

Foto: CAMINATIC

ALSTERTAL MAGAZIN

**JETZT
AUCH ALS
E-PAPER!**
Gratis bestellen auf
www.alstertal-magazin.de

Höhen- FLÜGE

Highlights des Alstertals aus
ungewohnter Perspektive

PROMIS, PROMIS

Interviews mit
Schauspielerin
Sandra Quadflieg,
Ministerpräsident
a.D. Edmund
Stoiber u.v.m.



EXTRA
AEZ-Center-Magazin

Burg Henneberg
in Poppenbüttel
mit einer Drohne
fotografiert

Alstertaler

FLÜCHTLINGSGIPFEL

Führende Alstertaler Politiker diskutieren bei uns, wie die Krise bewältigt werden kann!

Die Top-Adresse für

Lampen & Schirme

Eine gut ausgewählte Beleuchtung schafft in Ihrem Zuhause Wohnatmosphäre, darum lassen Sie sich von unserem Fachpersonal beraten.



50 Jahre

Stilleuchten Götzl

22145 Hamburg Rahlstedt • Fasanenweg 2 • Nähe Berner Brücke
Mo.-Fr. 9-18 Uhr • Sa. 9-14 Uhr • Telefon: 040 / 644 85 79 • www.stilleuchten-goetzl.de

Faszination Naturstein

Ein **einzigartiger Reichtum an Natursteinen** wie Granit, Marmor, Limestone, Onyx und vielen anderen mehr, wurden uns von der Natur geschenkt und mit einer beispiellosen Vielfalt an Farben und Strukturen ausgestattet. Durch unsere **liebvolle Bearbeitung** schenken wir dem Material ein neues Leben.

Außerdem fertigen wir nach Maß für Sie:
Küchenarbeitsplatten • Fensterbänke • Waschtischplatten
Kaminverkleidungen • Treppen usw.



Ihr Meisterbetrieb im Alstertal

GAEDKE
NATURSTEIN

Poppenbütteler Chaussee 81 • Hamburg-Duvenstedt • Tel.: 040/607 66 00
Fax: 040/607 66 014 • info@gaedke-naturstein.de • www.gaedke-naturstein.de

Staatsziel Glück

VON WOLFGANG E. BUSS



Stellen Sie sich vor, sie lebten in einem Land, das sich **Ihr** persönliches Glück als **Staatsziel** in die Verfassung geschrieben hat! Undenkbar?

Unsere Politik lässt sich von tausenden übler Lobbyisten vor sich her treiben, damit die globalen Konzerne immer reicher und mächtiger werden und nahezu keine Steuern bezahlen müssen. Und **Ihr persönliches** Glück? Pustekuchen! Da muss eine Kanzlerin, die kaum jemand mehr versteht, erst einmal die griechischen Banken retten! Wir? – Wir

sollen nur unser Wahl-Kreuzchen machen. Für unser **Glück** interessiert sich keiner!

Gibt es ein Land mit Glück als Staatsziel? Ja, es heißt Bhutan und liegt irgendwo im Himalaja. Bhutan hat das Glück seiner Bürger als **Staatsziel tatsächlich in die Verfassung geschrieben**. Wow.

Ich fand das so spannend, dass ich mich vor kurzem aufgemacht habe, diese Land zu bereisen und seine glücklichen Bürger zu treffen. Und tatsächlich: Sie leben gemeinsam „GNH“, **Gross National Happiness** oder auf Deutsch: Ihr „Brutto-National-Glück“. Statt Brutto-Sozial-Produkt.

Aber, werden Sie sofort fragen, sind die Bhutaner glücklich und – was ist Glück? Für diese Frage haben die Bhutaner ihr „Center for Bhutan Research“ gegründet, das regelmäßig alle Bürger fragt, ob sie in Bhutan „sehr glücklich“, „ein wenig glücklich“ oder auch „unglücklich“ leben. Und dann fragen sie nach, was ihnen noch fehlt, was sie sich wünschen, um glücklich zu sein. Unvorstellbar? Für uns ja, in Bhutan Realität!

Sind die Antworten und Wünsche der Bhutaner anders als unsere? Sind sie! Meine vielen Gespräche und Recherchen in diesem Land haben mir das bestätigt.

Sie wünschen sich **nachbarschaftliche Harmonie**, (statt einer Rechtsschutzversicherung, um damit kostengünstiger anwaltlich aufeinander loszugehen); sie wünschen sich eine heile Umwelt – auch für die kommenden Generationen (statt mit immer mehr Wachstum Luft, Umwelt und Klima zu versauen). Ich könnte jetzt viele solcher Beispiele aufzählen.

Stellen Sie sich vor – und es klingt wirklich utopisch – statt einer Kanzlerin, die Ihnen per Tagesschau einhämmert, was alles alternativlos sei, käme jemand aus der „**Bundes-Glücksbehörde**“ zu Ihnen nach Hause, um in Ruhe und anhand eines 25-seitigen Fragebogens zu klären, was Sie sich wünschen von der Regierung, um glücklicher zu werden. Weil das so in der Verfassung steht. Ihr Wunsch und der vieler anderer wird dann zum politischen **Handlungsauftrag**. Wow!

Und was ist Glück? Nun, einfach ausgedrückt, wer krank ist, ist nicht glücklich. Angst, Hunger, Krieg, Unfreiheit, Vertreibung, religiöser Hass, Unterdrückung machen nicht glücklich! Das muss jeder Staat mit seinen Bürgern als erstes abschaffen!

Und wenn alles erreicht ist, noch dazu ein riesiges Haus, tolles Einkommen, dickes Auto – und ein Leben bei uns im schönen Alstertal, ist das schon Glück?

Die Menschen in Bhutan wünschen sich, dass bald alle Häuser elektrischen Strom bekommen und dass sie nicht mehr einen **ganzen** Tag zu Fuß gehen müssen, um das nächste Dorf zu erreichen. Vom Krankenhaus ganz zu schweigen! Ein riesiges Infrastrukturprojekt liegt noch vor ihnen, um Straßen bis auf über 4000 Meter hohe Berge zu bauen.

Und was wünschen **wir** uns? Ich finde die Idee, auch bei uns danach zu fragen, **faszinierend**! Auch wir sollten damit beginnen uns zu fragen, was wir **wirklich** brauchen, um glücklich zu sein!

BRON
FINE DUTCH JEWELRY



Widerstand zwecklos
in der Rolfinckstraße 13

Liebesbriefe in Schmuck

Rolfinckstraße 13

22391 Hamburg - Wellingsbüttel

Telefon: 040 · 5369650

www.willer.de

willer
JUWELIER



**GUTE ADRESSEN
HAMBURG**

Gemeinsam einzigartig.

www.gute-adressen-hamburg.de



Unser im Alstertal gegründetes Familienunternehmen vermittelt seit 23 Jahren erfolgreich Immobilien an Kunden in Hamburg und Umgebung sowie in Spanien, speziell auf den Kanaren und Balearen. Unser stetig wachsendes Unternehmen zeichnet sich besonders durch Leidenschaft und außergewöhnliches Engagement im Beruf aus, was sich in der Zufriedenheit unserer Kunden widerspiegelt. Gerne unterstützen wir auch Sie bei der Suche nach einem neuen Eigenheim oder dabei Ihre Immobilie zu verkaufen.



Eigentumswohnung mit exklusiver Ausstattung in Hummelsbüttel

- Wohn-/ Nutzfläche: ca. 130 m²
- Baujahr: 1993
- 3-4 Zimmer
- Luxuriöse Einbauküche
- Fußbodenheizung
- Parkett, Marmorböden
- 2 großzügige Balkone
- Stellplatz
- Keller
- Energieausweis: V, 102,6 kWh, Gas
- KP: 499.000 €



Eigentumswohnung in bester Lage von Wellingsbüttel

- Wohn-/ Nutzfläche: ca. 109 m²
- Baujahr: 1994
- 3 Zimmer
- Fußbodenheizung
- Hochwertige Einbauküche
- 2 großzügige Balkone
- Tiefgaragenstellplatz
- Keller
- Energieausweis: V, 183,33 kWh, Gas
- KP: 399.000 €



Traumhaftes Einfamilienhaus mit viel Platz im ruhigen Sasel

- Wohn-/ Nutzfläche: ca. 205 m²
- Grundstücksfläche: ca. 800 m²
- Baujahr: 1986
- 5 Zimmer
- Fußbodenheizung, Kamin, Sauna
- Hochwertige Einbauküche
- Gartenterrasse, Gartenhaus
- Doppelcarport
- Energieausweis: V, 160 kWh, Gas
- KP: 795.000 €

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unseren Filialen im Alstertal!



Jürgen Weiss & Felix Weiss
Geschäftsführung Hummelsbüttler Hauptstraße 59



Susanne Weiss & Vincent Paul Menken
Geschäftsführung Stübeheide 153



JÜRGEN WEISS IMMOBILIEN

Gern bewerten
wir unverbindlich &
kostenfrei Ihre Immobilie

Exklusive Gründerzeitvilla direkt am Alsterwanderweg



Im Jahr 1898 wurde diese seltene Gründerzeitvilla auf einem ca. 879 m² großen Gartengrundstück direkt am heutigen Alsterwanderweg erbaut. Edles Parkett, hohe Altbaudecken, Natursteinfliesen und hochwertige Teppiche - sämtliche Materialien verbinden klassische und moderne Lebensart auf charmante Weise und bieten Ihnen ein exklusives Wohnambiente.

Diese Rarität aus Privatbesitz wurde zwischen 2011 und 2014 liebevoll saniert. Die elf Zimmer bieten Ihnen viel Raum für die ganze Familie. Die moderne Raumaufteilung und die offene Gestaltung schaffen Flächen für das gemeinsame Leben sowie großzügige persönliche Rückzugsräume und Refugien. Ein absolutes Highlight ist der über 100 m² große, offene Wohn-, Ess- und Kochbereich, der keine Wünsche offen lässt. Mehrere Balkone und Terrassen laden zum Genießen des großen Gartens ein. Ein Haus mit Geschichte und viel Potential. Sie können den ursprünglichen Grundriss wiederherstellen und dabei bis zu drei Wohnungen erschaffen - eine ideale Möglichkeit zur Nutzung der Immobilie als Mehrgenerationenhaus oder zur Vermietung. Durch den Gartenausgang erreichen Sie direkt den Alsterwanderweg und befinden sich mitten im grünen Alstertal. Energieausweis: B, 161 kWh, Gas. KP: 1.630.000 €

Im Folgenden finden Sie außerdem eine Auswahl an Suchaufträgen von solventen Kunden, welche uns mit der Suche nach einer passenden Immobilie beauftragt haben.

Ingenieur sucht ETW in Wellingsbüttel bis 600.000 €	Familie mit Kindern sucht EFH in Poppenbüttel bis 700.000 €	Unternehmer sucht ETW in Winterhude bis 1 Mio €
Professor sucht Penthousewohnung im Alstertal bis 800.000 €	Gastronom sucht Doppelhaushälfte in Hummelsbüttel bis 500.000 €	Architekt sucht repräsentative Villa in Lokstedt bis 1,2 Mio €
Kapitän sucht ETW in Eilbek bis 500.000 €	Designer sucht Maisonettewohnung in Sasel bis 650.000 €	Chirurg sucht Villa am Alsterlauf bis 1,5 Mio €

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Tel.: 040 / 53 88 88 88



09. - 15. November
Martinsgans -satt - € 22,90

Gänsebraten -satt-, mit Rotkohl und Kartoffelklößen.
 Reservieren Sie rechtzeitig!

16. - 29. November
Grünkohl -satt - € 13,90

Hausgemachter, deftiger Grünkohl mit Kochwurst, Kasseler, Schweinebacke und Röstkartoffeln.
 Reservieren Sie rechtzeitig!

Saseler Chaussee 101 - 22393 Hamburg
 Tel.: 040 / 380 76 165 - www.la-madera.de

5-Sterne Ferienhäuser in exponierten Lagen
 www.traumhaussylt.de Tel.: 040 53 69 40 06

Was wäre wenn...

...Sie auch diese besondere Lebensphase
 „mit Kindern“ so gestalten könnten, dass alle
 Ihnen wichtigen Lebensbereiche Platz finden?

„Ich wäre gern noch bei
 den Kindern zu Hause.
 Was bedeutet das für später?“

„Ich will nicht mehr
 ständig ein schlechtes
 Gewissen haben.“

„Wieviel Berufstätigkeit
 passt in mein Leben?“

„Ich fühle mich gehetzt und
 fremdbestimmt. Ich will meine
 Gestaltungsfreiheit zurück!“

Ich biete Coaching mit Elementen aus Beratung und Management.
 Für Frauen und Männer in der Rush-Hour des Lebens.
 Vereinbaren Sie ein kostenloses Vorgespräch: 040/38 65 39 19
 oder info@stephanie-hamann.de www.stephanie-hamann.de



INHALT

OKTOBER 2015

Magazin

Kolumne3
 Die schönsten Termine
 des Alstertals8
 Neues von
 der Hexe Knickebein!10
**Sandra Quaddflieg
 liest beim Hamburger
 Krimifestival**12
 Hollywood-Feeling
 in Volksdorf –
 Großer Filmdreh14
 Die wichtigsten News
 im Alstertal16
**Edmund Stoiber über
 seinen Auftritt
 beim diesjährigen
 Herbststempfang**18
 Leserbrief20
**Alstertaler Politiker
 diskutierten beim
 Flüchtlingsgipfel**22
 Welche Flächen
 im Alstertal eignen
 sich als Flüchtlingsunter-
 künfte?26
**Spektakuläre Bilder
 einer Drohne im Flug
 übers Alstertal**30
 Spannende Meldungen
 aus dem Alstertal36
 What's up in town:
 Promis bei den
 spannendsten Events
 der Stadt130

Fuhlsbüttel

Friedensbuch mit
 10.000 Gesichtern37

Sasel

Die schönsten
 Weihnachtsmärchen!38
 Quiz: Wie steht es um
 Ihr Allgemeinwissen?40

Duvenstedt

Kandidatin im
 Big Brother Haus kommt
 aus Duvenstedt42

Volksdorf

Das 7. Volksdorfer
 Blues Festival findet
 im November statt44

Wellingsbüttel

Dr. Frank Husemann
 erhält Bundesverdienstkreuz
 als Gründer der
 NCL-Stiftung45

Poppenbüttel

AlsterArt 2015 im AEZ46

AEZ-Inside

Kolumne59
 Es wird feminin – Wir
 betonen die Taille!60
 Das AEZ wird 45 Jahre –
 feiern Sie mit!62
 News rund ums AEZ64
 Köstliches
 Kürbissüppchen65
 Der Thailänder cha chá
 stellt sich vor66

Service

Rund ums AEZ48
 Essen & Trinken68
 Feste feiern71
 Senioren74
 Garten76
 Wintergärten78
 Traumbäder80
 Rund ums Tier88
 Kamine89
 Sicher Wohnen92
 Gesundheitsratgeber96
 Zahngesundheit98
 Neues aus
 der Geschäftswelt103
 Reise104
 Handwerk106
 Motor-Magazin107
 Immobilien114
 Kleinanzeigen/
 Impressum129

**Eine Drohne über dem Alstertal
 sorgte für neue und spannende
 Ansichten von bekannten
 Highlights.**



30

Foto: CAMMATIC



Flüchtlingsgipfel: Julian Georg, Dennis Paustian-Döscher, Dennis Thering und Dr. Andreas Dressel (v.l.) kamen in die Redaktion.

22



12

Hochspannung erwartet die Krimifans auf Kampfnagel, wenn Sandra Quadflieg aus Steve Watsons „Tu es. Tu es nicht“ liest.

Foto: Oliver Reetz

Kleinreparaturen
Instandhaltung
Fliesenarbeiten

gegründet 1954



Sanierung
Hochbau
Gewerbekbau

www.heinz-eickhof.de



**Heinz Eickhof
Bauausführungen GmbH**

Wellingsbüttler Weg 170 - 22391 Hamburg - (040) 5361248

Designermode gesucht!

Direkter Ankauf - Barzahlung sofort

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

Jil Sander • Boss • Escada etc.!

Wir holen auch ab!

Second  *Herzog*

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

ASMUS HEIZUNG

Ökologische Heizsysteme

Öl • Gas • Solar • Pellets • Wartung

Oehleckerring 17 • Tel. 5 31 22 59 • www.asmus-heizung.de

75
Jahre



Praxis-Einrichtungen
Büroeinrichtungen
Empfangstresen

jede Abmessung und Oberfläche
1500 m² große Ausstellung

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



EGGERS

EGGERS GRUPPE

Container

von 1 bis 30m³
ab 59,50 € inkl. MwSt.

Wir beraten Sie gern:

04109/27 99-23

Abfuhr/Entsorgung von:

Bauschutt, Bauabfällen
Dachpappe
Gartenabfällen, Holz

Zusätzlich Lieferung von:

Sand, Kies & Mutterboden

www.egggers-container.de

Die Schauspielerin Chris Pilcher ist nicht nur umwerfend schön, sie versteht es auch das Publikum um den Finger zu wickeln. Am 27.11. ist sie im Torhaus zu sehen.



Sie haben Fragen zu den Themen:

- Immobilienbewertung
- Immobiliensuche
- Grundstücksteilung
- Neubebauung
- Modernisierung

Sie brauchen Hilfe bei / Informationen zu:

- gesetzliche Neuregelungen
- Erstellung Energiepass
- architektonischen Veränderungen
- Haushaltsauflösung
- Erbangelegenheiten

Nutzen Sie unser Know-How und unser umfangreiches Netzwerk.
Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

ZUHAUSE IN BESTEN LAGEN



DAHLER & COMPANY
IMMOBILIEN

1/Ahrensburg – Gut geschnittene Eigentumswohnung in ruhiger und grüner Lage, 1. OG, Bj. 1998, ca. 93 m² Wohnfl., 2 2/2 Zimmer, EBK, Wannenbad, Gäste-WC, sonniger Balkon, Tiefgaragenstellplatz, V, Erdgas, 128 kWh/(m²a), KP: EUR 250.000,-

2/Poppenbüttel – Ein-/Zweifamilienhaus mit vielseitigem Grundriss in familienfreundlicher Lage, Bj. 1973, 2002/2003 energetisch saniert, ca. 158 m² Wohnfl., 5,5 Zi., derzeitige Aufteilung in 2 Wohneinheiten, ca. 590 m² Grdst., V, Gas, 107 kWh/(m²a), KP: EUR 475.000,-

3/Sasel – Charmante Rotklinker-Kaffeemühle auf großzügigem Grundstück, Bj. um 1932, ca. 177 m² Wfl. zzgl. Ausbaureserve im Dachgeschoss, 6 Zimmer, erhöhte Decken, Redpine-Böden, EBK, 2 Bäder, Vollkeller, ca. 585 m² Grdst., V, Öl, 181,1 kWh/(m²a). KP: EUR 510.000,-

www.dahlercompany.de

DAHLER & COMPANY Alstertal | Wellingsbüttler Weg 136 | Telefon: 040.53 05 43-0 | alstertal@dahlercompany.de

Die vom Käufer im Falle eines Ankaufs an die DAHLER&COMPANY Alstertal GmbH & Co. KG zu zahlende Provision beträgt 6,25 % inkl. der gesetzl. MwSt. bezogen auf den Kaufpreis.

Termine im Alstertal

Mi., 4. November

Die Irular in Südindien: eine Fotoausstellung von Günter Spitzing. Der Autor erzählt von seinen Begegnungen. Bücherhalle Alstertal, Heegbarg 22. geöffnet: Di - Fr: 11 - 19 Uhr, Sa: 10 - 14, Montag geschlossen. Ausstellung läuft: 4.11. - 23.12. 2015. Mehr unter Tel. 690 838 52 und www.buecherhallen.de.

Sa., 7. November

Skat- und Kniffelabend der Vereinigung Duvenstedt e. V. Das Startgeld beträgt 15 Euro. Für Essen und Trinken ist gesorgt. Duvenstedter Markt 8. Anmeldungen sind bis zum 30.10. unter Tel. 644 19 323 oder per Email möglich: info@vereinigung-duvenstedt.de.

So., 8. November

Chansonabend mit Sängerin und Schauspielerin Annette Mayer. Eine musikalische Reise mit dem Titel „Glückliche Liebe, muss das denn sein?!“ Forum Alstertal, Kritenbarg 18. Beginn: 18 Uhr, Abendkasse: 17 Euro. Mehr Infos unter: 606868.

Fr., 13. November

„Basar der Generationen“ mit

vielen Kuriositäten und Raritäten, in der Kirchengemeinde Lemsahl-Mellingstedt, Maadcker 5, 16 bis 20 Uhr. Am Samstag, 14.11., 11-17 Uhr. Mehr unter: www.kirche-duvenstedt.de und Tel. 608 900 03.

Sa., 14. November

24. Kunsthandwerkermarkt in Duvenstedt: Max-Kramp-Haus, Duvenstedter Markt 8. 14 und 15. November, von 11 bis 18 Uhr geöffnet. Eintritt 1,50 Euro, Kinder frei. Mehr Infos unter Tel. 607 06 55.

Fr., 20. November

Weihnachtsmarkt der Kunsthandwerker mit rund mit 30 Ausstellern im Torhaus Wellingsbüttel, Wellingsbüttler Weg 75 b, 13 bis 18 Uhr, 21. & 22. 11., 11-18 Uhr. Mehr Infos: www.kulturkreis-torhaus.de und Tel.: 5361270.

Fr., 27. November

Die Schauspielerin Chris Pilcher fesselt ihr Publikum in der Lesung „Der Duft der Liebe“. Wo?: Torhaus Wellingsbüttel, Wellingsbüttler Weg 75 b, Zeit: 19.30 Uhr, Preis: 21 Euro. Mehr unter: www.kulturkreis-torhaus.de und Tel.: 5361270.



Dr. Schütte und Team
Zahn-Heilpraxis Hamburg



Telefonische
Terminvereinbarung
040 / 642 99 10

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

Friedhofsgärtnerei

Dorothea
Westphal
& Tochter GmbH

Ihre
persönliche
Vorsorge:
**DAUERGRAB-
PFLEGE**

Hauptfriedhöfe:
Ohlsdorf, Bergstedt, Volksdorf

Fuhlsbüttler Straße 727 • 22337 Hamburg
Telefon (040) 59 25 39



www.friedhofsgaertnerei-westphal-tochter.de



Seh meile

aus liebe zum detail.....

Hummelsbütteler Markt 16
22339 Hamburg Tel. 538 33 77

AUGENOPTIK • KONTAKTLINSEN • TAUCHSPORT-OPTIK

Inhaber: Sabine Gellermann e.K. staatl.geprüfte Augenoptikerin & Augenoptikermeisterin. Handelsregister: HRA 89923

Lust auf... *ausgezeichnete Sicht*
Autofahrerbrillen

Autofahrer - Brillengläser
für Fahrten in der Dämmerung und in der Nacht

für hohen Kontrast und bestes Sehen



Neues Album:

Eine Hexe in der Schule



Im „Zirkus Geometrikus“ lernen Kinder geometrische Formen kennen. Dabei hilft u.a. ein Schwein im rosa Petticoat.

Die **Hummelsbüttlerin Catharina Caspar** schickte auf Konzerten und Kinderlieder-CDs die Kunstfigur „**Hexe Knickebein**“ auf allerlei Abenteuer. So war sie bereits im Märchenland und im Weltall. Auf ihrer neuesten CD wagt sich die Hexe auf unbekanntes Gebiet – in die Schule! Wir fragten die Musikerin, was Kinder daraus lernen können.

Alstertal Magazin: Das neue Album heißt „In der Schule“ – drückt die Hexe selbst die Schulbank oder ist sie nur auf Besuch dort?

Catharina Caspar: Sie drückt selbst die Schulbank und lernt lesen, schreiben, rechnen. Sie speist in der Schulkantine und singt im Chor. „Lernt sie fliegen auf dem Besen? Nein, sie lernt ein Buch zu lesen. Lernt sie hundert Zaubersprüche? Nein, sie lernt das 1 mal 1 zu rechnen.“

Du bist ja selbst Lehrerin. Hast du auch Themen aus deinem eigenen Alltag einfließen lassen?

Aus meinem Lehrerinnen-Alltag inspiriert ist das Lied vom verstimmten Klavier. „Wer macht schaurige Töne und kann nichts dafür? Das verstimmte Klavier!“ sowie das Lied von fiesen und gemeinen Kerl namens Karl. „Wer ärgert alle Kinder? Wirft Schneebälle im Winter? Wer klaut die Pausenbrote? Sagt lauter schlimme Worte? Da geht er, das steht er, da kommt er, da rennt er, der miese, der fiese, der gemeine Kerl namens Karl.“ Außerdem gibt es das „Farbenlied“ und das „Lied vom Gegenteil“. Im dem Lied Zirkus Geometrikus lernen die Kinder Kegel, Kugel und Zylinder kennen. Man kann also jedes Unterrichtsfach spielerisch im Lied umsetzen.

Auf vergangenen Alben hast du oftmals ungewöhnliche und exotische Instrumente eingebaut. Gibt es das diesmal auch? Diesmal eher nicht. Aber es sind wieder richtige Instrumente von lebendigen Musikanten eingespielt. Klavier, Klarinette, Geige etc. sind dabei.

Was ist ein Umfeld, in das du die Hexe gerne irgendwann noch bringen möchtest? Was würde dich daran reizen?

Als nächstes ist die Hexe Knickebein in Afrika zu Gast. Sie kocht Fufu beobachtet ein hungriges Krokodil und feilscht auf dem Markt von Marrakesch. Dort bieten sich besondere Rhythmen und besondere Instrumente an. Ich hoffe viele afrikanische Musiker kennen zu lernen und mit ihnen zu arbeiten. Danach hätte ich noch Ideen mit der Hexe Knickebein durch das Jahr zu reisen. Für jeden Monat ein Lied. Da bieten sich auch einige Dinge an, welche man besingen kann.

Christian Luscher



Fotos: Catharina Caspar

Ist auf Konzerten auch selbst in der Rolle der Hexe Knickebein unterwegs: Catharina Caspar.

Wir verlosen 5 Exemplare der neuen CD! Einfach Postkarte mit Stichwort „Knickebein“ ans Alstertal Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder Mail an 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

Beratung in HH-Volksdorf,
den Walddörfern und Umgebung
durch Frau Canadas 040 23 99 43 32

Hausanschlüsse

Schlüsselfertig gebaut?
Und was ist mit Wasser und Abwasser?

Wir sind ein spezialisierter und zertifizierter Betrieb für Wasser-/Abwasseranschlüsse und verfügen über Bagger in jeder Größe. Alternativ „schießen“ wir den Anschluss grundstücksfreundlich mit unserer „Erdrakete“.

Baderneuerung

Bei uns sind Sie richtig!

Wir planen und realisieren Ihr persönliches Traumbad preiswert, schnell, individuell und zuverlässig

- klassische bis moderne Bäder
- kleine Bäder
- altersgerechte Bäder
- behindertengerechte Bäder
- eine eigene Wellnessoase
- attraktive Bad- und Küchenarmaturen

Sanitärtechnik
Heizungsbau
Dachernuerung
Solaranlagen
Regenwassernutzung

michael
Krohn

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

www.footinmotion.de

footinMotion®
Ihr Fußexperte

Die Füße sind ein Grund zum Gehen!

- rezeptfreie Maßeinlagen für Damen, Herren und Sport
- extrem dünn, passend für fast alle Schuhe
- passendes Fußbett für konfektionierte Schuhe



© Foto: G. Harmantha - fotostila.com

footinMotion® GmbH
Eppendorfer Landstr. 12, 20249 Hamburg
Tel.: 040 / 23 93 52 69

Ihr Maler im Alstertal

Wohnen ist Leben.

Wir streichen, verputzen und veredeln Ihre Wände. Wir verlegen Teppichböden, Parkett, Designplanken.
Kurz: Wir verschönern Ihr Leben

Innenausbau

- Fliesenarbeiten
- Trockenbau



Wand und Boden

Duvenstedter Damm 16a
22397 Hamburg
Telefon 040 / 63 97 65 76
www.timms-team.de



„Bisher habe ich immer gemordet!“

Im November sorgt das 9. Hamburger Krimifestival für Spannung. Wieder mit dabei, die Schauspielerin Sandra Quadflieg. Sie liest auf Kampnagel aus dem Bestseller „Tu es. Tu es nicht“ von Steve J. Watson.

Alstertal Magazin: Experten prophezeien einen Umbruch in den Lesegewohnheiten, vom Buch zum E-Reader. Wie hältst du es?

Sandra Quadflieg: Ich bin ein haptischer Mensch und bevorzuge deshalb nach wie vor gedruckte Bücher, in denen ich blättern kann. Ich liebe es auch, in Antiquariaten nach längst vergessenen Schätzen zu suchen. So bin ich auf meine besten Bühnenprogramme für meine Lesungen gestoßen. Einen E-Reader besitze ich auch gar nicht.

Wenn du liest, was ist dein Lieblingsgenre?

Am liebsten lese ich Theaterstücke, Gedichte und Philosophen. Gute Literatur erschließt sich einem immer wieder neu. Je älter ich werde, umso deutlicher wird mir das bewusst.

Wenn Krimi, hast du da einen Lieblingsautor?

Mein aktueller Lieblingsautor ist in diesem Genre natürlich S.J. Watson, denn er schreibt unglaublich szenisch. Jedes Kapitel spielt sich beim Lesen vor dem inneren Auge wie ein Film ab. Wirklich ganz großes Kino. Das erklärt sicher auch, warum sein erster Roman bereits mit Nicole Kidman und Colin Firth verfilmt wurde.

Krimis mit ihren vielen Morden und Toten verzerren das Bild auf die Realität. Hast du beim Vorlesen eines Krimis ein schlechtes Gewissen, wenn die Menschen Kampnagel ängstlich verlassen?

Oh nein, ganz im Gegenteil! Für mich ist es doch das schönste Kompliment, wenn das Publikum Gänsehaut vor Spannung bekommt.

Der Krimi behandelt ein ernstes Thema:

Manipulation durch andere. Überdenkt man Freundschaften und eigene Handlungen nach so einem Buch?

Auf diese Frage kann ich nur mit meinem Lieblingszitat aus Paracelsus von Arthur Schnitzler antworten: „Wir spielen immer – wer es weiß, ist klug.“

Wärest du in einem Fernseh-Krimi als

Schauspielerin lieber Täter oder Polizistin?

Ich würde beides sehr gerne spielen, denn mich reizen beide Charaktere. Obwohl ich zugeben muss, dass ich bisher immer gemordet habe. Eine Polizistin war ich dagegen noch nie. Daher wird es eigentlich höchste Zeit dafür!

kw

Tipp: Vom 3.-9.11. gibt es auf Kampnagel beim **9. Hamburger Krimifestival** wieder Hochspannung. 18 Top-Bücher werden von prominenten VorleserInnen wie Andrea Sawatzki, Ulrich Wickert und vielen mehr präsentiert. Die Hamburgerin **Sandra Quadflieg** beispielsweise trägt am **5.11. um 21 Uhr** im p1 aus **Steve J. Watsons „Tu es. Tu es nicht“** vor. Tickets: 12 €, z.B. über www.adticket.de. Das ganze Programm gibt es auf: www.krimifestival-hamburg.de

Freut sich „wenn das Publikum Gänsehaut vor Spannung bekommt“:
Schauspielerin Sandra Quadflieg.

Immobilienangebote – November 2015

Dies ist ein Auszug aus unserer stetig aktualisierten Datenbank.

Wir begleiten über 11.200 aktive Kundenanfragen. (Stand 10/15)



Professor aus NRW sucht charakterstarkes Haus
Ruhige Umgebung im Alstertal und Umland mit mind.
5 Zimmern gesucht. Auch mit Renovierungsstau.
Kaufpreisvorstellung bis € 1.000.000,-

Kd-Nr: 11586

Porsche-Mitarbeiter sucht Einfamilienhaus mit Garage
Im Bereich der Walddörfer, vorwiegend Lemsahl oder Sasel.
Haus ab 140 m² Wohnfläche mit Garten für die Kinder.
Kaufpreisvorstellung bis € 800.000,-

Kd-Nr: 07230

Projektentwickler aus Berlin kauft Immobilien
Renovierungsbedürftiges Mehrfamilienhaus, Haus, Wohnung
oder Grundstück. In Hamburg und Umgebung.
Kaufpreisvorstellung offen

Kd-Nr: 01698

Alleinstehende ältere Dame möchte sich verkleinern
Ruhige Wohnung im Erdgeschoss oder 1. OG.
Gern 3 Zimmer in Volksdorf und Umgebung.
Kaufpreisvorstellung bis € 300.000,-

Kd-Nr: 11713

Perser sucht besondere Wohnung
Wohnfläche ab 100 m² mit Pkw-Stellplatz im Alstertal.
Ein Balkon oder eine Terrasse ist erwünscht.
Kaufpreisvorstellung bis € 600.000,-

Kd-Nr: 02112

Fernsehjournalist sucht den Rotklinker
Mit Charme und Wohnfläche ab 150 m². Gerne mit großem
Grundstück und guter Verkehrsanbindung.
Kaufpreisvorstellung bis € 1.200.000,-

Kd-Nr: 11708

Wirtschaftsjurist sucht Grundstück
Grundstück kann zwischen 600 m² bis 1.200 m² liegen.
Möglichst nahe am GOA Gymnasium.
Kaufpreisvorstellung bis € 490.000,-

Kd-Nr: 10338

Chinesische Großeltern möchten ins Alstertal
Gerne Wohnung mit Fahrstuhl und großem Balkon. Lemsahl,
Duvenstedt, Wellingsbüttel, Bergstedt oder Volksdorf.
Kaufpreisvorstellung bis € 800.000,-

Kd-Nr: 10073

Unternehmer-Paar aus der Schweiz sucht im Alstertal
Einfamilienhaus in repräsentativer Wohnlage gesucht.
Schöner Garten und hohe Privatsphäre wünschenswert.
Kaufpreisvorstellung bis € 2.000.000,-

Kd-Nr: 11061



Bestellerprinzip? Nicht für Sie!
Für Verkäufer sind wir weiterhin
100% kostenfrei tätig

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 Hilmar Mühlig, Verkaufsleiter Alstertal

Günther & Günther GmbH

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

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

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



GÜNTHER & GÜNTHER
IMMOBILIEN AUS LEIDENSCHAFT

ANZEIGE

Mit HYPOXI endlich zur Wunschfigur!

Zwei Kundinnen berichten von ihren Erfahrungen

„Innerhalb von 5 Wochen habe ich mit HYPOXI 4,5 kg abgenommen. Und das auch noch an den richtigen Stellen, nämlich am Bauch (5 cm Umfang) und an den Oberschenkeln. Nach 2 misslungenen Diätversuchen, bei denen ich zwar auch abgenommen habe (nur leider im Gesicht, an den Oberarmen und am Busen), habe ich einen Termin bei HYPOXI gemacht. Ich bin total glücklich endlich wieder meine „alte“ Figur zu haben. Meine Lieblingshosen passen wieder! Mein Bauch ist weg. Dank der guten Ernährungsberatung esse ich jetzt gesünder und auch ausreichend. Vielen Dank an das HYPOXI-Team!“

- Susanne Köpke, 58 Jah



Inhaberin Christiane Schlüter (li.) mit Kundin Susanne Köpke (58)

„Nach irre langem Zögern habe ich mich endlich getraut, bei HYPOXI zu erscheinen. Mein Mut hat sich wirklich gelohnt. Ich habe bei 116,9 kg (mit fast 70 Jahren) gestartet. An die Ernährungsempfehlungen habe ich mich fast immer gehalten – und die Kilos wurden weniger. Dann stand die jährliche Blutuntersuchung beim Internisten an. Zu den Ergebnissen meinte der Arzt nur: „So gute Werte habe es bei mir noch nie gegeben!“

Heute wiege ich 85,9 Kilo Das sind 31 Kilo weniger und an 7 Messpunkten zusammen habe ich ca. 183 cm verloren. Ich hätte nicht geglaubt, das soweit zu schaffen. Mein Ziel ist es 80 Kilo zu erreichen, auch das werde ich schaffen!“

-Helga K., 70 Jahre



Kundin Helga K. verlor mit HYPOXI ganze 31 Kilo!



Kostenlose Probetermine
unter 0160/ 1842813 bei
Christiane Schlüter

2 mal in Hamburg
Stadtbahnstr. 32a, ☎ 38 65 07 34
Elbchaussee 96, ☎ 24 43 92 06

info@hypoxistudios-hamburg.de • www.hypoxistudios-hamburg.de

GUTSCHEIN

Testen Sie uns!

1 Gratis Doppelbehandlung
im Wert von 60 Euro

(Gültig bis 27.11.15)

Nur für Neukunden.

Volksdorf

im Fernsehen?

Das schöne Volksdorf ist für viele Hamburger das idyllischste Fleckchen im Nord-Osten der Hansestadt. Ein ganz besonderer Charme umgibt den kleinen Stadtteil. So besonders, dass sogar ein Produktionsteam des ZDF auf das Örtchen im Grünen aufmerksam geworden ist. Es drehte dort einen Film – mitten in Volksdorf!

Ende September war so einiges los auf dem Volksdorfer Marktplatz. Filmaufnahmen zu der ZDF-Produktion „Apropos Erdbeeren“ wurden nämlich vor Ort abgedreht. Erstaunt versammelten sich neugierige Besucherträubchen um das Filmset und schauten zu, was in der Filmwelt vor sich geht. In der Komödie, von Regisseurin Ulrike Grote, wird das Leben einer Mitte 40-Jährigen gehörig auf den Kopf gestellt, als ihre perfekte Traumblase von Le-

bensplanung, durch eine Affäre ihres Mannes zerstört wird. Als sie bei einem Geburtstagsessen davon erfährt, ist nicht nur sie überfordert – sechs erwachsene Menschen stellen plötzlich fest, wie das Leben eigentlich spielt! In den Hauptrollen spielen Janna Striebeck, als Maja, und Martin Lindow, als ihr Mann Florian. Noch bis Ende Oktober wird die leicht bitter-böse, aber liebevolle Geschichte über die Probleme und neuen Möglich-





Fotos: ZDF / Georges Pauly

Die Schauspielerin Janna Striebeck ist aus Hamburger-Produktionen, wie „Notruf Hafenkante“ und „Großstadtrevier“ bekannt.

keiten, die sich ergeben, wenn man die Komfortzone seines Lebens verlässt, produziert. Ein Sendetermin war bei Redaktionsschluss noch nicht be-

kannt. Es heißt also „abwarten“ und gespannt sein, wie viel vom schönen Volksdorf in diesem kleinen Familiendrama zu sehen sein wird. ju

Bei einer Geburtstagsfeier zerplatzt die Traumblase von einem perfekten Familienleben der Mitte 40-Jährigen Maja (Janna Striebeck), als sie erfährt, dass ihr Mann (Martin Lindow) sie hintergeht.



So gut, dass Behrmann Automobile ihn gern zurücknimmt.

Junge Sterne: So Mercedes wie am ersten Tag.

Wir sind uns so sicher, dass Junge Sterne Ihre Ansprüche erfüllen, dass wir Ihnen für 10 Tage ein Umtauschrecht einräumen, falls Sie nicht zufrieden sind. Dazu gibt's 24 Monate Fahrzeug- und 12 Monate Mobilitätsgarantie u.v.m.¹ Jetzt über 150-mal bei uns.



Mercedes-Benz
Das Beste oder nichts.

¹Die Garantiebedingungen finden Sie unter www.mercedes-benz.de/junge-sterne

Anbieter: Daimler AG, Mercedesstraße 137, 70327 Stuttgart

BEHRMANN
AUTOMOBILE.DE

Behrmann Automobile GmbH

Autorisierter Mercedes-Benz Service und Vermittlung
Segeberger Chaussee 53 - 67 • 22850 Norderstedt
Tel.: 0 40 - 52 90 90-211 • Fax: 0 40 - 52 90 90-100
E-Mail: info@behrmann-automobile.de
Internet: www.behrmann-automobile.de



Foto: Martina van Keem

Auch in diesem Jahr wird im Parlament die Post abgehen – auf der MeridianSpa-Herbstparty mit heißen Beats und coolem Publikum.

KARTEN
gewinnen!

HerbstParty

Wummernde Beats statt Workout, Flirten statt Fitness-Gerät, auspowern auf dem Dancefloor statt auf der Yoga-Matte. Am **14. November** lädt **MeridianSpa** ab 21 Uhr alle Hamburger zur schon legendär gewordenen **Herbstfieber-Party ins Parlament**, Rathausmarkt 1, ein. Live-Musik der Coverband „Ever so“ sorgt genauso für Stimmung, wie heiße House- und Elektro-Beats auf dem House-Floor, sowie Pop- und Dance-Classics auf dem Main Floor. Mehrere Bars in der

stylischen Location versorgen die feierfreudigen Gäste mit kühlen Drinks und kleinen Leckereien. Die Nacht wird schließlich lang ... Karten sind für 15 Euro an der Rezeption in jedem der fünf Hamburger MeridianSpa-Filialen erhältlich (Infos: www.meridianspa.de). Oder Sie gewinnen sie! **Wir verlosen 3x2 Eintrittskarten** für die Herbstparty von MeridianSpa. Wer zwei gewinnen möchte, der sendet eine E-Mail mit dem Stichwort Party an k.wehl@alsternet.de. Einsendeschluss ist der 6.11.



Foto: AW/Martin Brückmann

Bernd Glathe mit den Sportlern Sebastian Bayer (Leichtathlet & Olympionike) und HSV-Handballer Kevin Schmidt, die Auto Wicherts „JA“ zu Olympia in Hamburg unterstützen!

Stimmung machen für Olympia & die Paralympics

„Wir bei **Auto Wichert** sind Feuer und Flamme für Olympia in Hamburg, weil unsere Stadt zeigen kann, was für eine weltweite und innovative Metropole sie ist. Jetzt muss das Bürgervotum am 29. November positiv ausfallen und wir werden daher alle unsere Kunden dazu aufrufen, für die Bewerbung mit einem klaren Ja zu stimmen“, sagt Bernd Glathe, Geschäftsführer Auto Wichert GmbH. Damit die Kunden auch von dieser Leidenschaft mitgerissen werden, präsentieren sich seit kurzem rund 250 Auto Wichert-eigene Fahrzeuge mit dem Feuer und Flamme-Logo ‚Hamburg 2024 – Das gibt’s nur einmal‘, die 16 Standorte werden beflaggt und es wird in allen Kundenservicebereichen Info-Points mit Pro-Olympia-Flyer geben, die „10 Gründe für ein Olympia in Hamburg“ erläutern und warum Auto Wichert für ein Ja stimmt. Mehr Infos unter auto.wichert.de

Vormerken:

„Schulze Christmas World“ feierliche Eröffnung am 7. & 8.11.

Wer sich jetzt schon um die Weihnachtsdekoration kümmert, der kann sich im Dezember entspannt zurücklehnen und sich stressfreier auf das Fest freuen. Am besten klappt diese Vorbereitung bei **Schulze Outdoor Living** im Waldweg 95. Dort glitzert und funkelt bereits jetzt ein großes Angebot an stilvollem Weihnachtsschmuck, neben gemütlichen Wohn-Accessoires und winterlichen Dekorationen für drinnen und draußen – es gibt jede Menge weihnachtlicher Inspirationen. Offiziell und feierlich eröffnet wird die große Weihnachtsausstellung „Schulze Christmas World“ am 7.11. von 9–16 und am 8.11. von 13–18 Uhr mit Glühwein und frischen Waffeln. Mehr Infos unter **Tel. 601 20 12** und www.schulze-outdoorliving.de.

„Schulze Christmas World“: Bereits jetzt funkelt es bei Schulze Outdoor Living weihnachtlich.



KINDERBETREUUNG

- ❖ qualifizierte Kinderversorgung bei Ihnen zu Hause
- ❖ alltägliche Haushaltsführung wie z.B. kochen, putzen, einkaufen

Wenn Eltern krank werden, helfen wir!



Familien- und Seniorenhilfe e. V.
Schloßstr. 94, 22041 Hamburg
Tel. 040 / 36 11 19 - 0
www.hamburg.nmd-ev.de

Hamburgs große Boxspringwelt
mit Fachberatung und über 40 Ausstellungsbetten.

NEU: CARPE  DIEM
BEDS OF SWEDEN



Teppich



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

www.alstertal-magazin.de

KÜCHENKÖNNER AUS HAMBURG



**JETZT
NEU**
bei Hansa!

TEAM 7

IN DER KÜCHE
KANN ES UNS NIE
ZU HOLZIG SEIN.
AUSSER
BEIM SPARGEL.

- it's a tree story:

HANSA Complet-Küchen GmbH
Lübecker Straße 126, 22087 Hamburg
www.hansa-kuechen.de
Mo.-Fr. 10 bis 19 Uhr, Sa. 10 bis 17 Uhr

Mit Mut & Fantasie

Edmund Stoiber, Ministerpräsident a. D., ist der diesmalige Ehrengast auf dem Hamburger Herbstempfang, zu dem der Magazin Verlag Hamburg jährlich einlädt. Im Interview spricht er über die Herausforderungen der Integration von Flüchtlingen und seine Hoffnungen für die junge Generation.

Altertal Magazin: Sie sind gerade 74 Jahre alt geworden. Einige Ihrer Altersgenossen sind ein Jahrzehnt oder länger in Rente. Was treibt Sie an?

Edmund Stoiber: Ich bin ein politischer Mensch. Das war ich lange vor meinen hohen Ämtern. Und das bin ich auch danach geblieben. Das Schöne ist, dass ich heute ohne die Gesamtverantwortung eines Ministerpräsidenten oder Parteivorsitzenden auswählen kann. Was interessiert mich, was macht mir Spaß?

Von 2007 bis vor einem Jahr leiteten Sie auf EU-Ebene ehrenamtlich eine Arbeitsgruppe zum Bürokratieabbau. Was haben Sie daraus für den politischen Alltag in Deutschland gelernt?

In Brüssel gibt es bestimmt viel zu verbessern. Aber man macht es sich häufig auch sehr leicht, mit dem Finger nach Brüssel zu zeigen, obwohl die Verantwortung in der nationalen Politik liegt. Bürokratie gibt es nicht nur in Brüssel, sondern oft noch mehr in Rom, Paris oder Berlin. Außerdem wird einem auf EU-Ebene sehr schnell klar, dass wir wesentlich weniger national regeln können, als wir es immer noch gerne glauben. Vor allem aber habe ich erlebt, wie unterschiedlich die Mentalitäten in der EU sind und dass wir nicht alles durch die deutsche Brille sehen dürfen – wenn wir Europa wollen.

In der Flüchtlingskrise setzen Sie sich für Leitkultur, Grenzkontrollen und mehr Beschränkungen ein. Von einigen Kommentatoren wird das als Ernstnehmen der „besorgten Bürger“, von anderen als politische Zündelei wahrgenommen. Ist es angemessen, wenn Politiker aus einem Deutschland, in dem fast jeden Tag ein neues Flüchtlingsheim brennt, solche Rhetorik benutzen?

Was ist zu kritisieren, wenn ich auf unsere im Grundgesetz festgelegte Leitkultur hinweise? Was Beschränkungen angeht, kann ich unserem Bundespräsidenten Joachim Gauck nur zustimmen: Unser Herz ist weit, doch unsere Möglichkeiten sind endlich. Ein funktionierender Staat, der zu Hilfe in der Lage sein will, braucht nach außen Grenzen und nach innen klare Regeln für das Zusammenleben. Wenn dies nicht deutlich

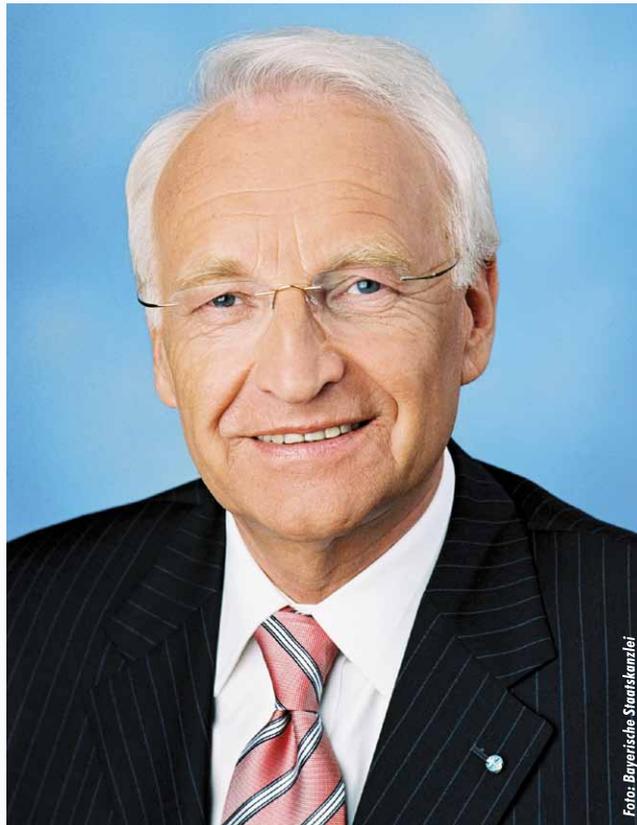


Foto: Bayerische Staatskanzlei

„Nach meinem Eindruck verbinden Hamburger und Bayern vielleicht mehr Gemeinsamkeiten, als man auf den ersten Blick vermutet.“

Dr. Edmund Stoiber, Ehrengast des Hamburger Herbstempfangs 2015

ausgesprochen und eingefordert wird, kommt unser Land in größte Probleme und soziale Konflikte. Im Übrigen: Kriminelle Verbrechen wie Brandanschläge auf Flüchtlingsheime sind auf das Schärfste zu verfolgen und zu bestrafen. Aber in erster Linie zeichnet sich Deutschland durch eine Hilfsbereitschaft aus, wie sie weltweit einmalig sein dürfte.

Kürzlich sagten Sie, die „gewachsene Leitkultur, die auch im Grundgesetz festgeschrieben ist“, könne nicht zur Disposition stehen, befürworten aber gleichzeitig drastische Änderungen des Asylrechts, das ja ebenfalls im Grundgesetz festgeschrie-

ben ist. Wie passt das zusammen? Nein, das ist falsch. Ich habe keine Änderung des Asylrechts befürwortet. Was ich fordere, sind gemeinsame europäische Standards bei der Umsetzung des Asylrechts. Und ich bleibe dabei, dass es eine deutsche Leitkultur gibt, nämlich den Wertekanon unseres Grundgesetzes: Menschenwürde, Demokratie, Rechtsstaat, Gleichberechtigung, Trennung von Staat und Kirche, Meinungs- und Religionsfreiheit. Wer hier leben will, muss sich der Leitkultur des Grundgesetzes unterordnen. Das gehört auch zu unserer beeindruckenden Willkommenskultur.

Für den Herbstempfang besuchen Sie wieder einmal Hamburg. Was sind Ihre Eindrücke von den Hamburgern im Vergleich mit den Bayern? Was können die beiden noch voneinander lernen?

Nach meinem Eindruck verbinden Hamburger und Bayern vielleicht mehr Gemeinsamkeiten als man auf den ersten Blick vermutet. Zum Beispiel ein ausgeprägtes föderales Selbstbewusstsein, starke Tradition und Heimatliebe, aber auch die Gelassenheit, das „leben und leben lassen“.

Unabhängig davon: Lernen kann man immer voneinander.

Die Idee hinter dem Sozial-Oskar ist, junge Leute zu sozialem Handeln zu animieren. Ist nach Ihrer Erfahrung die „Jugend von heute“ tatsächlich egoistischer oder ist sie sozialer als ihr Ruf?

Der Sozial-Oskar ist eine großartige Idee, sozialem Handeln junger Leute eine Bühne zu geben und andere zum Mitmachen anzuregen. Ich glaube nicht, dass die sogenannte Jugend von heute egoistischer ist als ihre Vorgänger. Die Bereitschaft zum Mitfühlen und sich Engagieren ist durchaus da. Vielleicht ist sie heute projektbezogener als zu früheren Zeiten. Wenn ich mir Beispiele wie den jungen Felix Finkbeiner ansehe, der als Neunjähriger im Jahr 2007 die Schülerinitiative „Plant for the Planet“ ins Leben gerufen hat, dann ist das wirklich enorm. Heute sind über 100.000 Kinder im Alter von 9-12 Jahren weltweit aktiv, pflanzen Bäume gegen die Klimakrise und der Initiator Felix spricht vor den Vereinten Nationen in New York. Also, mit Mut und Fantasie kann man eine ganze Menge bewegen!

Christian Luschner

VOLLES VERWÖHNPROGRAMM

Bei Jeanett Gercken-Königsmarck kann man sich richtig verwöhnen lassen, die neuen Räumlichkeiten ihres **Kosmetikstudios Saseler Spitze**, Stratenberg 2, laden zum Entspannen ein. Im Zuge der Erweiterung wurde auch das Angebot der Behandlungen vergrößert. Neu im Team ist Julia Kronfeld, die ausgebildet ist im Bereich **Permanent Make-up**. Ihr Fachgebiet reicht von kleinen Korrekturen um die eigene Schönheit zu unterstreichen bis zum Kaschieren von krankheitsbedingten Makeln. Ebenfalls zum Team gehört die **Wellness- und Massagetherapeutin** Manuela Stolte, die ihre Kundinnen u.a. mit Hot Stone-, Aromaöl- oder Energetischen Massagen verwöhnt. Bei Jeanett Gercken-Königsmarck selber kann man z.B. eine spezielle Caviar Goldbehandlung genießen. Mehr Infos und Termine unter **Tel: 88 17 19 30**.

**Einladung
13.11 ab 17 Uhr:**
Sekttempfing und
Vorstellung der neuen
Räumlichkeiten des
Kosmetikstudios
Saseler Spitze.



Das Team des Kosmetikstudios Saseler Spitze.

AB OKTOBER WIEDER WEIHNACHTSMARKT UND KEINE SPUR VON LANGeweILE

Neue Wohnaccessoires
von Madam Stoltz, Bloomingville,
Ib Laursen, Hübsch und Nordal

www.kwp-baumarkt.de

BLOOMINGVILLE
Baumschmuck
€ 5,99/Stk.

Merry
Christmas

let it snow

kwp
BAUMARKT



Karl Waldemar Peters GmbH | Saseler Chaussee 211 | 22393 Hamburg
Telefon 040 600 19 60 | Mo - Fr 9-19 Uhr | Sa 9-18



Service



Premium-Service auch für Volkswagen.

Jetzt Termin zum Räderwechsel vereinbaren!

Ihr Volkswagen Service Partner

Audi Ahrensburg

Audi Hamburg GmbH

www.audi-ahrensburg.de

service.ahrensburg@audizentrum-hamburg.de

Gänseberg 7, 22926 Ahrensburg

Tel. 0 41 02/49 09-0



Audi Ahrensburg

Ein Standort der Audi Hamburg GmbH
Ihr Volkswagen Service Partner

30 JAHRE PREMIUM-KOSMETIK!

Leidenschaft für die gesunde, schöne Haut – so lässt sich die Intention der gelernten Drogistin und Kosmetik-Expertin **Susen von Uslar** zusammenfassen. Das Thema „Haut“ begleitet sie schon ihr ganzes Leben lang. Vor 30 Jahren brachte sie bereits ein Lehrbuch über Naturstoffe heraus. Ihr Wissen nutzte die damals 50-jährige schließlich, um ihre eigene Premium-Naturkosmetiklinie auf den Markt zu bringen. Schon damals benutzte



Susen von Uslar ist Fachfrau für die Haut und teilt ihr Wissen gerne.

sie einen Wirkstoff, zu der Zeit noch kaum bekannt, dafür heute in aller Munde ist – die Hyaluronsäure, die für verbesserte Hautfeuchtigkeit sorgt! Wichtig sind für Susen von Uslar nach wie vor nur die Inhaltsstoffe, nicht die Verpackung oder Werbung. Nur so kann durch die richtige Dosierung der Wirkstoffe eine sichtbare Hautverbesserung erzielt werden. Denn junge und vor allem gesunde Haut ihrer Kundinnen und das Wissen, wie man dieses Ziel erreichen kann, sind

nach wie vor der Antrieb von Susen von Uslar. Beratung und Verkauf erfolgt im **Forum für Haut und Körperpflege Christa Kükel** (Erdkampsweg 68), Tel: 50 65 57. Mehr Infos im Shop unter www.susenvonuslar.de oder Sie rufen Susen von Uslar persönlich an unter **Tel. 48 50 63 60**.



Leserbriefe

Das Thema Flüchtlinge bewegt die Leser des Alstertal Magazins, unsere Berichterstattung darüber hat deshalb viel Widerhall bei den Lesern gefunden. Außerdem dabei: eine Rückmeldung zum Thema Selbstständigkeit bei Kindern!

Zur Kolumne „Ein Fehler?“

Nächstenliebe und Engagement

Erstaunt bzw. entsetzt habe ich Ihr Editorial im neuen Alstertal-Magazin gelesen. Wie können Sie sich ein Urteil über die Flüchtlingssituation in Ohlstedt erlauben, wenn Sie keinen einzigen Flüchtling gesprochen haben. (...) Ich bin seit 6 Wochen im persönlichen Kontakt mit den Flüchtlingen, da ich sie jeden Tag in Deutsch unterrichte. Ich habe Frauen mit Kindern, schwangere Frauen, junge Männer, ältere Männer und Familien aus unterschiedlichen Nationen und Berufen, Akademiker, Handwerker, Lehrer kennen- und schätzen gelernt. Es ist mir unverständlich, wie Sie solch einen Unmut verbreiten können. Ich freue mich darüber, dass meine ehrenamtlichen Mitstreiter mit viel Motivation, Nächstenliebe und Engagement diese Menschen in Not unterstützen und hoffe, dass Kritiker wie Sie in der Minderheit sind und bleiben.

Gabriele Graumann

Deutschland entzweit sich

Das war sehr mutig von Ihnen diesen Artikel im Alstertal Magazin zu schreiben. Ich möchte Ihnen dafür danken! Sie waren in Ihrem Artikel kritisch, haben die Situation am Ohlstedter Platz ungeschönt beschrieben und ehrlich gezeigt, warum Sie das derzeitige politische Handeln in Sorge versetzt. Wir direkten Anwohner und auch viele weitere Ohlstedter fühlen genau wie Sie: Wir haben Angst. Angst um unsere Kultur, um die Sicherheit von uns und unseren Kindern, um die Zukunft unseres Zuhauses und letztendlich um Deutschland. (...) Und ich sage Ihnen: Hier ist nicht alles so rosa-rot, wie es gern von der Helfergruppe Ohlstedt-Hilft, die sogar gestern einen Preis für ihr Tun von der Bezirksverwaltung bekommen hat, dargestellt wird. (...) Deutschland entzweit sich gerade. Die Reaktionen auf Ihren Artikel belegen dies und hinterlassen m.E. einen sehr faden Beigeschmack. Ich hoffe inständig, dass die negativen Reaktionen Sie nicht davon abhalten, in Zukunft weiter kritisch zu sein und auch Ängste zu äußern.

Ariane Böhe



Hamburger Winterflohmarkt in den Messehallen

Trödel Kunst Kitsch & Ramsch

Messehallen Hallenflohmarkt

Sonntag 8 - 17 Uhr
15. November 2015

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

Eintritt € 3,50

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

Zur Kolumne „Ein Fehler?“

Multikulti ist gescheitert

Herzlichen Dank für Ihre wundervolle Kolumne. Ich hätte es nicht besser ausdrücken können bzw. Sie sprechen mir aus der Seele! Das Problem ist, dass man zurzeit so etwas offen normalerweise nicht einmal aussprechen darf. Man soll entweder für grenzen- bzw. schrankenlose Einwanderung sein, egal aus welchem Kulturkreis, oder man ist eben fremdenfeindlich, Rassist oder Schlimmeres. 2010 sagte Merkel: „Der Ansatz für Multikulti ist gescheitert, absolut gescheitert!“ – welche Lehren wurden daraus gezogen? Ich fürchte, fast keine. Danke für Ihr Engagement.

T. Neuberg

Zum Artikel „Eltern müssen loslassen lernen!“

Zur Selbstständigkeit erziehen

Sie schreiben darüber, dass die Kinder Selbstständigkeit entwickeln müssen. Da gebe ich Ihnen vollkommen Recht. Aber die Erziehung zur Unselbstständigkeit beginnt schon viel früher.

Unsere Töchter, heute inzwischen auch schon Eltern, wurden frühzeitig dadurch zur Selbstständigkeit erzogen, dass meine Frau Stoffwindeln verwendet hat. Als sie sitzen konnten, etwa mit 9 Monaten, wurden sie aufs Töpfchen gesetzt. Da die Stoffwindeln nicht so lange trocken hielten wie Pampers, haben sie sich gemeldet und es entstand die erste Selbstständigkeit. Sie waren mit 2 Jahren trocken.

Heute kann man getrost noch vierjährige mit Windeln antreffen. Bequem für die Eltern und wahrscheinlich würde man seine Kinder mit Stoffwindeln im Kindergarten auch nicht unterbringen können. Ich glaube, dass es bei den meisten Eltern, wie Sie es in der Schule schildern, entweder den Eindruck erwecken soll wie sehr sie sich kümmern, oder es ist das schlechte Gewissen, weil sie zu wenig Zeit für die Kinder haben, da sie berufstätig sind.

Peter Schröder



Eltern müssen loslassen lernen!

Son Jahren kreist eine Debatte um die Frage, in wie weit Eltern ihre Kinder in der Schulauf unterrichten sollten. Beim letzten Elternabend meiner Tochter wurde diese Debatte – mal wieder – auf die Spitze getrieben.

Am Anfang einer jeden Schuljahres steht ein Elternabend an, auf dem die Klassenlehrerinnen die Eltern über alles, was ihnen wichtig ist, informieren. In diesem Zusammenhang werden auch die Kinder, die in der Klasse sitzen, vorgestellt. Einmal im Jahr werden sie vorgestellt, und es ist ein Moment, das für die Eltern sehr wichtig ist. In diesem Moment ist es wichtig, dass die Eltern mit ihren Kindern in die Schule gehen.

großen Thema – der Debatte der Eltern zufolge – sind die von den Klassenlehrerinnen. Dabei geht es nicht darum, dass die Kinder in der Schule unterrichtet werden, sondern es geht darum, dass die Eltern in der Schule mit ihren Kindern zusammenkommen. Das ist ein Moment, das für die Eltern sehr wichtig ist. In diesem Moment ist es wichtig, dass die Eltern mit ihren Kindern in die Schule gehen.

cash4brands
clothing, shoes & accessories

WIR KAUFEN IHRE 2nd HAND DESIGNERMODE

SOFORT BARGELD

Telefon: 040 - 59 46 95 46 Internet: www.cash4brands.de

Audi Vorsprung durch Technik

Fortschritt spüren.

Der neue Audi A4.

Vorsprung in Design und Technologie. Sportlich und progressiv. Komfortable Fahreigenschaften, faszinierende Dynamik und Effizienz. Der Audi A4. Konzipiert und gebaut für höchste Ansprüche.

Der Audi A4 Vario Credit:
z.B. **Audi A4 Avant 2.0 TDI, 6-Gang***
Xenon Scheinwerfer, Klimaautomatik, Sitzheizung, Einparkhilfe hinten, Gepäckraumklappe elektrisch, MMI Plus Radio, Bluetooth Schnittstelle, Bordcomputer, Audi Pre Sense City, LM Räder 5 Arm Design u.v.m.

Leistung: 110 kW (150 PS), Fahrzeugpreis: € 36.900,- inkl. Überführungskosten und Zulassungskosten, Anzahlung: € 8.657,69 Nettodarlehensbetrag: € 28.242,31, Sollzinssatz (gebunden) p.a.: 2,86 %, effektiver Jahreszins: 2,90 %, Vertragslaufzeit: 36 Monate, Schlussrate € 19.583,20 bei 10.000 km jährlicher Fahrleistung, Gesamtbetrag: € 30.311,20, 36 monatliche Finanzierungsraten à € 298,-

Monatliche VarioCredit-Rate:
€ 298,-

Ein Angebot der Audi Bank, Zweigniederlassung der Volkswagen Bank GmbH, Gifhornstraße 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für die Finanzierung nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Bonität vorausgesetzt.

*Kraftstoffverbrauch l/100 km: innerorts 4,8; außerorts 3,6; kombiniert 4,0; CO₂-Emission g/km: kombiniert 104; Effizienzklasse A+. Angaben zu den Kraftstoffverbräuchen und CO₂-Emissionen sowie Effizienzklassen bei Spannbreiten in Abhängigkeit vom verwendeten Reifen-/Rädersatz. Abgebildete Sonderausstattungen sind im Angebot nicht unbedingt berücksichtigt. Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

Petschallies
Sasel

Petschallies Sasel GmbH, Tel.: 040/60 01 45-0
Volksdorfer Weg 192, 22393 Hamburg
sasel@petschallies.de, www.petschallies.de

Sagen Sie uns Ihre Meinung!

Leserbriefe können per Post an Alstertal-Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder per Mail an redaktion@alster-net.de geschickt werden. Aus Platzgründen behalten wir uns vor, die Briefe zu kürzen.

Sprachen über die Unterbringung und Integration von Flüchtlingen: Julian Georg (LINKE), Dr. Andreas Dressel (SPD), Dennis Paustian-Döscher (Grüne), Verleger Wolfgang E. Buss und Dennis Thering (CDU), v.l.



Diskussionsrunde:

Alstertaler Flüchtlingsgipfel

Wie ist die Flüchtlingskrise in Hamburg und dem Alstertal zu lösen? Um darüber zu diskutieren, trafen sich **Dr. Andreas Dressel** (SPD-Fraktionsvorsitzender), **Dennis Thering** (Vizevorsitzender der Hamburger CDU-Fraktion), **Dennis Paustian-Döscher** (Grünen-Fraktionsvorsitzender Bezirksversammlung Wandsbek) und **Julian Georg** (Vorsitzender Linksfraktion Wandsbek) in den Räumen des Alstertal Magazins. Zu den Themen **Integration, Abschiebung und Bürgerbeteiligung** wurde zum Teil hitzig debattiert!

Alstertal Magazin: An der aktuellen Flüchtlingspolitik des Senats gibt es viel Kritik. Gerade protestierten Flüchtlinge vor dem Rathaus, weil ihren Zelten Heizungen fehlten. Eine Erklärung von Fördern & Wohnen bemängelte das Fehlen eines ganzheitlichen Konzepts und den Verstoß gegen Mindeststandards. Ist die Regierung noch Herrin der Lage?

Andreas Dressel: Es ist eine Herausforderung, keine Frage, gerade die Mitarbeiter von Fördern & Wohnen leisten Großartiges, sind aber natürlich am Limit. Dass die sich kritisch äußern, ist nachvollziehbar. Trotzdem ist es so, dass wir seit September durch die Grenzöffnung unserer Bundeskanzlerin eine neue Lage haben, was ja alle Zahlen zeigen. Auf solche Zahlen konnte keiner vorbereitet sein. Jeder, der jetzt so tut, als hätte man das alles voraussehen können, streut den Bürgern Sand in die Augen. Klar ist: Es muss jetzt an vielen Stellen nachgesteuert werden. Es gibt laufend neue Notunterkünfte und die Einrichtungen müssen jetzt winterfest gemacht werden. Die winterfesten, beheizten Zelte z.B. am Ohlstedter

Platz werden leider länger stehen bleiben. Und die nicht winterfesten Zelte werden durch beheizte Holzhäuser ersetzt. Daran arbeiten alle mit Hochdruck. Ratschläge von Schlaumeiern aus der CDU, die im Bund mitverantwortlich ist für die Gesamtlage, helfen nicht weiter.

A propos Schlaumeier aus der CDU, Herr Thering, Ihr Fraktionsvorsitzender kritisiert lautstark die Flüchtlingspolitik der Regierung, fordert Flüchtlingsbeauftragte, mehr Bürgerbeteiligung etc. – Was genau stört Sie an der aktuellen Politik?

Dennis Thering: Wir haben zur Zeit 36.000 Flüchtlinge in Hamburg, das ist eine enorme Zahl. Wir haben knapp 8.000 ausreisepflichtige Flüchtlinge in Hamburg. Wenn man sich die Zahlen mal genau anguckt, wurden im August nur 38 ausreisepflichtige Flüchtlinge abgeschoben. Das zeigt das Dilemma. Wenn der Senat mal endlich dazu kommen würde und konsequent abzuschieben würde, dann bräuchten wir keine Zeltunterkünfte. Da hakt es an allen Ecken und Enden. Das Personal bei den zuständigen Stellen ist sogar noch gekürzt worden. Daher wird es jetzt Zeit, dass der

Senat endlich konsequent handelt, die Menschen auch zurückführt und dass die SPD auch auf Bundesebene zusieht, dass sie die sinnvollen Maßnahmen wie Transitzone etc. schnell mitbeschließt, damit wir endlich den großen Zustrom eindämmen können.

Wo wir es von der Bundesebene haben, Herr Paustian-Döscher, Ihre Bundespartei beklagt sich derzeit oft medienwirksam über die Asylpolitik. Sie als Lokalpolitiker sind nun direkt vor Ort mit der Flüchtlingskrise konfrontiert und müssen mit einer der kritisierten Parteien, der SPD, konkrete Lösungen finden.

Decken sich da die Erfahrungen?

Dennis Paustian-Döscher: Wenn man sich in den Unterkünften umschaute, erkennt man, was für eine Herausforderung es ist, so viele Menschen überhaupt unterzubringen. In unserem Wahlprogramm ist von kleinen, dezentralen Unterkünften die Rede. Da würde auch jeder hier am Tisch zustimmen. Aber wir wurden von der Realität ein Stückweit eingeholt. Bei diesen Zahlen kann man nicht einfach sagen, man macht kleine, dezentrale Unterkünfte. Wir sind jetzt in der Pflicht, möglichst schnell die Zelte und die Container abzubauen, das ist das, was wir als Grüne wollen, denn das sind tatsächlich teilweise menschenunwürdige Zustände. Wir wollen die Unterbringung in festem Wohnraum. Dazu muss man natürlich die Anzahl der Wohnungen erhöhen. Deshalb finde ich wichtig, dass wir als rot-grüne Koalition gesagt haben, wir kommen der Verpflichtung nach, 800 Wohneinheiten hier im Bezirk zu schaffen. Allerdings auch genauso wichtig, das nicht in einem Zentrum zu ballen, sondern es versucht auf insgesamt auf vier Standorte zu verteilen. Das ist nicht immer eine Freude, aber es geht hier um Flüchtlinge, die es verdient haben, dass ihnen geholfen wird.

Herr Georg, ich habe mal auf Twitter- und Facebook-Seiten der Hamburger Linken geschaut, was sie so zur Flüchtlingsfrage zu sagen haben. Ich musste relativ lange scrollen, bis ich zu Äußerungen zur Problematik kam. Vor allem arbeiten sich Ihre Genossen an NOLympia und TTIP ab. Irre ich mich, oder müsste das Flüchtlingsthema nicht ein riesiges, wenn nicht sogar das Haupt-Thema der Linken sein?



Dennis Thering
(stellv. Vorsitzender der CDU-Bürgerschaftsfraktion)

„ Ich denke, wenn die eingeschlagenen Maßnahmen der Bundesregierung Früchte tragen, wovon ich ausgehe, wird der Zuzug auch deutlich minimiert werden, wenn die Transitzone kommen, wenn die Anreize minimiert werden, wenn es statt Taschengeld nur noch Sachleistungen gibt, dann denke ich schon, wird es eine Reduktion des Zuzugs geben.

Julian Georg: Wir haben ja jetzt einen Landesparteitag, der sich nur mit dem Thema befasst, wir haben auch ein Positionspapier des Landesvorstands, das auch online ist. Insofern ist dies schon ein Thema. Das Problem ist natürlich, dass wir versuchen, anders als die CDU, nicht einfach nur loszublöken, sondern wir die Thematik auch genauer betrachten. Beim Thema Wohneinheiten hatten wir schon immer eine ganz klare Position. Wir sagten von vornherein, wir brauchen mehr Wohnraum. Wir haben immer gesagt, die 6.000 neue Wohnungen pro Jahr reichen nicht. Da wurde uns immer gesagt, das sei ja schon richtig, aber die Linke könne ja keine Realpolitik, wir fänden gar keine Investoren, es gäbe auf dem Markt keine Handwerker, die Wohnungen bauen und so schnell gehe es ja sowieso nicht. Jetzt ist die Not so groß, dass die Regierung löblicherweise genau das vorschlägt, was wir immer gefordert haben – und jetzt geht's plötzlich schnell. Dann haben wir immer gesagt, wir müssen an den Büroleerstand ran, da wurde uns gesagt, das gehe nicht so einfach. Das haben wir übrigens auch nicht behauptet, dass es einfach geht. Aber man muss sich des Themas annehmen und gucken, wo geht's und wo geht's nicht. Wir haben zum Beispiel vor gar nicht allzu langer Zeit vorgeschlagen, das leerstehende Hotel an der Mellingburger Schleuse für die Flüchtlingsunterbringung mal in Erwägung zu ziehen, ...

DPD: Da hätte man aber vorher fragen können.

JG: Natürlich hätte man den Eigentümer vorher fragen können, aber ...

DT: (sarkastisch) Wobei, jetzt kann die Stadt ja sogar fremdes Wohneigentum enteignen.

AD: Enteignen? Da müssen wir aber mal bei der Wahrheit bleiben! Wir haben die Möglichkeit geschaffen, dass die Stadt z.B. leerstehende Lagerhallen gegen eine angemessene Entschädigung befristet sicherstellen kann. Nicht mehr und nicht weniger – das ist allemal besser, als Turnhallen in Anspruch zu nehmen. Und wenn wir schon mal beim Richtigstellen sind: Hamburg schiebt konsequent ab, hat das Personal in der Rückführungsabteilung sogar verdreifacht.

JG: Enteignungen macht der Staat überall, wenn irgendwo eine Autobahn gebaut werden soll und der Bauer sein Land nicht hergeben will. Dann wird ihm Geld gegeben und das Land wird ihm weggenommen. Das ist Enteignung, das macht die CDU übrigens auch mal ganz undemokratisch, da kritisieren wir sogar die Enteignungen. Hier könnte man einem Investor, der die Mellingburger Schleuse total heruntergewirtschaftet hat, sagen, wir zahlen dir Geld und wir bringen da Flüchtlinge unter.

DT: Man könnte ja auch mal die Bürger vorher einbeziehen. Ich habe nämlich das Gefühl, Bürgerbeteiligung ist immer nur dann gut, wenn sie SPD und Grünen hilft. Das kann doch aber nicht sein! Nehmen wir zum Beispiel den Ohlstedter Platz. Da werden die Menschen einen Tag vorher per Handzettel informiert – viele waren im Urlaub – hier kommt



Dr. Andreas Dressel
(Vorsitzender der SPD-Bürgerschaftsfraktion)

„ Wir wollen die Sorgen auch der Nachbarschaften ernst nehmen. Die sind natürlich besorgt, wenn die Flüchtlinge die ganze Zeit in ihren Unterkünften sitzen, nichts zu tun haben und dann vielleicht doch auf doofe Gedanken kommen. Deshalb muss es gelingen, dass Integration, Bildung und Wertevermittlung funktioniert.



Julian Georg
(Vorsitzender Linksfraktion Wandsbek)

„Wichtig ist auch die Integration. Da kommen viele sehr intelligente Leute, wir müssen sie in Ausbildung kriegen und sie für den Arbeitsmarkt qualifizieren. Solche Maßnahmen hängen unmittelbar mit erfolgreicher Integration zusammen.“

Fortsetzung von Seite 23

jetzt eine Flüchtlingsunterkunft hin. Das hat nichts mit Bürgerbeteiligung zu tun, das schürt Ängste und Vorurteile und am Ende des Tages habt ihr dann eure Akzeptanz verloren.

AD: Information muss sein, aber die Lage ist leider nicht mehr so, dass man vor Ort fragen kann „Wollt Ihr eine Unterkunft in der Nachbarschaft?“ Wer so vorgeht, riskiert Massenobdachlosigkeit.

DT: Ihr müsst die Anwohner rechtzeitig in die Flächenfindung mit einbeziehen. Das Mindeste wäre gewesen, dass man die Anwohner rechtzeitig informiert hätte. Und in Poppenbüttel, das ist ja der Oberknaller, da gibt's eine Informationsveranstaltung, da stellt sich der Bezirksamtsleiter hin und sagt, es bleibt bei 500 Flüchtlingen, aber vier Tage später heißt es, wir verdreifachen das Ganze noch mal. Ganz ehrlich: Dass Herr Ritzenhoff vier Tage davor noch nicht wusste, was vier Tage später passiert, ist doch lächerlich.

JG: Herr Ritzenhoff entscheidet das aber nicht!

DPD: Moment. Es kann jetzt doch wirklich nicht wahr sein, dass man einen breiten Bürgerbeteiligungsprozess beginnt, wenn da Menschen notfalls auf der Straße stehen.

DT: Nein, ohne die Anwohner im Stadtteil mitzunehmen, geht es einfach nicht.

DPD: Im Juli waren es 200 Menschen täglich, mittlerweile sind es 600. Nun kann man sich einerseits hinstellen und sagen, ich mach erst mal eine Bürgerbeteiligung, so lange bleiben die Menschen auf dem Rasen oder frieren sonstwo, oder man kommt seiner Verantwortung gleich nach.

DT: Im Juli hat kein Flüchtling gefroren.

DPD: Obdachlosigkeit ist im Juli Mist und ist im Oktober Mist, nur ist es im Oktober zusätzlich noch kalt, aber Mist bleibt Mist.

DT: Solange die Stadt 154.000 Quadratmeter Fläche in leerstehenden städtischen Immobilien hat, zählt dieses Argument sowieso nicht.

Wenn wir uns in einem Jahr an dieser Stelle noch einmal treffen würden, was denken Sie, wie wäre dann die Situation? Was hoffen Sie, was befürchten Sie?

DT: Ich denke, wenn die eingeschlagenen Maßnahmen der Bundesregierung Früchte tragen, wovon ich ausgehe, wird der Zuzug auch deutlich minimiert werden, wenn die Transitzone kommen, wenn die Anreize minimiert werden, wenn es statt Taschengeld nur noch Sachleistungen gibt, dann denke ich schon, wird es eine Reduktion des Zuzugs geben. Ich hoffe, dass bis dahin mehr Bürgerbeteiligung stattgefunden hat, dass man die Bürger mitgenommen hat, dass es, anders als wir befürchten, keine Ghettobildung gegeben hat – bei 3.000 Flüchtlingen auf einer Stelle in Hummelsbüttel wird das natürlich schwierig –, sondern eine gute

Integration und dass der Senat für ausreichend Plätze in den Schulen und Sportvereinen gesorgt hat.

JG: Wenn wir uns in einem Jahr wiedersehen, hoffe ich, dass wir Wohnungen haben oder die zumindest fast fertig sind und dass wir auch eine Regierung haben, die noch ein bisschen weiter das umgesetzt hat, was die Linke vor ein paar Jahren schon gefordert hat - etwa das Wohnungsprogramm weiterhin auszuweiten. Wichtig ist auch die Integration. Da kommen viele sehr intelligente Leute, wir müssen sie in Ausbildung kriegen und sie für den Arbeitsmarkt qualifizieren. Solche Maßnahmen hängen unmittelbar mit erfolgreicher Integration zusammen. Da muss die Regierung noch einiges auf den Weg bringen.

AD: Ich wünsche mir, dass wir bei der Beschleunigung des Wohnungsbaus sichtbare Ergebnisse haben und zum Winter 16/17 die ersten neuen Häuser bezugsfertig sind. Deshalb kann man auch keinen Tag Zeit verschenken, wenn es darum geht, feste Wohnungen zusätzlich zu bauen. Natürlich müssen wir in der Integration Fortschritte erzielen. Das ist nicht nur für die Flüchtlinge wichtig, sondern auch für die Akzeptanz hier vor Ort. Wir wollen die Sorgen auch der Nachbarschaften ernst nehmen. Die sind natürlich besorgt, wenn die Flüchtlinge die ganze Zeit in ihren Unterkünften sitzen, nichts zu tun haben und dann vielleicht doch auf doofe Gedanken kommen. Deshalb muss es gelingen, dass Integration, Bildung und Wertevermittlung funktioniert. Da haben wir gute Voraussetzungen in Hamburg, was das Thema Integration in Kita und Schule, aber auch im Arbeitsmarkt angeht. Wir sind das erste Bundesland, das systematisch erfasst, welche Qualifikationen sie mitbringen. Hoffentlich haben wir in einem Jahr schon die Möglichkeit, dass viele in Qualifikationsmaßnahmen sind, vielleicht die ersten schon einen Arbeitsplatz angetreten haben. Das ist das, was den Betroffenen Perspektive gibt und auch bei der Nachbarschaft die Akzeptanz fördert. Die Flüchtlinge wollen ja auch arbeiten und gar nicht dem Staat auf der Tasche liegen. Natürlich kommt dazu die sprachliche Integration, die Akzeptanz der Werte unseres Grundgesetzes... Das sind Herausforderungen, die wir angehen müssen.

DPD: Ich würde mir drei Dinge wünschen: Auf Bundesebene von der CDU mehr Merkel, weniger Seehofer, ich wünsche mir da auch Standhaftigkeit der SPD, denn wir müssen die Ursachen von Flucht bekämpfen. Beim Asylkompromiss sind einige Dinge drin, die ich nicht gut finde, das ist bei Kompromissen eben so. Ich hoffe aber, dass das Paket so funktioniert, nicht einmal um den Zuzug zu begrenzen, sondern damit wir die Integration hier vor Ort schaffen. Dass jeder Flüchtling, der hier ankommt, ein individuelles, faires Verfahren bekommt und dass man Integration nicht immer gleich mit Abschiebung gleichsetzt. Auf Hamburg bezogen würde ich mir wünschen, dass die Wohnungen, die wir jetzt planen, im nächsten Jahr fertiggestellt sind, damit wir die Zelte und Container abbauen können. Der wichtigste Punkt muss sein: Die Verwaltung, die Unternehmen, die Zivilgesellschaft, alle müssen auf die Integration achten. *Christian Luscher*



Dennis Paustian-Döscher
(Grünen-Fraktionsvorsitzender Bezirksvers. Wandsbek)

„Obdachlosigkeit ist im Juli Mist und ist im Oktober Mist, nur ist es im Oktober zusätzlich noch kalt, aber Mist bleibt Mist.“

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.

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!“

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.



ULTHERAPY®

Straffere Haut und deutliche **Lifting-Effekte** sind jetzt ganz **ohne Skalpell** möglich – mit **Ultherapy®**. Das revolutionäre Hautverjüngungsverfahren basiert auf mikrofokussierter Ultraschall-Energie. Diese Energie dringt in die tiefen Gewebeschichten ein und regt die Haut dazu an, neues Kollagen zu bilden. So entsteht ein **nachhaltiger Lifting-Effekt**, ohne dass die Hautoberfläche verletzt wird.

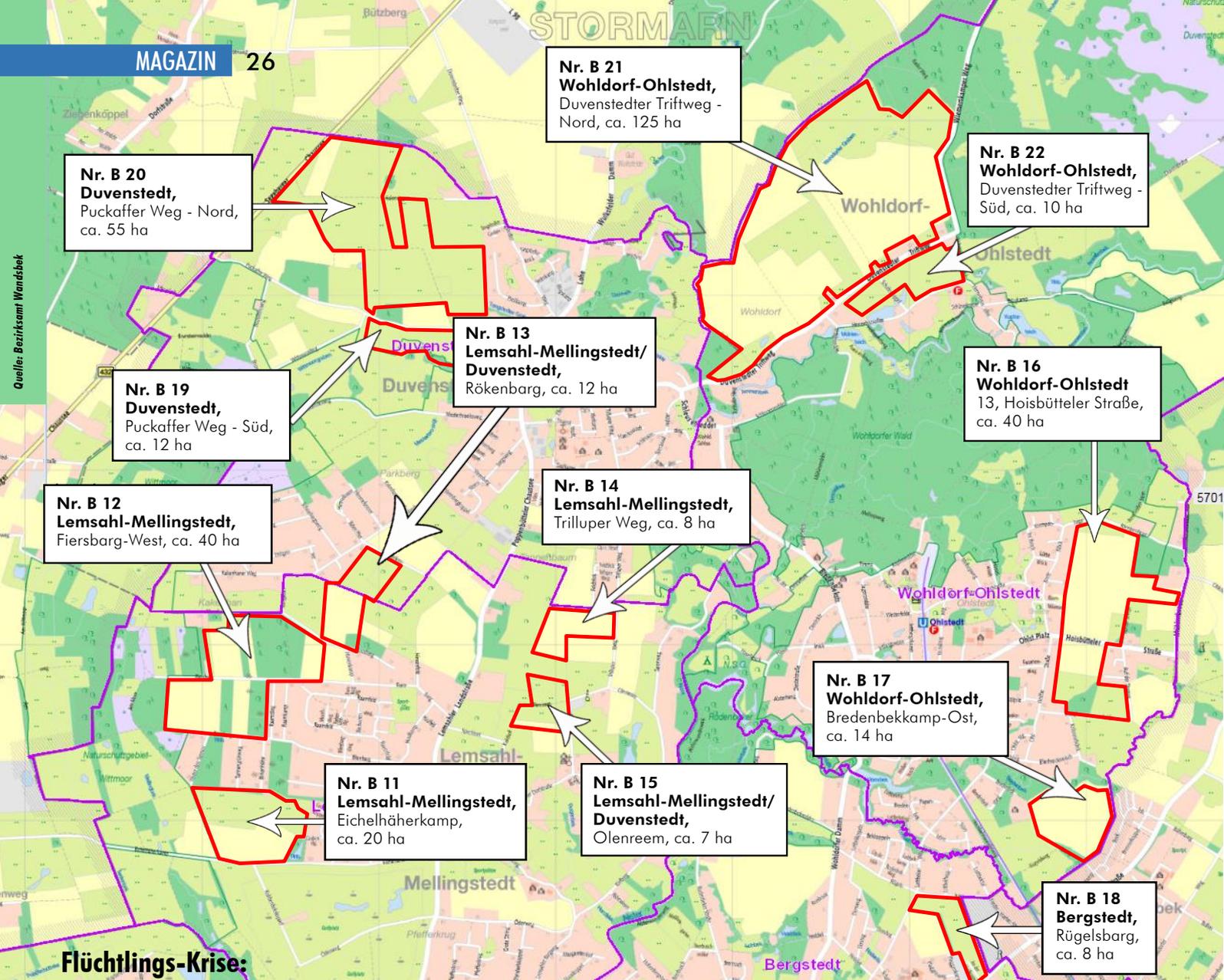


LIFTING DURCH ULTRASCHALL NEU!



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

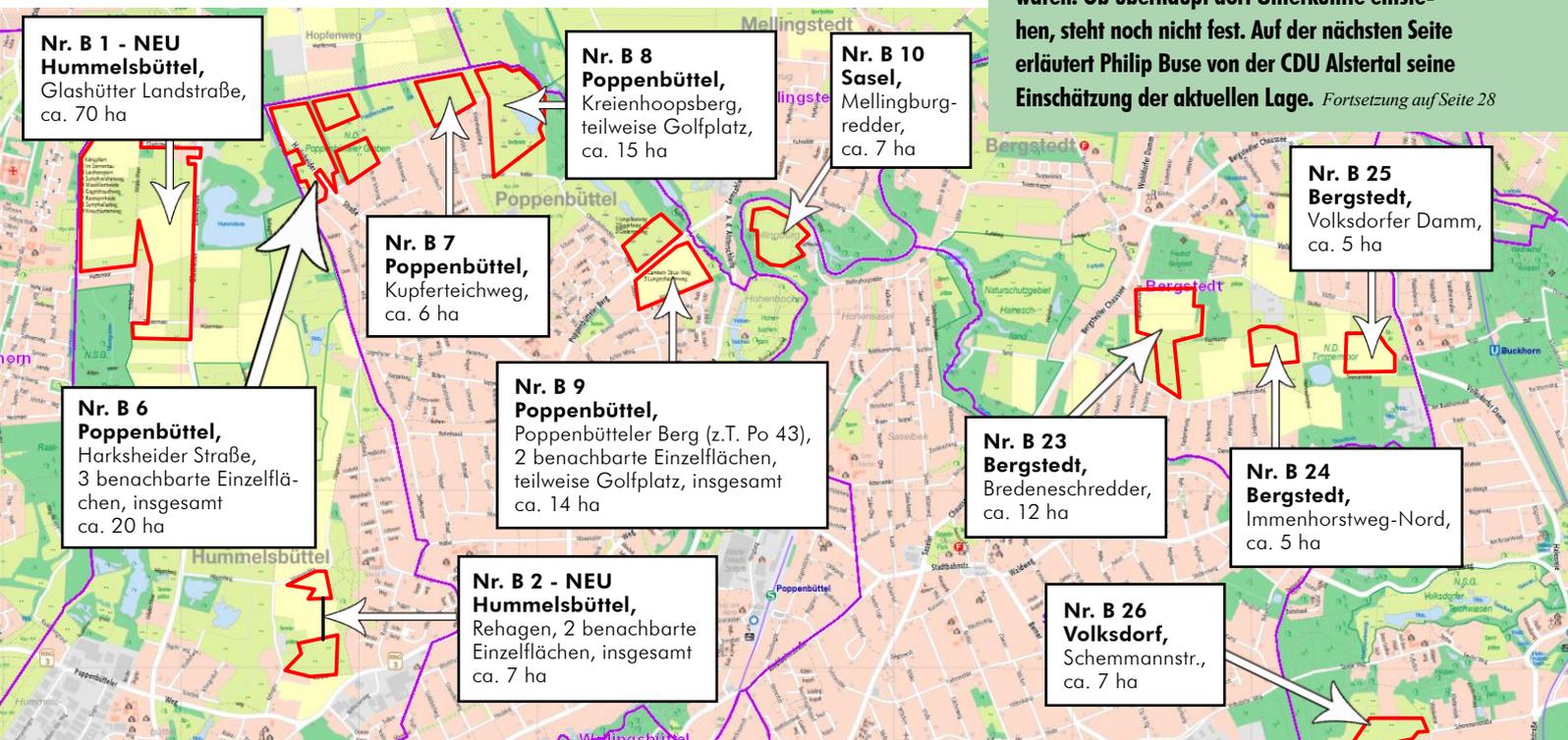
Quelle: Bezirksamt Wandsbek



Flüchtlings-Krise:

Wo wäre Platz?

Wo im Alstertal könnten Flüchtlinge untergebracht werden? Aus dem Bezirksamt Wandsbek kommt eine Auswahl von Flächen, die theoretisch für die Flüchtlingsunterbringung groß genug wären. Ob überhaupt dort Unterkünfte entstehen, steht noch nicht fest. Auf der nächsten Seite erläutert Philip Buse von der CDU Alstertal seine Einschätzung der aktuellen Lage. *Fortsetzung auf Seite 28*





Die Gewinner und Laudatoren des Hamburger Handwerkspreis 2015: v.l.: Dr. Harald Vogelsang, Frank Brockmann (beide Haspa), Josef Katzer (Handwerkskammer), Buchbinderin Anett Arnold, Jan Rinneberg, Andi Lang, Harald Gorth, Dominik Dorawa (Hamburger Metallbildner)

Buchbinderin und Metallbildner gewinnen

Hamburger Handwerkspreis 2015

Die Gewinner des Hamburger Handwerkspreises 2015 stehen fest. In der Kategorie „Handwerker des Jahres“ setzte sich Buchbindemeisterin Anett Arnold aus St. Georg durch. Der Preis „Handwerksbetrieb des Jahres“ ging an die Hamburger Metallbildner aus Lurup. Die von der Hamburger Sparkasse und der Handwerkskammer Hamburg vergebenen Preise ehren herausragende Leistungen im Handwerk. Sie werden von zufriedenen Kunden vorgeschlagen und entschieden. Eine Jury prüft begleitend die handwerkliche und betriebliche Qualität.

„Der Hamburger Handwerkspreis ist nicht nur eine Auszeichnung für Leistung und Kreativität, sondern auch Anreiz für den Handwerksnachwuchs“, so Haspa Vorstandssprecher Dr. Harald Vogelsang. „In diesem Jahr haben wir zwei würdige Gewinner, die zeigen, wie man Handwerksbetriebe übernimmt und erfolgreich weiterführt. Diese Kombination von handwerklichem Können und unternehmerischem Mut ist weiterhin ein goldener Boden.“

Buchbindemeisterin Anett Arnold hat sich als Quereinsteigerin binnen weniger Jahre einen überregionalen Ruf erarbeitet. Die Landschaftsarchitektin lernte das Buchbindehandwerk vor 10 Jahren in einer Hamburger

Werkstatt und übernahm 2013 einen Betrieb an der Alstertwiete.

Mittlerweile hat sie sich als eine der ersten Adressen für Buchbindearbeiten in Hamburg etabliert. Die gebürtige Schwerinerin deckt mit ihrem Können das gesamte Spektrum

an interessierte Kunden weitergibt. Das hohe handwerkliche Niveau sichert sie durch eine intensive Beschäftigung mit Werkzeugen und Materialien sowie durch eine enge Zusammenarbeit mit Handwerkern anderer Gewerke.

Die Hamburger Metallbildner setzten sich im finalen Voting als Handwerksbetrieb des Jahres durch. Das 10-köpfige Team fertigt hochwertige Metallobjekte jeder Art – vom Unikat bis zur Kleinserie und stets mit gestalterischem bzw. denkmalpflegerischem Anspruch. Auftraggeber im In- und Ausland sind Privatpersonen aber auch große Industriebetriebe wie Airbus und Blohm & Voss. Neben der Konzeption und Formgebung wird ein breites Repertoire an Oberflächenveredelungen angeboten. Die vier Geschäftsführer waren alle langjährige Angestellte eines Traditionsbetriebes, den sie nach Schließung neu gründeten. Damit sicherten sie nicht nur die Arbeitsplätze, sondern auch die Bewahrung des Erfahrungsschatzes und die Kontinuität in Hamburger Produktionsketten.

Der Hamburger Handwerkspreis wurde in diesem Jahr zum 3. Mal vergeben. Unter www.haspa-handwerkspreis.de können ab Januar Kandidaten für 2016 nominiert werden.



- Rollläden
- Markisen
- Insektenschutz
- IR-Heizstrahler



DIWAL

Rolladenbau GmbH

Seit 1971

Neulieferung
und Reparaturen

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

040 **511 92 80**

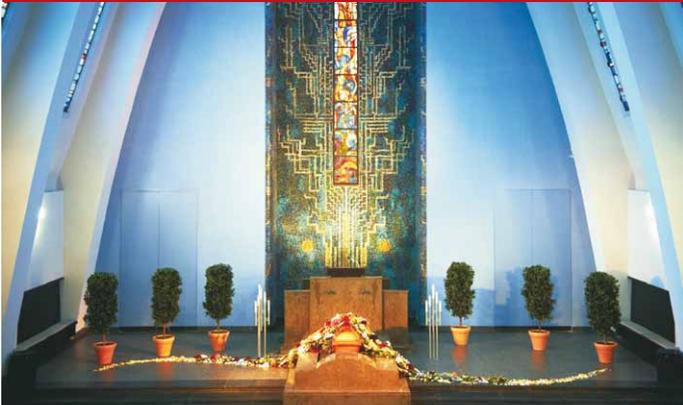
Wo wäre Platz?

Fortsetzung von Seite 26

Sieht die aktuelle
Planung kritisch:
Philip Buse von der
CDU Alstertal.



Hamburger Bestattungsforum Ohlsdorf



Ohlsdorfer Krematorium,
Feierhallen, Kolumbarium,
Krypta, Café Fritz

Tag der offenen Tür

Sonntag, 8.11.2015
11 bis 15 Uhr

Fuhlsbüttler Str. 758
22337 Hamburg
Tel. 040 / 593 88 -702
www.friedhof-hamburg.de

Raum der Ruhe

NEU FLÜCHTLINGS-KOORDINATORIN

Seit dem 1. Oktober gibt es im Bezirksamt Wandsbek eine Flüchtlingskoordinatorin: Christine Garbe. U.a. ist sie Ansprechpartnerin für die ehrenamtlich tätigen Bürgerinnen und Bürger. Ziel ist es, deren bestehende ehrenamtlichen Angebote zu vernetzen und zu koordinieren. Darüber hinaus übernimmt sie die Beratung interessierter Akteurinnen und Akteure. Kontakt: Tel. 42881-2884 und christine.garbe@wandsbek.hamburg.de



Kennt sich aus: Christine Garbe ist bereits seit 1988 im Bezirksamt Wandsbek tätig.

Erste Hilfe für Ledermöbel

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



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

1a REINIGUNG
Textilpflege
maximum

Hemden: vorgeformt & handgebügelt
kein Stück gepresst
auch gelegt, wie Sie es wünschen

Betten - Spezial - Pflege:
herrliche Frische

Erdkampsweg 18 / Ecke
Hummelsbütteler Landstraße
HH-Fuhlsbüttel
Tel.: 040/500 11 27

erschlossen. Dort verläuft auf Wandsbeker Seite nur der Fahrrad und Wanderweg Wildes Moor. D.h. die komplette Erschließung müsse über Hamburg-Nord erfolgen durch das dortige Neubaugebiet am Anita-Sellenschloh-Ring. Die geplante Bebauung dürfte schon aus diesen Erwägungen dort nicht stattfinden. In jedem Fall dürfte eine Fertigstellung der Bebauung noch im Jahr 2016 aus den genannten Gründen kaum realisierbar sein.

Die Bebauung mit jeweils 300 Wohneinheiten, die laut Pressemitteilung des Senats mit jeweils bis zu 5 Bewohnern belegt werden sollen, bedeuten einen Bevölkerungszuwachs von ca. 18% für den Ortsteil Hummelsbüttel auf einen Schlag. Und dies in einem Gebiet, das durch die 70er-Jahre-Großbausiedlung Tegelsberg ohnehin mit sozialen Problemen belastet ist. Hier werden nun 1.500 neue Bewohner untergebracht, die es allein durch ihre sprachlichen Probleme auf dem Arbeitsmarkt schwer haben werden. Dadurch wird sich die soziale Problematik am Tegelsberg (der ist etwa 100 Meter Luftlinie entfernt) weiter verschärfen. Die zweite Fläche mit 1.500 neuen Bewohnern an der Glashütter Landstraße befindet sich in direkter Nähe zu den sozialen Problempunkten im angrenzenden Norderstedter Stadtteil Glashütte wo sich die gleiche Situation aufbaut.

Fazit: Beide Flächen sind sowohl von der Lage, als auch von der Größe vollkommen ungeeignet.

Die Fläche am Ohlendiek / Poppenbütteler Berg befindet sich ebenfalls auf einer Fläche, die ursprünglich als Ausgleichsfläche für den Bebauungsplan Poppenbüttel 35 von 1999 dienen sollte und ein erhebliches Gefälle zur Mellingsbek hin aufweist und damit relativ schwer zu bebauen ist. Auch hier sollen 1.500 neue Bewohner untergebracht werden. Das direkte nachbarschaftliche Umfeld hat sich durchaus bereit erklärt hier auch durch integrative Maßnahmen an der Einbindung der neuen Mitbewohner zu helfen, ging aber bisher nur von den vom Bezirksamt angekündigten 500 Neubewohnern aus. Seit dem BV Beschluss vom 17.9. ist nun auch dort klar, dass diese Zahl von neuen Bewohnern nicht mehr von der nachbarschaftlichen Hilfe getragen werden kann.



MATRATZEN FÜR FLÜCHTLINGE

Ende September wurde das Radisson Blu Hotel Hamburg Airport, Flughafenstrasse 1-3, mit neuen Matratzen ausgestattet. Das Vier Sterne Hotel mit 266 Zimmern bietet seinen Gästen einen hohen First-Class Komfort – deswegen und wegen guter Pflege sind die Matratzen nach sechs Jahren in einem sehr guten Zustand und aus gegebenem Anlass zu schade, um sie zu entsorgen. Deswegen hat sich das Hotelteam auf die Suche nach Flüchtlingshilfen und -unterkünften in Hamburg und Umgebung begeben und spendete Ende September 130 Einzel- und 170 Doppelbett-Matratzen an das Deutsche Rote Kreuz Hamburg Harburg und das Sozialwerk Bremen! „Wir sind beeindruckt von der Hilfsbereitschaft der Norddeutschen und stolz zugleich, dass wir einen Beitrag dazu leisten können, Flüchtlinge zu unterstützen.“, sagt Holger Herrmann, General Manager im Radisson Blu Hotel, Hamburg Airport, das sich mittels des Programm „Responsible Business“ ein ethisch-unternehmerisches Handeln und Engagement auf die Fahnen geschrieben hat. Infos unter www.radissonblu.com.

Partner-Ringe
„Zusammen sind wir Eins“

BARBARA BRANDT
Galerie-Schmuck auffallend anders.

Poppenbütteler Chaussee 110 **DER HOF** Telefon 040-606 85 623
22397 Hamburg-Duvenstedt brandt-barbara@t-online.de

www.barbara-brandt.de



5-Sterne Ferienhäuser in exponierten Lagen
www.traumhaussylt.de Tel.: 040 53 69 40 06

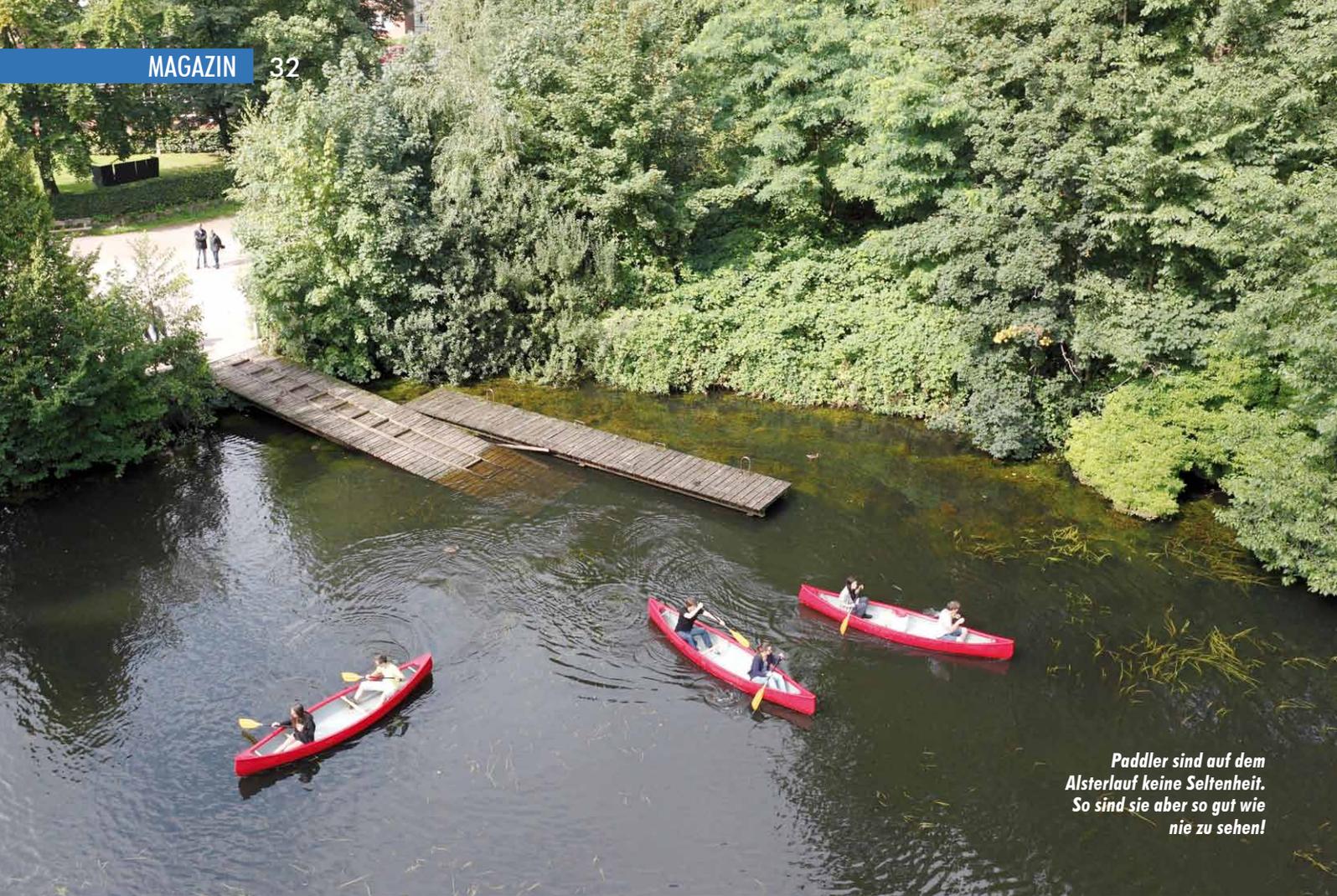
Eine Drohne über dem Alstertal

An einem schönen Frühherbsttag haben wir uns mit zwei Multikopter-Fliegern aufgemacht, einige Highlights des Alstertals aus der Luft zu sehen. Das Ergebnis hat uns alle begeistert. Wir zeigen die schönsten Aufnahmen aus Poppenbüttel und Volksdorf, die Bekanntes in neuem Licht erscheinen lassen.

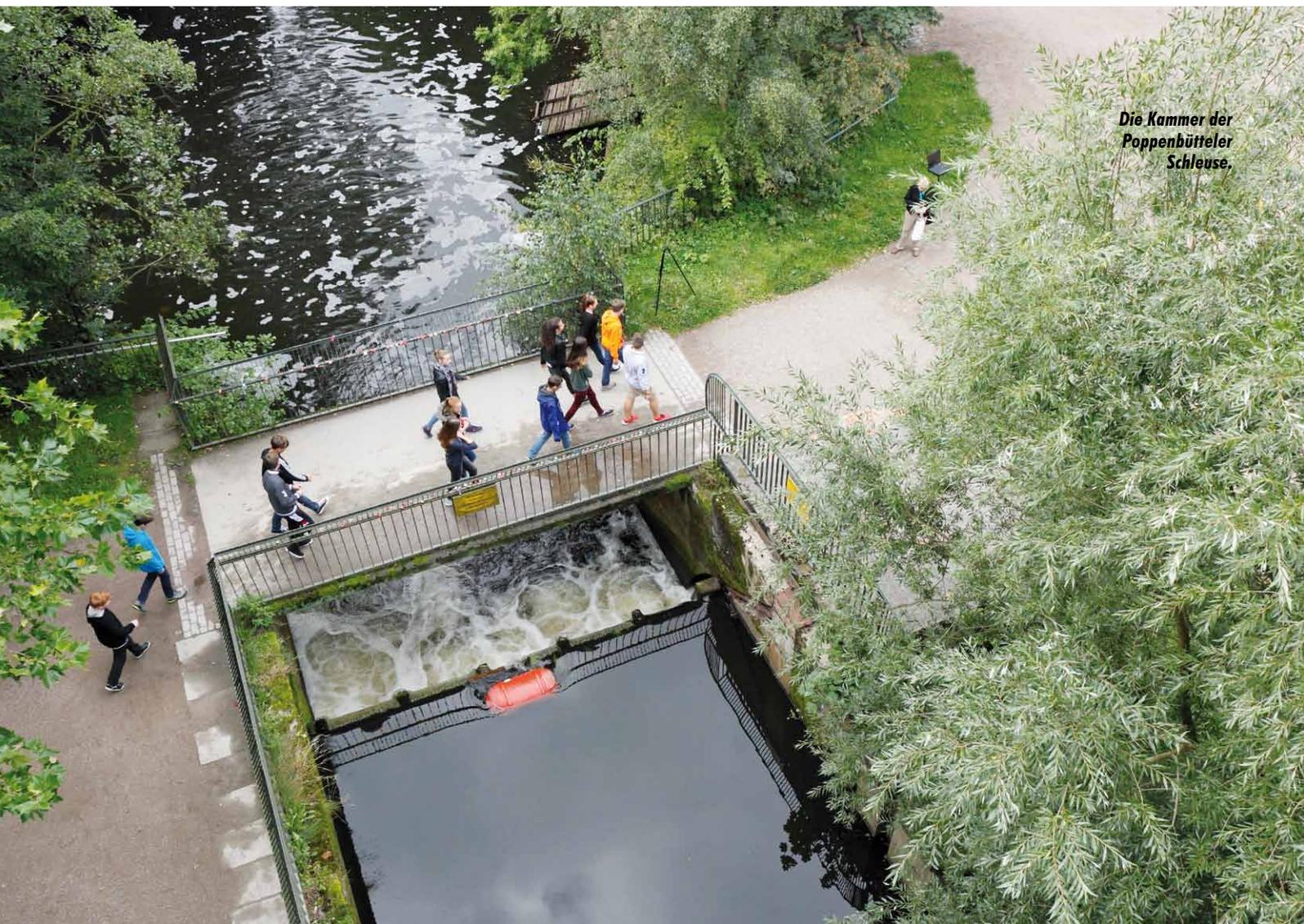


*Vom Ufer aus kaum zu sehen,
aus der Luft natürlich schon: die
1887 als Ruinennachbildung
erbaute Burg Henneberg an der
Poppenbütteler Schleuse. Jetzt
Sitz einer Kulturstiftung. Infos:
www.burg-henneberg.de*





Paddler sind auf dem Alsterlauf keine Seltenheit. So sind sie aber so gut wie nie zu sehen!



Die Kammer der Poppenbütteler Schleuse.

Probieren Sie Becking Kaffee und alles andere ist

ÜBERFLÜSSIG.



Im Norden erhältlich bei:



und auf becking-kaffee.de

4,99 €*

Becking Kaffee

Hamburger Manufaktur
seit 1928



*unverbindliche Preisempfehlung
EUR 19,96/kg





Monatliche Leasingrate:

249,- €
zzgl. MwSt.



**AUTO
WICHERT**

Unser Vorteilsleasing¹ für Geschäftskunden²:

Audi A5 Coupé 1.8 TFSI*, multitronic, Sport Edition plus

Leistung: 130 kW (177 PS), Daytonagrau Perleffekt. Aluminium-Gussräder Audi Sport im 7-Doppelspeichen-Design, MMI® Navigation, Bluetooth-Schnittstelle, Audi sound system, Multifunktions-Sportlederlenkrad im 3-Speichen-Design, u.v.m.

Sonderzahlung: € 0,- zzgl. Zulassungs- und Überführungs-kosten i.H.v.: € 910,92 (netto); Jährliche Fahrleistung: 10.000 km; Vertragslaufzeit: 24 Monate. Ein Angebot der Audi Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig. Bonität vorausgesetzt.

***Kraftstoffverbrauch in l/100 km:**

innerorts 7,5; außerorts 5,5; kombiniert 6,2;

CO₂-Emission in g/km: kombiniert 144;

Effizienzklasse C.

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

¹ Gültig bei Zulassung bis 14.12.2015.

² Für Gewerbetreibende, die 6 Monate als Gewerbetreibende aktiv sind, ohne gültigen Großkundenvertrag bzw. die in keinem Großkundenvertrag stellvertretend sind, sowie selbständige Freiberufler und selbständige Land- und Forstwirte.

**Service mit
Leidenschaft.**

Kostenloser Ersatzwagen bei Inspektion

Auto Wichert GmbH | www.auto-wichert.de



Audi

Audi Langenhorn
Langenhorn Ch. 666 | 22419 Hamburg
Tel. 040 . 60 00 30 - 350
thomas.wiencke@auto-wichert.de

Audi Hafen City Süd
Wendenstr. 150-160 | 20537 Hamburg
Tel. 040 . 25 15 16 - 21
heide.kussmaul@auto-wichert.de

Spione im Alstertal? Verduzt bleibt manch Spaziergänger an der Poppenbüttler Schleuse stehen und betrachtet ein ungewöhnliches Flugobjekt, das auf dem Kiesboden steht. Ein großer Multikopter, im allgemeinen Sprachgebrauch als Drohne bezeichnet, wartet auf seinen Einsatz. Der lässt nicht lange auf sich warten. Das leise Surren von acht kleinen Propellern deutet an, gleich geht es los. Alle technischen Daten werden noch mal gecheckt und in höherer Geschwindigkeit, als zu erwarten wäre, verschwindet das Gerät dann über den Bäumen am Ufer. Langsam dreht es Kreise über der Wasseroberfläche. In einem Gestell unterhalb des professionellen Multikopters hängt eine moderne Spiegelreflexkamera, die fotografieren und filmen kann. Beides ist Sinn und Zweck der Aktion: die Highlights des Alstertals aus der Luft sehen können.

„Man muss nur aufpassen, dass man nicht von zu hoch und senkrecht von oben aufnimmt. Das erinnert dann an Google Earth und diese Aufnahmen kennt man zur Genüge“, erklärt Marc Asmussen, der den Multikopter mit ruhigen Fingern per Stick steuert. Deswegen entstehen die schönsten Fotos oder Filme aus einer Höhe von etwa 30 Metern in einem Winkel aus ca. 60 Grad. Ob die Fotos und Filme etwas werden, kontrolliert sein Teampartner Timm Korth an einem kleinen Monitor. Nebenbei überwacht er die Telemetriedaten. Er ist es auch, der Marc in die richtige Position delegiert und dann auf den Fernauslöser drückt. Bevor es dazu kommen kann, muss jeder Flugeinsatz im Vorwege vom Grundstückseigentümer, der Luftaufsicht und dem Flughafen genehmigt werden. Unmittelbar vor dem Flugeinsatz werden Polizei und die Flugaufsicht im Hamburger Flughafentower über den anstehenden Flugeinsatz der Drohne telefonisch informiert. „Damit eventuelle Polizei- und Rettungshubschraubereinsätze nicht gefährdet werden. Die fliegen so hoch wie wir“, so Asmussen. Die beiden haben vor gut zwei Jahren die Firma Camnatic gegründet und seitdem so manches Haus und Firmengelände für professionelle Luftaufnahmen von oben betrachten dürfen. Der sichere Umgang mit dem Fluggerät und der gute Kontakt

zu den Behörden hat den beiden neben Flügen in der HafenCity auch manch ungewöhnlichen Einsatz ermöglicht „Etwa die Weltpremiere der neuen Mercedes S-Klasse auf dem Airbusgelände Finkenwerder. Wir durften in wenigen Zentimetern Abstand über den neuen Airbus A 380 fliegen und filmen. Es sieht fantastisch aus“, freut sich Timm Korth noch heute. Beide können für den neuen Job Berufserfahrung und Hobby nutzen. Timm produziert Werbe- und Imagefilme und Marc, Mediendesigner und Fotograf, hat schon als Jugendlicher Modellflugzeuge ferngesteuert. Arbeit kann eben auch richtig Spaß machen! *kw*



Flugkünstler: Das Multikopter-Team Timm Korth und Marc Asmussen (r.) ermöglicht ungewöhnliche Ansichten.

Schulze Christmas World

Sa. 07.11.2015, 9-16 Uhr, So. 08.11.2015, 13-18 Uhr
mit frisch gebackenen Waffeln und Glühwein!

Ab sofort
geöffnet!


SCHULZE
X-mas Living



25 Jahre Tradition: Bei bestem Wetter startete die Jubiläumsausgabe des „Volkslauf durch das schöne Alstertal“.



Foto: Lauftreff Alstertal



alsterSPA



Kosmetik für Sie & Ihn

Entfliehen Sie dem Alltag und begeben Sie sich in die „magischen“ Hände von Christiane Storck. Wir verwöhnen Sie mit:

- hochwertigen Pflegeprodukten von MARIA GALLAND
- einem abwechslungsreichen, typgerechten Kosmetikprogramm

Gegen Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie 10 % Rabatt auf Kosmetikanwendungen.



daySPA

After-Work-Sauna / 2 Stunden
Montag bis Donnerstag, 8.00 € pro Person



alsterSPA im Alsterkrug Hotel GmbH & Co. KG | Alsterkrugchaussee 277 | 22297 Hamburg
Tel.: 040 51 303 419 | E-Mail: info@alsterspa.de | www.alsterspa.de

JUBILÄUMSLAUF DURCH DAS ALSTERTAL

Hamburgs größter ehrenamtlich geführter Volkslauf verzeichnete Ende September einen Teilnehmerrekord: 2600 Laufbegeisterte hatten sich für den „Volkslauf durch das schöne Alstertal“ angemeldet – dem 25. übrigens, Glückwunsch an die Macher vom Lauftreff Alstertal. Zu deren Freude hat die diesjährige Veranstaltung mit den drei Strecken Halbmarathon, 10 und 4 KM gezeigt, dass der sehr anspruchsvolle Lauf nicht nur für leistungsbewusste Sportler eine attraktive Veranstaltung ist – immerhin gab es 1.818 Finnischer – sondern auch besonders bei den jungen Teilnehmern eine große Anziehung besitzt. Die Tendenz zeigt, dass viele Schüler gemeinsam mit ihren Lehrern an den Start gehen und viele Familien diesen Lauf nutzen, um ihre Kinder die Freude an der Bewegung und an der Gemeinschaft zu vermitteln. Übrigens: Wer seine Fitness verbessern möchte ... Läufer und Walker treffen sich jeweils di. und sa. beim des VFW Oberalster. Infos: lauftreff-alstertal.de

X-MAS-MARKT IM TORHAUS

Vom 20. bis 22. November findet wieder der **Weihnachtsmarkt der Kunsthandwerker im Torhaus Wellingsbüttel** statt. Rund 30 Aussteller präsentieren Kunsthandwerk und sind zum Smalltalk persönlich anwesend. Die Angebotsvielfalt reicht von Holz-Kunstgegenständen über Mode und Stoffe bis hin zum Weihnachtsschmuck. Für das leibliche Wohl mit Kaffee, Tee, Kuchen und einem deftigen Eintopf sorgt in weihnachtlich geschmückter Atmosphäre das Cafeteria-Team. Wer gern Kultur verschenken möchte, kann sich schon Eintrittskarten für die Torhausveranstaltungen 2016 sichern – der Vorverkauf beginnt auf dem Weihnachtsmarkt. Wann und wo: Torhaus, Wellingsbüttler Weg 75b, 20.11., 13-18 Uhr sowie 21. & 22.11., 11-18Uhr.

FÜRCHTE DICH!

Die besten **Halloween-Kostüme** in unserem CityShop!



FahnenFleck

Party. Kostüme. Events.

Neuer Wall 57, 20354 Hamburg



Marschieren um sich fit zu halten: Hamburger Reservisten beim Alstermarsch.

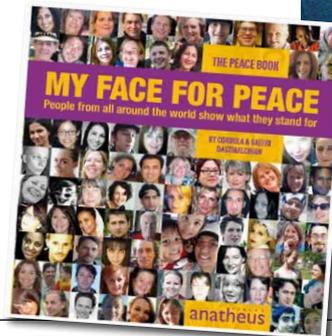
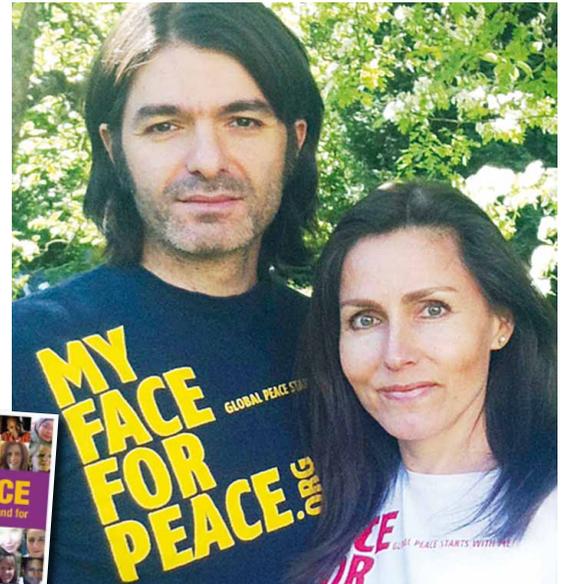
3. HAMBURGER RESERVISTEN-ALSTERMARSCH

Bereits zum 3. Mal haben die Hamburger Reservisten ihren Alstermarsch von Kayhude zur Hafencity durchgeführt. Der Reservistenverband möchte mit dieser Veranstaltung zum einen seine Verbundenheit mit der Hansestadt bekunden und zum einen den Dialog mit der Öffentlichkeit führen. Viele Hamburger Reservisten betreuen nach Aussage der Verantwortlichen Flüchtlingsunterkünfte in der Hansestadt und leisten somit im Katastrophen- und Heimatschutz einen wichtigen Dienst.

FRIEDENSBUCH MIT 10.000 GESICHTERN, GEDICHTEN UND GESCHICHTEN!

Vor drei Jahren hat das Fuhlsbüttler Ehepaar **Cordula und Saeed Dastmalchian** die **Friedensinitiative „My Face For Peace“** ins Leben gerufen. Ziel damals: 10.000 Gesichter für den Weltfrieden „sammeln“ und mit ihnen ein Buch drucken, das „Menschen mit Schlüsselfunktionen“ überreicht werden sollte. Aus aller Welt konnten Personen, die ein Statement für den Frieden setzen wollten, ein Foto von sich mit einem kleinen Spruch auf der eigens dafür eingerichteten Seite www.myfaceforpeace.org hochladen. „Mitte Mai haben wir das erste Ziel erreicht. Menschen aus über 132 Nationen haben auf der Internetseite Gesicht gezeigt und damit ein sichtbares Zeichen für ihren Wunsch nach globalem Frieden gesetzt“, erklärt der Künstler Saeed Dastmalchian stolz, der schon viele interkulturelle Projekte für den Frieden und die Völkerverständigung initiiert hat. Jetzt ist auch der zweite Schritt erfolgt. Das Buch ist da, finanziert über die Crowdfunding-Plattform Startnext. „Damit die Gesichter, Kommentare, Geschichten und Gedichte in Form des Friedensbuch ein sichtbares Zeichen setzen können, dass Menschen überall auf der Welt bereit sind, miteinander in Frieden zu leben.“ Aktuell plant das Ehepaar eine internationale Wanderausstellung.

TIPP: Buchpräsentation von My Face For Peace, 13.11., 19:30 Uhr, Bücherstube Fuhlsbüttel, Hummelsbütteler Landstraße 8. kw



Senden mit ihrem Projekt eine Botschaft des Friedens in die Welt: Cordula und Saeed Dastmalchian.

My Face For Peace, anatheus-verlag, 300 Seiten, Paperback, engl., 25 € zu beziehen auch über www.dastmalchian.de



Top-Auswahl an Wein, Sekt, Champagner und Spirituosen aus aller Welt: Deutschland, Frankreich, Italien, Spanien, Portugal, Übersee...



Die EDEKA Frischemärkte in der Hamburg Airport Plaza und Wandelhalle: 7 Tage geöffnet von Montag bis Sonntag zu alltäglichen Preisen!

XXL Obst- und Gemüse-Abteilung: frisches Gemüse, Südfrüchte, Trockenfrüchte, Nüsse, Exoten, **Vitamin-Salatbar** und frisch gepresste Säfte...



Was man immer braucht: Kosmetik-, Drogerieartikel, Reisebedarf und vieles für den Haushalt...



Große Auswahl an Top-Convenience-Produkten: Feinkost-Suppen, Salate, Gourmet-Pizza, Pesto, Pasta und mehr... Dazu **gekühlte Getränke** zum gleich Erfrischen oder für unterwegs...

Erleben Sie sieben Tage in der Woche frische Vielfalt zu alltäglichen Preisen...

Susanne und Lars Tamme, Inhaber der EDEKA Frischemärkte in der Hamburg Airport Plaza und Wandelhalle



Der Frischemarkt in der Airport Plaza!
Lars Tamme
Der Frischemarkt in der Wandelhalle!

EDEKA Frischemarkt Hamburg Airport Plaza · **Öffnungszeiten:** Montag bis Sonntag von 6 bis 22 Uhr
EDEKA Frischemarkt Hamburg Wandelhalle · **Öffnungszeiten:** Montag bis Sonntag von 7 bis 23 Uhr

Weihnachtsmärchen-

Zauber



Foto: Kamm erpuppenspiele Bielefeld

Mit Beginn der Weihnachtsmärchen fängt die **Weihnachtszeit** so richtig an. Ab **Ende November** laden verschiedene Theater ein, sich den **zauberhaften Geschichten** mit toller Musik und bunten Bildern hinzugeben. Wir zeigen die diesjährigen **Highlights**.

Wir verlosen 2x4 Schneekönigin-Karten für Mittwoch, den 8.12. um 15.30Uhr.

Die Schneekönigin

Hans Christian Andersens »Die Schneekönigin« entführt das Publikum in eine zauberhafte Winterwelt. Die Geschichte rund um einen bösen Zauber-
spiegel dessen Splitter Herzen erfrieren und Augen für alles Schöne erblinden lassen, ist Andersens vielschichtigste Geschichte für Groß und Klein. In Christian Bergs Version lässt es sich Andersen nicht nehmen, dem Publikum die Geschichte höchstpersönlich zu erzählen.
Empfohlen ab vier Jahren. Ab dem 22.11. im Winterhuder Fährhaus zu sehen. Tickets ab 14,40€ unter www.komoedie-hamburg.de



Wir verlosen 2x4 Der kleine König-Karten für Samstag, den 19.12. um 11Uhr.

Der kleine König feiert Weihnachten

Hamburgs königliches Weihnachtsmärchen! Der kleine König lebt mit seinen Tieren Wuff, Buschel, Tiger und Pferd Grete auf seinem Schloss. In diesem Jahr hat sich seine Cousine, die kleine Prinzessin zum Weihnachtsbesuch angemeldet. Als alles fertig ist, erlebt der kleine König ein ganz besonderes Weihnachtsfest mit seinen Freunden.
Empfohlen ab drei Jahren. Ab dem 8.12. im Winterhuder Fährhaus zu sehen. Tickets ab 8€ und unter www.AD-ticket.de erhältlich.



Wir verlosen 2x4 Rumpelstilzchen-Karten für Samstag, den 28.11. um 11Uhr.

Rumpelstilzchen

»Rumpelstilzchen« nach den Brüdern Grimm ist ein zauberhaftes Weihnachtsmärchen mit vielen, schönen, bunten Kostümen, einem riesigen Schlosssaal und lustigen Liedern zum Mitsingen.
Empfohlen ab vier Jahren. Ab dem 13.11. im Ernst Deutsch Theater zu sehen. Tickets ab 9€ und unter www.ernst-deutsch-theater.de erhältlich.

Gewinnspiel: Schicken Sie eine Mail mit Ihrer Wunschvorstellung bis zum 20. November an v.fuhlenbrok@alster-net.de und gewinnen Sie einen unvergesslichen Märchenabend.

EIN SÜSSES GEHEIMNIS MIT STIL...

MODETRENDS IN SCHOKOLADE



Christiane Wenschlau
„Die Ise“

„Eine Handtasche ist kein Accessoire, sondern ein Statement“, wissen führende Designer. „Wenn eine Tasche attraktiv ist, gibt sie dir ein gutes Gefühl. Mehr noch – du willst sie haben oder sterben“, sagt Tom Ford, der in den 1990er Jahren diese treuesten

Begleiter der Frauen zusammen mit exquisiter Mode auf den Laufsteg brachte. So ein It-Bag enthalte „alle Gefühle dieser Welt“. Was für exquisite Taschen gilt, zeichnet auch edle Schokolade aus, findet Christiane Wenschlau. Und diesen Kosmos der Emotionen hat die Pralinenkünstlerin aus Sasel nun in ihre neuesten Kreationen gepackt: Handtaschen und Schuhe aus fein verarbeiteten Schokoladen, perfekt kombiniert für den besonderen Moment. Wobei der Leoparden-Look nicht nur Power-Frauen anspricht, sondern auch einen Hauch Sinnlichkeit signalisiert. Ein süßes Geheimnis mit Stil.

Für einen starken Auftritt bei den Herren sorgt der klassisch elegante „Budapester“. Christiane Wenschlau hat daraus einen Traum in dunkler Schokolade gemacht – für den perfekten Gentleman, feinstes Design und höchster Genuss. Wer kann da schon nein sagen?

**Chocolaterie „Die Ise“, Waldweg 9a, 22393 Hamburg
www.die-ise.de**

Die Pralinenkünstlerin Christiane Wenschlau schafft Einzigartiges für besondere Momente – dieses Mal Handtaschen und Schuhe aus fein verarbeiteten Schokoladen.



**Die Schweiz liegt jetzt
in Hamburg.**



swissflex®

Finest sleep technology.

+ Unsere neuen Unterfederungen schaffen die perfekte Basis für schwerelosen Schlafkomfort. Kommen Sie vorbei und informieren Sie sich über den Gipfel des Schlafgenusses.

KOMPETENZ SEIT 1924
benke
Schlafkultur für höchste Ansprüche

benke GmbH
Am Saseler Markt, Waldweg 2-6
22393 Hamburg
www.benke-hamburg.de

Das mobile Gardinenstudio

Beratung – Ausmessen – Montage



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

vor allem alles aus einer Hand an. Zum Sortiment gehören Gardinen, Rollos, Jaloussetten, Plissees, Senkrechtlamellen und Zubehör. Wenn der Kunde es wünscht, kommt Klaus Benke auch nach 18 Uhr oder sonnabends.

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

Verteiler

ab 13 Jahre gesucht.

Gern rüstige Rentner!

Magazin Verlag
 Hamburg, Vertrieb
 Sandra Schmelter-Haun: 538 34 52



Hätten Sie es gewusst?

Wie heißt der höchste Berg und welcher Fluss ist der längste der Welt? Wieviel Bundesminister gab es seit 1949? Na, werden Sie nervös? Denn mit dem Allgemeinwissen ist das so eine Sache. Wir stellen eine „kleine Hilfe“ vor.

Im Smalltalk mit den Kollegen oder Freunden bezieht sich das Gespräch plötzlich auf aktuelle gesellschaftliche Probleme. Es wird von den Parteien und deren Vorsitzenden und den Ministern gesprochen ... schwupps da ist sie, die Lücke im Gehirn. Wer war doch gleich unser aktueller Verteidigungsminister und wer ist doch gleich unser Bundesarbeitsminister?

So ergreift es vielen Menschen. Das gleiche gilt für Fakten: Welcher ist der größte, welcher der kleinste Staat, welches ist das höchste Gebirge in Europa und wer eigentlich nochmal das Penicillin erfunden? Kann man gar nicht alles wissen, aber all diese Fragen und viele mehr beantwortet Robert Junker in seinem Buch „Taschenhirn – Das Minibuch der 50.000 Fakten“. Klein aber oha! In 13 Kategorien, wie „Geografie + Weltall“, „Mensch + Natur“ und „Wissenswertes“ hat Robert Junker Tabellen erstellt, die das Merken vereinfachen. Nehmen wir zum Beispiel die Sparte „Unser Weltall“ – untergliedert in mehrere Oberthemen wie etwa „Zahlen, Daten, Fakten“. Dort steht unter dem Begriff Lichtjahr „Die Lichtgeschwindigkeit beträgt 300.000 km/sec. Daraus folgt: Licht legt in einem (Licht)Jahr ca. 9,46 Billionen Kilometer zurück. Aber auch nur Stichwörter gibt es in manchen Kategorien. Beispielsweise in der Rubrik „Rekorde der Erde und Natur“. An erster Stelle steht die Russische Föderation (17.075.400 qkm) unter der unter Kategorie „Größte Staaten“.

ju



„Taschenhirn – Das Minibuch der 50.000 Fakten“, Robert Junker, Tusitala Verlag, 2015, geb., 14, 90 Euro.

GUTE HAUT – GUTE LAUNE!

Kosmetik mit Konzept wirkt. Egal ob es „nur“ um ein paar störende Pickelchen geht oder ob „Frau“ die Zeit ein paar Jahre zurückdrehen möchte. Im **Kosmetikstudio Bardun**, Kunastrasse 33b in Sasel steht individuelle Hautbildverbesserung im Mittelpunkt. Moderne Wirkstoffkosmetik und ergebnisorientierte apparative Behandlungen machen aus dem Wunsch nach schöner Haut eine rasch sichtbare Realität. Als Beautyspezialistin weiß Angelika Bardun bewährte Verfahren geschickt mit neuesten Trends zu kombinieren. Der aktuelle Geheimtipp (und apparativer Liebling in Zeitschriften wie VOGUE, ELLE und GALA) ist die CellJET Ultraschallkur für zu Hause. 12 Minuten, die um Jahre jünger machen! Neugierig? Alle Infos für gesunde Haut finden Sie auf www.kosmetik-bardun.de. Terminvereinbarungen online oder unter **040-87085658**



Angelika Bardun,
Expertin für
strahlendes Aussehen
und gesunde Haut.

NACHHALTIGE PELZE VOM KÜRSCHNERMEISTER

Ein passgenauer Pelz, der trotzdem nicht teurer ist als einer von der Stange? Kürschnermeister Ulf Steinbock macht's möglich. Dabei legt er Wert auf Nachhaltigkeit: Verarbeitet werden die traditionellen Fellarten sowie Lamm-, Ziegen- und Kalbfelle, die nachweislich aus Europa stammen und aus heimischer Jagd. Diese werden individuell zu modischen, hochwertigen Unikaten verarbeitet. Ulf Steinbock, Kürschnermeister aus zweiter Generation, geht dieser alten Handwerkskunst in seinem Atelier im Alstertal nach. Mit viel Liebe zum Detail und kreativen Design-Vorschlägen erfüllt er die Wünsche seiner Kunden. „Pelz ist langlebig und bietet immer neue Möglichkeiten der passgenauen Neuanfertigung und Umarbeitung zu einem Bekleidungsstück, aber auch zu Wohnaccessoires wie z.B. Decken oder Kissen“, so Ulf Steinbock, der Sie gerne bei Ihrem Traum aus Pelz inspiriert. **Vereinbaren Sie einen Termin** und lassen Sie sich unverbindlich beraten. (Achtung: kein Ankauf alter Pelze!) **Ausstellungstermine: 11.11.-15.11. Völkerkundemuseum / 5.12.+6.12. Schloß Tremsbüttel.**



**Ulf Steinbock: Ihr
Kürschnermeister im
Alstertal**



Ulf Steinbock – Kürschnermeister
Saseler Bogen 3
Tel.: 040-639774-43
www.ulf-steinbock.de



Jetzt 5 Fragen für Sie:

1. Was beinhaltet der Relativismus?

- Wirklichkeit, die nur im Erkennen erkannt wird.
- Das Absolute ist nicht existent.
- Erkenntnisse können nur durch Denken, Vernunft und Erfahrungen gewonnen werden.

2. Wer hat Google erfunden?

- Larry Page
- Henry Ford
- Ingvar Kampra



3. Die größte Stadt der Welt?

- Shanghai
- Istanbul
- Mexico City

4. Welcher ist der längste Fluss in Deutschland?

- Der Main
- Die Elbe
- Die Donau



5. Wer schrieb die Blechtrommel (1959)?

- Heinrich Kleist
- Günther Grass
- Friedrich Schiller

Hier die Antworten:
1b, 2a, 3c, 4c, 5b



Heizöl
online bestellen!

Mit Tagespreis-Anzeige
und Online-Wetter

www.iden-heizoel.de
Tel.: 040-607 01 36

Aktuelle
Erdgas- und
Stromtarife
mit Preis-
garantie
einfach bei
uns anfragen.

**Erdgas
und Strom**
Nutzen Sie Ihr Sonder-
Kündigungsrecht
bei Erhöhungen!

Bernd Iden GmbH
Poppenbütteler Ch. 9
22397 Hamburg



Big Brother ist zurück

Alstertaler im TV-Knast!

Am 22. September öffnete der berühmteste TV-Container wieder seine Pforten. **Zwei Alstertalerinnen** – aus Duvendstedt und Hummelsbüttel – zogen mit ins **Big Brother Haus** ein! Wer sind die Kandidatinnen und warum tun sie sich das an?



„100.000€?
Klar gern“, sagt
Sharon aus Duvendstedt.

Mit dabei sind dieses Jahr Sharon (23) aus Duvendstedt und Bianca (36) aus Hummelsbüttel. Bianca, die als Personal Trainerin und Ernährungsexpertin arbeitet, erzählte vor Ihrem Einzug über ihre Beweggründe: „Ich habe bisher noch nie mit einem Partner zusammengewohnt und bin zu Hause immer alleine. Daher ist die Herausforderung besonders



Bianca hofft
auf den Sprung
ins Show-Business.

Seit über 60 Jahren in Ohlstedt
FRITZ NAUMANN
GmbH

- ELEKTROINSTALLATION Planung - Montage - Kundendienst
- STIEBEL ELTRON Autorisierte Vertrags-Kundendienst-Werkstatt
- ELEKTROGERÄTE + LEUCHTEN Verkauf und Reparatur
- SCHREIBWAREN

Alte Dorfstraße 15 • 22397 Hamburg (Ohlstedt)
Tel: 040 / 605 07 89 oder 605 10 09 • Fax: 040 / 605 00 36

www.fritz-naumann.com • info@fritz-naumann.com



Zu sehen im Duvendstedter BrookHus:
Eiderenten im eisigen Island.



Der Garten des Big Brother Hauses – inklusive dem 15 qm großen „Strafbereich“



Die Bewohner teilen sich Wohnbereich, Bad und sogar alle das gemeinsame Schlafzimmer.

groß für mich und ich finde es sehr interessant auf die unterschiedlichsten Charaktere zu treffen. Was erwartete einen? Wie ist das Zusammenspiel? Wie entwickelt sich Teamgeist oder auch die Konkurrenz?“ Sie sagt von sich selbst, dass sie Unsauberkeit und Unordnung aufregen und im Haus dafür sorgen wird, dass es nicht so weit kommt. Während sie Sex im Haus von vornherein ausschloss, ist ihre Kollegin Sharon schon einen Schritt weiter. Die 23-jährige kam in der laufenden Sendung ihrem Mitstreiter Kevin bereits näher, es wurde wild geknutscht und gefummelt und vielleicht auch mehr... Sie sagte vor ihrem Einzug bereits: „Ich bin ein extremer Mensch, der immer auf der Suche nach neuen Abenteuern ist. Und Big Brother ist ein Abenteuer.“ Die Mutter einer vierjährigen Tochter arbeitet unter der Woche als Juniorchefin in der Wäscherei ihrer Eltern, am Wochenende wechselt sie ins andere Extrem und verdient sich ihr Geld als Stripperin auf dem Kiez. 92 Tage wollen die Bewohner im Haus verbringen, am Ende winken dem Gewinner 100.000 Euro Preisgeld. Jeden Dienstag wird in der Live-Show ein Bewohner rausgewählt, bis Redaktionsschluss waren unsere beiden Alstertalerinnen noch im Container. Eine dritte Hamburgerin, Sophia aus St. Georg, wurde hingegen als erste nach nur einer Woche von den Zuschauern wieder hinausbefördert. Trotz oder gerade wegen der kontroversen Diskussionen um die Reality-Show ist das Format weltweit erfolgreich, insgesamt wurden über 320 „Big Brother“-Staffeln in 48 Ländern produziert und in über 120 Ländern ausgestrahlt. Wer jetzt Lust verspürt, das alles am eigenen Leib zu erleben (oder zu erliden...), sixx nimmt auf seiner Webseite Bewerbungen entgegen...

mk

Im Tv auf sixx:

mittwochs - montags 22.10 Uhr, dienstags 20.15 Uhr die wöchentliche Liveshow „Big Brother – Die Entscheidung“ mit Moderator Jochen Bendel.

ISLAND BEIM NABU

Noch bis zum 29. November zeigt der NABU Hamburg im Duvenstedter BrookHus, Duvenstedter Triftweg 140, die **Naturfoto-Ausstellung „Island – einfach anders“** mit Bildern von **Heike und Manfred Arlt**. Die beiden zeigen Fotos von ihren Reisen nach Island im Sommer 2013 und 2015. Von Hamburg aus ging es über Hirtshals (Dänemark) und Tórshavn (Färöer) nach Seyðisfjörður in Islands Osten. Von dort umrundeten sie die Insel mit Abstechern nach Landmannalaugar im südlichen Hochland, auf die Westmänner Inseln, den Westfjorden mit dem Vogelfelsen Latrabjarg und Grimsey am Polarkreis. Die Bilder erzählen von faszinierenden Begegnungen mit Gletschern, Eisbergen, Vulkanen und Wasserfällen. Auch die Vogelwelt kommt nicht zu kurz: Papageientaucher, Sterntaucher, und Odinshühnchen sind zu sehen, um nur einige zu nennen. Öffnungszeiten und weitere Infos unter www.NABU-Hamburg.de.



Steuererklärung?

Wir machen das.

Arbeitnehmer und Rentner:
Als Einkommensteuer-Experte bin ich für Sie da.

Steuerfachwirtin
Marzena Poulsen
Margaretenhof 21
22397 Hamburg
Telefon 040 18 11 28 28
Mobil 0174 314 0616



Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

www.vlh.de

Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.
LOHNSTEUERHILFEVEREIN



AUTUMN/WINTER

Verkaufsoffener Sonntag 8.11. ab 13 Uhr



Inh. Britta Slawik e.K.
Poppenbütteler Chaussee 3
22397 Hamburg-Duvenstedt
Tel.: 607 09 69

TUZZI

Claudia Schiffer,
Calvin Klein,
munic,
Nike,
Porsche,
Ray Ban,
Silhouette

Beate Rudloff

OPTIK

SEHENSWERT

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



Der 20 jährige Luca Sestak hat mit seinen Boogie-, Jazz- und Klassiksongs bereits über 20.000 Follower auf YouTube.



Die Big Band des Walddorfer Gymnasiums wird bereits am Freitag das Blues Festival eröffnen und für gute Stimmung sorgen.



Kulturkreis Torhaus

Fr., 06. Nov. **David Stromberg, Violoncello**
19:30 Uhr **Alexandra Sostmann, Klavier**
Sonaten von Bach, Beethoven, Chopin

So., 15. Nov. **Helmuth James und Freya von Moltke**
18:00 Uhr **Abschiedsbriefe – Hanjo Kesting;**
Maria Hartmann, Volker Hanisch;
Henning Lucius, Klavier

Auskunft und Karten: Tel.: 536 12 70 – www.kulturkreis-torhaus.de

BLUES FESTIVAL GEHT IN DIE 7. RUNDE

Am **13. und 14. November** findet bereits zum siebten Mal das Volksdorfer Blues Festival im Bürgerhaus „**Koralle**“ statt. Ein besonderes Highlight wird der Auftritt unserer Hamburger **Blueslegende Abi Wallenstein** sein, der kürzlich mit dem renommierten „Blues Louis“ ausgezeichnet wurde – wie zuvor schon u.a. Rolling Stone-Bassist Bill Wyman. Am 14.11. wird nun dieser preisgekrönte Musiker, der die bluestypische Tradition der Straßenmusik pflegt und „über den man eigentlich nichts schreiben, sondern ihm einfach nur lauschen und seinem Blues genießen sollte“ - wie ein Autor von Deutschlands größtem Bluesmagazin mal begeistert äußerte - auf der Bürgerhausbühne des neuen Clubs Riff stehen. Den Abend beginnen wird die Thüringer Band **The Double Vision**, deren Frontman Stephan Graf seine Vorliebe für die Musik des irischen Sängers und Gitarristen Rory Gallagher in keiner Weise verhehlt und mit seinen Trio in Volksdorfer Songs aus eben dessen, sowie auch aus eigener Feder **„unplugged“** präsentieren wird. Gegen Ende des Festivals wird ein bluesmusikalisches Schmankerl aus den Alpen für einen weiteren Höhenpunkt mit einer Mixtur aus modernem Soul und Bluesrock sorgen. Die Fachpresse sieht in der aus Oberösterreich kommende **Meena Cryle & The Chris Fillmore Band** geradezu „Die Zukunft des Blues“! Diesjährig wird das VBF schon am Freitagabend mit der **Jazz Combo des Walddorfer Gymnasiums** im Koralle-Bistro eröffnet. Gefolgt vom 20-jährigen **Luca Sestak**, der bereits zu Festivals quer durch Europa und in die USA eingeladen wurde. Lucas Musik umfasst neben Boogies auch Jazz und Klassik. Gerne würzt er seine Interpretationen und Kompositionen mit Funkelementen. vf

Pflanzen mit Liebe.



UNSER
Weihnachts-
markt
IST AB SOFORT
GEÖFFNET!

22359 Hamburg-Volksdorf
Eulenkrußstraße 190
Tel. 040 – 533 044 90
www.pflanzen-koelle.de

Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Pflanzen-Köle Gartencenter GmbH & Co. KG, Im Neckargarten 6, 74078 Heilbronn

**Pflanzen
Köle**
Ihr Gärtner seit 1818



Ticket-Verlosung

Wir verlosen **2x2 Kombi-Tickets** plus das DinA1 Festivalplakat im Wert von über 100€. Wer zwei gewinnen möchte schickt eine E-Mail an redaktion@alster-net.de. Tickets u.a. in der Koralle Bar&Bistro. ab 10€. Mehr Infos im [www](http://www.vbf-14.de) unter Volksdorfer Blues Festival.

BUNDESVERDIENSTKREUZ FÜR WELLINGSBÜTTLER

Nachdem bei seinem Sohn Tim mit sechs Jahren die unheilbare Kinderdemenz Neuronale Ceroid Lipofuszinose (NCL) diagnostiziert wurde, **gründete der Wellingsbüttler Dr. Frank Husemann 2002 die gemeinnützige NCL-Stiftung**. Die Ursache der Stoffwechselkrankheit, bei der Protein- und Lipidablagerungen in den Zellen nicht mehr richtig abgebaut werden und deswegen Nervenzellen absterben, ist noch weitgehend unbekannt. Aufgrund der Seltenheit dieser Erkrankung gab es bisher nur wenige Forschungsprojekte und Geldmittel. Ziele der Stiftung sind, über die Krankheit zu informieren, Forschungsprojekte zu finanzieren und eine Plattform für den weltweiten wissenschaftlichen Austausch zu schaffen. Die Stiftung ist mittlerweile der größte Einzelförderer von Doktorandenstipendien auf diesem Forschungsgebiet und vernetzt die NCL-Forschung weltweit. Inzwischen hat sie über 50 Forschungs Kooperationen initiiert, 14 internationale Wissenschaftler-Treffen ausgerichtet und zahlreiche Forschungspreise vergeben. Eine außerordentliche Leistung die Anfang Oktober mit dem Verdienstkreuz am Bande gewürdigt wurde. „Ich habe mich sehr gefreut. Weniger für mich persönlich als vielmehr für die NCL-Stiftung, denn natürlich ist es eine große Anerkennung für meine ehrenamtliche Arbeit über viele Jahre. Doch gewürdigt wird hier das Engagement vieler Menschen, für das ich diese Ehrung entgegennehmen darf“, so Husemann. Mehr Infos: www.ncl-stiftung.de



Foto: Marc Darlinger

Bundespräsident Joachim Gauck (l.) und Dr. Frank Husemann aus Wellingsbüttel.

LORENZ RECHTSANWÄLTE

Baurecht	Mietrecht	Wohnungseigentumsrecht	Verkehrsrecht	Arbeitsrecht
Architektenrecht	Immobilienrecht	Maklerrecht	Vertragsrecht	Betriebsverfassungsrecht
Erbrecht	Arbeitsrecht	Immobilienrecht	Handelsrecht	Kündigungsrecht
Kay G.L. Poulsen	Christian Verstege	Nico Franck	Meike Hrubetz	Hartwin Quistorf
Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht	Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht	Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht	Rechtsanwältin	Rechtsanwalt

Wellingsbüttler Weg 160-162 • 22391 Hamburg • Telefon: 040 600 00 90 • Telefax: 040 600 00 999
kanzlei@lorenzrechtsanwaelte.de • www.lorenzrechtsanwaelte.de

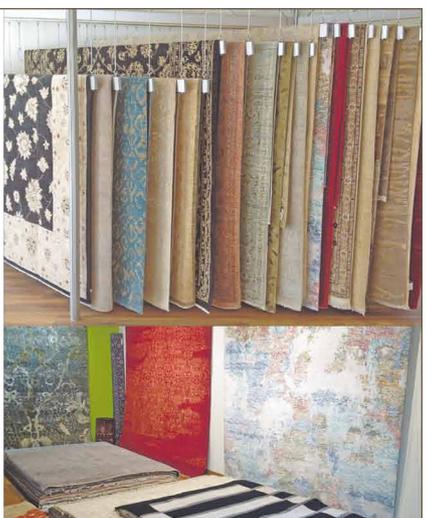




Wir müssen leider schließen!
Totalausverkauf wegen Geschäftsaufgabe!
Einmalige Gelegenheit einen hochwertigen
Designer-Teppich mit Preisnachlass zu erwerben:

50% auf reguläre Preise
auch auf die edlen Orient- und seltene Antik-Teppiche

Wellingsbüttler Weg 123 | 22391 Hamburg | Tel. 53 75 98 23 | www.sasiam.com





Han

BEERDIGUNGSMUSEUM
"St. Anskar von 1880"
Bernh. Han & Sohn

Tel.: 600 18 20

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



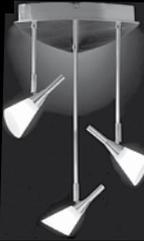
Erd-, Feuer-, See- und anonyme Bestattungen

Ihr Fachgeschäft im Alstertal

Elektro-Installation · Reparatur · Einbau-Geräte · Leuchten · Sprech-Anlagen · Kabel-TV · Telekom · ISDN-Anlagen
EDV-Netze · E-Heizung · Heißwasser

J.MELLE + SOHN

Elektroniker der
Energie- und
Gebäudetechnik



Miele

LIEBHERR

SIEMENS

BRAUN

KRUPS

SIEDLE

Poppenb. Hauptstr. 11, 22399 Hamburg, Tel. 602 22 41

www.j-melle-sohn.de

Kundenparkplätze links neben der Apotheke!

Geöffnet: 8.30-13.00 Uhr + 14.15-18.30 Uhr – samstags 9.00-13.00 Uhr

Große Kunst

Am **1. November** verwandelt sich das **Alstertaler Einkaufszentrum** in eine der größten Kunstmessen der Stadt – die **AlsterArt**. Über **60 Künstler** werden anwesend sein und ihre Kunstwerke zu **erschwinglichen Preisen** anbieten.



Frank Thilo Fenner,
Hamburg Collage 2,
auf Leinwand
gezogen,
80 x 60 cm



AMROT,
kleine Sitzende 2, Skulptur

Echt stark: Immer für Sie unterwegs.



Wir bringen das Heizöl. Für Sie.

Frommann Mineralölhandel GmbH
Verkaufsbüro Woltemath Tel.: 040/ 602 21 35



Shell Markenpartner



messe

im
AEZ



Tobias Hartmann, Stadtstrand, Acryl, Sand
Metall auf Leinwand, 120 x 100 cm

AlsterArt 2015

Bereits zum 8. Mal veranstaltet der LIONS-Club Hamburg-Oberalster am 1. November von 11 – 18 Uhr die AlsterArt für einen guten Zweck – der Reinerlös bestehend aus u.a. Eintrittsgeldern und Standgebühren der Künstler fließt in ausgewählte soziale Projekte.

Nach einer Bewerbungsphase, in der über 200 anerkannte und auch junge Künstler sich bei einer fachkundigen Jury beworben hat, wurde eine bunte Mischung aus über 60 Künstler/-innen ausgewählt, um die Hallen des AEZ mit Leben zu füllen.

Von Malerei über Grafiken, Fotografien bis hin zu Kleinplastiken wird alles vertreten sein. Auch die Künstler werden vor Ort anwesend sein und freuen sich über Gespräche mit Interessenten. Dadurch, dass auf der AlsterArt ausschließlich erschwingliche Kunstwerke ausgestellt werden, die für den direkten Verkauf sind, ist es eine Kunstmesse für Jedermann. Die Atmosphäre ist locker, lebendig und macht Spaß, sich einen ganzen Sonntag lang mit der Kunst zu befassen.

Eintritt 7€ inklusive Künstler Katalog.
Kinder haben freien Eintritt.



Tag der offenen Tür

am 8. Nov. 10-17 Uhr



Parkresidenz Greve & Co Alstertal
Karl-Lippert-Stieg 1
22391 Hamburg-Poppenbüttel
Telefon 040/60 60 8-0
www.parkresidenz-alstertal.de

Überzeugen Sie sich selbst von unserer familiären Atmosphäre und den einzigartigen Dienstleistungen!

GOEBEL HIRSCH
BRINKE
RECHTSANWÄLTE

Recht *anspruchsvoll.*

FAMILIENRECHT · ERBRECHT · ARBEITSRECHT

Poppenbüttler Hauptstraße 13 · Tel. 606 79 226
www.alsteranwalt.de

Tradition verpflichtet

BESTATTUNGEN

Eggers

Poppenbüttel

Ohlendieck 10
22399 Hamburg

Telefon: 040 - 602 23 81
info@bestattungen-eggers.de
www.bestattungen-eggers.de

Ihr Fachgeschäft im Alstertal



FernsehMelle

Meisterbetrieb Ihres Vertrauens

Beratung, Verkauf, Reparatur
LED-TV, HiFi, Multiroom
Kabel-TV, DVB-T, SAT
DSL, Netzwerk, WLAN
Telefone, Telefonanlagen
<http://www.fernseh-melle.de>



GRUNDIG
LOEWE.
Mez
Panasonic
Block
BOSE
DENON
YAMAHA

Poppenbüttler Hauptstraße 11 * 22399 Hamburg * Tel: 60 82 13 80
Mo-Fr 8:30 - 13.00 Uhr + 14:15 - 18:30 Uhr Sa 9:00 - 13:00 Uhr

Welches Bettsystem

passt zu mir?

Es gibt viele Faktoren, die den Kauf des richtigen Betts beeinflussen. Ein Experte kann helfen!

Boxspring-Betten sind im Moment der „letzte Schrei“, was Bettsysteme angeht. Und das gar nicht mal zu Unrecht – ein gutes Boxspring-Bett hat durchaus seine Vorteile. Dennoch sollte man sich nicht vorschnell darauf festlegen, denn jeder Mensch ist verschieden und, je nach eigenen Ansprüchen und Bedürfnissen wäre vielleicht ein anderes Bettsystem besser geeignet. Haben Sie Rückenprobleme? Sind Sie körperlich eingeschränkt? Möchten Sie vor allem eine angenehme Relaxliege? Haben Sie Schwierigkeiten mit zu hohen oder zu niedrigen Betten? All diese Faktoren – und einige mehr – sollten bedacht werden, bevor man sich für das passende Bett entscheidet.

Daher ist es sinnvoll, sich nicht von vornherein auf ein System zu versteifen, sondern mit einem kompetenten Berater zu sprechen.

Der weiß, worauf man achten muss und verhilft Ihnen zu einem Bett, das wirklich auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt ist.



Expertentipp von Mathias Senft
Mitinhaber Hansa Engel-Werk



Individuelle Betten für jedermann



Bequem

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



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.

Jedes Bett ist ein Einzelstück

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

Flexibel

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



Altersgerecht

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



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



Hansa Engel-WERK

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

EIN HAUS VOLL SCHÖNER GESUNDHEIT

Körperharmonie für Sie und Ihn



schön!gesund. bietet seinen Kunden ein breites Angebot für Figur, Schönheit und Entspannung. Ein Highlight ist der naturbelassene Pool im Garten.

Obwohl schön!gesund. als Geheimtipp gehandelt wird, weil das Institut eine sehr persönliche Atmosphäre und viele innovative Verfahren bietet, möchte Inhaberin Jeanette Möbus-Nitz die Türen für alle öffnen: „Jeder ist herzlich eingeladen, bei uns vorbeizuschauen. Gern zeigen wir Besuchern das Haus und informieren über Möglichkeiten, das individuelle Wohlbefinden zu verbessern.“ Schwerpunkte liegen auf den Bereichen Figur, Schönheit und Entspannung. „Wir sehen den Menschen in seiner Ganzheit. Gemeinsam mit jedem Kunden finden wir heraus, was wir für ein gutes Aussehen und Körpergefühl tun können.“

Jeanette Möbus-Nitz hat ein hochqualifiziertes Team um sich, das die Kunden – unter ihnen auch immer mehr Männer – von Kopf bis Fuß betreut. Das Spektrum reicht von kosmetischen Behandlungen mit Specials wie Wimpernlifting über neuartige Verfahren für Fettverbrennung und Muskelaufbau bis hin zu Massagen und Entgiftung. Im Sinne einer medizinisch fundierten Wellness wird auch Physiotherapie angeboten, zudem die Privatbehandlung durch einen renommierten Orthopäden. „Wir machen viel Präventionsarbeit. Wichtig ist uns vor allem, unsere Kunden zu entschleunigen. Denn Entspannung macht einfach schön.“

Ein besonderes Angebot hält Jeanette Möbus-Nitz anlässlich des 5-jährigen Jubiläums bereit: Bis zum 31. Dezember gibt es das schön!gesund. x 5 Paket zum Sonderpreis. Weitere Informationen unter www.schoen-gesund-hamburg.de.

schön!gesund.



5-JÄHRIGES JUBILÄUM

Unser Sonderpaket* für Sie:

- 1 Vibrationsplattentraining
- 1 Vacuumtraining
- 1 Slimyonikanwendung
- 1 Teilkörpermassage
- 1 kleines Überraschungspräsent

Alles zusammen zum Jubiläumspreis:

€ 33,-

*Angebot gilt bis 31.12.2015

Diabetes: Gibt es tatsächlich

„Ernährungssünden“?

Ganz grundsätzlich gibt es in der Diabetologie keine verbotenen Nahrungsmittel. Ernährungsempfehlungen können sich daher immer nur auf Mengen, nicht aber auf die Inhalte der Nahrung beziehen. Wenn es um Gewichtskontrolle bei zu Übergewicht neigenden Menschen geht, ist durchgehend eine akkurate und disziplinierte Mengenkontrolle von Kalorien erforderlich. Das ist möglich, aber sehr schwierig und wird bei Übertretungen leicht vom betroffenen Menschen selber als „Sünde“ bezeichnet.

Dieser Begriff sollte hier keine Anwendung finden, weil auch andere Faktoren, etwa genetische Veranlagungen, beim Gewicht eine wichtige Rolle spielen.

Daneben spielt zur guten Stoffwechseleinstellung bei einem Diabetes die jeweilige Form der medikamentösen Therapie eine entscheidende Rolle. Diese setzt zur Anpassung das Wissen des Patienten voraus, das in Schulungen beim Hausarzt oder in der Diabetesschwerpunktpraxis erworben werden kann.



Es gibt für Diabetiker keine „verbotenen Nahrungsmittel“, trotzdem sind Ernährungsempfehlungen hilfreich.



Expertentipp von Dr. Matthias Pein

Facharzt für Innere Medizin und Diabetologe, Diabeteszentrum Alstertal

 <p>Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie Dr. Dr. Norbert J. J. Bock Dr. Dr. Sebastian Flinzberg Kritenborg 7 Telefon: 040 - 6 06 60 14</p>	 <p>Internistisch-neurologische Praxis PD Dr. Martin Bökmann Dr. Christine Eysel, Dr. Eva Leue Dr. Marion Anne Vössing Heegborg 10 Telefon: 040 - 6 02 40 66</p>	 <p>Physiotherapeutin Marett Carstensen Heegborg 2 Telefon: 040 - 6 06 97 79</p>	 <p>Kinderzahnärztin Dr. Katharina Dorandt Heegborg 16 Telefon: 040 - 61 13 60 70</p>	 <p>Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin Dr. Hans-Rudolf Drunkenmölle Heegborg 9 Telefon: 040 - 6 02 47 51</p>	 <p>Zahnärzte und Prophylaxepraxis Dr. Matthias Engeln Dr. Sven Schomaker Heegborg 13 Telefon: 040 - 6 02 39 49</p>
 <p>Fachärztin für Innere Medizin und Naturheilverfahren Dr. Apama Haskan Heegborg 14 Telefon: 040 - 64 42 42 26</p>	 <p>Zahnärztinnen Dr. Sabine Kuhn, Dr. Sylke Prill Heegborg 10 Telefon: 040 - 6 06 99 51</p>				
 <p>Facharzt für Urologie Dr. Stefan Lohmann Heegborg 14 Telefon: 040 - 6 02 28 00</p>	 <p>Logopädin Merja Mikkola Heegborg 16 Telefon: 040 - 78 89 60 06</p>	 <p>Facharzt für Augenheilkunde AOZ Augenoperationszentrum Andreas Otto Heegborg 2 Telefon: 040 - 53 04 88 77</p>	 <p>Fachärzte für HNO Dr. Fabian Reitmeier, Claudia Pyttlik, Dr. Volker Rennert Heegborg 2 Telefon: 040 - 6 02 33 37</p>	 <p>Psychologische Psychotherapeutin Judith Veit Kritenborg 18 Telefon: 040 - 69 79 57 92</p>	 <p>Fachärzte für Orthopädie Dr. Jörg Wagner Dr. Jürgen Schneeberger Heegborg 8 Telefon: 040 - 6 02 19 40</p>
 <p>Ergotherapeutinnen Anke Schledz-Waldeck Angela Lein Heegborg 2 Telefon: 040 - 64 53 22 72</p>	 <p>Fachärzte für Frauenheilkunde Andreas Lesny Dr. Sandra Nachtigäller Heegborg 10 Telefon: 040 - 6 02 15 15</p>	<p>Unsere Patienten genießen den großen Vorteil, dass die einzeln angebotenen medizinischen Dienstleistungen Teil eines großen Netzes sind. Auf Grund dessen ist eine gute Koordination zwischen den verschiedenen Ärzten und Therapeuten möglich, wodurch der Informationsweg drastisch verkürzt wird. Weiterführende Termine werden direkt von den Mitgliedern für ihre Patienten vereinbart. Somit entstehen keine wesentlichen Wartezeiten auf Folgetermine bei den Kollegen. Bei unseren regelmäßigen zertifizierten Konferenzen erarbeiten wir immer wieder aufs Neue, wie wir unser Angebot für Sie als Patient weiter verbessern können.</p>			

www.alstertalmed.de

Expertentipp von Dr. med. Andrea Thron

Leitende Ärztin der Medizinischen
Kräftigungstherapie des Kieser Training-
Studios in Hamburg-Poppenbüttel



Mit Kraft

Rückenschmerzen erfolgreich behandeln

Bei chronischen Rückenschmerzen, Bandscheibenvorfällen, Haltungsschwächen und vielen anderen Krankheitsbildern des Rückens spielen die tiefen autochthonen Lumbalextensoren bzw. die kurzen Rückenstrecker eine wichtige Rolle. Diese stabilisierenden Muskeln liegen dicht an der Lendenwirbelsäule und verbinden die einzelnen Wirbelkörper bzw. -segmente. Wenn sich nun dieses Muskelkorsett, was häufig geschieht, zurückbildet und schwächer wird, können Belastungen nicht mehr ausgeglichen werden. In der Folge wächst die Gefahr, dass sich Wirbelkörper verschieben und Blockaden entstehen. Es kann zu einer Überlastung bzw. vorzeitigen Degeneration von Wirbelkörpern und Bandscheiben kommen. Um die Lumbalextensoren gezielt wieder aufzubauen, bedarf es neben einiger trainingsmethodischer auch technischer Voraussetzungen. So muss eine geeignete Trainingsmaschine beispielsweise die Gravitation ausgleichen und einen veränderbaren Widerstand und Bewegungsradius bieten. Ebenso ist es unerlässlich, während der Übung die Beteiligung von Gesäß- und Oberschenkelmuskeln zu unterdrücken. All dies ist durch die Lumbar Extension-Maschine (LE) gegeben. Diese computergestützte Maschine ermöglicht uns einerseits eine wissenschaftlich fundierte Rückenanalyse, die uns Auskunft über Kraftdefizite und Bewegungseinschränkungen gibt. Andererseits können wir dank dieser Technologie die Rückenstrecker isoliert trainieren und damit effizient kräftigen.

Im Rahmen einer Medizinischen Kräftigungstherapie (MKT) reichen in der Regel schon 12 bis 18 Sitzungen an der LE sowie ein halbstündiges Ergänzungsprogramm, um Beschwerden zu lindern und die Lebensqualität deutlich zu verbessern. Die Kosten für die MKT werden von der privaten Krankenversicherung übernommen. Studien belegen: Sogar Operationen lassen sich vermeiden.

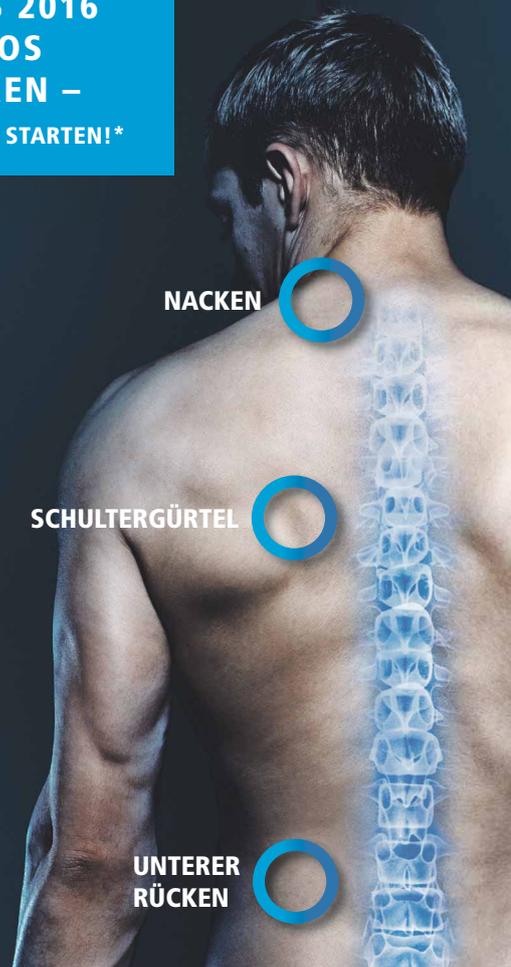
Diabeteszentrum Alstertal



Diabetes-Schwerpunktpraxis

Dres. med. G. Beck • A. Dühr • M. Pein
Heegbarg 2 • 22391 Hamburg • Tel. 2716 7227
www.gastrodiabetes.de

**JETZT BIS 2016
KOSTENLOS
TRAINIEREN –
BIS 15.11.2015 STARTEN!***



SAGEN SIE JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER

Wer sein Leben aktiv gestalten will, braucht Kraft. Wie viel wir davon zur Verfügung haben, hängt vom Zustand unserer Muskulatur ab. Gut trainiert, erhöht sie unsere körperliche Leistungsfähigkeit. Mit Kieser Training erhalten Sie die Kraft für das, was Ihnen wichtig ist.

Jetzt bis 2016 kostenlos trainieren – starten Sie am besten noch heute!

Kieser Training Hamburg-Poppenbüttel

Grell, Krug, Sziegoleit und Weber GbR
Kritenbarg 4 | im AEZ | 22391 Hamburg
Telefon (040) 611 640 90 | 1 Stunde kostenlos parken

8x in Hamburg | kieser-training.de

* Bei Abschluss einer Mitgliedschaft bis 15. November 2015 trainieren Sie bis zum Beginn des nächsten Jahres kostenlos. Laufzeitbeginn und Beitragszahlung erst ab Januar 2016. Das Angebot gilt nur für Neukunden und ist nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

KIESER TRAINING

JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER

Die Makula-

Degeneration

Patienten, die an einer feuchten Makuladegeneration leiden und Menschen mit einer fortgeschrittenen diabetischen Netzhauterkrankung, kann durch die richtige Beurteilung der Situation wieder Sehkraft zurückgegeben werden. Bei diesen Erkrankungen kann es neben einer Durchblutungsstörung zu einer Flüssigkeitseinlagerung in der Netzhaut kommen. Bei der sog. Intravitrealen Injektion wird ein neuartiges Medikament in den Glaskörperraum des betroffenen Auges eingespritzt.

Die Injektion wird ambulant mit örtlicher Betäubung durchgeführt. Das Medikament entfaltet gezielt in der Netzhaut seine Wirkung und führt zu einer Verbesserung der Sehkraft. Je nach Ausprägung der Erkrankung können mehrere Injektionen erforderlich sein. Diese moderne Therapie kann bei der feuchten Makuladegeneration, bei Netzhautgefäßverschlüssen und der diabetischen Netzhauterkrankung auf Kosten der Krankenkasse durchgeführt werden.



Expertentipp von Andreas Otto
 Facharzt für Augenheilkunde im AOZ
 (Augen Operationszentrum Hamburg)

Gut gesehen: Zur Behandlung der Makuladegeneration steht ein neuartiges Medikament zur Verfügung.



Jetzt bewerben und gewinnen!

„DAS GIBT'S NUR EINMAL!“

Gewinn:
 Exklusives Hockeytraining mit Olympiasieger Florian Fuchs

← ← ←

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir verlosen unvergessliche Momente.

Die Spiele in Hamburg 2024. Das gibt's nur einmal. Erleben Sie unvergessliche Momente mit der Hamburger Volksbank! Seien auch Sie Feuer und Flamme und gewinnen Sie ein exklusives Hockeytraining mit Olympiasieger Florian Fuchs.
Jetzt bewerben und gewinnen!

Alle Infos und weitere Momente unter: www.hamburger-volksbank.de

Hamburger Volksbank
 Man kennt sich.

Kunsthandlung Alstertal

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

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



Schirme & me(e)hr

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

Näharbeiten, Tauwerk und allgemeine Reparaturen.

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

Aufbauende Kuren

Herbstliches Schmuttelwetter macht Haaren nichts aus, dafür leiden sie umso mehr an staub-trockener Heizungsluft. Und das besonders, wenn andere Strapazen bereits Spuren hinterlassen haben. Durch die kleinen Risse in der Haarrinde entweicht wertvolle Feuchtigkeit, das Haar wird unelastisch und spröde. Bestes Gegenmittel sind Intensivkuren, die es tiefenwirksam regenerieren und Schäden reparieren, geschmeidig machen und somit wunderschönen Glanz verleihen.



Expertentipp von Sylvia Schacht

Tipps
rund um
Gesundheit &
Beauty

*Intensivkuren können
Haaren in Zeiten staub-
trockener Heizungsluft zu
Glanz verhelfen.*



Augen
Operationszentrum
Hamburg

Makulasprechstunde Hilfe bei altersbedingten Sehproblemen

Immer mehr Menschen leiden an einer Makuladegeneration. Ab dem 60. Lebensjahr empfehlen wir daher eine regelmäßige Makulavorsorgeuntersuchung. In unserer Makulasprechstunde werden schwerpunktmäßig unter anderem folgende Erkrankungen mit modernsten Mitteln diagnostiziert und therapiert:

- altersbedingte Makuladegeneration
- diabetische Makulaerkrankungen
- unklare Durchblutungsstörungen
- Gefäßverschlüsse



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

COIFFEUR-TOPADRESSE IN HAMBURG WWW.SYLVIA-SCHACHT.DE

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



**SYLVIA
SCHACHT**

HEEGBARG 6
(GEGENÜBER AEZ)
22391 HAMBURG
TEL: 611 929 56
MO. GESCHLOSSEN
DI-FR 9:30-19:00 UHR
SA 9:30-16:00 UHR

Hier könnte auch Ihre Anzeige stehen!

Wenn Sie, verehrte Poppenbüttler Geschäftsleute, im Alstertal-Magazin Werbung schalten oder sich beraten lassen möchten, rufen Sie mich gerne an.

Gabriele Bergerhausen, Mediaberatung
Tel.: 538 930 55, Mobil: 0179 / 788 57 71
E-Mail: g.bergerhausen@alster-net.de

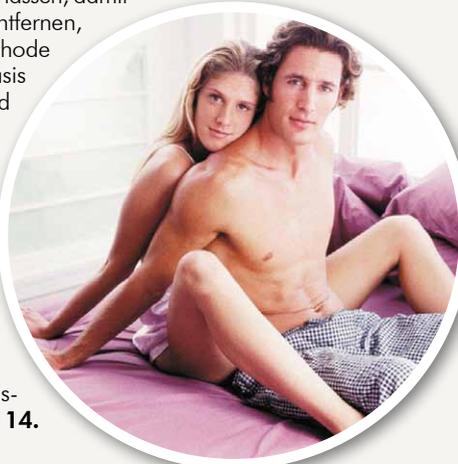


Jubiläumsangebot:
Für **Neukunden** gibt es gegen Vorlage der Anzeige **10%** auf die 1. Behandlung.

Seit 10 Jahren schenkt **Gianina Willroth** ihren Kunden **mehr Lebensqualität.**

FÜR IMMER GEPFLEGTER, GLATTER KÖRPER!

Im abpilus **Asthetik-Zentrum** geht Ihr Traum in Erfüllung! Zusätzlich zur **dauerhaften Haarentfernung**, garantiert Inhaberin Gianina Willroth Ihnen ein neues Körpergefühl und damit ein Stück mehr **Lebensqualität**. Sie weiß wovon sie spricht, denn auch sie hat mit der IPL-Lichtmethode EPILUX ein neues Körpergefühl gewonnen: „Ich war völlig begeistert, fühlte mich schöner und wollte dieses Gefühl gerne weitergeben!“ Seit genau 10 Jahren beglückt sie ihre Kunden mit einer **müheless glatten, gepflegten Haut**: Nie wieder Rasieren, Waxen, Epilieren! Nie wieder Haare wachsen lassen, damit sie lang genug sind zum Entfernen, denn bei der IPL-Lichtmethode EPILUX werden auf der Basis einer gründlichen Haut- und Haaranalyse die Haarfollikel so verödet, dass sie keine neuen Haare mehr produzieren. Je nach Typ sind ca. 4–7 Behandlungen nötig, in einem Intervall von 6–12 Wochen. Abpilus Asthetik-Zentrum, Heegbarq 2 (direkt am AEZ), www.abpilus.de, info@abpilus.de Beratungsgespräch: **040 – 69 70 55 14.**



Rückenschmerzen kennen leider viele Menschen nur zu gut und sehnen sich nach Hilfe.



Expertentipp von Dr. med. Panagiotis Doukas
Facharzt für Orthopädie und Sportmedizin

Rückenschmerzen:

lieber therapieren

Rückenschmerzen können ganz unterschiedliche Gründe haben. Es gilt, schonende Behandlungsmethoden einzusetzen, die ganzheitlich arbeiten und ganz auf die individuellen Bedürfnisse des Patienten zugeschnitten sind, etwa die spinale Dekompression mit einem SpineMED®-Gerät. So könnte unter Umständen eine OP verhindert werden. Nach einer detaillierten Eingangsuntersuchung nimmt der Patient auf einer speziellen Liege Platz. Durch das SpineMED®-Gerät wird dann genau kontrollierte Zugspannung ausgeübt, die einen Zwischenwirbelraum leicht dehnt. Dies führt zu einer Entlastung und verbesserter Durchblutung. Eine solche Sitzung dauert in etwa 45 Minuten, üblicherweise sind etwa 20 Behandlungen nötig. Nebenwirkungen sind keine bekannt. Besonders geeignet ist diese Methode für Menschen mit Bandscheibenproblemen, Schmerzen in Kreuz und Nacken, Hexenschuss, Verengung des Spinalkanals sowie Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule.

Neu und einmalig in Norddeutschland:

Innovative SpineMED® Bandscheibentherapie aus den USA – ohne Operation!

Hilft bei:

- Bandscheibenvorfall/-vorwölbung
- Ischialgie
- Degenerierten Bandscheiben
- Osteochondrose
- Nicht-knöcherner Stenose
- Spondylarthrose
- Facettengelenkssyndrom



Orthopädie Sportmedizin

Dr. med. P. Doukas

Fuhlsbüttler Str. 145, 22305 Hamburg
www.dr-doukas.de. Rufen Sie an: 040/611 30 322



Jetzt Frühbucher-Prämie sichern!

Wechseln Sie bis zum 31.10.2015 (Vertragsbeginn 01.01.2016) mit Ihrer Kfz-Versicherung zu uns und sichern sich einen Tankgutschein in Höhe von 20,- Euro.

Martina Hintz

Frahmredder 1
22393 Hamburg
Telefon (040) 639 18 84-0
www.hintz.lvm.de



Der Treffpunkt von Angebot und Nachfrage

Der geprüfte Immobilienfachmann Joachim Hintz und sein Team sind Ihr Ansprechpartner für ausgewählte Immobilien im Alstertal. Besuchen Sie uns in unseren neu bezogenen Räumen. Wir freuen uns auf Sie!
Porta Mondial Hamburg · Frahmredder 1 · 22393 Hamburg · Tel.040-6391884-60 · info@portamondial-hamburg.de

Ausgewählte Immobilien
aus dem Alstertal und der Region

Int. Ferienimmobilien
Verkauf und Ferienvermietung

Gratis Einwertung
Kompetent und realistisch

Energieausweispflicht
Wir kümmern uns darum

In der sechsteiligen Serie „Trainieren wie die Profis“ geben erfolgreiche UHC-Hockeystars wie Jonas Fürste und Jan Simon (r.) Einblicke in ihre Fitnessstricks.



„Trainieren wie die Profis!“

Feldhockey gehört seit langem zu einer der erfolgreichsten deutschen Sportarten: So spielt die Herrenmannschaft des Uhlenhorster Hockeyclubs (UHC) in der Bundesliga ganz oben mit. Wie sich die **Profis** fit machen, worauf sie achten, verraten sie in der Serie „Trainieren wie die Profis“, die bis zum Dezember im **MeridianSpa Alstertal** veranstaltet wird.

Noch bis zum Dezember können MeridianSpa-Mitglieder und Gäste sich vom Hockeyfieber packen lassen und in eine neue Welt eintauchen: Jeweils zwei Profis des UHC verraten an sechs Terminen, was sie so erfolgreich macht – inklusive Training. „Die Serie ‚Trainieren wie die Profis‘ gibt einen Einblick, wie wir uns fit halten beziehungsweise wie das Trainingsprogramm zur Sportart Hockey im Idealfall aussieht. Es ist ein ausgetüfteltes Konzept und weit mehr als das Pumpen in der Muckibude“, erklärt Jan Simon. „So erwarten die Teilnehmer beispielsweise verschiedene Kraft- und Ausdauerübungen. Auch ein Stabilisations- sowie Freihantel- und TRX-Training steht auf dem Programm.“ Wer schon immer einen Einblick in die Hockeywelt erhaschen wollte, sollte diese Fitness-Specials mit den Top-Sportlern – unter ihnen sind unter anderem Doppelolympiasieger, aktuelle Nationalspieler und Champions League Sieger – nicht verpassen.

Trainieren wie die Profis im MeridianSpa Alstertal

Mittwoch, 28.10.15 • 18.30 – 20.00 Uhr
 Mittwoch, 04.11.15 • 18.30 – 20.00 Uhr
 Samstag, 14.11.15 • 18.00 – 19.30 Uhr
 Mittwoch, 18.11.15 • 18.30 – 20.00 Uhr
 Mittwoch, 25.11.15 • 18.30 – 20.00 Uhr
 Samstag, 05.12.15 • 18.00 – 19.30 Uhr

Kosten: Nicht-Mitglieder sind mit einer Tageskarte Fitness und Wellness für 40 Euro pro Termin herzlich willkommen. Interessierte melden sich bitte für die Teilnahme an der Rezeption in einem der Hamburger MeridianSpa oder unter 040/65 89-0 an.

Das Alstertal Magazin verlost zu jedem Termin jeweils einen Platz + Begleitung. Zusätzlich erhalten die Gewinner für diesen Tag eine MeridianSpa Fitness- und Wellness- Tageskarte, so dass sie sich den ganzen Tag über vorkommen verwöhnen lassen können. Einfach auf facebook unter Alstertal Magazin schauen oder eine Mail mit dem Betreff „Trainieren wie die Profis“ und dem Wunschatum an v.fuehlenbrok@alster-net.de schicken. Weitere Informationen zu MeridianSpa und dem UHC erhalten Fitness- und Wellness-Fans auf www.meridianspa.de und www.uhc.de.

AEZ INSIDE

Verkaufs-
offener
Sonntag im AEZ:
8.11.

ALSTERTAL
EINKAUFS-ZENTRUM

ZEIGEN SIE TAILLE!

SEIEN SIE MODERN UND EINFACH
FRAU. DIE MODE MACHT ES VOR:
TAILLE ZEIGEN IST IM TREND. WIR
VERRATEN WIE ES GEHT!

Feiern Sie mit uns *Geburtstag!*

AKTIONEN: 45 JAHRE AEZ – SEIEN SIE VOM
29.10. BIS ZUM 8.11. MIT DABEI. WIR HABEN
AUSSERDEM TOLLE GESCHENKE FÜR SIE.

NEWS & TERMINE

SHOPPING-SERVICE,
KUNSTAUKTION
UND PRO-
OLYMPIA-AKTION

GENUSS- HERBST

FEINE KÜRBIS-
SUPPE MIT
ORIENTPEPP



Funkelnde Leidenschaft neu interpretiert –
wir arbeiten Ihren Schmuck um.



Juwelier
CABOCHON

Alstertal EKZ Heegbarg 31
22391 Hamburg

Tel. (040) 60 82 46 98

info@juweliercabochon.com

www.juweliercabochon.com

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

einige von Ihnen können sich sicherlich noch an die Eröffnung des Alstertal-Einkaufszentrums vor fast genau 45 Jahren erinnern: Am 6. November 1970 wurde das AEZ mit 100 Geschäften und einer Verkaufsfläche von 32.000 m² eröffnet – als eines der ersten geschlossenen, vollklimatisierten Einkaufszentren in Deutschland! 45 Jahre später zählt das Alstertal-Einkaufszentrum mit über 240 Geschäften und einer Verkaufsfläche von 59.000 m² zu den größten Einkaufs- und Kommunikationszentren Norddeutschlands. Es ist nicht nur Anziehungspunkt für Besucher, sondern mit über 2.000 Mitarbeitern auch Wirtschaftsmotor der Region.

Für Ihre Treue in den vergangenen 45 Jahren AEZ möchten wir Ihnen ganz besonders danken. Mit Feierlichkeiten und Aktionen vom 29. Oktober bis zum verkaufsoffenen Sonntag, den 8. November 2015! Auf den Seiten 62 und 63 erfahren Sie alles zu unserem Geburtstagsprogramm. Los geht es am Freitag, den 30. Oktober um 16 Uhr, mit einer Eröffnungsfeier in der Rotunde bei Apple. Stoßen Sie mit uns auf 45 Jahre AEZ an und genießen Sie unseren Jubiläumskuchen, der liebevoll von Café Reinhardt gebacken wird – natürlich nur solange der Vorrat reicht.

Für Klein und Groß wird ein vielseitiges Geburtstags-Programm mit Unterhaltungs- und Mitmachaktionen geboten – vom Daumenkino über eine Beauty-Lounge bis hin zum Tischkicker oder Riesenflipper. Und bei einem Geburtstag dürfen Geschenke natürlich nicht fehlen! Sie beschenken uns mit Ihrem Besuch und wir beschenken Sie mit vielen tollen Überraschungen, zum Beispiel aus dem Geschenkautomaten. Oder werden Sie unsere „Glücklichste Familie Hamburgs“ und gewinnen Sie einen Shopping-Tag inklusive Chauffeur, Mittagessen und Shopping-Scheck im Wert von 1.000 €. Zusammen mit Radio Hamburg suchen wir die 5 glücklichsten Familien in Hamburg. Aber auch unsere Shops haben für Sie viele tolle Angebote zusammengestellt und danken Ihnen für Ihre Treue.

Während unseres Jubiläums findet am Sonntag, dem 1. November, von 11 bis 18 Uhr die 8. Alster-Art statt – über 60 Künstler präsentieren ihre Werke in der Mall. Mit Ihrem Besuch unterstützen Sie den Bau des neuen Kinderkrankenhauses des UKE. Denn ein Teil der Einnahmen kommt sozialen Projekten der Einrichtung zugute. Siehe Seite 64. Die Geburtstagsfeiertage enden mit dem letzten verkaufsoffenen Sonntag des Jahres – 8. November von 13 bis 18 Uhr! Genießen Sie noch einmal einen



Herzliche Grüße

Stephan Thiel, Karsten Bärschneider

Stephan Thiel und Karsten Bärschneider,
Center Manager



Die Anfänge: Schon damals war das Center ein beliebter Anlaufpunkt.

**Termine
& Events**
Oktober/
November

Center- Kalender

für Groß und Klein

29.10.
- 08.11.

Geburtstagswoche: Das AEZ feiert 45 Jahre – Kunstauktion (1./8.11) und Shopping-Sonntag (8.11.)

16.11.
- 21.11.

Ja zu Olympia in Hamburg!: Es wird viele Aktionen pro Olympia geben. Ebenfalls werden Sportler vor Ort sein.

23.11.
- 24.12.

Weihnachtsmarkt: Stöbern Sie auf unserem kleinen Weihnachtsmarkt und genießen Sie es einfach!



Alle Termine und Infos unter
www.alstertal-einkaufszentrum.de

Es wird feminin

– wir betonen die **Taille!**

Diese Saison lässt Modetrends vergangener Tage wieder aufleben – dabei sind nicht nur die Stile der 30'er- und 40'er-Jahre erkennbar, sondern auch die knallig-verrückte Mode der 70'er-Jahre. Neu interpretiert von verschiedenen Designern. Eines haben sie alle gemeinsam: Die Betonung der weiblichen Vorzüge steht im Vordergrund, wie beispielsweise die Taille – dezent, aber sexy!



LOOK I

Weit und eng zugleich – deutlich erkennbar, der 70'er Jahre-Stil: Oberteil, H&M: ca. 40 Euro; Hose, Strenesse: ca. 360 Euro.

LOOK II

Ein enges, tailliertes Kleid, von Mango, erinnert an die Mode aus den 30'er und 40'er Jahren. Kostet ca. 100 Euro.



LOOK III

Schick, sexy aber dezent ist dieser Look, der zweierlei die Taille betont: Weste, comma: ca. 70 Euro; Lederleggings von Zara, ca. 26 Euro.

LOOK IV

Raffinierter Look fürs Büro, der die weiblichen Rundungen leicht in Szene setzt: Blazer, Gerry Weber: ca. 90 Euro; Rock, Betty Barclay: ca. 90 Euro.



Der Herbst wird sexy!
Betonen Sie Ihre
Taille doch mit einem
kleinen Schwarzen
als Zweiteiler!



45 Jahre AEZ!

1965 legte Werner Otto den Grundstein für das heutige Alstertal-Einkaufszentrum – er gründete die ECE Projektmanagement GmbH & Co. KG. Heute ist die ECE einer der bedeutendsten Entwickler, Realisierer, Vermieter und Betreiber von gewerblichen Großimmobilien in Europa. Das erste Einkaufszentrum der ECE wurde das Franken-Center, das 1969 in Nürnberg eröffnet wurde. 1970 folgte das Alstertal Einkaufszentrum in Poppenbüttel.

Der erste Spatenstich am 5. März 1970 gesetzt. In rekordverdächtigen acht Monaten wurde das AEZ fertiggestellt. Offiziell eröffnet wurde es am 6. November 1970! Rund 90.000 Besucher stürmten an diesem Tag in die Ladenstraße des neuen Shoppingcenters. Eine neue Verkaufsära begann mit 100 Einzelhandelsläden und Dienstleistern, vom Gemüsehändler bis zum Friseur. Jahr für Jahr stieg der Umsatz des Centers. 1977 wurde das Center erstmals ausgebaut. 1990 eröffneten 50 neue Geschäfte, zusätzlich zu den mittlerweile 119 vorhandenen Läden. Im Jahr 1991 kam die allseits beliebte Markthalle hinzu und 2006 schließlich der zweite Flügel.

Seit dem verfügt das AEZ über 240 Shops, deren Angebote so breit gefächert sind, dass man alles in diesem Shoppingcenter kaufen kann, wonach das Herz begehrt. Sei es Fußcreme, das kleine Schwarze, eine Bohrmaschine oder die neueste Schokolade auf dem Markt!



Die Eröffnung des AEZ lockte tausende Besucher an (Foto oben). Bäckerei & Konditorei Reinhardt zählt zu den ersten Mietern.



Alle haben etwas von der Geburtstagswoche vom 29. Oktober - 8. November!

Im Alstertal-Einkaufszentrum sollen Sie abschalten und sich voll und ganz vom stressigen Alltag erholen – und natürlich die Shoppingwelt genießen. Deshalb feiert das AEZ seinen 45. Geburtstag mit Ihnen! Damit sich jeder Besucher angesprochen fühlt, wird es verschiedene Bereiche für Kinder, Familien und Eltern geben.

Die drei Bereiche sind jeweils von 13-18 Uhr geöffnet:

- Kids Corner
- Family Corner
- Parents Corner

Die Kids Corner lässt die Herzen der Kleinen höher schlagen. Die Family Corner bietet Spaß für die ganze Familie. Und in der Parents Corner können Erwachsenen stressfrei entspannen.

Kinder und Jugendliche malen um die Wette!

Kitas und Grundschulen, im Umkreis des AEZ, können eine Umgestaltung ihres Raumes/Klassenzimmers gewinnen. Wie das geht? Einfach an einem Malwettbewerb teilnehmen! – dafür wurden kleine Architektentrupps der teilnehmenden Kitas und Schulen aufgefordert, in Bild und Schrift, die neue Gestaltung ihres Aufenthaltsraumes/Klassenraums zu skizzieren. Ob lustige Wandmalerei oder einfallreiche Bücherregale – der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt! Das Gewinner-Team wird schließlich vor Publikum im AEZ gekürt. Als Preis setzt das AEZ das Kunstwerk mit Hilfe von Partnern um. Der Malwettbewerb ist am 29. & 30.10. und vom 2.-6.11., jeweils 10-13 Uhr in der Kids Corner. Die Siegerehrung ist am 8.11.



Was gibt es für die Kinder?

Aktionen Kids Corner & Family Corner:

- **tägliche Angebote:** Flippern, digitales Malen und Angebote durch den Kinder-Club und Lions Club (Kids Corner).
- **Eigene Buttons erstellen:** durch Sanetta an Buttonmaschine, am 6.11 (Kids Corner).
- **Lustige Ballontierchen & Co.:** Ein Ballonkünstler besucht für 2 Stunden die Kids Corner und erbastelt alle Herzenswünsche mit Ballons, am 7.11.
- **Sport für klein & groß:** Profi-Basketball-Spieler der Hamburg Towers werden am 7.11. in der Kids Corner sein und Basketball spielen. Die Cheerleader der Mannschaft werden auch mit dabei sein.
- **Lassen Sie sich in der Geschenke Manufaktur überraschen:** Ideal für die ganze Familie – Jeder kann ein kleines Geschenk erhalten. Täglich 13-18 Uhr.
- **Selfie Box:** Schicken Sie uns das kreativste Familienselfie und gewinnen Sie einen Center-Gutschein im Wert von 100 Euro, täglich 13-18 Uhr.



Noch mehr Geschenke!

Jedes Kind bekommt in der AEZ-Geburtstagswoche ein eigenes Geburtstags-Armband geschenkt und erhält dadurch kleine Präsente in ausgewählten AEZ-Shops.



Mit verkaufsoffenem
Sonntag am 8. November
von 13 bis 18 Uhr.

Seien Sie in der
Geburtswoche
vom 29.10. bis
zum 8.11. dabei.
Sie können tolle
Aktionen erleben
und große Preise
gewinnen!



Foto: Agentur „Zum goldenen Hirschen“

Autofahrer aufgepasst:

Am 7. und 8. November
stehen drei Autos als Shuttle
für alle AEZ-Besucher
bereit! Zudem werden am
30. & 31.10. „Easy to park“-
Karten mit 20 Euro-Guthaben
an Interessierte verteilt:
komfortabel & bargeldlos
parken!

Wer ist Hamburgs glücklichste Familie?

Zusammen mit Radio Hamburg werden die fünf glücklichsten
Familien Hamburgs gesucht. Es lohnt sich: fünf Familien bekommen
einen 1.000 Euro Center-Gutschein geschenkt – der Gewinnerfamilie
wird ein Tag im AEZ gesponsert: Sie werden am 7.11. mit einem Auto
Shuttle abgeholt, erhalten bei cha chā ein Mittagessen und können alle
Angebote des Geburtstags im Center kostenlos nutzen.

Einfach bei dem
**Radiosender Radio
Hamburg anrufen** und
begründen, warum
Sie die glücklichste
Familie der Hansestadt
sind! Mehr Infos dazu
auf [www.alstertal-
einkaufszentrum.
de](http://www.alstertal-
einkaufszentrum.
de) und [www.
radiohamburg.de](http://www.
radiohamburg.de)



Wann geht's denn nun genau los und wo?

Am Freitag, den 30. Ok-
tober um 16 Uhr, wird die
offizielle Eröffnungsfeier
in der Rotunde beim Apple
Store stattfinden. Stoßen
Sie gemeinsam auf 45 Jahre
AEZ an und genießen Sie
unseren Jubiläumskuchen,
liebevoll zubereitet von der
Bäckerei und Konditorei
Reinhardt. Kommen Sie
pünktlich, Kuchen gibt es
nur so lange der Vorrat
reicht!

8.11.
Verkaufs-
offener Sonntag
von 13-18 Uhr
im AEZ

Kunst bestaunen, kaufen und Gutes tun!

Aus über 200 Bewerbungen hat eine Jury namenhafter Kunstexperten hochwertige und herausstechende Exemplare für die Kunstausstellung „Alster Art“ auserwählt. Zirka 60 ausstellende Künstler präsentieren am 1.11., von 11-18 Uhr, ihre Prachtstücke – in Malerei, Grafik, Fotografie oder Kleinplastik. Veranstaltet wird dieses Event von dem Lions-Club Hamburg-Oberalster. Zusätzlich wird es auf Grund des 45-jährigen AEZ-Jubiläums eine Ausstellung ausgewählter Künstler geben. Diese findet vom 29.10. bis zum 8.11. statt. Am 8.11. wird die Abschlussveranstaltung stattfinden. Das Besondere bei den Auktionen am 1. & 8.11.: Die Einnahmen des Eintritts (7 Euro inkl. Katalog, Kinder bis 14 Jahre frei) und Verzehr fließen in regionale soziale Projekte für Kinder und Jugendliche!



Die Eintritts-Einnahmen der Ausstellungs- und Auktionstage werden sozialen Projekte gespendet.



Sind für Olympia in Hamburg: Rasmus Linow, Britta Heidemann, Max Ramcke (oben, v.l.), Henry Fermor, Joram Boehnke (u.r.).

abrahams



Colonnaden 36,
Hamburg-City, Tel. 040-6024833,
zu Weihnachten, auch im **AEZ**

Wir sind für Olympia!

Am 29.11. ist es soweit: das Olympia-Referendum wird stattfinden! Wie ist Ihre Meinung zu dem Thema? Haben Sie sich schon einmal ausführlich damit beschäftigt? Wenn nein, können Sie sich zwischen dem 16. und 21. November adäquat informieren. Unter dem Motto „Wir sind Feuer und Flamme für die Spiele in Hamburg“ wird es viele Aktionen pro Olympia im AEZ geben. Sportler werden anwesend sein und mit Ihnen über diese einmalige Chance sprechen. Sie können sich auch gern mit anderen AEZ-Besuchern austauschen. Am 21. können Sie sich vor der Kulisse des Stadions fotografieren lassen und das Bild danach gleich mit nachhause nehmen. Werden Sie ein Teil dieser Aktion und vor allem Teil von Olympia!

Neuigkeiten aus der Shop-Welt

- Balducci erweitert sich auf ehemaligen Sahling-Fläche
- CIGO Tabakwaren und Presse eröffnet auf der ehemaligen Fläche von Ladies Fashion
 - Nordsee eröffnet nach Umbau
 - Closed hat nach Umbau eröffnet
- Obst und Gemüse Rhode kommt auf die Fläche von Aster Obst

Herbstliches Süppchen mit Orientpepp!

Die besten
**REZEPT
IDEEN**
zum Sammeln

ZUTATEN

für ca. 4 Personen

- 1 Stück Kürbis (ca. 700 g)
- 1 kleine mehligkochende Kartoffel
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 getrocknete Chilischote
- 4 EL Butter
- 1 L Gemüsebrühe
- ½ Bio-Orange
- 4 Scheiben Toastbrot
- 1 TL Ras-el-hanout (marokkanische Gewürzmischung)
- Salz
- 100 g Crème fraîche

Pro Portion ca. 285 kcal.
Zubereitungszeit ca. 25 min.

Die kalte Jahreszeit ist nicht jedermanns Sache, jedoch bietet sie Feinschmeckern viele Möglichkeiten! Denn heimische Herbst- und Wintergemüse wie Steckrüben oder Rotkohl bieten jetzt nicht nur kulinarischen Hochgenuss, sondern auch eine Extraportion Vitamine. Die finden sich auch in dem beliebten Klassiker Kürbissuppe, in diesem Fall aufgepeppt mit einer orientalischen Gewürzmischung!

Kürbissuppe mit Croûtons

ZUBEREITUNG

1. Den Kürbis putzen, schälen und würfeln. Die Kartoffeln schälen, waschen und ebenfalls würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Chilischote im Mörser zerdrücken. 2 EL Butter im Suppentopf erhitzen. Kürbis, Kartoffel, Zwiebel, Knoblauch und Chili dazugeben und unter Rühren kurz andünsten. Die Gemüsebrühe dazu gießen und zum Kochen bringen. Die Suppe zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 15 min. köcheln, bis der Kürbis weich ist.

2. Inzwischen die Orangenhälfte heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Das Toastbrot von der Rinde befreien und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Die übrige Butter in einer Pfanne erhitzen und die Brotwürfel darin bei mittlerer Hitze unter Rühren knusprig und goldbraun braten. Die Orangenschale und das Ras-el-hanout unterrühren und die Croûtons mit Salz würzen.

3. Den Kürbis in der Brühe fein pürieren, die Crème fraîche und den Orangensaft unterrühren und die Suppe mit Salz abschmecken. Die Suppe auf tiefe Teller verteilen, mit den Croûtons bestreuen und gleich servieren.



BUCHTIPP

Dieses und noch mehr köstliche Rezepte rund um Herbstgemüse wie Kürbis, Grünkohl und Wirsing, aber auch raffinierte Rezeptideen wie Rosenkohlpüree, Gelbe Beete und Asiatischen Kohlsalat, finden sich in dem kreativen Kochbuch: „Herbst, Winter, Gemüse!: Überraschend neue Rezepte für Kürbis, Kohl und Knolle“, erschienen im Gräfe und Unzer Verlag, geb., 16,99 Euro. Erhältlich bei thalia.de.





Garantiert kulinarischen Hochgenuss und sorgt für einen perfekten Service: das Team des „cha chā“.



Genüssliche Pause mit „positive eating“

Essen soll nicht nur den Hunger stillen, sondern auch Spaß machen und vor allem: schmecken! **Das thailändische Restaurant cha chā**, auf Deutsch „langsam, langsam“, hat sich genau diesen Anspruch zu Herzen genommen. Täglich gibt es leckere Köstlichkeiten, die die thailändische Garküche auf deutsche Verhältnisse und Geschmackserwartungen übertragen. Frisches Obst, Gemüse, Erdnüsse, Sojasprossen und Gewürze wie Zitronengras und Kardamom sind dabei klassische Zutaten des Thailänders im Obergeschoss des AEZ. „Jedes einzelne cha chā Gericht leistet einen wohltuenden Beitrag für Kör-

per und Geist. Im cha chā bringen wir dies auf die Formel „positive eating“, verrät uns Inhaberin Martina Hammer.

Sie legt in ihrem harmonisch eingerichteten Restaurant großen Wert auf Bekömmlichkeit und Nachhaltigkeit ihrer verwendeten Produkte. Deswegen wird auf eine fettarme und zugleich schonende Zubereitung der Lebensmittel geachtet. Das Angebot erstreckt sich von Suppen, Curries, Nudel-Gerichten, Thai-Salaten bis hin zu Fingerfood. Wegen der schnellen Zubereitung eine tolle Alternative für die Mittagspause!

Sollten Sie es noch nicht getan haben,



cha chā hält köstliche Kreationen für Sie bereit: Wie wäre es mit perfekt gegartem Reis und einem exquisiten Gemüsecurry?

sollten Sie unbedingt eines oder mehrere der vielseitigen Gerichte probieren. Es lohnt sich. Und machen Sie doch auch beim AEZ-Gewinnspiel „Wir suchen Hamburgs glücklichste Familie“ mit (Infos Seite 63). Einer der möglichen Gewinne ist ein Mittagessen im cha chā! Mehr Infos zum beliebten Thailänder unter **Tel. 659 937 95** und **www.eatchacha.com**.

Es wird deftig!

Denn in den kalten Tagen wächst die Lust auf reichhaltige Mahlzeiten. Die gibt es vor allem im Süden – Bayern, Österreich & Co. Wir stellen drei Schmankerl aus der Alpenküche vor.

RANDENCARPACCIO MIT BACHKRESSE-SCHMAND

Zutaten für 4 Personen

- 400 g Rote oder bunte Bete
- 2 kleine rote Zwiebeln
- ½ Bio-Orange
- ½ Bio-Zitrone
- 3 EL Rapsöl und Öl für die Pinienkerne
- 1 EL Pinienkerne oder Zirbelnüsse (siehe Tipp)
- 150 g Schmand oder saure Sahne
- 1 Bund Bachkresse (Brunnenkresse) oder Petersilie
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

1 Die Rote-Bete-Knollen schälen und mit einem Gemüsehobel in hauchdünne Scheiben schneiden (große Knollen zuvor längs halbieren). Die Zwiebeln schälen und klein würfeln. Orange und Zitrone heiß waschen und abtrocknen. Die Schalen fein abreiben und den Saft auspressen. Zitruschale und Zitronensaft beiseitestellen. Den Orangensaft kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Rapsöl verrühren. Rote-Bete-Scheiben und Zwiebelwürfel etwa 30 Minuten in der Sauce marinieren.

In der Zwischenzeit die Pinienkerne mit einigen Tropfen Öl in eine Pfanne geben und hellbraun rösten. Kurz auskühlen lassen, grob hacken, mit der Zitruschale mischen und leicht salzen. Den Schmand mit dem Zitronensaft glatt rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Bachkresse grob hacken und unterrühren.

Die marinierten Rote-Bete-Scheiben auf Teller verteilen. Das Randencarpaccio mit dem Bachkresse-Sauerrahm garnieren, mit der Pinienkernmischung bestreuen und servieren.

Tipp: Die Zirbelkiefer oder Arve ist die alpine Verwandte der mediterranen Schirmpinie – nur ohne Schirm. Wo sie wächst, werden ihre Samen genauso verwendet wie Pinienkerne, durch die sie im Rest der Welt sehr gut zu ersetzen sind.

BUCHTIPP

Die Region rund um die Alpen hat nicht nur besondere landschaftliche Reize, sondern auch eine ausgezeichnete Küche, wie unsere drei Rezepte beweisen. Viele weitere und damit die ganze Vielfalt der dortigen Kochkunst präsentiert das Buch „Die neue Alpenküche“ – vom Walliser Spargelkuchen über Bündner Fleisch bis hin zum Schweizer Sauerbraten. Darunter viele Klassiker – allerdings modern und leicht interpretiert –, aber auch unbekanntere Gerichte. Fazit: Lohnenswert und schön anzusehen!

Die neue Alpenküche, Hans Gerlach, DK Verlag, 224 Seiten, geb., 24,95€



**MOHNKNÖDEL
MIT GLASIERTEN QUITTEN**

Zutaten für 4 Personen

Für die Knödel:

- 600 g mehlig kochende Kartoffeln
- 2 Eigelb
- 100 g Mehl
- 2 EL Speisestärke
- 1 Eiweiß
- Zucker für das Kochwasser
- 4 EL Butter
- 4 EL gemahlener Mohn
- 2–3 EL Zucker
- Salz

Für die Quitten:

- 2 weichkochende Quitten (z. B. Esme)
- 1 EL Zitronensaft
- 2 EL Butter
- 3 EL gehackte Haselnusskerne
- 2 EL Zucker
- 2 cl Aprikosengeist
- Salz und Pfeffer aus der Mühle



25 Jahre

TAVERNA Petros & Marietta

GRIECHISCHE SPEZIALITÄTEN

Reservieren Sie jetzt Ihre Weihnachtsfeier!

Clubraum bis 80 Personen • Außer-Haus-Verkauf

Mo.-Sa. 17-24 Uhr, So. + Feiertag 12-24 Uhr
Dienstag Ruhetag, Warme Küche bis 23 Uhr

Im Ellernbusch 41 • HH-Duvenstedt • Tel.: 607 17 33

Hier ißt Hamburg in Österreich!




WATZMANN WIRTSHAUS

SEIT 1994

Saseler Chaussee 166 * 22393 Hamburg
Telefon: 040 - 600 35 89

www.wirtshaus-watzmann.de

Täglich geöffnet ab 17 Uhr,
vom 1.9. bis 31.5. an Sonn- und Feiertagen schon ab 12 Uhr!
Wöchentlich wechselnde Schmanckerlkarte per E-Mail!



Weihnachtsfeier
bis zu 250
Personen möglich.
Jetzt
reservieren

Khan mongolei
asia-restaurant
Mongolisches Buffet-Restaurant

Hummelsbütteler Markt 2 • 22339 HH • Telefon 040 - 63 67 90 73
www.khan-mongolei.de

Öffnungszeiten: Mittagsbuffet ohne Grill Mo - Fr 12 - 15 Uhr • Mo - Fr 17 - 23 Uhr
Sa, So und Feiertage durchgehend mongolisches Buffet 12 - 23 Uhr



Zubereitung

Für die Knödel die ungeschälten Kartoffeln in kochendem Salzwasser etwa 20 Minuten garen. Noch heiß schälen und durch ein feines Sieb streichen. Das Kartoffelpüree vollständig abkühlen lassen. Nacheinander die Eigelbe und das Mehl mit der Speisestärke untermischen. Das Eiweiß steif schlagen und unterheben. Die Kartoffelmasse zugedeckt 1 Stunde kalt stellen.

In der Zwischenzeit die Quitten waschen, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden, dann mit dem Zitronensaft beträufeln. Die Butter in einer Pfanne zerlassen und die Quittenspalten darin zugedeckt bei schwacher Hitze 10 Minuten dünsten (siehe Tipp). Haselnusskerne und Zucker zugeben und die Quittenspalten in 2 Minuten karamellisieren. Mit dem Aprikosengeist ablöschen und beiseite stellen.

Reichlich Wasser mit 1 Prise Zucker und 1 Msp. Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Aus der Kartoffelmasse mit feuchten Händen walnussgroße Knödel formen. Die Knödel in das kochende Wasser geben und 10 Minuten garen. Währenddessen die Butter in einer Pfanne zerlassen und den gemahlenden Mohn darin unter ständigem Rühren rösten, bis er duftet, dann den Zucker zugeben und die Pfanne vom Herd nehmen.

Die Knödel mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben und kurz abtropfen lassen, dann in der Mohnbutter schwenken. Die glasierten Quitten leicht erhitzen, die Mohnknödel damit anrichten und servieren.

Tipp: Je nach Sorte sollten die Quitten nach 10 Minuten Garen fast weich sein. Ansonsten einfach ein paar Löffel Wasser zugeben und die Garzeit um einige Minuten verlängern.

SETZ BUCHEN GÄNSE-ESSEN 120€

Alster Au
RESTAURANT & HOTEL

DUVENSTEDTER DAMM 6
22397 HAMBURG
TEL.: 644 2400

WIR GESTALTEN IHRE
WEIHNACHTS-FEIER
IM PASSENDEN RAHMEN
WIR FREUEN UNS AUF IHRE RESERVIERUNG!

INFO@ALSTERAU.DE WWW.ALSTERAU.DE

Vorankündigung: Samstag, 7. November

Krimi-Event-Dinner

Wir empfehlen uns für

FESTLICHKEITEN ALLER ART

HOTEL - RESTAURANT



Familie Stubbe

Segeberger Ch. 309
22851 Norderstedt

☎ 5 29 86 60

Hotel mit Schwimmbad · Restaurant und Kegelbahnen

Restaurant Zur Kastanie



Gänsebraten „satt“
ab 01.11. auf Vorbestellung

ab 4 Personen – gerne auch am Mittag 28,90 € pro Person

dazu: Apfel-Rosinen-Füllung, Rotkohl, Rosenkohl, Kroketten, Klöße oder Petersilienkartoffeln und Majoransauce

Am 24.12. können Sie in der Zeit von 10:00 bis 15:00 Uhr einen vorbestellten Gänsebraten abholen! Sie bringen 3 Töpfe für Sauce, Rotkohl und Klöße – den Gänsebraten verpacken wir – sowie 98,- € mit und dann kann die ganze Familie den Weihnachtsbraten ohne Stress genießen!

Für die Feiertage bitte rechtzeitig reservieren

Tel. 040 / 607 25 25 • Fax 040 / 607 09 81

Speksaalredder 14 • 22397 HH - Duvenstedt

www.restaurant-zur-kastanie.de • info@restaurant-zur-kastanie.de

WALLISER SPARGELKUCHEN FÜR JEDE JAHRESZEIT

Zutaten für 4 Personen

Für den Teig: 250 g Mehl und Mehl zum Ausrollen • ½ TL Salz • 150 g kalte Butter • 1 Ei • Hülsenfrüchte zum Blindbacken

Für die Füllung: 1,2 kg grüner und weißer Spargel • 200 g Frischkäse • 125 g Crème fraîche • frisch geriebene Muskatnuss • 4 EL geriebener Käse (z. B. Greyerzer oder Raclettekäse) • 1 Bund Kerbel • 1 EL Pinienkerne, geröstet • Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Für den Teig Mehl und Salz in einer Schüssel mischen. Die Butter in Würfel schneiden und mit Ei und 2 EL kaltem Wasser zum Mehl geben. Die Zutaten mit den Fingerspitzen zu Krümeln verreiben. Die Teigkrümel schnell zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten kalt stellen.

Den Backofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) bzw. 180 °C (Umluft) vorheizen. Eine Quiche- oder Tarteform buttern. Den Teig auf der bemehlten

Arbeitsfläche etwa 3 mm dünn ausrollen, Boden und Seiten der Quicheform damit auslegen. Den Teigboden mehrmals mit einer Gabel einstechen, dann mit Backpapier und Hülsenfrüchten beschweren und im heißen Ofen auf der zweiten Schiene von unten 15–20 Minuten blindbacken.

schälen und halbieren. Die Spargelstücke in kochendem Salzwasser in 10–12 Minuten bissfest garen, abgießen und gut abtropfen lassen. Frischkäse und Crème fraîche verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Quicheform aus dem Ofen nehmen, Hülsenfrüchte und Backpapier entfernen. Den Spargel auf dem vorgebackenen Teigboden verteilen und mit der Crème-fraîche-Mischung bedecken. Mit dem geriebenen Käse bestreuen und im heißen Ofen bei 220 °C (Ober-/Unterhitze) bzw. 200 °C (Umluft) in 25–30 Minuten goldbraun backen.

Die Kerbelblättchen von den Stängeln zupfen und grob hacken. Den Spargelkuchen aus dem Ofen nehmen und mit Kerbelblättchen und Pinienkernen bestreut warm oder kalt servieren.

Tipp: Sollte einmal Teig übrig bleiben: Mürbeteig lässt sich gut einfrieren.

In der Zwischenzeit für die Füllung den Spargel

Fotos: Hans Gerlach, Silvio Knezevic / Rezept: Hans Gerlach, Susanna Binghamer



ANZEIGEN-SPEZIAL

L'AURORA

RISTORANTE

Reservierungen für Weihnachtsfeiern nehmen wir gerne entgegen!

Dienstags:
3-Gänge
Überraschungs
Menü
€ 19,90

Stimmung pur!
Bei Patrizio im Ristorante L'Aurora kommen kulinarische Italienfreunde voll auf ihre Kosten: Genießen Sie unter anderem hausgemachte Ravioli mit verschiedenen Füllungen.

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

Osteria

Montags & Donnerstags:
3-Gänge-Überraschungs-
Menü ab 17 Uhr
€ 19,90

Weihnachtsfeiern bis 120 Personen

Rehagen 20 • 22339 Hamburg
Tel. 52019052 • Direkt beim Aspria Alstertal

GÄNSESCHMAUS IN ROMANTISCHER GASTSTUBE

Vor allem im Winter einen Besuch wert: das romantische Restaurant Alster Au mit seinen saisonalen Spezialitäten wie Holsteiner Ente und Gans.

Wenn die Tage kürzer und kälter werden, wird es so richtig gemütlich in der **Alster Au** im Duvenstedter Damm 6. Denn dann glänzt das auf Familienfeiern und Events spezialisierte romantische Anwesen mit knusprigen Holsteiner Enten und Gänsen – am Tisch tranchiert und mit Rot- und Rosenkohl, Kartoffelklößen oder Salzkartoffeln und Bratäpfel serviert. Und zwar in der sonst nur exklusiv zu buchenden Gaststube! Jeden Donnerstagabend und Sonntagmittag ab dem Martinstag, dem 11. November, wird für jedermann aufgetischt. Natürlich können Sie an allen anderen Herbst- und Wintertagen ab ca. 25 Personen exklusiv zum (Weihnachts-)Feiern kommen. Für Gäste, die lieber zu Hause essen und das Kochen den Profis überlassen wollen, hat die Alster Au die perfekte Lösung: Gans to go! Einfach vorbestellen und den krossen Traum später abholen. Mehr Infos unter **Tel. 644 24 00** und **www.alsterau.de**.

Vorfreude auf Weihnachten!

Bei den meisten von uns beginnt jetzt die Vorfreude auf das schönste Fest des Jahres. Egal ob Firmen- oder Privatweihnachtsfeier und die Frage nach neuen Christbaumkugeln – es wird Zeit, sich ein paar Gedanken zu machen. Wir versetzen Sie mit einigen Highlights der kommenden Zeit schon ein wenig in Vorweihnachtsstimmung!

Klar, es wird wie in jedem Jahr den einen oder anderen Weihnachtsmuffel geben, dem es jetzt noch zu früh ist, schon Weihnachtsdeko in Geschäften zu sehen. Aber bekanntermaßen läuft die Zeit schneller ab, als man denkt – und sind nicht die kommenden Wochen mit Plätzchenbacken, Rentierdeko, (hoffentlich) Schneeballschlachten und Schneemannbauen sowie leuchtenden Kinderaugen unter dem Weihnachtsbaum nicht wunderschön und einmalig? Ja, schließlich gibt es Weihnachten nur einmal im Jahr! Wir zeigen ein paar schöne Dinge, die jetzt schon Lust auf das Fest der Liebe machen.

Fortsetzung auf Seite 72



STEIGENBERGER
HOTEL TREUDELBERG
HAMBURG



HIER FEIERT IHR BÜRO - TOP
Treudelberger Office Party Weihnachtsfeier mal ganz anders
am 10. Dezember ab 19:00 Uhr.

Aperitif, weihnachtliches Buffet, Wein, Bier, Softdrinks, Kaffeespezialitäten und Mitternachtsimbiss.

Sound vom Feinsten - DJ by empire, Partystimmung pur - mit großer Tanzfläche.

Preis € 79,-- pro Person (inklusive Speisen & ausgewählter Getränke bis 1:00 Uhr)

Reservieren Sie gleich Ihren Tisch unter: **040 60822-8840** oder **bankett@treudenberg.com**



Genuss **Duvenstedt** Enten Kreativ
 Hamburg **Kürbis** Leidenschaft **Küche**
 Regional Weihnachten **Rotkohl**
Spätburgunder Maronen **Volksluxus**
 Gänse **Firmenfeier** Riesling

Wochentags 12-15 Uhr
 und ab 17:30 Uhr

Sonntags ab 12 Uhr
 durchgehend

Dienstags Ruhetag

Poppenbütteler Chaussee 3
 22397 Hamburg

☎ 040-60 55 88 87

www.restaurant-lenz.de

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



Karin Rolof
 Tel. 601 18 98

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

Fortsetzung von Seite 71

Rund um den Advent und Weihnachten gibt es – ganz zur Freude von Groß und Klein – viele schöne Bräuche und beliebte Traditionen. Viele aus fernen Ländern halten auch bei uns Einzug. So stellen viele Kinder am Nikolaustag nicht mehr nur ihre geputzten Stiefel vor die Tür, sondern hängen auch wie vor allem in den USA üblich, einen großen Socken an den Kamin.



Weihnachtslounge

Noch so fern und doch so nah –
PLANEN SIE JETZT IHRE WEIHNACHTSFEIER!

Eine Weihnachtsfeier will rechtzeitig geplant und gebucht sein. Wir bieten Ihnen einen stimmungsvollen Rahmen für Ihre Veranstaltung, festliche Speisen, viele Unterhaltungsideen und ein fröhliches Ambiente – auf Wunsch auch in einer separaten Lounge für bis zu 18 Personen.

Bramfelder Dorfplatz 3 | 22179 Hamburg | Telefon (040) 6 42 98 81
 Telefax (040) 6 42 60 44 | roberto@piazza-roberto.de | www.piazza-roberto.de



Alter und schöner Brauch in der Weihnachtszeit: das Aufhängen eines Mistelzweigs. Wer möchte, darf sich darunter auch küssen!





Jetzt darf sie endlich wieder aus dem Schrank geholt werden: winterliche Dekoration aller Art!



Kein Fest der Liebe ohne plätzchenbacken – nicht nur für Kinder eine der schönsten Traditionen.

RESTAURANT

STÜFFEL

FRISCHE KÜCHE AUS REGIONALEN PRODUKTEN ZUBEREITET

UNSERE STÄRKE IST DIE REGIONALE KÜCHE KREATIV ZUBEREITET. PROBIEREN SIE EINEN VON 160 SORGFÄLTIG AUSGESUCHTEN WEINEN. QUALITÄT SPIELT BEI UNS DIE HAUPTROLLE. WIR MÖCHTEN WISSEN, WOHER UNSERE PRODUKTE KOMMEN.



BUCHEN SIE IHRE WEIHNACHTSFEIER BEI UNS!

MO & DI GESCHLOSSEN · MI - SO VON 12-23.30 UHR · KÜCHE 12-14 UHR & 17.30-21.30 UHR

Stüffel 8 · 22395 Hamburg · Tel.: 040 / 60 90 20 50

Web: www.restaurantstueffel.de · E-Mail: info@restaurantstueffel.de

Andrej Kovar Geschäftsführer



AB FREITAG, DEN 6. NOVEMBER HEISST ES WIEDER

Mensch Martin, komm mal auf 'ne Gans!

WIR SERVIEREN IHNEN **Dithmarscher Freilandgänse**
FÜR 4 PERSONEN KNUSPRIG FRISCH AUS DEM OFEN

PRO PERSON **30.90 €**

ODER UNSER **Gänsemenu**

CREMESÜPPCHEN VON DER DITHMARSCHER GANS
MIT EINEM PREISELBEERPESTO UND WALNÜSSEN

OFENFRISCHE GÄNSEKEULE
MIT TRADITIONELLER SAUCE, APFELROTKOHL UND
KARTOFFELKLÖSSEN

33.90 €

MOZART-HALBKUGEL-MOUSSE
DAZU EIN FRUCHTIGES BLUTORANGENKOMPOTT

Waldrestaurant Kelbg • Telefon 645 32 772

Im Regestall 53 • HH-Volksdorf • gr. Parkplatz • U1 Buckhorn
www.waldrestaurant-kelbg.de





Kfz, Öl, G, V, 115,1 kWh, Gas, Bj: 1999; Kfz, Öl, G, 42,2 kWh, Gas, Bj: 2014

Service Wohnen im schönen Alstertal

- 2-3 Zimmer, zwischen 44 m² und 105 m²
- seniorengerechte, barrierefreie Ausstattung
- großer Balkon / Terrasse / Wintergarten
- modernes Wohnambiente
- Alsterwanderweg in unmittelbarer Nähe
- direkt neben dem AEZ
- sehr gute öffentliche Verkehrsanbindung

Wir freuen uns auf Sie!

FORUM ALSTERTAL
Kritenborg 18 - HH Poppenbüttel



www.forum-alstertal.de

Tel. (040) 60 68 68

Ihr Pflegeheim in den Walddörfern



Senioren & Pflegeheim
Margarethenhof

Wohldorfer Damm 156
22395 Hamburg - Bergstedt

Tel.: 040 - 604 87 42
Fax: 040 - 604 02 40

Mail: info@margarethenhof-hamburg.de



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

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

www.margarethenhof-hamburg.de



A&V HAUS DUVENSTEDT

Ihr Pflegeheim in Duvenstedt bietet:

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



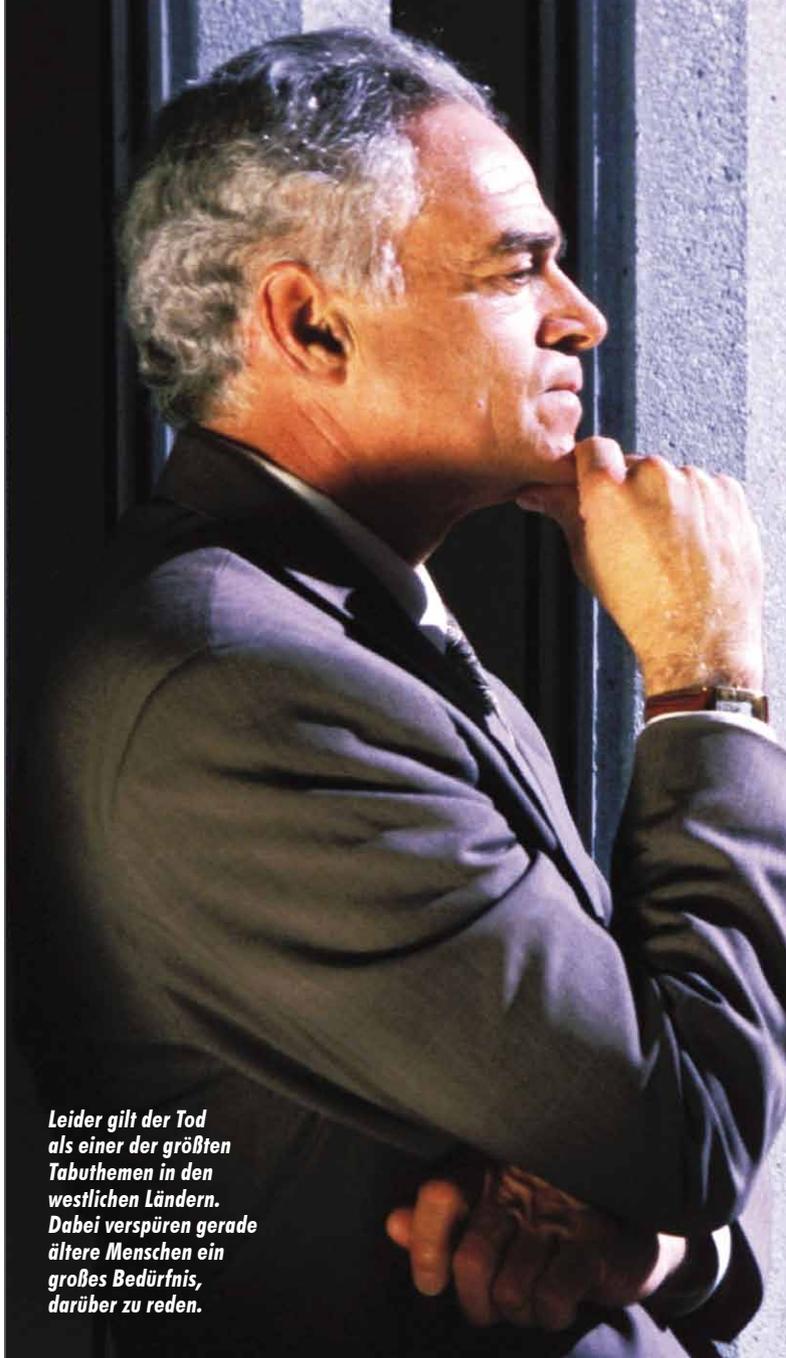
Besuchen Sie unsere privat geführte Einrichtung im Herzen von Duvenstedt auf www.hausduvenstedt.de

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



Verteiler gesucht. Gern rüstige Rentner!

Magazin Verlag Hamburg, Vertrieb
Sandra Schmelter-Haun: 538 34 52



Leider gilt der Tod als einer der größten Tabuthemen in den westlichen Ländern. Dabei verspüren gerade ältere Menschen ein großes Bedürfnis, darüber zu reden.

Der Tod gehört in den westlichen Ländern zu einem der größten Tabuthemen: Zu schwermütig, depressiv und weit entfernt vom „Hier und Jetzt“ ist der Tod für die Meisten. Sie haben deswegen lieber gelernt, ihn zu verdrängen. Dabei verspüren besonders ältere Menschen ein immer größeres Bedürfnis in den Dialog zu treten.

Sich mit dem Tod auseinander zu setzen, heißt nicht gleich, ihn zu wollen oder kurz davor zu stehen. Sich mit dem Tod beschäftigen, heißt viel mehr sein Leben zu reflektieren, sich der Angst oder Ungewissheit, was nach dem Leben passiert, zu stellen und rational philosophisch darüber zu sinnieren. Ist der Tod im Normalfall zur Geburt noch sehr weit weg, gehen wir ihm, Schritt für Schritt mit fortschreitendem Alter, immer

Darf ich über den Tod reden?

mehr entgegen. Biologisch gesehen fängt der körperliche Verfall ab dem 25. Lebensjahr an. Darum liegt es in der Natur, dass wir uns mit fortschreitendem Alter immer intensiver mit dem Tod beschäftigen. Vielen geht es dabei nicht primär um die Angst des eigentlichen Sterbens, vielmehr um die Angst der Leere, die sie hinterlassen – Fragen tun sich auf: Was passiert mit dem Platz, den ich auf dieser Welt gefüllt habe? Was geschieht mit den Dingen, die mich ausmachen, die mir gehören? Wem und inwieweit füge ich denjenigen Trauer und Schmerz zu? Wie werden diejenigen damit umgehen? Wie sollen bestimmte Arbeits-, Familien-, Freundschafts- und Vermögensverhältnisse weiterhin bestehen? Wie müssen welche Konflikte zu meinen Lebzeiten noch gelöst werden? Für diese und etliche weitere Fragen ist es wichtig, dass sie nicht nur ein innerer Monolog bleiben. Es ist wichtig, ihnen eine Fläche zu bieten, in den Dialog zu treten. Dies ist nur möglich, wenn das Umfeld dafür bereit ist, damit umgehen kann und sich nicht verschränkt. Der Tod gehört zu jedem einzelnen Leben dazu, sie gehen Hand in Hand und genau so, wie wir freudig über das Leben reden können, sollten wir auch – wenn auch melancholisch gestimmt – über den Tod reden können. Denn für diejenigen, die sich gerne mitteilen möchten, ist das eine wertvolle Gelegenheit sowohl Ordnung, als auch Einklang, Versöhnlichkeit und Frieden in die innere Verwirrenheit zu bringen. Um die Frage abschließend zu beantworten: Ja, natürlich dürfen wir über den Tod reden und sollten es sogar. So unverfänglich und frei, wie es Kinder auch können. *Valeska Fuhlenbrok*



**Seniorenresidenz
Wellingsbüttel**

*Ihr Stückchen
Friesland im Alstertal*



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

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

Waldingstr. 1 • 22391 Hamburg • www.srw-hh.de

Der Pflegedienst in Ihrer Nähe

Seit 23 Jahren versorgt unser professionelles Team hilfsbedürftige Menschen im eigenen Hause.

Menschliche Wärme, Verlässlichkeit und Einbezug der Angehörigen sind für uns selbstverständlich.



JONATHAN

040/ 60 70 917

Über Ihren Anruf freut sich

Inh.: Kirsten Mähl

Büro: Poppenbütteler Chaussee 5 • HH-Duvenstedt

Unsere Leistungen:

- Behandlungspflege
- alle Leistungen der Pflegeversicherung
- individuell geplante Pflege
- individuelle Dementenbetreuung
- Entlastung der Angehörigen

**MDK
Note 1,0**

Wir sind für Sie da.



Wir möchten, dass Sie in unserem
Haus ein neues Zuhause finden
und in Würde alt werden können.

MDK-Ergebnis
2015
Sehr gut
(1,2)

Unsere persönlich geführte Pflegestiftung in Hamburg Poppenbüttel – erstmals urkundlich erwähnt im Jahre 1248 – betreut 168 Bewohnerinnen und Bewohner nach modernsten Anforderungen.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

**GAST-
UND
KRANKENHAUS**
WOHNEN MIT PFLEGE SEIT 1248

Gast- und Krankenhaus, Hinsbleek 12, 22391 Hamburg
Tel. 040 606894-0, info@gast-und-krankenhaus.de, www.gast-und-krankenhaus.de

Die Winter-Linde

Das gab die Stiftung „Baum des Jahres“ Mitte Oktober bekannt. Sie würdigt damit ein Gehölz mit den vielfältigsten Verwendungsmöglichkeiten, der höchsten Wertschätzung und der größten Bedeutung in der Mythologie.



GERMANY **CARPORT**
... Qualität seit über 40 Jahren



Carports
Nach Ihren Wünschen

Holz-Wohn-Bau GmbH •
Otto-Hahn-Strasse 1 A+B •
22946 Trittau
Tel. 0 41 54 / 47 77 •
www.carport-hamburg.de



SAISON-ENDSPURT
JETZT 10, 20 ODER 30 % SPAREN!

**Meyer's
Mühle**
GARTEN
MÖBEL

Ohechausse 20 • 22848 Norderstedt
www.meyers-muehle.de
3000 m² Ausstellung.
Sofort vorrätig!



Herbstzeit

Neu- und Umgestaltung • Pflaster- und Plattenverlegearbeiten
Baumfällarbeiten • Stubbenfräsen • Regenerationschnitt
Teichbau • Pflegearbeiten • Zaunanlagen • Schneeräumung

RGW Garten- und Landschaftsbau
Rolf-Günter Winckler, Grote String 7 a, 22397 Hamburg, Tel.: 606 64 94, www.rgw-winckler.de

Die Linde – wer kennt sie nicht? Am bekanntesten sind sicherlich die beiden Schwestern: die starkwüchsige Sommer-Linde (*Tilia platyphyllos*) und die etwas zierlichere Winter-Linde (*Tilia cordata*). Der auch für Nicht-Fachleute augenfällige Unterschied zwischen den beiden Gehölzen liegt in deren Wuchshöhe und in der Form der Blätter. Die Winter-Linde wird nur etwa 15 bis 25 Meter hoch, Sommer-Linden hingegen können über 40 Meter hoch wachsen. Ihre großen Blätter und ihr hoher Wuchs geben so viel Schatten, dass diese Bäume früher häufig an Dorfplätzen oder kultischen Orten angepflanzt wurden. Die Blätter der Sommer-Linde sind herzförmig und bis zu zwölf Zentimeter lang, die der Winter-Linde im Umriss fast kreisrund. Die Krone der Winter-Linde hat die Form eines Herzens mit der Spitze nach oben und ist ein beliebter Lebensraum von Vögeln, Pilzen und der Laubholzmistel. Sie kommt in fast ganz Europa vor – nur im hohen Norden nicht.

Öffnen sich im Juli und duften nach Honig: Die Blüten der Winter-Linde.

Fotos: Raloff

Die Winter-Linde wird seit Jahrhunderten gepflanzt – Namen wie Dorflinde, Gerichtslinde, Kirchlinde, Tanzlinde und Hoflinde bezeugen ihre Bedeutung.

Linden-Holz ist hell, weich, relativ leicht und bestens als Schnittholz geeignet. Darum wurden früher die meisten Altar- und Wandfiguren in Kirchen daraus gefertigt. Auch als Stadtbaum ist die Linde sehr beliebt und geeignet für Alleen, Parks oder als Hausbaum. Sie ist sehr anspruchslos und tolerant, was den Standort angeht. Linden haben kaum Krankheiten oder Schäden und werden bis zu 1.000 Jahre alt. Sagen und Gebräuche zeugen von einer jahrhundertelangen Bedeutung der Bäume in Deutschland. Der häufigste Gasthausname in Deutschland ist mit über 1.000 Nennungen „Zur Linde“. Sie ist auch Symbol ehelicher Liebe. Diese Bedeutungen sollen u.a. auf die Erzählung von Philemon und Baucis aus der griechischen Mythologie zurückgehen. Das alte Ehepaar wollte gemeinsam sterben, damit keiner den Tod des anderen erleben muss. Zeus erfüllte ihnen diesen Wunsch: Als der Tod zu ihnen kam, verwandelte er Philemon in eine Eiche und Baucis in eine Linde. Infos: baum-des-jahres.de



Wir versaften das Obst aus ihrem Garten

Zur Lohnverarbeitung nehmen wir noch bis Mitte November Äpfel an!

* Die Obstlieferung kann nur nach telefonischer Terminvereinbarung erfolgen

Süßmosterei Paul Schmidt

Dorfstraße 28 • Nienwohld / Stormarn • Tel. 04537-250

Öffnungszeiten in der Kelterei: Mo - Fr 10-12 u. 13-16 Uhr, Mi -18 Uhr, Sa 10-13 Uhr
Info Onlineshop unter: www.suessmost-schmidt.de. Auf Anfrage liefern wir ins Haus!

RATHJENS
Garten- und Landschaftsbau GmbH



Wir machen Ihre
Gartenträume wahr!

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

Wintergärten verlängern den Wohnraum ins Grüne. Richtig geplant und gestaltet, bereiten sie das ganze Jahr über Freude.



Wintergarten richtig genießen

Wohnzimmer hinter

Damit der Wintergarten wirklich zu jeder Jahreszeit eine Wohlfühloase ist, müssen einige Faktoren bedacht werden: Material, Beschattung und Belüftung spielen hierbei eine wichtige Rolle.

Ein Wintergarten verspricht zusätzliche Wohnqualität als luftiger Wohnraum im Sommer oder als lichtdurchflutetes grünes Zimmer im Winter. Doch damit der Wintergarten auch wirklich eine Wohlfühloase wird, müssen einige Faktoren beachtet werden. So spielt beispielsweise die Art des verwendeten Glases eine wichtige Rolle, wie das Immobilienportal [Immowelt.de](https://www.immowelt.de) herausstellt. In diesem Zusammenhang sollte auf zwei Kennziffern geachtet werden – den g-Wert und den k-Wert. Ersterer zeigt an, wie viel Sonnenenergie ein bestimmtes Glas in den Wintergarten durchlässt, während der Zweite beschreibt, wie gut die Verglasung isoliert. Bei starker Sonneneinstrahlung wird es im Wintergarten warm. Damit der Anbau nicht unfreiwillig zum Schwitzkasten wird, ist unbedingt auf Schattenspender zu achten. Außenliegende Jalousien halten dabei mehr Hitze ab als innenliegende. Für besonders hohe

Temperaturen empfiehlt sich zudem eine automatische Lüftung. Ein oft störendes Manko bei Wintergärten ist die Schimmelbildung, die durch Kondenswasser hervorgerufen wird. Um hier vorzubeugen, sollte der Belüftung besonderes Augenmerk gewidmet werden. Die grobe Faustregel lautet: Es sollten sich mindestens zehn Prozent der Fensterflächen öffnen lassen. Zudem kann eine Heizung bei beschlagenen Fenstern Abhilfe schaffen. Doch auch die unbeheizte Variante hat ihre Vorzüge: Der vorgelagerte Glasanbau dient dem Haus als Klimapuffer und kann so dazu beitragen, Energie zu sparen. Für alle, die ihr Haus nachrüsten wollen, gilt: Auch der nachträgliche Anbau eines Wintergartens benötigt eine Baugenehmigung. Bevor also die Planung beginnt, sollten Bauherren sich bei der zuständigen Baubehörde erkundigen, welche Vorgaben zu Dachform, Materialien und Baugrenzen gelten.



Glas



Hitze, Feuchtigkeit und schlechte Luft müssen nicht sein – ein korrekt geplanter Wintergarten hat diese Probleme gar nicht erst!

GLASEREI IM ALSTERTAL B. DENKER GMBH

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



Poppenbütteler Bogen 35, 22399 Hamburg
Tel.: 602 37 64 • Fax: 606 42 57
glaserei-im-alstertal@t-online.de



Ihr WINTERGARTEN von Bahlburg

Wir beraten
Sie gerne!

bahlburg
Wintergärten Fenster Türen

Osdorfer Landstraße 11 · 22607 Hamburg · Tel 040 · 24439013
info@bahlburg-wintergarten.de · www.bahlburg-wintergarten.de

In Hamburg
ganz Zuhause:

**Hamburgs feines
Magazin für Wohnen,
Einrichten, Garten und
gutes Leben.**

Nur in Hamburgs
feinen Stadtteilen Alstertal,
Walddörfer, Außenalster &
Elbvororten
oder online erhältlich.

Für Inserenten: Frau Barbara
Passarge berät Sie gerne. Tel.:
040 - 538 9 30 - 62.



Wohnbad

Schon der Barcelona-Sessel deutet es an: Hier darf gewohnt werden! Die meisten sanitären Notwendigkeiten sind in Form reduziert oder elegant „versteckt“.

Das Bad wird zum Designobjekt. Der ehemals nur durch seine Funktion bestimmte Nutzraum hat sich mittlerweile zum Wohn-Zimmer entwickelt. Mit Design-Klassikern, neuen Innovationen, großzügigen Räumen und vor allem viel, viel Licht!

Ein prasselndes Feuer, eine bequeme
Liege und eine großzügige Badewanne
– noch vor wenigen Jahren war diese
Kombination undenkbar!

Foto: Maldewei



Tel: 040 - 528 28 68
Niewisch 2, 22848 Norderstedt



Badausstellung
Mo. - Fr. 8.00 - 18.00
Sa. 10.00 - 14.00

www.jensgottschalk.de



JG
JENS
GOTTSCHALK GmbH

- Sanitärtechnik
- Heizungstechnik
- Wartungen
- Gasanlagen
- Ölheizungen
- Kundendienst
- Bedachung
- Bauklempnerei
- Rohrreinigung

Foto: Willeroy & Boch

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.



SieMatic

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

Wenn man sich nicht zwischen einer freistehenden Wanne oder einem Wandmodell entscheiden kann – ein massiver Raumtrenner bietet hier einen Kompromiss.



Nur zu Halloween:
10% Abwrackgutschrift
auf Ihr neues Bad.

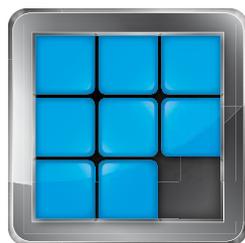
Wir empfehlen:



Halloween das ganze Jahr?

Verwandeln Sie jetzt Ihr Bad in eine Wohlfühl-Oase.

Lassen Sie es nicht so weit kommen, dass Sie sich vor Ihrem eigenen Bad gruseln. Im Gegenteil, Ihr Bad soll doch ein Ort der Erholung und Wellness sein. Also kommen Sie zu Dörfer Fliesen und beenden Sie den Spuk – in unserer Badausstellung warten viele neue Trends und Stilwelten darauf, von Ihnen entdeckt zu werden. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



DÖRFER FLIESEN

Bad, Sanitär & mehr!

www.fliesen-doerfer.com

Hamburg-Wandsbek • Schimmelmanstraße 157 • 040 / 69 69 68 - 0 • Mo – Fr: 10:00 – 18:00 Uhr, Sa: 8:00 – 14:00 Uhr

*Duschen werden immer
dezentler – von den angenehm
zurückhaltenden Armaturen bis
zu fast „nahtlosen“ Glasfronten.*



Foto: Willeroy & Böch

**Drinnen, draußen, Wohn-,
Wellness- oder Funktionsraum
– gute Bäder lassen
Konventionen schwinden.**

Notdienst 0172 400 40 74



Ihr Wunschbad von uns:

www.pruns-harms.de

Die 5 Sterne GARANTIE

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

PRUNS HARMES
BAD- & HEIZUNGSSTUDIO

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

- Ausstellung + Onlineshop
- Günstige Preise
- Fachhandel seit 1971
- Verkauf auch an Privat

CMM
BADSTUDIO MAEDJE KG



Badmöbel

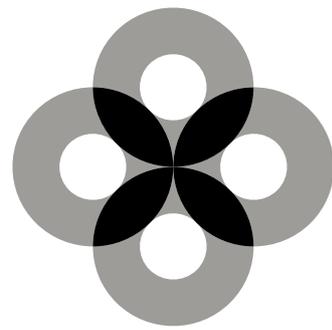


**Duschkabinen
+ Wannen**



**Designer-
Armaturen
+ Accessoires**

Ing.-Honnef-Str. 7 (Beim Zeugamt)
21509 Glinde ☎ 040-200 55 05
Mo-Fr 10-18.30 Sa 10-14 Uhr
www.cmm-badstudio.de



elements

BAD / HEIZUNG / ENERGIE

DER EINFACHSTE WEG ZUM NEUEN BAD

- ❖ DIE ERLEBNISAUSSTELLUNG RUND UM DIE MODERNE HAUSTECHNIK. BERATUNG UND VERKAUF BIS HIN ZUM KOMPLETTSERVICE VON PROFIS AUS DEM FACHHANDWERK.

- ❖ ELEMENTS-SHOW.DE

NIENDORFER STRASSE 179
22848 NORDERSTEDT
+49 40 840520-231



*Stylish, smart
und schwellenlos:
moderne Duschen.*



**Smart
im Bad**



Foto: Gröhe/BHW Bausparkasse

Digitaler Bad-Komfort

Mit Sensoren, Lichtspielen und Verbrauchsanzeigen erhält das Bad jetzt den **ultimativen Frischekick**. Schwelgen und Sparen lautet die Devise!

Durchschnittlich 50 Minuten verbringen wir täglich im Bad. Und das entwickelt sich zur Wellnesszone mit ausgefeiltem Nutzungskomfort. Jetzt schwappt ein neuer Trend in den Nassbereich. „Universal Design“ garantiert Annehmlichkeiten für alle Generationen: bodenebene Duschen, höhenverstellbare Armaturen, neigbare Spiegel und Sensortechnik für berührunglose Bedienung von WC, Waschbecken und Türen. Mittels einer intelligenten Dusche – Kostenpunkt ab rund 10.000 Euro – kann man Wunschtemperatur, Dampf- und Wasserdruck individuell und täglich abrufbar einspeichern. Für ein optisches Highlight in der Dusche sorgt farbiges Licht. Wahlweise kann man

die Nasszelle zum Beispiel in blaues oder rosa Licht tauchen und so eine ganz eigene Sinnenwelt betreten. „Universal Design im Bad bedient die Komfort-Bedürfnisse aller Altersgruppen und unterstützt das Wasser- und Energiesparen“, betont Ralf Palm von der BHW Bausparkasse. Eine digitale Anzeige, integriert an der Duscharmatur, zeigt den Verbrauch an und sendet die Auswertung aufs Smartphone. Das Einsparpotenzial liegt bei jährlich bis zu 440 Kilowattstunden an Wärmeenergie und 8.500 Liter bei Trink- und Abwasser! So kann man neben dem Entspannen und Genießen sogar noch etwas für die Umwelt tun.

HERBST-ANGEBOTE BEI DEN WELLNESS-SPEZIALISTEN

Ein sanft sprudelnder Wellness-Pool, entspannende Massagewannen, eine wohlig-heiße Sauna oder eine Erlebnisdusche – damit kommt man leicht durch die kalte Jahreszeit. Die Wellness-Spezialisten von **Beach-Bad** in der Ferdinandstraße 40a sorgen dafür, dass jeder das Bad bekommt, das zu ihm passt. Vom Zubehör bis zum kompletten Badumbau – bei Beach-Bad gibt's alles aus einer Hand. Ob klassische Jacuzzi®-Pools, eine bodenbündige oder Infrarot-Dusche oder einfach eine stilvoll freistehende Badewanne. Selbst fugenlose Wandverkleidungen in Mineralwerkstoffen, z.B. Corian® sind kein Problem. Das kompetente Team ist von der Planung bis zur Umsetzung mit dabei. So kann man sichergehen, dass Sanitär, Heizung, Elektronik und Fliesen Ihre Erwartungen nicht nur erfüllen, sondern übertreffen.

Aktuell lohnt es sich sogar noch einmal, denn Beach Bad braucht Platz für neue Ware und veranstaltet einen Abverkauf der Ausstellung. Als Herbst-Angebot sind die Hottubs außerdem statt 18.380 € jetzt für 9.998 € erhältlich!

Mehr Infos unter **Tel.: 21 999 986** und auf **www.jacuzzi-hamburg.de!**



Hottubs sind auch bei kühleren Temperaturen angenehm – und bei Beach-Bad aktuell besonders günstig!

Ausstellungen auf 3.000 m²



D.F. LIEDELT





Die schönsten **BäderWelten**



EnergiesparWelten innovative Heiztechnik

Erleben Sie bei uns **traumhafte Bäder** mit Komfort sowie zusätzlich in Norderstedt und Hamburg-Harburg energiesparende **Heizungs- und Lüftungsanlagen**. Vereinbaren Sie gern telefonisch Ihren persönlichen Beratungstermin mit unserem Fachpersonal.

22851 Norderstedt „Glashütte“ | Robert-Koch-Str. 23
 22089 HH-Eilbek | Wandsbeker Chaussee 68
 21073 HH-Harburg | Buxtehuder Str. 56

Tel. (040) 529 02 -231
 Tel. (040) 251 514 -41
 Tel. (040) 766 995 -12

Wir freuen uns auf Ihren Besuch! www.liedelt.de

FLIESEN ROLF

Große Auswahl!
Kleine Preise!

Moderne Ausstellung!

Ulzburger Straße 414
22844 Norderstedt
Tel./ Fax: 040 - 5 22 74 44
www.fliesen-rolf.de



Besiedelt stehende Gewässer vom kleinen Tümpel bis zum großen See, aber auch Fließgewässer vom Oberlauf bis hinab in die küstennahe Brackwasserregion: der Hecht.



Fisch des Jahres 2016

EIN TOLLER HECHT!

Tierarztpraxis in Bergstedt

Erste-Hilfe-Kurs für Hundehalter

Fr. 20.11. 18 Uhr nach vorheriger Anmeldung



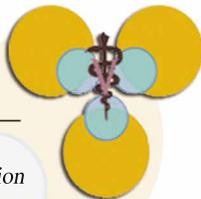
Dr. Christina Ullmann
Bergstedter Chaussee 92
22395 Hamburg

Tel. 040 - 644 30 690 • www.tierarztpraxis-bergstedt.de

Sprechzeiten:

Mo.-Mi. 9-13 Uhr und 16-19 Uhr, Do. 15-21 Uhr, Fr. 9-13 Uhr und 15-18 Uhr, Hausbesuche nach tel. Vereinbarung

TIERÄRZTLICHE PRAXIS LOTTBEK



A. Ratjen, prakt. Tierärztin

Klassische Medizin, Akupunktur, Goldimplantation

Sprechzeiten:

Mo bis Fr, 10.00 Uhr – 12.00 Uhr freie Sprechstunde
Mo, Di, Do, Fr 15.00 Uhr – 18.00 Uhr Sprechstunde nach Vereinbarung
Sa 10.00 Uhr – 12.00 Uhr Sprechstunde nach Vereinbarung

Georg-Sasse-Str. 16 • 22949 Ammersbek-Lottbek
Tel. 040/ 64 42 66 44 (9.00 – 12.00 und 15.00 – 18.30 Uhr) • Fax 040/ 64 42 66 46
www.tierarztpraxis-lottbek.de • Mobiltelefon: 0162/ 9 77 12 77

Frisch gekürt: Der Hecht (*Esox lucius*) ist Fisch des Jahres 2016, gewählt vom Deutschen Angelfischerverband und dem Bundesamt für Naturschutz. Der Hecht ist einer der größten und bekanntesten heimischen Fischarten. Durch seine Wahl soll der Zusammenhang zwischen Natur- und Artenschutz sowie nachhaltiger, verantwortungsvoller Naturnutzung verdeutlicht werden. Denn intakte Ufer und Auen dienen dem Hecht als Rückzugsraum und Laichplatz. „Nur wenn solche naturnahen Lebensräume erhalten bleiben oder wiederhergestellt werden, können die Bestände des Hechtes sowie vieler weiterer Fischarten zukünftig in unseren Flüssen erhalten werden“, sagte die Präsidentin des Bundesamtes für Naturschutz, Prof. Beate Jessel. Markante äußere Merkmale des Hechts sind der langgestreckte Körper, die nach hinten verlagerte Rücken- und Afterflosse und vor allem das entschabellartige Maul. Er besiedelt stehende Gewässer vom kleinen Tümpel bis zum großen See, aber auch Fließgewässer vom Oberlauf bis hinab in die küstennahe Brackwasserregion. Zur Laichzeit im Frühjahr zieht der Hecht in krautreiche Flachwasserbereiche der Überschwemmungsflächen oder in kleine Gräben und Nebengerinne, wo die klebrigen Eier an Wasserpflanzen angeheftet werden. Durch Trockenlegung von Wiesen und das Ausbleiben von Frühjahrsüberschwemmungen infolge von Regulierungsmaßnahmen sind geeignete Laichplätze selten geworden. Hinzu kommt der Verlust an geeignetem Lebensraum im Zuge der Uferbegradigung und Verbauung. Insbesondere die Jungfische sind auf die sich schnell erwärmenden Flachwasserbereiche mit ihrem großen Nahrungsangebot angewiesen. Trotz der weiten Verbreitung sind die Bestände des Hechts daher in vielen Gewässern gering. In der Roten Liste wird der Hecht als „ungefährdet“ eingestuft, der langfristige Bestandstrend zeigt jedoch einen mäßigen Rückgang der Bestände. Vorrangiges Ziel ist es daher, die Gewässer und ihre Auen auch für den Hecht wieder in einen naturnahen Zustand zu bringen. Mehr unter www.dafn.de und www.bfn.de. mk

Kraftquelle

Rundumsicht ermöglicht das Modell CUBE[®] des Schweizer Herstellers Rüegg. Die vier Glas-seiten eröffnen eine fast 360 Grad-Perspektive auf das knisternde Kaminfeuer.

Foto: Rüegg Cheminée AG

Es gibt kaum etwas Schöneres, als nach einem Herbstspaziergang vor einem knisternden Kamin oder Ofen zur Ruhe zu kommen. Kein Platz? Wir zeigen drei schmale Modelle, die in jedes Wohnzimmer passen!

Fortsetzung auf Seite 90



Dieter Brose Meisterbetrieb · Innungsmitglied
Wir bieten Ihnen das ganze Programm!
Individuelle Kaminanlagen · Kachelöfen aller Ausführungen
Kaminöfen aller namhafter Hersteller · Schornsteinbau-Schornsteinsanierung
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
 Langenhorner Chaussee 691 a (Ecke Segeberger Chaussee) · Norderstedt · Tel. (040) 529 47 66 · Fax 526 15 04
 Buchenweg 26 · 25479 Ellerau · Tel. (0 41 06) 7 97 85 52 · Fax 7 97 85 53
www.KACHELOFEN-und-KAMIN.de




DESIGN VEREINT MIT PERFEKTION UND INDIVIDUALITÄT. DAS SIND UNSERE MARKENZEICHEN.

Vereinigte Ofen- und Kaminwerkstätten Hamburg AG

Bei der Braaker Mühle · 22145 Hamburg/Braak · (040) 675 95 160

Mo-Fr 10-18h · Sa 10-16h · So (Schantag) 12-17h · info@vok-ag.de · www.vok-ag.de

Kraft- quelle

Fortsetzung von Seite 89

Dreifach verglast und wegen seiner klaren Formen universell einsetzbar: „pico“ von skantherm®. Hier passt er als freistehender Solitär perfekt ins minimalistische Bauhausdesign.



Preise für alle drei gezeigten Modelle auf Anfrage beim Fachhändler, denn die hängen stark von individuellen Wünschen ab!



Auch Öfen kommen längst schmal und hoch daher statt nur als große und breite Kachelklötze. Etwa der mit glänzend polierter Betonoberfläche versehene Solitherm Thermotte® von Cera Design. Seine Form eröffnet viele Standortmöglichkeiten.

Foto: Cera Design

Moderne Heiz- und Gaskamine

Vom Standardkamin bis zur kreativen Sonderlösung bieten wir Ihnen nahezu jede erdenkliche Auswahl.

Bei der Planung und Gestaltung Ihrer Wünsche wird jeder Kamin mit Sicht auf die vorgegebene Architektursituation einzeln entworfen. Dabei setzen wir uns auch gern mit Ihrem Architekten / Innenarchitekten in Verbindung.

Unsere Leistungen umfassen, neben der anfänglichen Information, die Beratung, den Entwurf und die Planung sowie die Fertigung der Kaminanlage. **HHK kreative Kamine** hat sich darauf spezialisiert, Kamine mit dem **besonderen, individuellen Flair** zu fertigen.



HHK – Hamburger Kamine GmbH

Alsterkrugchaussee 202 • 22297 Hamburg • Tel. +49 40 480 28 77

E-Mail: info@hamburger-kamine.de • Internet: www.hamburger-kamine.de

EINBRUCHSZAHLN STEIGEN WEITER

Wohnungseinbrüche in Deutschland nahmen letztes Jahr erneut zu. Seit 2009 steigt die Zahl der Einbrüche wieder stetig um 33 Prozent. Die aktuelle Polizeiliche Kriminalstatistik für 2014 zählte insgesamt 152.123 Fälle von Wohnungseinbruchdiebstählen, ein weiterer Anstieg um 1,8 Prozent gegenüber dem Vorjahr. Bereits 2013 war die Anzahl um etwa 4 Prozent gestiegen. „Die Zahlen sind alarmierend. Zeigen sie doch, dass die Menschen immer noch die Gefahren von Einbrüchen unterschätzen“, so Dr. Helmut Rieche, Vorsitzender der Initiative für aktiven Einbruchschutz „Nicht bei mir!“, zu den aktuellen Zahlen. Steueranreize und Fördermittel für den Einbruchschutz sind generell zu begrüßen, denn die Menschen können und sollten sich schützen. „Grundlegende Verhaltensregeln wie das Abschließen der Haustür und das Leeren des Briefkastens bei Abwesenheit helfen, um Einbrüchen vorzubeugen“, so Dr. Helmut Rieche. „Den besten Schutz bietet jedoch mechanische und elektronische Sicherheitstechnik, um Einbrüche zu unterbinden.“ Die Wirkung solcher Sicherheitstechnik zeigt sich in den gescheiterten Einbrüchen: 41,4 Prozent der versuchten Einbrüche scheiterten an mechanischen Tür- und Fenstersicherungen sowie an Alarmanlagen. „Es ist daher ratsam, selbst aktiv zu werden und in Sicherheitstechnik zu investieren“, rät Dr. Rieche. Die Unterschiede der aktuellen Einbruchzahlen sind in den einzelnen Bundesländern erheblich. Während Wohnungseinbrüche in Thüringen um 17 Prozent abnahmen, wurde in Baden-Württemberg und im Saarland ein Anstieg von jeweils fast 20 Prozent und in Bayern von rund 28 Prozent registriert. Die Stadtstaaten verzeichneten ebenfalls Zuwächse bei Einbrüchen. Zusätzlich schlugen Einbrecher wieder am helllichten Tag zu: 2014 wurde tagsüber 63.282 Mal in Wohnungen eingebrochen. Dies macht weit mehr als ein Drittel aller Wohnungseinbrüche aus. Die aktuelle Einbruchbilanz des Gesamtverbandes der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) für 2014 belegt einen weiteren Anstieg der Schadensumme durch Einbrüche auf rund 490 Millionen Euro.

Da die Zahl der Einbrüche seit Jahren stetig steigt, rät die Polizei zum Einsatz moderner Sicherheitstechnik.



Foto: ASSA ABLOY Sicherheitstechnik/
nicht-bei-mir.de

Alarmanlagen - Notrufzentrale - Schlüsseldeponierung



Buck Alarmanlagen Ringler GmbH

Unsere Lösungen - Für Ihre Sicherheit

Einbruchmeldeanlagen - Funk Systeme - Videoüberwachung

(040) 5 36 06 02

Wellingsbüttler Weg 117 - 22391 Hamburg

www.buck-alarmanlagen.com

Eigene Notrufzentrale - 24h-Notdienst

Der Einsatz moderner Sicherheitstechnik hilft derartige Szenen zu vermeiden.

Einbruchschutz



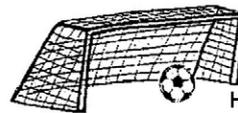
Rollläden • Funkalarmanlagen • Garagentore • Plisse • Markisen



Wir sind im akt. Errichternachweis "Mech. Sicherungseinrichtungen" des Landeskriminalamtes HH gelistet.

Meisterbetrieb • Tannenhof 80 • 22397 Hamburg
Tel. 040/608 31 73 • www.srs-riedel.de

Außer diesen...



Hamburg – Tor zur Welt

...automatisieren wir alle Garagen- und Grundstückstore, funkfernbedienbar. Lieferung von Toren aller Art. Montagen • Reparaturen • Wartungen und Notdienst. Sonderantriebe für andere Bauelemente. Planung und Erstellung kompletter Toranlagen. Elektrisch und handbetätigte Schranken für Parkplätze.

hewimatic® Tor- und Antriebstechnik
seit über 50 Jahren Hamburgs ältestes Spezialunternehmen
Iltenwisch 35 • 22393 Hamburg-Sasel • Tel. 601 57 57 • www.hewimatic.de

info@hewimatic.de

(c) www.nicht-bei-mir.de

ROLF KAPPLER
EINBRUCHSCHUTZ

Montagefestpreise in ganz Hamburg

90 Jahre Fachbetrieb seit 1922

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

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

Sicherheitsrollläden & Markisen von Atzert
- aus eigener Produktion -

Sicherheitsrollläden (alle 3 Min. Einbrüche), Markisen, Plisse, Beschattung, Glasdächer, Rolltore + Rollgitter - Funkmotor kostenlos bei Kauf einer Markise, **550€ Ersparnis!**

Atzert Rollläden, Markisen, Sonnenschutz
www.rollladenatzert.de
Ahrensburger Str. 66
Tel.: 040 / 68 91 36 16
Fax: 040 / 68 91 34 27

TÜMLER & PEIL

ROLLLÄDEN
MARKISEN
ROLLTORE Seit 1865

☎ 6 93 20 45

Wintergartenmarkisen
Scheren- u. Rollgitter
Vordächer
Motorisierungen
feste Vergitterungen

Am Stadtrand 58
22047 HH-Wandsbek
www.tuemler-peil.de

Beratung Montage Reparatur Wartung

Gut geschützt lassen sich die Vorteile des Smart Homes richtig genießen.

Foto: Siemens Hausgeräte / BHW



Smart Home vor Spam schützen

Immer mehr Alltagsgeräte sind mit dem Smartphone oder Internet verbunden. Den Herd und die Heizung auch aus der Ferne zu kontrollieren, bringt ein Plus an Komfort. Damit alles reibungslos funktioniert, sollten Hausbesitzer auf Sicherheitsfunktionen achten, die ihre Daten und den Zugang zur Haussteuerung schützen.

Ein vernetzter Kühlschrank sorgte im vergangenen Jahr weltweit für Schlagzeilen: Hacker drangen in das intelligente Gefriergerät ein und verschickten damit Spam-E-Mails. Der Besitzer hatte es schlicht versäumt, den Kühlschrank mit einem schwer zu knackenden Passwort abzusichern.

Schwachpunkte beseitigen

Fakt ist: Was bei Computern längst selbstverständlich ist, nämlich der Einsatz einer Firewall, sicherer Passwörter und eines Virenschutzprogramms, sollte auch bei allen vernetzten Haushaltsgeräten die Regel sein. In puncto Sicherheit bieten jedoch nicht alle im Handel erhältlichen Smart-Home-Pakete gleich guten Schutz für ihre Bewohner. „Hausbesitzer sollten sich vor der Anschaffung über die Funktionen der Geräte gut informieren

und bei der Sicherheit nicht sparen“, empfiehlt Steffen Zwer von BHW. Wer beispielsweise eine Überwachungskamera ohne Verschlüsselungsmöglichkeit als billiges Schnäppchen erwirbt, macht potenziellen Eindringlingen den Zugang in die Kameraprogrammierung und damit auch in die eigenen vier Wände sehr leicht.

Sicheres Zuhause

„Sicherheitsstandards wie das Gütesiegel ‚VDE Informationssicherheit geprüft‘, helfen dabei, beim Kauf intelligenter Haustechnik die richtige Entscheidung zu treffen“, so BHW Experte Zwer. Zusätzlich können ganz einfache Tricks die Heimvernetzung gut schützen und dem Besuch von unerwünschten Gästen einen digitalen Riegel vorschieben: So empfiehlt es sich, nicht genutzte Geräte einfach komplett auszuschalten und die Kameras am PC und Fernseher bei Nichtgebrauch abzudecken.

40
JAHRE
DROSTE

JUBILÄUMSANGEBOT MIT SONDERAKTIONEN

Seit über 40 Jahren steht die Firma Markisen Droste für fachgerechte Beratung, Verkauf und Montage von Markisen, Rollläden und Jalousien. Gerade jetzt sollte man dieses Wissen nutzen, denn die Tage werden kürzer und man sollte darüber nachdenken, das eigene Haus sicherer zu machen – damit alle Familienmitglieder beruhigt schlafen können. Aus diesem Grund gibt es bis Ende November eine Aktion, die die Kunden von den Vorteilen einer Nachrüstung von Rollläden überzeugen soll. Es gibt beim Kauf von Rollläden

20 Prozent Rabatt auf den Auftragswert.

„Rollläden sind gerade in der dunklen Jahreszeit ein wichtiger Faktor, sie können dabei helfen, Einbrüchen vorzubeugen und gleichzeitig Energie zu sparen. Auf www.spar-heizkosten.de lässt sich die Energieersparnis individuell ausrechnen“, rät Sven Plüddemann, Geschäftsführer des Traditionsunternehmens.

Bei einer weiteren Aktion bekommen die Kunden von Markisen Droste einen **Preisnachlass von 20 Prozent beim Kauf von Markilux Kassetten-Markisen bis Ende November**. „Erst wenn die Sonne höher steigt, fällt vielen Menschen ein, dass eine schattenspendende Markise sinnvoll wäre“, erklärt Sven Plüddemann, „wer sich aber jetzt von uns eine Markise montieren lässt, kann dann im Frühjahr schon bei den ersten Sonnenstrahlen die Vorteile genießen.“

Weitere Informationen gibt es unter **Tel. 040 300 607-0** und auf **www.markisen-droste.de** oder in den Standorten Eppendorfer Weg 260, Saseler Chaussee 111 oder Volksdorfer Weg 1.

Wer schon jetzt seine Markise kauft und installieren lässt, ist bei den ersten Sonnenstrahlen im Frühjahr geschützt und kann sparen!

www.markilux.com

sicher · zeitlos · schön



Wir gratulieren unserem langjährigen Fachpartner der Firma **Markisen Droste** zum 40. Jubiläum und wünschen ihm – und Ihnen – alles Gute für die Zukunft! **markilux**

www.alulux.de



Wir wünschen der Firma Droste zum 40. Jubiläum alles Gute
Der Spezialist für ...
Rollläden | Raffstore | Garagentore **ALULUX®**

Ihr Markisenspezialist



3 x in Hamburg
Tel.: 040 300 607-0
Eppendorfer Weg 260
Saseler Chaussee 111
Volksdorfer Weg 1

**20 % Rabatt
auf Kassettenmarkisen**
bis Ende November 2015

www.markisen-droste.de

droste
markisen · rollläden · jalousien · terrassendächer

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
Rollläden- und
Sonnenschutz-
techniker-
Handwerk

Depressives Deutschland

*Gefährliche Krankheit:
Depressionskrankheiten
führen in Deutschland
zu immer mehr
Krankschreibungen.*

Depressionen und depressive Verstimmungen greifen in der Bundesrepublik um sich, ergibt eine Untersuchung. Dabei gibt es durchaus Unterschiede zwischen Regionen und Berufen!

Vom Jahr 2000 bis 2013 sind Fehlzeiten aufgrund von Depressionen um fast 70 Prozent gestiegen. Der Anteil der Erwerbspersonen (dazu gehören sozialversicherungspflichtig Beschäftigte und ALG I-Empfänger), die Antidepressiva verschrieben bekamen, hat im gleichen Zeitraum um ein Drittel auf sechs Prozent zugenommen. Das geht aus dem Depressionsatlas Deutschland der Techniker Krankenkasse (TK) hervor. Dr. Jens Baas, Vorstandsvorsitzender der TK: „Statistisch gesehen war jeder einen Tag aufgrund von Depressionen krankgeschrieben. Anders als bei anderen Diagnosen wie Erkältungskrankheiten oder Rückenschmerzen sind bei den Depressionen zwar deutlich weniger Menschen betroffen – nur 1,6 Prozent bekamen eine solche Krankschreibung. Die, die es trifft, fallen aber sehr lange aus, im Durchschnitt 64 Tage. Das heißt, es ist eine sehr langwierige Erkrankung für den Patienten, verbunden mit hohen Ausfallzeiten für die Betriebe. Betrachtet man zudem den großen medizinischen Versorgungsbedarf der Patienten, sind Depressionen also auch ein wirtschaftlicher Faktor.“ Für ein Unternehmen mit 250 Mitarbeitern bedeutet dies, dass durchschnittlich vier ihrer Beschäftigten gut zwei Monate im Jahr fehlen. Berücksichtigt man noch den Urlaubsanspruch, bleibt also mindestens ein Arbeitsplatz allein aufgrund von Depressionen unbesetzt.

Große Unterschiede zwischen den Berufen

Betroffen sind laut TK vor allem Berufe mit einem hohen Stresslevel und einer großen psychischen Belastung wie im Callcenter (2,8 Tage), in der Altenpflege (2,5), in Erziehungs- (1,6) sowie Sicherheitsberufen (1,4). Dr. Thomas Grobe vom AQUA (Institut für angewandte Qualitätsförderung und Forschung im Gesundheitswesen), der die Daten für die TK ausgewertet hat: „Die Fehlzeiten unterscheiden sich zudem zwischen den Geschlechtern. Frauen sind mit durchschnittlich 1,3 Tagen deutlich mehr aufgrund von Depressionen krankgeschrieben als Männer mit durchschnittlich 0,8 Tagen. Zudem nehmen die Fehlzeiten mit dem Alter deutlich zu. Erst ab dem 60. Lebensjahr sind die Werte wieder rückläufig.“

Endlich gut schlafen?

Sie grübeln zu viel und kommen einfach nicht in erholsamen Schlaf? Ich helfe Ihnen, Ihr „Gedanken-Karussell“ anzuhalten und wieder zur Ruhe zu kommen. Denn: Dauerhaft schlechter Schlaf ist stressfördernd und gesundheitsgefährdend!



Andreas Woltemath
Heilpraktiker für
Psychotherapie

Vereinbaren Sie einen Termin in meiner Praxis:

Tel. 040 611 30 504

E-Mail: info@vitalhypnose.hamburg
www.vitalhypnose.hamburg

vitalhypnose
hamburg



vitalhypnose hamburg

Praxis für Hypnosetherapie und Mentaltraining
Dorfwinkel 7, 22359 Hamburg-Volksdorf

Praxis-Schwerpunkte: Nichtraucher werden · Weniger wiegen · Entspannung
Mehr Selbstbewusstsein · Ängste überwinden · Depressionen lindern



Depressionen sind zwar seltener als Erkältungskrankheiten oder Rückenschmerzen, die Betroffenen fallen aber deutlich länger aus!

Laut TK zeigen die Fehlzeiten jedoch nur zum Teil, wie belastet die Republik ist. „Nicht jeder der eine Depression hat, wird krankgeschrieben“, erklärt York Scheller, Psychologe bei der TK. „Deshalb haben wir zusätzlich die Antidepressiva-Verordnungen untersucht.“ Dabei zeigt sich, dass auch einige Regionen mit unterdurchschnittlichen depressionsbedingten Fehlzeiten relativ hohe Verordnungsraten aufweisen. Die Kulmbacher sind zwar 70 Prozent weniger krankgeschrieben als der Bundesdurchschnitt, aber auch hier bekommen 5,5 Prozent der Erwerbspersonen Antidepressiva verschrieben – damit liegen sie nur knapp unter dem Mittelwert (5,97 Prozent). Auch Birkenfeld in Rheinland-Pfalz liegt trotz unterdurchschnittlicher

Fehlzeiten (minus 48 Prozent) bei den Antidepressiva 20 Prozent über dem Bund. Fast 7,2 Prozent erhielten hier 2013 Medikamente zur Behandlung von Depressionen.

„Die ersten Daten zeigen, dass sich der Trend steigender psychisch bedingter Fehlzeiten fortsetzt“, erklärt TK-Chef Baas. „Deshalb ist es wichtig, dass wir uns mit guten Angeboten im Betrieblichen Gesundheitsmanagement, in der Individualprävention, mit E-Coaching-Angeboten und in der medizinischen Versorgung gegen die Zunahme psychischer Störungen stemmen. Gesetzliche Anti-Stress-Verordnungen reichen hier nicht aus. Hier sind Unternehmen, Beschäftigte und Krankenkassen gleichermaßen gefordert.“



Unser Fachzentrum ist spezialisiert auf die qualifizierte Diagnostik, Beratung und Therapie bei Stresserkrankungen (z.B. Burnout), Depressionen, Ess- sowie Angst- und Panikstörungen. Kurzfristig ermöglichen wir einen diagnostischen Erstkontakt und eine individuelle Therapieplanung ohne lange Wartezeiten.

**Neuer Standort:
Poppenbüttel!**



FACHZENTRUM FÜR STRESSMEDIZIN UND PSYCHOTHERAPIE

Ärztlicher Direktor: Prof. Dr. Dr. Stephan Ahrens

Langenstücken 24 · 22393 Hamburg · Tel.: (040) 88165010-1

walddoerfer@stressmedizin-hamburg.de · www.stressmedizin-hamburg.de

Zahnerosionen nehmen zu!

Eine gute Adresse für Ihre Zähne!

In unserem modernen Zahnzentrum erhalten Sie zahmedizinische Behandlung auf höchstem Niveau: Von der klassischen Vorsorge, über Prophylaxe, vollkeramischen Restaurationen, Implantologie, Behandlung in Vollnarkose bis hin zu ästhetischer Zahnheilkunde!



100%
Zahnersatz
0%
Zuzahlung



**Zähne gut,
alles gut!**

Dr. Z Zahnmedizinisches Zentrum Dr. R. Zolmajd
Jungfernstieg 41-42, 20354 Hamburg, ☎040 350 171 40, hamburg.doktor-z.net

Zahnarzt Dr. R. Zolmajd



Durch eine säurehaltige Ernährung kommt es bereits bei vielen Jugendlichen zu Zahnerosionen. Wenn der Zahnschmelz abgetragen ist, kann er nicht wieder hergestellt werden.



Ihr Lächeln liegt uns am Herzen

Praxis für Zahnheilkunde und Prophylaxe



Dr. med. dent. Sabine Kuhn
Dr. med. dent. Sylke Prill

Öffnungszeiten:

Mo. 8-19 Uhr
Di. 8-19 Uhr
Mi. 8-19 Uhr
Do. 8-19 Uhr
Fr. 8-13 Uhr



Heegbarg 10 • HH-Poppenbüttel • Tel. 606 99 51 • Fax 606 7 99 13
E-Mail: rezeption@alstertdent.de • www.alstertdent.de

Gewinnen Sie neue Lebensqualität mit Zahnimplantaten!

ZAHNKLINIK *ALSTERTAL* im AEZ

Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay & Dr. Navid Salehi



Heegbarg 29 / 22391 Hamburg

Fon 040 / 6024242
Fax 040 / 6024252

Mail info@zahnklinikalstertal.de
Web www.zahnklinikalstertal.de

Sicherheit durch 29 Jahre
Berufserfahrung

Genauere Diagnose durch
3D-Computertechnik und
schonende Behandlung mit
hochmodernen Lasern

Schmerzfremde Behandlung im
Dämmerschlaf oder
mit Narkose möglich

Eigenes zahntechnisches
Meisterlabor in der Praxis
für anspruchsvolle Ergebnisse
aus einer Hand



Unter Zahnerosion versteht man das „Abschmelzen“ des Zahnbelags. Die Ursache von Zahnerosionen liegt nicht in bakteriell infiziertem Zahnbelag, sondern in der konstanten Zufuhr von Säuren durch unsere Lebensmittel.

Fortsetzung auf S. 100



Wein enthält viel Säure, die den Zahnschmelz angreift. Da Parmesan eine neutralisierende Wirkung hat, ist es sinnvoll zu jedem Glas Wein ein Häppchen Parmesan zu verzehren.

Fortsetzung von S. 99

In den vergangenen Jahren ist die Anzahl der Betroffenen drastisch gestiegen. Viele Jugendliche leiden bereits unter Zahnerosionen. Ursache sind unterschiedliche Säureeinwirkungen. Besonders das äußere Zuführen von zuckerhaltigen Getränken, wie Limos, Schorlen, Säfte und Wein sind für den Zahnbelag schädlich. Auch Fruchtzucker in jeglicher Form sind nicht besonders förderlich. Sehr schädlich sind auch vom Körper selbst produzierte Säuren, beispielsweise die aufgestoßene Magensäure beim Sodbrennen, die in kürzester Zeit den Zahnschmelz angreift. Geschieht dies über einen längeren Zeitraum, wird der gesamte Zahnschmelz entkalkt, weicht auf und verringert sich.

Das Schlimme dabei: Ist der Zahnschmelz bereits abgetragen, kann er nicht mehr erneuert werden! Darum ist es besonders wichtig, auf die nötige **Prophylaxe** zu achten.

Ausgleichend zum Säureeinfluss wirkt die Speichelproduktion, die die schädlichen Säuren verdünnt, neutralisiert und für einen schnellen Abtransport sorgt. Zusätzlich sollten säurehaltige Lebensmittel gegen basische ausgetauscht werden. Die Zufuhr von **ausreichend vielen Milchprodukten**, wie Käse, Joghurt oder Buttermilch liefern dem Zahnschmelz die Mineralstoffe Kalzium und Phosphat. Auch Mandeln und Haselnüsse und grüne Gemüsesorten, wie Avocado, Zucchini, Mangold, Spinat, Brokkoli und Blattsalate spenden viel Kalzium. Zusätzlich sind Lebensmittel förderlich, die einen **hohen Fluoridgehalt** haben. Daher schützt

ANZEIGEN-SPEZIAL

Die elegante Lösung: Teleskop-Prothesen



Doppelkronentechnik - Präzision und Qualität

Die einfachste Art, herausnehmbaren Zahnersatz zu befestigen, ist die Klammerprothese. Diese Art der Versorgung ist jedoch bei mangelndem Restzahnbestand oder parodontal erkrankten Zähnen mit vielen Nachteilen behaftet. Vor allem im Frontzahnbereich ist eine sichtbare Klammerkonstruktion nicht ideal. Die optimale Lösung bietet hier die sogenannte Teleskop- oder Doppelkronentechnik, wie sie in der Gemeinschaftspraxis

Kaufmann und Dellwig in Ammersbek angeboten wird. Eine Teleskopprothese ist ausgesprochen komfortabel. Zudem benötigt sie keine sicht- und spürbaren Metallklammern.

Korrekturen an Zahnform und Fehlstellungen

Ebenso lassen sich Zahnform oder Fehlstellungen auf diese Weise korrigieren und liefern ein natürliches und ästhetisches Bild. Die Versorgung ist

langfristig sicher, weil selbst bei dem Verlust von weiteren Zähnen eine Ergänzung bzw. Reparatur sehr einfach und schnell erledigt werden kann. Auch zahnlose Kiefer lassen sich nach vorheriger Implantation (das Einbringen künstlicher Zahnwurzeln) mit dieser Technik versorgen. Die tragenden Pfeilerzähne werden beschliffen und mit sogenannten Primärkronen (Unterkronen) aus Gold oder hochfester Keramik versehen. Darüber wird dann eine zweite, sogenannte Sekundärkrone, gefertigt, die mit den zu ersetzenden Zähnen verbunden ist. Durch das enge Anliegen der beiden Kronen (Friktion) wird ein hervorragender Halt gewährleistet.

Hoher Tragekomfort und dauerhafte Qualität

„Wir schätzen die Präzision und Qualität dieser Versorgungsmöglichkeit“, so Dr. Manfred Kaufmann und sein Partner Dr. Bernd Dellwig. „Dank einer Teleskopprothese lassen sich zugleich Funktion und Ästhetik auf eine elegante und komfortable Weise kombinieren, was unsere Patienten sehr zu würdigen wissen“.



ZAHNÄRZTE KAUFMANN & DELLWIG

Praxis Dr. Kaufmann & Dr. Dellwig
Hamburger Straße 97
22949 Ammersbek
www.praxis-kaufmann-dellwig.de

Öffnungszeiten
Mo.-Do. 7 - 20 Uhr
Freitag 7 - 15 Uhr
Tel. (040) 60 55 07 60

Tee, Fisch und fluoridhaltiges Speisesalz effektiv den Zahnschmelz. Das Snacken von säurehaltigen Lebensmitteln zwischendurch sollte vermieden werden.

Wenn Sie dennoch den Drang nach etwas Säurehaltigem verspüren, wie beispielsweise einem Glas Wein, kann Parmesan als Ausgleich dienen. **Ausgiebiges Kauen regt den Speichelfluss** an und hilft somit beim Abtransport der Säure. Zusammenfassend ist eine **basische Ernährung** der Schlüssel zu einem gesunden Zahnschmelz. Mittlerweile gibt es zusätzlich Zahnpflegeprodukte speziell für die Zahnerosion-Prophylaxe, die sehr effektiv sind. Das in den Produkten enthaltene Chitosan - was das Skelett von Gliedertieren bildet und im Panzer von Krebstieren enthalten ist- bildet auf den Zähnen eine Schutzschicht vor Säuren.

Diese Lebensmittel sollten Sie vermeiden / bevorzugen, um Zahnerosionen vorzubeugen:

Basische Lebensmittel bevorzugen

*Kartoffeln
Gemüse und grünes Gemüse
Rohmilch
Trockenfrüchte*

Säurehaltige Lebensmittel vermeiden

<i>Zucker</i>	<i>Wurst</i>
<i>Süßigkeiten</i>	<i>Fisch</i>
<i>helles Brot</i>	<i>Eier</i>
<i>Nudeln</i>	<i>Sojaprodukte</i>
<i>schwarzer Tee</i>	<i>Erdnüsse</i>
<i>Fleisch</i>	<i>Alkohol</i>



Dr. Ritschel & Dr. Pomowski
Spezialisierte zahnärztliche Partnerschaft

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

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



Dr. Nicola Görrissen
Zeit zu Lächeln

Zahnarztpraxis Bergstedt

Volksdorfer Damm 271
22395 Hamburg

(040) 6048084

www.dr-goerrissen.de

Mo - Fr 8.00 - 12.00 Uhr
Mo, Di 15.00 - 18.00 Uhr
Do 15.00 - 20.00 Uhr



Die einfühlsame Zahnärztin Ihres Vertrauens.
Modernste Technik in Wohlfühlatmosphäre.



Dr. Engeln & Dr. Schomaker

we care for your smile

Praxis für Zahnheilkunde

Bohren? Nein. Danke!®



Laser-Therapien
Parodontose /
Zahnerhaltungstherapie
Endodontie /
Wurzelbehandlung
Funktions- und
Schienentherapie
Behandlung von
Kindern/Senioren und
Angstpatienten
Vollnarkose / Sedierung
Individual-Prophylaxe

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



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

LACHGAS-SEDIERUNG



Foto: BIEWER medical

Bei Zahnarzt Bernd Krüger und seinem Team stehen Sie im Mittelpunkt.

Lachgas wird bereits seit 1844 als Narkosemittel benutzt. Heutzutage kommt es insbesondere bei Angstpatienten zum Einsatz, wie auch in der **Zahnarztpraxis Krüger**, Saseler Parkweg 4. Lachgas ist, bei richtiger Anwendung, komplett nebenwirkungsfrei und gefahrlos. Es wirkt beruhigend und schmerzmindernd. Zudem unterdrückt es den Würgereiz und reduziert die Zeitwahrnehmung des Patienten. Das Lachgas wird über eine angenehm aufliegende Nasenmaske verabreicht. Dabei wird kontinuierlich der Puls des Patienten überwacht, um jedes Risiko auszuschließen. Der Vorteil gegenüber einer Vollnarkose: Die Kommunikations- und Aufnahmefähigkeit des Patienten ist trotz der Sedierung nicht beeinträchtigt. Weitere Informationen finden Sie unter **Tel.: 040 / 60 11 92 0** oder auf **www.krueger-zahnarzt.de**.



Foto: AOK

Nicht nur regelmäßiges Zähneputzen, auch die Nahrung spielt eine Rolle bei der Zahngesundheit von Kindern. Wichtig ist die Zufuhr von Kalzium und das richtige Kauen!

DAS MACHT KINDERZÄHNE STARK

Knackiges Obst und Gemüse, Milch und Müsli für den Nachwuchs: Bei ausgewogener Ernährung denken Eltern meist ans Wachsen und Gedeihen ihres Kindes. „Gesunde Ernährung mit viel Kalzium und wenig Zucker legt aber genauso den Grundstein für feste Zähne und gesundes Zahnfleisch“, sagt Dr. Gudrun Schlautmann, Zahnärztin bei der AOK. Behalten Eltern dazu ein paar Dinge rund um Gewohnheiten und Hygiene im Blick, ersparen sie ihren Kindern im Erwachsenenalter viel Ärger mit den Zähnen.

Genauso wie für die Knochen spielt das Kalzium auch für die Zähne eine besonders wichtige Rolle. Milch und Milchprodukte sind die wichtigsten Lieferanten dafür, gefolgt von Gemüsesorten wie Brokkoli, Fenchel oder Grünkohl. Auch spezielles kalziumreiches Wasser mit über 150 mg pro Liter gehört dazu. Je nach Altersgruppe sollten Kinder unterschiedliche Mengen an Kalzium zu sich nehmen:

- **Säuglinge erhalten entweder automatisch über die Muttermilch oder aber über die spezielle Säuglingsmilch ausreichend Kalzium.**
- **Bei Ein- bis Dreijährigen reichen schon ein Glas Milch und eine Scheibe Käse aus.**
- **Bei älteren Kindern bis zu sechs Jahren ist der Bedarf gedeckt, wenn sie 250 Gramm Naturjoghurt, eine Scheibe Käse und 180 Gramm Brokkoli essen.**

Doch nicht nur von der Milch profitiert die Zahngesundheit, sondern auch von ansonsten ausgewogener Ernährung: Dazu gehören viel Obst und Gemüse genauso wie Getreideprodukte. „Dabei ist das gute Kauen ganz wichtig, denn es regt den Speichelfluss an. Der Speichel wiederum schwemmt Lebensmittelreste und Säuren weg und bringt die Mineralstoffe in die Zähne“, sagt Schlautmann. Viel Rohkost, Vollkornbrot und Müsli fördern das Kauen. Nicht nur die Hauptmahlzeiten, sondern auch die Zwischenmahlzeiten können so gestaltet werden, dass sie genug Nährstoffe liefern und gleichzeitig zum Kauen anregen.

Die Alternative zur C-PAP-Maske

Ihr Spezialist für Schnarch-/Schlafapnoeschiene

Zahnarzt

Dr. med. dent. Andreas Saal

Tätigkeitsschwerpunkt:

Schnarch- und Schlafapnoetherapie
Implantologie

Borsteler Chaussee 110

22453 Hamburg

Telefon: 040 - 51 55 03

Telefax: 040 - 41 26 26 91





Im **kwp-Baumarkt** gibt es eine große Auswahl an X-Mas-Dekorationen – natürlich auch Weihnachtsbaumschmuck in vielen Formen und Farben.

WEIHNACHTEN STEHT VOR DER TÜR!

Alles was Sie benötigen um Ihr zu Hause für die Feiertage zu dekorieren finden Sie im **kwp-Baumarkt** in der Saseler Chaussee 211. Unter dem Motto auf „Adventszeit und keine Spur von Langeweile“ finden Sie dort stimmungsvolle Wohnaccessoires mit Stil wie Laternen, Windlichter, Lichterketten und Kerzen – Kissen, Felle, Decken, Läufer und Teppiche, die Ihr Herz erwärmen und glanzvollen Baumschmuck, Lampen und eine Vielfalt an Wohnaccessoires und Dekoration. Besonders dekorativ ist die neue Weihnachtskugel-Kollektion Tristan aus Glas des schwedischen Herstellers Affari. In antik weiß oder antik braun patiniert wirkt in Kombination mit Holz oder Fell besonders edel. In verschiedenen Formen, D5 cm 1,99€ oder D7 cm 2,79€ erhältlich in **kwp-Baumarkt**. Mehr Informationen unter **Tel. 040 600 196 0** und **www.kwp-home.de**

INDIVIDUELLE EINZELSTÜCKE

„Es ist unmöglich, sagt die Erfahrung“. Diese Worte von Erich Fried kommen wohl vielen Menschen in den Sinn, die die kleine Schmuckgalerie „**Barbara Brandt**“ in einem Handwerkerhof in der Poppenbütteler Chaussee 110 entdecken. Kein Schaufenster, dafür aber eine Treppe nach oben – jedem Besucher, der sie erklimmen hat, eröffnet sich ein unerwartetes Schmuckparadies. „Bei mir findet man keine Massenware, die heute ‚in‘ und morgen vielleicht ‚out‘ ist. Dafür von mir ausgewählte Stücke, bei denen ich eine selbstbewusste Frau vor Augen habe, die für sich das individuelle Einzelstück sucht“, erklärt Inhaberin Barbara Brandt. Nach sehr erfolgreichen Jahren mit der Schmuckgalerie SHALOM im AEZ, hat sie vor fast zehn Jahren ihre Galerie zwischen Poppenbüttel und Duvenstedt eröffnet. Ihr Erfolgsrezept: „Fantasievolle und individuelle Schmuckstücke zu einer einmaligen Kollektion zu vereinen.“ Das gelingt dank langjähriger Erfahrung und der Zusammenarbeit mit ausgesuchten Design- und Schmuckwerkstätten im In- und Ausland. Öffnungszeiten: Di.-Fr. 10-18 Uhr, Sa. 10-14 Uhr und nach Vereinbarung und **Tel. 606**

85 623. Mehr Infos: **barbara-brandt.de**.

Ringe von Barbara Brandt: 925-Sterlingsilber mit Feingoldbelichtung, Topas und Lemoncitrin (r.).



M-POINT talkt!

Thomas Götzinger – M-POINT Gründer und geschäftsführender Gesellschafter

Alstertal Magazin: Herr Götzinger, wie kommt man auf die Idee ein kommerzielles Unternehmernetzwerk zu gründen?

THOMAS GÖTZINGER: Dies liegt in meiner unternehmerischen Vita begründet. Ich machte mich vor über 30 Jahren als „Quiddje“ mit meiner Immobilienvermittlung selbstständig und hätte den Austausch und die Erfahrungen anderer Unternehmer sehr gut gebrauchen können. Ein Netzwerk mit dem Schwerpunkt „unternehmerische Entwicklung“ gab es nicht, also hab' ich eins gegründet!

Klingt plausibel, was ist das Besondere an M-POINT?

TG: Wie gesagt ist „unternehmerische Entwicklung“ der Markenkern von **M-POINT**. Hierzu wenden wir das 3-P-Prinzip an. Wir **P**flanzen gegenseitiges Vertrauen, wir **P**flegen

persönliche Kontakte und wir **P**rofitieren von der Schwarminelligenz unserer Mitglieder.

Interessant, an wen richtet sich denn Ihr Netzwerk?

TG: Unsere Zielgruppe sind Selbstständige und inhabergeführte Unternehmen in der Größenordnung bis 50 Mitarbeiter. Davon gibt es allein in Hamburg gut 100.000 Betriebe. **Und die sollen alle Mitglieder bei M-POINT werden?**

TG (lacht): Ja, das fände ich klasse! Aber ich habe noch viel Größeres im Blick. Ein globales Unternehmernetzwerk mit hohem Nutzen für unsere jetzigen und zukünftigen Mitglieder. Selbstverständlich digital stark aufgestellt jedoch auch hochgradig analog, menschlich berührbar, das heißt mit echten zwischenmenschlichen Begegnungen. Denn im Business gilt „Digital ist wichtig, Analog entscheidet“ oder wie wir sagen „High

Tech needs High Touch!“.

Das ist meine Vision, daran arbeiten mein Team und ich.

Donnerwetter, und wie wollen Sie das erreichen?

TG: Globale Netzwerke, siehe Facebook & Co. bieten enorme Marktchancen. Wichtig ist hierbei die Innovation, das Neue, welches einen hohen Nutzen schafft. Dafür habe ich eine Menge Ideen und dafür brenne ich. Sicher, die Expansion wird Geld kosten, denn wir wollen ja von Hamburg aus in die Welt. Von daher sind wir für Investorenbeteiligungen offen und freuen uns schon sehr auf Gespräche.

Das hört sich doch gut an, vielen Dank!



Möchte mit seinem Unternehmernetzwerk „von Hamburg aus in die Welt“: Thomas Götzinger, Gründer von M-POINT.

Mehr über M-POINT erfahren: **www.mpoint.biz**



M-POINT
DAS Unternehmernetzwerk

Madeira,

du traumhafte Urlaubsinsel!

Madeira bietet neben einer vielseitigen Blumenwelt unvergessliche tierische Begegnungen: Die „Common Dolphins“ sind einer der beliebtesten Tourismusmagnete.

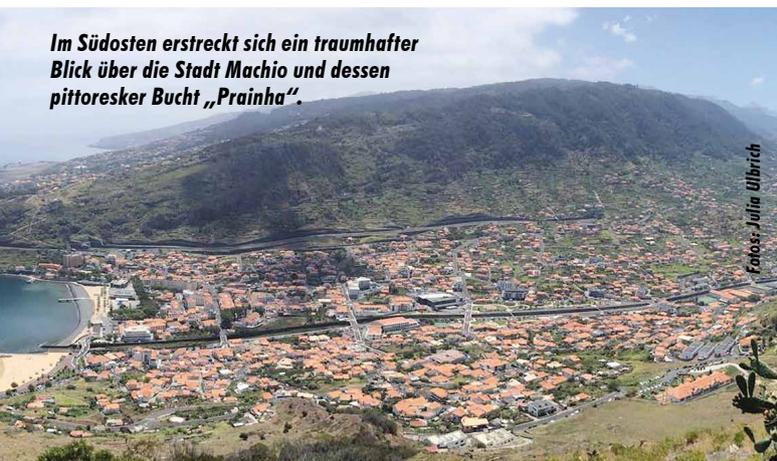
Auszeit tut, egal in welcher Form, immer gut. Abwechslung bekommen Sie am besten in einer anderen Stadt, oder noch besser, in einem anderen Land. Wie wäre es mit einer Insel im Atlantischen Ozean? Sonne, Strand, prächtige Blumen und Früchte, freundliche Einheimische. Umgeben von einem Meer, das mit seiner bläulichen Farbe einfach nur glücklich macht.

Dann auf nach Madeira! Die kleine portugiesische Insel, mit der Hauptstadt Funchal, liegt ca. 1000 Kilometer südwestlich von Lissabon entfernt und gehört zur Inselgruppe Madeira, zu welcher außerdem Porto Santo und die unbewohnte Insel Ilhas Desertas zählen. Auf der 57 km langen und 22 km breiten Insel gibt es viel zu entdecken. Ob Nord-, Ost-, West- oder Südküste, jede Inselseite hat tolle Plätze, Sehenswürdigkeiten und pflanzliche Prachtigkeiten zu bieten. Um diese entdecken zu können gibt es jeweils Touren mit Guides, die mehrere Sprachen sprechen, und den Inselbesuchern ihre Heimat zeigen und erklären. Die östliche Seite von Madeira ist beispielsweise geprägt von beeindruckenden Bergen mit Aussichtsplattformen, die einen unvergleichbaren Blick auf die Küste Madeiras und den Atlantik bieten. Vor allem auf die vielen verschiedenen Blumenarten sind die Madeirensen stolz. Sehr häufig vertreten ist die afrikanische Liebesblume und der „Stolz der Madeirensen“, auch „Blauer Natternkopf“ genannt. Aber auch Bananenplantagen werden gern auf der Insel angebaut. Madeira ist zudem fast lückenfrei von Steilkünsten umgeben. Bis auf zwei

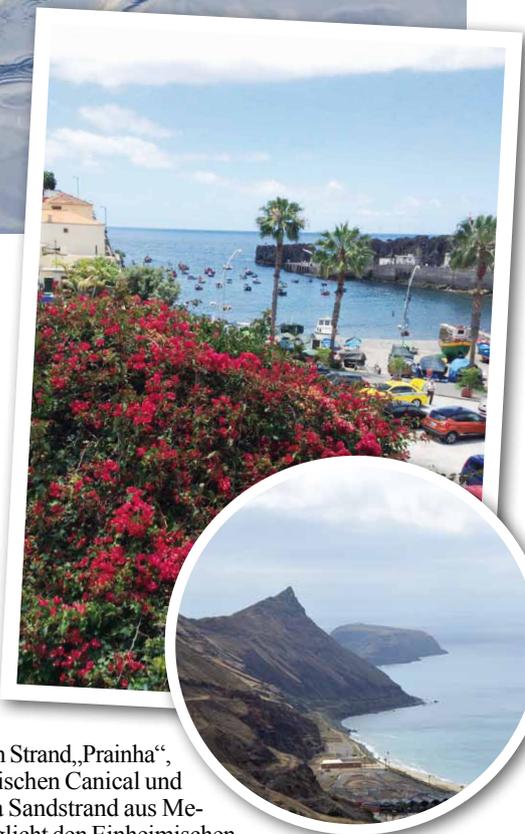
Madeira erstrahlt das gesamte Jahr in voller Blumenpracht und ermöglicht von verschiedenen Aussichtspunkten einen unvergleichlichen Blick auf die Insel und den Atlantik.

kleine Ausnahmen: Für den Strand „Prainha“, südöstlich gelegen, zwischen Canical und Ponta da Sao, wurde extra Sandstrand aus Mexiko angeliefert und ermöglicht den Einheimischen und Besuchern eine tolle Bademöglichkeit. Der zweite Strand befindet sich im Norden, Nähe der Stadt Porto da Cruz. Er ist abgelegen des Tourismus und beeindruckt eher durch seine Ruhe und viele Buchten. Wer nun geduldig ist und ein gutes Auge hat, kann Delphine, Wale oder riesige Wasserschildkröten von Land aus sehen. Da das aber in der Tat lange dauern könnte, werden viele Bootstouren angeboten, um Wassertiere zu Bestaunen. So weit so gut – aber was ist eigentlich mit den Einheimischen, fragen Sie sich? Die Madeirensen sind unglaublich freundliche und liebevolle Menschen. Dazu muss gesagt werden, dass die Menschen von dem Tourismus leben. Sie sind auf die Urlauber angewiesen. Das Tolle ist, auf Madeira ist es das ganze Jahr über warm. Die Temperaturen betragen zwischen ca. 19 und 26 Grad Celsius. Selten geht die Temperaturmarke unter 15 Grad Celsius. Wer die Insel nun einmal besichtigen möchte, sollte jedoch noch wissen, dass der Anflug auf die Insel nicht ohne ist. Denn die Landebahn ist unglaublich kurz und Passatwinde erschweren das Landen. Keine Angst: nur speziell ausgebildete Piloten fliegen die Strecke an. Julia Ulbrich

Im Südosten erstreckt sich ein traumhafter Blick über die Stadt Machio und dessen pittoresker Bucht „Prainha“.



Fotos: Julia Ulbrich



Die Mein Schiff 1 hat eine Länge von 262,5 Meter und bietet knapp 2.000 Passieren Platz.



AUF ZU TROPISCHEN PARADIESEN!

Tropische Küsten, exotische Metropolen, goldene Tempel, lebhaft Märkte, ursprüngliche Dörfer in Regenwäldern warten auf die Gäste der „Mein Schiff 1“ in den Wintersaisons 2015/2016, sowie 2016/2017 bis einschließlich März 2017.

Von ihrem Basishafen in Singapur startet die „Mein Schiff 1“ zu drei aufregenden Reisen durch das beeindruckende und vielfältige Asien. Die erste Route startet in Richtung **Vietnam**, bei der die Gäste die paradiesartige Inselnlandschaft von Koh Samui erwartet. Danach geht es entlang der Küste zum Hafen Phu My, vor den Toren von Ho-Chi-Minh-Stadt, dem ehemaligen Saigon in Vietnam liegt. Route Nummer Zwei verbindet ebenfalls eine quirlige Großstadt mit traumhaften Inseln. Diesmal führt die Reise nach **Malaysia**, in die Hauptstadt Kuala Lumpur, in das tropische Inselparadies Langkawi, sowie das thailändische Phuket und

von dort in das geschichtsträchtige Penang. Die dritte Asien-Variante hat als Schwerpunkt **Thailand** mit dem Golf von Thailand und Koh Samui. Außerdem erwartet die Gäste die Hafenstadt Laem Chabang, unweit der thailändischen Hauptstadt Bangkok. Nach zwei Tagen in Bangkok geht es zurück nach Singapur. Auf allen drei Reisen lassen sich also in Ruhe noch Singapurs Highlights entdecken, wie das Marina Bay Sands Hotel mit dem höchstgelegenen Swimmingpool der Welt, der „Singapore Flyer“ – das weltweit höchste Riesenrad – oder auch das Traditionshotel Raffles, in dem der berühmte Cocktail „Singapore Sling“ erfunden wurde. Wen das immer noch nicht lockt, in Südostasien liegt die durchschnittliche Tagestemperatur im Dezember bei 31,3 Grad mit sagenhaften 8,5 Sonnenstunden pro Tag! Sonne, Meer, Exotik, Kultur – was will man mehr! Mehr Infos im TUI ReiseCenter im AEZ, Heegberg 31. **Tel. 60 60 03 25**, hamburg7@tui-reisecenter.de, www.tui-reisecenter.de/hamburg7.

Für Sie getestet und rundum wohlgefühlt.

Mein Schiff.



Malaysia und Vietnam

Januar bis März, 14 Nächte

Mein Schiff 1, ab/bis Hafen

Innenkabine, 2-er-Belegung, p.P. ab **€ 1.696***

Kanaren und Madeira

Januar bis März, 7 Nächte

Mein Schiff 4, ab/bis Hafen

Innenkabine, 2-er-Belegung, p.P. ab **€ 1.048***

* Im Reisepreis enthalten sind ganztägig in den meisten Bars und Restaurants ein vielfältiges kulinarisches Angebot und Markengetränke in Premium-Qualität, sowie Zutritt zum SPA & Sport-Bereich, Kinderbetreuung, Entertainment und Trinkgelder.

TUI Cruises GmbH, Anckelmannsplatz 1, 20537 Hamburg

**PREMIUM
ALLES INKLUSIVE**

Ohne Aufpreis

TUI ReiseCenter – TUI Deutschland GmbH, Heegberg 31 (im AEZ)
22391 Hamburg, Tel. 040 - 60 60 03 25, Fax 040 - 60 60 03 11
hamburg7@tui-reisecenter.de, www.tui-reisecenter.de/hamburg7

 **TUI ReiseCenter**

So geht Urlaub.



Steildach
Flachdach
Fassaden- und
Schornsteinverkleidungen
Bauklempnerei
Reparaturen

Mende & Landes
Dachdeckermeister
Bedachung – Fassade

1970
45
2015

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

DRÄGERT
Gebäudetechnik GmbH

Ihr Meisterbetrieb
in Poppenbüttel
Kundendienst:
Tel.: 040/606 16 60
buero@draegert.de
www.draegert.de

Bad Heizung
Sanitär Dach Solar

ter Hürne
einzigartig wie das Leben

PARKETT

LIEBLINGSSTÜCKE
...Böden mit Preisen
zum Verlieben!

... eins von vielen
„Lieblingsstücke“-
Angeboten in unserer
ter Hürne-Ausstellung:

HolzLand H. Wulf GmbH
Bahnhofstraße 19
22926 Ahrensburg
Tel. 0 41 02/4 55 50
Fax 0 41 02/5 09 96

Öffnungszeiten:
Mo – Fr 7.00 – 18.00 Uhr
Sa 8.00 – 13.00 Uhr
www.holzlandwulf.de

**HolzLand
H. Wulf**

Eiche
Schiffsboden
weiß gekälkt, matt lackiert
52,99
39,99
€/m²
ohne Abb.

Sanitär - Heizung - Klempnerei - Bedachung - Kundendienst

Zertifizierter Fachbetrieb
für senioren- u. behinderten-
gerechte Bäder/Installationen

STELTZER Sanitär
Inh. Carsten Peters
WILHELM-STEIN-WEG 8 • 22339 HAMBURG
Telefon 538 43 00 - www.steltzer-sanitaer.de

Seit 1965
in Hummelsbüttel

Achim Meier
Bauunternehmen

- Schimmel / Feuchtigkeitssanierung • Wärmedämmung
- Betonsanierung • Altbausanierung

Hummelsbütteler Weg 50 • 22339 Hamburg • Tel.: 040-538 34 16
Fax: 040-538 28 92 • Mobil: 0170/247 25 17 • E-Mail: technik@ameier-bau.de

**Interesse an einer
Ausbildung im Handwerk?**

Wir bieten Ihnen ab Februar 2016
eine Ausbildung zum Anlagen-
mechaniker für Sanitär-, Heizungs-
und Klimatechnik (m/w).

Weitere Informationen erhalten Sie
über unsere Webseite oder
telefonisch unter 040 / 533 233 22

Bewerben Sie sich unter:
info@august-kahl.de

Oehleckerring 4
22419 Hamburg
www.august-kahl.de

AUGUSTKAHL
HEIZUNGS- U. SANITÄRTECHNIK GMBH



**SUCHEN SIE
ANSCHLUSS?**

Planen Sie gerade Ihr
Neues Haus? Prima!
Haben Sie schon
Wasser- und
Sielanschluss auf
Ihrem Grundstück?
Rufen Sie uns an.
Wir machen Ihnen
Ein gutes Angebot.

MACKENS + SOHN GMBH
KUNDENDIENST/NOTDIENST TEL. 608 72 50
SANITÄRE ANLAGEN • BAUKLEMPNEREI
POPPENBÜTTELER BOGEN 17 • 22399 HAMBURG

Neuer Look: Vor allem die charakteristischen Stoßfänger an Front und Heck verändern das Äußere beim Touran R-Line.



Foto: Volkswagen AG

TOURAN R-LINE: NEUE AUSSTATTUNGSPAKETE

Ab sofort startet der Vorverkauf für den neuen VW Touran R-Line. Beim R-Line Gesamtpaket, das zahlreiche Details im Ex- und Interieur umfasst, fallen besonders die charakteristischen Stoßfänger an Front und Heck auf. Dabei differenziert sich das Design vorn hauptsächlich durch zwei flügelartige, in Wagenfarbe lackierte Lufteinlässe mit schwarz glänzender Signatur in C-Form und ein R-Line-Logo im Kühlerschutzgitter. Den sportlich ausgeformten Heckstoßfänger ziert eine Chromleiste. In der Seitenansicht zeigt sich der Familienvan mit Schwellerverbreiterungen in hochglänzendem Schwarz, silber eloxierter Dachreling und R-Line Logo an den Seitenteilen und den vorderen Türen.

Leichtmetallfelgen werten den Touran R-Line zusätzlich auf, wobei 17- oder 18-Zoll-Räder des Typs Salvador und Marseille zur Wahl stehen. Ebenfalls dazu gehören der Dachhimmel in Titanschwarz, Dekoreinlagen in „Black Lead Grey“ für die Instrumententafel und in den vorderen Türverkleidungen, Textilfußmatten mit Ziernähten in „kristallgrau“ und Pedalen in Edelstahl. Ein Multifunktionsportlenkrad in Leder mit Alu-Dekor und R-Line Logo runden das Gesamtbild ab. Das R-Line Gesamtpaket ist ab 2.155 Euro erhältlich. Wer sich auf die sportliche Individualisierung der Karosserie beschränken möchte, ist beim Paket R-Line „Exterieur“ richtig. Dieses gibt es schon ab 760 Euro.

Happy Birthday, liebes Auto!



Herzlichen Glückwunsch!

Wenn Ihr Auto älter als 5 Jahre ist, kümmern wir uns um eine wirtschaftliche Reparatur und nutzen in vielen Fällen die Economy Pakete von Volkswagen mit einem Preisvorteil bis zu 30%*.

So passt der Preis auch zum Fahrzeugalter.



**Economy
Pakete**

Für viele
Volkswagen
ab 5 Jahre

z.B. Original-
Inspektionsservice
zum Festpreis von
nur 79,- EUR**

inkl. eines kostenlosen
Ersatzwagens.

**Service mit
Leidenschaft.**

Auto Wichert GmbH
www.auto-wichert.de



Das Auto.

* Für ausgewählte Reparaturangebote in Verbindung mit Economy Teilen (Volkswagen ab 5 Jahre) im Vergleich zum Einbau von Original Teilen.

** Für Fahrzeuge älter als 5 Jahre inkl. Mobilitätsgarantie, zzgl. Zusatzarbeiten und Material.

Stockflethweg 30 | Hamburg | Tel. 040. 52 72 27-0
Wendenstr. 150-160 | Hamburg | Tel. 040. 25 15 16-0
Bornkampsweg 4 | Hamburg | Tel. 040. 89 69 1-0
Blankeneser Landstr. 43 | Hamburg | Tel. 040. 86 66 60-0
Hoheluftchaussee 153 | Hamburg | Tel. 040. 42 30 05-0
Holsteiner Chaussee 190 | Hamburg | Tel. 040. 57 70 97 90
Segeberger Ch. 181 | Norderstedt | Tel. 040. 52 99 07-0
Ulzburger Straße 167 | Norderstedt | Tel. 040. 52 17 07-0
Ohechaussee 194 | Norderstedt | Tel. 040. 30 98 544-70

*Fachgerechte Einlagerung
der Winterräder für
7,50 Euro pro Rad*

*Top-Service in gewohnter
Mercedes-Benz Qualität*

*Räderwechsel für
7,50 Euro pro Rad*

**Tolle
Winterreifen-
Angebote**

Jetzt zum Boxenstopp!

Rauf mit den Winterrädern! Ab sofort können Kunden ihr Auto bei den Experten der Behrmann Automobile GmbH für die kalte Jahreszeit rüsten lassen.

„Bereits im Vorwege stehen wir mit unseren Kunden telefonisch im Kontakt, vereinbaren Termine zum Räderwechsel und weisen auf eventuelle Mängel an den eingelagerten Winterrädern hin, die während der letzten Saison entstanden sind“, erklärt Serviceleiter Thomas Schmieding. „So können wir bereits vor dem eigentlichen Termin zum Räderwechsel jedes Detail mit den Kunden besprechen, sind bestens vorbereitet und können lange Wartezeiten vermeiden. Rädermontage, -wäsche und -einlagerung erhalten Sie zu einem attraktiven Preis von nur jeweils 30 Euro.“ Neben dem

Räderwechsel können Kunden auch vom Winter-Check Gebrauch machen. „Dabei werden von unseren Fachleuten alle sicherheitsrelevanten Bauteile, die Flüssigkeitsstände sowie die Elektronik an Ihrem Fahrzeug geprüft“, so der Serviceleiter. Übrigens: Beim Kauf von vier Winterreifen oder -rädern gibt es die Einlagerung der Sommerreifen für eine Saison kostenlos. Mehr Informationen beim autorisierten Mercedes-Benz-Service Behrmann Automobile, Segeberger Chaussee 53-67, 22850 Norderstedt unter **Tel. 040 529 090 333** und auf **www.behrmann-automobile.de**

Junge Sterne

So Mercedes wie am ersten Tag

- 24 Monate Fahrzeuggarantie*
- 12 Monate Mobilitätsgarantie Mobilo*
- TÜV/AU Siegel jünger als 3 Monate
- Wartungsfreiheit für 6 Monate (bis 7.500 km)
- 10 Tage Umtauschrecht
- alle Fahrzeuge jünger als 6 Jahre, unter 120.000 km Laufleistung
- Inzahlungnahme Ihres Fahrzeugs möglich
- attraktive Finanzierungs-, Leasing- und Versicherungsangebote
- Probefahrt meist innerhalb von 24 Std. möglich

* Die Garantiebedingungen finden Sie unter: www.mercedes-benz.de/junge-sterne

JUBILÄUM FÜR DEN „FLIEGENDEN ZIEGELSTEIN“

Seriensieger Volvo: Vor 30 Jahren dominierte der schwedische Premium-Hersteller mit dem Volvo 240 Turbo den Tourenwagen-Motorsport in Deutschland und Europa. Der als „Fliegender Ziegelstein“ („The Flying Brick“) bekannte Rennbolide gewann 1985 nicht nur die Tourenwagen-Europameisterschaft ETC. Im Auto mit den charakteristisch weiß-gelben Farben sicherte sich Per Stureson auch den Titel in der damals noch jungen Deutschen Tourenwagen-Meisterschaft (DTM). Auf dem Flugplatzkurs in Mainz-Finthen sicherte sich der Schwede Per Stureson mit satten 35 Sekunden Vorsprung auf Anhieb den Sieg. Auch bei zwei weiteren Rennen mischten die rund 243 kW/330 PS starken Rennwagen vorn mit. In der ETC gewannen die Schweden Ulf Granberg und Robert L. Kvist ebenfalls im Volvo 240 Turbo den Meisterschafts-Lauf im belgischen Zolder. Zur Europameisterschaft 1985 traten zwei Werksteams an und lehrten Konkurrenten wie Rover und BMW das Fürchten. In sechs von 14 Rennen stand Volvo ganz oben auf dem Treppchen. Auch in der deutschen Variante der Tourenwagen-Meisterschaft gab Volvo Vollgas: Per Stureson ging für IPS Motorsport mit einer neuen, nochmals verbesserten Rennversion des Volvo 240 Turbo an den Start. Abgerundet wurde eines der erfolgreichsten Motorsport-Jahre für Volvo mit Siegen bei Tourenwagen-Meisterschaften in Finnland, Portugal und Neuseeland sowie dem Gewinn der schottischen Rallye-Meisterschaft.



Der Schwede Thomas Lindström und der Italiener Gianfranco Brancatelli bildeten das Team, das die Motorsportwelt 1985 mit dem Sieg des Volvo 240 Turbo bei der Tourenwagen-Europameisterschaft ETC beeindruckte.

Foto: Volvo Car Corporation



Abb. zeigt Sonderausstattung.



DER NEUE VOLVO XC90 D4 BEI UNS FÜR € 49.900,-

Skandinavische Designsprache, überragende Fahrdynamik, ein Interieur in höchste Qualitätsanmutung und weltweit führende Sicherheitstechnologien machen den Volvo XC90 zur automobilen Neuerscheinung des Jahres. Steigen Sie jetzt ein in die absolute Premium-Klasse von Volvo, inkl:

AUTOMATIKGETRIEBE
9"-TOUCHSCREEN
CITY SAFETY MIT KREUZUNGSBREMSSYSTEM

Alternativ für Geschäftskunden **€ 499,-** /Monat*

XC90 D4 Automatik, 140 kW (190 PS). Kraftstoffverbrauch (in l/100km) 5,8 (innerorts), 4,9 (außerorts), 5,2 (kombiniert), CO₂-Emissionen (kombiniert): 136 g/km (gemäß vorgeschriebenem Messverfahren). *Geschäftskunden-Leasing der VCFS für gewerbliche Einzelabnehmer, ein Service der Santander Consumer Leasing GmbH, Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach. Bonität vorausgesetzt. Gültig bis 31.12.2015.
Bei 40.000 km Gesamtfahrleistung, 48 Monate Laufzeit, € 2.500,- Anzahlung. Inkl. MwSt. und Überführung.

KRÜLL — **VOLVO**
AMC KRÜLL GMBH ZENTRUM

ALSTERTAL
MEIENDORFER MÜHLENWEG 29
TEL.: 040/ 60 17 19-0
SONNTAGS SCHAUTAG VON 11.00 - 17.00 UHR.
KEINE BERATUNG, VERKAUF, PROBEFAHRTEN.

KRUELL.COM

RICHTFEST BEI HUGO PFOHE

Der erste Hamburger Flagship-Store für die zwei großen britischen Automobil-Marken Jaguar und Land Rover nimmt Formen an: **Hugo Pfohe** feierte gerade Richtfest am Standort Alsterkrugchausee, wo auf knapp 5.000 Quadratmetern das elegante „**Jaguar Land Rover Haus**“ entsteht. Mit der Fertigstellung des Rohbaus ist das Unternehmen im Soll, um wie geplant im Frühjahr 2016 die Pforten des Flagship-Stores öffnen zu können. Der wird sich sehen lassen können, denn die Markenwelten von Jaguar und Land Rover werden einen angemessenen Platz erhalten. „Stattliche Dimensionen und hochmoderne, technische Features lassen Prestige und Tradition der britischen Marken bestens zur Geltung kommen“, erklärt Geschäftsführer Philip Pfohe. Das Jaguar Land Rover-Projekt folgt dem erst kürzlich fertiggestellten FordStore, den Hugo Pfohe ebenfalls an der Alsterkrugchausee eröffnet hat. Somit forciert Hugo Pfohe Automobilkompetenz und eine breite Marken-Range am Hauptsitz des Unternehmens, das sich zur neuen Automeile in Fuhsbüttel entwickelt. Weitere Infos: www.hugopfohe.de



**Richtfestspruch im Soll:
Laufen die Bauarbeiten
weiter nach Plan, wird
der neue Flagship-Store im
Frühjahr 2016 eröffnet.**



Feierten Richtfest: Geschäftsführer Andreas Schmitz, Geschäftsführer Philip Pfohe, Niederlassungsleiter Danny Wegsel und Serviceleiter Volker Hoyer (v.l.)

DER NEUE JAGUAR F-PACE



3 JAGUAR CARE
OHNE KILOMETERBEGRENZUNG
JAHRE GARANTIE | INSPEKTION

SCHON AB 42.390,- €

Als Performance-SUV bietet der Jaguar F-PACE maximalen Fahrspaß bei höchster Effizienz. Modernste Technologien sorgen dafür, dass Sie jederzeit sicher unterwegs, bestens vernetzt und gut unterhalten sind. Er beherrscht jede Straße und begleitet Sie zuverlässig - Tag für Tag. Der F-PACE ist ein Jaguar für Sie und Ihre Familie.

DER VORVERKAUF HAT BEGONNEN.

Entdecken Sie die F-PACE Modellpalette und stellen Sie die für Sie perfekte Kombination aus Performance, Stil und Alltagstauglichkeit zusammen.

HUGO PFOHE GmbH
Alsterkrugchausee 355 • 22335 Hamburg
Telefon **040-50060-500** • www.hugopfohe.de

THE ART OF PERFORMANCE Mehr Informationen zu Jaguar Care unter: jaguar.de/JaguarCare

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: 12,2-5,7 (innerorts); 7,1-4,5 (außerorts); 8,9-4,9 (komb.); CO₂-Emissionen in g/km: 209-129; CO₂-Emissionen: E-A; RL 80/1268/EWG. Abbildung zeigt Sonderausstattung.



Foto: Ford

Bayerisch, schwäbisch, Liverpool-Englisch: Mit Ford SYNC kann man sprechen, wie einem der Schnabel gewachsen ist.

VERSTEHT SOGAR DIALEKTE

Ein großer Teil der Menschen spricht mit einem mehr oder weniger stark ausgeprägten Dialekt, also mit einem regionalen Akzent. Das sprachgesteuerte Kommunikations- und Entertainmentsystem Ford SYNC versteht diese regionalen Akzente dank tausender einprogrammierter Schlüsselbegriffe in unterschiedlichen Sprachen und Dialekten und passt sich schnell an das Sprachmuster der jeweiligen Person an – sodass der Fahrer seine Kommandos dem Ford SYNC-System buchstäblich so geben kann, wie ihm „der Schnabel gewachsen“ ist. Zum Beispiel also in Bayerisch, in Schwäbisch oder in Liverpooles Englisch. Möglich wird dies dank einer hochentwickelten Sprach-Erkennungs- und Sprach-Verarbeitungs-Software, die Ford in Kooperation mit dem US-Unternehmen „Nuance Communications“ entwickelt hat. „Nuance“ ist einer der führenden Anbieter von Sprach-Verarbeitungslösungen für Geschäfts- und Privatkunden weltweit. Die in Europa neueste Generation des sprachgesteuerten Ford-Kommunikations- und -Entertainmentsystems heißt Ford SYNC 2. Das hochmoderne Ford SYNC 2-System mit Touchscreen erleichtert die Bedienung von Mobiltelefon, Klimatisierung, Audio und Navigation dank einfacher, intuitiver Sprachkommandos. So genügt die Ansage „Ich bin hungrig“ und das System zeigt eine Liste mit nahe gelegenen Restaurants an. Serienmäßiger Bestandteil von allen Ford SYNC-Systemen ist zudem der Notruf-Assistent. Er stellt nach einem schweren Unfall über ein gekoppeltes Mobiltelefon automatisch die Verbindung zu den Rettungskräften her und informiert die Einsatzteams in der jeweiligen Landessprache über den exakten Standort des Fahrzeugs. Im Rahmen der Erstellung des Ford SYNC-Wörterbuchs für das Verstehen von Sprachbefehlen haben weltweit tausende Fahrer eine Vielzahl an Wörtern, Sätzen und Zahlen gesprochen. Die Ford SYNC-Technologie wurde im Jahre 2012 in Europa eingeführt und ist mittlerweile für die meisten europäischen Ford-Baureihen (einschließlich Nutzfahrzeuge) verfügbar.



*Typisch Ford:
der neue Ford
Mondeo Vignale*

*Premium erleben -
jetzt bei uns im
FordStore*



Verbrauchs- und Emissionswerte (kombiniert):
Kraftstoffverbrauch [nach VO (EG) 715/2007
und VO (EG) 692/2008 in der jeweils gültigen Fassung]:
4,2*/7,5-3,6 l/100 km. CO₂-Emissionen: 99*/174-94 g/km

* Werte für 2,0-l-Hybrid-Motor

HUGO PFOHE GmbH

FUHLSBÜTTEL
Alsterkrugchaussee 355

(040) 500 600

WANDSBEK
Friedrich-Ebert-Damm 190

(040) 669 680

Hauptsitz: Hugo Pfohe GmbH, Alsterkrugchaussee 355, 22335 Hamburg

www.hugopfohe.de

Die Reifen sollten an dunklen, trockenen und kühlen Orten gelagert werden, alles andere lässt den Gummi spröde und rissig werden.



Im Herbst ist wieder Reifenwechsel angesagt – am besten und sichersten ist der Wechsel beim Fachmann.

Fotos: ADAC/Wolfgang Grube

REINHARD MÜLLER GmbH
Autolackierungen · Design · Unfallreparatur

Mehr als Lack - ein Konzept mit Service und Qualität

Nina Müller
Geschäftsführerin

Poppenbütteler Bogen 86
22399 Hamburg
Telefon 040 - 606 52 33
Telefax 040 - 606 66 89
www.lackmueller.de
info@lackmueller.de

POLIERT. WÄSCHT. REINIGT. PFLEGT.

UND WAS KANN ER FÜR SIE TUN?

BEST CARWASH | Poppenbütteler Weg 94
Mo - Fr 8:00 - 19:00 Uhr | Sa 8:00 - 18:00 Uhr | So 13:00 - 18:00 Uhr

bestcarwash-hamburg.de Die reinste Freude

JETZT REIFEN WECHSELN

Von Oktober bis Ostern – mit dieser Eselsbrücke kann sich jedes Kind die Fristen zum Autoreifenwechsel merken. Wer bei winterlichen Straßenverhältnissen wie etwa Schnee, Schneematsch oder Eisglätte ohne Winterreifen unterwegs ist, muss in Deutschland mit einem Bußgeld von 60 Euro und einem Punkt in Flensburg rechnen. Bei Behinderung im Straßenverkehr drohen 80 Euro und ein Punkt. Bei einem Unfall aufgrund falscher Bereifung kann dies bei grober Fahrlässigkeit zu einer erheblichen Leistungskürzung durch die Kaskoversicherung führen. Außerdem droht dem Autofahrer, der mit Sommerreifen unterwegs ist, bei der Regulierung eines Schadens mit der Haftpflichtversicherung der Gegenseite eine Mithaftung. Die Reifen müssen jetzt richtig eingelagert werden, Komplettträger (Reifen auf Felgen) sollten mit erhöhtem Luftdruck (0,5 bar höher als die Herstellervorgabe) liegend übereinander gelagert werden. Reifen ohne Felgen müssen senkrecht auf einem trockenen Boden stehen und sollten alle paar Wochen gedreht werden. Wer noch dringend auf der Suche nach neuen Winterreifen ist, kann sich auf www.adac.de über den Winterreifentest 2015 informieren. Insgesamt wurden 35 Modelle getestet. Man sollte aber nicht nur nach Testergebnissen, sondern auch nach persönlichem Nutzen und Umweltbedingungen gehen. Bei uns im Norden sind eher Reifen mit leichten Schwächen bei Schnee und Eis und dafür guten Ergebnissen bei Nässe interessant.



Der ADAC empfiehlt ein Reifenprofil von mind. 4 mm, außerdem sollten sie nicht älter als 10 Jahre sein und auf Beschädigungen geprüft worden sein.

Autolackier Karosserie Zentrum seit 1963

JÜRGEN SCHRÖDER
Tel.: (040) 538 933 -0

Wir machen aus einer Beule keinen Elefanten!

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

www.juergenschroeder.com

Autolackier- und Karosseriezentrum
Lademannbogen 145 • 22339 Hamburg

Smart-Repair-Service

Meine Sicherheit – mein Service

Boxenstopp bei Nord-Ostsee Automobile



Buchen Sie Ihren Termin an einem der folgenden **6 Aktions-Tage**:

Fr., 06.11. | Fr., 20.11. | Fr., 04.12.

Sa., 07.11. | Sa., 21.11. | Sa., 05.12.

Räderwechsel-Aktionspreis inkl. Fahrzeug-Check.

für alle 4 Räder zusammen ab € **33,33**

Gültig nur an den 6 Aktions-Tagen

Ihre Vorteile beim Boxenstopp:

- Radwechsel durch unsere Fachkräfte
- Fahrzeug-Check
- kurze Wartezeit

Paket 92-9204

Schluss mit Schleppen! Das RäderHotel®.*

pro Saison und Radsatz nur € **66,66**

Die RäderHotel®-Einlagerung pro Saison beinhaltet:

- gründliche Reinigung der Räder
- Feststellung der Profiltiefe sowie des Herstellers
- fachgerechte Lagerung für Sicherheit u. Werterhalt
- Versicherung* der Radsätze gegen Transportbeschädigung, Brand und Diebstahl

Paket 40-4002

Alle Preise inkl. der gesetzl. MwSt.
*AGB RäderHotel®

Nord-Ostsee Automobile GmbH & Co. KG
Autorisierter Mercedes-Benz Service

Center Alstertal, Poppenbütteler Weg 5, 22339 Hamburg, Tel. 040 538009-0

Center Elbe, Nienstedtener Marktplatz 30-34, 22609 Hamburg, Tel. 040 822767-0

info@nord-ostsee-automobile.de

www.nord-ostsee-automobile.de

Ihr persönlicher Service. In Hamburg und Schleswig-Holstein.



Mercedes-Benz

Renovierungen und Modernisierungen werden in Hamburg besonders fleißig durchgeführt!



Fotos: LBS

Umfragen-
Ergebnis:

Ein Drittel braucht Renovierung

Jedes dritte **Eigenheim** in Deutschland ist renovierungsbedürftig. Vor allem in den neuen Bundesländern ist der Bedarf groß. In Hamburg wird dabei besonders **fleißig modernisiert**. Das zeigen Ergebnisse des aktuellen **LBS-Hausbesitzertrend 2015**, einer Umfrage der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) im Auftrag der LBS.

Energetische Sanierungen können unabhängig vom Alter der Immobilie nützlich sein.

Besonders häufig modernisiert wird im Norden Deutschlands. Annähernd ein Drittel der Hausbesitzer in Schleswig-Holstein und Hamburg hat in den letzten drei Jahren energetische Maßnahmen durchgeführt. Auch in Niedersachsen und Bremen sowie in Rheinland-Pfalz und im Saarland war der Anteil mit jeweils 29 Prozent und 28 Prozent vergleichsweise hoch. Der Blick auf Deutschland zeigt indes: Die Herausforderungen sind in den einzelnen Bundesländern sehr verschieden. So gibt es große Unterschiede beim Alter des Gebäudebestandes.

„In den neuen Bundesländern ist der Anteil der Eigenheime, die älter als 50 Jahre sind, besonders hoch“, sagt Sabine Schmitt von der

LBS. „Gleichzeitig fällt jedoch auf, dass es hier sehr viele relativ neue Immobilien gibt, die jünger als 20 Jahre sind.“ Der Studie zufolge haben beispielsweise in Thüringen fast 70 Prozent der Befragten ein Eigenheim, das mindestens ein halbes Jahrhundert alt ist. Dicht gefolgt von Sachsen-Anhalt mit 60 Prozent, Sachsen mit 49 Prozent und Berlin/ Brandenburg mit 46 Prozent.

Eine schlechte Gebäudeisolierung, eine veraltete Heizungsanlage oder undichte Fenster – je älter das Haus, desto größer der Modernisierungsbedarf. Die meisten Eigentümer sind sich dessen bewusst und sorgen entsprechend vor. „Im Schnitt legen Modernisierer fast 180 Euro pro Monat für anfallende Gewerke zurück“, so Schmitt. Die beliebteste Vorsorgeform für anstehende Renovierungs- oder Energiesparmaßnahmen ist der Bausparvertrag. Mehr als ein Viertel der befragten Eigentümer, die in den kommenden Jahren modernisieren wollen, nutzen ihn, um Rücklagen zu bilden.

TUDSEN

I M M O B I L I E N

AM ALSTERLAUF .

Wunderschöne Wohnung am Alsterlauf in Wohldorf-Ohlstedt. Etwa 149 m² Wohnfläche. Parkett, Fußbodenheizung. Alles sehr gepflegt. Parkartiges Grundstück mit Toranlage. V, Gas, 96 kWh, Bj. 1999. € 715.000,- + € 30.000,- für 2 TG.

SASEL GRENZE VOLKSDORF .

Rotsteinhaus, etwa 196 m² zzgl. Kellerräume. Holzdielen, Sauna, Whirlpool, 3 Terrassen. 937 m² sonniges Grdst. am Bachlauf und Waldrand. Garage + Carport, elektrisches Tor. B, Gas, 128,1 kWh, Bj. 1990, D. € 850.000,-.

GESUCHT !

Für Kunden unserer Firma suchen wir ein Einfamilienhaus oder eine Doppelhaushälfte in Sasel, Volksdorf oder Wellingsbüttel ab 130 m² Wohnfläche für 4 Personen. Grundstück ab 700 m² in ruhiger Wohnlage. Kaufpreis bis € 750.000,-.

VOLKSDORF PENTHOUSE .

Etwa 320 m² Wohnfläche ermöglichen eine besondere Großzügigkeit. 80 m² Süd-/West-Dachterrasse über die gesamte Hausbreite. Kamin, ruhige Wohnlage, Fahrstuhl. 2 TG. B, Gas, 148 kWh/(m² a), Bj. 1985. € 780.000,-.

MODERNE VILLA .

Auf besonders reizvollem etwa 1.292 m² Grundstück in alter Allee von Wohldorf-Ohlstedt. Bj. 2006. Etwa 300 m² Wohnfläche, Siematic Küche, Kamin. Liebevoller Gartenanlage. Carport für 2 Pkw. B, Gas, 71 kWh, Bj. 2006. € 1.490.000,-.

GESUCHT !

Für Interessenten, die bei dem Verkauf einer sanierten Kaffeemühle in Volksdorf nicht zum Zuge kommen konnten suchen wir eine vergleichbare Immobilie in der Preislage von etwa € 1.000.000,- bis 1.500.000,-.

040 / 609 019 30

www.tudsen.de

Kontorhaus Eulenkrogstraße 7 22359 Hamburg Volksdorf

Seit über 100 Jahren Immobilienkompetenz in der Verwaltung und Vermittlung von Zinshäusern, Wohnanlagen und Geschäftshäusern.

Seit 1939 befindet sich der Firmensitz am Jungfernstieg 34, dem denkmalgeschützten Heine-Haus



100 Jahre
RICHARD GROSSMANN KG
1913 - 2013

Immobilienmakler und Grundstücksverwaltungen
Jungfernstieg 34 · 20354 Hamburg

www.richardgrossmann.de

IVD VHH EEK

Ihre Ansprechpartner:
Hr. Berge: 040/357588-17
Herr Lux: 040/357588-61

Moderne Wohnungen sind meistens gut gedämmt – für frischen Wind sorgen hier Lüftungsanlagen.



Moderne Lüftungssysteme

Frische B

Immobilienverkauf: stressfrei & sicher

Für Sie leisten wir unter Einsatz unserer Markterfahrung, moderner Werbemedien und Verkaufstechniken den umfassenden und zügigen **Verkauf**, aber auch die **Vermietung** Ihres Hauses, Grundstückes oder Ihrer Wohnung.

Unser **TIPP**: Ihr Immobilienvermögen in eine **Rente** umwandeln - ohne auszuziehen -
Wir beraten Sie gerne!



www.Bibow-Immobilien.de

Tel. 040 / 608 75 100

Service mit Leidenschaft im Dienst unserer Kunden!



Nutzen Sie Ihren Vorteil beim Immobilienverkauf durch uns:

Wir machen den Unterschied aus!

Lehnen Sie sich entspannt zurück während wir erfolgreich für Sie arbeiten. Denn für unsere gute Dienstleistung erhalten wir regelmäßig herausragende Bewertungen!



EFH - Norderstedt
Schriftliches Kaufgebot nach nur 8 Tagen der Veröffentlichung!



DHH - Wellingsbüttel
Schriftliches Kaufgebot nach nur 3 Tagen der Veröffentlichung!



EFH - Sasel
Schriftliches Kaufgebot nach nur 30 Tagen der Veröffentlichung!

Wir leben hier
Wir arbeiten hier
Wir kennen „hier“!
040 – 531 31 05
alstertalmakler.com



Moderne Häuser sind gut gedämmt. Das spart Energie, bremst aber den Luftwechsel. Eine Lösung bieten moderne Lüftungsanlagen. Mit integrierter Wärmerückgewinnung sind sie besonders effektiv.

Duschen, Waschen, Kochen: Bis zu zwölf Liter Wasserdampf erzeugt eine vierköpfige Familie im Haushalt pro Tag. Die feuchte Luft entweicht in unsanierten Altbauten rasch, denn Fugen in Bauteilen und Fenstern sorgen für kräftigen Durchzug – produzieren aber auch hohe Heizkosten. In modernen Häusern ist beides nicht erwünscht. Eine dicke Wärmedämmung schafft dort ein behagliches Raumklima, stoppt aber den Luftaustausch. Schimmel kann die Folge sein. „Wer nicht mehrmals täglich über die Fenster stoßlüften will, sollte über den Einbau einer kontrollierten Wohnungslüftung nachdenken“, rät Stefanie Binder von der BHW Bausparkasse.

Zentral oder dezentral?

Zentrallüftungen versorgen das gesamte Haus, während dezentrale Geräte ausgewählte Räume lüften. Sie lassen sich auch nachträglich leicht installieren, da kein Lüftungskanalssystem nötig ist. Besonders effizient ist die Koppelung der Lüftung mit einer Wärmerückgewinnung. Dabei entzieht ein Wärmetauscher der Abluft die enthaltene Energie und wärmt damit die Frischluft, die ins Haus strömt. Dezentrale Geräte mit Wärmerückgewinnung kosten zwischen 900 und 1.800 Euro. Dabei werden 60 bis 80 Prozent der Wärme zurückgewonnen. In einem Effizienzhaus lassen sich so 20 bis 50 Prozent der Heizkosten einsparen. Damit Lüftungsanlagen mit Wärmerückgewinnung effektiv arbeiten, muss die Hülle des Hauses möglichst luftdicht sein. Dies lässt sich durch einen Luftdichtheitstest prüfen. Wer der KfW-Förderbank den sogenannten „Blower-Door-Test“ nachweist, dem gewährt sie für den Einbau einer Lüftungsanlage zinsgünstige Darlehen und einen Investitionskostenzuschuss.



rise fürs Zuhause



WITTHÖFT
Immobilien aus gutem Hause

Courtagefrei verkaufen

Sie haben eine Wohnimmobilie, die Sie verkaufen möchten?

Dann nutzen Sie unsere Kompetenzen, Erfahrungen und Kontakte. Da das neue Bestellerprinzip nur für Vermietungen gilt, wird die Makler-Courtage bei erfolgreicher Vermittlung weiterhin vom Käufer getragen.

Unser qualifiziertes Witthöft-Team steht für Verkäufer und Käufer bereit und begleitet Sie von der Bewertung des Objekts, über Besichtigungstermine bis zum Vertragsabschluss und anschließender Übergabe professionell mit Herz und Verstand.

Witthöft Immobilien GmbH · 040/63 64 63-0 · info@witthoeft.com · www.witthoeft.com
Zentrale Sasel · Saseler Chaussee 203 · 22393 Hamburg · Immo Shop Wellingsbüttel · Rolfinckstr. 15 · 22391 Hamburg

KUNDEN BEGEISTERT VOM NEUEN BÜRO



Hell und freundlich erstrahlen die neuen Räumlichkeiten der LVM Versicherungsagentur, die bei den Kunden gut ankommen.

Am 1. Oktober eröffnete Martina Hintz nach mehrwöchiger Bauphase ihre **LVM Versicherungsagentur im Alstertal** und erfüllte sich damit ihren ganz eigenen Traum. In den neuen Agentur-Räumlichkeiten am **Frahmredder 1** eröffnet sich den Kunden nun eine „ganz neue Welt“: Das Büro kommt im modernen LVM-Design daher. Echter Hingucker ist die grüne Themenwand mit Begriffen wie **Transparenz, Offenheit oder Verlässlichkeit**. „Genau die Werte, die uns und unseren Kunden wichtig sind“, sagt Agentur-Inhaberin Martina Hintz. Davon konnten sich interessierte Kunden und potenzielle Neukunden am 9. Oktober ein eigenes Bild machen, an einem Tag der offenen Tür. Das gesamte Agenturteam stellte sich in ungezwungener Atmosphäre, bei Knabberien und Getränken, den Fragen der anwesenden Gäste.

„Der Tag der offenen Tür war ein voller Erfolg. Mein Team und ich haben uns riesig über die große Resonanz unserer Kunden gefreut. Die neuen Räumlichkeiten kommen gut an“, freut sich Martina Hintz über die zahlreichen positiven Rückmeldungen ihrer zum Teil langjährigen Kunden. Mehr Infos: **Tel. 6391884 0** und **www.hintz.lvm.de**.



WORÜBER SICH BAUHERREN ÄRGERN

Behördliche Auflagen rangieren auf Platz eins der Liste der größten Ärgernisse bei Bauprojekten, noch vor hohen Steuern und Gebühren. Das ist das Ergebnis einer aktuellen Studie von BHW. 74 Prozent der Eigentümer sind frustriert über Verzögerungen durch übermäßige Bürokratie.

„Wenn Hausbesitzer mit Baubehörden unzufrieden sind, geht es meist um die Baugenehmigung“, weiß Immobilienexpertin Erika Schindecker aus München. So verhindern fehlende oder ungültige Unterlagen – etwa eine alte Flurkarte – oft eine zügige Bearbeitung. Der Zeitverlust kann bares Geld kosten, wenn die Gewerke terminiert und teure Baumaschinen angemietet worden sind. Ist eine denkmalrechtliche Erlaubnis nötig, kann es richtig kompliziert werden. „Jedes Denkmalschutzamt stellt eigene Anforderungen, die der Planer berücksichtigen muss“, so die Hamburger Architektin Ingrid Jensen.

Wer ein großes Bauvorhaben in Angriff nimmt, zieht daher am besten einen Bauvorlagenberechtigten zu Rate. Diese Aufgabe übernimmt in der Regel der mit dem Entwurf betraute Architekt. Eine Alternative kann ein dafür spezialisiertes Dienstleistungsunternehmen sein. „Der Vorlagenberechtigte sollte die regionalen Gegebenheiten gut kennen und schon langjährig erfolgreich mit den Entscheidungsträgern in den Behörden zusammenarbeiten“, erläutert Bernd Neuborn von BHW. „So kann er strittige Punkte bereits im Vorfeld entschärfen.“ Das sehn-süchtige Warten auf die Baugenehmigung lässt sich so im besten Fall um Monate verkürzen.



**Wer als Bauherr
Zeitverluste
vermeiden möchte,
sollte frühzeitig
Profis fragen!**

Grossmann & Berger

Duvenstedt



Direkt am Alsterlauf

Diese Doppelhaushälfte wurde 1993 in einer der schönsten Straßen von Duvenstedt in massiver Bauweise errichtet. Das Grundstück mit einer Größe von ca. 579 m² grenzt direkt an den Alsterlauf mit entsprechendem Zugang. Die Wohnfläche von ca. 160 m² verteilt sich auf fünf großzügige Zimmer (darunter ein ausgebautes Dachstudio), ein Vollbad, ein Gäste-WC und die Einbauküche. Weitere Merkmale sind zwei Terrassen, ein Vollkeller sowie ein Carport.

Angaben nach EnEV: Gas-Zentralheizung, Verbrauchsausweis, 124,2 kWh/(m²a)

Kaufpreis: € 550.000,- + Käufer-Courtage 6,25% inkl. MwSt.

Sasel



Einfamilienhaus, Bj. 1976, 5 Zimmer, ca. 145 m² Wohnfl., ca. 596 m² Grdst., Gas-Hzg., Bedarfs-Ausw., 199 kWh/(m²a)

Kaufpreis: € 390.000,-
+ Käufer-Courtage 6,25% inkl. MwSt.

Wellingsbüttel



Reihenendhaus, Bj. 1961, 5,5 Zimmer, ca. 146 m² Wohnfl., ca. 518 m² EP-Grdst., Öl-Hzg., Energieausweis ist beantragt

Kaufpreis: € 375.000,-
+ Käufer-Courtage 6,25% inkl. MwSt.

Wellingsbüttel



Eigentumswohnung, Bj. 1974, 2,5 Zimmer, ca. 84 m² Wohnfl., Erdgeschoss, Öl-Hzg., Verbr.-Ausw., 226 kWh/(m²a)

Kaufpreis: € 295.000,-
+ Käufer-Courtage 6,25% inkl. MwSt.



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.

Wir beraten Sie gern!

Grossmann & Berger macht. Das Zuhause Ihres Lebens.

Shop Poppenbüttel | Stormarnplatz 1, 22393 Hamburg

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

ABEL IMMOBILIEN 
Makler & Bauträger

Seit 20 Jahren im Alstertal erfolgreich
 Wir suchen ständig Häuser und
 Grundstücke für unsere Kunden
abel-immo.de - 6000 91 60

immobilien
 VOLKER WARNEKE

*Hanseatisch
 vertrauensvoll!*

■ seit 1977

Volker Warnke Immobilien
 Saseler Kamp 25
 22393 Hamburg
 vw@immo-warnke.de
 www.immo-warnke.de

040/601 78 74

Grundstücksbewertung
 - unabhängig - marktgerecht

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

Gutachter im Hause Withhöft
 - Hausmakler RDM/VHH

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

Um Schlüssel,

Das Alstertal-Magazin stellt auf seinen Immobilien-
 seiten in lockerer Reihenfolge **aktuelle Urteile** zur
 Rechtsprechung rund um die Immobilie vor. Diesmal
 geht es um fehlende **Schlüssel**, hohe **Umbaukosten**
 und verordnete **Treppenlifts!**



 **Wenn es um Ihre Immobilie geht**

Grundeigentümer-Verband Hamburg – die Institution seit 1832



Vorsitzender:
 Heinrich Stüven
 Rechtsanwalt

- | Recht und Steuern
- | Bauen und Renovieren
- | Technik und Energieeinsparung
- | Wertermittlung
- | Kauf und Verkauf
- | Finanzierung und Versicherung
- | Vermietung und Verwaltung

Neutrale Experten-Beratungen rund um Haus, Grundstück oder Ihre Eigentumswohnung. Erfahren Sie mehr über Ihre weiteren Vorteile:

www.grundeigentuemerverband.de

 **Grundeigentümer-Verband Hamburg**

Grundeigentümer-Verband Hamburg von 1832 e.V.
 Glockengießerwall 19 · 20095 Hamburg · Telefon 040 30 96 72 0 · Fax 040 32 13 97

bau, Treppenlift

Urteile
um die
Immobilie

Umbaukosten gestreckt

Menschen mit einer Behinderung kommen unter bestimmten Umständen gar nicht darum herum, ihre Immobilie in großem Stil umzubauen, wenn sie weiterhin darin wohnen wollen. Der Fiskus erkennt die Ausgaben dafür häufig als außergewöhnliche Be-

lastung an. Doch was geschieht, wenn die investierten Beträge gar nicht innerhalb eines Steuerjahres abgesetzt werden können? Dafür hat ein Fachgericht nach Auskunft des Infodienstes Recht und Steuern der LBS eine großzügige Lösung gefunden. (Finanzgericht Saarbrücken, Ak-

tenzeichen I K 1308/12; Revision zum BGH als unzulässig abgelehnt, Aktenzeichen VI R 68/13)

Der Fall: Ein Hauseigentümer investierte erhebliche Summen, um trotz seiner schweren Behinderung längerfristig im eigenen Heim bleiben zu können. Für die Barrierefreiheit (Treppenlift, Rollstuhlrampe, Aufzug) gab er insgesamt 135.000 Euro aus. Diese Summe hätte er als außergewöhnliche Belastung geltend machen können, doch seine gesamten Einnahmen im betreffenden Jahr betragen nur rund 43.000 Euro. Deswegen stellte er den Antrag, die Ausgaben steuerlich auf mehrere Jahre verteilen zu dürfen. Der Fiskus lehnte das ab.

Das Urteil: Die Richter des Fi-

nanzgerichts Saarbrücken akzeptierten eine Verteilung der Kosten auf fünf Jahre. Der Steuerzahler konnte sich also jedes Jahr einen Betrag in Höhe von 27.000 Euro anrechnen lassen. Ursprünglich hatte er das auf zehn Jahre strecken wollen, doch soweit wollte ihm die Rechtsprechung nicht entgegen kommen.

Ein Schlüssel fehlte

Zu den ärgerlichsten Ereignissen am Ende eines Mietverhältnisses gehört es, wenn der Mieter nicht alle ihm überreichten Schlüssel zurückgeben kann. Das führt zu erheblichen Sicherheitsproblemen, wenn es sich um kombinierte Haus- und Wohnungsschlüssel handelt. Wird die Schließanlage anschließend aber gar nicht ausgetauscht, sieht es nach Auskunft des Infodienstes Recht und Steuern der LBS allerdings schlecht für Schadenersatzansprüche aus. (Bundesgerichtshof, Aktenzeichen VIII ZR 205/13)

Der Fall: Das Mietverhältnis währte nur kurz, ehe es einver-

Fortsetzung auf S. 122

Ihr Zuhause | Ihr Stil

HESS G M B H
MASSIVBAU H

- Bauzeitgarantie
- Festpreisgarantie
- Individuelle Architektenplanung
- Seit 1988 in Hamburg

www.hessmassivbau.de

Classenstieg 4 | 22391 Hamburg | Telefon (040) 53 60 091

Fortsetzung von S. 121

nehmlich wieder aufgelöst wurde. Doch in einem Punkt gab es erhebliche Probleme: Statt der ihm ursprünglich übergebenen zwei Schlüssel konnte der Mieter nur noch einen vorweisen.

Die Hausverwaltung rechnete vor, dass der Austausch der Schließanlage etwa 1.400 Euro kosten würde – und forderte den Betrag als Vorschuss vom Eigentümer ein. Der bezahlte nicht, die Anlage wurde nicht ausgetauscht. Trotzdem begehrte der Eigentümer vom Mieter einen Betrag in dieser Höhe.

Das Urteil: Grundsätzlich kann ein nicht zurückgegebener Schlüssel zu einer Schadenersatzpflicht des Mieters führen,

stellten die Richter des BGH fest. Denn es entstehe ein hohes Sicherheitsrisiko, wenn nicht bekannt sei, wer eventuell in den Besitz des Schlüssels gelangt sei. Deswegen sei die Anschaffung einer neuen Schließanlage in solchen Fällen durchaus in Betracht zu ziehen. Wenn allerdings die alte Anlage bestehen bleibe, dann sei kein konkreter Vermögensschaden entstanden und damit auch kein Schadenersatz nötig.

Verordneter Lift?

Treppenlifte sind häufig die letzte Möglichkeit, einem Behinderten innerhalb seines eigenen Hauses noch eine gewisse Mobilität zu erlauben. Doch oft wird vor den deutschen Gerichten darum gestritten, unter welchen Voraussetzungen der Einbau steuerlich als außergewöhnliche Belastung anerkannt werden kann. Die höchste Instanz zeigte sich nach Information des Infodienstes Recht und Steuern der LBS großzügig. (Bundesfinanzhof, Aktenzeichen VI R 61/12)

Der Fall: Ein Hausbesitzer war in seiner Bewegungsfähigkeit stark eingeschränkt. Er benötigte selbst für kurze Strecken einen Rollstuhl oder Rollator. Um von einem Stockwerk seiner Immobilie in das andere gelangen zu können, ließ er für rund 18.000 Euro einen Treppenlift einbauen. Der Betrag wurde in der nächsten Steuererklärung als außergewöhnliche Belastung geltend gemacht. Doch das Finanzamt weigerte sich, weil nicht schon im Vorfeld ein (amts-)ärztliches Gutachten zur Notwendigkeit



Ein Treppenlift kann unter Umständen als außergewöhnliche Belastung steuerlich geltend gemacht werden, entschieden Gerichte.

Grafiken: LBS/Tomiczek

In zentraler Lage in Sasel
 vielseitig nutzbarer Mietraum im Kellergeschoss mit Fenster, Strom und Wasser
 geeignet z. B. als Werkstatt, Studio etc., ca. 14 qm,
 direkt v. Vermieter, courtagefrei,
Tel.: 603 10 77

Handwerker/Gärtner/Marktbesicker!!!
 Hallenflächen
 ca. 140m² und 30 m²
 mit Freiflächen
 zu vermieten.
 Hamburg-Sasel
 Büro: 040-633 177 50
 Mobil: 0172-953 65 75

Lagerraum am Saseler Markt,
 ca. 3-4 qm,
 frei ab sofort,
 direkt v. Vermieter
Tel.: 603 10 77

IMMOBILIEN SERVICE
ZIMMERMANN
 WILHELM ZIMMERMANN

**Erben:
 Vermögen geteilt,
 Familie vereint**

Egal, ob neutrale Werteinschätzung für Haus oder Wohnung, Grundstücksteilung oder Verkauf: Wir vermitteln fachgerecht und objektiv, damit nur das Vermögen, aber nicht die Familie geteilt wird.

Frahmredder 7
 22393 Hamburg
 Telefon: 040- 600 10 600
 www.zimmermann-ivd.de

des Einbaus erstellt worden sei. **Das Urteil:** So streng wollten die Richter des Bundesfinanzhofes die Angelegenheit nicht sehen. Ob ein Treppenlift notwendig gewesen sei oder nicht, dazu nahmen sie keine Stellung.

Das müsse nach Abwägung der medizinischen Argumente die zuständige Instanz entscheiden. Aber die Sache bereits am starken Formalismus des vorherigen Gutachtens scheitern zu lassen, das gehe zu weit.

Ein Hauseigentümer erstritt vor Gericht, nötige Umbaukosten über fünf Jahre lang versteuern zu können.



m w y MEYER-WOLTERS + YEGER ARCHITEKTEN
 Langenstück 29 Fon 040 / 63 60 36-90 info@mwy-architekten.de
 22393 Hamburg Fax 040 / 63 60 36-91 www.mwy-architekten.de

Großzügiges Einfamilienhaus auf traumhaftem Grundstück



BREIHOLDT & WULFF
 Immobilien

Wir bringen Sie nach Haus

Mehr Informationen unter www.breiholdt-wulff.de oder Tel.: 040-87090480

seit 1978
Trumm
 Häuser der Extraklasse

**Besichtigung sonntags
 14-16 Uhr Distelkoppel 9
 Neuer Spitzen-Bauplatz
 5 Gehminuten entfernt**

Ein ganz besonderes Einzelhaus
22339 Hamburg / Alstertal

- Wohnfläche: ca. 165 m²
- SW-Grundstück: ca. 711 m²
- Ruhige, alsternahe Toplage
- Exklusive Ausstattung
- Sie können sofort einziehen

Kaufpreis: € 998.000,00*

Bedarfsausweis / 18,80 kWh / Luftwärmepumpe / Strom

***Courtagefrei direkt von uns als Bauträger! Inkl. Baunebenkosten, Gartenanlage und Küche**

Ein Wohn-Erlebnis mit 6 Ecken - " **Trumm`s Sextett** "

[Weitere Bauvorhaben in ausgesuchten Lagen: www.TrummImmobilien.de ☎ 040-59 61 00]

Trumm Immobilien GmbH
Hausbau - Makler - Bewertungen - Coaching
seit 1978



Bei Wind und Wetter: Das Lärchenholz des Hauses THILFY ist witterungsbeständig und resistent gegenüber Pilzen.

BREYER & SECK BAU
Massive Wohnräume

HSV ★
HAUSBAU-
PARTNER



Standorte:
Büro Volksdorf
Groten Hoff 1
22359 Hamburg
Tel.: 040/648 629 05

Musterhaus Stellingen
Molkenbuhrstraße 22
22525 Hamburg
Tel.: 040/300 331 77

Musterhaus Barsbüttel
Fahrenberg 48a
22885 Barsbüttel
Tel.: 040/271 480 34

Wir suchen Grundstücke
in Hamburg, auch mit
Altbestand.

info@breyerundseckbau.de

UNSERE STÄRKEN



Massive Bauweise



Individuelle Planung



Effiziente Ausführung

Weitere Informationen finden Sie unter

www.breyerundseckbau.de

Ihre Sicherheit. Ihre Zukunft. Ihr Haus.

Prämiert!

Ausgezeichneter Entwurf: Der Hamburger Architekt Holger Roik wurde für sein Minihaus THILFY mit dem Holzbaupreis 2015 in der Kategorie Neubau gewürdigt, der von den Ländern Schleswig-Holstein und Hamburg ausgelobt wird.



Platz an der Sonne: Das Minihaus THILFY verzichtet trotz seiner Größe nicht auf ein Außen-Plätzchen.

Der Baustoff Holz hat in den letzten Jahrzehnten in der Architektur eine echte Renaissance erfahren.

Kein Wunder, ist er doch vielseitig, ästhetisch ansprechend und natürlich nachwachsend. Um die Verwendung dieses universell einsetzbaren Alleskönners zu fördern, loben die Bundesländer Schleswig-Holstein und Hamburg regelmäßig den „Holzbaupreis“ aus. In der Kategorie Neubau hat dieses Jahr der Hamburger Architekt Holger Roik gewonnen. Sein Minihaus THILFY besteht aus Lärchenholz und ist sehr vielseitig erweiterbar. In der Grundversion hat es eine Fläche von 24 Quadratmeter inkl. des überdachten Sitzplatzes; Änderungen von Größe und Abmessungen sind aber möglich. Damit erfüllt es u.a. die Anforderungen des Bundeskleingartengesetzes (BKleingG).

„Es hebt sich durch die über dem Erdboden schwebende Bauweise, das klare Design und die hohe Wertigkeit in Erscheinung und Ausführung von handelsüblichen Produkten positiv ab,“ erklärt Architekt Holger Roik. Gerade auch die Vielseitigkeit spricht für das Haus: Es kann ganzjährig genutzt werden, etwa als Strandhaus, Arbeitsraum, Poolhouse, Hotel- bzw. Gästezimmer, Messestand, Wohnraum oder Golfodge. Je nachdem, wofür es genutzt wird, können Ausbauleistungen wie Elektroplanung, ein Wärmesystem oder ein Innenausbau und beispielsweise die Installation eines Ofens vorgenommen werden. Anschlussmöglichkeiten für Wasser, Abwasser und Strom sind in der Konstruktion bereits vorgesehen.

Das Holz ist witterungsbeständig und kommt ohne chemischen Holzschutz aus. Gegenüber Pilzen und Insekten ist Lärchenholz resistent. Die Grundversion von THILFY kann auch als Bausatz geliefert und durch einen örtlich ansässigen Zimmereibetrieb vor Ort aufgestellt werden.

Das nun kürzlich prämierte Minihaus „THILFY“ kostet 26.500 Euro zzgl. MwSt. in der Grundversion. Der Aufwand und Kosten für das Fundament richten sich nach der individuellen Bodenbeschaffenheit. Mehr Infos unter thilfy.de.



Baufinanzierung:

(Stand: Oktober 2015)

- 10 Jahre Zinsbindung
- 1,49% nom. / 1,50% eff. (60% - Beleihung)
- Tilgung zwischen 2,5 und 9% beliebig oft wechselbar
- 10% Sondertilgung p.a.
- zzgl. KFW-Mittel
- 12 Monate keine Bereitstellungszinsen



Finanzierungsexperte
Guido Porschen
Eekbusch 35 a
22395 Hamburg
Tel. 040 645 05 415

guido@porschenhamburg.de
www.porschenhamburg.de

GUTE ANGEBOTE VON FRÜNDT IMMOBILIEN

GROßES KETTENENDHAUS



Poppenbüttel: Gut dimensioniertes Stadthaus in familienfreundlicher Lage am Stadtteilzentrum. Ca. 143 m² Wohnfl., 6 Zimmer, mod. Bad, 2 WCs, Vollkeller, solide Ausstattung. Süd-West-Terrasse, ca. 329 m² pflegeleichtes Grundstück. V, Bj. 1980, 137 kWh/(m²*a), Gas, E. KP € 398.000,-.

KLEINES SCHMUCKSTÜCK



Sasel: Modernisiertes EFH, Bj. '57/2002, ca. 106 m² Wohnfl., 3/4 Zi., EBK, 2 Bäder, Teilkeller, Garage, ca. 671 m² liebevoll angelegtes Erbbaugrdsstk., jährl. Erbbauzins nur € 400,-. V, 120 kWh/(m²*a), Gas, D. KP € 388.000,-.

SORGENFREI BAUEN



Poppenbüttel: Elegante Neubau-Stadtvilla mit heller Putzfassade, dunklem Dach und großen Glasflächen, ca. 127 m² Wohnfl., 5 Zi., Bad + G-WC, Energiekonzept mit FB-Heizg., 3-fach-Verglasung und Solar. Ca. 500 m² Süd-Grdst. KP € 390.000,- zzgl. HA u. BNK.

GUTE ALTERSVORSORGE



Volksdorf: Groß. 2-Zi.-ETW im 1. OG eines gepf. MFH, Bj. 1968. Ca. 70 m² Wohnfl., EBK, DU-Bad m. Fenster, Balkon. V, 218 kWh/(m²*a), Öl, G. Aktuell befristet vermietet; freie Lieferung ab 2017 möglich. KP € 185.000,-.

MIT SICHERHEIT
GUT BERATEN



040 / 6001 6001
www.frueandt.de

FRÜNDT
IMMOBILIEN

Maison Wellbü

Wohnen im grünen Wellingsbüttel
**ruhige Wohnung
in Wellingsbüttel
NEUBAU**

ca. 150 m² Wfl., je Etage 1 Whg., sonnige 4 Zimmer, Erstbezug, HWR, Aufzug, 2 Bäder, Ankleide, Parkett, Rolläden, 2 TG-Stellpl., Kellerraum, Bauj. 2015, Gas-/Solarheizg., Kl.A, 45kWh/(m²*a)Energiebedarfsausw., courtagefrei, 850.000€ zzgl. STP
www.maison-wellbue.de

Cranberry Park

Die grüne Insel zum Wohnen
in **Bramfeld / Wellingsbüttel**
Erstbezug ab Februar 2016
**3 Zi. Wohnung
zu verkaufen**

3-Zimmer Whg., 92 m², S/W-Lage, Aufzug, BJ 2016, Gas-BHKW, Kl.A, Energiebedarfsausw. 41 kWh/(m²*a), KfW-Darlehen mögl. KP 365.000,- € zzgl. TG-STP 20.000€, courtagefrei
www.cranberry-park.de

**Neubauwohnungen
zu vermieten**

2 - 4 Zimmer Whg., 69 - 128 m²
Nettokaltmieten von 701 € - 1420 €
Tiefgaragen STP 70,- € **Erstbezug**
Aufzug, Balkon, Baujahr 2016, Gas-BHKW, Energiekl. A, Energiebedarfsausw. 45 kWh/(m²*a), courtagefrei

PRO
KONZEPT
IMMOBILIEN GMBH
Langenstücken 29, 22393 Hamburg
info@prokonzeptimmobilien.de
www.prokonzeptimmobilien.de
Telefon 040 - 636 036 94

Wohnraum
optimal
nutzen



Foto: Baupreisse Schwäbisch Hall

Clever geplant

Niemand hat Wohnfläche zu verschenken. Darum ist es wichtig, sich klar zu machen, wie man mit seinen eigenen vier Wänden verfahren will. Denn damit kann man viel Geld sparen!

Die Lust der Deutschen auf die eigenen vier Wände ist ungebrochen. Gleichzeitig sind die Platzanforderungen gestiegen: Hatte jeder Einwohner 1991 im Durchschnitt 34,9 Quadratmeter zur Verfügung, ist dieser Wert laut Statistischem Bundesamt bis Ende vergangenen Jahres auf 46,5 Quadratmeter gestiegen. Logisch: Jeder Quadratmeter mehr geht ins Geld. Was sich beim Bau oder Erwerb durch clevere Planung sparen lässt, verrät Schwäbisch Hall-Experte Sven Hausteин.

Wie viel Platz brauche ich wirklich?

Klare Grundrisse oder der Verzicht auf massive Innenwände und Erker schonen das (Platz-)Budget. Je nach Materialien sind es 1.500 bis 5.500 Euro pro Quadratmeter. Mit weniger Fläche reduzieren sich nicht nur Kauf- oder Baupreise, sondern auch Energie- oder Instandhaltungskosten. Hinterfragen Sie Ihre Extra-Wünsche: Tatsächlich wird z. B. der ersehnte Kamin oder die Sauna eher selten genutzt. Für viele Menschen ein Trend: Häuser ohne Keller. Durch den Verzicht lassen sich die Baukosten um bis zu 15 Prozent reduzieren.

Welche Materialien soll ich verwenden?

Eine Holzfassade ist etwa 5.000 Euro teurer als Außenputz, aber etwa 15.000 bis 20.000 Euro günstiger als Klinker – bei der Instandhaltung dreht sich diese Reihenfolge allerdings um. Es lohnt sich, bei Wandmaterialien und Ziegeln Preise zu vergleichen: Sie variieren bis um das Doppelte. Bei Fenstern und Türen auf Standardmaße zurückgreifen oder

statt zwei kleiner lieber ein großes Fenster einplanen. Tipp: Immer die Meinung eines Energieberaters einholen.

Muss beim Einzug alles „perfekt“ sein?

Ein Carport ist um mehrere Tausend Euro günstiger als eine Garage. Die kann später noch nachgerüstet werden. Und der Dachstuhl, der noch nicht ausgebaut ist, birgt eine attraktive Platzreserve. Bei den Baukosten kann das eine Ersparnis von 750 Euro pro Quadratmeter bedeuten.

Zusammen bauen = gemeinsam sparen?

Wer sich für eine Doppelhaushälfte oder ein Reihenhaus entscheidet, gibt schon wegen der geringeren Grundstücksgröße einige Tausend Euro weniger aus. Wer sich dann auch noch mit anderen als Baugemeinschaft zusammen tut, kann an die 20 Prozent der Projektkosten sparen. „Allerdings trägt dabei auch jeder die Risiken für das Gesamtprojekt“,

Was kann ich wirklich selbst machen?

Mit der sogenannten „Muskel-Hypothek“ – also Eigenleistungen – lassen sich im Extremfall bis zu 50.000 Euro sparen. „Aber Vorsicht! Der Laie braucht für die meisten Arbeiten viel länger als der Profi“, gibt Hausteин zu bedenken. „Und wer länger Miete zahlt, spart durch die Eigenarbeit entsprechend weniger. Außerdem sollte man ehrlich mit sich sein, ob man die Arbeiten überhaupt in der gewünschten Qualität ausführen kann.“



▲
Welche Materialien sollen es sein? Viel Glas stellt andere Anforderungen als eine Holz- oder Klinkerfassade. Informieren heißt die Devise!

Wer vorher genau plant, erlebt später keine bösen Überraschungen!



LGE

Mecklenburg-Vorpommern GmbH

Mecklenburg
 Vorpommern 
MV hat gut.

Ostseeferienhausgebiet Groß Schwansee

*Traumhafte
 Ferienhaus-
 Grundstücke an
 der Lübecker
 Bucht*



- 79 Grundstücke für Ferienhäuser
- Erschlossen ab 86.000 Euro
- Kurzer Weg zum Naturstrand
- Attraktive Ostseebäder in der Nähe

Rufen Sie uns an, Frau Jahn berät Sie gern!

Telefon 0385 3031-761 • Fax 0385 3031-751 • E-Mail m.jahn@lge-mv.de

www.lge-mv.de

Wir bauen schöne Häuser!

Von der Planung bis zum fertigen Haus. Alles aus einer Hand!




S&T LANDHAUS
 30 Jahre Sicherheit & Qualität

S&T Landhaus GmbH,
 Schenefelder Landstraße 173, 22589 Hamburg,
 040 / 870 860-0, info@st-landhaus.de, www.st-landhaus.de

Schlüsselfertige Massivhäuser bieten viele – bei S&T Landhaus erhalten Sie Qualität seit 30 Jahren! Überzeugen Sie sich selbst.



FRAUEN DER STADT DIE ETWAS BEWEGEN:

exklusiv in Hamburg Woman



HAMBURG WOMAN Magazine kostenlos
mitnehmen an fast **1.000 Sharepoints**
in Hamburgs schönen Stadtteilen!

Alles auch **online lesen** auf **HamburgWoman.de**
oder mit der **kostenlosen App**

Newsletter mit Heft kostenlos
bestellen: mediateam@alster-net.de



Für unsere Kunden und Inserenten!

Erreichen Sie mit HAMBURG WOMAN die erfolgreichen Frauen Hamburgs. Die kommende Ausgabe erscheint am 30. November!
Info / Anzeigen-Vermarktung: **Tel.: 040 538 930-0, woman@alster-net.de**

Sylt: Winterschnäppchen
1.11. - 20.12.15 und 5.1. - 15.3.16
Westerland und Wenningstedt
Appartement-Brüning, Inh. Bärbel Lundershausen
Tel.: 0 46 51/ 58 58 • www.appartement-bruenig.de • Fax: 0 46 51/ 58 59

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

Verkauf wird ein Katamaran „Hobi Cat 17“. Bei Interesse melden Sie gerne bei mir unter der Tel.: 0172 320 79 48. Der Preis ist auf Anfrage!

Einzelnachhilfe zu Hause
Infratest: GUT (1,8)
Bundesz. Elternbefragung 2007

Erfahrene Nachhilfelehrer in Deutsch, Mathe, Engl., ReWe usw. Das Lernen lernen, alle Klassen

seit über 10 Jahren in HH und Umgebung
abacus-nachhilfe.de 68 13 70 / 60 76 18 83

Heißmangel - Wäscherei
für Wäsche jeder Art
Langenhorn, Krohnstieg 82
Karina Wirth, Tel.: 531 94 43

Sonne den ganzen Winter? Na klar! An der Costa Blanca – Nähe Denia. Überwintern Sie doch in liebevoll ausgestatteter, großzügiger Finca für 2 - 8 Pers. mit Wintergarten, Pool, Garten und Sonnenterrassen. Auch Termine im Sommer 2016 frei. Infos unter Tel. 0178 / 601 89 70

Klein Borstel, im schönen Rotklinker-Villenviertel, nur 4 WE, 4 2/2-Zimmer Maisonette-Wohng., ca. 130 m², 1. OG + 2. OG, Pitchpine-Dielen neu geschliffen, neues Bad u. sep. Gäste-WC m. Außenfenster, Malerarbeiten, Balkon m. Blick i. d. Gärten, Bj. 1928, Gas-ZH, V 186 kWh/m²a, EUR 1.390,- zzgl. NK/Kt., ohne Courtage, Tel. 46 45 43

6 Marktex-Stühle zu verkaufen. Pinienholz, unbehandelt, aus Nichtraucherhaushalt. Preisvorstellung: 360 Euro.
Tel. +49-40-7232939

Einzelnachhilfe im Institut & Lerntherapie

 **Lernwerk**
— ALSTERTAL —
Tel. 64 42 30 77

Autogramme u. signierte Bücher aus den Bereichen Politik, Schauspiel dt. und int., Schriftsteller, Sänger, Komponisten u.v.m. wg. Sammlungsauflösung günstig zu verkaufen.
Tel.: 041 09 - 91 66

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

LANDGESTÜT TRAVENTHAL

GESTÜTS-WEIHNACHT

31. Oktober + 1. November
7. + 8. November

23795 Traventhal (bei SE) • www.landgestuet-traventhal.de
HISTORISCHER HENGSTSAAL

Mercedes Benz clk 320 w208 Auspuff Endtopf zu verkaufen. Der Endtopf ist voll funktionstüchtig und müsste bei Montage geschweißt werden. Bei Interesse bitte unter **0174/461 48 29** melden. Der Preis ist VB

Kiefernbett, massiv 180x200 cm, gelackt und geölt, gut erhalten, VB 50 Euro pass. Dazu 2 Nachtschränke, je 10 Euro. Tel.: 528 14 77

IMPRESSUM

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

Buchhaltung:
040 / 538 9 30 13
Mo.- Do.: 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. 538930-55;
Jutta Brandes (AEZ, Fuhlsbüttel),

Hummelsbüttel), Tel. 538 930-50;
Arnd Freisenhausen (Hamburg Woman), Tel. 538 930-49; Gabriele Gödicke (Eppendorf), Tel. 538 930-53; Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538 930-0; 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. 0170-2790021; Andreas Rohloff (Autohäuser), Tel. 538 930-51; Boris Scheffler (Hamburg Woman), Tel. 538 930-18; Barbara Suhr (Makler, Immobilienwirtschaft), Tel. 538930-54; Helmuth Wegner (Volksdorf, Fuhlsbüttel), Tel. 538 930-56

Internet:
www.alster-net.de
www.alstervt.de
www.alster-talk.de
www.talkhamburg.de
www.hamburger-herbstempfang.de

Fax:
040 / 538 9 30 11



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

Verlagsanschrift: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg;

Herausgeber/Verleger: Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.)

Chefredakteur: Kai Wehl | **Stv. Chefredakteur:** Christian Luscher

Redaktion: Valeska Fuhlenbrok, Milena Kettner, Julia Ulbrich (CvD AEZ-Magazin)

Korrektorat: Juliane Linnemann

Produktion/Anz.-Disponenten: Carmen Garrot, Birgit Schümann | **Chefgrafiker:** René Kriese

Grafik: Juliane Duczmal, Susanne Kaps, David Nagel, Luka Plepp, Annabell Dschenzigt

Titelgestaltung: René Kriese **Buchhaltung:** Carmen Garrot | **EDV- und DTP-Beratung:** IT-Service Thilo

Noack **Druck:** Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel | **Vertrieb:** Sandra Schmelter-Haun,

Magazin Verlag Hamburg Eigenvertrieb | **Auflage:** 51.000 Exemplare. © 2015 Magazin Verlag Hamburg.

Friseur/in in Wellingsbüttel gesucht!

Cre-HAAR-tiv

Tel. 5362834

Neustart im Job mit 40+

Stellensuche mal ganz anders!

Ein Frühstücksseminar in HH-Volksdorf.

www.idkonseminare.de

Tel. 040 / 8927558

Ihre Druckerei im Alstertal

- Geschäftsdrucke für Industrie und Handel!
 - Privatdrucksachen!
 - Einladungen – für Hochzeit, Geburt oder Jubiläum!
 - Farb- und Fotokopien, Digitaldruck, Layout- und Satzerstellung nach Ihren Wünschen und weitere Dienstleistungen...
- Gern beraten wir Sie!

Besuchen Sie unseren Online-Shop! www.krueperdruck.de

Druckerei Krüper & Co. GmbH
Stadtbahnstraße 30, 22393 Hamburg
Tel. (040) 600 95 070, mail@krueperdruck.de
Öffnungszeiten: Mo-Fr: 8.30 - 18.00 Uhr
Mittagspause von 11.30 - 12.30 Uhr



Sind Sie

Pflegehelfer (m/w), Altenpfleger (m/w) oder Gesundheits- und Krankenpfleger (m/w)

und möchten sich Ihre Arbeitszeiten selber aussuchen?

Das bieten wir Ihnen bei fairer Bezahlung & guten Sozialleistungen! Interesse? Dann melden Sie sich bei uns!



Ballindamm 6, 20095 Hamburg
hamburg@permacon.de
www.permacon.de

What's up in TOWN?



Fotos: Milena Kehrner

**Führte durch den Abend:
Moderatorin Sylvie Meis**



**Moderatorinnen
Alida Kurras und
Anna Heesch (r.)**

HOLIDAY ON ICE

Auch in diesem Jahr eröffnete HOLIDAY ON ICE die neue Saison mit einer glamourösen Gala im Hotel Atlantic direkt an der Alster. Stargast war Sylvie Meis, die in der neuen Show „Believe“ die Sprech-Rolle übernimmt: „Dieser sensationelle Abend ist der perfekte Startschuss in die Saison und macht Lust auf mehr!“ 250 geladene Gäste genossen einige Kostproben der Show auf der extra eingerichteten 60 qm großem Eisfläche mitten im eleganten Festsaal! Mit dabei waren u.a. die Models Shermine Sharivar und Alessandra Meyer-Wölden und das Paar Jana Ina und Giovanni Zarella. Für einen heißen Sound auf der Aftershowparty sorgte DJ Noah Becker. Mehr Fotos auf facebook.de/alstermagazin



**Modedesigner Thomas Rath mit
Mann Sandro Rath**



**Waren im Dschungel: Maren
Gilzer und Nico Schwanz**



Fotos: Kai Wehl

**Hamburger Tafel-Gründerin
Annemarie Dose und dessen 1.
Vorsitzender Jens Wrage**



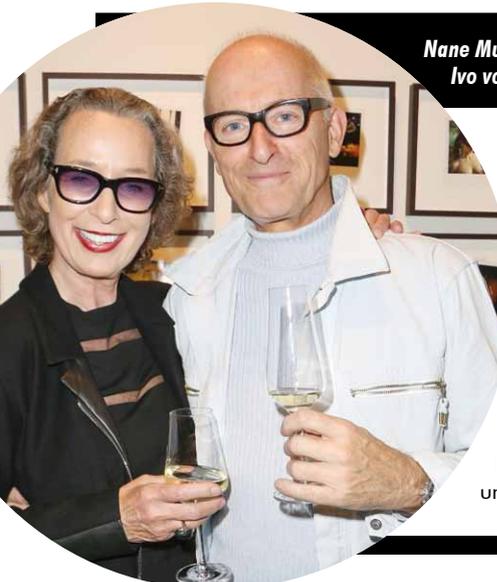
**Schauspielerin Kim-
Sarah Brandts**



**Ex-Bachelor und DJ des
Abends Paul Janke (l.) und
Chefredakteur Kai Wehl**

CHARITY COOKING

Anfang Oktober gab es wieder ein VIP-Cooking in der Europa Passage zugunsten der Hamburger Tafel. Spitzenköche kredenzten zusammen mit Promis Gerichte für 5 € (Getränke 1 €). Die Einnahmen gingen zu 100% an die Tafel! Eingeleitet wurde die Aktion am 1.10. mit rund 200 Gästen und einigen Spitzenköchen. Es hat sich gelohnt, denn Tafel-Gründerin und Alstertalerin Annemarie Dose konnte sich über 16.000 € freuen!



**Nane Mundt und Fotograf
Ivo von Renner**

VERNISSAGE

Kaum ein Format hat die Fotografie so beeinflusst wie das Polaroid. Im Privaten und in der Kunstszene, dort einst häufig als „Testfoto“ vor einem Shooting. Die digitale Fotografie hat alles verändert, trotzdem lebt es noch. Was man mit dem Sujet anstellen kann, zeigt der Fotograf Ivo von Renner bis Dezember in der Galerie Roschlaub im Mittelweg. Aus zwei Einzelbildern entstanden zwischen 1975 und 1994 Doppelpolaroids. Sehenswert!



**Katharina Jacobi
und Ina Hertz (r.)**



**Dr. Bernd Buchholz und
Galeristin Kirsten Roschlaub**

Fotos: Robin Laesch / medienpublikation.de



Sie möchten Mollwitz-Häuser besichtigen?

Vereinbaren Sie mit uns einen Besichtigungstermin.

Wir suchen Grundstücke

für unsere Bauherren, prüfen die **Bebaubarkeit** und helfen bei der **Abwicklung**.

MehrWert mit Mollwitz

- **durchdachte Planung** – entwickelt von unseren Architekten, Ingenieuren und Innenarchitekten
- **funktionales Design** – garantiert durch unser Know-how und die Auswahl hochwertiger Materialien
- **verantwortungsvolle Ausführung** – realisiert durch unsere Bauleiter und ausgewählte Handwerksbetriebe
- **faire Zusammenarbeit** – gesichert durch jahrzehntelange Erfahrung und die Mollwitz-Festpreisgarantie

www.mollwitz.de

Mollwitz Massivbau GmbH Schleusenredder 17a 22397 Hamburg 040 645 395 - 0



UNVERBAUBARES PANORAMA



Exklusives Design-EFH für Singles und Paare

3 Zi. // WF 88 m² // GS 674 m² // 5 Min. bis „Gut Kaden“

 **040 - 2788306 - 30**

 schumacher-co.de

NUR BIS 30.11.2015

50%
Monatsbeitrag
bis Jahresende
SPAREN!

MY

AREA

**STIMMUNG:
ENTSPANNT**



MERIDIAN SPA
Fitness. Wellness. Bodycare.

5x in Hamburg • 040/65 89-0 • www.meridianspa.de

MeridianSpa Hamburg GmbH, MeridianSpa Barmbek GmbH • Wandsbeker Zollstr. 87-89 • 22041 Hamburg