dies ohne Probleme und Beeinträchtigungen möglich wäre."

Der August auf Kampnagel

© Peter Hönnemann

Die Theater-Performance Noise and Darkness der Choreografin Toco Nikaido vereint Tanz, Theater, Video und Musik.

Darstellende Kunst, Theater und viele Konzerte. Dafür ist das Veranstaltungszentrum Kampnagel bekannt. Wir stellen die Highlights des Monats August vor.

Nicht entgehen lassen sollte man sich die Video-Performance ‚Situation Rooms' des Berliner Autoren- und Regieteams **Rimini Protokoll**. Dieses versammelt 20 Menschen aus mehreren Kontinenten, deren Biografien von Waffen mitgeschrieben wurden, in einer multiperspektivischen Videoarbeit. Eine Theater-Installation die bewegt. Vom 08. bis zum 24.08. ist die Performance bis zu 5-mal täglich zu besuchen. Tickets gibt es für 18 Euro (10 Euro ermäßigt).

Ab dem 21. August geben sich die japanische Choreografin Toco Nikaido und ihre Gruppe **Miss Revolutionary Idol Berserker** für 6 Vorstellungen auf Kampnagel die Ehre. Ihre Show ‚Noise and Darkness' vereint Theater, Tanz, Musik und Video. Die Vorstellungen finden vom 21. bis 23.08. jeweils um 18 und 21 Uhr statt. Der Ticketpreis beträgt 18 Euro (8 Euro ermäßigt).

Am letzten Abend des internationalen Sommerfestivals 2014 geben **u.a. Die goldenen Zitronen**, sowie **Kid Koala** und **Shannon F** an den Turntables noch einmal Vollgas. Während im Kanalspielhaus Flora Boy Division mit Orchester auftritt, zeigt im Club Kid Koala die ganze euphorisierende Wirkung seiner Beats. Die Feier beginnt am 23.08. um 22.30 Uhr. Der Eintritt beträgt 12 Euro für beide Hallen.

Am 24. August laden das Landesjugendorchester Hamburg und die Jungen Symphoniker zu einem ganz besonderen Project: Dem **Orchesterkaraoke**. Die Orchester haben einige bekannte Karaokehits einstudiert. Mitsingen erwünscht! Dirigent: Jan Dvorak. Am 24.08, jeweils um 17 und 20 Uhr auf Kampnagel. Tickets sind für 20 Euro (ermäßigt 12 Euro) erhältlich.

Karten für alle Veranstaltungen gibt es unter der Telefonnummer 040 270 949 49 oder im Internet unter kampnagel.de.

ANZEIGEN-SPEZIAL

WWW.ALSTERVERGNUEGEN.INFO

28.-31. August

— 10:00 BIS 24:00 UHR —

WARSTEINER

© Foto Manuel Lebowski (mln) - bcs Media Hamburg

VIEL SPASS BEIM
ALSTER-VERGNÜGEN!

Das Alstervergnügen bietet vom 28. bis 31. August ein spannendes und facettenreiches Programm: Musik live und vom Plattenteller, viel Straßentheater, einen Tanzsalon, eine Kinderlounge nur für die Kleinsten, Kunsthandwerk & Design – dazu die beste Sicht vom Riesenrad aus und natürlich das abendliche Highlight mit den Feuerwerk- und Pyro-Shows. Zu etwas Besonderem wird das Alstervergnügen durch das spannende Programm auf dem Wasser. Wassergolf und Stand-Up-Paddling, Wasserfahrräder und mehr laden zum Ausprobieren ein. Der Höhepunkt des Wasserprogramms ist sicherlich die Red Bull Boat Battle, bei der Vertreter der Hamburger Stadteile im ritterlichen Lanzenduell gegeneinander antreten. Beim Musikprogramm zählen Wingenfelder, Marquess, die Hot Banditoz, Miu, Liverpool und The Rattles zu den Highlights. Mehr Infos auf **www.alstervergnuegen.info**!

Spannende Physik im **Forum Winterhude**

Vom 01.09. bis zum 13.09. bietet Ihnen das Forum Winterhude **ein Erlebnis der besonderen Art:** In der Ausstellung **„Versuch's Mal – Faszination Physik"** werden erstaunliche naturwissenschaftliche und technische Phänomene unmittelbar erfahrbar.

Ausstellung mit Erlebniswelt vom 01.-13.09.

Die gezeigten Exponate laden sowohl große als auch kleine Besucher zum Mitmachen und Ausprobieren ein. Auf einfache und spielerische Weise werden alltägliche Phänomene mit allen Sinnen erlebt – eine dynamische Ausstellung der etwas anderen Art! Menschen sind neugierig. Sie möchten die Vorgänge in ihrer Welt verstehen. Langatmige Vorträge oder schwer verständliche Schriften helfen ihnen dabei wenig: Nur eigene Erfahrung begründet sicheres Wissen. „Versuch's Mal – Faszination Physik" bietet eigenes Welterleben mit allen Sinnen. Erstaunliche naturwissenschaftliche und technische Phänomene werden unmittelbar erfahrbar. Besucher und Besucherinnen erfahren gemeinsam die Umwandlung von Kraft in Energie. Sie rätseln um die Form der schnellsten Rollbahn, erforschen die eigene Wahrnehmung mit allen Sinnen und vieles mehr. „Versuch's Mal – Faszination Physik" ist mehr Werkstatt als Ausstellung. Aus dem Staunen über Unerwartetes entwickelt sich Forscherdrang, dem Raum gegeben wird. Besucher und Besucherinnen lernen, den eigenen Erfahrungen zu vertrauen: Naturwissenschaft und Technik offenbaren ihre Geheimnisse.

Spielerisch die Physik erkunden: Die Ausstellung im Forum Winterhude macht's möglich!

Versuch's mal!

Physik, die fasziniert!

Erleben Sie an vielen verschiedenen interaktiven Stationen die faszinierende Welt der Physik in unserem Center. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

www.forum-winterhude.com

FORUM WINTERHUDE

JETZT NEUES ENTDECKEN: ALDI · Bäckerei von Allwörden · Blume 2000 · Bücher&Co. · Ernsting's familiy · Kind Hörgeräte McPaper · media@home Sterling · Rolack Kosmetik · Rossmann Drogeriemarkt · Tchibo · Victoria Apotheke · Wolsdorff Tobacco

Forum Winterhude · Winterhuder Marktplatz 6–7 · 22299 Hamburg · Internet: www.forumwinterhude.com · Tel.: 040 1804106 0 · Fax.: 040 1804106 10

Diabetes und Bewegung

Expertentipp von Dr. Andreas Dühr

Facharzt für Innere Medizin und Diabetologe, Ernährungsmediziner, Ärztehaus Winterhude

Diabetes entwickelte sich in den vergangen Jahrzehnten zu der Volkskrankheit überhaupt. Die Zahl derjenigen, die in Deutschland an Diabetes erkrankt sind, wird auf 8 Millionen geschätzt. Schon lange hat sich der Begriff „Alterszucker" zur umgangssprachlichen Beschreibung für den Diabetes Typ 2 selbst überholt; bereits im Kindesalter tritt die Erkrankung heutzutage auf. Die Ursache liegt meist im Übergewicht durch falsche Ernährung und an einem Mangel an Bewegung. Viele Menschen gehen heutzutage weniger als 500 Meter am Tag; vor 100 Jahren waren es noch 10 Kilometer! Nicht jeder muss nun gleich zum Leistungssportler mutieren; sinnvoll ist es jedoch, sich im Rahmen seiner Möglichkeiten täglich zu bewegen. Auch bei nur geringer Aktivitätssteigerung kann man seinen Stoffwechsel so verbessern, dass der Blutzucker sinkt. Der Blutdruck sinkt ebenfalls und auch das Gewicht wird günstig beeinflusst. Bei Diabetesgefährdeten lässt sich auf diesem Wege die Erkrankung sogar verhindern. Aller Anfang ist schwer und der „innere Schweinehund" gilt als das stärkste Lebewesen unseres Planeten. Am besten lässt er sich überwinden, wenn man sich mit Gleichgesinnten verabredet und eine Sportart findet, die einem Freude macht. Hierfür haben sich in Hamburg Diabetes-Sportgruppen gebildet. Die wird von den Krankenkassen unterstützt. Konsultieren Sie jedoch vorab Ihren Arzt, um eine Herzerkrankung auszuschließen. warum nicht schon heute beginnen? Viel Spaß und Erfolg!

Rückenprobleme?
Golferellenbogen?
Tennisellenbogen?

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

Peter Glatthaar
Borsteler Chaussee 5 • 22453 Hamburg
www.maitland-praxis.de
Private Kassen und Selbstzahler.
Auch gesetzlich Versicherte.
Neue Adresse
Telefon 040 / 57 00 88 95
Arztpraxis mit angeschlossener KG-Praxis

Dr. med. dent.
Katharina Dorandt & Kollegen
Zahnarztpraxis für Kinder
Heegbarg 4
22391 Hamburg / Poppenbüttel
Telefon 040 611 36 07-0
Telefax 040 611 36 07-11
www.dr-dorandt-kollegen.de

Internisten im Ärztehaus Winterhude
Gastroenterologie • Diabetologie
Dr. med. G. Beck • Dr. med. A. Dühr • Dr. med. M. Pein
Hudtwalckerstraße 2-8 • 22299 Hamburg
Tel.: 040 / 27 20 27
www.gastrodiabetes.de

Foto: TK

Schön bürsten: Von Anfang an sollten Kinder mit den Regeln der Zahnhygiene vertraut gemacht werden!

ZÄHNE: FRÜH ZUR VORSORGE!

Pünktlich ab dem sechsten Geburtstag können Kids zweimal im Jahr zur Vorsorge zum Zahnarzt gehen. Ein Angebot, das bei Schulanfängern sehr gut ankommt. Nach einer Auswertung der Techniker Krankenkasse (TK) waren 85 Prozent der bei der TK versicherten Sechsjährigen im Jahr 2011 zur Individualprophylaxe beim Zahnarzt. Insgesamt waren es fast 60.000 Kinder.

„Wer regelmäßig die Termine zur individuellen Zahnvorsorge wahrnimmt, hat später in der Regel sehr viel seltener Defekte an den Zähnen“, sagt Tobias Pahl, Sozialversicherungsexperte bei der TK. Die Krankenkassen zahlen die Zahnvorsorge für Kinder und Jugendliche im Alter von sechs bis 17 Jahren zweimal pro Kalenderjahr.

Bei der Vorsorge stellt der Zahnarzt beispielsweise fest, ob die gefurchten Kauflächen der neuen, bleibenden Backenzähne versiegelt werden sollten, um diese sogenannten Fissuren wirksam und dauerhaft vor Karies zu schützen. „Die engen Furchen auf den Kauflächen bieten den Mundbakterien besonders gute Schlupfwinkel, mit der Zahnbürste lassen sie sich kaum wegputzen“, so Pahl. Dementsprechend entstehe bei Kindern und Jugendlichen etwa zwei Drittel aller Karies in den Fissuren. Zudem bekommen die Kinder Tipps, wie sie ihre Zähne optimal putzen können. Der Zahnarzt trägt auch Fluoridlack oder Gel auf die Zähne auf, um so Zahnschmelz und Zähne besser zu schützen und Löchern keine Chance zu geben. Kinder ab sechs Jahren sollten auf Erwachsenenzahnpasta umsteigen. Bei erhöhtem Kariesrisiko empfiehlt es sich zudem, den Zahnarzt zu fragen, ob eventuell einmal pro Woche ein Fluoridgelee verwendet werden sollte. „Grundschüler, die regelmäßig zur Vorsorge zum Zahnarzt gehen, trainieren schon automatisch, ihre Zähne checken zu lassen und das Gebiss gesund zu erhalten“, sagt der Zahnexperte Pahl. „So bauen sich Ängste gar nicht erst auf, die Kontrolle wird zur Routine.“ Ab dem zwölften Lebensjahr bekommen die Jungen und Mädchen vom Zahnarzt ein Bonusheft, das bei jedem Besuch abgestempelt wird. Ein vollständiges Bonusheft kann bares Geld wert sein. Sollte zum Beispiel später einmal eine Krone erforderlich werden, zahlt die Krankenkasse einen höheren Zuschuss, wenn der Betroffene regelmäßig bei den Vorsorgeterminen war.

Wiederholungstermin aufgrund hoher Resonanz!

Zahnimplantate bezahlbar gemacht!

Zahnarzt und Oralchirurg Dr. Zolmajd lädt Sie herzlich ein zum **Tag der Offenen Tür** rund um das Thema **Zahnimplantate!**

→ Fr, 5. September ab 10 Uhr

- Wann ist eine Implantatversorgung notwendig/sinnvoll?
- Was sind sog. Mini-Implantate?
- Welche Vorteile / Risiken gibt es?
- Welche Qualitätssicherung bietet Dr. Z?
- **Wie entsteht der günstige Preis bei Dr. Z?**

Dr. Z Zahnmedizinisches Zentrum
Jungfernstieg 41-42, 20354 Hamburg
hamburg.doktor-z.net

Dr. Z schließt die Lücke:
Zahnimplantate müssen nicht teuer sein.

Brücke, Prothese oder doch ein Implantat? Informieren Sie sich jetzt bei unserem **Informationstag am Freitag, 05.09.2014** im Dr. Z zahnmedizinischen Zentrum auf dem Jungfernstieg 41-42. Sie möchten erfahren, wie eine hochwertige Zahnmedizin auch erschwinglich angeboten wird? Informieren Sie sich über moderne, schonende Verfahren der Implantologie und über Mini-Implantate. **Geprüfte Qualität - eindeutig günstig.**

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um **Anmeldung:**

☎ 040 – 350 171 40

ANZEIGEN-SPEZIAL

Richtiger Mix: Bewegung und Entspannung genau abgestimmt gibt's bei Aspria PRO!

Das Leben in Balance – mit **Aspria PRO**

Beruf, Familie und Freizeit sind heutzutage nicht immer ganz leicht, unter einen Hut zu kriegen. Es scheint zu wenig Zeit für zu viel Leben zu geben. Das von einem Londoner Experten-Team entwickelte Programm Aspria PRO des Sport- und Lifestyleclubs **Aspria Uhlenhorst** dient nicht nur als Trainingsleitfaden, um sportliche Ziele zu erreichen, sondern als Balance-Coaching dazu, Körper und Geist wieder in Einklang zu bringen. Um das eine Leben, das man hat, in allen Facetten zu genießen.

Los geht's mit einem 90-minütigen Termin und dem speziell ausgebildeten Aspria PRO Berater. Hier werden Ziele und Wünsche besprochen, gesundheitliche Einschränkungen und persönliche Lebensumstände berücksichtigt. Ein umfassender Gesundheits-Check gibt u. a. Aufschluss über die körperliche Fitness und das biologische Alter. Die 3D-Animation der eigenen Wirbelsäule ist für Büroler, Vielreisende und Couch Potatoes besonders interessant. Auf dieser Basis wird ein persönlicher Trainings- und Ernährungsplan erstellt, der mit dem richtigen Mix aus Bewegung und Entspannung wertvolle Tipps für ein gesünderes Leben gibt und ganz einfach in den Alltag integriert werden kann. Somit ist Aspria PRO der ideale Weg, um langfristig etwas für die Gesundheit zu tun und mit Freude und Energie jeden Tag zu genießen.

Spontane Leser aufgepasst: Exklusiv im Alster Magazin verlost Aspria Uhlenhorst eine zweiwöchige Sommer-Mitgliedschaft für zwei Personen, Start spätestens am 31. August. Einen Aspria PRO Check gibt es für beide Gewinner kostenfrei dazu! Um teilzunehmen, senden Sie bis zum 21. August eine E-Mail mit Ihren Kontaktdaten und dem Stichwort „Alster Magazin" an **hkraus@aspria.de**, die Gewinner werden benachrichtigt. Viel Glück!

Beauty nach dem **Urlaub!**

Traurig, dass die schönste Zeit des Jahres schon wieder vorbei ist? Das müssen Sie gar nicht sein! Wir geben **Tipps gegen Post-Urlaubs-Blues** und unschöne „Souvenirs" wie Hornhaut oder sprödes Haar.

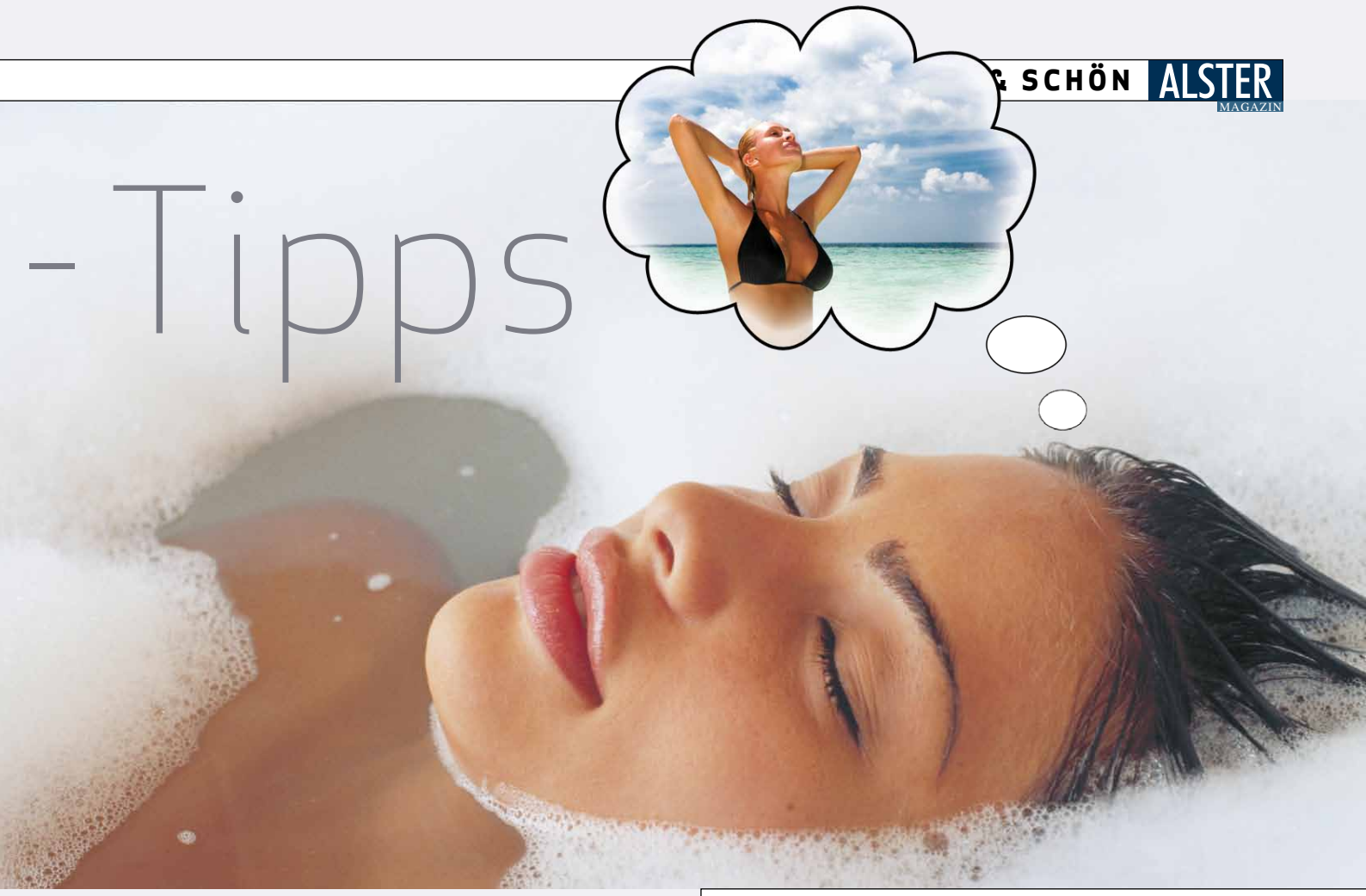
Was hilft bei **trockener Haut?**

Die Haut hat jetzt wirklich Durst! Sie sollten dieses Bedürfnis nicht unterschätzen, denn wenn nicht genug Feuchtigkeit vorhanden ist, ist die Hautbarriere nicht ideal gestärkt. Seren, die auf die gereinigte Haut aufgetragen werden, sind extrahoch konzentriert und können tief in die Haut eindringen.

Baden und duschen Sie in Maßen und nur lauwarm, verwenden Sie kein Schaumbad, sondern besser ein rückfettendes Duschöl. Danach pflegt eine Öl-in-Wasser-Emulsion. Mit ihrem hohen Anteil an Feuchthaltefaktoren wie Glyzerin und Harnstoff bringt sie Feuchtigkeit zurück in die Haut.

Generell besteht eine gute Pflege immer aus drei Teilen: Okklusiva, Öle aus Mandeln oder Soja, die auf der Oberfläche einen dünnen Film erzeugen und den Wasserverlust mindern, Emollentien, Fette wie Lanolin, die verloren gegangene Lipide ersetzen und Feuchtigkeitsspender wie Milchsäure oder

- Tipps



Was hilft bei **spröden Lippen?**

Da haben wir im Urlaub gecremt, gecremt und gecremt – und wie immer die Lippen vergessen. Das Ergebnis: Die dünne Haut ist von Salzwasser und Sonne ganz spröde. Kein Problem, das bekommen wir schnell wieder in den Griff! Auch wenn wir es fast nicht mehr hören können – viel Wasser trinken hilft. Zweite SOS-Maßnahme: Spezielle Lippenmasken z. B. mit Q10. Außerdem sollte jetzt zweimal täglich ein Balm oder ein Pflegestift mit viel Feuchtigkeit benutzt werden. Wer die Lippen nach dem Abschminken mit einer weichen Zahnbürste massiert, regt die Durchblutung an. Aus dem Küchenschrank helfen Honig oder Olivenöl. Zehn Minuten einwirken lassen und losknutschen!

Body Focus

Hocheffizientes Personal Training

- **Reduzieren Sie Körperfett und Gewicht**
- **Stärken Sie Ihre Muskeln und straffen Sie Ihre Figur**
- **Bauen Sie Rücken- und Nackenschmerzen ab**

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

Trainieren Sie mit der innovativen HIT-Methode immer unter Aufsicht eines Personal Trainers an medizinischen Geräten.

1:1 Jedes Training 1 zu 1 mit Personal Trainer

Keine Dauermitgliedschaft, keine Grundgebühr, flexible Terminplanung, Onlinebuchung

20 Minuten, einmal pro Woche genügen

„Als Orthopädin und aus eigener Erfahrung kann ich das Training bei Body Focus uneingeschränkt empfehlen. Es ermöglicht auch bei bestehenden Beschwerden ein effektives und sicheres Training des gesamten Körpers."
Dr. med. Andrea Lodde

Gänsemarkt 33 • Tel 040/35 71 44 80 • www.body-focus.de

Was wirkt gegen **Hornhaut?**

Barfuß in High Heels unterwegs gewesen und viel durch den Sand spaziert? Dann hat Ihre Haut einen natürlichen Schutzschild gebildet. Nichts anderes ist Hornhaut: Sie schützt vor Druck und Reibung. Hübsch sieht sie jedoch nicht aus! Lotionen mit einem hohen Urea-Anteil lassen sie verschwinden. Allerdings ist mindestens zweimal täglich Cremen Pflicht, sonst bringt's nichts. Achtung: Hornhaut niemals abschneiden! Das kann zu Entzündungen führen. Besonders schön für zu Hause ist auch ein Fußbad mit Teebaumöl.

Was hilft bei **strohigen Haaren?**

Gut, die Sonne hat das Haar schön aufgehellt – aber leider auch angegriffen. Haare und Kopfhaut brauchen jetzt ein „Pimp-Programm" mit Ölen wie Arganöl und feuchtigkeitsspendenden Stoffen wie Bienenwachs.

Föhn und Glätteisen gehen vorerst in den Ruhestand. Lassen Sie das Haar möglichst an der Luft trocknen – und Haarkuren sollten über Nacht einwirken. Für mehr Glanz können Sie z. B. Brennnesseltee oder Essigwasser als Spülung verwenden.

Was tun gegen **Post-Urlaubsdepressionen?**

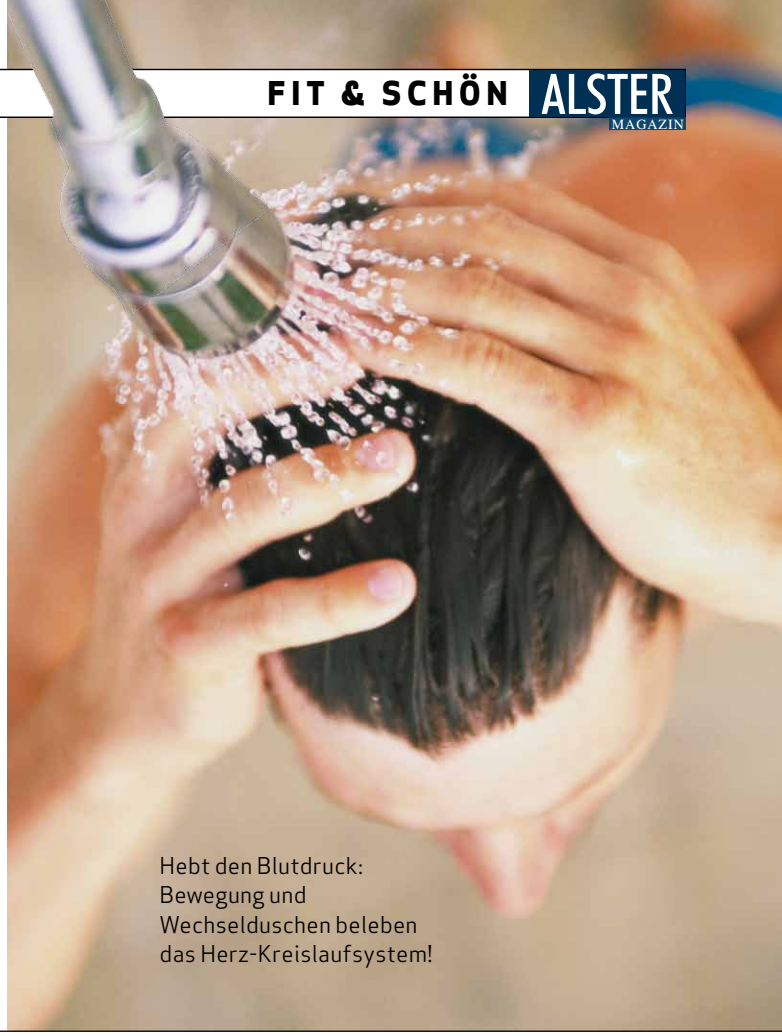
Nach dem Urlaub kommt oft der Blues, der in der Regel zwei Tage anhält. Körper und Kopf brauchen diese Zeit, um den gewohnten Arbeitsrhythmus (und das entsprechende Tempo) wieder aufzunehmen. Deshalb: Wer seinen Arbeitstag weitgehend selbst planen kann, sollte nicht gleich den ersten Tag im Büro mit Terminen überfrachten und pünktlich Feierabend zu machen.

Zuhause sollten sie es sich gemütlich machen und mit Musik, Kerzen und Düften, die nach Meer, Sonne und Orient riechen, für Urlaubs-Stimmung sorgen, sich quasi an weit entfernte Strände beamen. So flammt die strahlende „Urlaubs-Laune" garantiert wieder auf. Lassen Sie auch gute Gewohnheiten, die Sie sich während der freien Tage im Süden antrainiert haben wie viel Obst essen oder lesen statt Fernsehen schauen, nicht sein, sondern retten Sie die in den Alltag hinüber.

Foto: Petra Bork_pixelio.de

Den Kreislauf aus dem Keller holen

Ständige Müdigkeit, häufiger Schwindel und schlechte Konzentration – die Ursache dafür kann ein zu niedriger Blutdruck sein. Wenn der Kreislauf im Keller ist, ist das lästig und beschwerlich, aber zum Glück meist ganz harmlos. Und noch eine gute Nachricht: Man kann viel dagegen tun. „Viel Bewegung, viel frische Luft und tüchtige Wechselduschen sind die beste Medizin gegen niedrige Blutdruckwerte“, sagt Thomas Ebel, Arzt im AOK-Bundesverband. Es klingt absurd, ist aber tatsächlich so: Während niedriger Blutdruck (Hypotonie) zwar Beschwerden macht, für den Organismus aber in der Regel harmlos ist, bleibt hoher Blutdruck (Hypertonie) oft lange unbemerkt, kann aber auf Dauer sehr gefährlich für Gefäße und Organe werden. „Auch wenn ein niedriger Blutdruck das Wohlbefinden stark beeinträchtigen kann, können Betroffene deshalb erst einmal aufatmen“, sagt Ebel. Am häufigsten betroffen sind jüngere Menschen und hier vor allem Frauen, während mit zunehmendem Alter meist eher Bluthochdruck zum Problem wird. Als optimal gilt der Blutdruck, wenn er bei 120/80 mmHg liegt. Als niedrig gilt er, wenn der erste Wert auf etwa 110 oder 100 fällt. Wer unter den typischen Symptomen leidet und noch dazu auch kalte Hände und Füße hat, sollte keine Selbstdiagnose stellen. „Ein Arzt wird zunächst mögliche andere Ursachen wie Schilddrüsenerkrankungen ausschließen und schauen, ob alles in Ordnung ist“, so Ebel. Ist das der Fall, können Sie Ihr Blutdruck-Programm starten!



Hebt den Blutdruck: Bewegung und Wechselduschen beleben das Herz-Kreislaufsystem!

Sabine Linek
NATURHEILPRAXEN
Gifhorn - Travemünde - Bad Griesbach

Anwendungsgebiete u. a.:
SanaZon®-Therapie, Dunkelfeld-Diagnostik, Dorn-Wirbelsäulenbehandlung, Neuraltherapie, ...

„Faszinierende Körperreisen“

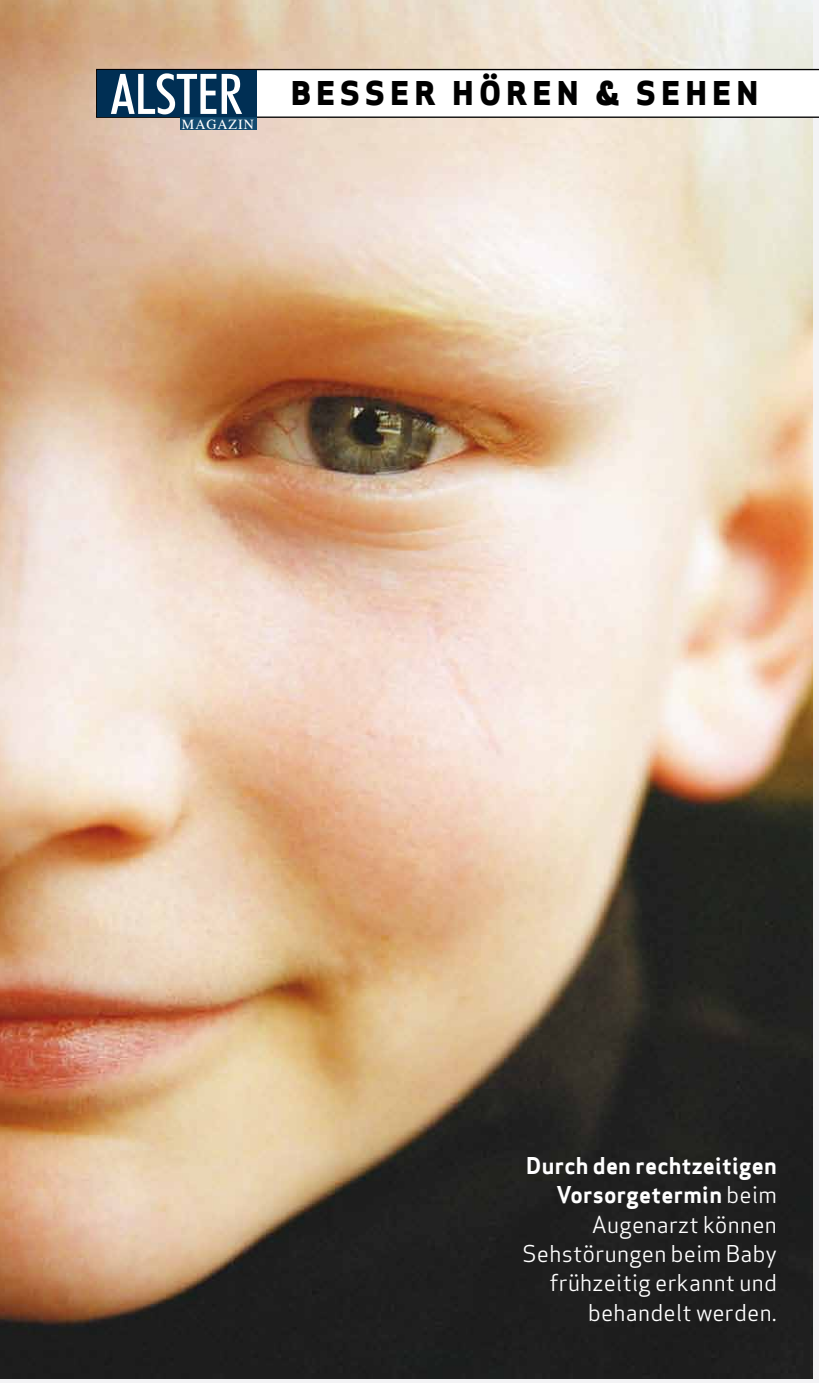
Die Behandlung des Blutes kann wie ein Jungbrunnen wirken

Von nah und fern, aus allen Teilen Deutschlands, Europas und inzwischen der Welt - kommen die Menschen mit ihren Beschwerden nach Gifhorn, Travemünde und Bad Griesbach in die Praxen der Heilpraktikerin Sabine Linek. Es hat sich inzwischen - durch persönliche Empfehlungen und auch durch etliche Fernsehauftritte - „herumgesprochen“, dass die Heilpraktikerin eine Therapie, basierend auf den Erkenntnissen des Mikrobiologen und Forscher Prof. Enderlein (1872 –1968) in der Kombination von Isopathie, Homöopathie und Ozon entwickelt hat, die zu **neuer Vitalität und damit Lebensfreude** führen kann. Viele Menschen empfinden nach Sabine Lineks „SanaZon-Therapie“ ein neues Körpergefühl. Bei der Dunkelfeldmikroskopie wird ein Bluttropfen in 1.700-facher Vergrößerung untersucht. Gut eine halbe Stunde dauert die „Reise durch den Körper“ und liefert ein Bild des Patienten. Anschließend wird eine Diagnose gestellt und ein individueller Therapieplan vorgeschlagen. Sabine Linek, ist eine, der die Gesundheit und das Heilen am Herzen liegen - so hat sie hat ihr Wissen und ihre Erfahrung bereits an fünf HeilpraktikerInnen weiter gegeben, die in ihren Praxen als PartnerInnen Patienten untersuchen.

SABINE LINEK SANAZON THERAPIE ®

NATURHEILPRAXIS TRAVEMÜNDE
Am Kurgarten 2 - 23570 Lübeck-Travemünde
Tel.: 0 45 02 - 88 04 14 - Fax: 0 45 02 - 88 04 15
www.Naturheilpraxis-Linek.de www.SanaZon.de

Hinweis: Bei der hier beschriebenen Behandlungsmethode handelt es sich um ein Therapieverfahren der naturkundlichen Erfahrungsmedizin, das nicht zu den allgemein anerkannten Methoden im Sinne einer Anerkennung durch die Schulmedizin gehört. Alle getroffenen Aussagen über Eigenschaften und Wirkungen sowie Indikation der vorgestellten Therapieverfahren beruhen auf den Erkenntnissen und Erfahrungswerten in der Therapierichtung selbst, die von der herrschenden Schulmedizin nicht geteilt werden und für die naturwissenschaftlich reproduzierbare Kausalzusammenhänge nicht bestehen.



Durch den rechtzeitigen Vorsorgetermin beim Augenarzt können Sehstörungen beim Baby frühzeitig erkannt und behandelt werden.

Braucht mein Kind eine Brille?

Viele Eltern fragen sich bei ihren neugeborenen Babys: Wann soll ich zum ersten Mal mit dem Nachwuchs zum Augenarzt gehen? Unser Fazit: Je früher die Vorsorge, desto besser.

Im Informationsblatt der Initiative zur Früherkennung von Sehstörungen bei Kindern vom Berufsverband der Ärzte für Kinderheilkunde und Jugendmedizin Deutschland e.V. (BVKJD) stehen konkrete Hinweise, wann ein Augenarztbesuch für Ihr Kind angebracht ist. Denn vermeintliche Sehstörungen des Kindes sind gerade im Kleinkindalter für den Laien nicht zu erkennen und auch den Kindern fällt es noch schwer sich dazu zu äußern.

Sehstörungen treten häufig schon bei Babys und Kleinkindern auf, werden allerdings meist zu spät entdeckt. Der Grund, dass das zweite Auge das Sehvermögen ausgleicht, selbst wenn ein Auge betroffen ist, führt dazu, dass Eltern denken: Mein Kind sieht doch wunderbar. Wenn dann später Auffälligkeiten eintreten, wie zum Beispiel Leseunlust oder häufiges Stolpern, ist es dringend zu empfehlen eine mögliche Sehstörung zu untersuchen und gegebenenfalls durch eine Sehhilfe zu korrigieren.

Augenärzte raten zur regelmäßigen Vorsorgeuntersuchung ab dem Babyalter. Denn auch Babys müssen manchmal eine Brille tragen. Schon bei Säuglingen können Augenärzte mit der sogenannten Schattenprobe rasch und schmerzfrei eine Fehlsichtigkeit feststellen, beziehungsweise ausschließen. Ab 6 Monaten ist eine augenärztlich-orthoptischen Untersuchung anzuraten, wenn ein erhöhtes Risiko zu einer Sehstörung vorliegt, wie zum Beispiel durch erbliche Augenerkrankungen. Dies liegt zum Beispiel vor bei Frühgeburten, Kindern mit Entwicklungsrückstand, sowie bei Kindern aus Familien mit bekannten erblichen Augenerkrankungen

Ungefähr jedes fünfte Kind bekommt heutzutage eine Brille verordnet. Das ist sinnvoll, denn der Entwicklungszeitraum der gesunden Sehkraft ist bei Kindern begrenzt. Nicht entdeckte Sehstörungen lassen sich später nur mühsam und langwierig durch das jahrelange Tragen einer Brille beheben. Wenn Sie die folgenden Symptome bei ihrem Kind erkennen, ist der unmittelbare Gang zum Arzt ratsam: Bei sichtbaren Auffälligkeiten der Augen, wie z.B. Augenzittern, Hornhauttrübungen, großen lichtscheuen Augen oder bei Lidveränderungen. Auch falls Sie sich einer Sache nicht sicher sind ist der Weg zum Augenarzt sinnvoll.

Alle Informationen rund um das Thema ‚Junge Augen schützen: Vorsorge bei Kindern' finden Sie auf der Homepage des Berufsverbands der Augenärzte Deutschland e.V. (BVA) unter **www.augeninfo.de**

AUGENARZT

Mahmoud Saadat

- Kurzfristige Terminvergabe
- Behandlung in entspannter Atmosphäre
- Diagnostik und Therapie mit modernster Technik

PRIVATÄRZTLICHE PRAXIS POPPENBÜTTEL
Stormarnplatz 1, Tel.: 416 299 77

PRAXIS FÜR ALLE KASSEN
Hammer Steindamm 40,
Tel.: 200 51 61

Hilfe bei **Grauem Star**

Augenarzt Andreas Otto erklärt die Entstehung des Grauen Stars (Katarakt) und wie man ihn **am besten bekämpfen** kann!

Bietet ambulanten Eingriff gegen Grauen Star an: Augenarzt Andreas Otto.

Wenn die Sehleistung langsam und unmerklich immer schlechter und die Wahrnehmung von Bildern verschwommener wird, könnte es sich um einen Grauen Star handeln. Als Grauen Star oder Katarakt bezeichnet man die altersbedingte Trübung der ursprünglich klaren Augenlinse, die in den meisten Fällen jenseits des 65. Lebensjahres auftritt. „Meist ist erst ein Auge betroffen, sodass die schlechte Sehkraft zunächst gar nicht bemerkt wird“, erklärt Andreas Otto, Facharzt für Augenheilkunde vom **Augenoperationszentrum Hamburg** am Heegbarg 2. „Eine Blendempfindlichkeit kommt oft hinzu, die beispielsweise beim nächtlichen Autofahren störend ist.“ Ob die Ursache Ihrer Beschwerden tatsächlich ein Grauer Star ist, stellt der Augenarzt bei einer gründlichen Gesamtuntersuchung des Auges fest. Dabei kann er auch erkennen, ob noch weitere Augenerkrankungen vorliegen.

Die einzige Methode den Grauen Star wirkungsvoll zu behandeln, ist eine Operation. Eine neue Brille hilft hier nicht. „Die Behauptung, dass der Star erst reifen muss, ehe er operiert werden kann, ist völlig falsch“, erläutert Andreas Otto. „Genau das Gegenteil ist der Fall. Ein mäßiger Grauer Star ist viel schneller und einfacher zu operieren als ein lange bestehender, dichter Star. Je einfacher die OP, desto geringer ist natürlich auch das Risiko für den Patienten.“ Die Kataraktoperation ist die am häufigsten durchgeführte Operation in Deutschland. Bei dieser Operation wird die trübe Augenlinse entfernt und durch eine Kunstlinse ersetzt. Hier gibt es vielfältige Möglichkeiten eine nahezu völlige Brillenunabhängigkeit zu erreichen.

Im Rahmen der Grauen Star Operation ist es also möglich durch die gezielte Auswahl von Speziallinsen Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit, Alterssichtigkeit und Hornhautverkrümmung zu behandeln. Im Augenoperationszentrum von Andreas Otto wird der Eingriff ambulant und in lokaler Betäubung durchgeführt. Für die Patienten ist die Operation nahezu schmerzlos. Mehr Informationen gibt es unter **Tel.: 53 04 88 77** und auf **www.aoz-hamburg.de**!

Scharf sehen!

Grauer Star. Lasik. Kontaktlinse. Brille.

AOZ Augen Operationszentrum Hamburg

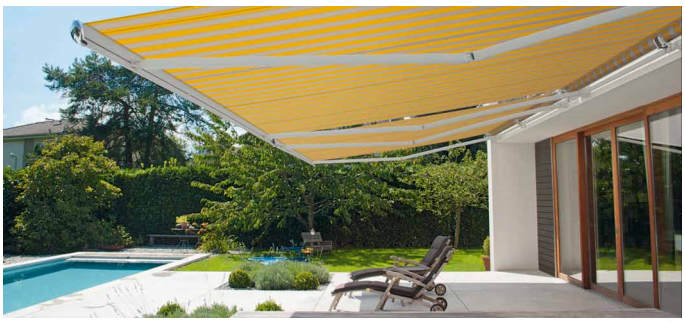
„Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit! Daher erarbeiten wir gemeinsam mit Ihnen ein individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmtes Behandlungskonzept für optimale Sehkraft.“

Andreas Otto, der engagierte Arzt, der mit Ihnen als Patient auf Augenhöhe über Ihre Anliegen spricht und Ihnen beratend zur Seite steht. In seiner Praxis wird das gesamte Spektrum der konservativen und operativen Augenheilkunde geboten. Sie werden nach den neuesten medizinischen Erkenntnissen und mit innovativen Diagnose- und Therapiegeräten betreut.

Lasik-Chirurgie, Laser-Chirurgie, Katarakt-Operationen, intravitreale Therapie der Makuladegeneration, Crosslinking, Lidchirurgie, Kinder-Augenheilkunde, Faltenunterspritzung, Botox

Heegbarg 2 · 22391 Hamburg
Tel.: 040/53 04 88 77
www.aoz-hamburg.de

TÜV SAAR CERT ISO 9001



droste
markisen·rollläden·jalousien·terrassendächer

zentrale: saseler chaussee 111
tel.: 040 - 300 607-0
filialen: eppendorfer weg 260
tel.: 040 - 300 607-20
volksdorfer weg 1
tel.: 040 - 300 607-40

www.markisen-droste.de

FACHBETRIEB
Rollladen- und
Sonnenschutz-
techniker-
Handwerk

AUF DEN BALKON – FERTIG – LOS!
Sichern Sie sich jetzt Ihren Platz an der Sonne.

BAAR BALKONE

Hochwertige Lösungen für jedes Haus!

Für Mieter, Käufer oder Investoren sind Balkone ein entscheidendes Kriterium bei der Immobilienwahl. Denn der Wert steigt mit dem Wohlfühlfaktor. Erleben Sie mit unserem Traditionsunternehmen **BAAR BALKONE** innovative und qualitativ hochwertige Lösungen, attraktive Designs sowie eine fachgerechte Begleitung – vom ersten Planungsschritt bis zur Fertigstellung sind wir für Sie da.

- Vielseitige Balkon-Ideen
- Hochwertige Qualität
- Langjährige Erfahrungen
- Erstklassige Beratung vor Ort
- Schnelle und effiziente Montage
- Garantierter Festpreis

BAAR BALKONE GmbH | Adolf-Oesterheld-Straße 27 | 31515 Wunstorf
Fon 05031 912300 | info@baar-balkone.de | **www.baar-balkone.de**

Einfach besser aufgestellt.

Foto: Jan Baldwin

Stimmungsmacher Farbe

Mit ihr steht und fällt die Atmosphäre eines jeden Raums: der Wandfarbe. Welche die richtige ist, hängt vom Grundriss, der Funktion, den Möbeln und natürlich dem persönlichen Geschmack ab. Keine leichte Entscheidung. Ein neues Buch bietet Inspirationen!

Fortsetzung auf S. 38

Harmonisch: Eschendielen geben der Wohnung eine warme Note und gestalten den Übergang zwischen den Räumen fließend. Dezente Farben, hier ein weiches Rosa in Flur und Arbeitszimmer schaffen ebenfalls Zusammenhalt der Räume.

Beratung Montage Reparatur Wartung

TÜMLER & PEIL

ROLLÄDEN
MARKISEN
ROLLTORE Seit 1865

TP

☎ 6 93 20 45

Wintergartenmarkisen
Scheren- u. Rollgitter
Vordächer
Motorisierungen
feste Vergitterungen

Am Stadtrand 58
22047 HH-Wandsbek

www.tuemler-peil.de

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

Bekannt & **interessant**

In Hamburgs hochwertigstem Lifestyle-Magazin – erscheint Ende Oktober anlässlich des Hamburger Herbstempfangs – könnte auch Ihre Anzeige stehen!

Unser Magazin ist bereits in Vorbereitung

Anzeigenberatung:
Gabriele Bergerhausen, Tel. 040 / 538 930 55
E-Mail: g.bergerhausen@alster-net.de

HÖRMANN Garagentore u. Hauseingangstüren

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

40 Jahre

HANSABAUSTAHL
BAUELEMENTE · MOBILE RÄUME

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

Sun Concept!
Wolfgang Jermann - Sonnenschutz in Perfektion

RS ROLLLADEN UND SONNENSCHUTZ

Markisen
Sonnensegel
Sonnenschirme
Rollläden
Jalousien
Plissees
Flächenvorhänge
Shutters
Insektenschutz
u.v.a.m.

Ich freue mich auf Ihren Anruf!

Vertriebsbüro • Obenhauptstr. 7 • 22335 Hamburg • Tel. (040) 226 347 123
info@sunconcept-jermann.de • www. sunconcept-jermann.de

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!

Nasse Wände?
Feuchte Keller?

Das gute Gefühl, in den besten Händen zu sein.

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

ISOTEC Hamburg GmbH
Tel. 040-41339033
oder www.isotec.de

Mitarbeiter gesucht!

ISOTEC®
... macht Ihr Haus trocken!

Betonung: Unterschiedliche neutrale Weißtöne geben Möbeln und Kunst, wie dem Werk des Berliner Fotografenpaares Billy & Hells, den nötigen „Raum", um in den Vordergrund zu treten.

Foto: Jan Baldwin

Fortsetzung von S. 37

Hat man in den heutigen schwierigen Zeiten auf dem Wohnungsmarkt endlich seinen Traum gefunden, kommt das nächste Problem. Was soll auf die Wände? Welche Farbe passt zu meinen Möbeln? Welche zu mir? Die Zahl der Bücher, die sich eine „Farbberatung“ auf die Fahnen geschrieben haben und dem Leser auch gleich erklären wollen, welche Wirkung einzelne Farben auf die Seele haben, ist groß. Zu Recht, wohl fast jeder kennt die Probleme bei der Entscheidungsfindung. Diskussionen bei Neubau oder Renovierung sind keine Seltenheit, vor allem dann nicht, wenn man zu zweit wohnt.

Das Buch „Zeitlos wohnen mit Farbe“ gibt jede Menge Anregungen. Dabei ist es weniger Farbratgeber, als ein klassisches Wohnbuch mit Anschauungsmaterial, denn die Autorin Ros Byam Shaw hat verschiedenste Domizile in ganz Europa besucht und stellt sie im Stile von Homestorys vor – von der Blockhütte in Norwegen über eine ausgebaute Pelzfabrik in Paris bis hin zu einem Palazzo in Umbrien. So unterschiedlich bunt die gezeigten Singlehaushalte oder Familienhäuser auch sind, sie alle eint eines, die Besitzer oder Eigentümer nutzten Farben und Tapeten der britischen Traditionsmarke Farrow & Ball. Eine ungewöhnliche Klammer. Daran, dass die Bilder die jeweiligen Farbnamen angeben muss man sich erst einmal gewöhnen. Ist aber auch egal, denn es geht ja mehr um die Farbkombinationen, die man sich abschauen kann.

Das Buch ist in die drei Hauptkapitel klassisch, modern und ländlich mit insgesamt zehn Unterkapiteln gegliedert. Diese Vielfalt deckt fast jeden Wohngeschmack ab – puristischer Bauhausstil ist beispielsweise nicht vertreten, gezeigt wird eher die Lust am „Vollen“ – und gibt mit seinen vielen Beispielen an Stilbrüchen und Farbzusammenstellungen spannende bis ungewöhnliche Anregungen. *kw*

Ros Byam Shaw, Zeitlos Wohnen mit Farbe, Callwey Verlag, 192 Seiten mit 295 Farbfotos, geb., 39,95 Euro

Farb-Tipps der Wohnexpertin

Die Wahl der Farbe folgt oft praktischen Erwägungen, bestimmt aber auch wie die Oberfläche wirkt: Matte Farben haben fast eine greifbare Tiefe. Farben mit zartem Glanz lassen beispielsweise bei Holz erhabene Strukturen flacher wirken. Das genaue Gegenteil bewirken hochglänzende Farben, sie reflektieren stark das Licht, was jegliche Unebenheit betont!

Angebote für den Indischen Ozean

Das neue **DSI Reisebuch** begeistert mit einer **exklusiven Hotelauswahl**

Auf ca. 500 Seiten präsentiert der exklusive Reiseveranstalter DSI Reisen in der neuen Ausgabe seines gerade erschienenen Reisebuchs außergewöhnliche Luxusresorts und exotische Reiseziele im Indischen Ozean, im Orient, in Afrika und Südostasien. In den vergangenen zehn Jahren hat DSI Reisen das Vertrauen vieler Kunden gewonnen, die das besondere Konzept des inhabergeführten Familienunternehmens schätzen. DSI Reisen nimmt sich viel Zeit für seine Kunden, um individuelle Reiseträume zu erfüllen. Gutes Zuhören, ehrliche Beratung, ausgezeichnete Produktkenntnisse und viel Sinn und Gespür für Service und Qualität machen DSI Reisen besonders. In der neuen Filiale an der Alster begrüßt das Team anspruchsvolle Kunden, die Wert auf das persönliche Gespräch legen, in einer einladenden Reise Lounge mit Wohnzimmeratmosphäre.

Beratung und Buchung
direkt bei DSI Reisen, Tesdorpfstraße 19, 20148 Hamburg, 040/22821558 oder auf www.dsi-reisen.de!

Exklusive Last Minute Angebote 2014:

Malediven:

Coco Palm Dhuni Kolhu
vom 01.09. – 31.10.2014 (7=5, gratis HP): 7 Nächte in einer Beach Villa ab **888 € p. P.** inkl. HP und Transfer ab / bis Male

Angsana Ihuru
vom 09.10. – 31.10.2014 (7=5, 10 % Nachlass, 1 gratis In Villa Breakfast) 7 Nächte in einer Beachfront Villa ab **1.552 € p. P.** inkl. HP und Transfer ab / bis Male

Conrad Rangali Maldives
vom 01.09. – 31.10.2014 (8=6, gratis HP): 8 Nächte in einer Beach Villa ab **1.898 € p. P.** inkl. HP und Transfer ab / bis Male

Dusit Thani
vom 01.09. – 31.10.2014 (7=5, 15 % Nachlass, gratis HP): 7 Nächte in einer Beach Villa ab **1.998 € p. P.** inkl. HP und Transfer ab / bis Male

Lily Beach
vom 01.09. – 30.09.2014 (7 % Nachlass): 7 Nächte in einer Beach Villa ab **2.145 € p. P.** inkl. Premium AI und Transfer ab / bis Male

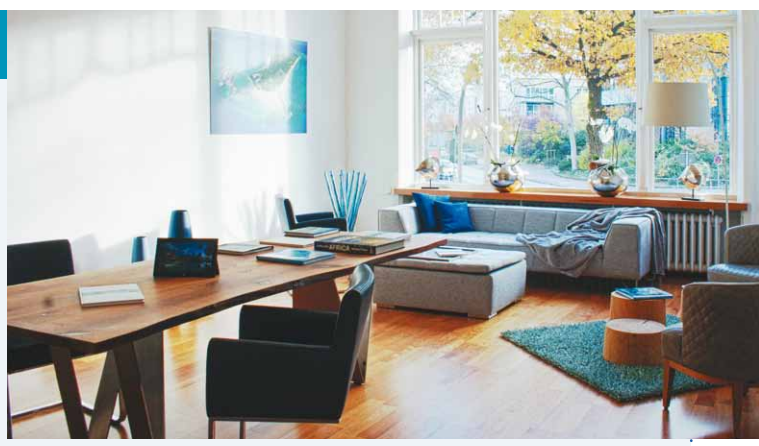
Mauritius:

Long Beach Mauritius
vom 01.09. – 30.09.2014 (30 % Nachlass): 7 Nächte in einem Standard Seaview Room ab **786 € p. P.** inkl. HP und Transfer ab / bis Flughafen Mauritius

Beachcomber Trou aux Biches vom 01.09. – 30.09.2014 (30 % Nachlass): 7 Nächte in einer Junior Suite ab **1.007 € p. P.** inkl. HP und Transfer ab / bis Flughafen Mauritius

Le Touessrok Mauritius
vom 01.09. – 30.09.2014 (30 % Nachlass): 7 Nächte in einem Deluxe Room ab **1.029 € p. P.** inkl. HP und Transfer ab / bis Flughafen Mauritius

The St. Regis Mauritius
vom 01.09. – 30.09.2014 (50 % Nachlass): 7 Nächte in einem Ocean View Deluxe Room e ab **1.172 € p. P.** inkl. HP und Transfer ab / bis Flughafen



Lounge-Atmosphäre: In den neuen Räumlichkeiten an der Alster lassen sich Reisen bequem planen.

Seychellen:

New Emerald Cove
vom 01.10. – 31.10.2014 (10 % Nachlass): 7 Nächte in einem Standard Room Sea Side ab **1.016 € p. P.** inkl. ÜF und Transfer ab / bis Flughafen Mahé

Hilton Labriz
vom 01.09. – 30.09.2014 (45 % Nachlass): 7 Nächte in einer King Garden Villa ab **1.229 € p. P.** inkl. HP und Transfer ab / bis Flughafen Mahé

Constance Lemuria
vom 01.10. – 31.10.2014 (30 % Nachlass): 7 Nächte in einer Junior Suite ab **2.154 € p. P.** inkl. HP und Transfer ab / bis Flughafen Mahé

Luxusresorts an exotischen Plätzen gibt es im aktuellen Reisebuch.

Ob als grüne Oase oder Sonnendeck: Die Deutschen lieben ihre Balkone.

Foto: IZB/immowelt.de

57% der Deutschen haben einen **Balkon**

Die Mehrheit der Deutschen lebt in einer **Wohnung mit Balkon**, jeder Siebte nutzt ihn allerdings nicht. Das zeigt eine repräsentative Studie von immowelt.de. 55 Prozent derjenigen, die keinen Balkon haben, sind damit zufrieden

Fortsetzung auf Seite 42

Zentral im grünen Volksdorf oder direkt am Alsterlauf in Duvenstedt:

Großzügige Eigentumswohnungen

Wie möchten Sie lieber wohnen?

Mitten im grünen Volksdorf in aller Ruhe und doch nahe an der U-Bahn zur Hamburger City?

www.krampengrund19a.de

Oder auf einem wunderbaren Hanggrundstück mit eigenem Anleger am Alsterlauf in der Nähe vom Duvenstedter Brook, von Reitställen und Golfplätzen?

www.alsterallee11.de

In diesen beiden Top-Lagen bieten wir Ihnen exklusive Wohnungen mit einer hochwertigen Ausstattung.
Von ca. 80 bis 210 m² ab 294.320,- €, zzgl. 6,25% Käuferprovision.

Telefon: 04102 / 6 95 87 57

An der Reitbahn 5
22629 Ahrensburg
info@aik-immo.de

aik Ahrensburger Immobilienkontor

Er muss nicht groß sein, um Urlaubsfeeling zu spenden: 85% der Balkonbesitzer nutzen ihn regelmäßig.

Fortsetzung von Seite 41

Grillen, Sonnenbaden, Cocktails schlürfen – mit einem Balkon lassen sich die Vorzüge des Sommers auch zu Hause perfekt genießen, zumindest von 57 Prozent der Deutschen. Sie können sich glücklich schätzen, in einer Wohnung mit Balkon zu leben. Kein Wunder, dass die große Mehrheit von ihnen (85 Prozent) dort auch regelmäßig die Freizeit verbringt. Das ergibt eine aktuelle Studie von immowelt.de, einem der führenden Immobilienportale.

In mehr als jeder siebten Wohnung (15 Prozent) bleibt der Balkon hingegen zumeist ungenutzt und das obwohl Wohnungen mit Balkon in der Regel teurer sind, Mietwohnungen um 6 Prozent. Die Gründe dafür sind vielfältig: Entweder ist der Balkon zu klein, zu schattig oder die Aussicht, zum Beispiel auf eine viel befahrene Straße, lädt nicht zum Entspannen ein. Viele Deutsche schreckt auch die Vorstellung ab, dort vermeintlich auf dem Präsentierteller zu sitzen. Sie möchten nicht beim Sonnen im Bikini von ihren Nachbarn beobachtet werden.

Balkon, nein danke!

Bei 43 Prozent der Deutschen sucht man hingegen vergeblich nach einem Balkon. Sie müssen sich zum Sonne tanken eine Alternative suchen. Die Mehrheit (55 Prozent) von ihnen hat sich bei der Wohnungssuche allerdings bewusst gegen einen Austritt ins Freie entschieden. Sie verzichten auf die Vorzüge eines Balkons und investieren das Geld lieber in eine größere Wohnung.

Für die repräsentative Studie „Wohnen und Leben 2014“ wurden im Auftrag von immowelt.de 1.015 Personen befragt.

BREIHOLDT UND WULFF
Immobilien

1. Wunderschöne, helle 4-Zimmer-Wohnung mit großem Balkon in Blankenese
ca.128 m² Wohnfläche, 4 Zimmer, 2 Bäder, schöne, moderne EBK, großer Balkon, Garage, verfügbar ab 01.11.2014, € 2.240,00 inkl. NK, Bedarfsausw.: 59,00 kWh (m²*a), Gas, Bj. 2008

2. Meiendorf - Sehr gepflegtes Reihenhaus mit wunderschönem Garten
375 m² Grundstück, 122 m² Wohnfläche, 4 Zimmer, schöne EBK, SW-Terrasse, Garage, verfügbar ab März 2015, € 349.000,00

3. Großzügiges Endreihenhaus in den Walddörfern
390 m² Grundstück, 145 m² Wohnfläche, 5 Zimmer, ausgebauter Dachboden, Garage, SW-Terrasse, verfügbar ab sofort, € 340.000,00, Bedarfsausw.: 187,7 kWh (m²*a), Fernwärme, Bj. 1969

4. Großhansdorf - TOP-Zustand - große Doppelhaushälfte in ruhiger Wohnlage mit sonnigem, eingewachsenem Grundstück
Ca. 844 m² Grundstück, ca. 147 m² Wohnfläche, 5 Zimmer, 3 Bäder, ausgebauter (Wohn-) Keller, Carport, umfangreiche Modernisierungen, verfügbar Ende 2014 oder nach Absprache, € 369.000,00, Verbr.-ausw.: 145,5 KWh (m²*a), Gas, Bj. 1959

Breiholdt & Wulff GbR
Alice Völcker • Claudia Wulff
Hummelsbütteler Landstraße 100
22339 Hamburg
Tel: +49 40 870 90 480 • Fax: + 49 40 870 90 481
E-Mail: info@breiholdt-wulff.de • Internet: www.breiholdt-wulff.de

Grafike: LBS/Tomicek

Gehört ein unterirdischer Öltank noch zum Grundstück, auch wenn er in Nachbars Garten ist? Die Frage wurde vor Gericht geklärt!

Der **Öltank** im Garten...

Das Alster-Magazin stellt in lockerer Reihenfolge interessante **Gerichtsurteile rund um die Immobilie** vor. Diesmal: Wem gehört der Öltank unter dem Nachbargrundstück?

Normalerweise sollte es keine Frage sein, dass der Öltank – rechtlich gesehen – ein fester Bestandteil einer Immobilie ist. Das ist schon deswegen so, weil er häufig in den Kellerräumen des Hauses eingebaut ist. Doch was ist eigentlich davon zu halten, wenn der Öltank in einiger Entfernung zum Anwesen im Garten vergraben ist? Mit diesem Problem mussten sich die höchsten deutschen Richter befassen. Der Hintergrund: Nach einer Grundstücksteilung befand sich der nicht mehr genutzte Tank plötzlich auf einem fremden Anwesen. Die neuen Eigentümer drängten auf dessen Entfernung durch den ursprünglichen Eigentümer, denn der Tank sei trotzdem noch ein Bestandteil der Immobilie. So lautete nach Information des Infodienstes Recht und Steuern der LBS denn auch das abschließende Gerichtsurteil in dieser Sache. Der Kläger könne „sein Grundstück in dem Bereich, in dem der Öltank vergraben ist, nicht mehr nach Belieben nutzen". Deswegen müsse der beklagte Alteigentümer für die Entsorgung aufkommen. (Bundesgerichtshof, Aktenzeichen V ZR 263/11)

ANZEIGEN-SPEZIAL

Immobilien? Claudia Wulff (l.) und Alice Völcker kennen sich aus.

„**IRGENDWANN** KOMMT JEDER GERN NACH HAUS."

Wie finde ich das richtige Haus? Was ist meine Immobilie eigentlich wert? Soll ich kaufen statt mieten? Bei diesen und vielen anderen Fragen stehen Alice Völcker und Claudia Wulff von **Breiholdt & Wulff GbR** Ihnen gerne zur Seite. Spezialisiert auf die Beratung und Abwicklung rund um Ihre Immobilie, von der Bewertung und dem Verkauf bis hin zur fachgerechten Planung in jeglichen Angelegenheiten, sind sie Ihre Ansprechpartnerinnen. Abläufe sollen bequem und effizient gestaltet werden – individuelle Betreuung der Kunden ist bei Breiholdt & Wulff essenziell. Mit Erfahrungen in verschiedenen Immobilienbereichen erwartet Sie fachlich fundierte Beratung und Betreuung. Breiholdt & Wulff GbR erreichen Sie für weitere Informationen persönlich in der Hummelsbütteler Landstraße 100, telefonisch unter **87090480** oder im Internet unter **www.breiholdt-wulff.de**.

Hausverwaltung HGU

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

Abteistraße 34, 20149 Hamburg, Tel. 040 37 86 00 65, hgu@hgu.de
www.hausverwaltung-hgu.de

Grossmann & Berger

Wir schätzen, was Sie besitzen!

Sie denken daran, Ihre Immobilie zu verkaufen? Dann sprechen Sie uns gern an. Mit langjähriger Erfahrung und umfassender Marktkenntnis erstellen wir Ihnen unverbindlich eine Wertanalyse und begleiten Sie durch den Verkaufsprozess.

Unsere Spezialisten vor Ort beraten Sie gern!

Grossmann & Berger macht. Ihr neues Zuhause.

Shop Eppendorf | Eppendorfer Baum 1, 20249 Hamburg

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

MARKISEN DROSTE: **NEUE ADRESSE!**

Filialenwechsel: Markisen Droste befindet sich jetzt am Eppendorfer Weg 260!

Markisen Droste Sonnenschutzsysteme GmbH – der Meister-Handwerks- und Innungsbetrieb mit drei Standorten in der Hansestadt, ist in seiner jahrzehntelangen Erfolgsgeschichte eine Institution in Hamburg geworden. In Eppendorf wird der Geschichte ein Kapitel hinzugefügt: Nach 28 Jahren zog man im Frühjahr dieses Jahres vom Eppendorfer Weg 266 in die Hausnummer 260. Dort können Kunden auf einer größeren und noch schöneren Präsentationsfläche die modernsten Produkte bestaunen – aus den Bereichen Markisen, Rollläden, Jalousien, Plissees, Flächenvorhänge, Sicht- und Sonnenschutz jeglicher Art für den Innen- und Außenbereich und Markisentücher der neuesten Generation. Außerdem ist und bleibt Markisen Droste kompetenter Partner im Bereich intelligente und automatische Steuerungstechnik, inklusive Funk. Weiterhin werden Sie im Bereich Lichtschachtabdeckungen sowie Pollen- und Insektenschutz beraten. Von Aufmaß und Planung bis zur gebrauchsfertigen Endmontage – alles aus einer Hand. Auch Service, Wartungen, Reparaturen und Umrüstungen älterer Anlagen gehören zum Tagesgeschäft. Natürlich wird auch gern die Neubespannung Ihrer vorhandenen Markise vorgenommen. Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin. Mehr Infos unter **Tel. 300 607 0** und **www.markisen-droste.de**!

Umgezogen: In den neuen Präsentations-Räumen steht Markisen Droste viel mehr Platz zur Verfügung. So kommt das breit gefächerte Angebot voll zur Geltung!

KULTIGE LAND-MESSE

Natur schön erleben: das ermöglichen Land- und Gartenmessen!

Die Lust aufs Landleben ist ungebrochen – vor allem die Sehnsucht nach frischer Natur, endloser Weite und selbstangebautem Gemüse. Das und noch einiges mehr bietet die **Messe „Landlust“** am Gutshof und im „Pferdestall“, Am Gutshof 1, in Ammersbek am **30. und 31. August**. (Öffnungszeiten: Sa., 12-20 Uhr / So., 10-18 Uhr). Rund 100 Aussteller präsentieren Dekorationen und Möbel für Terrasse und Garten sowie Pflanzen, Kunsthandwerk, Mode, Freizeit und kulinarische Spezialitäten und Leckereien. Abgerundet wird das Event mit einem Unterhaltungsprogramm, in dem u.a. die „Golden Sugar Birds” und die „Folk Rovers“ für musikalische Akzente sorgen. Eintritt: 4 €/Kinder: frei (Parkplätze kostenlos). *am*

MIT HYPNOSE DIE EIGENE MITTE FINDEN

Wie stressig das Leben sein kann, lässt sich täglich in der Innenstadt erleben: Morgens geht es hektisch ins Büro, mittags schnell etwas essen und abends gilt es dann im Stau die Nerven zu behalten. Kein Wunder, dass immer mehr Menschen mit Gewichtsproblemen, Schlafstörungen oder Angstsymptomen zu kämpfen haben. Abhilfe kommt nun ausgerechnet aus einem Zentrum des quirligen Hamburger Lebens – in Form der neuen Hypnose- und Mental-Coaching-Praxis **Team Wagner** im Hanse-Viertel. „Ich habe den Standort bewusst gewählt, um Interessenten den Zugang zur Hypnose leichter zu machen“, sagt Ilka Wagner-Lundström, Hypnose-Master und Leiterin der Praxis. „Schließlich handelt es sich um eine Technik, die oft verkannt wird – dabei aber besonders hilfreich ist und in kürzester Zeit positive Veränderungen bewirken kann.“ Als Zustand geschärfter Aufmerksamkeit erlaube Hypnose es dem Klienten, auf das eigene Unterbewusstsein zuzugreifen, Blockaden zu lösen und eingeschliffene Verhaltensweisen zu verändern. „Hypnose ist Hilfe zur Selbsthilfe und der Hypnotisierte ist während des ganzen Prozesses bei vollem Bewusstsein. Die Befürchtung, es könne einem etwas eingeredet werden, ist deshalb völlig unbegründet“, so Wagner-Lundström, die auch Psychologische Beraterin und Mental-Coach ist.

Ilka Wagner-Lundström, Hypnose-Master

Weitere Infos und die Möglichkeit Termine zu vereinbaren gibt es unter **Tel. 040 350 85 368** und auf **www.praxis-teamwagner.de.**

Die 21-Tage-Stoffwechselkur von MeridianSpa

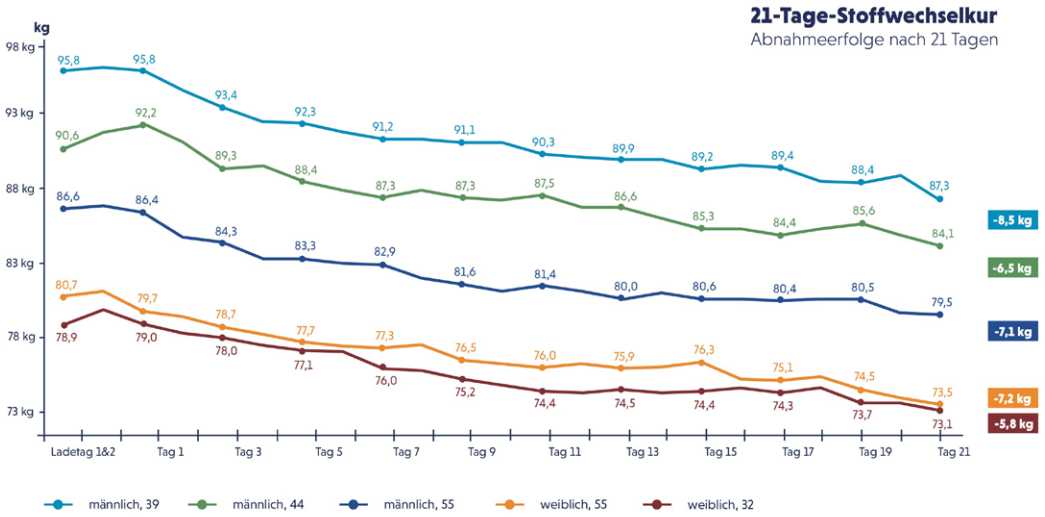
Zielgerichtet an den Problemzonen abnehmen ohne Jo-Jo-Effekt: Die 21-Tage-Stoffwechselkur gehört aktuell zu einem der am schnellsten wachsenden Konzepte. MeridianSpa bietet die Kur in Kombination einer 2-monatigen Kurzmitgliedschaft nun auch Nicht-Mitgliedern an.

Foto: Yuri Arcurs/Hemera/Thinkstock

Topangebot für eine Topfigur: Die 21-Tage-Stoffwechselkur – das Abnehmprogramm der Promis – gibt es jetzt auch im MeridianSpa.

Die 21-Tage-Stoffwechselkur ist nicht neu, schon vor 50 Jahren legte der britische Arzt Dr. A. T. W. Simmeons mit seinen Forschungen den Grundstein für eine Neuprogrammierung des Stoffwechsels, um gezielt und langfristig abzunehmen. Zurzeit erlebt diese erfolgsversprechende Stoffwechselkur eine Renaissance und so hat sich MeridianSpa als Premium-Anbieter der Fitness- und Wellnessbranche ausgiebig mit dem Thema beschäftigt und Mitarbeiter die Kur testen lassen. Nach sehr guten Erfolgen wurde die 21-Tage-Stoffwechselkur Mitte Juni in das Angebot aufgenommen und innerhalb kürzester Zeit von über 150 Mitgliedern durchgeführt. Die Kur basiert auf den vier Grundbausteinen: Ernährung, homöopathische Globuli, Premium-Vitalstoffe und moderates Training. Ziel ist es, den Stoffwechsel zu aktiveren und neu zu programmieren, damit kein Jo-Jo-Effekt nach der Gewichtsabnahme auftritt. Diese Neuprogrammierung (auch Reset genannt) des Set-Points wird durch eine 21-tägige, niedrigkalorische Diät und eine anschließende Stabilisierungsphase, die ebenfalls 21 Tage dauert, erreicht. Durch die Kur können besonders hartnäckige Depotfette an Bauch, Hüften und Oberschenkeln abgebaut werden. Zusätzlich werden Premium-Vitalstoffe eingenommen, die den Reset des Stoffwechsels unterstützen und Mangelerscheinungen während der Kur verhindern. Hier hat MeridianSpa mit vitamin.one einen erfahrenen Partner an der Seite. Der Hamburger Lieferant für hochwertige Vital- und Nährstoffe hat zusammen mit MeridianSpa ein exakt auf die 21-Tage-Stoffwechselkur abgestimmtes Premium-Vitalstoffpaket zusammengestellt.

„Nur wenn ich selbst von etwas überzeugt bin, kann ich es guten Gewissens auch weiterempfehlen“, sagt Leo Eckstein, geschäftsführender Gesellschafter der MeridianSpa Deutschland GmbH. Aus diesem Grund haben er und weitere Mitarbeiter die Kur selbst ausprobiert, um Erfahrungen am „eigenen Leib“ zu machen. Und die Erfolge können sich sehen lassen. Die 21-Tage-Stoffwechselkur, die auch im Alltag problemlos durchzuführen ist, wird in allen MeridianSpa inklusive umfassender Beratung und individuellem Trainingsplan angeboten. Nicht-Mitglieder können ebenfalls im Rahmen einer speziellen Kurzmitgliedschaft an diesem Programm teilnehmen. Selbstverständlich besteht auch die Möglichkeit, die Kur selbstständig und ohne Betreuung durchzuführen. In diesem Fall unterstützt ein Begleitheft.



Kostenlose Infoabende zur 21-Tage-Stoffwechselkur:

MeridianSpa Wandsbek:
Di., 26.08., 19.00 Uhr
MeridianSpa Eppendorf:
Mi., 27.08., 19.00 Uhr
MeridianSpa Alstertal:
Di., 02.09., 19.00 Uhr
MeridianSpa City:
Di., 30.09., 19.00 Uhr

Weitere Infos erhalten Sie direkt im MeridianSpa, unter 040/65 89-0 oder auf **www.meridianvital.de.**

10 Jahre Audi Zentrum

Im Mai 2004 eröffnete das **Audi Zentrum Hamburg** an der Kollaustraße. Wir sprachen mit dessen Geschäftsführer **Jürgen Deforth** über 10 Jahre in Hamburg.

Alster-Magazin: ***Können Sie die 10 Jahre in einem Satz zusammenfassen?***
Jürgen Deforth: Sogar in zwei Worten: Erfolg und Wachstum. Denn die Mitarbeiteranzahl ist von 200 auf 270 gestiegen und das Geschäftsvolumen erheblich gewachsen. Messbar unter anderem in der gestiegenen Zahl an Werkstattstunden, die wir im Hamburger Markt verkaufen konnten – 2005 waren es 26.550 und 2013 68.000! Dieser rasante Anstieg war in 2004 natürlich nicht absehbar, erfreut mich aber umso mehr. Er gibt dem damaligen Schritt Recht, denn die Eröffnung sollte im Rahmen des sogenannten Metropolenkonzepts einen Leuchtturmbetrieb schaffen. Ähnlich der heute üblichen Flagshipstores, die dem Kunden eine Marke CI-gerecht erlebbar machen und präsentieren!
Also ist das Konzept aufgegangen?
Auf jeden Fall, denn die aktuellen 9 % Prozent Marktanteil von Audi in Hamburg – daran tragen Autohäuser wie Wichert und Tiedke natürlich ihren Anteil –, sind groß im Vergleich zu anderen Städten in Deutschland! Die Präsenz der Marke hat sich stark verbessert. Auch dank zweier weiterer Vollfunktionsbetriebe am Rugenbarg und in Ahrensburg sowie zweier spezialisierter Gebrauchtwagenbetriebe am Nedderfeld und ebenfalls in Ahrensburg.
Gibt es Aktionen zum Jubiläum?
Ja. Wir werden es mit unseren Mitarbeitern feiern. Auf ein großes Fest für die Allgemeinheit haben wir zugunsten unserer Kunden verzichtet. Stattdessen haben wir für sie die Aktion „Eine Rate. Alles drin!“ initiiert. Für die haben wir gemeinsam mit dem Volkswagen-Versicherungsdienst ein günstiges Paket geschnürt, das einen Gebrauchtwagen inkl. Steuern und Versicherung umfasst. Erstmals nicht modellspezifisch, denn das günstige Angebot lässt sich für alle von uns angebotenen Gebrauchtwagen anwenden! **Infos unter Tel. 548000 und www.audizentrum-hamburg.de**

War in der Funktion Gesamtvertriebsleiter Region Nord bei der Eröffnung vor 10 Jahren dabei und ist seit 2010 Geschäftsführer des Audi Zentrums Hamburg: Jürgen Deforth.

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

Malen lernen,Öl & Acryl - Balance, Farbe, Freude in Ihr Leben zaubern... Einzelunterricht, ideal bei wechselnder Arbeitszeit. Kurs 150,-€, inkl. Mat. **Tel.68919924** R. Lappe, **www.malen-hamburg.de**

Modernes Regal, Wellenform, schwarz, für Bücher, CD usw. B 134, H 40 T 26 cm, neuw., 10 Euro. Brandenburger Tor, 200g, vergoldete Gedenkmünze, 7 Euro. Pins, über 1.400 verschiedene, ab 30 Cent. Gedenkmünze, H. Precht, 1852-1924, neuw. 8 Euro. **Tel.: 528 14 77**

Griffelkunst, Mappenwerke, Grafiken, Gemälde, Bronzen, Antikes, etc. kauft sofort: **Tel.: 040-45 61 39**

Hochwertige Kinder-Gitarre (ab 6 Jahre), schöner Klang, Klangstäbe Sonor, Resonanzkasten aus Kunststoff, Klangplatte rechteckig, Bachmann Festival Klavier, nussbraun zu verkaufen. **Tel.: 0151 20 45 14 67**

Blutgruppen GenoTyp-Ernährung, für ein starkes Immunsystem und zur Gewichtsregulierung Ernährung nach dem genetischen Profil. **www.rena-kuban.de Tel. 040 40 65 53**

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

Suche gut erhaltenen Vitrinenschrank, bis 1.20 m breit und ca. 2.00 m hoch und 40 cm tief. **Tel. mobil 0176 - 50 14 99 02**

HORST JANSSEN – Sammler sucht Bücher und Bilder, Briefe und Skizzen. Bitte alles anbieten. **Tel.: 251 26 59**

Wir suchen kontaktfreudige Menschen mit guten Umgangsformen und selbstbewusstem Auftreten für eine Tätigkeit im Aussendienst (kein Verkauf). Wir bieten eine feste Einarbeitungsvergütung und die Sicherheit eines grossen Unternehmens.
Neugierig? Tel.:040/35585580

IMPRESSUM

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

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

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

Verteilung/Vertrieb
040 / 538 34 52

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

Media-Berater/innen, Direktwahl:
Gabriele Bergerhausen (Poppenbüttel, Haspa), Tel. 538 930-55; Jutta Brandes (AEZ, Hummelsbüttel), Tel. 538 930-50; Marc Brando (Luxury), Tel.538930-63; Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538 930-0; Jürgen Klähn (Rotherbaum, Pöseldorf und Harvestehude), Tel. 538 930-18; Annegret Linke (Winterhude), Tel. 538 930-67; Sabine Merbach (AEZ), Tel. 538930-17; Sabine Meyerrose (Sasel), Tel. 538 930-52; Simone Niklaus (Wellingsbüttel, Duvenstedt und Lemsahl-Mellingstedt), Tel. 538930-14; Michael Oeser (HAMBURG WOMAN), Tel. 3808 3600; Andreas Rohloff (Autohäuser), Tel. 538 930-51; Barbara Suhr (Makler/Immobilienwirtschaft), Tel. 538930-54; Helmuth Wegner (Volksdorf, Hamburger Meile, Fuhlsbüttel), Tel.: 538 930-56, Gabriele Gödicke (Eppendorf), Tel.: 538 930-53

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

Fax: 040 / 538 9 30 11

Verlagsanschrift: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg; Mail: redaktion@alster-net.de, anzeigen@alster-net.de | **Herausgeber/Verleger:** Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.) **Chefredakteur:** Kai Wehl | **Stellv. Chefredakteur**: Christian Luscher | **Redaktion:** Daniel Johnson, Christiane Kaufholt, Anna-Maria Koy | **Produktion/Anz.-Disponentin:** Carmen Garrot, Birgit Schümann **Buchhaltung:** Carmen Garrot | **Chefgrafiker:** René Kriese | **Grafik:** Juliane Duczmal, David Nagel, Luka Plepp, Niklas Brüning | **Titelgestaltung:** René Kriese **EDV- und DTP-Beratung:** IT-Service Thilo Noack | **Druck:** Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel | **Vertrieb:** Sandra Schmelter-Haun, Magazin Verlag Hamburg, Eigenvertrieb

© 2014 Magazin Verlag Hamburg.
Das Alster-Magazin wird kostenlos an Haushalte verteilt und liegt zusätzlich **in ausgewählten Geschäften für Sie bereit**

Wohin hätten Sie es gerne?

Viele Hamburger wollen ihr ALSTER-MAGAZIN als Printausgabe in Ihrem Briefkasten haben. Gerne, machen wir. Steht allerdings dran: „Keine Werbung!“ stellen wir nicht zu.

Viele Hamburger beschweren sich über volle Briefkästen am Haus. Denen stellen wir das ALSTER-MAGAZIN online zu. In ihren elektronischen Briefkasten. Als charmantes ePaper!

Hier kostenlos online bestellen:

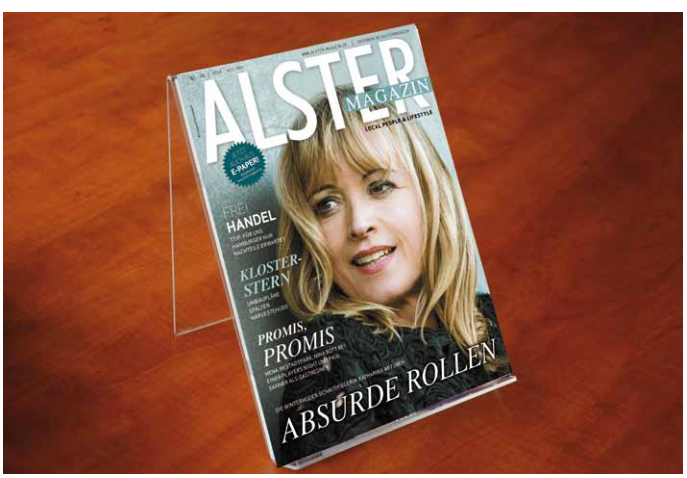
Einfach auf **www.alsterdeal.de** gehen
und auf Alster-Magazin klicken. Oder scannen Sie einfach den QR-Code mit Ihrem Smartphone ➤➤➤

Hier finden Sie über 1000 ALSTER-MAGAZIN Sharepoints!

Bei diesen freundlichen Partnern erhalten Sie das **ALSTER-MAGAZIN**. Dort stehen die Hefte teils in schicken Displays in ausreichender Menge zum Mitnehmen, falls Sie das Magazin **nicht** schon in Ihrem Briefkasten über unsere **Haushaltsverteilung** gefunden haben.

Und damit Sie alle Sharepoints **sofort** finden, haben wir sie nach **Straßen sortiert**. Suchen Sie genau dort, wo **Sie wohnen** oder **arbeiten! Toll!** In weiteren **1.200 Geschäften** rund um die Alster gibt es auch das **Alster-Magazin in kleinerer Stückzahl**.

ABC-Straße Nr.44 Shalimar, The Indian Restaurant;
Alsterdorfer Markt Nr.6 Tabak-Börse, Zeitschriften etc.; Nr.8 Apotheke am Alsterdorfer Markt, Homöopathie,Kosmetik; Nr.8 Edeka aktiv Markt, Lebensmittel; Nr.10 Textilreinigung; Nr.10 alsterarbeitgGmbH, Second Hand Shop; Nr.10 flore pleno, Floristik und Wohnambiente; Nr.10 Selami`s Dönerhaus, Döner Imbiss; Nr.12 infostudio; Nr.14 Kesselhaus, Restaurant; Nr.18 Eiscafé il Gelato, Eisdiele;
Alsterdorfer Straße Nr.2 Kleiderbad Winterhude, Reinigung; Nr.6 Rinas, Textilpflege; Nr.10 Salatperle, Imbiss; Nr.20 Sportsbar, Wirtschaft; Nr.30 Th.Kümper, Uhren; Nr.48 Cafe Galao, Portugiesische Spezialitäten; Nr.48 Kirat, Asia Imbiss; Nr.56 Betten-Remstedt, Bettenfachgeschäft; Nr.60 Hanse-Antik; Nr.70 Peter Warnecke, Sanitärtechnik; Nr.76 ARIN, Mode-Design; Nr.84 a Reimers & Weber hairstyle; Nr.84 a Cafe MAY; Nr.86 Alexandre Rodrigues; Nr.90 Back-Shop, Steh-Cafe; Nr.90 Alster-Grill-Eck; Nr.254 Zoo-Markt Alsterdorf; Nr.258 a little fun, Kinderspielzeug; Nr.260 Perfect Nails, Nageldesign; Nr.274 Alexandros; Nr.286 SEHKRAFT Optik in Alsterdorf, Optiker; Nr.288 Roxie, Restaurant/Café; Nr.290 Asian Imbiss Seoul, Asia-Imbiss; Nr.292 Konditorei Fastert, Konditorei; Nr.7 Wein-Michel, Wirtschaft; Nr.7 Schanzen-Bäckerei; Nr.9 Bode, Hörakustik; Nr.11 Fischfeinkost; Nr.13 Cuisinette, Delikatessen; Nr.13 Blumengeschäft; Nr.15 Echtzeit Studio, Cafe-Galerie; Nr.17 Effenberger, Bäckerei; Nr.29 Sauberland, Reinigung; Nr.29 Bagno, Bäder-Accessoires; Nr.31 Stahn, Euronics; Nr.35 Today, Restaurant; Nr.35 Alsterdorfer Fruchthaus; Nr.35 Blende 11, Foto etc.; Nr.37 Russell`s, Cafe Bar; Nr.41 H. Wolf, Alles vom Lande; Nr.61 Bäckerei Boldt; Nr.61 H. Lüschen, Obst+Gemüse; Nr.69 a Königskinder, Friseur; Nr. 79 Second Style; Nr.79 Croquerie; Nr.85 Echt Asien, Sushi Restaurant; Nr.103 Mass-Schneiderei; Nr.253 Alsterdorfer Hosenmatz, Kinderladen Second Hand; Nr.263 Friseursalon Mojjan, Friseur; Nr.271 Sprungfeder, Raumaustattung; Nr.277 Änderungssofortdienst, Änderungsschneiderei; Nr.281 a Blumen Exotica, Blumen; Nr.283 Inger Moden, Mode;
Badestraße Nr.4 Österia Due, Restaurant;
Ballindamm Nr.25 Trachtendiele GmbH; Nr.40 Die Ballkönigin, Abendmode & Schneiderei; Nr. 40 Touch Jewelry, Schmuck;
Ballindamm Europapassage Nr.40 funke-ticket, Ticket Shop; Kult; L' Italiana Gelateria, Eispalast GmbH; TE Hamburg, Textilhandels GmbH; Kodak Express; Elkline GmbH, Mode; E-Plus Retail GmbH; Stofftiergarten; Udo Lindenberg & More, Watentowski Galerien; Wiener Kaffeehaus Julius Meinl; Se7en Oceans Hamburg; Vodafon; Steiff Kids Fashion & more GmbH; Levi`s Store; Harley Davidson Fashion Hamburg; Meinecke´s Barbershop; Yin & Yang, Restaurant & Bar;
Barmbeker Straße Nr.38, Dat Backhus; Nr.148 Oräx-Tinter, Drucker-Toner; Nr.148 Artefakt, Schuhe; Nr.150 Arizona, Steakhouse; Nr.152 C&M, Friseure; Nr.152 Videopalast, Videos; Nr.158 Budenhagen, Euronics; Nr.45 Haspa; Nr.47 Arno Sierck, Lotto-Toto-Oddset; Nr.55 Goldbek Apotheke; Nr.153 REBIKE, Schnell Reparatur Service; Nr.153 Tauchen-Hamburg, Taucherartikel; Nr.167 Jay Tis, Steakhouse; Nr.169 Dat Backhus, Bäckerei; Nr.177 Kaffee mit Geschmack; Nr.177 Schuh/Schlüsseldienst; Nr.179 Bravo, Reinigung; Nr.181 Wein-Gesing, Weine; Nr.181 Storling -Fashion, Second Hand Mode; Nr.181 Bauelemente Galerie; Nr.187 modern nails; Nr.189 Die Lakritzerie;
Bleichenhof Passage Kryolan City Hamburg, Professional Make-up; Cafe Ole, Bar u. Restaurant; Shoes, Schuhe aus Ungarn u. Italien;
Borgweg Nr.5 Picobello, Reinigung – Schneiderei; Nr.7 Podologie Praxis Rimkus; Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrabi; Nr.11 a Nur Hier;
Brandsende Nr.7 Biffar;
Brooktorkai Nr.6 Airlux Showroom;
Cäcilienstraße Nr.2 Tafelberg, Restaurant;
Colonnaden Nr.22 Weinhandlung Brodthage; Nr.36 abrahams ambiente; Nr.46 Schattschneider, Sanitätshaus; Nr.70 HPS Porzellanmalerei; Nr.96 Sabine Wiedenhaus, Mode; Nr.108 Papier u. Feder; Nr.15 games workshop;
Dorotheenstraße Nr.48 Hotel Cristobal, Hotel; Nr.54 Schewel, Modeatelier; Nr.54 Haar Pur, Friseur; Nr.54 La Figlia, Ital. Restaurant; Nr.78 Gemeinschaftspraxis Wolf, Thiel, Zahnärzte; Nr.102 Haspa; Nr.108 Rothaus, Möbel; Nr.112 Schanzen-Bäckerei, Bäckerei; Nr.116 Kaya, Feinkost; Nr.116 Stadtbäckerei, Bäckerei; Nr.116 Schumacher; Nr.128 Blumen; Nr.132 DerMaßschuh, Schuhe; Nr.134 BHB, Hockey; Nr.134 P.Matzen, FS-Radio; Nr.136 Änderungs-Dienst; Nr.138 Zeitschriften; Nr.138 Tabak-Lotto, Sh. Pourkazemi; Nr.140 Call a Pizza, Restaurant; Nr.144 Kirschner, Restaurant; Nr.174 Charade, Bistro; Nr.176 Schönes & Nützliches; Nr.182 IL Gelato, Eiscafe; Nr.182 a La Strada, Restaurant; Nr.182 Couture 182, Mode; Nr.184 ann idstein, Deko; Nr.184 Herzkammer, Schencken+Wohnen; Nr.184 Nur Hier, Bäckerei; Nr.184 a Zellmanns, Weinmarkt; Nr.184 a Winterhuder Kindersalon, Kindermode; Nr.188 Mode-Cafe; Nr.188 Fromage Francaise, Käse; Nr.188 envy fashion; Nr.188 Ky Lam, Asia Restaurant; Nr.190 Dorotheen Eck, Restaurant; Nr.190 Thasos, Grill Imbiss; Nr.35 Restaurante La Bruchetta, Restaurant; Nr.57 Block House, Restaurant; Nr.95 Reitenbach, hair and make-up; Nr.97 a Trattoria Rosati, Restaurant; Nr.99 Frozen-Yoghurt Welt; Nr.109 alia, Wellness; Nr.113 Dorotheen-Apotheke, Apotheke; Nr.121 St.Johannis Apotheke; Nr.159 Babette Becher, Floristik; Nr.161 Ihre Reinigung;
EKZ Nedderfeld Star Car, Autovermietung; Ernstings-Family, Kleidung; Mc Paper; Budnikowsky; ISS-Gut! gutbürgerlich, Restaurant; 1.Etage: Klinck, Friseur; 1.Etage: Nailys; 1.Etage: 70 Sonnenklar.TV Partner, Reisewelt Hamburg; 1.Etage: Sparda Bank; 1.Etage: New Nails, Nagelstudio; 1.Etage: Bistro Florenz, Eisladen; 1.Etage. Oliver Grey, Schuhe;
Eppendorfer Baum Nr.4 Früchte Gleitzmann, Feine Früchte – Feines Gemüse; Nr.6 Marc O`Polo, Mode; Nr.8 Classico Women, Mode; Nr.12 Meister Parfumerie seit 1888; Nr.14 Meissler & Co Immobilien; Nr.16 P. Eisenherz, Kindermode; Nr.16 Labels for Less, Mode; Nr.18 Lühr Optik; Nr.18 Struve Lederwaren & Gepäck; Nr.20 engelke, Pasta-Olio-Vino; Nr.22 Maral, Restaurant & Cafe; Nr.22 von Allwörden, Backwaren; Nr.24 World Coffee, Restaurant; Nr.24 O2 Partner Shop; Nr.32 RiekhofGalerie, Parfümerie Eppendorf; Nr.32 Lejaby Palmers Rosurel, Wäsche; Nr.34 Pyjama Royal, Wäsche; Nr.34 Broterbe Gaues; Nr.34 mobilejoker.de; Nr.34 catwalk Hamburg; Nr.38 Burrateria Eva Lierhaus, Restaurant; Nr.42 Paulina expect in style, Umstandsmode; Nr.44 four; Nr.5 HAGEL The Hair Company, Friseur; Nr.7 JF Flebbe GmbH, Männermode; Nr.9 Glenfield, Fine Knitwear; Nr.9 Pura Vida, Schmuck; Nr.11 Optik Martin Carl, Optiker; Nr.11 AUST, Collezione d'Italia; Nr.11 Quartier 11; Nr.13 Lienau hat das Zeug z.Spielen, Spielwaren; Nr.19 Willi Decker, Frisuren; Nr.31 Peter Polzer, Friseur; Nr.31 Bettenhaus Bürger; Nr.43 Tee-Handels-Kontor Bremen; Nr.43 Vodafone Shop Eppendorf; Nr.47 Back-Werk;
Eppendorfer Landstraße Nr.2 Haspa, Bank; Nr.4 Blumenhaus Radau, Blumen; Nr.6 Gandhi, Indisches Restaurant; Nr.32 Wolffheim&Wolffheim, Immobilien; Nr.36 Morellino, Restaurant; Nr.36 Locke, Friseur; Nr.54 Petite Gourmande, Confiserie; Nr.54 Van Laack, Mode; Nr.56 Das Buch, Buchhandlung; Nr.56 Augenblick, Optiker; Nr.58 Happy Heels, Schuhmacherei; Nr.58 Ihr Sonnenstudio, Sonnenstudio; Nr.58 Gigis, Accessoires; Nr.70 Deutsche Bank, Bank; Nr.74 Ristorante da Franco, Restaurant; Nr.74 Immobilien Kontor, Immobilien; Nr.76 Anneli Rieck, Goldschmiede; Nr.80 Schlüsselzentrum, Schlüssel; Nr.80 Terzozentrum Hamburg, Hörgeräte; Nr.84 Lampen Wetter, Lampen; Nr.84 Apotheke, Apotheke; Nr.86 Optik Köpke, Optiker; Nr.86 Haspa, Bank; Nr.88 Konditorei Lindner, Konditorei; Nr.90 Frucht-Haus Duntas, Obst und Gemüse; Nr.92 top o top, Damenbekleidung; Nr.92 Thor Straten, Juwelier; Nr.96 Tabakwaren Presse; Nr.100 Balzac Coffee, Cafe; Nr.102 Samt & Sonders, Geschenke; Nr.112 Verena Moden, Mode; Nr.112 Klemann Brillen, Brillen; Nr.112 a Friseur Löhndorf, Friseur; Nr.120 Second-Hand, Second-Hand; Nr.130 Thomas Cook, Reisebüro; Nr.130 Grönich Aufpolstern & Beziehen, Holzaufarbeitung; Nr.144 Piazza Mercato, Südl. Spezialitäten; Nr.1 JB Exclusiv, Mode; Nr.5 Shirley Mae, Schuhe; Nr.9 Namenlos, Friseur; Nr.9 Cord Stehr, Weine; Nr.11 Optiker Carl, Optiker; Nr.19 Nygaards, Kinderschuhe; Nr.21 Geers Hörakustik, Hörakustik; Nr.31 Greeni, Cafe/ Restaurant; Nr.39 Loop, Kindermode; Nr.43 Edeka Schlemmermarkt, Supermarkt; Nr.45 Vital-Center Eppendorf, Sanitätshaus; Nr.51 Travel Overland, Reisebüro; Nr.53 Ryf of Switzerland, Coiffeur; Nr.61 Bar Italia, Restaurant&Weinbar; Nr.65 masoud-schuhe, Schuhe; Nr.67 Budnikowski, Drogerie; Nr.101 Dietrich Niesitka, Teppichboden; Nr.121 Stern, Änderungsschneiderei;
Eppendorfer Marktplatz Nr.2 Eppendorfer Eiscafe, Eiscafé; Nr.2 Apotheke a. d. Friedenseiche, Apotheke; Nr.2 BoConcept Hamburg Eppendorf, Einrichtungen/Möbel; Nr.5 Haspa, Bank;
Eppendorfer Weg Nr.168 JLOVES; Nr.170 Gala Atelier, Die Änderungs-Schneiderei; Nr. 176 Dal Fabbro, Winebar; Nr.180 Fischfeinkost Egon Geißen; Nr.210 Ristorante Come Prima; Nr.210 sandro magris, Antipasti; Nr.234 Cafe Leckerei; Nr.240 Café Leckerei; Nr.244 Apotheke am Falkenried; Nr.244 EA Taliano, Antipasti - Pasta - Bar; Nr.244 Trainingsraum, Ems Training; Nr.248 Müller`s Jeans & Interiors; Nr.248 Gantert, Konditorei; Nr.252 RuBios, Bio & Delikatessen; Nr.254 Büning, Creative Wohngestaltung; Nr.256 Camocas, Stoffe & Kleider; Nr. 256 Azzuro,shoes & more; Nr.258 Tabak – Zeitschriften – Lotto, Rainer Lawnizak; Nr.260 Nurhayat Heidekrüger, Gemmologin; Nr.264 Claudia Paulus, Design; Nr.264 Loewen, Gastwirtschaft; Nr.266 Kallensee GmbH, TV-VIDEO-HIFI; Nr.268 moin moin Immobilien; Nr.270 Unzertrennlich essen & trinken; Nr.276 Caprice, Mode; Nr.276 Meersachen e.K.; Nr.280 Ristorante Fezzi; Nr.189 Kosmetik Eppendorf; Nr.189 Lady Perle, Schuhgeschäft; Nr.193 Cafe Brodsky, Russiche Cuisine; Nr.193 CD Bistro; Nr.195 Stadtteilmakler Eimsbüttel; Nr.207 Schritt für Schritt, Mode für Kinder, Kinderschuhe und Mode; Nr.227 Stolle-Pralinen, Confiserie & Chocolaterie; Nr.229 lille synd, trendige mode; Nr.235 Steinberg – the Living room, Geschenke; Nr.237 Cafe Tempo; Nr.245 Gabriele Wiese, Friseure; Nr.249 Obst + Gemüse, Eddy Caliscan; Nr.255 LD Leder Design Hamburg, Shop + Manufaktur; Nr.255 Hebammenpraxis im Kleinen General; Nr.265 Zimmerchen; Nr.269 Eiscafé Dante; Nr.271 Shape Haircutters; Nr.279 Kinderreich, Party und Spiel; Nr.281 42 Plus Second Hand, Designermode ab Gr. 42; Nr.283 Peter Judd, Modeschmuck; Nr.287 Poletto Winebar, Weinstube;
Erikastraße Nr.42 Das Hand und Fuß Team, Hand u. Fußpflege; Nr.44 Lotto, Zeitschriften; Nr.48 petite princesse, Mode, Accessoires; Nr.50 Curry Queen, Imbiss; Nr.50a Hülsen Petit Fisch Bistro, Fischbistro; Nr.58 Käse, Wein und mehr; Nr.66 Wohndecor, Raumaustattung; Nr.70 Primacrema, Feinkost; Nr.43 Bremer TV, Unterhaltungselektronik; Nr.45 Rolf Kappler Einbruchschutz, Schlüssel etc.; Nr.57 Flugbörse, Flüge;
Fährhausstraße Nr. 8 HPM Vermögensverwaltung;
Friedr. Schütter Platz Ernst Deutsch Theater;
Galleria World in Travel, Reisebüro; Bagger&Gehring, Goldschmiede; Linus, hochwertige Herrengarderobe;
Gänsemarkt Passage ELB Fashion Store, Mode; Mercedeh-Shoes; Umkleidekabine, T-Shirt Druck;
Gänsemarkt Parfümerie; Görtz 17; Eiscafe San Remo; Hello Kitty, Mode u. Accessoires; Block House, Restaurant; Super Cut, Friseur; Nr.50 BOBOQ, Drinks; Nr.43 Praxis Dr. Maik und Kirsten Humsi;
Geibelstraße Nr.12 SantaFe,Restaurant, Cockailbar;
Gertigstraße Nr.4 Kartenhaus, Tickets; Nr.20 Smart Sun, Sonnenstudio; Nr.24 Yellow Möbel; Nr.40 RS - Möbel GmbH; Nr.42 Rothaus Möbel; Nr.48 Kiosk 48; Nr.58 Kokon, Fashion & More; Nr.68 Grill Shop Winterhude; Nr.1 Jamka, Textilien; Nr.3 Konditorei Boyens; Nr.11 Deseo, Tapasbar; Nr.17-19 my favorite store, Designermode; Nr.23 C2M, Friseur; Nr.23 Salat Quelle; Nr.25 Georg Kramer, Uhrmachermeister, Juwelier; Nr.25 il Trullo, Pizzeria, Ristorante; Nr.27 Holz connection, Möbel; Nr.27 Thaysen Fashion; Nr.31 halleLuJa ! Schönes für Engel und Bengel; Nr.33 Moucla Moda; Nr.37 Pastelaria Porto, portugisische Spezialitäten; Nr.41 Der Bioladen Winterhude; Nr.59 Bäckerei Daube; Nr.59 einsnulleins, Notebook & Co Service; Nr.61 Mama Trattoria, Ristorante;
Geschw.-Scholl-Straße Nr.6 Mrs. Sporty, Fitness für Frauen;
Goldbekplatz Nr.1 Home & Garden;
Grasweg Nr.2 Ihr Frisör; Nr.9 Änderungsschneiderei Nazari;
Grindelallee Nr.18 Cafe Campus; Nr.32 Spiesserei Speis & Trank; Nr.32 Print- und Copyhaus GmbH; Nr.34 Cafe ´Dilo; Nr.40 Papier & Co., Bürobedarf; Nr.40 Base / E-Plus Shop Uni Hamburg; Nr.44 SHALOM, Israel Bijoux u. Kunstgewerbe; Nr.80 Lavante Deli & Coffeeshop; Nr.80 text & töne, An u. Verkauf von Büchern, CDs & DvDs; Nr.104 a McPaper; Nr.106 Atlantik Apotheke; Nr.106 Eiscafe La Veneziana; Nr.106 Schweden Optik; Nr.110 Vodafone; Nr.114 Pace Coffee, the fairest Coffee; Nr.116 BackWerk; Nr.126 EDEKA aktiv markt Anders; Nr.134 Bodega Bar „Las Tapas";



So steht das **neue Alster-Magazin** jetzt im schicken Acryl-Display bei unseren Sharepoint-Partnern.

Nr.134 Arrabbiata, Orient Bistro; Nr.136 Die Brille Susan Timm; Nr.138 Tabak-Shop Lüchau, Zeitungen; Nr.146 Asia Lounge, Restaurant; Nr.146 Adalbert Krumhorn, Glaserei/ Bilder; Nr.148 Comestibles, Wein; Nr.150 Outlet King; Nr.158 Football Factory; Nr.164 everglaze, Schmuck; Nr.168 Cafe Pastelaria, Portugiesische Spezialitäten; Nr.170 Matratzen Markt Concord; Nr.180 Carlotta Secondhand; Nr.182 Joey's Pizza Service; Nr.186 BOBS FRISÖR; Nr.188 MFO Matratzen Factory Outlet; Nr.7 Alnatura; Nr.17 Campus Suite; Nr.21 Studioline Photography; Nr.45 Haspa; Nr.53 Haspa, Bank; Nr.77 Andere Welten, Medienvertretung; Nr.79 Qrito Grindel, fresh californian cooking; Nr.79 Schneiderei am Grindel; Nr.83 Internetcafe; Nr.83 Ali ´s Grillhaus; Nr.87 ak deniz, Schnellimbiss; Nr.87 Der Friseur, Campus Cut; Nr.89 SO NA MU, koreanisches Restaurant; Nr.105 Reckrad, Fahrräder; Nr.117 Afro-Asia-Shop, Cosmetics & Hair, Food & Fish; Nr.117 Ihr Sonnenstudio; Nr.117 Schweinske, Restaurant; Nr.129 Monkey Donuts; Nr.131 Kiosk; Nr.131 Drucker Tanke; Nr.131 Pearlypop, Schmuck; Nr.131 Beautiful Nails, Nagelstudio; Nr.139 Happy Copy Digital, Digital & Werbetechnik; Nr.141 Grindel Schuhmacherei; Nr.159 Änderungsschneiderei; Nr.159 Restaurant Gopalam, Vegetarisch-ayurvedisch; Nr.161 Fahrrad Gebrauchtmarkt;

Grindelberg Nr.86 KA 1, Mode; Nr.86 intertel gmbh, mobile kommunikation; Nr.88 Paracelsus-Apotheke, Schwerpunkt Homöopathie; Nr.3 ANDREAS APOTHEKE, Apotheke; Nr.39 S.Z. Fahrradservice; Nr.39 Friseursalon KASKADE, Friseur; Nr.41 Japan Feinkost, Sushi-Party-Service; Nr.41 Studioline Photography; Nr.45 Tinten-Toner-Tankstation; Nr.75 Chokdee Thaimassage; Nr.83 Susanne Bielefeldt, Tabakwaren-Spirituosen-Lotto;

Große Bleichen Nr.32 Privatdozent Dr. Tesch;

Hallerstraße Nr.36 Dr. Jörg Brettle, Zahnarzt; Nr.78 Edeka Niemerszein;

Hamburger Hof Parfümerie Hamburger Hof; cappuccino-due, Cafe/Bar/Restaurant; Springfield Homedesign, Bilder, Möbel, Accessoirs, Lifestyle; Blume Hamburger Hof, Blumengeschäft;

Hamburger Meile EG Information; EG Nailys; EG 21 Jensens Landschlachterei; EG 22 Oil & Vinegar; EG 23 MIMA; EG 28 Apollo Apotheke; EG 31 Bäckerei Junge; EG 39 Unisex, Friseur; EG 40 Multi Express, Schuhmacherei/Schlüsseldienst; EG 43 Budnikowski; EG 44 Camel Shop; EG 45 Stichweh Textilreinigung; EG 47 Spiele Max; EG 52 Friseur; EG 62 Freigang Shirts; OG 108 Vodafone; OG 116 Bäckerei Nitt; OG 116 Nur Hier; OG 117 Dat Backhus; OG 118 Reformhaus Engelhardt; OG 122 Eiscafeé Fiore; OG 140 Sansibar; OG 147 Jens Koch; OG 27 Tom Tailor; OG 27 Sparda Bank; OG 55 Haspa; OG 85 Thalia Bücher; OG 92 Studio Line Photography; OG 97 Starbucks; OG 98 Pan Asia; OG 121 Schuback, Parfümerie;

Hanseviertel Roeckel, Handschuhe; Quartier 30, exklusive Mode; Leysieffer kleiner Shop, Confiserie und Konditoreispezialitäten; Leysieffer, Confiserie und Konditoreispezialitäten; Restaurant les parisiennes, Restaurant; La Moda, Abendkleider; Caffee Rouge, Cafe Bistro; Falke-Store, Strümpfe; Sansibar-Sylt, Fashion; Hamburg Buisiness Center; Endeca, Passion f. Wein u. Spirituosen; Pusteblume, exklusive Kindermode; im Hanseviertel; Tott & Co., Herrenschuhe; Schacht & Westerich, Papierhaus GmbH, Eine gute Idee seit 1826;

Hartungstraße Nr.16 beautiful day, Mode & Café

Hartwicusstraße Nr.6 Uhlenhorster Reisedienst, Reisebüro; Nr.6 Kosmetik u. Mode an der Alster;

Hebbelstraße Nr.15 elkline GmbH;

Hegestraße Nr.8 FOLKER h, Der Friseur; Nr.8 Laura & Louis, Fashion Room for Kids; Nr.12 Restaurant Da Remo; Nr.48 TARA, Modedesign; Nr.50 Umland Delikat-essen, und Party-Service; Nr.13 Das Kleine Kinder Kaufhaus; Nr.15 REINDL secondhand; Nr.21 Botho Nickel, Hochzeitsausstattung; Nr.31 Uhrwerk 31, Uhren für Ästheten; Nr.31 SMITH`s, Clothes for Men & Women; Nr.33 schokovida, Feinste Schokoladen;

Heinrich-Hertz-Straße Nr.101 Blumenladen Dieter Ahlf;

Herderstraße Nr.2 Änderungsschneiderei Julia; Nr.2 Goldankauf 111;

Hermannstraße Nr.14 Altstadtblume am Alstertor; Nr.14 Werkhaus Shop Hamburg;

Heubergredder Nr.34 Mode & Accessoires, Mode; Nr.34 Blumenhaus Daebler, Blumen; Nr.34 Villa Salis, Relax- u. Wellness-Lounge; Nr.38 Big Easy, Bistro/Restaurant; Nr.48 Lotto, Kiosk; Nr.52 Alsterdorfer Backhus, Bäckerei/Café; Nr.27 Mein Friseur, Friseur;

Hofweg Nr.4 Edeka Sören Lade, Lebensmittel; Nr.12 Engel & Völkers Hamburg, Immobilien GmbH; Nr.20 Maxim Lebensmittel; Nr.22 Casa Nova, Eiscafe; Nr.24 Haspa; Nr.46 Hofweg Apotheke; Nr.46 Kape, Bistro; Nr.48 Budnikowski; Nr.48 Zeitschriften-Shop; Nr.54 Ulrich Stein, Einrichtungen; Nr.68 Jody-2Rad, Fahrräder; Nr.72 Zala, Indisches Restaurant; Nr.94 Duxiana, Das Dux Bett; Nr.98 Burg Apotheke; Nr.102 Ristorante Rocco; Nr.1 HIFI-STUDIO am Hofweg; Nr.15 Heimat Hafen; Nr.21 Wäscherei, Reinigung; Nr.29 Travel & Home, Reisebüro; Nr.31 N&N Reisen; Nr.33 Stöben-Wittlinger, Immobilien; Nr.45 FLIQUA GmbH Body Energising Studio; Nr.45 Cafe Boyens, Conditorei; Nr.57 Augenärzte im Hofweg; Nr.59 Post am Hofweg; Nr.61 a Rindchen ´s, Weinkontor; Nr.63 Prinsessan, Cafe; Nr.65 Dalivi, Stoffe; Nr.73 Boulevard Hotel; Nr.75 Nippon-Hotel; Nr.81 Edeka Niemerszein, Edeka; Nr.95 Frau Ultrafrisch, Bistro-Catering; Nr.99 SAFA, Schuh + Schlüsseldienst; Nr.101 Dilo-Cafe, Cafe;

Heheluftchaussee Nr.18 Osaka Sushi, Restaurant; Nr.18 Wolsdorff Tabacco GmbH; Nr.28 Sub Way Sandwiches HH 2; Nr.13 Style Lounge, Friseur; Restaurant; Nr.30 aktuell ROLLÖ, Vertriebsgesellschaft mbH; Nr.30 Hans Reimann, Herrenausstatter; Nr.32 Vodafone Shop; Nr.32 Broterbe Gaues; Nr.52 My Way, best of asia; Nr.56 Eiscafé Toscana; Nr.56 SCHNELLREINIGUNG, Najiba Adina; Nr.56 Friseur Team Hoheluft, Friseur; Nr.56 Oberdörffers Apotheke; Nr.60 Din Hau, Asiatische Spezialitäten; Nr.68 Buchhandel Frank & Steinwarder; Nr.68 nipala functional sportswear, Sportausrüstung; Nr.72 Maxi Sun; Nr.84 Statronic, Elektronic & Hifi; Nr.88 Haarstudio Lauro; Nr.90 Margot Randhawa, Blumen; Nr.90 Copy As; Nr.92 Hoheluft Reinigung; Nr.17 Eisen + Haushaltswaren Harms; Nr. 45 Lichthaus Friedrich Hass; Nr.85 News+Cent Point; Nr.85 News + Cent Point, Schreibwaren/Presse; Nr.119 Funk-Schloss-Notdienst;

Hudtwalckerstraße Nr.2 Dr. Trettin, Neurologie; Nr.16 Paolino, Ristorante Sardegna; Nr.18 Fährhaus Apotheke; Nr.20 Kleine Freiheit, Sexdessous; Nr.24 Schiwi-Computer, Computer; Nr.28 Die Pampi, Mode für Groß und Klein; Nr.30 Urban-Spa, Schönheit; Nr.11 Arbeit u. Mehr, Arbeitsvermittlung; Nr.13 angelos barcelona, platos y tapas; Nr.13 Komödie Winterhuder Fährhaus; Nr.17 Blumen-Börse; Nr.19 Nur Hier, Bäckerei; Nr.21 Budnikowski; Nr.23 G.Freytag, Hüte; Nr.29 Nine to Five, Shoes & More; Nr.31 Concept Leger, Mode; Nr.33 Effenberger, Bäckerei; Nr.35 Heymann, Bücher; Nr.37 Da Lui, Restaurant;

Humboldtstraße Nr.5 UNIFLOTT, Textil-u. Lederpflege;

Isestraße Nr.86 my perfect Sunday; Nr.77 Tiefenthal Bar Restaurant, Restaurant;

Jarrestraße Nr.26 H & B, Bäckerei; Nr.26 Kiosk Avanti; Nr.28 Haspa; Nr.42 DUBARA, Döner; Nr.44 Rewe, Lebensmittel; Nr.55 Die Bäckerei; Nr.57 Döner-Queen; Nr.42 Jarre-Apotheke; Nr.45 Budnikowski;

Jungfernstieg Nr.16 City Fresh, Gastronomie; Nr.38 Schuhhaus Prange; Nr.40 Jack & Jones Vero Moda; Nr.44 Langhagen & Harnisch, Gemälde & Kunsthaus; Nr.48 Roth's Alte Englische Apotheke; Nr.54 ALEX Hamburg im Alsterpavillon; Nr.58 MIO Bistro Caffè Gelato; Nr.51 Nivea Haus; Nr.51 Optiker Bode

Kaufmannshaus Brahmskeller, Wein u. Bierstube; Böcker Design Optic, Optiker;

Kleine Johannes Straße Nr.4 Theaterkasse;

Klosterallee Nr.80 Kloster Stuben; Nr.80 Ise Apotheke;

Klosterstern Nr.6 Evelin Brandt, Mode; Nr.5 Tabakwaren-Zeitschriften, Lotto-Toto Hessamian; Nr.5 Haspa;

Krohnskamp Nr.15 Wijnhus, Weine;

Lange Reihe Nr.18 Hotel Senator; Nr.18 nahhaut, Supermarkt; Nr.34 Balkan Magazin, Balkan-Spezialitäten; Nr.48 Everest, Geschenk-Basar; Nr.50 plateau, Herrenbekleidung; Nr.60 Lagerverkauf Speicherstadt; Nr.62 Casa Nostra, Restaurant; Nr.66 Hair Joy, Friseur; Nr.66 vodafone-shop; Nr.1 My Nails, Nageldesign; Nr.23 Georgie, Friseursalon; Nr.27 Lagerhaus Hamburg; Nr.47 caffe due; Nr.47 Eiscafe Triboli; Nr.57 Werkhaus, Fashion; Nr.63 Cafe ´Uhrlaub; Nr.67 Vasco da Gama, Restaurant; Nr.73 Weinkauf St.Georg; Nr.83 O ´Pote, portugisische Spezialitäten; Nr.87 Mercado Iberico, spanische Lebensmittel; Nr.87 Kiosk 87, Zeitschriften; Nr.87 Alica Weitmann, Schneiderin; Nr.91 Ticketkontor, Reisebüro; Nr.91 Petra Nentwig, Kosmetik u. Fußpflege; Nr.101 Das Haarwerk, Friseur; Nr.103 Body Vital Shop, Sportlernahrung u. Fitnessbekleidung; Nr.111 Tempur Studio, Premium Schlaf; Nr.113 Rahimi Beauty; Nr.117 Feinkost Läufer;

Lattenkamp Nr.4 Lotto + Toto; Nr.8 Cafe Memorandum;

Lehmweg Nr.28 Queen for à day, Mode; Nr.28 Cengiz Aydin, Master Hair Stylist; Nr.36 Haarkunst, Cladia Ossege; Nr.36 Sense of Beauty, Die Wellness Lounge; Nr.40 Style your Cake, Süßigkeiten; Nr.40 Fine Antique Interiors; Nr.46 Galerie in Eppendorf; Nr.46 Clou, Geschenke; Nr.46 Blumenladen B.Sanmann; Nr.48 Zuckerpuppe, Mode; Nr.50 UMS Ute Münzer Spiess, Make up; Nr.50 die Fasserie, Wein,Essig, Öl, Whisky; Nr.56 Fleischerei Harms; Nr.58 jolie Karla-Maria Ostersetzer, Friseurmeisterin; Nr.58 Ristorante Italiano; Nr.31 Fashion Cut, Kostümbildner Änderungsschneider; Nr.31 a Cafe Estoril 2; Nr.35 China Garten, Restaurant; Nr.35 Haare Manuel Oliveira; Nr.41 Kratzfest, Naildesign; Nr.43 Milchzahn, Baby- u. Kinderausstattung; Nr.43 Son Sara, Boutique; Nr.43 Yilmaz, Änderungsschneiderei; Nr.43 Askrafi Antikes & Feines; Nr.51 Stoffkunst Britta Grumann, Kurzwaren; Nr.53 Eppendorfer Haushaltsstübchen; Nr.55 Outfit Haare & Kosmetik; Nr.57 DER KAMIN, Kamine ohne Schornstein;

Lenhartzstraße Nr.16 LoBo Frisuren GmbH, Meisterhafte Haargestaltung;

Levantehaus Steiff, Spielwaren; Flane Chocolaterie Cafe; Swatch, Uhren; Bar Levante, Restaurant; Drössel & Rademacher, Schreibwaren; Park Hyatt Hamburg, Hotel; Calvin Klein Jeans Store; Sansibar The Store Shop, Kleidung; Marc O'Polo, Kleidung; Die Rösterei, Kaffee; Schuhbecks Gewürze; Princess tam.tam Boutique Hamburg; 1.Etage Tschebull Österr. Restaurant; 1.Etage Asia Restaurant; 1.Etage B.O.S.Caviar Gourmetecke; 1.Etage Fon Friseur; 1.Etage Die Rösterei, Kaffee; 1.Etage Sushi Factory;

Lokstedter Weg Nr.1 Tessa Petzoldt, Blumen; Nr.9 Erika Apotheke, Apotheke;

Löwenstraße Nr.4 Der Löwenschuster;

Löwenstraße, Ecke Eppend. Weg Nr.22 China Restaurant Lotusblüte;

Ludolfstraße Nr.60 BLACK ANGUS Steak House, Restaurant; Nr.43 Trattoria Campo, Restaurant; Nr.53 Alma Hoppes Lustspiel Haus;

Maria-Louisen-Straße Nr.92 a Edye-Kaesow, Augenarzt; Nr.100 St.Johannis Apotheke; Nr.3 Maria-Louisen Apotheke; Nr.3 Restaurant Luise; Nr.7 Fleischerei R.Schuster;

Martinistraße Nr.6 Saadet ´s Portog. Cafe+Schneiderei; Nr.14 Saigon, Restaurant; Nr.16 Blume Eppendorf; Nr.11 Neo Cafe;

Milchstraße Nr.2 Juwelier Perlen Müller; Nr.26 Grundig Couture; Nr.28 Ristorante Da Mario, Pizzeria; Nr.1 La Scarpa, Boutique; Nr.3 Chocolate Society; Nr.3 Koob & Theissen Immobilien GmbH; Nr.3 Pluto Das Restaurant in der Milchstraße.; Nr.3 OLGUN Änderungsschneiderei;

Mittelweg Nr.18 Beauty Klinik; Nr.20 Die 2 Friseure; Nr.24 Ristorante Torcello, Italiener; Nr.30 Hautkultur, High Care; Nr.122 Blockhaus; Nr.130 Enoteca Passion für Wein; Nr.138 Pöseldorfer Brillenhaus; Nr.140 Änderungs Atelier Pöseldorf; Nr.140 Blumenpavillon Pöseldorf; Nr.146 TH 2 Finest Food; Nr.148 Commerzbank; Nr.174 NHG Nordhafen Reisecenter; Nr.21 Ercan & Kindereit, Schneider; Nr.21 Änderungsschneiderei, Schneider; Nr.25a Schanzenbäckerei; Nr.31 Gurke, Kneipe; Nr.41a Bio Sun, Sonnenstudio; Nr.41 c Shemsi Shala, Friseur; Nr.125 Gebr. Jürgens, Haushaltswaren; Nr.141 WOK Haus Thi Thy; Nr.151 Gruner, Krankengymnast; Nr.151 Dr. Schrank, Orthopäde; Nr.157 Haspa; Nr.161 Raven, Restaurant; Nr.165 Apotheke Carjell's; Nr.173 Bäckerei Bamian; Nr.173 Blumen Jürs am Mittelweg

Mönckebergstraße Nr.8 ittala, Mode; Nr.3 MÖ-CITY-APOTHEKE; Nr.29 Hirmer Grosse Größen; Nr.31 Jack Wolfskin Store, Sport u. Reiseausstattung;

Mühlenkamp Nr.2 Harms & Schacht, Restaurant; Nr.4 Hund & Katze, Tierartikel; Nr.6 a Kaffee elbgold, Cafe ´+ Rösterei; Nr.8 Currywurst & Co, Imbiss; Nr.8 Shikaro, Restaurant; Nr.10b Masana Fashion; Nr.12 Qrito, Restaurant; Nr.14 Weinlust, Weinhandel; Nr.16 d'Agate, Antipasti etc.; Nr.16 Liman, Fischrestaurant; Nr.16 Die Suppennudel, Imbiss; Nr.18 Mü - 18 Pizza Profis; Nr.22 Optiker Vocke; Nr.34 Haspa; Nr.40 Cecest Tagesbar; Nr.42 Coffee 42; Nr.42 Fee, Textilien; Nr.48 Das Frohlein, Restaurant; Nr.54 Trüffel Schwein; Nr.1 Portici, Restaurant; Nr.3 piu espresso bar; Nr.9 Mercearia, Restaurant; Nr.9 Die Camera, Fotoservice; Nr.13 Adam-Eve, Beauty Lounge; Nr.15 Engelhardt, Reformhaus; Nr.17 Fisch Böttcher, Fischgeschäft; Nr.19 Bonbao, Restaurant; Nr.21 Enjoy it, Eis; Nr.23 Alfa, Reinigung; Nr.29 Tageszeiten, Restaurant; Nr.29 Dr.C.Rosenboom, Zahnarzt; Nr.33 a Orthopädie Mühlenkamp; Nr.33 Haspa; Nr.35 Butter Lindner, Lebensmittel; Nr.35 Gundlach, Schuhe; Nr.37 Effenberger, Bäckerei; Nr.43 Budnikowski; Nr.45 Edeka Niemerszein; Nr.59 Jacques Weindepot; Nr.59 Lunchbar TH 2; Nr.63 Tanzkult, Die Tanzschule;

Mundsburger Damm Nr.24 Esso-Station; Nr.36 Cafe Bäckerei Morgenstund; Nr.36 Outlethouse, Stoffe & Mehr; Nr.52 Aktuell Rollo; Nr.56 HISTORIA Hamburg, Münzen; Nr.35 Randhawa, Blumen; Nr.35 Obst, Geschäft; Nr.35 Looks 4 you, Damenmode; Nr.39 Likopol polnische Lebensmittel und Feinkost; Nr.47 Total Station; Nr.51 Tobias Grau, Licht & Raum; Nr.45 Il Nonnino, Ital. Restaurant; Nr.55 Kiosk; Nr.55 Plott, Copy -Shop; Nr.59 Doc Morris, Apotheke; Nr.61 Schuh-Hahne, Schuhe; Nr.61 Subway, Imbiss; Nr.63 Double Coffee, Cafe; Nr.65 Rostor Bau GmbH, Immobilien;

Mundsburger Tower Nur Hier, Bäckerei; Sonnenstudio; Fruchtcenter Mundburg; COCOON-Hair, Friseur;

Nedderfeld Nr.2 Porsche Zentrum Hamburg, Autohaus; Nr.12 Audi Zentrum, Autohaus; Nr.22 Wibo-Werk, Heizungen; Nr.30 Fiat, Autohaus; Nr.34 Nissan, Autohaus; Nr.36 Mitsubishi, Autohaus; Nr.38 BMW, Autohaus; Nr.40, Renault, Autohaus; Nr.80 Renault Niederlassung Hamburg, Autohaus; Nr.94 Kartbahn; Nr.98 B.O.C, Fahrräder; Nr.21 Smart, Autohaus; Nr.29 BMW, Autohaus; Nr.55 Peugeot, Autohaus; Nr.65 Toyota, Autohaus; Nr.65 Lexus, Autohaus;

Nedderfeld/Offakamp Nr.10 BMW Niederlassung Hamburg;

Neuer Jungfernstieg Nr.5 Starbucks Coffee; Nr.9 Hotel Vier Jahreszeiten;

Neuer Wall Nr. 42 , Cravatterie Hamburg Nr.10 Nespresso Boutique; Nr.18 Brahmfeld & Gutruf, Juweliere; Nr.26 Waßmann, Juweliere; Nr.42 Ewige Lampe; Nr.44 Ermenegildo Zegna GmbH Hamburg Boutique; Nr.46 Loro Piana; Nr.50 SOR, Mode; Nr.50 Liz Malraux Design; Nr.64 ligne roset Möbel GmbH; Nr.80 JOOP! Store Hamburg; Nr.80 ST. EMILE Store Hamburg; Nr.80 GANT Store; Nr.17 Palmers, Mode; Nr.25 Möhring, Wäschegeschäft; Nr.43 Jil Sander, Mode; Nr.43 van Laack Store; Nr.57 Fahnen Fleck; Nr.61 Marlies Möller, Friseur; Nr.77 Walter Steiger; Nr.77 Riviéra Maison;

Oberstraße Nr.1 WeinViertel; Nr.1 Juwelier Georg Frisch; Nr.3 Sisters, Hair- u. Naildesign;

Ohlsdorfer Straße Nr.2 Zoo, Tiergeschäft; Nr.4 Bistro;

Papenhuder Straße Nr.24 Hand-Werk, schöne Wolle; Nr.24 Pappenheimer, Wirtschaft; Nr.28 Sturm, Teehandelskontor; Nr.30 Näscherei-Cafe; Nr.32 Koch- u. Designhaus; Nr.40 Uhlenhorster Apotheke; Nr.40 Taucherzentrum; Nr.42 Majoli, Kinderspielzeug; Nr.58 Blumengeschäft; Nr.25 Lange, Feinwäscherei; Nr.27 Xocolaterie Hamburg; Nr.35 Rexrodt, Restaurant; Nr.39 Konditorei Pritsch; Nr.57 Männerträume; Nr.67 Obst& Gemüse; Nr.67 Änderungsschneiderei;

Parkallee Nr.15 Feinkost Sarikaya;

Poelchaukamp Nr.2 Broterbe Gaues; Nr.4 Anne Schuhknecht, Mode; Nr.4 Gertrauden-Moden, Maßanfertigung-Änderung; Nr.4 Lotto am Poelchaukamp; Nr.4 Clips Haare; Nr.16 KARIN MILLER Hamburg; Nr.24 Bazaar Boutique; Nr.1 Ristorante Salentino; Nr.1 TIP Reisen; Nr.3 Eiscafe am Poelchaukamp; Nr.7 Cafe Canale; Nr.7a LOOK ! Schuhe, Karen Bühe; Nr.7a Kanne Lifestyle; Nr.9 twice Mode GmbH; Nr.11 Obst & Gemüse Lieferservice; Nr.17 Klünder Uhrmachermeister; Nr.17 Carl-Heinz Schwartau; Nr.19 Oliver Hintze Immobilien GmbH; Nr.21 Blumen-Hahn; Nr.23 Trixi, Mode; Nr.23 Schmucktochter Carolin Winkler; Nr.25 Pasta & Vino; Nr.25 Hackbarth ´s Intertex Studios;

Pöseldorf Center Corner, Mode;

Preystraße Nr.1 Marienkäfer, Kindertextilien;

Rothenbaumchaussee Nr.10 Grand Elysee, Hotel; Nr.48 Brodersen Restaurant; Nr.70 Vapiano; Nr.70 Bolero Restaurant; Nr.70 Dat Backhus; Nr.70 first Reisebüro; Nr.70 Schönheit am Rothenbaum; Nr.27 Commerzbank; Nr.49 Dat Backhus; Nr.55 Balzac Coffee; Nr.61 Mrs Sporty; Nr.63 Verdi Restaurant; Nr.75 Sweet Home, Antiquitäten; Nr.93 Micado; Nr.101 Cucina d'Elisa, Italienisches Restaurant; Nr.105 Sushi; Nr.107 Hotel am Rothenbaum; Nr.107 Zala, Restaurant; Nr.115 Passione, Restaurant; Nr.119 Haspa; Nr.137 Terrassen Cafe Funk-Eck, Restaurant-Konditorei-Cafe; Nr.189 Peemüller, Raumausstattung; Nr.209 Dirk Brinkmann, Friseur;

Schinkelstraße Nr.2 Köbes, Restaurant & Bar; Nr.14 Andere Reisewelten, Reisebüro;

Schlankreye Nr.73 Bäckerei Allaf;

Schloßstraße Nr.4 Haspa;

Sempersstraße Nr.18 Kiosk Forsmannstraße, Kiosk;

Sierichstraße Nr.30 Asia Wok, Asiatische Spezialitäten; Nr.30 Ergo, Versicherungen; Nr.40 Hoffrisör Zimmermann, Friseur; Nr.40 Jennys Kindermoden; Nr.42 Marco Hops, Exklusive Damenmode;

Spitalerstraße Nr.2 Nike; Nr.8 promod; Nr.16 Deutsche Bank; Nr.1 Dat Backhus; Nr.1 Budnikowski; Nr.1 Runners Point, Warenhandel; Nr.7 Lush, Hand made Cosmetics; Nr.9 VIVET, Restaurant - Bar - Cafe; Nr.9 Optik Weser;

Tarpenbekstraße Nr.56 Praxis f. Krankengymn. & Physiotherapie, Dietke Dörrie; Nr.62 Fahrschule Hoepfner;

Ulmenstraße Nr.2 Le Beau Voisin

Uhlenhorster Weg Nr.12 Fren+Kler goldrichtig, Goldschmiede-Meisterbetrieb; Nr.22 Angelika Leiteritz, Friseur; Nr.30 Schönfeld, Gärtnerei;

Wiesendamm Nr.149 Kiosk Stehcafe;

Winterhuder Forum Apotheke; Bücher&Co, Zeitschriften; Bücherhalle Winterhude; Von Allwörden;

Winterhuder Marktplatz Nr.2 Le Chic, Friseur; Nr.2 Schuback, Parfümerie; Nr.4 Outlet, Matratzen; Nr.6-7 media@home; Nr.16 D.F.Wulf, Reformhaus; Nr.16 Viva la Wurst; Nr.18 Arabella, Restaurant; Nr.1 Krenzfeld's, Obstgeschäft; Nr.1 Sunpoint, Sonnenstudio; Nr.1 BARISTA, Asia -Quick restaurant; Nr.5 Curvy Shapes; Nr.21 Nur Hier, Bäckerei; Nr.21 d Haspa, Bank; Nr.37 Apotheke;

Winterhuder Weg Nr.86 Movie Star, Video Center; Nr.88 Scharlau Copy-Center für Profis; Nr.114 Kumpirhaus, Café Bistro; Nr.116 Haspa; Nr.20 Ali Demiroglu, Kiosk; Nr.120 Schinkenkate Uhlenhorst, Party-Service; Nr.122 Sculp Cut, Friseur; Nr. 122 wax art, natural brazilian waxing; Nr.142 hüftgold Cafe Bistro; Nr.144 Haspa; Nr.146 Amaranto, Tapas & Vino; Nr.19 La Pasta Da Vino, Ristorante Italiano; Nr.57 Fruchthaus Bescherer, Obst- u. Gemüse-Service; Nr.65 Zigarren Bel Etage; Nr.65 Ulf Friedrich Schneidermeister, Maßanfertigung; Nr.65 Schnittpunkt, Damen u. Herrenfriseur; Nr.65 Matratzen Concord; Nr.65 Cafe Le Ma ´;

What's up in TOWN?

Silke Lange mit Barbara Kunst (Headquarters Hamburg, r.)

Andrea Dieckmann (Stiftung Mittagskinder) mit Sabine Schwitters (Einrichtungshaus Bornhold, r.)

Andrea Brodtmann mit Helena Reich (r.)

Nicole Unger (NCU), Kirsten Dahler (Dahler&Company), Iwona Fejzer und Caroline Freisfeld (Juwelier Brahmfeld & Gutruf, v.l.)

Heike Fischer (Dovima), Kristina Picht, (Dolce & Gabbana) und Gastredner Paul Sahner mit Gastgeberin und VdU-Vorsitzende Kristina Tröger (v.l.)

SOMMERTALK

Der Verband deutscher Unternehmerinnen in Hamburg lud zum traditionellen Sommeressen an die Außenalster – und die Sonne, sowie zahlreiche Gäste und Unternehmerinnen kamen. Stargast des Abends war Paul Sahner, seit 15 Jahren Mitglied der Chefredaktion bei Bunte, außerdem Fernsehmoderator und Buchautor, der nach dem Aperitif die Gäste mit spannenden Geschichten aus seinem Leben unterhielt. Organisiert hat den Abend die Vorsitzende des Verbands Kristina Tröger, die nicht mit einem so hohen Aufkommen an interessierten Gästen zur Ferienzeit gerechnet hatte. Fast 100 Mitglieder hatten sich im Restaurant Portonovo an der Alster eingefunden. Ein unterhaltsamer Abend, der sich durch angeregte Gespräche und einen passionierten Redner bis in den späten Abend zog.

Dietlinde Santer und Franziska Hirsch (r.)

Fotos: Ulrich Tröger

Boxweltmeisterin Ina Menzer und Sport-Moderator Ulli Pingel aus Volksdorf

Sorgten für Partymusik: das Mr. Happy Team mit Marky-G, Cordula Bestvater und Moris Teschke (v.l.)

Buddha-Experte Jürgen Hunke mit seiner Frau Chun Li

PLAYERSNIGHT

Rund 350 Gäste feierten die Players Night der bet at home-Open 2014 in der „Bank". Wie es sich für ein Event dieser Art gehört, genossen auch Spieler wie der Hamburger Julian Reister und der Argentinier Juan Mónaco – er gewann 2012 das Rothenbaumturnier – die lockere Atmosphäre und tanzbare Musik von DJ Moris Teschke. Ein Highlight war die Versteigerung einer Magnum-Champagnerflasche, auf der Michael Stich Autogramme von Tennisstars gesammelt hatte, für 4.500 € zugunsten der Aids-Stiftung des Wimbledonsiegers.

Gastgeber und Turniermacher: Michael Stich, Deltef Hammer und Jens Pelikan (v.l.)

Fotos: Kai Wehl

Schauspielerin Nina Bott mit Freund Benjamin Baarz

Gastro- und Hotelprofi Marc Ciunis mit Gattin Melitta

Tennisprofi Julian Reister und der ehemalige Daviscup-Teamchef Patrik Kühnen (r.)

Unternehmer Matthias C. Lischke und Marion Fedder

Gelbe Seiten

Deutschlands vielseitigste Surfregion.

GelbeSeiten.de

Dumrath & Fassnacht Ihr Gelbe Seiten Verlag

DIE 21-TAGE-STOFFWECHSELKUR

MERIDIAN VITAL

Das Erfolgsgeheimnis der Promis!

- STOFFWECHSEL AKTIVIEREN
- GEWICHT REDUZIEREN
- VITALITÄT GEWINNEN

Sie suchen nach einer Möglichkeit, schnell und effektiv Gewicht zu verlieren? Die **21-Tage-Stoffwechselkur** ist derzeit bundesweit ein großes Thema. MeridianSpa bietet sie inklusive umfassender Betreuung und individuellem Trainingsplan auch Nicht-Mitgliedern in jedem Hamburger MeridianSpa an.

Lassen Sie sich beraten und kommen Sie zum Infoabend im

MeridianSpa Wandsbek	Di 26.08., 19.00 Uhr
MeridianSpa Eppendorf	Mi 27.08., 19.00 Uhr
MeridianSpa Alstertal	Di 02.09., 19.00 Uhr

Bitte melden Sie sich telefonisch oder an der Rezeption Ihres nächstgelegenen MeridianSpa an.
040/65 89-0 · www.meridianspa.de

MERIDIAN VITAL
Detox. Stoffwechsel. Ernährung.