JETZT AUCHALS AUCHALS E-PAPER! E-PAPER!

Sozial-Oskar

Engagierte Jugendliche von prominenter Jury ausgezeichnet

PROMIS,
PROMIS

Glanz und Glamour bei der Hamburg Woman Business Lounge, beim Hamburger Herbstempfang u.v.m. REATIVE WELLIACHISDUUTIL

EXTRA

AEZ-Center-Magazin

Geschenk-Ideen

> Vorweihnachtliche Tipps zum Wünschen und Verschenken

Sportbestert

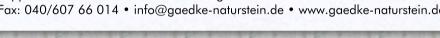
Olympia-Botschafter Alexander Otto erklärt im Interview, warum die Spiele auch dem Alstertal nutzen!



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



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







Ein einzigartiger Reichtum an Natursteinen wie Granit,

Marmor, Limestone, Onyx und vielen anderen mehr, wurden

uns von der Natur aeschenkt und mit einer beispiellosen Vielfalt an Farben und Strukturen ausgestattet. Durch

Bearbeitung schenken wir dem Material ein neues Leben.

unsere liebevolle









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.

Schöne Adventszeit?

VON WOLFGANG E. BUSS



... und ich hatte mir so sehr vorgenommen, eine versöhnliche Kolumne zu schreiben. Gut gelaunt, zuversichtlich, ja **optimistisch**, mit sanftem Blick auf Weihnachten, ein bisschen feierlich, mit Freude auf Kerzenlicht, Lebkuchenduft und unsere deutsche Gemütlichkeit.

Neben den vielen schlechten Nachrichten, den Ängsten vor unaufhaltsamen Flüchtlingsströmen und den vielen negativen Voraussagen, die meisten dieser Menschen seien letztendlich kaum integrierbar in den

deutschen Kulturraum und werden größtenteils unsere Sozialsysteme für lange Zeit belasten, wollte ich endlich ein paar **hoffnungsvolle** Gedanken niederschreiben. Wie gerne hätte ich geschrieben, ich – ja, wir alle – haben tiefes und gutes Vertrauen in das neue **Mantra** der Kanzlerin "Wir schaffen das" und damit eine wunderbar-bunte Gesellschaft vor uns! Statt Sorge vor dem Verlust deutscher Leitkultur migrieren wir mit der Kanzlerin in eine lebendig-farbige multireligiöse Gesellschaft!

Und dann werde ich aus meinen schönen Träumen **herausgerissen** und auf die realen Tatsachen dieser Welt zurückgebombt: Mit den grauenvollen **Terroranschlägen** in Paris. Die Angst um die Zukunft unseres Landes ist plötzlich wieder da!

Und anschließend folgen die vielen Gespräche mit Alstertalern und anderen, die meine angebotene Zuversicht nicht teilen wollen, die besorgt sind über wachsende (Terror-)Kriminalität und fürchten, dass das, was sie nach 1945 an Wohlstand und Liberalität aufgebaut haben, so nicht fortbestehen wird, weil eine Kanzlerin an einem fatalen Fehler festhält. Das Gefühl von Freiheit und Gelassenheit, **Zuversicht** und **Vertrauen** in eine **wunderbare** Zukunft Deutschlands will sich bei kaum jemandem mehr einstellen. Es scheint uns ein Konsens verloren gegangen zu sein, er ist **zersplittert** in angebliche Ausländerfeindlichkeit oder Gutmenschentum.

Irgendwie fühlt es sich anders an, in dieser Zeit jemandem eine schöne und geruhsame Adventszeit zu wünschen. Ist noch alles so, wie es war? Was macht die unterschwellige Angst mit uns, öffentlich nichts mehr Kritisches über die Flüchtlingsströme sagen zu können, ohne auf massive Anfeindungen zu treffen, keine Meinung mehr frei äußern zu können ohne üble Konsequenzen hinzunehmen? Jede kritische Äußerung zu Flüchtlingspolitik oder Islam führt automatisch in die rechte Ecke. Wann kommt der Moment, an dem bereits "diffuse Ängste" in plumpe Ausländerfeindlichkeit umgedeutet werden?

Selbst unsere Nationalstaaten scheinen mehr und mehr in ihrer Wehrhaftigkeit **eingeschränkt:** Wer sich am Kampf gegen islamistischen Terror beteiligt, muss inzwischen mit schwerem Terror, Attentaten und vielen Toten im **eigenen** Land rechnen.

Wie geht es Ihnen damit, verehrte Leserinnen und Leser, fühlen Sie sich als **schweigende** Mehrheit? Schreiben Sie mir. Hat der islamistische Terror von Paris Ihre Ängste **verstärkt** und Ihre Beziehung zu ungebremster Zuwanderung verändert? Wie viel Gefahr geht nach Ihrer Meinung von den zahllosen muslimischen Männern die nach Deutschland kommen aus, die niemals Arbeit finden werden und deren Integration in ghettoähnlichen "Einrichtungen" mit tausenden Menschen scheitern wird. 3.900 Männer sind es in Frankreich, davon gehen die französische Polizei und Geheimdienste aus, die blitzgefährlich sind, weil sie sich islamistischen Netzwerken anschließen, trotz europäischer Staatsbürgerschaft.

Schöne Adventszeit? Können Sie sich unbeschwert auf Weihnachten freuen? Ich wünsche es Ihnen und Ihrer Familie. Eigentlich, wie eingangs gesagt, war es mein Wunsch, dazu versöhnliche Worte zu schreiben. Die Adventszeit zu genießen sollten wir trotzdem versuchen!

E-Mail: w.buss@alster-net.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.



Frank'sche Siedlung! Reihenhaus mit großem Garten in Klein Borstel

- Wohn-/ Nutzfläche:
 ca. 120 m²
- Grundstücksfläche: ca. 262 m²
- Baujahr: 1936
- 4 Zimmer
- Hochwertige Einbauküche
- Parkett
- Sonniger Garten mit Terrasse
- Keller
- Denkmalschutz
- Garagenerwerb möglich
- KP: 330.000 €



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 €



Exklusives Einfamilienhaus mit großem Garten in Lemsahl-Mellingstedt

- Wohn-/ Nutzfläche: ca. 225 m²
- Grundstücksfläche: ca. 720 m²
- Baujahr: 1992
- 6 Zimmer
- Moderne Einbauküche
- Parkett, Marmortreppe
- Fußbodenheizung, Sauna, Kamin
- 3 hochwertige Bäder
- Garage
- Energieausweis: V, 138 kWh, Gas
- KP: 665.000 €

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



Eine Perle des Klassizismus in Ostseenähe













Dieses Prestigeobjekt ist der Mittelpunkt eines gesamten Ortes, ein ca. 20.000 m² großes, weitläufiges Grundstück mit einer Wohnfläche von ca. 1037 m²! Das Schloss verfügt über 12 Mietwohnungen und einer großzügigen Hauptwohnung. Der zentrale Salon, im Stil des Empire eingerichtet, verfügt über eine klassische Bibliothek! Weiterführend gelangt man auf die ca. 100 m² große Terrasse, von der Sie einen beeindruckenden Blick über den imposanten Park genießen.

Im Obergeschoss finden Sie eine hochwertige Küche, ein großes Esszimmer sowie 3 Schlafzimmer mit 2 Marmorbädern. Den sonnigen Balkon erreichen Sie vom Esszimmer und der Küche aus. Im Jahr 1998 wurde das Anwesen zusammen mit der Denkmalpflege grundlegend saniert. An der Einfahrt des Gebäudes wurde ein Parkplatz mit 13 Stellplätzen geschaffen. Zudem besitzt das Anwesen diverse Mietergärten, die den Mietern absolute Privatsphäre versprechen und in denen sie den einmaligen Stil, sowie das charmante Ambiente dieser traumhaften Immobilie genießen können. KP: gegen Gebot

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

Unternehmer sucht Einfamilienhaus mit Alsterblick bis 3,5 Mio € Familie mit Kindern sucht Einfamilienhaus in Wellingsbüttel bis 750.000 € Lehrer sucht
Eigentumswohnung in
Meiendorf bis 450.000 €

Professor sucht
Penthousewohnung im Alstertal
bis 800.000 €

Musiker sucht
Einfamilienhaus in
Duvenstedt bis 800.000 €

Architekt sucht repräsentative Villa in Sasel bis 1,2 Mio €

Arzt sucht
Eigentumswohnung in
Poppenbüttel bis 500.000 €

Ehepaar sucht
Doppelhaushälfte in
Hummelsbüttel bis 450.000 €

Chirurg sucht Villa am Alsterlauf bis 1,5 Mio €









INHALI

NOVEMBER 2015

8.6					
IVI	a	M	M	71	ın
	М	У	ч	4	ш

Magazin
Kolumne3
Die schönsten Termine
des Alstertals8
Erstmalig:
Ein Weihnachtsdorf im
Volksdorfer Ortskern10
150 Ladys und zwei Männer
auf der Hamburg Woman
Business Lounge12
Die wichtigsten News
im Alstertal16
Im Museumsdorf Volks-
dorf wird's vorweih-
nachtlich! 20
What's Up In Town:
Glamouröse Gäste bei
spannenden Events!24
Viel Wirbel um Flüchtlings-
Karte im Alstertal Magazin 26
Glamour und Promis
auf dem Hamburger
Herbstempfang28
Das sind die Gewinner
der diesjährigen
Sozial-Oskars!32
Green Day: Schüler
informieren sich zum Thema
Umweltschutz34
Die Mädchenmannschaft
des UHC ist Deutscher
Feldhockeymeister!35
Festlich: Die schönsten
Bücher zum Advent36
Erfindet Gesellschaftsspiele:
Shaun Graham aus
Fuhlsbüttel38
Honorargeneralkonsul
Prof. Dr. Gerd-Winand

CE

Imeyer aus Poppenbüttel

Bulgariens!62 What's up in town: Promis

Events der Stadt146

traf den Präsidenten

bei den spannendsten

TI ERBSTEMPFANG

lagazin olumne3 ie schönsten Termine es Alstertals8	Sasel Stimmungsvolle Weihnachtsdeko selbstgemacht!40
rstmalig: in Weihnachtsdorf im blksdorfer Ortskern10 50 Ladys und zwei Männer uf der Hamburg Woman usiness Lounge12 Die wichtigsten News im Alstertal16	Duvenstedt/ Wellingsbüttel Wellingsbüttlerin schrieb Buch über ihre Jugend44 Die schönsten Gedichte aus einem neuen Heinz-Erhardt-Buch47
Im Museumsdorf Volksdorf wird's vorweihnachtlich!20 What's Up In Town: Glamouröse Gäste bei	Fuhlsbüttel Helmut-Schmidt-Flughafen für Hamburg?48
spannenden Events!24	Poppenbüttel
iel Wirbel um Flüchtlings-	Unternehmer und Olympia-
arte im Alstertal Magazin 26	Botschafter Alexander Otto
lamour und Promis	im Gespräch49
uf dem Hamburger	Die AlsterArt im AEZ brachte
erbstempfang28	satte 17.000 Euro!53
as sind die Gewinner	Das Projekt mint:pink soll
er diesjährigen	Mädchen Spaß an Naturwis- senschaft vermitteln!
ozial-Oskars!32 reen Day: Schüler	senschaft vermittein!
formieren sich zum Thema	AEZ-Inside
mweltschutz34	
ie Mädchenmannschaft	Kolumne65
es UHC ist Deutscher	Inhalt66 Für Sie und Ihn – Edler Look
eldhockeymeister!35	für die Festtage68
estlich: Die schönsten	Geschenke für
ücher zum Advent36	die Liebsten74
rfindet Gesellschaftsspiele:	Weihnachten im AEZ78
haun Graham aus	News – 45 Jahre AEZ,
uhlsbüttel38	Gewinnspiel & Co84

Carvica

Gourmet -

Service	
Rund ums AEZ	56
Essen & Trinken	99
Weihnachten & Silveste	r
genießen	.102
Geschenkideen	.106
Garten	.109
Rund ums Tier	. 110
Senioren	. 110
Reiselust	. 114
Gesundheitsratgeber	. 116
Küchentrends	. 118
Handwerk	
Wohntrends	
Motor-Magazin	.128
Immobilien	
Kleinanzeigen/	
Impressum	.145
•	

Ihr Weihnachtsmenü?92

stellen sich vor97

Rohde frisch & fruchtig

Hoher Besuch: Edmund Stoiber (I.) und viele weitere Promis beim Hamburger Herbstempfang von Wolfgang E. Buss!

Kleinreparaturen Instandhaltung Fliesenarbeiten





Sanieruna Hochbau Gewerbebau

www.heinz-eickhof.de



Heinz Eickhof Bauausführungen GmbH

Wellingsbüttler Weg 170 - 22391 Hamburg - (040) 5361248

Designermode gesucht!

Direkter Ankauf - Barzahlung sofort

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

Jil Sander • Boss • Escada etc.!

Wir holen auch ab!

75

Jahre



20251 HH-Eppendorf • Tel.: 87 88 28 93 • www.secondherzog.c

Ökologische Heizsysteme Öl • Gas • Solar • Pellets • Wartung

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

nrichtungen Bürostühle Arbeitszimmer jede Abmessung und Oberfläche 1500 m² große Ausstellung



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



Container

von 1 bis 30 m³ ab 59,50€ inkl. MwSt.

Wir beraten Sie gern:

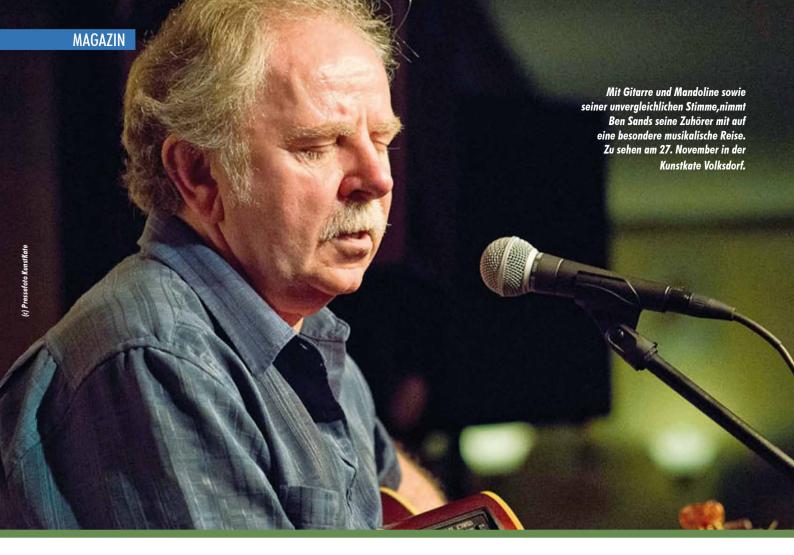
04109/27 99-23

Abfuhr/Entsorgung von:

Bauschutt, Bauabfällen Dachpappe Gartenabfällen, Holz

Zusätzlich Lieferung von: Sand, Kies & Mutterboden

www.eggers-container.de





Sie haben Fragen zu den Themen:

- Mietpreisbremse
- Bestellerprinzip
- Vermieterbescheinigung

Sie brauchen Hilfe bei:

- der Neuvermietung Ihrer Immobilie
- der Suche nach einer neuen Mietsituation

Nutzen Sie unser Know-How und unser umfangreiches Netzwerk. Ihre persönliche Ansprechpartnerin Janine Meyns freut sich auf Ihren Anruf!

ZUHAUSE IN BESTEN LAGEN







DAHLER & COMPANY

IMMOBILIEN

1//Poppenbüttel – Helle Mietwohnung in zentraler Lage, direkt am Alstertaler Einkaufszentrum, Baujahr 1999, 3. OG, Fahrstuhl, ca. 68 m² Wohnfläche, 4 Zimmer, offene EBK, Duschbad, Videogegensprechanlage, Parkett, Kellerraum, V, Gas, 94 kWh/(m²a), NKM: EUR 832,- zzgl. NK/KT

2//Lemsahl-Mellingstedt – Familienfreundliche DHH in gefragter Lage, Bj. 1958/2007 modernisiert, ca. 165 m² Wfl., 4,5 Zi., moderne EBK, luxuriöses Vollbad, Gäste-WC mit Dusche, Süd-West-Terrasse, ca. 1.000 m² Grundstück, Außenstellplatz, B, Öl, 148,4 kWh/(m²a), NKM: EUR 1.790,- zzgl. NK/KT

3//Sasel – Hochwertig ausgestattete Maisonette-Wohnung im ehemaligen, denkmalgeschützten Gutsherrenhaus, ca. 131 m² Wohnfl., 3 Zimmer, geöltes Eichenparkett, exklusive bulthaup Küche, Vollbad, Gäste-WC, Terrasse, TG-Stellplatz kann angemietet werden, NKM: EUR 1.820,- zzgl. NK/KT

www.dahlercompany.de

DAHLER & COMPANY Alstertal | Wellingsbüttler Weg 136 | Telefon: 040.53 05 43-24 | alstertal@dahlercompany.de

Termine im Alstertal

Sa., 21. November

Wunderschöne Adventskränze von Floristin Yvonne Offen gibt es bei der Firma Schulze Outdoorliving, Waldweg 95 (Sasel) zu kaufen. Von 10-16 Uhr. Auch am 22. November, ebenfalls von 10-16

Am 21. und 22. November findet zudem der Adventsbasar der katholischen Kirchengemeinde HI. Kreuz, zugunsten von Kinderhilfsprojekten statt. Katholische Gemeinde Heilig Kreuz, Farmsener Landstraße 181. Mehr Infos unter der Telefonnummer: 6034787 und unter: www.heilig-kreuzvolksdorf.de.

Fr., 27. November

Freunde des "Irish Folk": Mitglieder der Sands Familie präsentieren sich in Hamburg! Mit Gitarre und Mandoline sowie seiner unvergleichlichen Stimme, nimmt Ben Sands seine Zuhörer mit auf eine besondere musikalische Reise. Kunstkate, Eulenkrugstraße 60. Beginn 20 Uhr. Mehr Infos unter der Tel. 60950616 und www.forum-alstertal.de.

Do., 3. Dezember

Genießen Sie stimmungsvolle weihnachtliche Lieder des Männerchors Quartett Mozart und in der Pause leckeren Glühwein und Schmalzbrote! Forum Alstertal, Kritenbarg 18. Beginn 19 Uhr, Eintritt: Vorverkauf 12 Euro, Abendkasse 14 Euro – Eintrittskarten ab sofort an der Rezeption oder Abendkasse. Mehr Infos unter der Tel. 60950616 und www. forum-alstertal.de.

Fr., 4. Dezember

Ein vorweihnachtlicher Abend für Groß und Klein. "Ein Weihnachtslied in Prosa" oder "Eine Geistergeschichte zum Christfest" ist eine der bekanntesten Erzählungen von Charles Dickens - Siegfried W. Kernen – Lesung, Martin Karl-Wagner – Flöte, Hans-Peter Nauk - Klavier.

Torhaus Wellingsbüttel, Wellingsbüttler Weg 75 b, Zeit: 19.30 Uhr, Preis: 21 Euro, 19 Euro für Mitglieder, Schüler und Studenten zahlen 10 Euro. Mehr Infos unter www. kulturkreis-torhaus.de und unter Tel.: 5361270.

So., 6. Dezember

Vernissage "KunstRaum" Ahrensburg - "Zwischen Himmel und Erde", ist eine Gemeinschaft von Künstlern aus den Bereichen freie und angewandte Kunst aus Ahrensburg und Umgebung. Forum Alstertal, Kritenbarg 18, Vernissage um 11 Uhr, Ausstellungsdauer: 06.12.15 bis 31.01., Mo-Fr 8-18 Uhr, Sa/ So/ Feiertags 9-15 Uhr. Informationen unter Tel. 60 68 68 und www.forum-alstertal.de

Di., 8. Dezember Konrad Lorenz und Jochen Wiegandt lesen u.a. aus den "Hamburger Weihnachtsgeschichten" und klären darüber auf, was der Weihnachtsmann und der Klabautermann gemeinsam hatten.

Kulturkreis Walddörfer e.V.. Im Alten Dorfe 28. Mehr Infos unter der Telefonnummer: 53304663 und unter: www. kulturkreis-walddoerfer.de

Fr., 11. Dezember

Jailhouse Four -

Rudgar Mumssen (Posaune), Thomas Koch (Bass), Helmar Marczinski (Saxofon) und Manfred Kowalewski (Banio und Guitarre) laden ein zu KatenJazz No. 12!

Kunstkate, Eulenkrugstraße 60, Karten im Vorverkauf 15 Euro, Abendkasse 18 Euro. Beginn 20 Uhr. Mehr Infos unter der Tel. 60950616.



Gesunde Zähne – Gesunder Körper

das biologische Konzept – Umweltzahnmedizin







Dr. Klaus Schütte Zahnarzt

Isabella Tietgen Zahnärztin

Dr. Jürgen Reitz Zahnarzt

Ihre Symptome:

- erschöpft/müde
- umweltbelastet
- · chronisch krank
- Allergiker
- Rücken erkrankt

mögliche Ursachen:

- · Zahnmetalle, Acrylate
- Titanimplantate
- · wurzelbehandelte Zähne
- Zahn Kieferstörfelder
- Bissverhältnisse

Abklärung durch unsere ganzheitlich biologische Diagnose

Telefon 040/642 99 10 | Termine nach Vereinbarung Bramfelder Ch. 318 | 22177 Hamburg | www.dr-klaus-schuette.de

Friedhofsgärtnerei



Ihre persönliche Vorsorge: **DAUERGRAB-PFLEGE**

Hauptfriedhöfe:

Ohlsdorf, Bergstedt, Volksdorf

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



www.friedhofsgaertnerei-westphal-tochter.de





Terrassenüberdachung • 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



rst sah es dieses Jahr gar nicht rosig aus, was die traditionelle Beleuchtung in Volksdorf angeht. Nach 35 Jahren musste die alte Weihnachtsbeleuchtung witterungsbedingt ihre Arbeit niederlegen. "Es kam immer wieder zu Ausfällen. Die technische Sicherheit war nicht mehr gegeben.", so Manfred Heinz, Vorsitzender der Interessengemeinschaft Volksdorf e.V.. Gemeinsam mit dem Hersteller der Festbeleuchtung wurde ein neues Konzept erstellt und realisiert: Die sechs straßenüberspannenden Motivketten sowie - neu in diesem Jahr - 150 Weihnachtssterne, die in den Bäumen verankert werden, sind mit energiesparender. langlebiger und umweltfreundlicher LED-Technik ausgerüstet. Kostenpunkt der Gesamterneuerung: ca. 30.000 €. Gemeinsam mit der Aktion "Mein Stern für Volksdorf", bei der die Bürger/-innen sowie Kaufleute Sterne im Wert von je 150€ spenden konnten, wurden bereits rund 22.000€ gesammelt. "Zwar fehlen noch 8.000€, aber das kriegt die IG definitiv zusammen", erklärt Manfred

Heinz die Differenz. Die Beleuchtungselemente wurden bereits gefertigt und vom 21.–22.11. von der freiwilligen Feuerwehr montiert. Wie jedes Jahr wird sich der Chor der Grundschule Eulenkrugstraße, unter der Leitung von Musiklehrerin Marianne Steinfeld, am 26. November um 17Uhr an der Fielmann-Tanne treffen und musikalisch in die Weihnachtszeit einstimmen. Besonders stolz ist Manfred Heinz auf die Premiere des Weihnachtsdorfs: "Bei der Weißen Rose wird es zum ersten Mal eine kleine Budenstadt geben."

Für die anfallenden Kosten –Aufwandsentschädigungen und Stromkosten, die auf jährlich 6000-7000€ geschätzt werden– kommt die IG Volksdorf allein auf.

Dass Volksdorf nach 35 Jahren seine Weihnachtstradition nicht verliert und nun für viele weitere Jahre in neuem Lichtzauber erstrahlen wird, hat es seinen engagierten Bürger und Bürgerinnen zu verdanken. Das nennen wir Stadtteil-Liebe!

Valeska Fuhlenbrok

Erfahrung ist unsere Stärke! Und das bei allen Leistungen in der modernen Zahnheilkunde - von der **Prophylaxe** über die **Zahnästhetik** bis hin zur **Prothetik** und **Implantologie**.











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.



Stilleuchten Götzl

Lampen und Schirme Fasanenweg 2, 22145 HH 040/644 85 79

www.stilleuchten-goetzl.de Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 9-18 Uhr, Sa. 9-14 Uhr



Heizung erneuern?

Wir sind die Spezialisten! **Heizkostenersparnis**

durch umweltfreundliche Brennwerttechnik

Ihr Heizkessel ist in die Jahre gekommen, die Energiekosten explodieren und werden weiter steigen. Mit einem neuen Kessel senken Sie die Heizkosten. Eine Investition, die sich schnell rechnet.

Baderneuerung

Bei uns sind Sie richtig!

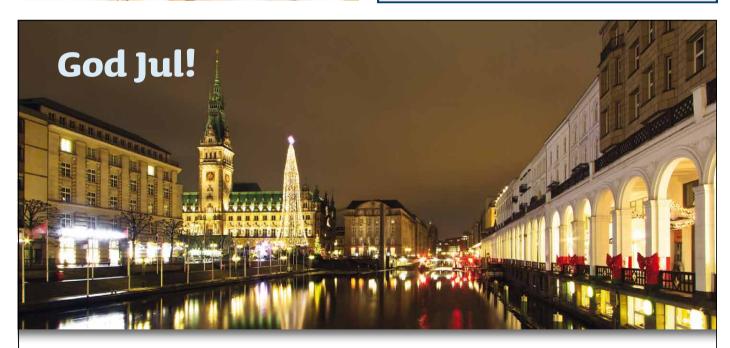
Wir planen und realisieren Ihr persönliches Traumbad preiswert, schnell, individuell und zuverlässig

Hausanschlüsse Sanitärtechnik Dacherneuerung Solaranlagen Regenwassernutzung

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



Lohe 40 · 22397 Hamburg · Tel. 607 | 4 59 · www.michael-krohn.de



Bei einem heißen Glühwein wird oft über neue Wege und neue Perspektiven nachgedacht. Nutzen auch Sie diese Zeit und denken einmal über Ihre Private Banking Aktivitäten nach. Wir informieren Sie jederzeit gern und unverbindlich über den dänischen Weg im Private Banking: Persönlich. Ehrlich. Nah.

Wir wünschen Ihnen eine schöne Winterzeit, frohe Weihnachten und alles Gute für 2016.

Persönlich. Ehrlich. Nah.

jbpb.de

 $\textbf{\textbf{Jyske Bank}} \cdot \text{Ballindamm} \ \textbf{13} \cdot \textbf{20095} \ \text{Hamburg} \cdot \text{Tel.:} \ \textbf{040} \ / \ \textbf{3095} \ \textbf{10-28} \cdot \text{E-Mail:} \ \text{privatebanking@jyskebank.def} \ \textbf{040} \ / \ \textbf{040} = \textbf{040} \ \textbf{040} \$

Jyske Bank Private Banking ist eine Geschäftseinheit der Jyske Bank A/S, Vestergade 8-16, DK-8600 Silkeborg, CVR-Nr. 17616617. Die Bank wird von der dänischen Finanzaufsicht beaufsichtigt





Immobiliengesuche - November 2015

Dies ist ein Auszug aus unserer stetig aktualisierten Datenbank. Wir begleiten über 11.200 aktive Kundenanfragen. (Stand 10/15)



Familie aus Uhlenhorst sucht im Alstertal

Einfamilienhaus mit mind. 150 m² Wohnfläche. Infrastruktur sollte mit dem Fahrrad zu erreichen sein.

Kaufpreisvorstellung bis € 1.500.000,-

Kd-Nr: 10200

Projektentwickler kauft mit schneller Abwicklung

Renovierungsbedürftiges Mehrfamilienhaus, Haus, Wohnung oder Grundstück. In Hamburg und Umgebung.

Kaufpreisvorstellung offen

Kd-Nr: 01698

Vorstandsmitglied sucht Baugrundstück

Ab 800 m² mit guter Bebauungsmöglichkeit. In repräsentativer Lage von Wellingsbüttel, Sasel oder Volksdorf.

Kaufpreisvorstellung bis € 600.000,-

Kd-Nr: 11980

Doktoren-Ehepaar sucht Zuhause in und um Volksdorf

Die Nähe zum Gymnasium Buckhorn wäre wünschenswert. Ab einer Wohnfläche von 160 m² und 5 Zimmern.

Kaufpreisvorstellung bis € 800.000,-

Kd-Nr: 12033

Ökonom aus London sucht Zweitwohnsitz

Wohnung mit guter Anbindung zum Flughafen gesucht. 2-3 Zimmer im Alstertal mit Balkon oder Terrasse.

Kaufpreisvorstellung bis € 300.000,-

Kd-Nr: 11869

Ehepaar aus Scharbeutz sucht kleines Haus

Ab einer Wohnfläche von ca. 100 m² in Volksdorf oder Sasel. Gern auch im sanierungsbedürftigen Zustand.

Kaufpreisvorstellung bis € 550.000,-

Kd-Nr: 12294

Professor aus NRW sucht charakterstarkes Haus

Gesucht ist ein Haus mit mind. 5 Zimmern in und um Hamburg in guter Lage. Auch mit Renovierungsstau.

Kaufpreisvorstellung bis € 1.000.000,-

Kd-Nr: 11586

Großes Zuhause im Alstertal gesucht

Fünfköpfige Familie aus Süddeutschland sucht Haus mit Schulanbindung. Wohnfläche ab 180 m² und 5 Zimmern.

Kaufpreisvorstellung bis € 1.300.000,-

Kd-Nr: 11910

Unternehmerpaar aus der Schweiz sucht in Volksdorf

Einfamilienhaus in repräsentativer Wohnlage gesucht. Schöner Garten mit Privatsphäre ist gewünscht.

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





































bulthaup

am hallindamm



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



KINDERMÖBEL · STORE ALSTERTAL

Viele wunderschöne Geschenk- und Einrichtungsideen

Kostenloser Weihnachtsversand* bis vor die Tür

*gültig bis 18.12.2015

Kindermöbel-Specials und Weihnachtsangebote* zum 1. Jubiläum





BEHRMANN

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





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







GÜTLICHER WEIHNACHTSMARKT

Auch in diesem Jahr gibt es vom 28. November bis zum 13. Dezember auf **Gut Stockseehof**, Stockseehof 2 in Stocksee, wieder den traditionellen Weihnachtsmarkt. Über 120 internationale und nationale Aussteller präsentieren Christbaumschmuck, Holzspielzeug, geschmackvolles Kunsthandwerk und Antiquitäten sowie alles für die weihnachtliche Tafel: Enten, Gänse, Wildfleisch, Äpfel, Datteln, Nüsse und vieles mehr. Natürlich bietet das Gut auch Weihnachtsbäume in allen Sorten und Größen – frisch geschlagen aus dem eigenen Forst. Außerdem gibt es heißen Glühwein, kräftige Erbsensuppe, Gebäck und Waffeln aus der Gutsküche. Öffnungszeiten: 28.11.-13.12., tägl. von 11 bis 18 Uhr. Infos unter **Tel. 04526-1780** oder unter **www.stockseehof.de**



MENSCHENRECHTE gelten für alle!

Lin Recht auf Menschenrecht sollte jeder naben – ist klar, aber leider sieht es in der Wirklichkeit anders aus. Die aktuelle Flüchtlingspolitik ist eines von vielen Beispielen. Um mehr Bewusstsein für dieses wichtige Thema zu schaffen, ist vor kurzem die **Kampagne** "Recht auf Menschenrecht" gestartet. Mehr als 30 deutsche Prominente aus Musik, TV, gestartet. Mehr als 30 deutsche Prominente aus Musik, 1V, Sport und Medien sind in der Anzeigen-, Plakat- und Beweg-bild-Kampagne bis zum 10. Dezember, dem Internationalen Tag der Menschenrechte, auf zahlreichen sozialen Netzwer-ken zu sehen. Darunter auch Hamburger Prominenz, wie Udo Lindenberg, Tim Mälzer und Olli Dittrich! Mehr Informa-tionen unter: www.recht-auf-menschenrecht.de



SENATSEMPFANG FÜR JUGENDWEIHE

Jugendarbeit zu würdigen, lud der Senat Vertreter
von Jugendweihe Hamburg e.V., dem Bundesverband
und dem Säkularen Forum Hamburg zu einem
Empfang in das Hamburger Rathaus ein. Der Verein
möchte Jugendliche bei der Bildung ihrer Persönlichkeit unterstützen und ihnen helfen, sich in einer immer komplizierter werdenden Gesellschaft und Welt zurecht zu finden - u.a. durch Vermittlung ethisch-moralischer Werte und Einstellungen im freigeistigen Sinn. Näheres zentralen Veranstaltungen, Reisen und Ausfahrten sowie mehr Infos unter **Tel. 25 66 21** und **www.jugendweihe-hamburg.de**

jugen weihe

125 Jahre Jugendweihe in Hambura

Mit einer Jubiläumsfeier und einem Senatsempfang in Hamburger Rathaus beging Jugendweihe Hamburg e.V. das 125-jährige Jubiläum. Nun starten die Kurse und die offene Jugendarbeit für 2015/16.

Die Feiern finden am 16. April 2016 in der Laeiszhalle statt.



Näheres auf unserer Homepage: Angaben zu den 20 Kursen, Zentralen Veranstaltungen und Reisen und Ausfahrten.

www.jugendweihe-hamburg.de Kontakt:

Ruf: 25 66 21 oder 531 28 50 iugendweihe-hamburg@t-online.de

GLANZKLARE MÖBEL



Transparent und zeitlos – Möbel aus Acrylglas, mit jeder Stilrichtung kombinierbar. Größte Auswahl und jede Sonderanfertigung.

Möbel-Glanz

Alsterdorfer Str. 385, 22297 Hamburg Telefon 040 52980916 Onlineshop: www.moebel-glanz.de







Am Freitag, 20.11. + Samstag, 21.11.15 vorweihnachtlicher Basar und an allen 4 Adventswochenenden Weihnachtsmarkt, jeweils 11 -19 Uhr

Busshuttle ab dem 1. Adventsfreitag: Freitag, Samstag & Sonntag, jetzt auch stündlich von Hamburg ZOB direkt nach Basthorst · Abfahrtszeiten unter: Tel.: 04159 8252-0 www.GutBasthorst.de · Eintritt: € 5,- · Kinder unter 16 Jahre frei · keine Parkgebühr

Kunst & Genuss gewinnen



PALAZZO bittet seit dem 13. November wieder in Hamburg zu Tisch: Nach der gelungenen Rückkehr in die Hansestadt nach achtjähriger Pause und einer erfolgreichen ersten Saison, in der sich über 20.000 Gäste an einzigartigen Genusswelten - Unterhaltung und Haute Cuisine erfreuten, hat die Dinner-Show erneut für rund vier Monate im historischen Spiegelpalast an den Deichtorhallen ihre Pforten geöffnet. Die Gäste erwartet ein leckeres Vier-Gang-Menü von Cornelia Poletto mit Lachs, Maronensuppe, Rind und Pannacotta sowie internationale Artistik – von der Körperkunst über Musik bis hin zur Komik. Infos und Tickets von 59€ (nur Show) bis 145€ unter www. palazzo.org.Tickethotline: 01806 -388 883. Mit etwas Glück geht es auch for free: Wir verlosen 2x2 Eintrittskarten ab Januar! Wer zwei Tickets gewinnen möchte, der sendet bis zum 4.12. eine E-Mail an k.wehl@alster-net.de

WEIHNACHTSTRADITION

Enno Freiherr von Ruffin lädt am 20. und 21. November sowie an allen 4 Adventswochenenden, jeweils von 11 bis 19 Uhr wieder zum Weihnachtsmarkt auf Gut Basthorst ein. Rund 300 Aussteller präsentieren weihnachtliches für Haus und Garten sowie Kulinarisches. Auf die kleinen Gäste wartet eine Märchenwerkstatt. Dort kann nach Lust und Laune gespielt, musiziert, gebacken und gebastelt werden. Eltern können ihre Jüngsten ab vier Jahren für zwei Stunden in der Weihnachtswerkstatt unterbringen! Eintritt: 5 €, unter 16 Jahren frei. Weitere Infos zum Programm, Änfahrt sowie einem Busshuttle ab Hamburg gibt es unter www.gutbasthorst.de.

> Rund 300 Aussteller präsentieren alles für das Weihnachtsfest auf Gut Basthorst.







In Planung: Ensemble im Bauhausstil Spitzenlage unweit von der Distelkoppel entfernt

- Wohnfläche: je ca. 160 m²
- West-Grundstück: je ca. 528 m²
- Ruhige, alsternahe Toplage

Kaufpreis Haus B: € 868.000,00*

Energiepass liegt aufgrund Planungsphase noch nicht vor

Ein ganz besonderes Einzelhaus " Trumm`s Sextett "

Ein Wohn-Erlebnis mit 6 Ecken Distelkoppel 9 - 22339 Hamburg / Alstertal

- Wohnfläche: ca. 165 m²
- SW-Grundstück: ca. 711 m²
- Ruhige, alsternahe Toplage
- retro moderner Style
- Exklusive Ausstattung
- Inkl. Gartenanlage und Einbauküche

Kaufpreis: € 998.000.00*

Bedarfsausweis / 18,80 KWh /Luftwärmepumpe / Strom

Courtagefrei direkt von uns als Bauträger ! Inkl. Baunebenkosten, Außenanlage und Vollkeller

[Weitere Bauvorhaben in ausgesuchten Lagen: www.TrummImmobilien.de 🛮 🕿 040-59 61 00]

Trumm Immobilien GmbH

Hausbau - Makler - Bewertungen - Coaching



seit 1978

GERMAN DESIGN AWARD 2016 geht an Alstertaler

Ganz ausgezeichnet: das gilt seit kurzem im Wortsinn für die Lautsprecher der **Hamburger Manufaktur INKLANG**. Das Design ihrer Lautsprecher wurde Ende Oktober mit dem wichtigsten deutschen Designpreis – dem

German Design Award 2016 – in der Kategorie Entertainment ausgezeichnet. "Unser Designkonzept bringt höchste Ansprüche an die Klangqualität und gleichzeitig individuelles Design zusammen", so INKLANG Gründer und Inhaber Thomas Carstensen. Der Alstertaler legt dabei großen Wert auf individuelles und zeitloses Understatement. Das Besondere: Erstmalig können Kunden per Online-Konfigurator ihr Wunschmodell an ihren persönlichen Einrichtungsstil und ihre Hörgewohnheiten anpassen. Sieben erstklassige getestete Modelle mit insgesamt 400 Variationsmöglichkeiten stehen zur Verfügung, von audiophilen Zwei-Wege-Kompaktlautsprechern bis zu schlanken Standlautsprechern. Mehr Informationen unter Tel. 0800 724 238 8 und www.inklang.de.

Ausgezeichznetes Design: Die INKLANG Advanced Serie 13.2, sie kostet ab 999 € pro Box. In Tremsbüttel gibt es von der passenden Deko über Floristik bis hin zum Glühwein alles, was das Weihnachtsfan-Herz begehrt!



X-MAS AUF DEM **SCHLOSS**

Am 5. und 6. sowie am 12. und 13. Dezember sorgt der **Weihnachtsmarkt** "Weihnachtsträume" auf Schloß Tremsbüttel, Schloßstrasse 10 in Tremsbüttel, wieder für vorweihnachtliche Stimmung. Neben tollen Geschenkideen runden Glühwein, leckere Speisen und Live-Musik runden das Angebot des Weihnachtsmarktes ab, der selbstverständlich auch Angebote für Kinder bereithält. Öffnungszeiten: Sa. & So., 11–18 Uhr oder länger! Eintritt: 3,50 € / Kinder frei. Parkplätze vorhanden!





Premium-Service • Standard Premium-Service • Service • S

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



up!

Polo

Touareg

Golf Sportsvan / Golf Variant

Golf Cabrio/ Beetle/ Beetle Cabrio/ Jetta / Tiguan/ Scirocco/ Sharan

Passat / Passat Variant

JETZT RICHTIG SPAREN!

2.750,00 €*

3.000,00 €*

4.000,00 €*

5.000,00 €*

4.500,00 €*

10.000,00 €*

* Dieses Angebot gilt nur bei gleichzeitiger Inzahlungnahme Ihres Gebrauchtwagens (ausgenommen Audi, Skoda, Seat) mit mind. 6 Monaten Zulassungsdauer auf Ihren Namen Angebot gültig bis 30.11.2015. Bei Kauf gespart gegenüber der UVP des Herstellers.





*Volkswagen Agenturen im Auftrag der Auto Wichert GmbH ** Service Betrieb

Auto Wichert GmbH | www.auto-wichert.de

Historie

Volksdorf macht sich bereit für die Weihnachtszeit und das Museumsdorf bietet den perfekten Rahmen, um sich darauf einzustimmen. Es wartet mit zwei Highlights zu Beginn der Adventszeit auf: einem Märchenabend für Erwachsene am 22. November und mit einem historischen Weihnachtsmarkt am 5.& 6. Dezember.

Bereits zum 6. Mal veranstaltet die Frauenberatungsstelle ISIS einen besinnlichen Einstieg in den Advent: "Aus der Tiefe des Märchenbrunnens" schöpft die Märchenerzählerin Octavia Kliemt unter dem Motto "Märchen für Erwachsene" zauberhafte Geschichten. Dabei wird sie musikalisch begleitet von TriScurria. Zusätzlich stellen Keramik, Textilarbeiten und Fotos aus. Ein Büchertisch und Kulinarisches rundet das Angebot des Abends ab. Wann: 22. **November** um 17 Uhr, im Durchfahrtshaus des Museumsdorfes Volksdorf, Im Alten Dorfe 46 – 48. Eintritt inkl. Buffet: 14€ (AK). Er fließt als Spende zu 100% in die Arbeit mit jungen Mädchen, die ab einem Alter von 12 Jahren bei ISIS beraten werden. Weitere Infos unter www.beratungsstelle-isis.de

Weiter geht es am 5. Dezember von 14 bis 19 Uhr und am 6 Dezember von 11 bis 17 Uhr mit dem ländlichen historischen Weihnachtsmarkt im weihnachtlich geschmückten Museumsdorf. Viele Stände und Buden bieten handgearbeitete Produkte aus dem Museumsdorf. Für Kinder gibt es Spiele und das Karussell lädt zum mit fahren ein und im Stall werden Märchen vorgelesen. Die Besucher können sich schon einmal Ihren Weihnachtsbaum aussuchen und Mitglieder können ihr Jahrbuch mit nach Hause nehmen. Es gibt

interessante Informationen zu den verschiedenen Nutztierrassen, die im Museumsdorf leben. Kutschfahrten und weihnachtliche Musik runden das Programm ab.

Eintritt: Familien 9,50 Euro, Erwachsene 5 Euro, Schulkinder 1 Euro. Mitglieder haben gegen Vorlage ihrer Mitgliedskarte freien Eintritt! Weitere Infos unter www. museumsdorf-volksdorf. de.

Liebes-Äpfel, zubereitet wie vor 100 Jahren!



Am 22.11. gibt es im Museumsdorf Märchen für Erwachsene

für den Guten

Zweck.





Die neuen Multivan Original-Pakete: Hier ist wirklich alles drin. Auch ein Preisvorteil.

Für alle, die mehr erwarten: das Original-Paket für den neuen Multivan Highline, u.a. mit automatischer Distanzregelung ACC, Umfeldbeobachtungssystem "Front Assist" mit City-Notbremsfunktion, Navigationssystem "Discover Media Plus" und Wasser-Zusatzheizung mit einmaligem Preisvorteil.

Unsere Finanzierungsrate: 449, – €*
Gilt für den Multivan Highline, mit 2,0 | TDI Motor mit 110 kW, 6 Gang und Abgasnorm Euro 6 (Kraftstoffverbrauch in 1/100 km: innerorts 7,4, außerorts 5,5, kombiniert 6,2. CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 161), inkl. MwSt., Überführungs- und Zulassungskosten.

Fahrzeugpreis: 59.200,-€ 11.483,76,-€ Anzahlung: 47.716,24 € Nettodarlehensbetrag: Sollzins (gebunden) p. a.: 1,88% Effektiver Jahreszins: 1,9% Vertragslaufzeit: 48 Monate Schlussrate bei 10.000 km jährlicher Laufleistung: 29.080,85 €

48 monatliche Finanzierungsraten à 449,-€

¹ Preisvorteil beim Multivan Highline mit Original-Paket. Das Angebot gilt bis 31.12.2015. * Ein CarePort Angebot für Privatkunden der Volkswagen Bank GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig, in Zusammenarbeit mit Volkswagen Nutzfahrzeuge, für die wir als ungebun-

dener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für die Finanzierung nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Bonität vorausgesetzt. Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis.



Das Auto.

50.632,85 €

Ihr Volkswagen Partner

Gesamtbetrag:

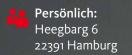
Petschallies NFA GmbH

Volksdorfer Weg 182, 22393 Hamburg Telefon 040/600 185-0, Fax -20, www.petschallies.de



Erleben Sie individuelle Betreuung mit nachhaltigen Finanzlösungen für höchste Ansprüche – herzlich willkommen in der Welt von Santander Select. Profitieren Sie vom Know-how einer der größten Banken der Welt mit exklusiven Select Produkten zu attraktiven Konditionen.

letzt in Ihrer neuen Santander Select Filiale Termin vereinbaren – wir freuen uns auf Sie



Telefonisch:040 - 21 09 11 30



PREMIUM-BANKING MIT PERSÖNLICHKEIT.

Unsere Santander Select TagesGeld Aktion – 1% Zinsen p. a. garantiert für 6 Monate bei 50.000 € Neuanlage.*



Zusätzlich Depot eröffnen und Neukundenprämie sichern!



Nespresso-Maschine: Bei einem Depotvolumen ab 70.000 €

Apple Watch:
Bei einem Depotvolumen ab 100.000 €





SELECT

What's up in **TOWN?**





HERBST BRUNCH

Zum alljährlichen Herbst-Brunch des Clubs der Optimisten hatte Gastgeber und Club-Vorsitzender Klaus Utermöhle diesmal Prof. Bernhard Pörksen als Gastredner in die Hanse Lounge geladen. Vor gut 200 Mitgliedern hielt er einen spannenden Impulsvortrag zum Thema "Vorsicht Shitstorm – Wie öffentliche Meinung im digitalen Zeitalter entsteht."



In guten Händen bei Blaesthetics



Susanne Bechtel ist Ärztin und Inhaberin der Praxen Blaesthetics 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.







Große Wellen schlug bei den Lesern eine Karte, die wir in der letzten Ausgabe abdruckten. Auf dieser hatte das Bezirksamt Flächen eingezeichnet, die groß genug für eine Bebauung mit Flüchtlingsunterkünften wären. Leser fragten: Welche dieser Gebiete werden tatsächlich bebaut? Sollen weitere Groß-Unterkünfte entstehen? Haben die Projekte Auswirkungen auf die Natur des Alstertals? Wir fragten nach beim SPD-Fraktionsvorsitzenden und Volksdorfer Dr. Andreas Dressel. Hier seine Antwort!

"Die in der letzten Ausgabe abgedruckte Flächenkarte hat das Bezirksamt angefertigt für die Auswahl von möglichen Flächen für den beschleunigten Wohnungsbau, da jeder Bezirk hierzu Flächenvorschläge machen musste. Die Karte führt nur die Flächen auf, die eine entsprechende Größe haben und im Eigentum der Stadt stehen - nicht mehr und nicht weniger. Aussagen zur Eignung für diesen beschleunigten Wohnungsbau enthält sie bewusst nicht, denn viele dieser Flächen sind für die Flüchtlingsunterbringung aus vielerlei Gründen auch vollkommen ungeeignet. Deshalb hat die Bezirkskoalition in Rückkoppelung mit den Regierungsfraktionen im Rathaus fast alle dieser Flächen auch ausgeschlossen. Die tatsächlich ausgewählten Flächen am Ring 3, am Poppenbütteler Berg und an der Glashütter Landstraße hat die Bezirksversammlung bereits beschlossen, die Bezirkskoalition hat diese bereits öffentlich gemacht – daran hat sich nichts geändert. Eine ausführliche Bürgerinformation wird hierzu folgen.

"Risiken vermeiden"

Wir sind schon jetzt mit vielen Multiplikatoren vor Ort im Gespräch, um zu klären, was nötig ist, um Risiken solcher Quartiere zu vermeiden. Uns erreichen viele besorgte Mails, die wir alle ernst nehmen – und trotzdem müssen wir einen machbaren Weg finden, damit wir in 2016 nicht wieder mit unwürdigen Behelfsquartieren über den Winter kommen müssen. Unabhängig davon werden angesichts des weiteren Zustroms an Flüchtlingen, den Hamburg nicht beeinflussen kann, losgelöst von der Karte des Bezirksamtes weiter Flächen geprüft – insbesondere in Ohlstedt, um die versprochene Nachfolge für das Zeltdorf hinzubekommen, und auch in Volksdorf, Sasel und Wellingsbüttel – auch um mehr Stadtteil-Gerechtigkeit bei der Unterbringungsverteilung im Hamburger Nordosten zu erreichen.

"Naturbelange im Blick"

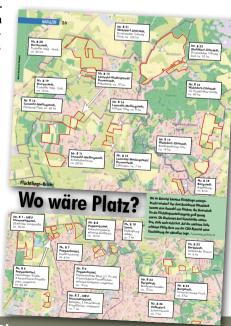
Eine prozentual exakte Verteilung auf die Stadtteile ist angesichts der unterschiedlichen Flächenverfügbarkeit leider nicht möglich. Bei

der Gesamtlage müssen wir weiter um Verständnis bitten. Selbstverständlich haben Politik und Verwaltung in diesen Prüfungen sowohl die Integrationsfähigkeit unserer Stadtteile als auch Naturbelange im Blick. Mit einem neuen Naturschutzgebiet im Hamburger

Nordosten werden besonders sensible Flächen zusätzlich unter Naturschutz gestellt – auch als Ausgleich für zahlreiche zusätzliche Baumaßnahmen im Zusammenhang mit der Bewältigung der Flüchtlingskrise."

Dr. Andreas Dressel

Sorgte für Wirbel: Eine Flächenkarte aus dem Bezirksamt, die das Alstertal Magazin in der letzten Ausgabe abdruckte. Wir fragten nach!



Der Stand der Planungen

Auf hamburg.de/fluechtlinge kann man die geplanten Einrichtungen für jeden Bezirk einsehen. Die Sozialbehörde ist außerdem unter fluechtlinge@basfi.hamburg.de per E-Mail und unter Tel.: 42863-0 erreichbar. Die Kontaktdaten für das Bezirksamt Wandsbek sind Tel.: 42828-0 sowie bezirksamt@wandsbek.hamburg.de!



MS EUROPA MS EUROPA 2

EINE KLASSE FÜR SICH.

"Keine anderen Schiffe erreichen zurzeit die hohen Standards, die MS EUROPA und MS EUROPA 2 und ihre Crews setzen."

Douglas Ward, Berlitz Cruise Guide

2016 erhielten die EUROPA und EUROPA 2 wiederholt als weltbeste Kreuzfahrtschiffe die höchste Auszeichnung: 5-Sterne-plus. Erleben Sie jetzt eleganten Luxus und die große Freiheit der höchsten Kategorie.





Gutes tun

Wie jedes Jahr, lud der Magazin Verlag Hamburg wieder Prominente und Persönlichkeiten aus allen Bereichen des aesellschaftlichen Lebens zum Hamburger Herbstempfang ein, um die Verleihung der Sozial-Oskars an besonders sozial engagierte Jugendliche zu feiern. Diesmal gab es einen ganz besonderen "Stargast"!

"Soziale Verantwortung hat in diesen Tagen eine neue Dimension erhalten", betonte Gastgeber Wolfgang E. Buss im Namen des Magazin Verlag Hamburg in seiner Eröffnungsrede vor den knapp 800 geladenen Gästen aus Kultur, Wirtschaft, Politik und Sport im Festsaal des Hotels Grand Elysée. "Vor uns liegt eine große soziale Herausforderung, die nicht nur die "Silver Surfer" unter uns betrifft, sondern die gesamte junge Generation."

Auch der Ehrengast, der bayerische Ministerpräsident a.D. Dr. Edmund Stoiber, pflichtete bei: "Wir wissen, dass soziale Marktwirtschaft oft harte Konsequenzen hat und dass sie auch viele Verlierer produziert. Man muss sich darum kümmern,

denen, die aus den verschiedensten Gründen Probleme in unserer Gesellschaft haben, zu helfen. Wenn das nicht mehr wäre, wären wir wirklich eine sehr kalte Gesellschaft geworden."

Moderator Yared Dibaba stimmte die Anwesenden mit seiner Band auch musikalisch auf die Verleihung der Preise ein. Die Preisträger wurden von einer hochkarätigen Jury (Nova Meierhenrich, Ina Menzer, Saskia Leppin, Mareike Fell, Sandra Quadflieg, Anna Heesch, Sanna Englund und Peer Kusmagk) ausgewählt.

> Die Namen der Preisträger und ihre Geschichten erfahren Sie auf Seite 32.



Box-Weltmeisterin Ina Menze und FDP-Chefin Katja Suding (r.)



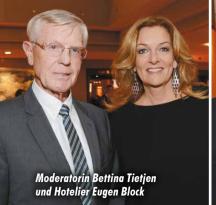




RAND EI

Sängerin

Leppin







Schauspielerin Sandra Quadflieg und Axel Beth, Dahler & Company

































Hamburger Herbstempfang 2015

Promis, Glamour, Gutes tun

Fortsetzung von Seite 29







LECKER!

Auch in diesem Jahr verwöhnte Peter Sikorra, Küchendirektor des Grand Elysée, mit seinem Team die Gäste: unter anderem mit den Klassikern Linguine aus dem Parmesanlaib mit Umbrischem Herbsttrüffel und Hamburger Kalbsbratwurst mit Trüffel, mit Dithmarscher Fasskraut und Laugengebäck – als Flying Dessert im Glas gab es warmen Valrhona- Schokoladenkuchen und Gebrannte Creme von der Tonkabohne.









Hamburger Tafel-Gründerin Annemarie Dose mit Enkel

Mats Reiher















Wir danken unseren Sponsoren und Partnern:





































Statistisch gesehen gehört das Badezimmer zu den am seltensten renovierten Räumen in einer Wohnung bzw. in einem Haus. Der Grund dafür liegt auf der Hand, denn eine Badrenovierung ist nicht mal eben so am Wochenende erledigt. Perfekten Service aus einer Hand zu nutzen — das ist das Leistungsangebot der Garant Profis, wenn es um die Renovierung oder Sanierung von Badezimmern geht.

Gerade beim Badezimmer ist es wichtig, von A-Z mit einem Experten zu arbeiten, der sein Fach versteht. So vermeidet man Fehler in der Planung, die später zu unnötigen Verzögerungen etc. führen können. Denn bei der Planung geht es nicht nur um das, was man später sieht: Welche Badewanne man wählt oder die barrierefreie Dusche – bei der Planung wird auch berücksichtigt, welche Sanitär- bzw. Klempner-Gewerke benötigt werden. Die Garant Profis sind solche Experten, die mit viel Sachverstand und einem hohen Qualitätsanspruch beraten und agieren. Sie gehören zum Geschäftsbereich Bad + Haus des Marketing- und Einkaußverbandes Garant Gruppe. In der Metropolregion Hamburg finden Sie auch einen Garant Profi in Ihrer Nähe.

Mehr dazu erfahren Sie auf der Website: www.garant-profi-hamburg.de





Ihre Traumbad-Checkliste:

- 1. Stil des Bades: Klassisch & elegant, jung & modern, puristisch oder eher mediterran etc.?
- 2. Für wie viele Personen und welchen Alters soll das neue Bad geplant werden?
- 3. Welche Einbauten sind erwünscht: Anzahl der Waschtische, Badewanne und oder Dusche, WC und Bidet? Welche Badmöbel wünschen Sie sich?
- 4. Wie soll die Beleuchtung erfolgen, um für Atmosphäre und Sicherheit zu sorgen?
- 5. Welche Heizungsart sorgt für wohlige Wärme: Heizkörper oder Fußbodenheizung?
- 6. Welche Materialien und Farben schätzen Sie besonders? Dies gilt für die Fliesenauswahl, aber auch für die Gestaltung der Badmöbel.

Frank Harth ist zertifizierter Garant Profi und ein Experte, wenn es um die Planung und Umsetzung von neuen Badezimmern geht. Er hat uns im Interview wichtige Fragen beantwortet und wertvolle Tipps gegeben.

AM: Die Frage, die unsere Leser sicher am meisten interessiert ist die, wie viel Zeit eine Badezimmer-Sanierung in Anspruch nimmt.

FH: So pauschal lässt sich das eigentlich nicht beantworten, denn das hängt damit zusammen, wie das neue Traumbad aussehen soll. Dabei ist die Größe nicht das Entscheidende, sondern die Sanitär-Architektur – sprich, wo sollen Wasseranschlüsse gelegt werden, was muss verändert, erneuert oder ganz neu installiert werden. Auf Basis dieser Abstimmungen wird für alle Arbeiten ein verbindlicher Fertigstellungstermin festgelegt. So kann der Kunde sicher sein, was er bis wann erhält.

AM: Das heißt also, man muss nicht die ganze Zeit auf sein WC verzichten? FH: Natürlich nicht – das ist das große Vorurteil und hält viele Menschen davon ab, sich endlich das neue Traumbad zu gönnen. In der ganzen Sanierungsphase kommt es zwar immer wieder zu Zeiten, in denen die Toilette nicht genutzt werden kann – aber selbst für diese Phasen haben wir Lösungen, die weiterhin für eine gute Wohnqualität sorgen.

AM: Wie viel Schmutz entsteht bei einer Badezimmer-Sanierung? FH: Super, ich bin froh, dass Sie mir diese Frage stellen, denn schließlich liegt es auch mir sehr am Herzen hier mit den bestehenden Vorurteilen aufzuräumen. Stichwort: Staub & Schmutz. Natürlich ist das Entfernen von alten Bädern und Fliesen eine Arbeit, bei der es auch mal etwas gröber zugeht, aber: Wer mit einem Garant Profi zusammenarbeitet, der hat seinen persönlichen Experten auf seiner Seite, der es auch versteht, Ihre Wohnung oder Ihr Haus vor Staub und Schmutz zu schützen. Gerade am sauberen Arbeiten erkennt man den Fachmann.

AM: Woher kommen die Ideen und Inspirationen für das neue Traumbad? FH: Die Garant Profis haben in Hamburg eine eigene Badausstellung im Hause Dörfer Fliesen in Wandsbek – dort sind verschiedenste Bäder installiert. Man kann sich unterschiedliche Designs, Techniken, Sanitärmöbel etc. anschauen und bekommt so einen hervorragenden Eindruck von den Möglichkeiten. Wenn wir dort mit unserem Kunden vor Ort sind, wird sehr schnell deutlich, wie das Traumbad gestaltet werden soll.

AM: Was kostet denn im Schnitt so ein Traumbad aus Garant Profi Hand? FH: Von – bis! Wer zum Beispiel die sprichwörtlichen goldenen Wasserhähne wünscht, kann natürlich ein wahres Vermögen ausgeben. Aber Spaß beiseite, der Kunde erhält von uns auf Basis eines zusammen mit ihm abgestimmten Gesprächprotokolls ein Komplettbad-Angebot zum verbindlichen Festpreis, ohne versteckte Nebenkosten.

Das Interview führte Anne Martens

Garant Profi Badausstellung im Hause Dörfer Fliesen

Schimmelmannstraße 157 • 22043 Hamburg

Tel. 040 / 67 04 68 14

Mo – Fr: 14:00 – 18:00 Uhr • Sa: 10:00 – 14:00 Uhr und nach Terminabsprache • www.garant-profi-hamburg.de



Ihre Garant Profis in der Metropolregion Hamburg:



























Hamburger Herbstempfang 2015



Gewinner!

Aus acht finalen Bewerbern für den Sozial-Oskar 2015 wurden Bronze-, Silber- und Gold-Gewinner ausgewählt. Zusätzlich gab es einen Oskar für besonders nachhaltiges Verhalten.



Gold: Lukas Thiel (19)

Der Gewinner des Abends war Lukas Thiel. Er ist Geschäftsführer der Schülerfirma "Netthelp", ein Projekt der Stadtteilschule Richard-Linde-Weg. Schüler der Oberstufe bearbeiten reale Aufträge aus den Bereichen Computer-Service und Internetbetreuung. Ziel ist, dass Schüler erleben sollen, wie ein richtiges Unternehmen funktioniert. Es resultieren: kostengünstigen Betreuung der Rechner, Hardware-Spenden und ehrenamtlich betreut Webseiten und regelmäßige Sprechstunden für Senioren, bei denen sie den Umgang mit Smartphones und ähnlichen Geräten erlernen.



Silber: Max-Fabian Wolff-Jürgens (20)

Toleranz zeigen und Menschlichkeit beweisen, dass sind zwei Eigenschaften, die sich der 20-Jährige Max-Fabian seit Jahren sehr zu Herzen nimmt. 2012 gründete er die Initiative "Jung gegen Rechts" Im August dieses Jahres gründete der Hamburger zusätzlich den Verein "Stimmen des Nordens" und ruft nun alle Menschen auf, Flagge zu zeigen und Stellung zu der aktuellen Flüchtlingslage zu nehmen. Durch seinen ersten prominenten Unterstützer, Carlo von Tiedemann, konnte Max-Fabian mittlerweile mehr als 70 prominente Stimmen per Video-Selfie gewinnen, u.a. Roger Cicero.

Nachhaltigkeitspreis: Felix Finkbeiner

Felix Finkbeiner hat im Alter von neun Jahren beschlossen die Initiative "Plant for the Planet" zu gründen. "Kinder könnten in jedem Land der Erde eine Million Bäume pflanzen. Und so auf eigene Faust einen CO2-Ausgleich schaffen, während die Erwachsenen nur darüber reden. Denn jeder gepflanzte

Baum entzieht der Atmosphäre pro Jahr ca. 10 kg CO2", erzählt Felix. Heute sind über 100.000 Kinder weltweit für Plant-forthe-Planet aktiv. Bis 2020 sollen weltweit 1.000 Milliarden Bäume gepflanzt werden.



Bronze: U16 - UHC Hamburg —Juli-Harnack-Turnier

Stellvertretend für 10 Jahre Juli-Harnack-Turnier wurden Florian Fuchs, Jasmin Rundshagen, Leonard Gerndt und Luis Bernstein ausgezeichnet. Julian Harnack, Hockey- Sturmtalent der männlichen Jugend am UHC, verstarb an einem Hirntumor. Seit dem Jahr 2007 veranstalten die U16-Teams des UHC das Juli-Harnack-Turnier. Der Erlös der Turniere wird an das Kinderkrebs-Zentrum des UKE gespendet.

Zur Info:

Mit dem Deutschen Sozial-Oskar werden Kinder und Jugendliche mit besonders hohem sozialen Engagement ausgezeichnet. Mehr Infos unter: **www.hamburger-herbstempfang.de**.





Hauen Sie Ihr Weihnachtsgeld nicht auf den Kopf, sondern auf den Boden!



Bad, Sanitär & mehr!









Wann wird's endlich Grun?

Am 12.11. fand zum vierten Mal der bundesweite "Green Day" statt — ein Tag für Schüler, um sich über Berufsund Studienperspektiven im Klima- und Umweltschutz
sowie das Thema Nachhaltigkeit in Berufsfeldern zu
informieren. Auch im Alstertal fand eine Veranstaltung
statt. Das haben wir uns mal genauer angesehen!

usanne Klaar ist mit ihrem Design Büro in Bergstedt bereits zum dritten Mal beim Green Day dabei, "ich finde, dass der Green Day eine gute Herangehensweise für Schüler ist, sich mit Umwelt-Themen und Berufen, die sich mit Nachhaltigkeit beschäftigen, auseinanderzusetzen" erzählt sie über ihre Intention. Vier Mädchen zwischen 14 und 15 Jahren sind am Green Day bei Susanne Klaar angemeldet. Dunja von der Stadtteilschule Am Heidberg erzählt: "Unser Lehrer hat uns mehrere Berufe vorgestellt und wir haben uns hierfür entschieden. Wir sind zum ersten Mal beim Green Day dabei!" Dunja und Carina von der Stadtteilschule Am Heidberg, sowie Jilina und Medea von der Albert-Schweitzer-Schule sind neugierig auf das Thema "Nachhaltigkeit im Design" und dürfen nach einigen Start-Infos selber ein Storyboard für einen Stop-Motion-Film entwickeln. Am Schluss verrät Susanne Klaar "mich stört die Aussage ,wenn Nachhaltigkeit nicht mehr kostet, dann wollen wir das, ansonsten, nö, wollen wir nicht... 'Ich denke, das ist eine falsche Haltung, hier muss sich noch einiges verändern!" Wenn Sie als Schule nächstes Jahr auch am Green Day teilnehmen möchten, Infos gibt es unter www.greendaydeutschland.de. mk



Medea, Jilina, Dunja und Carina (von I.) erfuhren am Green Day bei Susanne Klaar, was es mit Nachhaltigkeit in Kommunikation und Design auf sich hat.



Die Mädchen-A-Mannschaft vom UHC (Foto) holte sich die Meisterschaft. Nach Abpfiff gab es großen Jubel!

Deutscher Feld-Hockey-Meister!

ach einem spannenden Finale holten die Mädchen A vom UHC den Meistertitel nach Wellingsbüttel. Vor einer großen Zu-Feld-Hockey-Meister schauerkulisse – es waren knapp 400 auf die Anlage des Klipper THC, wo das Finale am 25. Oktober ausgetragen wurde, gekommen – schoss sich der UHC mit 1:0 in Führung. Die erst verdiente Führung. weil die UHC-Mädchen laut des anwesenden U18-Bundestrainers Markku Slawyk ..anfangs wacher" waren, hing es lange am seidenen Faden. Pfosten und Pech verhinderten mehrfach den Ausgleich. Mit dem 2:0 machten die Mädchen A vom UHC dann den Sack zu. Da reichte auch der Anschlusstreffer der Klipper-Mädchen nicht. Für Markku Slawyk war es eine "gute, spielstarke Endrunde auf hohem Niveau". Sonderpreise erhielten Lara Behn, Lisa Nolte, YaniZhong (alle UHC) und Liz Elaine Stange (Klipper).



Durch das effiziente Training von Trainer Stephan Haumann gewannen die UHC-Mädchen A gegen Klipper THC.

Erste Hilfe für Ledermöbel



Mädchen A

2015

Wir reinigen und restaurieren Ihre Ledermöbel, ausgebleichte Lederteile, speckige Stellen, Flecken, Risse und Abschürfungenohne 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



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





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 (Schautag) 12-17h · info@vok-ag.de · www.vok-ag.de

Bücher zum Advent

Für Kinder gibt es kaum Schöneres, als von den Eltern Geschichten vorgelesen zu bekommen. Besonders die Lesestunden in der Adventszeit – bei Kerzenschein, Kinderpunsch und Weihnachtsgebäck - bleiben ewig in Erinnerung. Unsere Empfehlungen für die Adventszeit:

> Adventskalender: Geheimnis im Schnee

ab 10 Jahren



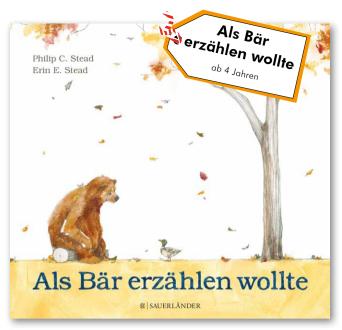
Kim, Franzi und Marie sind Die drei !!!. Seltsame Lichter und geisterhafte Töne versetzen die Teilnehmerinnen des Nachtrodelrennens auf der neuen Bahn am Waldrand in Anast und Schrecken. Die drei !!! haben 24 Tage Zeit das Rätsel zu lösen. Öffne Tag für Tag die verschlossenen Seiten und begleite Die drei !!!. Neben snannenden Geschichten & Illustrationen sind auch 24 Tipps & Tricks, Rezepte sowie Geschenkideen von Kim, Marie und Franzi enthalten. Kosmos, 208 Seiten, 9,99€

Weihnachten steht vor der Tür. "Die drei ???" besuchen die GameFame, eine landesweit berühmte Spielzeuamesse. auf der eine tolle neue Actionfiguren-Serie vorgestellt werden soll: die Heroes of the Universe! Doch da bricht der Redner plötzlich zusammen. War das ein Anschlag auf sein Leben? Die Ermittlungen beginnen - und Justus, Peter und Bob haben nur 24 Stunden Zeit...

Kosmos, 176 Seiten, 9,99€

Die drei ??? Stille Nacht düstere Nacht ab 10 Jahren





Sich Zeit nehmen, gemütlich zusammensitzen und sich spannende Geschichten erzählen – was kann es Schöneres geben? Bär möchte das auch gern. Aber keiner seiner Freunde hat so richtig Ruhe, seiner Geschichte zu lauschen. Es ist bald Winter, und Maus sammelt eifrig Körner. Auch Ente muss sich auf ihren Flua in den Süden vorbereiten. Maulwurf schläft länast in seinem Bau. Geduldig hilft Bär seinen Freunden bei den Vorbereitungen auf die kalte Zeit. Wird noch jemand wach sein, um seine Geschichte zu hören? Erst im Frühling scharen sich die Freunde um Bär herum und lauschen gespannt, was er zu erzählen hat. Sauerländer, 32 Seiten, 14,99€



Seit nunmehr 45 Jahren finden die Abenteuer des struppigen kleinen Grautiers jedes Jahr aufs Neue begeisterte Leser und Zuhörer! Gespannt verfolgen sie, wie der kleine störrische Kerl, mit dem niemand in Nazareth etwas anfangen kann, sich unter der Hand Marias in einen flinken und willigen Helfer verwandelt. Wie er und die anderen Tiere im Stall behutsam Marias Schwangerschaft bealeiten und wie er sie tapfer auf seinem schmalen Rücken nach Bethlehem trägt! dtv junior, 128 Seiten, 5,95€

Marias kleiner Esel ab 4 Jahren

AKLAK, der kleine Eskimo

ab 6 Jahren

Eisschollefahren strengstens verboten! Doch für Aklak, den kleinen Eskimo, gibt es nichts Schöneres als sich zusammen mit seinen Freunden vom großen Wal durch die Bucht schieben zu lassen und die Eisberge zu beobachten. Aber ausgerechnet die großen Eskimojungs aus der dritten Klasse ertappen die Freunde dabei. Sie haben den kleinen Eskimo schon lanae auf dem Kieker und fordern ihn zum Schlittenrennen heraus. Es kommt anders als vom kleinen Eskimo erwartet und sogar noch besser als in einem Traum. Cbj Verlag, 144 Seiten, 12,99€



Beweisen Sie guten Geschmack beim Ein-







Spielst du schon

das Neueste?

Ob "Mensch-ärgere-dich-nicht" oder "Siedler von Catan" – Gesellschaftsspiele sind Kulturgut. Aber warum nicht mal selbst eins erfinden? Shaun Graham aus Fuhlsbüttel tut das – und trifft sich regelmäßig mit anderen Spieleerfindern zum Austausch. Wir waren dabei!

"Als meine Tochter auf die Welt kam und ich Elternzeit nahm, hatte ich ein wenig Zeit, mich auf mein Hobby zu konstruieren", erzählt Spieleautor Shaun Graham. "Als PR-Berater bin ich halt Netzwerker, ich bringe gern Menschen zusammen. Ich finde, gerade für Spiele macht das Sinn. Ein Spiel ist nämlich eher ein Gemeinschaftsprojekt als etwa ein Buch. Leute müssen daran arbeiten und ausprobieren, damit es Spaß macht." Und genau dafür gründete der Fuhlsbüttler vor knapp über einem Jahr das "Spielwerk Hamburg", das Wettbewerbe und Workshops organisiert und regelmäßig im Kulturhaus Eppendorf zu einem öffentlichen Spieleabend einlädt, bei dem Spielen und Ausprobieren angesagt ist. Spielerfinder-Veteranen sind dabei, aber auch Neulinge führen ihre Projekte vor. Denn das zweite Ziel des Spielwerks ist, es Menschen dazu zu ermuntern, selbst Gesellschaftsspiele zu entwickeln. "Fast jeder erfindet gern Spiele, insbesondere Eltern für ihre Kinder", erklärt Shaun Graham. "Das ist ein unheimlich kreativer und bereichernder Prozess. Spieleautoren sind keine einsamen Genies – im Spieleentwickeln steckt auch viel Handwerk. Hier kann man das Handwerk lernen." Und dabei wird naturgemäß viel gespielt, oftmals mit Prototypen, die (noch) gar nicht auf dem Markt sind. Auch freundliche Kontakte in die Spielebranche bestehen, so gab es in diesem Jahr etwa in Zusammenarbeit mit dem Verlag Pegasus Spiele einen Wettbewerb, wer das beste Mikrospiel

entwickelt – also ein Spiel, das mit möglichst wenig Materialien und Regeln auskommt.

Doch auch wer keine Autoren-Ambitionen hat, darf beim Spielwerk vor-

> Spieleautoren sind keine "einsamen Genies" – wer ein gutes Spiel entwickeln möchte, braucht Mitstreiter!



Shaun Graham erfindet Gesellschaftsspiele – und bringt Spielbegeisterte zusammen!

beischauen, sagt Shaun Graham: "Ich möchte allen einen Einblick geben: Wo kommen eigentlich die Spiele her, die bei Karstadt im Regal stehen? Die hat sich irgendwer ausgedacht und getestet, und

das macht er mit hoher Wahrscheinlichkeit nicht hauptberuflich, sondern als Hobby abends, wenn Kinder und Frau schlafen, dann setzt er sich hin mit Prittstift und Papier und bastelt seinen Prototypen." Genau diese Tüftler hinter den Spielen kann man in Eppendorf kennenlernen. Oder wer weiß – vielleicht wird man auch selbst zu einem! Christian Luscher



Bei den Treffen vom Spielwerk Hamburg können Spieleentwickler Ideen testen und Interessierte neue Konzepte ausprobieren!

SPIELEERFINDER ODER -TESTER WERDEN!

Jeden ersten Mittwoch des Monats findet das offene Spielwerk-Treffen im Kulturhaus Eppendorf, Julius-Reincke-Stieg 13, statt. Wer Lust auf Spiele hat oder sogar eigene Ideen weiterentwickeln möchte, ist willkommen. Der Spieleabend ist kostenlos; eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Mehr Infos auf www.spielwerkhamburg.de!



Die Henneberg Bühne versammelt mehrere Märchenfiguren in einem Stück!

SPANNENDER "MÄRCHENMIX"

Die Henneberg Bühne präsentiert "Weihnachten im Märchenland", ein Kinderstück von Belinda Ley (Regie: Katrin Grzesiak) Zum Inhalt: Im Wolkenhaus von Frau Holle herrscht große Aufregung, denn durch einen Zauber der bösen Hexe, hat sich der Weihnachtsmann den Fuß verstaucht. So kann er unmöglich zur Erde reisen und die Weihnachtsgeschenke verteilen. Sechs bekannte Märchenfiguren, unter ihnen der Wolf, Froschkönig und Hans im Glück bewerben sich um die Vertretung. Dabei zeigen sie ihr ganzes Können. Und ganz wichtig: die Kinder im Publikum sind die Jury! Aber wie das so ist im Märchen: die Hexe will die Vertretung verhindern und entwickelt immer neue Unarten um die Kinder auf der Erde zu ärgern. Also: erst einmal muss die Hexe bekämpft werden, sonst läuft gar nichts. Das Ganze ist eine "Castingschow im Märchenland" für Menschen zwischen 4 und 99 Jahren.

Kartenverkauf

Vorstellungen am 5.12., 6.12., 11.12., 12.12. und 13.12. Im Festsaal des Hospital zum Heiligen Geist, Hinsbleek 11. Eintrittspreis 7€

Kartenbestellungen unter Tel. 040/606 42 96 oder an der Abendkasse

karten@hennebergbuehne.de, www.hennebergbuehne.de









DUFTIGE WEIHNACHTSBÄUMCHEN

Egal ob am Türknauf oder am Spiegel: Diese Weihnachtsbäumchenaus Stoff verbreiten überall Weihnachtsstimmung für Auge und Nase. Ihre Stämmchen nämlich sind aus duftigen Zimtstangen.

Sie brauchen: Tonkartonrest, Bleistift, Schere, Stoffreste, Zimtstangen, Messer, Heißklebepistole, Dünne Bändchen, Nähmaschine, Farblich passendes Nähgarn, Füllwatte

1. Zunächst ein spitzwinkliges Dreieck in der gewünschten Baumgröße auf Tonkarton zeichnen und ausschneiden. Den Stoff doppelt legen, das Tonkartondreieck als Schablone benutzen und auf den Stoff übertragen. Die zwei Stoffdreiecke mit einer Nahtzugabe von 0,5 Zentimetern ausschneiden.

2. Mit einem Messer in ein Ende einer Zimtstange einen Schlitz

hineinschneiden und das Pappdreieck hineinstecken. Mit Heißkleber fixieren.

3. Die Stoffdreiecke rechts auf rechts legen. Ein 20 Zentimeter

langes Bändchen doppelt nehmen und an der Spitze mit der Schlaufe nach innen zwischen die beiden Stofflagen legen. Den spitzen Winkel mit der Nähmaschine an den Kanten zusammennähen, die untere Seite offen lassen. Anschließend auf rechts wenden.

4. Das Tonkartondreieck mit der Zimtstange in die Stofftasche

schieben und auf beiden Seiten des Tonkartons mit etwas Watte ausstopfen. Die untere Naht von Hand schließen.

WEIHNACHTEN IN HAMBURG NEUES AUS DER CHOCOLATERIE "DIE ISE"

Rechtzeitig zum Fest der Liebe gibt es wieder eine neue Kreation von Christiane Welschlau (Die Ise) – eine quadratische Tafel Schokolade aus edelsten Zutaten, die die weihnachtliche Ansicht der Binnenalster mit der beleuchteten Tanne zeigt. Die Vorlage lieferte eine Zeichnung des Künstlers Uwe Schildmeier. Selbstverständlich warten auch in





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



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

F

SASELER MARKT-APOTHEKE

Saseler Markt 12 b / Ecke Waldweg · 22393 Hamburg · Tel.: 601 80 20 www.saselermarkt-apotheke.de QMS-zertifiziert DIN 9001: 2008

CAUDALÍE



Unser Nikolausgeschenk an Sasel:

Caudalie "**INSTANT BEAUTY**" Aktionstag am 07.12.15

Instant Beauty ist eine Hautanalyse gefolgt von einer persönlichen, entspannenden Pflegebehandlung auf dem Make-up Stuhl von Caudalie.

Auch ohne Pflegebehandlung ist natürlich auch eine persönliche ausführliche Hautanalyse möglich.

Vereinbaren Sie Ihren Termin persönlich bei uns in der Apotheke oder unter 040 60180 20

Fit und begleitet im eigenen Zuhause



- Gedächtnistraining und Gespräche
- Begleitung und Fahrdienst
- Unterstützung bei kaufmännischen Angelegenheiten
- Kochen und Backen
- Spaziergänge und und und...

Katharina Urbanek, Gedächtnistrainerin (BVGT), Bankkaufmann, Diplomkaufmann Kh.urbanek@web.de, Tel. 536 28 65





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

FACHBETRIEB Rollladen- und Sonnenschutz techniker-

vww.markisen-droste.de

Stimmungsvolle Weihnachtsdeko

MOND-UND STERNCHENPASTA

Kleinen und großen Sternenguckern schmecken diese Nudeln mit Kakao und Zimt ganz himmlisch zu Vanilleeis und heißen Kirschen oder einfach pur mit warmer Vanillesoße.

Sie brauchen für 4 Personen: 300 g Weizenmehl, 3 Eier, 1 Prise Salz, 1 EL Kakaopulver, 1 TL Zimt, Ausstechformen Mond und Sterne

1. Das Mehl in eine Schüssel sieben. Eier und Salz zugeben und alles mit den Händen gründlich zu einem geschmeidigen Teig verkneten.

2. Den Teig in zwei Teile teilen. Eine Teighälfte mit dem Kakao, die andere mit dem Zimt noch einmal kräftig durchkneten, bis sich Teig und Gewürze gut vermischt haben. Beide Teige 30 Minuten ruhen lassen.

3. Die Teige mit der Nudelmaschine zu dünnen Platten ausrollen. Die Teigplatten auf eine bemehlte Fläche legen, Monde und Sterne ausstechen und auf Holzbretter zum Trocknen legen. Die getrockneten Nudeln in Gläser oder Dosen luftdicht verpacken.

4. Die frisch zubereiteten Nudeln in kochendem Salzwasser zwei bis drei Minuten kochen, getrocknete Nudeln je nach Größe und Dicke etwa fünf Minuten.



SALZTEIGANHÄNGER

Fast schon selbst ein Geschenk sind diese Anhänger aus gestempeltem Salzteig. Sie sind sehr dekorativ als Geschenkanhänger, machen sich aber auch herrlich am Weihnachtsbaum. Der blitzschnell und günstig hergestellte Teig ist ideal für das Adventsbasteln mit den Kleinen.

Sie brauchen: 200 g Weizenmehl, 100 g Kartoffelstärke, 200 g Salz, 150 ml Wasser, Teigrolle, Stempel, Stempelkissen in Rot, Ausstechformen, Kordel

Mehl, Stärke und Salz mischen und mit Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Den Salzteig ausrollen.
 Die Teigplatte nun nach Wunsch bestempeln. Dazu Muster mit kleinen Motiven auf die Teigplatte stempeln oder große Stempel verwenden und dann nur Teile davon ausstechen.
 Aus den bestempelten Platten Formen ausstechen und auf ein Backblech legen. Für die Aufhängung mit einem Zahnstocher ein Loch in die Form stechen. Im Backofen bei niedriger Temperatur (100 °C) zwei bis drei Stunden trocknen lassen. Die Salzteiganhänger auskühlen lassen. Zum Schluss

Bastel-Tipp:
Damit der Salzteig hell bleibt, darf der Backofen nicht zu heiß

werden. Klemmen Sie einen Kochlöffel in die Tür des Backofens. So kann die Feuchtigkeit besser abziehen.

eine Kordel durch das Loch fädeln und verknoten.

SASEL

ANZEIGEN-SPEZIAL

STRAHLENDE HAUT

AUCH IM WINTER!

Wie der Nebel in der Natur, legt sich im Herbst oft ein Grauschleier auf die Haut. Nutzen Sie die kürzer werdenden Tage und lassen Sie Ihre Haut und Seele mit einem Herbstpflegeprogramm im **Kos**metikinstitut Bardun, Kunaustraße 33 b in Sasel, verwöhnen: Produkte mit viel Feuchtigkeit sind da selbstverständlich. Aber die Expertin kann noch mehr tun. Zunächst werden die abaestorbenen Hautschüppchen durch ein Enzyme-Peeling oder Mikrodermabrasion sanft entfernt. Danach verbessern wirkstoffintensive Seren den Stoffwechsel sowie die Zellversorgung und sorgen für den Frische-Kick. Geheimtipp: Schon an Weihnachten denken! Stressfrei bereits jetzt einen Gutschein bestellen und Heiligabend kann kommen. Alles weitere unter www.kosmetik-bardun.de oder Tel. 87 08 56 58



Angelika Bardun, Expertin für strahlendes Aussehen und gesunde Haut.









Erinnerungen von Ursula Willer:

"Man muss Muss Muss haben"

Die Kriegs- und Nachkriegsjahre: Das Wissen darüber geht bei vielen Nachgeborenen nicht weiter als der Geschichtsunterricht. Das dachte sich auch Ursula Willer. In einem Buch hat die Wellingsbüttlerin ihre Erinnerungen an ihre Kindheit im Rostock des Zweiten Weltkriegs und ihre Jugend beschrieben. Das Alstertal Magazin sprach mit ihr über ihre Geschichte, ihre Träume und Alpträume.

s hat sich alles so angesammelt. Es ist bei uns Alten so, dass wir mit unseren Gedanken zurückgehen. Wir haben ja im Grunde die Kriegs- und Nachkriegszeit nie aufgearbeitet. Keiner. Weder meine Eltern, noch wir als Nachgeborene. Irgendwann bricht es ja hervor." So erklärt Ursula Willer den Anlass für die Veröffentlichung ihres Buches "Jahre wie damals – 1935-1951". Und noch eine andere Beobachtung war Auslöser für das Werk: "Ich merke an meinen Enkeln – die wissen ja noch nicht einmal mehr vom Mauerbau! Von Hitler wissen sie, aber dann hört das auch schon auf. Ich dachte, für die Enkel schreibst du das jetzt."

Nicht nur ihre Enkel, sondern alle Interessierten können in den Erinnerungen jetzt lesen, wie einengend und gefährlich das Leben im Rostock des Zweiten Weltkriegs war. "Wir hatten ja als Kinder keine Freiheit. Wir mussten immer zu Hause oder in der Umgebung sein, weil ja wieder ein Alarm kommen konnte. Wir hatten ein ganz anderes Leben." Ursula Willer lebte zusammen mit ihren Brüdern und ihrer Mutter – der Vater war von den Russen "abgeholt" worden und kam erst 1951 zurück. Er zog mit der Familie nach Hamburg, wo er in Hummelsbüttel eine Zahnarztpraxis eröffnete. "Ich hätte gern studiert", erzählt Ursula Willer, "für meinen Vater war es aber selbstverständlich, dass die Söhne studieren und selbstverständlich, dass ich nicht studiere. Ich habe mich gefügt und Schneiderin gelernt. Das hat mir viel Freude gemacht, ich war eine gute Schneiderin." Das junge Mädchen ist entschlossen, mehr zu werden als eine

Hausfrau – in den rigiden 50er-Jahren ist das trotz Wirtschaftswunder immer noch keine leichte Aufgabe.

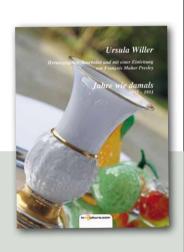
Über eine Patientin ihres Vaters wurde der Kontakt zu Rolf Willer hergestellt – das Traditionsunternehmen hat seit 1943 seinen Sitz in Wellingsbüttel. Der erste Kontakt zwischen den beiden, ein Termin zum Kaffeetrinken, verlief allerdings nicht sehr vielversprechend. "Er war furchtbar hibbelig", erinnert sich Ursula Willer. "Da habe ich gedacht: Den nimmste ja nie, den siehst du nicht wieder." Sie sahen sich wieder – und schließlich heirateten sie doch. Ursula Willer stieg ins Juweliers-Geschäft ein kümmerte sich um die Familie, betätigte sich künstlerisch und engagierte sich lokal.

Auch mit den Stätten ihrer Kindheit hat sie heute ihren Frieden gemacht. "In den Neunzigern hatte ich Alpträume. Ich hatte gelesen, dass man diesen Alpträumen entgegenwirken soll. Darum bin ich in Rostock mit meinem Mann und meiner Nichte meinen alten Schulweg gegangen. Von zu Hause bis dahin, wo ich immer meine Freundin abgeholt hatte, zum Gymnasium rauf. Dann hatte ich keine Alpträume mehr. Ich hatte mein Rostock wieder, das ich damals verlassen hatte. Seitdem bin ich mit der Stadt ausgesöhnt."

Gefragt, was sie nach ihren Erfahrungen den jungen Menschen des 21. Jahrhunderts raten würde, sagt Ursula Willer nach kurzem Nachdenken: "Man muss Mut haben. Ich hatte ja auch Mut und bin nicht die Hausfrau geworden, die ich damals hätte werden müssen."

Christian Luscher

t



Das Buch

"Jahre wie damals – 1935-1951" ist bei in-Cultura.com erschienen, hat 156 Seiten und kostet 14,80 Euro. Neben diesem Buch hat Ursula Willer auch weitere Bücher veröffentlicht, die sich mit historischen Themen, aber auch der Vergangenheit ihrer Familie beschäftigen.







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

SEHENSWERT

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



ARZTEHAUS WELLINGSBÜTTEL

www.aerztehaus-wellingsbuettel.de

WELLINGSBÜTTELER MARKT

Medizinische

1. OG

Schwerpunkte:

Augenheilkunde

Dr. med. Bertram Machnik

Augenarzt
Praxis für ambulante Operationen
Tel.: 536 30 727 • www.dr-machnik.de

Frauenheilkunde/Geburtshilfe

Katia Horstmann

Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Mutterschaftsvorsorge 3D/4D-Ultraschall **Tel.: 46 86 26 60 •** www.praxis-horstmann.de

Zahnmedizin

Dr. Armin Gräfe und Jens M. Wagner

Zahnärzte

Implantologie • Vollkeramik • Parodontologie **Tel.: 53 63 07 55 •** www.zahnaerzte-wellingsbuettel.de

2. OG

Chirurgie

Dr. med. Jens Lambrecht

Privatpraxis für Chirurgie Phlebologie / Venenheilkunde **Tel.: 539 08 460**

Spezielle Schmerztherapie in Gynäkologie und Geburtshilfe

Dr. med. Nassrin Moussavi

Fachärztin für Anästhesiologie Privatpraxis • Termine nach Vereinbarung Tel.: 53 10 40 60 • dr.med.moussavi@amx.de

Frauenheilkunde/Geburtshilfe

Frau Dr. med. Shahin Shamsrizi

Frauenarztpraxis

Schwangerschaftsbetreuung • 3D/4D-Ultraschall **Tel.: 600 39 700 •** www.gyn-shamsrizi.de

Kieferorthopädie

Prof. Dr. Dietmar Gesch, Dr. Antje Kirbschus

Fachzahnärzte für Kieferorthopädie kurze Behandlungszeiten • ästhetische Klammern Tel.: 539 33 980 • www.die-kieferorthopaeden-hamburg.de

Neurologie

Dr. med. Paul Hinse

Privatpraxis für Neurologie **Tel.: 539 08 460 •** www.neuropraxis-eppendorf.de

Orthopädie

Dr. med. Norbert Kapitza

Privatpraxis für Orthopädie Chirotherapie • Sportmedizin

Tel.: 539 08 460 • www.orthopaedie-hamburg-drkapitza.de

Physiotherapie

Physiotherapie Wellingsbüttel

Krankengymnastik • Massage Lymphdrainage

Tel.: 536 70 007 • www.ptwellingsbuettel.de

Wir wünschen unseren Patienten eine schöne Weihnachtszeit und ein gesundes neues Jahr!

Und noch'n Gedicht

Heinz Erhardt hat mit seinem Humor die deutsche Fernsehkultur mitgeprägt – das hat den Wellingsbüttler berühmt gemacht. Genau wie seine Gedichte. Dass es mehr gibt, als die Zeilen um die berühmte Made, beweist ein neues Buch mit all seinen Gedichten - von lustig bis ernst. Wir zeigen drei Highlights daraus.

Ritter Fips als Held

Der Ritter Fips beschloss verwegen, ein Ungeheuer zu erlegen, das, gar nicht weit von seinem Schloss, die Untertanen sehr verdross. Es war viel größer als ein Bär, und zehnmal kräftiger als der.

So stieg Herr Fips dann auf den Wallach, verabschiedete sich überall, ach, und ritt dann voll des Ungestüms, zum Wohnsitz dieses Ungetüms. Und da geschah's, dass kurz vorm Ziel er aus Versehn vom Pferde fiel. –

Bald drauf, den Kiefer ausgeklinkt, kam er per pedes heimgehinkt. (Das Ross lief, gleich nach diesem Fall, nach Hause und stand bereits im Stall.) Es herrschte Jubel angesichts des Helden – doch der sagte nichts ...

Schlussfolgerung:

Es hat nur selten der gesprochen, der sich den Kiefer grad gebrochen.

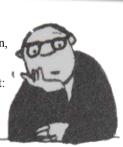
An einen Pessimisten

Jede Sorge, Freund, vermeide, jedes Weh solltest du verachten. Sieh die Lämmer auf der Weide: Sie sind fröhlich vor dem Schlachten. Ahnst du nicht, wie dumm es wär, wären sies erst hinterher?



Beichte

"Warum machst du in Gedichten?", fragte mich ein Menschenkind "Warum schreibst du nicht Geschichten, die doch leichter verkäuflich sind?" Oh, ich habe meine Gründe Für mein Tun – und sprach verträumt: "Weil ich es viel schöner finde, wenn sich hinten alles reimt.



Heinz Erhardt, Die Gedichte. Jutta Bauer, 320 Seiten mit 14,95 Euro



RECHTSANWÄLTE

Baurecht Architektenrecht Erbrecht

Mietrecht Immobilienrecht Arbeitsrecht

Wohnungseigentumsrecht Maklerrecht Immobilienrecht

Verkehrsrecht Vertragsrecht Handelsrecht

Arbeitsrecht Betriebsverfassungsrecht Kündigungsrecht

Kay G.L. Poulsen

Christian Verstege

Nico Franck

Meike Hrubetz

Hartwin Quistorf

Fachanwalt für Bauund 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



Helmut Schmidt verstarb in seinem Haus in Langenhorn, also in unmittelbarer Nähe zum Flughafen, dem er seit 65 Jahren verbunden war.

HAMBURG AIRPORT BALD

HELMUT SCHMIDT-FLUGHAFEN?

Am 10. November ist Helmut Schmidt, einer der herausragendsten Staatsmänner und wichtigsten Hamburger des 20. Jahrhunderts von uns gegangen. Kaum 24 Stunden später ging eine Forderung der Jusos Hamburg durch die Medien: "Die Jusos fordern die Umbenennung des Flughafens Fuhlsbüttel in ,Helmut Schmidt Airport Hamburg!" Der stellvertrende Juso-Landesvorsitzender aus Hamburg-Nord, Martin Heßelbarth, erklärte: "Mit dieser Würdigung der Verdienste Helmut Schmidts auch auf dem internationalen Parkett wäre sein Name für zukünftige Generationen untrennbar mit seiner Heimatstadt Hamburg verbunden. Mit seinem Helmut-Schmidt-Airport Hamburg würde Hamburg sich einreihen in die Familie international bedeutender Flughafenstandorte, wie beispielsweise dem John-F.-Kennedy-Airport in New York oder Paris-Charles-de-Gaulle. "Schmidt stellte bereits 1952 als Leiter des Verkehrsamts die Weichen für die Ansiedelung der Lufthansa Technik am Hamburger Flughafen. Michael Eggenschwiler, Vorsitzender der Geschäftsführung von Hamburg Airport sagte dazu: "Schmidt erkannte früh das Wachstumspotenzial der Luftfahrt, und hatte so einen gewichtigen Beitrag daran gehabt, dass seine Heimatstadt heute einer der bedeutendsten Standorte

der Luftfahrtindustrie weltweit ist." Und weiter: "Wir werden ihm an 'seinem' Flughafen immer ein ehrendes Andenken bewahren!" Hoffentlich in Form seines Namens – also wir vom Alstertal Magazin sind dafür! mk



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!

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

Jirmann feiert am 28.11. Neueröffnung!



Seit 2009 sitzt Jirmann Sonnenschutzsysteme am Moorhof, jetzt wurde es Zeit für einen Wandel, etwas Frisches musste her! Auf der gegenüberliegenden Seite am Moorhof 7 wurde Inhaber Matthias Englert fündig, ein helles, freundliches Ladengeschäft mit viel Licht, ideal für die Präsentation von Sonnenschutzsystemen namhafter Marken. Im Zuge des Umzugs wurde das Sortiment auf den neuesten Stand gebracht, die größere Ausstellungsfläche inklusive Außenfläche, bietet dafür ideale Bedingungen. Trotz der Renovierungsarbeiten waren Elke und Matthias Englert sowie das ganze Team weiterhin für ihre Kunden zu sprechen. Wie gewohnt bieten sie von der Erstberatung bis hin zur Montage vor Ort alles rund um Rollläden, Markisen und Beschattungssysteme an. Dazu zählt auch die neueste moderne Steuerungstechnik von Somfy, die nur von geschulten Monteuren installiert wird. Am 28.11. werden die neuen Räumlichkeiten offiziell eröffnet mit Kaffee und Kuchen, aber auch Glühwein und Flammkuchen aus der badischen Heimat der Inhaber. Alle treuen Kunden und Interessierte sind dazu herzlich eingeladen! Mehr Infos gibt es unter Tel: 724 20 37 und www.jirmann-sonnenschutzsysteme.de.



Wir gratulieren unserem langjährigen Fachpartner

Jirmann Sonnenschutzsysteme e.K.

zur Neueröffnung und wünschen ihm – und Ihnen – alles Gute für die Zukunft!

markilux





Ihr Rollladen- und Markisenspezialist im Alstertal

Für jede Jahreszeit das ideale Terrassendach



Jalousien • Rollladen Markisen • Markisoletten Wintergartenbeschattungen Plissee • Garagentore Vordächer • Steuerungen



Selbstverständlich führen wir bei allen genannten Produkten auch Service und Reparaturarbeiten durch.



Moorhof 7 · 22399 Hamburg Tel: 040-7242037 Tel: 040 - 611 67 550

www.jirmann-sonnenschutzsysteme.de



Wir gratulieren unserem langjährigen Fachpartner **Jirmann Sonnenschutzsysteme** ganz herzlich zur Eröffnung der neuen Ausstellungsräume.

Wohnen beginnt vor dem Fenster.

www.roma.de

"Eine einnalige Chance"

Er ist einer der prominentesten Unterstützer der Hamburger Olympia-Kampagne:

Alexander Otto, Unternehmer aus Poppenbüttel. Im Gespräch mit dem Alstertal Magazin erklärt er, was ihn antreibt und warum er glaubt, dass am

Ende ganz Hamburg etwas von den Spielen haben wird!

lstertal Magazin: Als Erster Olympiabotschafter Hamburgs haben Sie in den vergangenen Monaten viel Zeit in die Olympia-Kampagne investiert. Woher rührt dieses starke persönliche Engagement?

Alexander Otto: Von klein auf bin ich sportbegeistert. Die Spiele 1972 in München waren die ersten, die ich bewusst erlebt habe. Seitdem verfolge ich olympische und paralympische Wettkämpfe mit großer Aufmerksamkeit. Es hat mich fasziniert, wie die Olympischen und Paralympischen Spiele eine ganze Stadt und ein ganzes Land in ihren Bann ziehen. Dies habe ich auch 2012 in London live miterleben dürfen. Von daher wäre es ein Traum, das größte Sportfest der Welt in Hamburg vor der eigenen Haustür auszutragen.

Wenn Sie die Wahl hätten, in welcher Sportart/Disziplin würden Sie an den Start gehen?

Ich fürchte, der Zug ist für mich leider schon abgefahren. Grundsätzlich begeistere ich mich sehr für Sportarten, die nicht so im Fokus der Öffentlichkeit stehen. Bei dem Tischtennisevent "Hamburg tischt auf" im Februar in Hamburg haben mich die Ballartisten zum Beispiel ganz besonders fasziniert.

Sie sind "Feuer & Flamme", was antworten Sie aber Hamburgern auf die Frage: "Was habe ich persönlich von den Spielen?"?

Die Spiele sind ein Beschleuniger für die Stadtentwicklung, den Sport und die gesellschaftliche Integration. Die Begeisterung für den aktiven Sport würde gerade auch bei Jugendlichen steigen. Die vielen Breitensportler erhalten moderne Trainings- und Wettkampfstätten, auf dem Kleinen Grasbrook entsteht ein neuer, inklusiver Stadtteil für 18.000 Menschen. Während der Spiele kommen alle Hamburgerinnen und Hamburger in den Genuss, ein friedliches Fest mit Gästen und Sportlern aus 200 Nationen zu feiern und das größte Sportevent der Welt hautnah mitzuerleben – das ist eine einmalige Chance.

Die Kosten, vor allem die, auf denen die Hamburger "sitzen bleiben werden", sind ein großes Thema in der Bevölkerung. Wie können Sie sicher sein, dass es kein "Kosten-Debakel" für den Steuerzahler gibt?

Die Stadt hat aus vergangenen Großprojekten gelernt und sich festgelegt, dass sie nicht mehr als 1,2 Milliarden Euro für die Spiele übernehmen wird. Damit hält sie die Schuldenbremse ein. 200 Millionen Euro pro Jahr über einen Zeitraum von sechs Jahren können wir stemmen, vor allem, wenn man berücksichtigt, was die Stadt dafür alles bekommt. Viele Projekte wie die Verlängerung der U4 sind zudem auch ohne Olympia wichtig für die Stadtentwicklung. Ich finde die Planung und Kalkulation transparent und sehr verantwortungsvoll. Da der Kostenplan auf den Preisen von 2024 basiert und damit bereits Kostensteigerungen und Puffer eingerechnet sind, bin ich optimistisch, dass wir im veranschlagten Finanzrahmen bleiben werden.

Die Spiele sind mit über 11 Mrd. Euro angesetzt. Der Bund hat noch nicht bestätigt, wie viel er davon übernehmen will. Bekommen wir Hamburger noch genaue Zahlen vor dem Referendum?

Das können nur die Regierungsvertreter in Berlin beantworten. Ich würde ein solches Signal begrüßen. Für das Referendum sind aber vor allem erst einmal die direkten Kosten für die Stadt Hamburg relevant. Und da hat der Senat die Kosten von 1,2 Mrd. Euro benannt.

Niemand konnte ahnen – behaupten zumindest viele Politiker –, dass die Flüchtlingsströme derartige Ausmaße annehmen. Die Kosten für Ansiedlung und Integration werden immens sein. Das verbietet doch Ausgaben in Milliardenhöhe für ein gut zweiwöchiges Doppelsportevent! Stehen Flüchtlingskrise und Olympiabewerbung plötzlich im Wettbewerb zueinander?

Die Flüchtlingssituation ist ohne Zweifel eine enorme Herausforderung, die uns noch einige Zeit beschäftigen wird. Ich kann auch die Menschen verstehen, die sich nun fragen, ob eine Olympiabewerbung in der derzeitigen Situation überhaupt sinnvoll ist. Allerdings dürfen wir bei allem Verständnis für die Bewältigung der Gegenwart nicht die Zukunftsvorsorge aus dem Blick verlieren. Zudem schließen sich für mich beide Themen nicht aus, denn der Sport hat die größte integrative Kraft überhaupt. Vielerorts erleben wir gerade hier, wie sich Vereine und Privatpersonen für Flüchtlinge engagieren, indem sie Sportangebote schaffen und sie damit aus ihrem tristen Alltag in der Unterbringung herausholen. Zudem finden über den Sport Begegnung und Austausch statt, der zu Integration beiträgt. Hier zeigt sich eine Willkommenskultur, die wir gerade von Sportgroßereignissen kennen. Denken wir nur an die Fußball-WM 2006 in Deutschland.

Die Korruptionsverfahren gegen FIFA-Mitarbeiter bezüglich der Vergabekriterien von Fußballweltmeisterschaften werfen einen Schatten auf alle Sportfunktionäre und deren Sportgroßereignisse, die vermutlich alle nicht sauber vergeben werden. Sollte die Stadt nicht sagen, mit diesem "Sumpf" wollen wir nichts zu tun haben?

Ohne Frage müssen diese Fälle aufgeklärt werden. Ich halte es aber für falsch, die Vorgänge in der FIFA zu verallgemeinern. Das IOC hat sich unter Leitung von Thomas Bach einem umfassenden Reformprozess unterzogen und setzt die Agenda 2020 konsequent um. Hamburgs Bewerbung zeichnet sich durch Nachhaltigkeit, Transparenz, Bürgerbeteiligung und Kostenbewusstsein aus. Damit setzt Hamburg neue Maßstäbe und würde dem Reformprozess des IOC Nachdruck und Glaubwürdigkeit verleihen.

Einige Experten für den Wohnungsmarkt befürchten, dass die Wohnungspreise in großen Teilen Hamburgs nur noch von sehr reichen Menschen bezahlt werden können. Haben sie Recht? Wir schaffen mit der OlympiaCity auf dem Kleinen Grasbrook einen



Nimmt als Erster Olympiabotschafter Hamburgs seine Aufgabe sehr ernst: der Poppenbüttler Alexander Otto.

neuen Stadtteil, der 18.000 Menschen Wohnraum bietet. Durch den Drittelmix – ein Drittel Eigentumswohnungen, ein Drittel frei finanzierter Wohnungsbau, ein Drittel Sozialwohnungen – ist sichergestellt, dass dieser Wohnraum bezahlbar bleibt. Zudem wirkt ein höheres Wohnangebot Mietpreissteigerungen entgegen.

St. Pauli und der HSV haben schon eigene sehr schöne Stadien. Da ist es doch illusorisch zu glauben, dass – auch nach dem Rückbau – ein weiteres Sportstadion in Hamburg einen Nutzer findet. Was geschieht mit den nicht temporären Sportstätten, etwa dem Olympiastadion am Grasbrook?

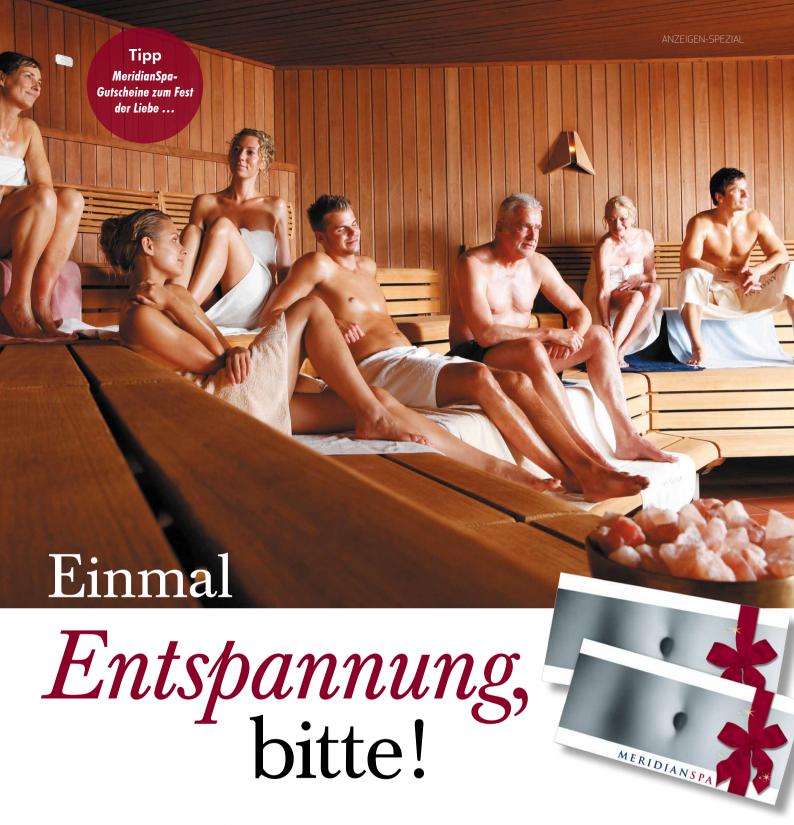
Das Olympiastadion wird während der Spiele 60.000 Menschen Platz bieten und danach auf eine Kapazität von 20.000 zurückgebaut. Zudem wird auch hier der nachhaltige Gedanke der Bewerbung verfolgt, indem 400 Wohnungen im zurückgebauten Stadion entstehen. Die verbleibenden Zuschauerränge und der Innenraum bleiben für Leichtathletikveranstaltungen erhalten. Bislang gibt es nördlich von Braunschweig überhaupt kein Leichtathletik-Stadion mit entsprechender Kapazität. Von insgesamt 36 Sportstätten, die wir für die Spiele benötigen, werden nur maximal fünf neu gebaut. Und neben dem Olympiastadion gibt es auch Nachnutzungskonzepte z.B. für die Schwimmhalle, die anschließend zu einem großen Freizeitbad wird, oder die Olympiahalle, die sich in ein zusätzliches Kreuzfahrterminal verwandelt.

Was wird uns Hamburgern bleiben, wenn die Paralympische Flamme erloschen ist?

Ein neuer, voll inklusiver Stadtteil mit 8.000 Wohnungen für 18.000 Menschen, der dafür sorgt, dass Hamburgs Norden und Süden endlich enger zusammenwachsen. Eine bessere Infrastruktur. Moderne Sportstätten, die dem Leistungs- , Breiten- und Schulsport zur Verfügung stehen. Ein neues Wir-Gefühl in Hamburg und Deutschland. Internationale Bekanntheit, die den Tourismus und die Wirtschaft in Hamburg stärkt. Und nicht zuletzt: Die Erinnerung an fantastische und sympathische Spiele, die neue Maßstäbe setzen.

Wir Hamburger haben bereits weit mehr Zustimmung für die Olympische Idee gezeigt als beispielsweise die Berliner! Was ist ihre Prognose für den Ausgang des Referendums, wird die Mehrheit "Ja" sagen?

Das hoffe ich sehr stark und ich bin optimistisch, dass wir ein gutes Ergebnis erzielen werden. Die Hamburgerinnen und Hamburger haben in den vergangenen Monaten oft gezeigt, dass sie hinter der Bewerbung stehen. So beispielsweise bei der Umfrage zum DOSB-Entscheid im März, dem Alsterfeuer mit 20.000 Menschen oder auch den unzähligen kleineren Aktionen. Das müssen wir jetzt beim Referendum bestätigen. Es ist wichtig, dass viele Menschen wählen. Auch das wäre ein klares Signal an das IOC.



Gerade zu Weihnachten sollte man nicht nur an sich denken, sondern auch an seine Lieben. Aus diesem Grund hat MeridianSpa Weihnachtsgutscheine zum Verschenken im Angebot.

In diesem Jahr können Interessierte zwischen drei Paketen wählen. So freuen sich gestresste Freunde und Verwandte bestimmt über die "Kleine Verführung" inklusive Teilkörpermassage (55 Euro). Das Paket "Ganz entspannt" mit Ganzkörper- oder Fußreflexzonenmassage (68 Euro) vertreibt allen Stress der Weihnachtszeit und der "Sinneszauber" mit einer AMAYÄNA-Gesichtsbehandlung für sie oder ihn (88 Euro) sorgt für Wohlbefinden.

Alle Weihnachtsgutscheine inklusive Wellness-Tageskarte sind noch bis zum 31. Dezember 2015 direkt im MeridianSpa und im E-Shop auf www.meridianspa.de erhältlich. Übrigens: Von jedem verkauften Gutschein spendet der Premium-Anbieter

für Fitness, Wellness und Bodycare 1 Euro an die gemeinnützige NCL-Stiftung, die sich der Bekämpfung der neuronalen Ceroid-Lipofuszinose, einer Kinder betreffenden tödlichen Stoffwechselerkrankung, zur Aufgabe gemacht hat.

Wer möchte, kann natürlich noch individueller verschenken. An der Rezeption und im E-Shop bietet MeridianSpa zusätzlich einzelne Gutscheine für Tageskarten, Angebote aus dem AMAYÃNA Day Spa und Wertgutscheine über einen frei wählbaren Betrag an. Bei Bestellung im E-Shop können diese sowohl an eine Wunschadresse geschickt als auch am heimischen PC selbst ausgedruckt werden. Mehr Informationen auf www.meridianspa.de.

AlsterArt bringt 17.000€

Die AlsterArt war ein Erfolg: Zur Hauptausstellung am 1. November kamen um die 1000 Besucher ins AEZ. Zusammen mit der Sonderausstellung vor und nach der AlsterArt kamen 17.000€ zusammen, die ohne Abzüge an Sozial-Projekte gehen.



Zur Hauptausstellung am 1. November, zu der die rund 60 ausstellenden Künstler anwesend waren (wir berichteten), kamen trotz Ferien und bestem Wetter etwa 1000 Besucher ins AEZ. Durch die Sonderausstellung vor und nach der AlsterArt in Kooperation mit dem AEZ zum 45. Geburtstagsjubiläum konnten darüber hinaus weitere Publikumskreise angesprochen werden.

Künstler und Kooperationspartner AEZ zeigten sich zufrieden und so konnte eine positive Bi-

Eins der vielen Gemälde: "May day queen of all thoughts" lanz gezogen werden. Dank der ehrenamtlichen Arbeit der Mitglieder der Lions Clubs Hamburg-Oberalster wurde aus Eintrittsgeldern, Sponsorenbeiträgen und Versteigerungen, einiger von den Künstlern gespendeter Werke, ein Betrag von etwa 17.000 € erwirtschaftet. Diese gehen ohne Abzüge an folgende Sozial-Projekte: An die "Arche Jenfeld" mit ihrem Kinder- und Jugendhaus für sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche und das UKE-Projekt Care&Study zur Behandlung seltener Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen.



Zur diesjährigen AlsterArt kamen rund 1000 begeisterte Kunstliebhaber.



Wir sind ein Zusammenschluss aus Spezialisten, die es sich zur Aufgabe gemacht haben, Sie bei der Erreichung Ihrer Ziele und Wünsche im Bereich der **Finanzen und Immobilien** zu unterstützen.

Sie haben Fragen rund um das Thema der Finanz- und/oder Immobilienwelt?

Wir haben die Antworten!



Das gesamte Team der TAVAGROUP steht Ihnen engagiert bei der Beantwortung Ihrer Fragestellung zur Verfügung.

TAVAGROUP Harksheider Straße 3 22399 Hamburg T 040 61 16 794 – 0 F 040 61 16 794 – 29

www.tava-group.com





22393 Hamburg www.marktschirme-hamburg.de Wir verleihen für Ihre Feier Zelte. Tische, Bänke, Stühle, Geschirr und mehr ...

> Karin Rolof Tel. 601 18 98

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





BEERDIGUNGSINSTITUT 'St. Anschar 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

Henneberg Bühne

Poppenbüttel e.V

Niederdeutsches Theater im Hinsbleek 11

"Weihnachten im Märchenland"

Kinderstück von Belinda Ley Regie: Katrin Grzesiak

Sonnabend 05.12.2015 14.00 und 17.00 Uhr 06.12.2015 14.00 und 17.00 Uhr Sonntag 11.12.2015 17.00 Uhr Freitag Sonnabend 12.12.2015 14.00 und 17.00 Uhr 13.12.2015 14.00 und 17.00 Uhr Sonntag

Eintrittspreis 7,-€

Kartenbestellung unter Tel. 040 / 606 42 96 oder an der Abendkasse

karten@hennebergbuehne.de www.hennebergbuehne.de



Spaß durch

Damit in der Oberstufe und später im Berufsleben die Technik nicht allein den Jungs überlassen wird, möchte das Projekt mint:pink Mädchen Lust auf die soaenannten MINT-Fächer machen — also Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik. Gerade gab es das große Jahresfinale in Poppenbüttel.

ädchen tun sich laut Experten mit den meisten naturwissenschaftlichen Fächern schwerer als Jungs. Wählen sie sogar gerne ab, sobald es geht. Das hat Folgen: "Wir wissen, dass in der Regel nur dieienigen Schülerinnen, die in der Oberstufe Naturwissenschaften als Leistungskurs belegen, entsprechende Studiengänge belegen" erklärt Sabine Fernau, Geschäftsführerin und Gründerin der 2007 gestarteten Initiative Naturwissenschaft & Technik (NAT). Die möchte seitdem mehr junge Menschen für die Natur- und Ingenieurswissenschaften begeistern. Dafür initiiert und begleitet sie Kooperationen von derzeit über 30 Hamburger Schulen mit Hochschulen und Unternehmen aus der Region. Wegen der Brisanz

des oben genannten, denn auch später studieren mehr Männer als Frauen in MINT-Fächern, liegt seit knapp drei Jahren ein Schwerpunkt in der gezielten Mädchenförderung: Schülerinnen der 9. und 10. Klassen sollen unter dem Motto,,ermutigen, begleiten und fördern" durch Programme

Förderprogramm: praktische Übungen oder Laborbesuche sollen Mädchen Lust auf Technik machen.



Praxis!

wie etwa mint:pink begeistert werden. Indem es Einblicke in die Welt der angewandten Naturwissenschaften verschafft und auf dieses Weise zeigt, wie spannend die trocken wirkende Materie sein kann. Hoffnung dabei, der weibliche Anteil in den MINT-Fächern erhöht sich. "Mit unserem Projekt möchten wir Mädchen das Tor zu den Natur- und Ingenieurwissenschaften offen halten, denn gerade darin stehen ihnen später alle Karrierechancen offen." Um das zu schaffen gibt es unter diverse Aktionen neben dem normalen Unterricht, in diesem Jahr Ende September. Über 130 Mädchen aus 10 Schulen nutzten das Angebot an MINT-Orten in ganz Hamburg praktische Erfahrung zu sammeln, etwa am Forschungszentrum DESY und an der Uni Hamburg. Fast genauso viele Mädchen – Zehntklässlerinnen unterschiedlichen Schulen – kamen gerade zum Jahresabschluss-Event in das Atrium der ECE-Zentrale nach Poppenbüttel. Sie alle stellten sich einer Vielfalt an Materialien – vom Föhn bis zum Plattenspieler, vom Flummi bis zum Plastikrohr, um zu experimentieren. "Das Schöne an dem Event ist, dass die Mädels erst mal gar keine Idee haben, was sie machen sollen. Und dann aber innerhalb von zwei, drei Stunden Ehrgeiz und Affinität zur Technik entwickeln", sagt Projektleiter Adrian Wachendorf. Highlight war eine XXL Domino-Stein-Kettenreaktion. Ergebnis: Fast alle Mädchen sehen Naturwissenschaft jetzt mit anderen Augen und haben Lust auf mehr!

Was ist mint:pink?

Ein Förderprogramm der Initiative Naturwissenschaft & Technik (NAT), das Schülerinnen ab der neunten Klasse ermutigen möchte, die Naturwissenschaften für sich zu entdecken und sie in der Oberstufe zu belegen. Die Lust an der Materie soll geweckt werden, indem sie in Forschungslaboren, Unternehmen und Hochschuleinrichtungen Einblicke in die Welt der angewandten Naturwissenschaften erhalten. Projektpartner sind die Behörde für Wirtschaft, Verkehr und Innovation, die Körber- und die Joachim Herz Stiftung. Mehr Infos unter

www.mintpink.de

schön!gesund.



5-JÄHRIGES JUBILÄUM

Unser Sonderpaket* für Sie:

- 1 Vibrationsplattentraining
- 1 Vacuumtraining
- 1 Slimyonikanwendung
- 1 Teilkörpermassage 1 kleines Präsent

Jubiläumspreis:

€ 33,-

*Angebot gilt bis 31.12.2015

Langenstücken 30 • 22393 Hamburg-Poppenbüttel
Tel. 040 - 608 49 712 • www.schoen-gesund-hamburg.de

GOEBEL HIRSCH BRINKE

RECHTSANWÄLTE

Recht anspruchsvoll.

FAMILIENRECHT · ERBRECHT · ARBEITSRECHT

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

Tradition verpflichtet

BESTATTUNGEN

€ggers

Ohlendieck 10 22399 Hamburg Poppenbüttel

Telefon: 040 - 602 23 81

info@bestattungen-eggers.de www.bestattungen-eggers.de

Ihr Fachgeschäft im Alstertal



GRUNDIG LOEWE.

Meisterbetrieb Ihres Vertrauens
Beratung, Verkauf, Reparatur
LED-TV, HiFi, Multiroom

Panasonic

Block

BIOSIE

DENON

®YAMAHA

Telefone, Telefonanlagen http://www.fernsehmelle.de

Kabel-TV, DVB-T, SAT

DSL, Netzwerk, WLAN

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 **An den Advents-Samstagen durchgehend von 9:00 - 18:00 h geöffnet!**

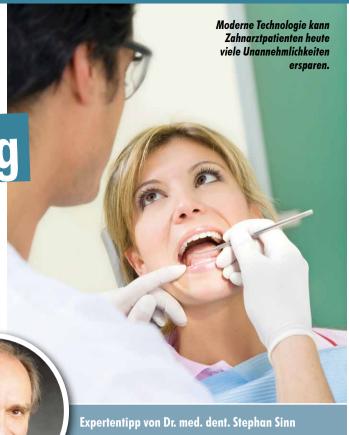
Tipps rund um Gesundheit & Schönheit

Keramikbrücke ohne Abdrucklöffel

in einer Sitzung

Viele kennen das: den ungeliebten Abdrucklöffel und die Abformmassen. Das gehört mit dem CEREC-Verfahren der Vergangenheit an. Hier kommt kein Abdrucklöffel zum Einsatz, sondern eine Kamera. CEREC ist ein Verfahren zur computergestützten, direkten Herstellung von gefrästen Brücken, Keramik-Inlays, Veneers, Teilkronen und Kronen für den Front- und Seitenzahnbereich.

Mit der Cerec-Messkamera macht der Zahnarzt eine dreidimensionale Aufnahme der Zähne. Anschließend wird am Bildschirm die Versorgung konstruiert. Beim CEREC 3D funktioniert dieses dreidimensional, sodass die Restauration optimal gestaltet werden kann. Anschließend schleift die Cerec-Schleifeinheit die Restauration vollautomatisch innerhalb weniger Minuten aus einem vorgefertigten Keramikblock heraus. Der Zahnarzt kann die Restaurierung danach sofort anpassen und einsetzen.





itenbarg 7 lefon: 040 - 6 06 60 14



rnistisch-neurologische Praxis PD Dr. Martin Bökmann Dr. Christine Eysel, Dr. Eva Leue



Marett Carstensen





Dr. Katharina Dorandi





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



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



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



Dr. Sabine Kuhn, Dr. Sylke Prill

Heegbarg 10 Telefon: 040 - 6 06 99 51







www.alstertalmed.de



Facharzt für Urologie Dr. Stefan Lohmann

Heegbarg 14 Telefon: 040 - 6 02 28 00



Logopädin Meria Mikkola

Heegbarg 16 Telefon: 040 - 78 89 60 06



Facharzt für Augenheilkunde AOZ Augenoperationszentrum Andreas Otto



Dr. Fahian Reitmeie Claudia Pyttlik, Dr. Volker Rennert Heegbarg 2 Telefon: 040 - 6 02 33 37



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



Dr. Jörg Wagner Dr. Jürgen Schneeberger



Ergotherapeutinnen Anke Schledz-Waldeck Telefon: 040 - 64 53 22 72



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

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.

57

Hypoxi auch als

Anti-Aging-Kick?

Was sonst mit etwas Sport und Zügelung beim Essen innerhalb weniger Tage verschwand, drückt bei Frauen mittleren Alters sehr hartnäckig gegen den Bund der Lieblingsjeans. Für Frauen über 45 ist dies häufig ein Hinweis auf die nahende Menopause. Der gesamte Stoffwechsel verlangsamt sich und die Produktion der weiblichen Hormone sinkt. Deshalb entstehen bei unveränderter Aktivität und Ernährung insbesondere am Bauch ungewohnte Fettpölsterchen. Der Versuch, mit Sport dagegen zu steuern, ist oft an den falschen Stellen erfolgreich. Auch lassen manchmal Wassereinlagerungen bei einigen Frauen Po und Beine anschwellen und bringen selbst leichte Cellulite unschön zur Geltung. Hier setzt die HYPOXI-Methode® an, die den hartnäckigen Problemzonen gezielt zu Leibe rückt. Eine innovative Kombination aus Kompressions- und Vakuumbehandlung mit moderatem Fettverbrennungstraining fördert die Durchblutung der Problemzonen und aktiviert den Stoffwechsel. Gesunde ausgewogene Ernährung ist hilfreich dabei. Auch wird mit HYPOXI das Bindegewebe gestärkt, die Haut gestrafft und Cellulite deutlich gemildert.



Kunsthandlung Alstertal

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

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



Dr. Sinn

Dr. med. dent. Stephan Sinn

ordentliches Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Parodontologie e. V. ordentliches Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde ordentliches Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Ästhetische Zahnheilkunde (DGÄZ)

CEREC-Verfahren

Keramische Kronen, Brücken + Inlays

ohne Abdruck!!!

Amalgamsanierung Laser-Diagnostik

Implantate, Prophylaxe Parodontitis-Therapie

Heegbarg 14 (gegenüber AEZ) • 22391 Hamburg

Tel.: 040-602 84 84 • www.zahnarzt-dr-sinn.de



Verteiler

ab 13 Jahre gesucht

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

Ohne große Anstrengung zur Wohlfühlfigur

GUTSCHEIN

Testen Sie uns!

1 gratis Doppelbehandlung im Wert von 60 Euro

> (Gültig bis 19.12.2015) Nur für Neukunden.

Seit 18 Jahren und in weltweit 40 Ländern genießen Frauen ihren Erfolg mit der HYPOXI-Methode.

Die perfekte Kombination von Unter- und Überdruck sorgt für eine gute Durchblutung und einen "3-mal stärkeren Umfangverlust" an den Problemzonen als bei herkömmlichem Training.

Zitat: Studie Klinik Eppendorf

Lesen Sie unsere vielen Kundenstimmen unter: www.hypoxistudios-hamburg.de



design your body

HYPOXI- Studio Alstertal Stadtbahnstraße 32 a 🕿 38 65 07 34

HYPOXI- Studio Elbchaussee Elbchaussee 96 **24 43 92 06**

Frau Schlüter 0160 / 18 42 813 · info@hypoxistudios-hamburg.de

RUND UMS AEZ



"Wonnemonat"

November

Draußen ist es neblig, drinnen haben alle Schnupfen. Die nächsten Feiertage, auf die wir uns freuen dürfen, sind Volkstrauertag und Totensonntag. Es ist November – und der hat allerbeste Chancen bei der Wahl zum unbeliebtesten Monat des Jahres, wenn ... ja, wenn da nicht ein Highlight wäre: Im November beginnt die Ball-Saison. Und damit auch die Gelegenheit, endlich wieder die schönsten Kleider aus dem Schrank zu holen, die im restlichen Jahr total overdressed wären. Und dann? Dann sitzen Dreiviertel der wunderschönen Ballprinzessinnen den ganzen Abend lang auf ihrem Stuhl und beneiden jene Paare, die vorausschauend genug waren, schon seit September ihre Tanzkenntnisse aufzufrischen, und nun im Dreivierteltakt an ihnen vorbeischweben. "Na, toll", denken Sie jetzt "da hätten die mich ja auch im August mal dran erinnern können!" Aber es ist doch noch nicht zu spät. Die Ball-Saison geht noch mindestens bis März, und Tanzkurse beginnen auch im November.

Mit etwas Glück und der richtigen Tanzschule haben Sie das Ballsaal-Feeling dann schon beim Lernen. Und der

November ist plötzlich gar nicht mehr so grau.

Tanz in den Herbst: Ein paar Runden im Ballsaal machen glücklich!

Expertentipp von Susanne C. Hans

Experientipp von Susanne C. Han Leitung der Tanz-, Gesangsund Schauspielschule S-eins





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





GESUNDHEIT IST EIN MENSCHENRECHT

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

HELFEN SIE MIT!

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

Spendenkonto 97 o 97

Bank für Sozialwirtschaft • BLZ 370 205 00



Bitte schicken Sie mir unverbindlich Informationen

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

__ zu Spendenaktionen

Anschrift E

E-Mail

59

Die dunkle

Jahreszeit

Jedem Autofahrer ist schon einmal in der Dunkelheit ein unbeleuchteter Radfahrer ganz plötzlich im Blickfeld aufgetaucht. Leider fällt manchen Eltern der desolate technische Zustand der Fahrräder ihrer Sprösslinge nicht auf und leider benutzen viele Kinder ihre Fahrradbeleuchtung nicht. Kontrollen durch die Polizei scheinen nicht ausreichend lukrativ. So geschieht es, dass immer wieder Kinder im Straßenverkehr übersehen und schwer verletzt oder getötet werden.

Gerade im Alter stören zusätzlich Erkrankungen wie Grauer Star, Grüner Star, Makuladegeneration oder der Diabetes mellitus

das Sehen. Ohne eine gesetzliche Regelung wird es immer wieder vermeidbare Verkehrsunfälle geben. Deshalb kann es zur Zeit nur einen Appell an alle Verkehrsteilnehmer geben, sich zumindest einmal im Jahr beim Augenarzt untersuchen zu lassen. Oft bedarf es nur einer Brille, um mit einer guten Sehleistung sich selbst und andere Verkehrsteilnehmer zu schützen.



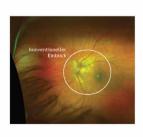


Operationszentrum **Hamburg**

Netzhautuntersuchung:

Optomap®-200c

Ohne Erweiterung der Pupillen ist in Sekunden eine genaue Untersuchung der Netzhaut und eine Früherkennung von Grünem Star, Diabetes und Bluthochdruck sowie Nebenwirkungen von Medikamenten möglich.







Heegbarg 2 · 22391 Hamburg info@aoz-hamburg.de

Tel.: 040/53 04 88 77 www.aoz-hamburg.de





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

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



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





Wann ist

Heiserkeit bedenklich?

Bei einer Heiserkeit ist die Stimme so beeinträchtigt, dass der Stimmklang sich verändert und die Lautstärke eingeschränkt ist. Wer heiser ist, kann eine rauchige, raue, belegte Stimme haben. Manchmal kann die Stimmerzeugung auch so gestört sein, dass die Stimme völlig weg ist – dann ist nur noch ein Flüstern möglich.

Die menschliche Stimme entsteht im Wesentlichen im Kehlkopf (Larynx), der sich am oberen Ende der Luftröhre befindet. Er enthält zwei Stimm-

lippen. Beim Sprechen gehen die Stimmlippen zusammen und verschließen die Stimmritze fast vollständig. Strömt dann beim Ausatmen Luft durch diesen Spalt, bringt diese die Stimmlippen in Schwingung und es entstehen Töne. Heiserkeit entsteht, wenn dieser Vorgang beeinträchtigt ist. Es gibt hierfür einen speziellen Facharzt, den FA für Phoniatrie und Pädaudiologie dieser kann bei anhaltender Heiserkeit eine Videolaryngoskopie durchführen.





Hände gut,

alles gut

Oft genug sind sie die Sorgenkinder der Saison. Zwar stecken sie iede Strapaze ein, aber nicht alles spurlos wea. Denn die Handrücken sind von der Natur ziemlich stiefmütterlich ausgestattet. Hier finden sich kaum Talgdrüsen, die sie mit körpereigenen Substanzen schützen und pflegen könnten. Zum Glück kann man das ausgleichen, man muss es nur tun. Täglich!

lst die Haut rau und spröde geworden, erholt sie sich mit guter Pflege zwar ziemlich rasch, doch je öfter ihr das passiert, desto schneller altert sie. Eine Intensivpflege zusätzlich 1-mal die Woche anwenden, zur Verjüngung des Gewebes und Milderung von Pigmentflecken.

Expertentipp von Sylvia Schacht

HNO-ROSKOTHEN



DR. MED. MARIA CHRISTIANE ROSKOTHEN

FACHÄRZTIN FÜR HALS-NASEN-OHREN-HEILKUNDE FACHÄRZTIN FÜR STIMM-, SPRACH- UND KINDLICHE HÖRSTÖRUNGEN PHONIATRIE UND PÄDAUDIOLOGIE

Schwerpunkte:

- allgemeine HNO kindliche Hörstörungen Stimmstörungen • Schluckstörungen • Schwindeldisgnostik
 - Auditive-, Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörungen
- Allergologiediganostik
 Sprachentwicklungsverzögerung

Erdkampsweg 55 Erster Stock 22335 Hamburg

HNO-ROSKOTHEN TEL: 040-597072 FAX: 040-59 36 00 18 PRIVATSPRECHSTUNDE: 040 - 53 04 85 71

8 - 13 Uhr Mo Di 14 - 17 Uhr und Mi Do Fr 8-13 Uhr



www.alster-net.de



Lernen Sie bei unseren kostenfreien Patientenseminaren minimalinvasive Implantatlösungen und das innovative Sofortversorgungs-Verfahren "Feste Zähne an einem Tag" (All-on-4™) kennen.

FESTE ZÄHNE AN EINEM TAG

Minimalinvasive Zahnimplantate ohne Skalpell

Die Vorteile für Patienten

- ✓ Versorgung des vollständigen Zahnbogens auf nur 4 Implantaten
- Implantate und die Versorgung mit festsitzendem Zahnersatz innerhalb weniger Stunden
- keine vorübergehende Zahnlosigkeit
- kein herausnehmbares Provisorium
- bei Knochenrückgang meist kein zusätzlicher Knochenaufbau

TY T



Referent ist Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay, "Spezialist für Implantologie" (BDIZ EDI e.V. und DGZI e.V.) mit mehr als 25 Jahren Erfahrung aus über 10.000 Implantationen.

Nächste kostenlose Patientenseminare in unserer Zahnklinik im AEZ:

Mittwoch, 02.12.2015, 14.00 Uhr

Heegbarg 29

Montag, 07.12.2015, 18.00 Uhr

22391 Hamburg

Die Teilnehmerplätze sind begrenzt.

Bitte melden Sie sich zeitnah telefonisch oder per E-Mail an.

Telefon: 040 / 50 68 86 23 oder 040 / 602 42 42 info@zahnklinikalstertal.de · www.zahnklinikalstertal.de



Den Poppenbüttler Honorargeneralkonsul Prof. Dr. Gerd-Winand Imeyer und Rosen Plevneliev, Staatspräsident der Republik Bulgarien, verbindet eine lange Freundschaft. Beide trafen sich jetzt zum 26. EuropaAbend im Hotel Atlantic mit weiteren 230 Gästen des AGA Unternehmensverband.

eit Jahren kennen und schätzen sich die beiden Männer. Präsident Rosen Plevneliev spricht ausgezeichnetes Deutsch und kennt die Bunderepublik exzellent. Als Rosen Plevneliev zu einem Besuch in Berlin die Kanzlerin traf, so berichtete er jetzt in seinem Vortrag, sprach diese ihn auf sein ausgezeichnetes Deutsch an und wo er das gelernt habe. "Ich habe lange in Deutschland auf dem Bau gearbeitet." Die Kanzlerin fragte nach: "Und was haben Sie gebaut?" Mit einer Armbewegung zeigte der Präsident auf die Decke. "Zum Beispiel hier. Ich habe mit anderen das Kanzleramt errichtet!" Der ehemalige Bauingenieur lebte bis zu seinem 25. Lebensjahr in Bulgariens kommunistischer Zwangsherrschaft. Nach den Grenzöffnungen reiste er mit seinem alten Lada in die Bundesrepublik und erlebt seitdem 25 Jahre soziale Marktwirtschaft.

In seiner Rede hob Plevneliev – inzwischen ein glühender Europäer – hervor: "Die Krisen in Europa mehren sich und es können immer neue

hinzukommen. Lösungen für diese Krisen kann es nur geben, wenn alle 28 europäischen Staaten zusammenhalten. Frieden in Europa ist nur dann möglich, wenn alle sich an die Regeln halten." Und fügte hinzu: "Ich möchte ein stolzer Europäer sein!" Zum aktuellen Zustand Bulgariens sagte er: "Ich bin begeistert, wenn ich das Heute mit der Zeit vor 25 Jahren vergleiche. Wir haben große Fortschritte gemacht und darauf können wir stolz sein."

Dass sich der Poppenbütteler Imeyer und der Präsident seit Jahren kennen, trug maßgeblich dazu bei, Plevneliev nach Hamburg zu einzuladen. Seit Beginn des Jahres 2007 ist Bulgarien Mitglied der Europäischen Union. Das Bulgarische Konsulat in Hamburg wurde bereits 1993 errichtet. Seine große Aufgabe besteht darin, so Honorarkonsul Imeyer, die "gefühlte Entfernung zwischen Norddeutschland und Bulgarien zu verringern und uns das Land näher zu bringen". Der Besuch Rosen Plevneliev hat dazu einen wesentlichen Beitrag geleistet.







Bis zu auf Gleitsichtgläser im Gleitsicht November



z.B. **Tim Dilsen** mit Klassik-Gleitsicht* UVP 329,-**Nur 75,90**

z.B. **Ray-Ban** mit Komfort-Gleitsicht* UVP 748,-**Nur 189,-**





PRADA Made in Italy 9
PRADA

z.B. **Prada**mit individuellem
Panorama-Gleitsicht*
UVP 934,-

Nur 299,-



Aktionspreise nur im Edel-Optics Megastore im AEZ

* Markengläser von Schulz Optik in Deiner individuellen Sehstärke inklusive Superentspiegelung, Hardschicht, CleanCoat, LotusCoat, Antistatik

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Die Olympischen und Paraolympischen Spiele 2024 bieten die Chance für Deutschland und Hamburg, zwei der wichtigsten Sportereignisse der Welt in das eigene Land zu holen. Alle Hamburgerinnen und Hamburger haben nun die Möglichkeit, dem IOC durch Abgabe ihrer "JA"-Stimme mit überwältigender Mehrheit zu sagen: Wir wollen die Spiele! Wenn Sie noch Ihre Stimme für Olympia geben möchten, kommen Sie bis morgen ins AEZ auf unsere interaktive Aktionsfläche bei Apple. Auf diese Weise können die Bürgerinnen und Bürger der Hamburger Bewerbung um die Spiele 2024 eine laute und deutliche Stimme verleihen. Denn wir sind ebenfalls "Feuer und Flamme" für Hamburg 2024!

Die Vorweihnachtszeit bringt eine der schönsten Vorfreuden des Jahres mit sich und langsam kehrt Ruhe in den hektischen Alltag ein. Auch im AEZ beginnt es allmählich zu glitzern und es wird fleißig weihnachtlich geschmückt, denn ab kommenden Montag, den 23. November eröffnet zum 45. Mal unser traditioneller Weihnachtsmarkt seine Pforten. Ob Weihnachtsgebäck, Nüsse, Geschirr oder Weihnachtsschmuck – an den Ständen finden Sie sicherlich alles, was Weihnachtsfans begehren. Aber nicht nur die Ladenstraße lässt das Weihnachtsherz höher schlagen, auch draußen sorgt ein Weihnachtsmarkt von uns für glückliche und harmonische Stunden mit köstlichen Crêpes oder Glühwein. Dazu mehr ab Seite 78.

Um Ihnen einen angenehmen und stressfreien Weihnachtseinkauf zu bescheren, können Sie sich auf einen "himmlischen Service" bei uns freuen. Ab dem 27. November werden unsere Weihnachts-Pagen Ihnen beim Tragen Ihrer Einkaufstüten zu Ihrem Auto helfen, unser Weihnachts-Shuttle fährt Sie bequem von unserer Shopping-Mall trocken und warm zu Ihrem Auto in unsere Parkhäuser und unsere Geschenkeberatung in der Ladenstraße hilft Ihnen bei der Inspiration für das richtige Weihnachtsgeschenk. Lesen Sie hierzu mehr ab Seite 85. Hilfe bekommen Sie aber auch ab Seite 74, dort haben wir einige Geschenkideen zusammengestellt. Apropos Geschenke: Wir beschenken Sie mit ein wenig Glück. Schreiben Sie uns Ihre kreativste Geschenkidee zu Weihnachten und gewinnen Sie einen 100 € Center-Gutschein. Näheres erfahren Sie auf Seite 91. Musikalisch, unterhaltsam wird es wieder an unserer Weihnachtsbühne im Untergeschoss: Für Groß und Klein findet ein abwechslungsreiches Weihnachtsprogramm statt.



Das Programm zum Ausschneiden finden Sie auf der Seite 84. Die Planung für die Weihnachtsdekoration ist bereits vollbracht, aber noch nicht für Ihr Weihnachtsoutfit? Dann helfen wir Ihnen gerne weiter. Wie Sie sich perfekt für die Festtage stylen können, lesen Sie ab Seite 68.

Jetzt wünschen wir Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Herzliche Grüße

Styphan Muis. laister directer

Stephan Thiel und Karsten Bärschneider, Center Manager



Center-Kalender

für Groß und Klein

23.11. - 24.12.

Weihnachtsmarkt: Finden Sie tolle Geschenke und köstliche Leckereien für Ihre Liebsten.

1.12. und 22.12.

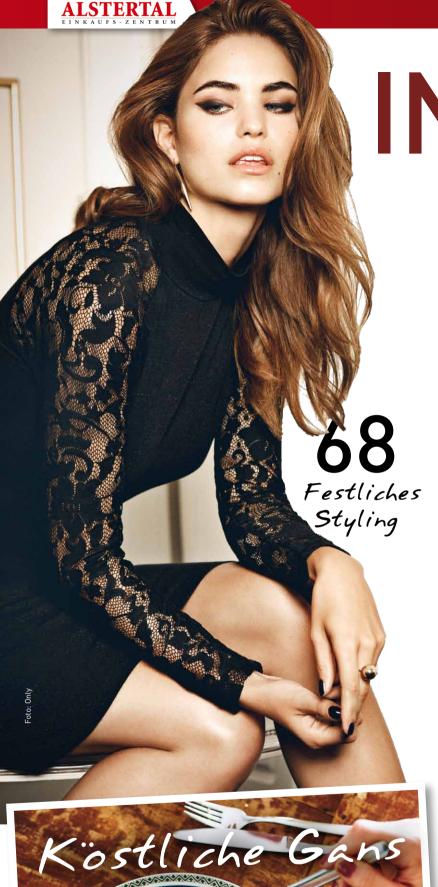
Sprechstunde: Für die Kleinsten haben wieder hohen Besuch im AEZ: Der Weihnachtsmann kommt!

7.12. - 10.12.

Kekse backen: Die Weihnachtsbäckerei startet dieses Jahr wieder seine Keks-Back-Aktion.



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



INHALT

WEIHNACHTEN 2015

Mode

68 Für Sie und Ihn – Ob mit Familie oder Freunden – Edler Look für die Festtage!

Geschenke

- 74 Noch nicht alle Geschenke zusammen? Wir haben Tipps für Sie
- 75 Auch der Mann soll nicht leer ausgehen hier unsere Favoriten für Ihn
- 76 Die Kleinen zu beschenken, macht wohl am meisten Spaß – hier sind Spielzeug, Kleidchen & Co. die sie auf jeden Fall glücklich machen!

Weihnachten im AEZ

- 78 Weihnachtsmarkt: An welchen Ständen in der Mall Sie was entdecken können
- 84 Buntes Weihnachtsprogramm für Groß & Klein
- 85 Unsere besonderes Angebot: der "Himmlische Service" hilft Ihnen beim Geschenkekauf

News

- 84 Ein kleiner Bericht zum 45. Jubiläum des AEZ
- 89 Wir stimmen Sie auf Olympia ein!
- 90 Alles rund um den Kinder-Club
- 91 Karten für das MJO gewinnen und bei unserem tollen Gewinnspiel Gutschein oder Geschenk mit nach Hause nehmen!

Gourmet

- 92 Himmlisches Weihnachtsmenü: Delikater Hauptgang und köstliches Dessert
- 96 Backzeit: Für unsere Süßigkeiten-Fans!

Weihnachtsmarkt **78**





Perfekt gekleidet für ein besinnliches Fest!



Haben Sie schon das passende Weihnachtsoutfit gefunden? Wir haben als Inspiration unsere Lieblings-Looks herausgesucht. Sowohl für die Frau, als auch für den Mann sind edle Outfits für die Weihnachtstage dabei. Falls Sie sich nicht entscheiden können, zum Glück gibt es ja drei Festtage!

ALSTERTAL EINKAUFS-ZENTRUM MODE Ein Anzug ist immer eine gute Wahl. Vor allem zu besonderen Anlässen sieht Mann einfach adrett gekleidet aus. Outfit gesehen bei Tommy Hilfiger. Foto: Tommy Hilfiger

Funkelnde Vorfreude

bei Juwelier Cabochon

Für das schönste Fest des Jahres hat Juwelier Cabochon wundervolle Geschenke für Sie und Ihn vorbereitet. Ob funkelndes Schmuckstück, modernster Chronometer, elegante Manschettenknöpfe, beschwingter Schlüsselanhänger oder ein edles Schreibgerät – welches Geschenk am besten passt, wissen die Schmuck-Experten von Cabochon.

or fast 25 Jahren gründete Faramarz Mozaffarian Juwelier Cabochon in Hamburg und wird heute von seiner Frau Zari und Tochter Setareh im Familienunternehmen unterstützt - feminine Expertise ist so garantiert. "Wir freuen uns sehr auf diese magische Vorweihnachtszeit, wenn schöne Traditionen und gespannte Vorfreude zusammenkommen. Jetzt möchten unsere Kunden ihren Lieben eine kostbare Freude machen und es ist immer ein besonderer Moment, bei der richtigen Wahl zu beraten", sagt Juwelier Faramarz Mozaffarian. Als Geschenk für die Dame empfiehlt Familie Mozaffarian Brillantschmuck in Weißgold gefasst – so kommen die Edelsteine besonders strahlend zur Geltung. Ein Klassiker, der nie seine Faszination verliert und zur glamourösen Garderobe ebenso den perfekten Begleiter gibt wie zum schlichten Every-Day-Outfit. Edlen Schmuck bietet die eigene Brillantkollektion von Juwelier Cabochon und die weltberühmten Marken Chopard, Pomellato, Tamara Comolli, Schoeffel und Leo Wittwer. Für die Herren sind Manschettenknöpfe eine perfekte Wahl, aber auch Schlüsselanhänger erfreuen sich großer Beliebtheit. Wer ein Stück Zeit schenken möchte, wählt einen modernen Chronometer oder den eleganten Zeitmesser. Auswahl ist garantiert bei Juwelier Cabochon mit Luxuszeitmessern von IWC, Hublot, Omega, Breitling, Bulgari, Montblanc und Baume & Mercier. Und ein großes Stück Vorfreude sowieso. Schauen Sie vorbei im Juwelier Cabochon im AEZ, täglich von Mo. bis Sa. 9.30 bis 20 Uhr. Weitere Informationen

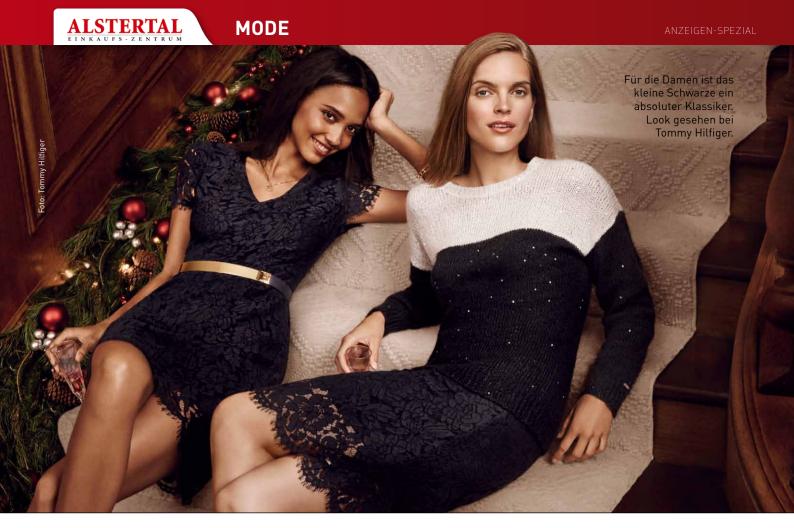
Brillanten sind ein Klassiker als Geschenk für die Dame. Diese bezaubernde Kette ist aus der Kollektion von Juwelier Cabochon.



unter www.juweliercabochon.com.

Das Team hinter Cabochon: Zari, Faramarz und Setareh Mozaffarian (v.r.) beraten Sie gern bei Fragen zu den edlen Schmuckstücken.







BODY & BEACH IM ALSTERTAL

Schenken macht Freude - Auspacken natürlich auch!

Edle Dessous und Bademoden in den Cups von A-H Sowie Nachtwäsche für Damen und Herren

> im AEZ im Untergeschoß, Heegbarg 31, 22391 Hamburg www.bodyundbeach.de



camel active Store AEZ - 1. Obergeschoss

Heegbarg 31 | 22391 Hamburg | Phone 040 6061 169



Geschenke für

Kleine Geschenke erhalten die Freundschaft, das wissen Frauen nur zu gut! Mit etwas Schönem, wie Schmuck oder Kosmetik kann man(n) eine Frau immer erfreuen. Wir haben ein paar weitere Inspirationen für Sie...





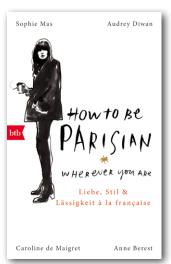


Ohrringe und
Anhänger aus der
Classic Collection von
Schoeffel aus Tahiti
Zuchtperlen, 18kt
Weißgold mit Brillanten. Gesehen bei
Cabochon.





Wie wäre es mit einer **RFID-Parkkarte?** Nie mehr Kleingeldsuchen nach dem Bummeln! Welche Frau bewundert nicht die **Eleganz und Lässigkeit** einer Pariserin? Die vier Autorinnen geben Tipps! btb Verlag, 14,99 Euro, bei **Thalia.de**.



Geschenke für

Meist gibt er es nicht zu, aber auch Mann liebt es beschenkt und verwöhnt zu werden. Hat er eine heimliche Leidenschaft, liebt er Technik, Sport, Lifestyle? Da fällt Ihnen bestimmt etwas Schönes ein, hier einige Ideen...

Winterzeit ist Kuschelzeit! Der Strick-Cardigan mit Zipp und Knopfleiste ist dafür wie gemacht. United Colours of Benetton, 99,95 Euro.



Jochen Schweizer ist der Spezialist für aufregende Erlebnisse! Wie wäre es beispielsweise mit der Erlebnis-Box "Welt der Weine" für 74,90 Euro?



Nur der HSV! Falls Ihr Mann die Raute im Herzen trägt, wäre vielleicht das neue Heimtrikot 2015/16 etwas? Erhältlich im HSV-Shop, 79,95 Euro.

�

Fly Emirates Guter Sound ist wichtig! Geht mit den H3-Kopfhörern von Bang & Olufsen.

Gutschein € 100

Wünsche werden wahr

Für alle Fälle: ein **AEZ-Center-Gutschein.**







Geschenke für KIDS

"Wann kommt denn endlich der Weihnachtsmann?" Für Kinder hat Weihnachten noch einen ganz besonderen Zauber – mit den Lichtern, dem Duft nach Spekulatius und Mandarinen und der Vorfreude auf die Bescherung!





Auch die Kleinsten mögen's gemütlich, gesehen bei United Colors of Benetton.



Weihnachtshighlights



Schleich 42160 - Großes Reitturnier Individuelle Aufbaumöglichkeiten für viele Spielfunktionen

VK. 49.99€

Kapla 280 Teile mit Buch

Das ultimative Baumaterial aus sorgfältig bearbeitetem, splitterfreiem Kiefernholz. Sonderpreis: 69,99€





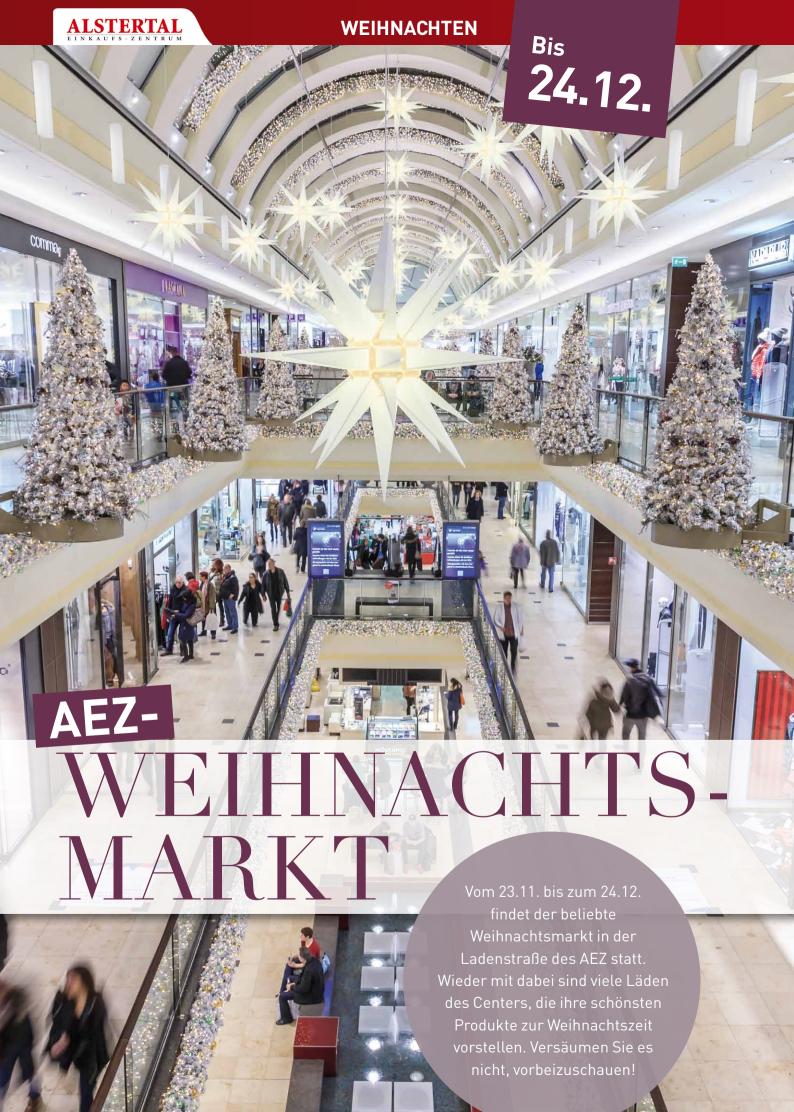
Alles erhältlich bei:

HARTFELDER Marken und Qualitäteenielzeug

Marken- und Qualitätsspielzeug

im AEZ-UG Tel.: 040 - 611 685 55 Heegbarg 31 • 22391 Hamburg







Märchenhaftes bei Villeroy & Boch

In diesem Jahr ist Schneewittchen (24,95 Euro) die Hauptfigur in der Weihnachtsmärchenwelt von Villeroy & Boch. In vielen aufwändig dekorierten Porzellanartikeln und Accessoires wurde die Geschichte umgesetzt und in den weihnachtlichen Märchenpark integriert, wo der Weihnachtsmann die fantastischen Geschichten wahr werden lässt. Besonders weihnachtlich sind die Geschenkpakete aus Porzellan gestaltet.

Aufwändig dekoriert und mit kleinen Figuren bestückt, erzählen auch sie die Geschichte von Schneewittchen auf ihre ganz eigene Weise. Die Zwerge hinter den sieben Bergen dürfen dabei natürlich nicht fehlen. Schauen Sie bei unserem Stand vorbei und lassen Sie sich von weiteren niedlichen Märchenfiguren und unseren restlichen Produkten verzaubern!

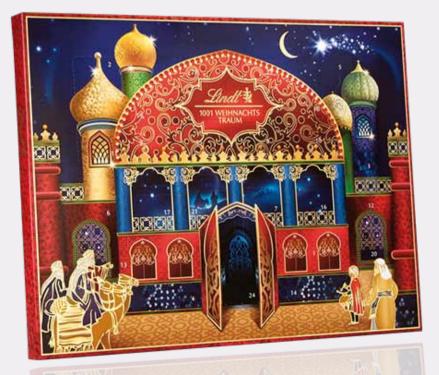


bei Café Reinhardt

Die Weihnachtszeit ist auch die Zeit himmlischer Köstlichkeiten. Die besten Leckereien gibt es bei Café Reinhardt, das alle Weihnachtsspezialitäten nach traditionellen Rezepten des

Firmengründers August Reinhardt fertigt. Auf dem Weihnachtsmarkt-Stand im Erdgeschoss gibt es tolle Angebote für den Gaumen wie Zimtsterne mit Ceylon-Zimt und leckere Butter-Vanille-Kipferl. Auch Stollen-Fans kommen voll auf ihre Kosten, denn neben vielen anderen weihnachtlichen Leckereien werden auch original Weihnachtsstollen nach Dresdener Rezepten angeboten. Café Reinhardt wünscht Ihnen einen guten Appetit!





Leckereien und mehr bei der Galeria Kaufhof

Auf dem Weihnachtsmarktstand der Galeria Kaufhof im Erdgeschoss finden Sie ein breites Sortiment an leckeren Naschereien aller namhaften Süßwarenhersteller. Traditionelle und neue Artikel verführen Sie auf süße Art. Verschiedene Chokolatiers, Confiserien und andere Anbieter, wie dieser Weihnachts-Traum Adventskalender für 16,90 Euro füllen die Auslagen des Standes. Die Süßigkeiten sind natürlich nicht alles was unser Haus in der Weihnachtszeit zu bieten hat. Auf den Etagen der Galeria Kaufhof gibt es eine große Auswahl von Weihnachtsartikeln und Geschenkideen. Mode, Technik, Küchengeräte, Spielwaren und eine große Auswahl an Büchern sind nur eine Auswahl an Artikeln. Besuchen Sie also den festlichen Weihnachtsmarkt im AEZ und lassen Sie sich von neuen Trends inspirieren.





Das Schönste an Weihnachten ist doch die Vorfreude. Und diese beginnt bereits in den kommenden Wochen mit dem Schmücken unserer Räume. Viele suchen bereits Geschenke für ihre Liebsten und verpacken sie eindrucksvoll. In unserem Center hat McPaper ein großes Sortiment an Dekorationen zum Schmücken und Verpacken. Geschenkpapier sowie Bänder, Anhänger und Aufkleber zum Verzieren, findet man hier in großer Vielfalt. Aber auch wer Bekannten und Freunden,

Festtagsstimmung

die weit entfernt wohnen, eine schöne traditionelle Weihnachtskarte schicken möchte, wird bei McPaper fündig. Außerdem bietet McPaper viele schöne Ideen an, um das eigene Heim weihnachtlich zu gestalten: Kerzen, Pyramiden, Stim-

> mungsleuchten, Lichterketten und Fensterbilder - der Phantasie wird hier rasch auf die Sprünge geholfen. Dekorative Keramik findet hier ebenso ihre Liebhaber, wie farbenfrohe Weihnachtsservietten, Girlanden oder kleine Nikolaussäcke. Kommen Sie vorbei und machen Sie sich ein schönes Fest – mit McPaper im AEZ.



Der neue Obst- und Gemüse Fachmarkt "Rohde frisch & fruchtig" bietet Ihnen viele Leckereien. Lassen Sie sich die Vielfalt regionaler Produkte, wie Kartoffeln, Äpfel und Tomaten nicht entgehen und verpassen Sie auch nicht die köstlichen unbehandelten Clementinen und Orangen aus Valencia. Wer ein Fan von exquisiten Nüssen ist, kann in den Genuss ganz besonders leckerer Wal- und Haselnüsse aus Frankreich kommen.

"Rohde frisch & fruchtig" hält zusätzlich passende Präsente, wie köstliche Nikolauskörbe für Sie bereit! Lassen Sie sich einfach von dem fachkundigen Personal vor Ort beraten. Gern können Sie die Produkte vor Kauf kosten!



Käthe Wohlfahrt – der Weihnachtsfachanbieter aus Rothenburg ob der Tauber

Das Familienunternehmen "Käthe Wohlfahrt" ist seit über 50 Jahren bekannt für seine ganzjährigen Weihnachtsfachgeschäfte. Eine Auswahl des schönsten Christbaumschmucks, prachtvoller Weihnachtspyramiden, lustiger Räuchermännchen, Nussknacker, Schwibbogen, Baumbehang aus Holz, Glas, Zinn oder Stroh und vieles mehr hat das Team auch in diesem Jahr mit ins Alstertal Einkaufszentrum gebracht. Das Sortiment reicht von ganz traditionell bis hin zum modernen Stil und den exklusiven, detailreichen und liebevoll handbemalten Designs der eigenen "Rothenburger Weihnachtswerkstatt". Ein besonderer Hingucker ist der Glasbaumbehang "Mein Garten im Winter". Die Motive dieser Serie wurden von hauseigenen Künstlern entworfen und bringen das winterliche Gartenleben ins gemütliche Wohnzimmer. Auch das kleine, zauberhafte Jahres-Räuchermännchen "Wintergezwitscher" lässt sich seinen dazu passenden Auftritt nicht nehmen. Gemütliche Atmosphäre zaubern verschiedene handbemalte Holzprodukte im Lebkuchendesign in die Wohnung, die es nur bei "Käthe Wohlfahrt" gibt.



Kleine Köstlichkeiten bei Arko Niederegger

Wer – ob für den Nikolaustag oder Weihnachten – noch ein kleines Präsent für Familie oder Freunde sucht, wird bei Arko fündig. Zahlreiche Leckereien, von Gebäck, über Nougat, Marzipan und Schokolade, bis hin zu Kaffee und Tee bieten für jedermann einen Hochgenuss. In der Weihnachtszeit dürfen diese Leckereien natürlich nicht fehlen. Vor allem die Teesorten von Arko bieten in diesem Jahr eine große Vielfalt: Der Santa-Tee (250g) ist ein Schwarztee mit dezentem Apfel-Vanille-Geschmack. Der Adventszauber (225g) ist ein Früchtetee mit einer Mandelnote versetzt, sowie der Apfel-Walnusssahne-Tee (225g), der ebenfalls ein Früchtetee ist, jedoch mit Marshmallow-Geschmack, die den sahnigen Charakter unterstreichen. Alle Tees kosten jeweils 7,99 Euro.

Die Kerzengalerie aus Bendorf kommt ins AEZ

Zur stimmungsvollen Vorweihnachtszeit und dem perfekten Weihnachtsfest sind Kerzen unerlässlich. Seit jeher sorgen sie für festliche, warme Atmosphäre. Ein Besuch bei dem Stand der Kerzengalerie ist daher für Freunde der vorweihnachtlichen Festtagsstimmung geradezu ein Muss. Neben den wohlbekannten Kerzengläsern mit bunten weihnachtlichen Motiven, den Nordlichtern, Gewürzkerzen, Windlichtern, den Tannenbaum- sowie Pyramidenkerzen sind unterschiedlichste Weihnachtskerzen zur Dekoration für den Adventskranz mit dabei. Wer ein passendes Geschenk sucht, ist hier genau richtig, denn es wird von den geschulten Mitarbeitern individuell beraten. Der Besucher kann sich für vorbereitete Kerzenarrangements entscheiden oder sich ein individuelles Geschenk zusammenstellen und kostenlos verpacken lassen. Die Mitarbeiter der Kerzengalerie freuen sich auf Ihren Besuch!





Ausgefallene Geschenkideen von Gisela Nikpur

Individualität spiegelt sich am Stand von Gisela Nikpur im ausgewählten Sortiment wieder. Aus Skandinavien kommen unter anderem Weihnachtstextilien, Bänder, Kerzen, Baumschmuck, die Weihnachtswichtel von Maileg und traumhafte Rentier- und Schaffelle. Stimmungsvolle Geschenkpapiere und Grußkarten der Illustratorin Silke Leffler sowie die beliebten, bunten Metallfiguren runden das Angebot ab. Lassen Sie sich inspirieren. An dem neuen Standort im Untergeschoß neben Schacht& Westerich freut sich das Nikpur-Team auf Sie!

Edel Kochen mit WMF

Zur Weihnachtszeit wird die Küche mehr denn je genutzt. Deshalb sind die richtigen Kochutensilien unumgänglich. Bei WMF finden Sie alles was das Herz begehrt. Sei es zum Thema Backen: Weihnachtliche Muffinförmchen, Keksausstecher, Backsets, Nussmühlen oder Kochen: Bräter, Messersets und Messerblöcke, Salz-und Pfeffermühlen. Wenn Sie noch Geschenkideen benötigen, werden Sie bei WMF mit Sicherheit auch fündig. Wie wäre es mit: einem Coffee to Go Becher, Isolierkannen, Nussknacker, Eierbecher, Wasserkaraffen, Besteck, Windlichter, Vasen oder Kerzenhalter? Schauen Sie vorbei und machen Sie sich Ihr eigenes Bild.





Die Teilnehmer auf einen Blick:



KERZENGALERIE

BRUNO FEIERABEND

Käthe Wohlfahrt

Mc**Paper**









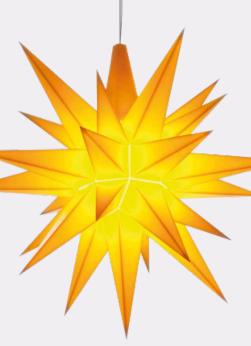




Schacht & Westerich FRHAUS



Alle zu finden im Alstertal Einkaufszentrum Heegbarg 31, 22391 Hamburg



Weihnachtlich Dekorieren

mit Schacht & Westerich

Exklusive Schreibgeräte, Schönes und Praktisches für Beruf und Kunst, geschmackvolle Geschenkideen – das hochwertige Sortiment lässt keine Wünsche offen. Dass Schacht & Westerich auch exklusive Weihnachtsdekoration anbietet, wie diesen schönen Weihnachtsstern, können Sie nicht nur in der Filiale, sondern auch auf dem Weihnachtsmarktstand im Untergeschoss entdecken: Von edlem Baumschmuck, hochwertigen Geschenkpapieren und Kartonagen über Geschenkbänder und stimmungsvolle Grußkarten finden Sie alles für einen glanzvollen Heiligabend.

"Gittis kleiner Laden":

Liebevolle Detailarbeit und stilvolle Verpackungen

Auch dieses Jahr wird Brigitte Richardt wieder liebevoll dekorierte und zum größten Teil selbst gefertigte Artikel präsentieren. Zudem stellt die Künstlerin aus Lemsahl alle Neuheiten der Firma Wendt & Kühn vor. Auch verschiedene weihnachtliche Kerzen und Teesorten werden in ihrem Sortiment zu finden sein. Nicht zu vergessen der Weihnachtsschmuck und die mit viel Liebe herge-

stellten Türkränze und Adventsgestecke. Auch Original Herrnhuter Sterne werden den Stand mit beleuchten, der in diesem Jahr im Untergeschoss direkt im Gang bei der Aktionsbühne zu finden ist. Dort bietet Brigitte Richardt auch einen

weihnachtlichen Verpackungsservice an!

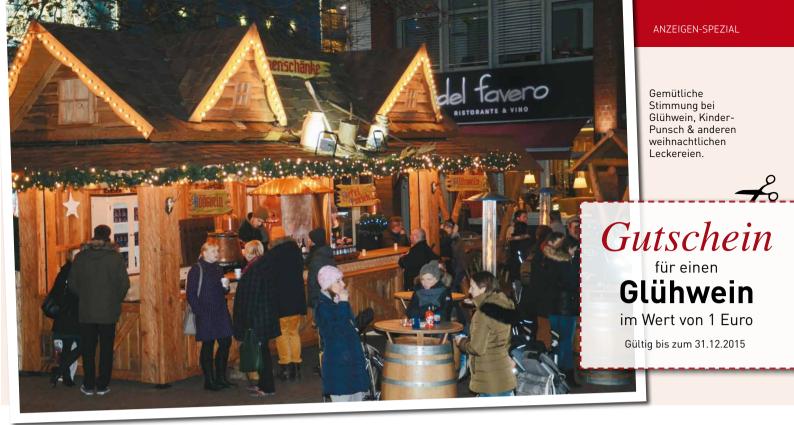


Er ist eine Institution auf dem AEZ-Weihnachtsmarkt: Seit 20 Jahren verkauft Bruno Feierabend seine "fröhlichen" Tannenbäume – natürlich ist er auch in diesem Jahr wieder mit von der Partie.

"Ich fälle die hochwertigen deutschen Edel- und Nordmanntannen selbst im schönen Heidenau bei Hollenstedt", erklärt Bruno Feierabend. "Deswegen tragen meine Tannenbäume auch alle ein Etikett mit der Aufschrift

"fröhlich"!" Wer einen fröhlichen Tannenbaum haben möchte, kann am Stand vorbeischauen die Preise haben sich seit dem letzten Jahr nicht erhöht!





GENÜSSLICHE Shopping-Auszeit

Glühwein, Bratwurst oder Crêpe – mit diesen Köstlichkeiten verwöhnt der kleine, aber feine Weihnachtsmarkt gegenüber dem AEZ am Heegbarg. Ideal, um seinen Geschenkeeinkauf ausklingen zu lassen, die Mittagspause zu verbringen oder seine kleine Weihnachtsfeier stattfinden zu lassen.

ezaubernde Lichterinszenierungen und drei weihnachtlich eingerichtete Stände mit kulinarischen Leckereien laden direkt gegenüber dem AEZ-Haupteingang "Heegbarg" zum Verweilen ein. Der kleine Markt verleiht Poppenbüttel einen besonderen, stimmungsvollen Charme in der Adventszeit. Er zeichnet sich nicht nur durch seine schmucken Stände aus, auch die Leckereien überzeugen: So verführt einen beispielsweise der Höögvine mit seiner perfekten Note an fruchtigen Aromen schnell dazu, nicht nur einen Becher zu genießen. Besonderes Highlight dabei: Diesen fruchtigen Wein mit einem Schuss "Nusswodka" zu probieren. Wer es lieber ohne Alkohol mag, der wärmt sich von innen mit einem Apfelpunsch auf. Verspürt man nach dem Shoppingbummel Hunger oder möchte in der Mittagspause einen leckeren Snack in besonderer Atmosphäre genießen, dann ist die Currywurst ein Muss. Dabei hat man die Auswahl zwischen zwei vom Koch selbst kreierten Curry-Soßen. Und im Anschluss? Lassen Sie sich noch von dem herrlichen Duft der Crêpes verführen – ob süß oder herzhaft, die Auswahl bietet für jeden Geschmack etwas. Auch sind Sie herzlichst eingeladen, Ihre Weihnachtsfeier vor Ort stattfinden zu lassen (lassen Sie alles anschreiben und zahlen Sie erst am Ende). Ebenso können Sie Gutscheine für das kulinarische Angebot erwerben und die an Mitarbeiter, Kollegen oder Freunde verschenken. Schauen Sie vorbei: Mo-Sa ab 10 Uhr und So ab 12 Uhr.



Auszug aus dem kulinarischen Angebot:

Glühwein 2,50 € Apfelpunsch 2,50 € Höögvine 3,00 € Wasser, Cola ab 1,50 € Housteiner 3,00 €

Bauernwurst 3,50 €

Currywurst 3,50 €

Pommes Frites 2,50 €

Crêpes mit... Zucker & Zimt 2,30 € Apfelmus 2,50 € Nutella 3,00 € Baileys 4,50 € ...und mehr



seien sie mit dabei! BUILES

Weihnachts-Programm

Kekse backen oder weihnachtliche Musik und Märchen anhören! Kommen Sie dazu bis zum 23.12. zur Treffpunktbühne im Untergeschoss -täglich von 9.30 bis 20 Uhr geöffnet – und erleben Sie oder Ihre Kinder ein abwechslungsreiches Programm!

Wir verraten, was es dort zu erleben gibt!



UNICEF-Grußkartenverkauf. ganztägig, von 9.30-20 Uhr.

Sa. 28.11.

Bastelstunde mit dem Kinder-Hospiz Sternenbrücke, von 9.30-20 Uhr.

Mo. 30.11.

Ballettaufführung "In der Weihnachtsbäckerei...", Beginn 17 Uhr.

Di. 1.12.. und Di. 22.12.

Weihnachtsmannsprechstunde von 15-18 Uhr.

Mi. 2.12.

Basteln mit dem Kinder-Club - "Rund um den Weihachtsbaum", von 15-18 Uhr.

Do 3 12 his Sa 5 12

Radio Hamburg - "Hörer helfen Kindern": Spenden- und Weihnachtsfotoaktion. Mittwoch von 15-18 Uhr, restliche Tage, von 10-20 Uhr.

Mo. 07.12. bis 10.12.

Kekse backen in der Weihnachtsbäckerei, Mo. und Di. um 15 und 17 Uhr, Mi. und Do. um 10, 15 und 17 Uhr. Anmeldung an der Kundeninfo im EG.

Fr. 11.12.

Der Chor "DACAPO" gibt ein stimmungsvolles Weihnachtskonzert um 16.30 und 17.30 Uhr.

Sa. 12.12. Kinder basteln Freundschaftsbänder für die Kinder von "Plan International Deutschland e.V", von 9.30-20 Uhr.

Mo. 14.12. bis Sa. 19.12.

"Trag in die Welt ein Licht" ökumenisches Projekt der Gemeinden im Alstertal, von 9.30-20 Uhr.

Mo. 21.12.

Alsterspatzen - der Kinderchor der Hamburger Staatsoper singt um 16 und 17.30 Uhr.

Mi 23.12.

Basteln mit dem Kinder-Club -"Rund um den Weihachtsbaum", von 15-18 Uhr.



Bastelstunden, Backaktionen sowie Märchenerzähler sorgen für festliche Stimmung bei Klein und Groß.





Weihnachtsstress?

Dann können wir Ihnen weiterhelfen: Damit Sie sich bei Ihrer Shopping-Tour nach den perfekten Weihnachtsgeschenken rundum wohl und gut aufgehoben fühlen, bieten wir auch in diesem Jahr wieder unseren "Himmlischen Service" an. Ab dem 27. November können Sie die unten aufgeführten Möglichkeiten nutzen – so bleibt mehr Zeit für die Liebsten!

Volle & schwere Einkaufstüten? Wir helfen tragen

Zur Weihnachtszeit werden Sie unsere Weihnachtspagen sehr oft im AEZ sehen. Sie helfen in der Adventszeit von Donnerstag bis Samstag. Zu finden sind sie überall in der Ladenstraße sowie an der Fläche gegenüber von Thomas Sabo, beim Seniorenbegleitservice.

Wir beraten Sie gern beim Geschenke-Kauf

In der Adventszeit helfen wir Ihnen freitags und samstags von 11-20 Uhr gerne bei der Geschenkewahl: Die Geschenke-Beratung ist mobil unterwegs und berät die Besucher direkt in der Ladenstraße. Ob für die Großeltern - Opa, Oma, Eltern - Mama, Papa, Freunde, Arbeitskollegen für alle gibt es das passende Geschenk. An der Mallwall haben wir unsere stationäre Geschenkeberatung.

Verschiedene Anlaufstellen zum Informieren

Unsere mobile Kundeninformation erspart Ihnen viel Zeit bei der

Kulturloge Hamburg Platz für alle

Die Einnahmen des Geschenke-Einpack-Service gehen zugunsten der "Kulturloge Hamburg - Platz für alle".

hektischen Suche nach Ihren Wunsch-Läden und Geschenken. Falls Sie die Übersicht einmal verloren haben, wenden Sie sich einfach an unsere mobilen Service-Stationen in der Ladenstraße.

Hilfe beim Einpacken aller Geschenke

Unser Geschenke-Einpackservice im Untergeschoss, neben Gitti 's kleiner Laden verpackt gern Ihre Geschenke. Dabei tun Sie auch noch Gutes - denn die Einnahmen kommen der Kulturloge in Hamburg zu Gute.

Der richtige Baum für das Fest

Das wichtigste Weihnachtsaccessoire ist an den Festtagen der Tannenbaum – egal in welcher Form, Größe oder Farbe – ohne ihn kommt schwerlich weihnachtliche Stimmung auf. Falls Sie noch nicht wissen, wo Sie ein hübsches Bäumchen kaufen können, schauen Sie doch einfach am Roten Platz, Ausgang Galeria Kaufhof, ab dem 9.12. vorbei. Dort gibt es genügend Tannen für jedermann.

Shuttle-Service für alle

Genießen Sie unseren Shuttle-Komfort und fahren Sie mit Ihren Einkaufstüten ganz bequem und trocken zu Ihrem Auto. Zu finden sind sind unsere X-Mas Caddies (in Kooperation mit Steigenberger Hotel Treudelberg) im Parkhaus Ost, Parkdeck West sowie im Parkhaus P-2.





Große Feier:

45. Tahre AEZ!



che, zugleich ein verkaufsoffener Sonntag, wurden die Jubiläums-Feierlichkeiten mit einer karitativen Aktion beendet: Beeindruckende Bilder wurden am 8. November nämlich aus der Alster-Art-Ausstellung für einen karitativen

Zweck versteigert. Der gesamte Erlös in Höhe von 17.000 Euro aina unter anderem an den Neubau des Kinderkrankenhauses des UKE's.

nlässlich des 45. Geburtstages des Alstertal-Einkaufszentrums, gab es vom 29. Oktober bis zum 8. November eine Woche voller Feierlichkeiten und Überraschungen, die für Groß und Klein ganz besondere Aktionen und Geschenke bereit hielten. Eröffnet wurde die Geburtstagswoche am 30. Oktober mit dem Tortenanschnitt drei köstlicher, beeindruckender Torten und leckeren Muffins der Bäckerei und Konditorei Café Reinhardt. Für jeden Besucher gab es eine Kostprobe der imposanten Konditoren-Leckerei, solange der Vorrat hielt. Die beiden Center-Manager Karsten Bärschneider und Stephan Thiel gaben zusammen mit dem Wandsbeker Bezirksamtsleiter Thomas Ritzenhoff ein paar einleitende Worte über die bis ins Detail geplante Jubiläums-Woche. Zum einen gab es in der Ladenstraße eine Geschenke-Manufaktur, welche den Besuchern mit vielerlei schönen Präsenten aus den AEZ-Shops versorgte. Aber auch die Shops selbst haben viele tolle Angebote zusammengestellt und den Besuchern so für ihre Treue gedankt.

Am letzten Tag der gelungenen Jubiläumswo-

Zur AlsterArt-Hauptausstellung kamen am 1.11. mehr als 1000 Besucher ins AEZ. Zusammen mit der Sonderausstellung vor und nach der AlsterArt kamen 17.000€ zusammen, die ohne Abzüge an Sozial-Projekte gespendet werden.



Bei der Geschenke-Manufaktur war ordentlich was los. Viele Besucher des AEZ wollten sich diese Chance auf tolle Geschenke der Shops nicht entgehen lassen.

Auf der Eröffnungsfeier des 45. Jubiläums gab es neben vielen Leckereien ein tolles Liveprogramm.



ALSTERTAL NEWS ANZEIGEN-SPEZIAL



Center-Manager Stephan Thiel (u.l.) und Radio Hamburg-Moderator André Kuhnert (r.) mit den fünf Finalisten.



Gewinnerfamilie Schumacher (r.) und die Initiatoren der Aktion im Restaurant chachā, das ein 3-Gänge-Menü sponserte.

Wahl der glücklichsten Familie Hamburgs!

Ein besonderes Highlight in der Jubiläumswoche war die Auszeichnung der glücklichsten Familie Hamburgs. Zusammen mit "Radio Hamburg" hat das AEZ einen Aufruf gestartet und Familien aufgefordert sich zu bewerben. Fünf Familien erhielten, ausgewählt von einer Jury, einen Shopping-Gutschein im Wert von je 1.000 Euro. Von diesen Finalisten machten die Saseler Roy und Svenja Schumacher mit ihren Söhnen Vito und Leeven das Rennen um die "Glücklichste Familie Hamburgs". Zusätzlich zu ihrem Gutschein gewannen sie einen exklusiven Shopping-Tag im AEZ. Sie wurden mit einem Shuttle von zuhause abgeholt. Für die zwei Kleinen hat "Baby One" die Kindersitze zur Verfügung gestellt, damit die Reise auch sicher starten konnte! Center-Manager Stephan Thiel und Radio Hamburg-Moderator André Kuhnert begrüßte die Familie im AEZ: Erster Stop war das Restaurant chachã, wo ein 3-Gänge-Menü auf alle Beteiligten wartete. Mit vollem Magen begann schließlich die Weihnachts-Geschenk-Suche. Vor allem der kleine Leeven suchte was das Zeug hielt. Fündig wurde er bei Galeria Kaufhof in der Spieleabteilung. Zusammen mit dem Papa ging es dann zu Edel Optics, auf die Suche nach der richtigen Sonnenbrille. Die Mutter der Familie bekam zudem ein Umstyling im Salon Marlies Möller geschenkt. So wurde der Tag für alle ein unvergessliches Erlebnis.



Wir feiern **45 Jahre** AEZ!

Kickern dank FC St. Pauli im AEZ!

Der FC St. Pauli wollte sich die Geburtstagswoche des AEZ ebenfalls nicht entgehen lassen. Der Verein stellte einen Kicker für die Besucher des AEZ bereit. Sowohl die kleinen als auch die großen Fußballfans kickerten munter drauf los. Neben diesem Kicker hat der FC St. Pauli noch weitere Kicker zu bieten, jedoch viel interessantere. Nämlich den "Rollstuhl-Tischkicker". Ziel dieses Kickers ist es, dass Rollstuhlfahrer ein Gemeinschaftsgefühl



bekommen sollen. Zusammen mit stehenden Spielern kicken sie an einem Tisch und bekommen somit ein inklusives Training.

Ein neues Klassenzimmer für...

Das AEZ hat im näheren Umkreis Kitas und Grundschulen angeschrieben, ob sie bei einem Wettbewerb für einen neuen Aufenthaltsraum oder die Neugestaltung eines Klassenraumes teilnehmen wollen. 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 einfallsreiche Bücherregale – der Kreativität waren keine Grenzen gesetzt! Die Gewinner, die Hasenwegschule 2c, wurde vor Publikum am 8.11. im AEZ gekürt.





ECE-Chef Alexander Otto ist "Feuer und Flamme" für Olympia.

Olympische und Paralympische Spiele, das bedeutet jedes Mal Spannung, Wettkämpfe und athletisches Messen, aber auch Zusammengehörigkeit, neue Freundschaften und viel Spaß, wenn sich hunderte Spitzensportler aus aller Welt auf einem Fleck versammeln. Die Hamburger haben die Chance, genau das alles in naher Zukunft direkt mitzuerleben, wenn sich die Stadt um die Spiele im Jahr 2024 bewirbt. Seit Anfang des Monats haben alle rund 1,3 Millionen wahlberechtigten Hamburger bereits die Briefwahlunterlagen erhalten, es muss nichts extra beantragt werden! Diejenigen, die ihre Stimme lieber persönlich abgeben wollen, haben dazu am 29.11. die Gelegenheit. Dann heißt es zählen, wenn es hinterher eine einfache Mehrheit von 50,01% an "Ja"-Stimmen gibt, bewirbt sich Hamburg. Je höher allerdings das Ergebnis ausfällt und je höher die Wahlbeteiligung, desto größer sind die Chancen, das IOC 2017 bei der Vergabe im peruanischen Lima zu überzeugen! Dann kann weiter geplant und gestaltet werden, in erster Linie den neuen Stadtteil "Olympia City" auf dem Kleinen Grasbrook am Hafen. Hamburgs erster Olympia-Botschafter Alexander Otto sagte dazu: "Die Spiele sind ein Beschleuniger für die Stadtentwicklung, den Sport und die gesellschaftliche Integration. Die Begeisterung für den aktiven Sport würde gerade auch bei Jugendlichen steigen. Die vielen Breitensportler erhalten moderne Trainings- und Wettkampfstätten, auf dem Kleinen Grasbrook entsteht ein neuer, inklusiver Stadtteil für 18.000 Menschen.

Am 29. November ist es soweit, an diesem Tag werden an 200 Abstimmungsstellen in ganz Hamburg die Kreuzchen gesetzt, die über Hamburgs sportliche Zukunft entscheiden. Nutzen Sie Ihre Chance und stimmen Sie ab, sofern Sie es nicht schon per Briefwahl getan haben!

> Hamburg will also nichts bauen, was hinterher nicht gebraucht wird - und besitzt damit ein attraktives Stadtviertel mehr! Um diese Visionen zu verwirklichen, engagiert sich Alexander Otto in der privaten Olympia-Initiative "Feuer und Flamme" und initiierte mit seiner ECE beispielsweise die Ausstellung "Deutschland steht hinter Hamburg 2024" und die Roadshow "Dein Center – Deine Wahlarena". Wenn das nachhaltige Konzept der Olympia-Planung tatsächlich in der Form weiterverfolgt wird, dann heißt es mit großer Wahrscheinlichkeit

im Sommer 2017 bei der Verkündung des IOC in Lima: Olympia 2024 in HAMBURG! Das wird ein Fest für uns Hamburger und für unsere Gäste aus aller Welt!



Alexander Otto und Olympiasieger Michael Groß bei der Roadshow-Eröffnung in der Hamburger Meile.



Eröffneten die Ausstellung in der Europa-Passage: Jogi Bitter (Torhüter HSV Handball), Olaf Scholz, Sören Schröder (Sänger) und Alexander Otto.



Die Eröffnung zur Ausstellung "Deutschland steht hinter Hamburg 2024" war ein voller Erfolg

www.reformhaus-engelhardt.de

ANNEMARIE BORLIND

NATURAL BEAUTY

INTENSIV-KONZENTRATE

MIT SOFORT-EFFEKT

DIE NEUEN BEAUTY SHOTS

Hochkonzentrierte Wirkstoffe. Kurze Anwendungszeit. Sichtbare Pflegeergebnisse.

Intensivkonzentrate, zugeschnitten auf die Bedürfnisse Ihres Hauttyps.





Reformhaus

REFORMHAUS ENGELHARDT 24 x in Hamburg und Schleswig-Holstein



Was ist im Advent im

Kinder-Club los?

Nicht nur den Erwachsenen möchte das AEZ eine schöne Weihnachtszeit bescheren. An die kleinen AEZ-Besucher haben wir natürlich auch gedacht. Für sie haben wir ganz besondere Aktionen im Kinder-Club (Obergeschoss, neben Monkey Donut) geplant.

- Los geht es am **2. Dezember** (15-17 Uhr) mit **Säckchen** basteln für den Nikolaus
- Am 9. Dezember, (15-17 Uhr) werden schöne Weihnachtskarten gestaltet
- Am 16. Dezember (15-17 Uhr) wird hübsche Tischdeko für das Weihnachtsfest gebastelt
- Am 23.12. (15-18 Uhr) gibt es eine große Weihnachtsbastelei an der Treffpunktbühne mit dem Kinder-Club
- Und am 24.12. (10-14 Uhr) kommt das Christkind ins AEZ und verteilt Geschenke

Am **30. Dezember** geht es dann weiter mit dem Malwettbewerb "Mein schönstes Weihnachtsgeschenk" (15-18 Uhr). Die letzte Veranstaltung des Kinder-Clubs 2015 wird am 31. Dezember stattfinden. Von 10-14 Uhr werden Glücksbringer für das neue Jahr gebastelt!

Also kommen Sie mir Ihren Kindern vorbei – es gibt eine Menge zu erleben!



Neuigkeiten aus der Shop-Welt

- "Liebeskind" eröffnet Anfang Dezember auf der ehemaligen Fläche von "Gina George & Lucy"
- "Rohde frisch & fruchtig" eröffnet auf der ehemaligen Fläche von "Alster Obst" in der Markthalle

Öffnungszeiten: center: Mo.-Sa. 9:30-20:00 Uhr

Das Felix Mendelssohn Jugendsinfonieorchester (MJO) lädt in die Laeiszhalle ein.



Wir verlosen 2x4 Karten für das MJO Sinfonieorchester

Wann hat man schon die Möglichkeit zwei der mitreißendsten Sinfonien auf einen Schlag zu hören, und das auch noch von einem der erfolgreichsten Jugendsinfonieorchester Deutschlands? Am 17. April 2016! Und zwar, wenn das Felix Mendelssohn Jugendsinfonieorchester – kurz MJO - beim großen Sinfoniekonzert in der Laeiszhalle Tschaikowskys fünfte und Brahms dritte Sinfonie zum Besten gibt. Wer gewinnen möchte, der sendet einfach bis zum 24.12.2015 eine E-Mail mit seinem Namen und dem Betreff "Gewinnspiel Sinfoniekonzert" an j.ulbrich@alster-net.de. Das Los entscheidet! Wer nicht gewonnen hat, kann unter www.theyoungclassx.de/ tickets Karten kaufen.

Kreativ sein und 100 Euro Center-Gutschein gewinnen!

Wir suchen das kreativste Weihnachtsgeschenk des Jahres! Haben Sie sich schon Gedanken gemacht? Ist etwas Ausgefallenes für die Liebsten dabei? Dann



ce: Wir verwirklichen

einen 100 €-Center-Gutschein!

eine krative Idee und verschenken

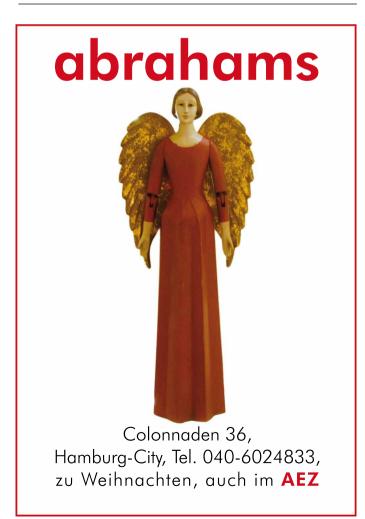
verraten Sie uns doch bitte, was es ist! Aus allen Einsendungen wählt eine Jury die originellste Idee aus. Der Gewinner oder die Gewinnerin erhält einen 100€ AEZ-Center-Gutschein, mit dem er/sie in einem von 240 Läden im AEZ shoppen kann. Falls Sie nicht die kreativste Idee haben, können Sie trotzdem gewinnen! Unter allen Einsendern/innen verlosen wir die kreative Idee des Gewinners - einen 25€ Center-Gutschein! Also, wer mitmachen und die doppelte Gewinnchance nutzen möchte, sendet bis zum 26. November seine kreative Geschenkidee an j.ulbrich@alster-net. de. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden benachrichtigt. Doppelte Gewinnchan-

Winterzeit ist Teezeit



Der Duft von Zimt, gebrannten Mandeln, Vanille und Sternanis liegt in der Luft, denn bei TeeGschwendner hat die Adventszeit schon begonnen! Ob Schwarz-, Grün-, Rooibusch- oder Früchtetee, bei TeeGschwendner finden Sie köstliche Tees, die Herz und Seele im Spätherbst und an langen, kalten Winterabenden wärmen und so die Weihnachtszeit versüßen. Denn so langsam beginnt sie, die Zeit der Besinnlichkeit: Plätzchen werden gebacken und Geschenke für die Liebsten ausgesucht. Auch hierfür gibt's tolle Anregungen beim Tee-Experten. Neben außergewöhnlichen Teekreationen, einer Vielzahl von Bio-Tees oder dem In-Getränk Matcha bietet das Teefachgeschäft liebevoll gestaltete Präsente und tolle Geschenkideen.

Wussten Sie zum Beispiel, dass sich Tee auch zum Kochen und Backen eignet? Probieren Sie doch einmal Vanille-Kipferl mit einem Hauch von Matcha oder einen Glühpunsch mit Matcha Premium Tee aus. Ein Genuss! Weitere köstliche Rezepte und kompetente Beratung erhalten Sie bei TeeGschwendner im AEZ-Untergeschoss, Heegbarg 31, 22391 Hamburg, Tel. 602 22 66.





mit Gans&Kloß

So experimentierfreudig wir das ganze Jahr über in der Küche auch sein mögen, an den Weihnachtstagen wünschen sich die meisten von uns traditionell einen klassischen Festtagsschmaus. Aus dem Kochbuch "Deutsche Küche neu entdeckt!" haben wir ein harmonisch abgestimmtes Weihnachtsmenü zusammengestellt.



< FÜR 8 PERSONEN

- 1 Bauerngans (ca. 4 kg)
- 3 altbackene Brötchen
- 800 g Esskastanien (Maronen, vorgegart und tiefgekühlt oder vakuumverpackt)
- 2 Mandarinen

- 1 großer Apfel
- Salz. Pfeffer
- 400 ml Hühnerfond
- 2 TL edelsüßes Paprikapulver
- 1 Stange Lauch,
- 3 Möhren

- 2 Petersilienwurzeln
- 2 Zwiebeln
- 2 Stängel Beifuß
- 2 Stängel Majoran
- 2 EL Öl
- 200 ml Weißwein

ZUBEREITUNG

1 Die Bauerngans innen und außen waschen und mit Küchenpapier gut trocken tupfen. Den Hals und die Flügel abtrennen, grob hacken und beiseitestellen.

2 Die Brötchen in Wasser einweichen, nach 2 Min. ausdrücken, grob zerzupfen und in eine Schüssel geben. Die Kastanien (TK-Ware vorher auftauen lassen) dazugeben. Mandarinen schälen und in die einzelnen Segmente teilen. Apfel waschen, eventuell schälen, vierteln und entkernen. Apfel grob würfeln und mit den Mandarinen zum Brötchen geben. Salzen und pfeffern, 100 ml Hühnerfond dazugießen. Den Backofen auf 120° vorheizen.

3 Gans innen und außen salzen und pfeffern, außen auch mit dem Paprikapulver einreiben. Den Bauch mit der Brötchenmischung füllen und mit Küchengarn zunähen oder mit Zahnstochern zustecken. Die Gans in

eine Bratreine setzen und den übrigen Fond angießen. Im Ofen (Mitte) ca. 5 Std. braten, bis sie gar ist.

4 Inzwischen den Lauch längs aufschneiden, waschen, putzen und in Ringe schneiden. Die Möhren, Petersilienwurzeln und die Zwiebeln schälen, grob würfeln. Kräuter abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen.

5 In einer Pfanne das Öl erhitzen und darin Gänsehals und -flügel goldbraun anbraten. Das Gemüse dazugeben und mitbraten. Kräuter dazugeben, mit Wein ablöschen und kurz aufkochen. Alles in den Bräter geben. Die Gans alle 30 Min. mit der Sauce übergießen.

6 Nach Garzeitende die Hitze auf 200° hochfahren und die Gans weitere 30 – 40 Min. braten, um eine schön knusprige Haut zu erzielen.

Zeitbedarf: 30 Min., Garzeit: 5 Std. 40 Min.

GESCHENKE SERVICE

bei VIOLAS'

Sie benötigen noch ein Geschenk oder eine kleine Aufmerksamkeit für den Gastgeber, Ihre Freunde, Mitarbeiter, Geschäftspartner oder ein Event? Dann schauen Sie bei VIOLAS' im AEZ vorbei, Heegbarg 31, 22391 Hamburg.

Stellen Sie einen individuellen Präsentekorb mit exquisiten Köstlichkeiten zusammen.



Für die **Kartoffelklöße**

FÜR 6 PERSONEN

- 1 Scheibe Brot (am besten funktioniert Bauernbrot)
- 1 EL Butter
- 1 EL Salz
- 2 kg mehligkochende Kartoffeln
- etwas Speisestärke (aus Kartoffeln, auch Kartoffelmehl) zum Binden



1 Die Brotscheibe in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne die Butter schmelzen, mit 1 Prise Salz würzen und darin die Brotwürfel anrösten, jedoch nicht zu knusprig und zu fest werden lassen. Die Würfel aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

2 Die Hälfte der Kartoffeln waschen und ungeschält in ausreichend Salzwasser oder im Dampf in 20 – 25 Min. gar kochen. Dann abgießen, kurz ausdampfen lassen, pellen und in einer großen Schüssel etwas abkühlen lassen. Mit einer Gabel klein zerdrücken.

3 Die andere Hälfte der Kartoffeln schälen und waschen. Ein Sieb über eine Schüssel legen. Nun auf einer feinen Reibe die Kartoffeln in das Sieb reiben, dabei die Raspel immer wieder ins Sieb hineindrücken, damit die Kartoffeln entwässert werden. Ist das Sieb nahezu voll, die Kartoffeln in ein Küchentuch stürzen. Mit den restlichen Kartoffeln weiter so verfahren, bis alle

aufgebraucht sind. Die Kartoffelmasse im Küchentuch fest zusammendrücken und die verbliebene Flüssigkeit herauspressen.

4 Die ausgedrückte Kartoffelmasse zu den gegarten Kartoffeln geben, salzen und alles gut miteinander vermengen. Die Masse sollte nicht an den Fingern kleben, daher bei Bedarf etwas Speisestärke dazugeben.

5 Nun 12 Klöße gleicher Größe formen, dabei in jeden Kloß einige Stückchen geröstetes Brot in die Mitte stecken und den Kloß rundherum wieder gut schließen. Mit leicht angefeuchteten Händen lassen sich besonders gut Klöße formen.

6 In einem möglichst großen Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen, salzen und darin die Klöße in 20 – 25 Min. bei geringer Hitze gar ziehen lassen.

Tipp: Es gibt natürlich die Varianten, Klöße bzw. Knödel nur aus rohen oder nur aus gekochten Kartoffeln zu machen – dabei einfach jeweils wie oben beschrieben vorgehen. Und bei gekochten Kartoffeln noch 3 – 4 Eier dazugeben und etwas Mehl oder Kartoffelstärke einarbeiten, bis der Teig nicht mehr kleht.

Zeitbedarf: 30 Min., Garzeit: 45 Min.





Wie viel Genuss sich in der deutschen Küche finden lässt, wenn man über Großmutters goldgemusterten Tellerrand hinausblickt, zeigt der Foodjournalist Matthias F. Mangold in seinem Kochbuch "Deutsche Küche neu entdeckt!". In Rezepten, Reportagen und mit Fotos nimmt er seine Leser mit auf eine Tour durch ein Land im kulinarischen Aufbruch.

> Deutsche Küche neu entdeckt!, Matthias F. Mangold GU Verlag, 200 Seiten, Softcover, 24,99€.







Luftige Leckereit für den Gaumen

Naschen ist in der Weihnachtszeit unumgänglich – wer möchte darauf auch schon verzichten! Zumal es neben Klassikern wie Lebkuchen und Zimtsternen auch stets neue Kreationen gibt. Wir haben ein **leckeres veganes Highlight** für Sie gefunden.

Feigen-Zimt Knöpfchen

Zutaten:

Für ca. 50 Stück

Für den Teig:

150 g Weizenmehl Type 405 70 g Feinzucker 1 Prise Salz 1 Prise Vanillepulver 100 g vegane Butter oder Margarine 2 EL Pflanzendrink

Für das Dekor:

3 EL Puderzucker ½ TL gemahlener Zimt

3 getrocknete Feigen

Zubereitung:

Mehl, Zucker, Salz und Vanille in einer Rührschüssel mischen. Mit der veganen Butter und dem Pflanzendrink zu einem glatten Teig kneten. Die Feigen fein hacken und vorsichtig in den Teig einarbeiten. Den Backofen auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen Aus dem Teig eine Rolle formen und ca. 50 gleichmäßige Stücke abschneiden. Daraus Kugeln formen und diese ca. 12 Minuten backen. Den

Puderzucker sieben und mit

wälzen und auskühlen lassen.

Knöpfe noch warm darin

Zimt mischen. Die

Buchtipp:

Noch mehr tolle vegane Backideen für die Weihnachtszeit – ob schokoladig, fruchtig oder klassisch – finden Sie in: "Vegan X-mas - Vegane Plätzchen für Winter & Weih-

nachten", Stina Spiegelberg, geb., 144 Seiten, erschienen 2015 im Edition Fakkelträger Verlag, 19,95 Euro.



MARKTHALLE ANZEIGEN-SPEZIAL

Noch mehr Obst-& Gemüsevielfalt

im AEZ!

Fruchtige Clementinen aus Spanien, vielfältige Walnüsse aus Frankreich und verschiedenste Apfelsorten aus der Region – das sind nur einige besondere Köstlichkeiten, die der neue Obst- und Gemüse-Fachmarkt "Rohde frisch & fruchtig" ab dem 23. November in der Markthalle für Sie bereithält. Überzeugen Sie sich selbst von dem riesigen Angebot an köstlichem Obst, knackigem Gemüse, selbstgekochten Marmeladen, kochfertigem Suppengemüse, tollen internationalen Spezialitäten, hauseigenen Gemüsesuppen, Desserts und Salaten. Das 10-köpfige Team gewährt Ihnen auch gern eine Kostprobe und bereitet Probierhäppchen frisch für Sie zu. "Wir beziehen alle unserer Obst- und Gemüsewaren täglich frisch vom Hamburger Großmarkt", erzählen die Inhaber Britta und Torsten Rohde, die täglich vor Ort sein werden.

Überzeugen Sie sich selbst von dem facettenreichen Angebot: täglich von Montag bis Freitag, 8.30-20 Uhr und am Sonnabend, 8-20 Uhr geöffnet. Bei weiteren Fragen erreichen Sie fachkundiges Personal unter der

Telefonnummer: 61189148 oder unter: www.rohde-frisch-fruchtig.de und aez@rohde-frisch-fruchtig.de.

Rohde frisch & fruchtig bietet sowohl eine vielfältige Obst-, als auch eine umfassende Gemüseauswahl. Dabei setzt das Unternehmen vor allem auf Frische, Qualität und Artenvielfalt gern gekaufter Lebensmittel, wie mehr 15 Apfel- und 10 Kartoffelsorten.









Funkelnde Leidenschaft neu interpretiert – wir arbeiten Ihren Schmuck um.



CABOCHON

Alstertal EKZ Heegbarg 31 22391 Hamburg Tel. (040) 60 82 46 98 info@juweliercabochon.com www.juweliercabochon.com



Kohl mal anders

Winterzeit ist bekanntermaßen Kohlzeit. Wir zeigen Ihnen hier zwei Rezepte jenseits der klassischen Zubereitung: einmal einen Rotkohl-Salat und eine Grünkohl-Lasagne.

ROTKOHL-ORANGEN-SALAT

Zutaten für 6 Portionen:

Für den Salat:

 $1\ kg$ Rotkohl, 2 EL Salz, 1 TL Zucker, 3 EL Balsamico Bianco, 2 EL Walnussöl

Für das Dressing:

200 g RAMA Cremefine wie Crème fraîche zu verwenden, 4 EL Balsamico Bianco, 1/2 TL Honig, frisch gemahlener Pfeffer, 2 EL Walnussöl, 1/2 Bund Petersilie

Aueta erdem:

2 Orangen, 50 g Walnüsse, 50 g Rosinen

Zubereitung

1. Rotkohl putzen, den Strunk entfernen. Rotkohl fein hobeln. In eine Schüssel geben, mit Salz, Zucker, Balsamico Bianco und Walnussöl mischen und ca. 2 Stunden durchziehen lassen. 2. Für das Dressing Rama Cremefine, Balsamico, Honig, Pfeffer und Walnussöl mit einem Schneebesen verrühren. Petersilie waschen, trocken schütteln, hacken und unterrühren. 3. Rotkohl gründlich ausdrücken. Orangen filetieren, dabei den Saft auffangen. Walnusskerne fein hacken. Orangenfilets mit Saft, Walnüssen und Rosinen unter den Rotkohl heben. Rotkohl-Orangen-Salat nochmals abschmecken und mit dem Dressing servieren.

Zubereitungszeit:

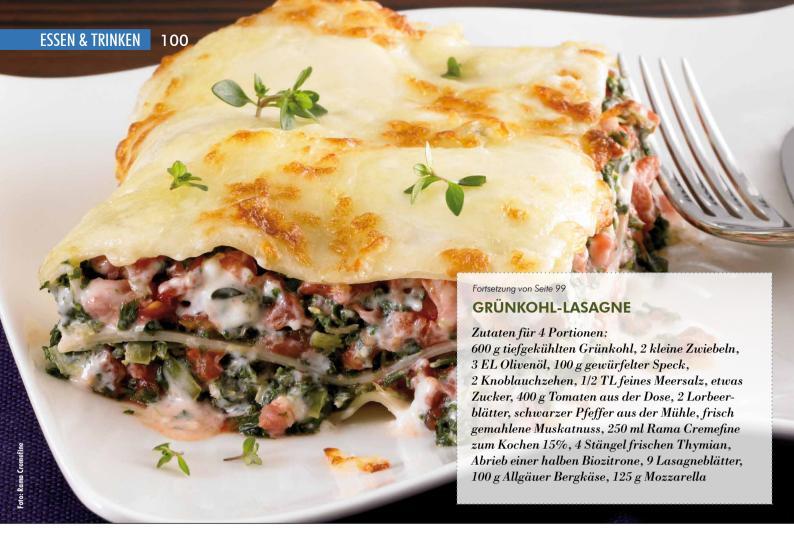
2 Stunden und 25 Minuten, Kühlzeit: 120 Minuten

Fortsetzung auf Seite 100





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





Gewinnspiel zum 5. Geburtstag (Verlosung am 9.4.16 um 20:00)

Laut Morgenpost sind wir auf dem **3. Platz der besten asiatischen Restaurants** gekürt worden und
am 9.4.2016 feiern wir unseren 5. Geburtstag mit tollem Gewinnspiel!

Einfach auf der Rückseite die Meinungskarte ausfüllen und bei der Bedienung abgeben.

Viel Glück!!

1. Preis:

SMART fortwo Edition 1 Coupé 52kW im Wert von 15.000 €





Angebote gelten nur bis 9.4.2016. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung möglich. Fahrzeugbeklebung Khan Mongolei muss für mindestens 2 Jahren auf dem Fahrzeug bleiben. Teilnahmebedingungen: Mindestalter 18 Jahre, Teilnahmeschluss: 8.4.2016





Zubereitung:

1. Grünkohl auftauen und etwas ausdrücken. Zwiebeln fein würfeln und im Olivenöl in einer Pfanne 1 Minute anschwitzen. Speck dazu geben und mit anbraten. Den Grünkohl und die angestoßene Knoblauchzehe dazu geben. Den Grünkohl unter kräftigem Rühren 1 Minute mit anschwitzen. Mit Salz und Zucker würzen Die Tomaten und ein Lorbeerblatt dazu geben und 3 Minuten köcheln lassen. Kräftig mit schwarzem Pfeffer würzen. Mit Muskat abschmecken.

2. Cremefine erhitzen, die Thymianblätter, 1 fein gehackte Zehe Knoblauch, zweites Lorbeerblatt und Zitronenabrieb dazu geben. 5 – 7 Minuten köcheln lassen, bis das Ganze beginnt dicker zu werden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Lorbeerblatt entfernen.

3. Eine flache Form mit Olivenöl auspinseln. 3 Lasagneblätter rein legen. Die Hälfte des Grünkohls darauf setzen. 1/3 der Cremefine-Mischung darüber verteilen. 1/3 des Käses darüber streuen. Drei weitere Lasagneblätter darauf setzen den restlichen Grünkohl darauf verteilen, ein weiteres Drittel der Rama-Cremefinemischung und ein weiteres Drittel des Käses darauf verteilen. Mit den restlichen drei Lasagneblättern abdecken.

Restliche Rama-Cremefinemischung darauf verteilen. Den restlichen Bergkäse darüber streuen, den Mozzarella in Stückchen reißen und darüber verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180° C ca. 40 Minuten backen.

Zubereitungszeit: 1 Stunde und 10 Minuten



GANZ(S) **LECKER SCHLEMMEN!**

Es ist wieder soweit: die Gourmet-Aktion "Hamburg Ganz(s) weihnachtlich" startet demnächst: 77 Restaurants servieren noch bis zum 23. Dezember festliche Weihnachtsmenüs mit Gans & Co. Die Aktion steht seit Jahren unter der Schirmherrschaft des Tourismusverbandes Hamburg e.V. Start der Aktion in der Gastronomie war der Martinstag (11. November), an dem traditionell der erste klassische Gänsebraten anaeschnitten wird.



Inzwischen ist die Auswahl

an Menüs nicht nur auf das leckere Geflügel im klassischen Stil beschränkt, sondern spiegelt auch die unterschiedlichen Geschmacksrichtungen der Gäste wider. Wer keine Gans oder Ente mag, kann aus verschiedenen Alternativen wählen und sich von neuen Ideen überraschen lassen. Auch wer vegetarisches Essen bevorzugt, findet eine Auswahl bei den angebotenen Weihnachtsmenüs. Mehr Infos und Reservierungen auf www. hamburg-kulinarisch.de!







Achtung!

Unsere knusprigen Enten & Gänse auch bei Ihnen zu Hause... ...mehr geht nicht!

Firmen- und Weihnachtsfeiern in einmaligem Ambiente.

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







Reservieren Sie jetzt Ihre Weihnachtsfeier!

Heimgarten 19 • 22399 Hamburg Tel. 040 / 602 11 92

www.athen-restaurant-hamburg.de

Mo.-Do. 17.00-0.30 Uhr • Fr./Sa. 12.00-15.00, 17.00-0.30 Uhr sonn- und feiertags von 12.00-0.30 Uhr, Heiligabend geschlossen

online als Newsletter bestellen: E-Mail genügt an alstertalabo@ alster-net.de

Alstertal-Magazin online lesen!



- Das aktuelle Heft und mehr als zehn Jahre Archiv mit Interviews, Artikeln, Kolumnen und viel mehr!
- Kostenlos und komfortabel ohne App, ohne Bezahlschranke, im interaktiven Layout
- Viele weitere spannende Magazine wie Hamburg Woman, Luxury, Home & Life – alles gratis!

In der Weihnach



ETWAS LEICHTES, ALS GEGENPART SIND DIE ZITRONENKEKSE IN WOLKENFORM

Zutaten für 40 Stück:

1 Zitrone, 250 g Sanella, 250 g Puderzucker, 250 g Mondamin Feine Speisestärke, 100 g Mehl, 150 g Kokosraspel, Backpapier

Zubereituna:

- 1. Zitrone heiß abspülen und trocken tupfen. Die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Zitronenabrieb, Sanella, 100 g Puderzucker, Speisestärke, Mehl und 100 g Kokosraspeln mit den Knethaken des elektrischen Handrührer zu einem Teig vermengen.
- 2. Backofen auf 200 °C (Umluft: 180 °C) vorheizen. Mit Hilfe von 2 Teelöffeln kleine Häufchen auf mit Backpapier belegte Backbleche setzen. Die Häufchen dürfen ruhig ein bisschen wild aussehen. Zitronenkekse im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten backen. Zitronenkekse herausnehmen und auskühlen lassen.
- 3. 150 g Puderzucker und 2-3 EL Zitronensaft zu einem Guss verrühren und die Zitronenkekse damit überziehen. Mit ein paar Kokosraspeln bestreuen - fertig sind die zarten Žitronenwolken.

Zubereitungszeit: 40 Minuten Backzeit: 15 Minuten



tsbäckerei.

... gibt's so manche Leckerei. Da werden Kindheitserinnerung wach und das Herz aller Backliebhaber und Naschkatzen aeht auf! Es aibt viele köstliche Plätzchen-Rezepte, die wir in der Weihnachtszeit ausprobieren können. Das sind unsere 3 Favoriten:

Zutaten für 50 Stück:

75 g Mehl,250 g Weizenstärke oder Mondamin Feine Speisestärke, 100 g Puderzucker,1 Päckchen Vanillezucker, 30 g Backkakao, 250 g Sanella, 75 g Haselnusskerne, Frischhaltefolie, Backpapier

Zubereituna:

1. Mehl, Speisestärke, Puderzucker, Vanillezucker und Backkakao vermischen. Sanella in kleinen Flöckchen zugeben und alles mit den Knethaken des elektrischen Handrührers und den Händen zu einem glatten Teig verkneten.

2. Backofen auf 180 °C (Umluft: 160 °C) vorheizen. Teig zu Rollen formen (Ø ca. 3 cm) und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Jede Scheibe um eine Haselnuss zur Kugel formen. Kakaokugeln auf mit Backpapier belegten Backblechen im vorgeheizten Ofen 10-12 Minuten backen.

3. Kakaokugeln abkühlen lassen und anschließend nach Belieben mit Puderzucker bestäuben oder in Puderzucker wälzen. Energie- und Nährstoffgehalt pro Stück:

Zubereitungszeit: 47 Minuten Backzeit: 12 Minuten





Trattoria Brunello Weihnachten und Silvester



Auch in diesem Jahr verwöhnen wir Sie wieder mit unseren traditionellen Menues und Gerichten aus der Toskana, passend zur Vorweihnachtszeit, an Weihnachten und an Silvester in familiärem Ambiente!

Stormarnplatz 8 | 22393 Hamburg Tel. 040 - 61 18 77 53

www.trattoria-brunello.de

Restaurant Zur Kastanie



Gänsebraten "satt" 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 ür die Feiertage bitte

rechtzeitig reservieren

Weihnachtsbraten ohne Stress genießen!

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

del hat immer verkaufsoffenen Sonntag!

Brunch für die ganze Familie an den Adventssonntagen



Knusprige Gans aus dem Ofen. am Tisch tranchiert

oder traditionell an den Adventswochenenden im Randel genießen (Samstag Abend, Sonntag Mittag)

Mehr Infos im del

FREITAG bis SONNTAG auch mittags geöffnet

www.del-restaurant.de

Poppenbüttler Landstraße Ic (neben Randel) 22391 Hamburg • Telefon: 040 - 602 70 61 info@del-restaurant.de **Großer Parkplatz am Haus!**



ANZEIGEN-SPEZIAL

GENUSS IN HISTORISCHEN GEMÄUERN





Das Team der Alten Mühle serviert moderne deutsche Küche auf historischem Grund – immerhin existiert die Mühle bereits seit dem 16. Jahrhundert hier in Bergstedt.

Alte Traditionen und moderne Gerichte: In der **Alten Mühle in Bergstedt** speist man in gemütlichem Ambiente. Inhaber Jörg Schlage hat die Alte Mühle vor gut 1 ½ Jahren übernommen und einiges neu gestaltet. Beispielsweise servieren er und seine Frau einen selbstgerösteten Kaffee in verschiedenen Geschmacksrichtungen – köstlich und besonders gut verträglich! Eine ideale Location ist die Alte Mühle für große Feierlichkeiten **von 30 - 200 Personen**. Hierfür stehen auf dem Gelände verschiedene Gebäude und Räumlichkeiten zur Verfügung, wie die Mühlenkate oder

der alte Pferdestall. Je nach Geschmack und Anlass kann man sich sein Wunschbuffet oder Menü zusammenstellen. Am Wochenende kehrt man hier nach einem ausgedehnten Spaziergang noch bei einer guten Tasse Kaffee und selbstgebackenem Blechkuchen ein. Auf der Speisekarte stehen außerdem Karpfen und Forellen aus eigenem Bassin und passend zur Jahreszeit finden in der Alten Mühle aktuell Enten- und Gänseessen statt. Mehr Infos und Reservierungen gibt es unter **Tel: 604 91 71** und **alte-muehle-hamburg.de**.



UNSER ABSOLUTER FAVORIT IST DAS MAKA-DAMIA-KEKS-REZEPT.

Zutaten für 40 Stück:

125 g Makadamianüsse, 100 g Zartbitterschokolade, 1 Ei, 1 Prise Salz, 175 g Mehl, 1 TL Backpulver, 75 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker, 125 g Rama

Zubereitung:

- 1. Nüsse und Schokolade grob hacken. Ei trennen und das Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen.
- 2. Mehl, Backpulver, Zucker und Vanillearoma mischen. Rama, Eigelb, Schokolade und Nüsse dazugeben und mit den Knethaken des Handrührers verkneten. Eischnee vorsichtig unterheben.
- 3. Den Teig mit feuchten Händen zu Kugeln von ca. 2 cm Durchmesser formen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 180 °C (Gas: Stufe 2-3/Umluft: 155 °C) ca. 18 Minuten backen.

Zubereitungszeit: 1 Stunde Backzeit: 18 Minuten



25. & 26. DEZEMBER

Genießen Sie Ihre Weihnachtstage mit einer Auswahl an feinen Gerichten von unserer Weihnachtskarte im Café & Restaurant im Herrenhaus und kreieren Sie Ihr eigenes Menü. Unsere Menü-Vorschläge für Sie:

Klare Steinpilz-Consommé mit bunten Gemüsestreifen & Steinpilzen

Klassísch Knusprige Ente mit Preiselbeer-Zimt-Rotkohl, Kartoffelklößen & Entenjus ∨egetarísch Pappardelle in Walnuss-Petersilien-Pesto, Kirschtomaten & Ziegenkäse

Karamellisierte Apfeltarte an Zimtparfait 29.50 € & eingelegten Rumtopffrüchten 25.50 €

Alle Gerichte der Weihnachtskarte finden Sie unter www.cafe-im-herrenhaus.de

Tel: 040 / 970 70 970 - Wellingsbüttler Weg 71, 22391 Hamburg







Weihnachts-Ausstellung 2015

Keramikwerkstatt Birgit Best



28. & 29.11. 2015 von 11 bis 18 Uhr

7Gastaussteller Bornkampsweg 39 **22926 Ahrensburg -Gut Wulfsdorf**

www.best-keramik.de







chenke für SIE und IHN

Haben Sie schon überlegt, was Sie an Weihnachten verschenken? Jetzt haben Sie noch ein wenig Zeit, doch ehe Sie sich versehen, sitzen Sie vor einem leuchtenden Weihnachtsbaum mit buntverpackten Geschenken darunter. Beschenkt werden ist schön – was lege ich meinen Liebsten dieses Jahr jedoch unter's Bäumchen?

Oh my clutch "Clutch Evilope – X-Mas Special" 155 Euro. Mehr unter: www. oh-my-clutch.

Die traumhafte Kollektion von Pandora ist beliebt: Das Charm-Armband für ca. 50 Euro mit dazugehörigen Charms, ab ca. 30 Euro das Stück erhältlich.

Mit "Ein ganz neues Leben" bringt Jojo Moyes, passend zu Weihnachten, die Fortsetzung seines Bestsellers raus. Wunderlich Verlag, geb., 19,95 Euro.



Jede Frau braucht eine große Handtasche für den Alltag. Wie wäre es mit einem schicken Shopper von Laurèl, ca. 650 Euro?

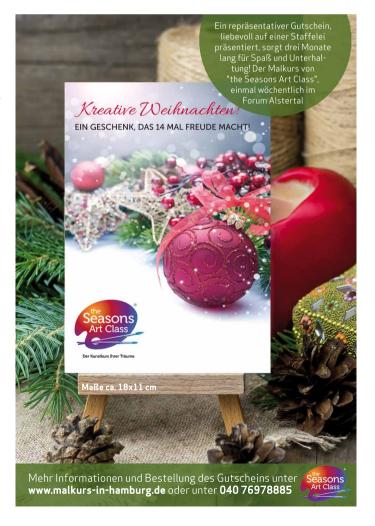












Geschenke für SIE und IHN



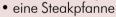
Mit unseren Geschenkideen lassen sich sogar die Männer überraschen.



Bei den Männern gestaltet sich die Geschenkeauswahl nicht ganz so einfach. Bei reifer Überlegung fielen uns jedoch folgende Ideen ein:



- Fallschirmsprung
- ein Holzkohlegrill





Großtasten-Telefone u. Handys mit Einrichtungs-Service

Lese-Lupen • Geräte mit Sprachausgabe XXL- Spiele • viele praktische Haushaltshelfer

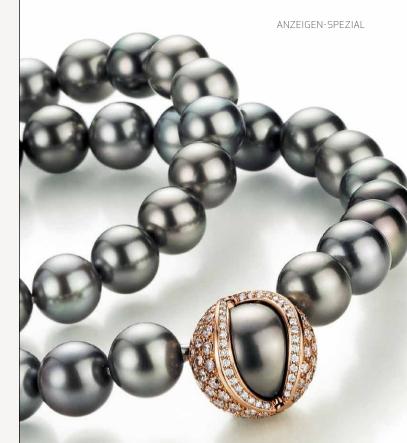
Steinstr. 13a, Hamburg-Innenstadt, Tel.: 76796660

www.senior-aktiv-hamburg.de Öffnungszeiten: Montag-Freitag 10.30 - 18.00



Geschenk ldeen liebevoll verpackt

Praktische Dinge fürs Leben



Die aufwendig gearbeiteten und wandelbaren Schmuckstücke der Marke Jörg Heinz werden am 4. & 5. Dezember bei Juwelier Willer präsentiert.

BRILLANTES EVENT

Mit Brillanten kennt sich Juwelier Willer bestens aus, denn seit 1928 glänzt er mit einem ausgewählten Angebot an skandinavischem und italienischem Design und hochwertigsten Produkten aus deutschen Manufakturen. Geführt wird das Traditionshaus vom Ehepaar Rolf-Detlef und Gabriele Willer: "Wir sind sehr stolz auf unser kompetentes Team, unsere beständige Qualität und Individualität." Mit Letzterem sind die zahlreichen Wunsch- und Eigenanfertigungen gemeint, die von drei hauseigenen Goldschmieden für ihre Kunden ganz nach ihren Bedürfnissen gefertigt werden. Gar nicht so einfach, denn die Steinauswahl im Hause ist üppig und erfüllt alle Wünsche. Selbstverständlich werden neben Anfertigungen auch alle Reparaturwünsche entgegengenommen. Selbst Reparaturen bei sehr aufwendig gebauten Uhren seien für den hauseigenen Meister-Uhrmacher meistens kein Problem, versichert Gabriele Willer. Passend zur Weihnachtszeit, hat Ehepaar Willer für Schmuckliebhaber eine besondere Überraschung. Am 4. & 5. Dezember wird die gesamte Kollektion der Marke Jörg Heinz vor Ort von Lars Heinz präsentiert. Das Besondere an seinen Schmuckstücken: Sie können jedem seiner Schmuckstücke durch einen einzigen Klick ein neues atemberaubendes Aussehen verleihen. So aufwendig die dahinterstehende Mechanik ist, so schwer ist sie auch zu beschreiben. Daher lädt Juwelier Willer Sie am 4.12. von 10–19Uhr & 5.12. 10–18Uhr ein, gemeinsam in die Welt der Brillanten und deren Geheimnisse einzutauchen

Juwelier Willer, Rolfinckstraße 13, www.willer.de

Juwelier Willer ist bekannt für seine Sonderanfertigungen. Dafür haben sie drei Goldschmiede im Haus.



BLOSS NICHT ALLES RAUSREISSEN!



Gut gegliedert gibt es Wissenswertes – von Erkennungsmerkmalen bis zur Nutzbarkeit – zu den gängigsten Unkräutern. Brunhilde Bross-Burkhardt stellt mit ihrem Buch "Lob des Unkrauts" den Nutzen und die Schönheit der verschämten Pflanzen vor. Sie erklärt, dass die Bezeichnung "Unkraut" botanisch keinen Sinn ergibt. Gemeint sind damit Pflanzen, die besonders widerstandsfähig sind. Sie gehören zur natürlichen Vielfalt, stehen im Garten und in der Landwirtschaft allerdings in Konkurrenz zu Obst, Gemüsen und anderen Kulturpflanzen. Was vor hundert Jahren noch ganze Ernten bedrohte, stellt mit heutigem Wissen jedoch kaum noch eine Gefahr dar. Die Autorin ermutigt daher zu einem entspannten Umgang mit Unkraut. In Maßen darf es ruhig geduldet werden, denn es hat auch sehr positive Eigenschaften: So manches Unkraut trägt schöne Blüten und Blätter, andere liefern Nahrung für Wildbienen und Schmet-

terlingsraupen oder können sogar den eigenen Speiseplan erweitern. Bross-Burkhardt bietet in ihrem Ratgeber eine umfangreiche Sammlung verschiedener Unkrautgewächse. Jede Pflanze wird ausführlich vorgestellt - von den spezifischen Merkmalen und Methoden, um ihre Ausbreitung im Gleichgewicht zu halten, bis zu Verwendungsmöglichkeiten.

Brunhilde Bross-Burkhardt, Lob des Unkrauts, Haupt Verlag, 2015, 208 Seiten,

330 Fotos, Flexibroschur, 29,90 €





Tel. 0 41 54 / 47 77 • www.carport-hamburg.de









FARBENFROHER FINK

Mit dem Stieglitz ist ein Singvogel zum Vogel des Jahres 2016 gekürt worden, der zu den farbenfrohesten Vögeln Deutschlands zählt. Der auch Distelfink genannte Stieglitz (Carduelis carduelis) steht für vielfältige und farbenfrohe Landschaften, denn er ernährt sich vornehmlich von den Samen zahlreicher verschiedener Blütenpflanzen, Gräser und Bäume. Bunte Landschaften mit ausreichend Nahrung gibt es jedoch immer weniger, daher ist der Bestand des zwölf bis 13 Zentimeter langen Tiers mit unverwechselbarer roter Gesichtsmaske auf dem ansonsten weiß und schwarz gefärbten Kopf in Deutschland stark zurückgegangen. "Allein in der Agrarlandschaft sind seit 1994 fast 90 Prozent aller Brachflächen mit ihrer heimischen Artenvielfalt verloren gegangen. Für unseren Jahresvogel wird es in Deutschland inzwischen eng", sagte NABU-Vizepräsident Helmut Opitz. Es gebe viele Möglichkeiten, den Lebensraum des farbenfrohen Finken zu erhalten. Marco Sommerfeld, Referent für Vogelschutz beim NABU Hamburg, betont, dass auch private Gärtner dem Vogel des Jahres mit gezielten Maßnahmen helfen können. "Mit einem naturnahen Garten kann man auch in einer Großstadt wie Hamburg Lebensräume für den Stieglitz schaffen". Der gesellige Stieglitz steht in Hamburg auf der Vorwarnliste der gefährdeten Arten. Der NABU und der LBV versuchen aktuell mit der Aktion "Bunte Meter für Deutschland", möglichst viele Meter wildkrautreicher Grünflächen als neue Lebensräume für den Stieglitz und andere Singvögel zu schaffen. Weitere Infos unter www.NABU.de, www.LBV.de oder www.Vogel-des-Jahres.de und www.NABU.de/buntemeter.

Tierarztpraxis in Bergstedt



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

Life-K

Unter Life Kinetik verstehen wir eine "Lebens-Bewegungslehre", die aus sich aus einer Kombination von Wahrnehmung, kognitiven Aufgaben und Bewegung zusammensetzt. Ziel ist das Gehirn dazu zu bringen, sich neu zu vernetzen oder neue Verbindungen zu schaffen. Wie genau das funktioniert, erklärt uns Life Kinetik Coach und Buchautor Horst Lutz.

Alstertal Magazin: In der Einleitung Ihres Buchs "Life Kinetik" plädieren Sie dafür, sich bis ins Alter fit zu halten. Welche Voraussetzungen müssen gegeben sein? **Horst Lutz:** Es sind die drei Komponenten der körperlichen, geistigen und emotionalen Fitness. Körperliche Fitness hat etwas mit Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination zu tun, aber auch mit einem körperlichen Wohlfühlzustand, der stark von der Ernährung geprägt wird. Zwei bis dreimal pro Woche Grundlagenausdauertraining (z. B. Joggen, Nordic Walken) gekoppelt mit Muskel- und Beweglichkeitstraining (z. B. Yoga) und gesunde Ernährung sind gut. Die geistige Fitness ist insofern wichtig, dass mir ein perfekter Körper nichts nutzt, wenn ich mit ihm nichts mehr anzufangen weiß. Das Gehirn steuert unser gesamtes Leben, also sollten wir auch gut darauf Acht geben. 60 Minuten Life Kinetik sind ausreichend und übernehmen zusätzlich einen Teil des Körpertrainings. Mit emotionaler Fitness meine ich die Zufriedenheit, Ausgeglichenheit und Balance. Wer ständig unzufrieden ist, wird dies auch mit einem an sich tollen Körper und bester geistiger Fitness immer noch sein. Dafür gibt es zwar kein Patentrezept, aber Menschen, die regelmäßig Life Kinetik machen, berichten häufig von positiven Veränderungen in Richtung Zufriedenheit.

Sie gehen detailliert auf die geistige Fitness ein.

Wenn wir nicht dafür sorgen, dass unser Gehirn fit bleibt, leiden alle anderen Fähigkeiten darunter. Wir werden griesgrämiger, sturzgefährdeter, entwickeln uns sprachlich in Richtung Kleinkind zurück, nehmen unsere Umwelt immer schlechter wahr und können somit immer weniger am Leben teilnehmen. Dem muss nicht so sein. Wir bilden ständig neue Gehirnzellen und sind immer in der Lage neue Verbindungen zu bauen. Wer aber immer nur das Gleiche macht oder gar mit zunehmendem Alter immer weniger, braucht sich nicht zu wundern, wenn die kognitiven Fähigkeiten nachlassen. "Lebenslanges Lernen" lautet das Stichwort oder salopp ausgedrückt: "Wer rastet, der rostet!"

Sie sprechen von einer gesunden Ernährung. Wie sieht die bei Ihnen aus?

Ernährung ist ein Kernthema für körperliche und geistige Fitness. Unser Gehirn kann keine Energie speichern, wir müssen es ständig über die Nahrungsaufnahme mit ausreichend Energie versorgen. Wichtig ist es bei Kohlehydraten

inetik hält fit!



Zwei Lateralund zwei Überkreuzbewegung

Der rechte Arm tippt hinten an die rechte Ferse im Wechsel mit dem linken Arm, der hinten an die linke Ferse tippt.

Der rechte Arm tippt vorne an den linken Fuß im Wechsel mit dem linken Arm, der vorne an den rechten Fuß tippt.



Rechter Arm nach oben und linkes Bein zur Seite im Wechsel mit linker Arm nach oben und rechtes Bein zur Seite.



Rechter Arm zur Seite und rechtes Bein nach vorne im Wechsel mit linker Arm zur Seite und linkes Bein nach





Advent, Advent...



Wir laden Sie herzlich ein zum Adventsmarkt am Samstag, dem 28.11.2015 ab 15 Uhr im Gast- und Krankenhaus.

Wir freuen uns auf einen abwechslungsreichen Nachmittag in besinnlicher Atmosphäre, mit Gebäck, Glühwein, Bratwurst uvm. Die Duvenstedter Blaskapelle wird uns dabei stimmungsvoll in den Advent begleiten. Wir freuen uns auf Sie.



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



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 N\u00e4he
- direkt neben dem AEZ
- sehr gute öffentliche Verkehrsanbindung

Wir freven uns auf Siel FORUM ALSTERTAL Kritenbarg 18 - HH Poppenbüttel



www.forum-alstertal.de

Tel. (040) 60 68 68

A&V Haus DUVENSTEDT

Ihr Pflegeheim in Duvenstedt bietet:

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

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

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



Fortsetzung von S. 111

hauptsächlich langkettige Kohlenhydrate wie Vollkornprodukte zu verzehren. Damit kann unser Körper für seine Bewegung viel anfangen, so dass es wieder beide Komponenten unterstützt. Auch eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist sowohl für den Körper, als auch für das Gehirn unbedingt erforderlich -am besten stilles Wasser.

In wie weit spielt Kreativität eine Rolle?

Kreativität ist für mich die Problemlösungs-Intelligenz. Immer dann, wenn ich eine Aufgabe gestellt bekomme, die nicht durch einfaches Abrufen von automatisierten Denk- und Bewegungsabläufen zu lösen ist, muss ich unter Einbezug der vorhandenen Mittel versuchen, die richtige Lösung zu finden. Dabei spielt es keine Rolle, ob ich ein Motiv auf die Leinwand zaubern, eine bestimmte Angriffssituation in einem Ballspiel bestmöglich lösen möchte oder mir einen Aufsatz aus den Fingern saugen muss.

Ist Kreativität erlernbar?

Kreativität hängt sehr von der ausreichenden Versorgung bestimmter Gehirnareale mit dem Botenstoff Dopamin ab. Je höher der Dopaminausstoß, desto eher werden meine Gehirnwindungen Dinge zusammenfügen, die sie vorher noch nie zusammengefügt haben und damit kreativ werden. Insofern kann jeder Mensch kreativ sein. Bei der Erlernbarkeit möchte ich mich nicht zu weit aus dem Fenster lehnen. Wenn ich kreativer werde, weil der Dopaminausstoß hoch genug ist und ich eine Methode gefunden habe, diesen Ausstoß zu erzeugen, habe ich in gewisser Weise gelernt, wie man kreativer wird. Life Kinetik tut das in der Tat!

Wie sieht eine Life Kinetik Einheit in der Praxis aus?

Wir kombinieren verschiedene Bewegungsaufgaben mit Wahrnehmungsanteilen und kognitiven Herausforderungen. Dabei üben wir nie so lange bis es perfekt klappt. Sobald von 10 Versuchen 4 bis 5 klappen, wird die Aufgabenstellung verändert. Die dadurch neu geschaffenen Vernetzungen im Gehirn helfen uns, den Alltag effektiver, stressfreier und schneller zu bewältigen. Eine Trainingsdauer von 60 Minuten pro Woche ist vollkommen ausreichend. Dabei spielt es nahezu keine Rolle, ob das am Stück oder täglich zehn Minuten erfolgt. Allerdings macht es in der Gruppe sehr viel mehr Spaß als alleine.

Welche Altersgruppe spricht Life Kinetik an?

Grundsätzlich kann von Life Kinetik ab dem 4. Lebensjahr jeder profitieren.

> Beide Bälle werden mit überkreuzten Unterarmen gefangen, wenn die Beine in Parallelstellung landen. Auf dem Foto ist Buchautor Horst Lutz zu sehen

Buch-Tipp:

Das Buch "Life Kinetik" gibt einen vollständigen Überblick zum Thema Life Kinetik und erklärt Übungen anschaulich, so dass sie von zu Hause alleine durchführbar sind. Zudem zeigt es die vielen Vorteile auf, die Life Kinetik mit sich bringt: Stressreduktion, verbesserte Wahrnehmung, gesteigerte koordinative Fähigkeiten, konzentriertes Handeln bei hohem Tempo, verbesserte nächtliche Erholungsfähigkeit, verringerte Fehlerquote und jede Menge Spaß!

Life Kinetik, Gehirntraining durch Bewegung, BLV Verlag, 128 Seiten, broschiert, 16,99€

Während die Bälle in der Luft sind, überkreuzen sich die Unterarme und die Strittstellung der Beine wird aufgelöst.







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

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

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

Ihr Pflegeheim in den Walddörfern



Senioren & Pflegeheim Margarethenhof

Wohldorfer Damm 156 22395 Hamburg - Bergstedt

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

Mail: info@margarethenhof-hamburg.de

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

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

www.margarethenhof-hamburg.de



LEBENSQUALITÄT VERBESSERN K+T





ehabilitation, Pflege und Therapie

Hilfsmittel:

Rollstühle und Elektromobile, Therapeutische Bewegungsgeräte, Elektrotherapiegeräte, XXL-Produkte

Weitere Hilfsmittel für:

Bad, Gehen, Sitzen und Liegen, Wund- und Stomaversorgung, Sauerstoff- und Atemtherapie, Inkontinenz und Pflege

Serviceleistungen:

Beratung zu Hause, Ausstellung, Werkstatt und Kundendienst, Abwicklung aller Formalitäten mit den Krankenkassen

Wir sind für Sie da:

Mo.-Do. von 800 bis 1600 Uhr Fr. von 800 bis 1330 Uhr In unserer Ausstellung bieten wir Ihnen die Möglichkeit, viele Hilfsmittel auszuprobieren.

Sie erreichen uns telefonisch unter:

040 - 60 60 450 K+T



KRAUTH + TIMMERMANN Rehatechnik GmbH & Co. KG • Poppenbütteler Bogen 11 • 22399 Hamburg E-Mail: reha@krauth-timmermann.de • www.krauth-timmermann.de

ANZEIGEN-SPEZIAL

IM RAUSCH **DER FARBEN**

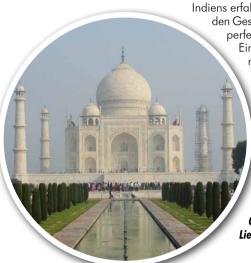
Indien verwöhnt alle Sinne, hier kann man einen wahren Rausch von Farben, Düften und Klängen erleben! Die Begeisterung für dieses Reiseziel hat in den letzten Jahren stark zugenommen.

Der Subkontinent, vom Indischen Ozean umspült, hat viele Facetten: pulsierende Metropolen wie Delhi, Bombay, Agra und Jaipur mit ihren einzigartigen Monumenten, dem Taj Mahal und dem Palast der Winde. Die reich verzierten Tempel und pompösen Paläste in Rajasthan stammen aus der Zeit der Mogule und Maharajas. Hier kann man in üppige Dschungellandschaften eintauchen und begegnet einer reichen Tierwelt, zu der die indischen Elefanten und die letzten Königstiger gehören.

Wer mehr über die Geheimnisse und Mythen Indiens erfahren möchte, es gibt für jeden Geschmack und Geldbeutel die

perfekte Reise! Zum Beispiel die Einsteiger-Rundreise "Maharajas, Tempel und Paläste in Rajasthan" von Dr. Tigges. Es berät Sie gerne Birgit Warnken im TUI Reisecenter (Rolfinckstr. 12). Mehr Infos unter Tel: 53 69 920 und www. tui-reisecenter.de/hamburg10.

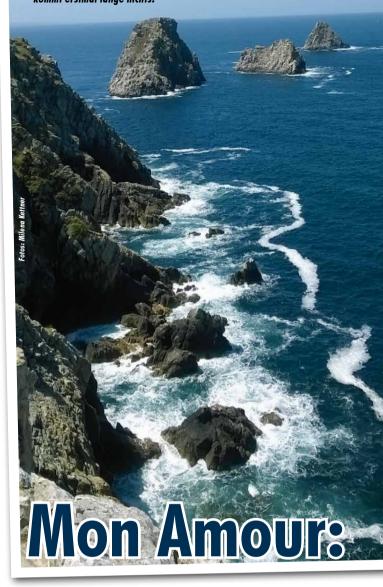
Das Taj Mahal wurde 1631 von Mogul Jahan im Gedenken an seine große Liebe erbaut.







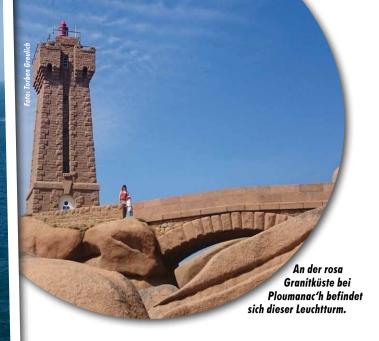
5-Sterne Ferienhäuser in exponierten Lagen www.traumhaussylt.de Tel.: 040 53 69 40 06 Ganz westlich liegt das Finistère – 'finis terra' das Ende der Welt, dahinter kommt erstmal lange nichts!



La Bretagne

Wilde Natur, spektakuläre Landschaften, atemberaubende Schönheit – die Bretagne ganz im Westen Frankreichs hat alles für einen perfekten Urlaub zu bieten. Am besten lernt man sie auf einer Rundreise entlang der Küste kennen!





ein Ort in der Bretagne liegt weiter als 60 Kilometer von der Küste entfernt, das will also schonmal was heißen! Wer spektakuläre Küstenlandschaften zu sehen bekommen möchte, ist hier auf jeden Fall an der richtigen Stelle. 2700 Kilometer beträgt die Gesamtlänge der Küste, die im Norden an den Ärmelkanal grenzt und dann schließlich in den weiten Atlantik hineinragt. Unglaublicher Fakt: Der Tidenhub ist hier einer der größten der Welt, er beträgt bis zu 13 Metern! Ein sehr ungewohntes Bild, die Schiffe komplett auf dem Trockenen liegen zu sehen und kein Meer weit und breit. Besonders schön betrachten lässt sich dies in St-Malo an der Nordküste. Hier kann der Besucher nur bei Ebbe zu Fuß auf zwei Inseln wandern, auf der einen ist ein Fort von 1689 zu besichtigen, auf der anderen die Grabstätte des Dichters Chateaubriand. Die so genannte "Ville close", die massiven Stadtmauern St-Malos sind ebenfalls eine Reise wert. Weiter entlang der Küste gelangt man zur Côte de granit rose zwischen Perros-Guirec und Trébeurden. Die Felskolosse aus Granit leuchten bei bestimmtem Licht rosafarben, daher der Name, wunderschön! Fährt man nun immer weiter nach Westen, gelangt man dem Ende der Welt gefährlich nahe. Denn hier beginnt das Département Finistère, abgeleitet vom Lateinischen "finis terra". Eine ganze Reihe an Kaps ragen hier in den Atlantik hinein, die Küsten fallen steil in das tosende Wasser hinab. Doch zwischen den atemberaubenden Küstenabschnitten findet man auch immer wieder endlose Strände, die nur so zur Erholung einladen. Wie beispielsweise an der Pointe de Pen-Hir. Direkt unterhalb des Kaps kann man an einem der schönsten Strände der Bretagne in die Fluten springen. Sobald man die westliche Küste verlässt und weiter nach Süden fährt, werden die Küstenabschnitte sanfter und nicht mehr ganz so schroff. Wie wäre es mit einem Abstecher zu den Îles de Glénan, die karibisches Flair versprühen? Von Concarneau aus verkehren Fähren zu den Inseln draußen im Atlantik. Übrigens, wenn man in der Bretagne unterwegs ist, nicht vergessen, den landestypischen Cidre zu probieren! Am besten in einer der vielen Crêperien, in denen man die bretonischen Spezialitäten Crêpe und Galette (aus Buchweizenmehl) genießen kann. Bon appetit und vive la BREIZH! Milena Kettner





GLOBETROTTER REISEN

5 Sterne Reisebusse / Audio-Führungen / Gratis-Getränke im Bus / Taxi-Abholservice inkl. (ab 4 Tg, Reisen)

Märchenhaftes Erzgebirge, 1 Theaterkarte, 3* Hotel HP, 6 Tg./22.12. ab € 759,-Weihnachten im Salzkammergut, 4* Hotel HP in Bad Ischl, 6 Tg./22.12. ab € 999,-Silvester in Ostfriesland, Party m. 5 Gang-Essen, 4*Hotel, 4 Tg./29.12. ab € 619,-Biathlon Weltcup in Oberhof, inkl. Streckenkarten, 4* Hotel HP, 4 Tg./7.1. ab € 539,-Zirkusfestival in Monte Carlo, als Bus od. Flugreise buchbar, 8 Tg./19.1. ab € 1.139,-Blumenkorso an der Côte d'Azur als Bus od. Flugreise buchb., 9Tg./15.2. ab €1.199,-Mallorca im Frühling, Ausflüge, Eintritte, 4* Hotel HP, Flugreise, 8 Tg./26.2. ab € 1.199,

> www.globetrotter-reisen.de hotline@globetrotter-reisen.de

Hotline: 0800 - 23 23 646

Kostenfreie Telefonnummer

Katalog 2016 gratis anfordern!



Maharajas, Tempel und Paläste

- ✓ Klassische Rajasthan-Busrundreise
- Zwei Termine inklusive Pushkarfest
- ✓ Übernachtungen in ehemaligen Maharajapalästen

Studienreise - 15 Reisetage im DZ
ab € 1.935

Indische Impressionen

- ✓ Flugrundreise durch Indiens Norden
- ✓ Fünf UNESCO-Welterbestätten
- ✓ Ideal zu kombinieren mit einem Wellness-Aufenthalt

Studienreise - 16 Reisetage im DZ ab € 2.375 inkl. Linienflug p.P.

Beratung und Buchung:



TUI ReiseCenter

So geht Urlaub.

Rolfinckstr. 12, 22391 Hamburg, Tel. 040-5369920



Anders als bei der Heliotherapie beschreibt die Phototherapie alle medizinischen Anwendungen, bei denen mit künstlichen Lichtquellen gearbeitet wird. Es gibt folgende phototherapeutische Anwendungsgebiete: Infrarot-Licht: Wärmestrahlung bei rheumatischen Erkrankungen oder chronischen Entzündungen (z.B. der Nasennebenhöhlen) Weißes Licht: Bestrahlungen bei Schlafstörungen und Winterdepressionen. UV-Strahlung: Hauterkrankungen (Neurodermitis, Schuppenflechte, Akne), Gelbsucht bei Neugeborenen.

Blaues Licht: Gelbsucht bei Neugeborenen.

Eine Phototherapie im weiteren

Sinne ist auch die Anwendung von Lasern, die in den letzten Jahren in vielen Bereichen der Medizin Einzug gehalten hat (Chirurgie, Augenheilkunde, Krebstherapie, kosmetische Behandlungen).

Wie wirkt die Therapie gegen eine Winterdepression?

Die Bestrahlung mit weißem, hellem Licht, das in etwa der Zusammensetzung des Sonnenlichtes entspricht, findet vor allem in der Therapie von Schlafstörungen Anwendung. Diese Methode wird im Allgemeinen als Lichttherapie bezeichnet.

Schlafstörungen liegen häufig Verschiebungen des biologischen Tagesrhythmus zugrunde (z. B. Schichtarbeiter). Eine Bestrahlung vor einem Leuchtschirm ("Lichtdusche") kann den Organismus wieder in Übereinstimmung mit der Tageszeit bringen. Genutzt werden die Leuchtschirme auch bei der Behandlung von so genannten Winterdepressionen. Ausgelöst werden diese psychischen Störungen durch einen Mangel an Sonnenlicht, was zu einem Ungleichgewicht von wichtigen Botenstoffen und Hormonen (Melatonin, Serotonin) führt.

Achtung: Die Phototherapie darf nur unter ärztlicher Anleitung erfolgen, da beispielsweise UV-Licht nur in sehr engen Grenzen positive Wirkungen hat. Eine Überdosierung kann zu schweren Hautschäden führen. *Quelle: AOK*

Innovative Diagnostik und Therapie

BERATUNG • BEHANDLUNG • BETREUUNG

- CyberKnife Radiochirurgie
- 3-Tesla MRT (Kernspintomographie)
- Hochpräzise Strahlentherapie (IMRT)
- Nuklearmedizin (z.B. Knochen-Szintigraphie)
- Behandlung von chronischen Gelenkbeschwerden (wie z.B. Arthrose, Tennis-Arm, Fersensporn)



www.szhh.info

STRAHLENZENTRUM HAMBURG

MEDIZINISCHES VERSORGUNGSZENTRUM Langenhorner Chaussee 369 • 22419 Hamburg

Tel.: 040-244 245 8-0 • E-Mail: info@szhh.info

STRAHLENTHERAPIE ELMSHORN

Agnes-Karll-Allee 21a • 25337 Elmshorn
Tel.: 04121-103150 • E-Mail: info@stelm.info
www.stelm.info

cyberknife center hamburg E-Mail: info@ckhh.info

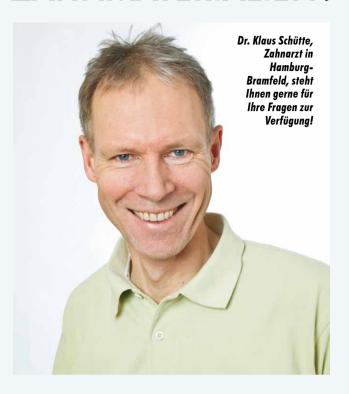
www.ckhh.info

STRAHLENTHERAPIE ZENTRUM HARBURG

Veritaskai 6 • 21079 Hamburg Tel.: 040-2111 65 66 66 E-Mail: info@szha.info



KRANK DURCH ZAHNMATERIALIEN?



"Die zunehmenden Umweltbelastungen denen wir heute ausgesetzt sind beeinträchtigen mehr und mehr unser Immunsystem und damit unsere Gesundheit. Vor diesem Hintergrund sind viele zahnärztliche Materialien kritisch zu betrachten, da sie zusätzlich immunologische Probleme schaffen können", erklärt **Dr. Klaus Schütte, Zahnarzt** in Hamburg Bramfeld. "Dazu gehören die Legierungsbestandteile von Edelmetallen, Oxidpartikel aus Titanimplantaten, Lösungsmittel und Acrylate aus Kunststoffen bzw. Compositematerialien oder Kleber.

Oft kommt es zu einer Reaktion des ohnehin gestressten Immunsystems, was sich anfangs durch Müdigkeit, später durch Erschöpfung oder durch Verstärkung eines bestehenden Krankheitsgeschehens bemerkbar macht.

Auch wenn das Gebiss bereits saniert ist und technisch betrachtet gut aussieht, ist im Körper oft eine Immunreaktion auf die verwendeten Materialien messbar. Für unser biologisch arbeitendes Team ist es deshalb unabdingbar, dass immer alle in der Therapie eingesetzten, aber auch die bereits im Mund vorhandenen zahnärztlichen Materialien auf ihre individuelle Verträglichkeit geprüft werden. Hierbei verwenden wir energetische Verfahren und medizinische Laboruntersuchungen.

Unsere ganzheitlich biologische Diagnose, die gleichzeitig den gesamten Gesundheitszustand beleuchtet, führt zu einer elementaren Risikoeinschätzung nicht nur hinsichtlich der verwendeten Materialien, sondern darüber hinaus auch für die gesamte zahnärztliche Behandlung.

Dieses ist besonders wichtig, wenn bereits Grunderkrankungen oder Allergien bestehen. Jeder Mensch reagiert individuell! Wegen der maximalen Verträglichkeit verwenden wir in unserer Praxis für die Zahnbehandlung vorwiegend Materialien aus Vollkeramik, auch bei Implantaten. Beim Zahnersatz aus Keramik muss aber unbedingt immer der Befestigungskleber sorgfältig auf Verträglichkeit getestet werden! Erst nach richtiger Verarbeitung fühlt sich der neue Zahnersatz gut an und ist vom eigenen Zahn kaum mehr zu unterscheiden", so Dr. Klaus Schütte. Weiter Infos unter **Telefon 6429910** oder **www.dr-klaus-schuette.de**.





Dunkelfeld-Diagnostik - In 1.700facher Vergrößerung wird ein Tropfen "Vitalblut" unter dem

Dunkelfeldmikroskop untersucht. Gut eine halbe Stunde dauert diese "Reise durch den Körper" und liefert ein Bild des Patienten. Anschließend wird eine Diagnose gestellt und ein individueller Therapieplan vorgeschlagen.

Die SanaZon®-Therapie - ist eine eigens von der Heilpraktikerin Sabine Linek entwickelte Methode zur Behandlung zahlreicher gesundheitlicher Probleme - basierend auf der Dunkelfeld-Diagnose. Weit über Deutschland hinaus ist Ihre Therapie inzwischen bekannt und bewährt.

NATURHEILPRAXIS TRAVEMÜNDE

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

Bet der her beschriebenen Behandungsmethode handelt es sich un en Therapiewerfahren der natuksindlichen Erfahrungsmetlon, der nocht zu den sägenen einerhanten Mehoden im Sinne einer Annehenung durch die Schulmeding sieder Lie geröffnen Aussagen über Egienzuhlen und Winkrag meis ein Schulben der vorgestellen Therapiewerfahren beziehen auf den Erhentinssen und Erfahrungsmeterin er-Egienzuhlen und Winkrag meis ein der Schulben der Schulben der Schulben auf der Erhentinssen und Erfahrungsmeterin in Krausstazusammenhänge nicht bestehen.













Küchen mit Persönlichkeit. entworfen nicht nur mit Funktion im Blick, sondern auch Ästhetik. In sind unauffällige Armaturen, Naturmaterialien, designerische Ruhe. **Wohnelemente** aehören ebenso dazu wie Hightech unter der Haube. Das hat eben Stil!

Antik-Eiche sorgt in dieser Küche für wohlige Akzente. Ansonsten präsentiert sie sich zurückgenommen und grifflos.





Küche und Bad aus allererster Hand

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



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



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

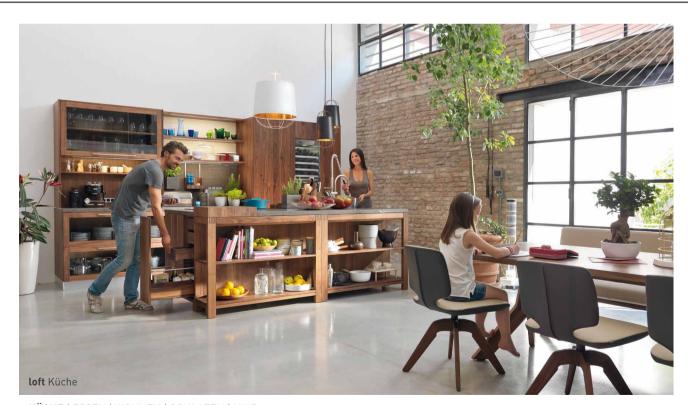
NATURHOLZKÜCHEN –

was macht die besondere Küche aus?



Massivholz hat sich als ideales Material im Küchenbereich etabliert und liegt voll im Trend. Bekannt für seine hochwertigen Küchen aus massivem Holz ist das Unternehmen **TEAM 7**. In sieben Holzarten bietet die österreichische Möbelmanufaktur Naturholzküchen verschiedener Preissegmente und Stilrichtungen an – von klassisch bis puristisch. Fronten aus hochwertigen, verzugssicheren Dreichschichtplatten sind formaldehydfrei verleimt und bieten wohngesunde und besonders maßhaltige Küchenlösungen. Der gesamte Korpus besteht aus edlem Naturholz, selbst Ladeneinteilungen können massiv in den Holzarten Buche und Nussbaum ausgeführt werden. Lediglich mit Naturöl behandelt, bleibt das Holz offenporig und atmungsaktiv. Es wirkt regulierend auf die Feuchtigkeit und bindet Gerüche. So wirkt das Naturholz wie ein Raumkatalysator und trägt zu einem gesunden Klima bei. Lebensmittel sind hier sicher aufgehoben. Details wie fingerverzinkte Laden und intelligente Stauraumbeschläge zeigen das handwerkliche Know-How der Möbelmanufaktur. Die umfassend ausgebildeten Innenarchitekten und Einrichtungsexperten im TEAM 7 Flagshipstore Hamburg, Domstraße 10, gewährleisten eine optimale Küchenplanung. Im Mittelpunkt steht hier der Kunde und das persönliche Beratungsgespräch. Denn nur so lassen sich gemeinsam ganzheitliche Raumkonzepte entwickeln – passgenau und einzigartig wie die Menschen, die darin leben. Von klassischen Grundrissen über Appartementlösungen bis hin zu offenen Loftsituationen – individuelle Einrichtungswünsche übersetzt TEAM 7 in maßgeschneiderte Lösungen.

Mehr Infos unter Tel.: 3290 8710 und auf team7-hamburg.de!



KÜCHE | ESSEN | WOHNEN | SCHLAFEN | KIND

TEAM 7

www.team7-hamburg.de | TEAM 7 Hamburg City, D 10, Domstraße 10, 20095 Hamburg, Tel. 040 32908710 TEAM 7 Hamburg, Stahltwiete 14a, (Phoenixhof), 22761 Hamburg-Altona, Tel. 040 39 84 10-0

KÜCHENPROFIS seit über 30 Jahren

Die Küche ist der zentrale Ort in jedem Haus. Treffpunkt für die Familie. Platz für gesellige Stunden. Start in den Tag. Die Küche lässt keinen Spielraum für Kompromisse. Damit kennt sich das Team des **HANSA Complet-Küchenstudios** aus – seit mehr als 30 Jahren. Hier werden die Erwartungen an eine perfekte Küchenplanung zur vollsten Zufriedenheit erfüllt. Dafür bedienen sich die Küchenarchitekten führender Marken wie SieMatic, Team 7, next 125, iOO und Contur. Für höchste Qualität und Ansprüche.

In der Ausstellung in der Lübecker Str. 126 findet man alles rund um die Küche – auch die neusten Küchentrends. Beton als Farbe für die Fronten und Arbeitsplatten, Landhaus als Thema mit den charakteristischen Schrank- und Regalelementen, Keramik als Arbeitsplattenwerkstoff und Muldenlüftungen als technische Innovation. Und natürlich die Trendfarbe Grau.

Jede Küche ist ein Unikat in kompromissloser Qualität und Funktionalität und wird nach den individuellen Wünschen von Hand gefertigt. Bei Hansa Complet findet man neben der Traumküche auch das passende Küchenzubehör. Alle

HANSA Küchen werden ausschließlich mit modernen, energieeffizienten Elektro-Einbaugeräten namhafter Markenhersteller ausgestattet. Die technischen Finessen lassen selbst Gelegenheitsköche zum Küchenchef werden: Ob Dampfgarer oder Gasgrill, ob Induktions-Kochfeld oder



Side-by-Side-Kühlschrank. Den besten Eindruck von der HANSA-Küchenkompetenz erleben Sie beim verkaufsoffenen Sonntag am 8. November, von 13-18 Uhr.

Mehr Infos unter Tel.: 25 44 900 und auf www.hansa-kuechen.de!







Die neue nordische Leichtigkeit

CONTUR® 51.70

Einbauküche in U-Form. Fronten in Kunststoff Kristallweiss Hochglanz mit einer hellen Arbeitsplatte aus Asteiche Natur-Nachbildung. Inklusive Backofen EEK A, Glaskeramik-Kochfeld, Kühlschrank EEK A+, Inselesse EEK C, Stellmaß der Küche ca. 210+349x293cm. 03610237-99. Geschirrspüler, Armatur und Beleuchtung gegen Aufpreis.

Aktionspreis

€4.444.

Lieferpreis ohne Dekoration.

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





Telefon 538 43 00 - www.steltzer-sanitaer.de



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.



MASSIVHOLZMÖBEL AUS DIREKTIMPORTEN

Wer seine vier Wände mit exotischen Massivholzmöbeln im Ethno Stil verschönern möchte, muss nicht ins Flugzeug steigen. Das übernimmt das Team von Wohnkult. Hier findet man traditionelle und moderne handgefertigte Möbel-Einzelstücke und Wohnaccessoires aus aller Welt. Ob Schränke, Tische, Regale, Truhen, oder Sideboards – alles ist massiv und von Hand gefertigt. Das Beste: Alle Möbel kann man gleich mitnehmen und sich sofort damit einrichten. Wohnkult, Hinter der Schule 6f, 22145 Stapelfeld (Do., Fr. 12-18h, Sa. 11-16h) oder Filiale Hamburg, Hamburger Straße 181, 22083 Hamburg (Mo.-Fr. 11-18:30h, Sa. 11-17h). Mehr Informationen: www.mein-wohnkult.de



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



EINE FEINE *Lempnerei!*

Die richtige Bauklempnerei auszuwählen ist eine Kunst! Das Preis-Leistungsverhältnis muss stimmen, die Qualität der ausgeführten Arbeiten und natürlich die Termine.

KUNDENDIENST / NOTDIENST TEL. 608 72 50

SANITÄRE ANLAGEN · BAUKLEMPNEREI POPPENBÜTTELER BOGEN 17 · 22399 HAMBURG









b nobel neutral wie eine Galerie, spleenig traditionell oder neominimalistisch: gute Interiors machen ihre Regeln selbst", überschreibt Herausgeberin Margit J. Mayer ihr Vorwort des im Taschen Verlag erschienenen Buches "Interiors Now 3". Darin sind entsprechend vielfältig die Möglichkeiten des Innendesigns aufgezeigt – 34 Wohnsitze aus aller Welt, von denen jeder eine Geschichte erzählt. Ob das New Yorker Loft der Fotostars Inez van Lamsweerde & Vinoodh Matadin, Jacques Granges romantischer Palazzo für Francis Ford Coppola in Süditalien oder das Apartment eines kunstbegeisterten jungen Paars in Mumbai: Sämtliche Projekte sind Ausdruck eines individuellen Konzepts. In diesem Band zusammengefasst, ergeben sie ein Gesamtbild des Stils unserer Epoche – vom minimalistischen Bauhaus- bis zum überladenen Cottage-Stil. Erkennbar ist dabei aber immer die Handschrift des Designers, die sich wie ein roter Faden stilistisch durch die Wohnungen und Anwesen ziehen. Beispielsweise bei dem von Melinda Ritz entworfenen Familiensitz von TV-Produzenten Max Mutchnick und Anwalt Erik Hymann in Beverly Hills (siehe S. 56). "Bei der Einrichtung ist uns jede Farbe recht, solange sie grau, schwarz oder braun ist", lautete die Einschränkung der Auftraggeber. Trotzdem ist ein helles Kunstwerk gelungen, inspiriert von britischen Gentlemans's Clubs, gemixt mit etwas Kolonialstil: neue Eichendielen mit Antik-Finish, Clubsessel im Bad und türkischen Kelims als Treppenläufer. Wer genau hinschaut findet viele coole Anregungen im Buch, die für die eigenen vier Wände adaptiert werden können. Eindrucksvolle Fotos tun ein übriges für ein gelungenes Gesamtkunstwerk!













GLASEREI IM ALSTERTAL **B. DENKER GMBH**

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

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







Jeder Tag beginnt mit einem Lächeln!

Freuen Sie sich auf ein neues Komfortgefühl in Ihrem Bad.

Wir zeigen Ihnen neue Möglichkeiten der Badgestaltung. Auch in kleinen Räumen sind tolle sanitäre Lösungen möglich.

Wir beraten Sie gerne: Tel.: 040 / 533 233 22

Oehleckerring 4 22419 Hamburg www.august-kahl.de



Sorgt für Wärme und amerikanische Gefühle auf dem Sofa: die Wolldecke Union aus der GANT Home Kollektion, 159.95 €



Kuschel Decken

Sind unverzichtbare Accessoires in der kalten Jahreszeit. Ihre "Wärme" macht manch Fernsehabend auf dem Sofa erst erträglich und hebt unsere Laune. Hier sind die Lieblinge der Redaktion.

> Klar, dass passend zu Weihnachten Decken mit weihnachtlichen Motiven angesagt sind, wie diese Cashmink-Wendedecke mit Stern-Motiven von ESPRIT Home für 79,99 €

Warm und grau-weiß – das passt zum Schnee und macht gute Laune: Diese 130 x 170 cm große Decke von MARC O'POLO kostet 139,95









Öffnungszeiten: Di - Sa 9.00 bis 18.00 Uhr I Do 9.00 bis 19.00 Uhr I Montags geschlosser



OUTDOORMÖBEL

für Garten, Balkon und Terrasse

60% Rabatt Bei Vorlage dieses Gutscheins erhalten Sie einen Rabatt von 60% auf **alle Ausstellungsstücke** in unserem UNOPIU' Show-Room, Hamburg. Solange der Vorrat reicht!

UNOPIU

UNOPIU' Deutschland GmbH • Ausstellung Hamburg Große Elbstrasse 43-45 • 22767 Hamburg • www.unopiu.de



Forschungsreise nach Australien

Unfälle mit Kängurus gehören zu den häufigsten Kollisionen im Straßenverkehr Australiens. Jetzt entwickelt Volvo eine Erkennungstechnik, mit der das Risiko von Zusammenstößen von Automobilen mit Kängurus reduziert oder verhindert werden soll. Ein Team von Volvo Sicherheitsexperten ist in das Australian Capital Territory rund um die Hauptstadt Canberra gereist, um das Verhalten der Tiere in der Nähe von Straßen zu filmen und zu studieren. Die hier gesammelten Daten werden für die Entwicklung des weltweit ersten Systems zur Känguru-Erkennung und Kollisionsvermeidung genutzt.

Zur Erkennung der Kängurus nutzt der schwedische Premium-Automobilhersteller einen Radarsensor im Kühlergrill und eine fortschrittliche hochauflösende Kamera hinter der Windschutzscheibe. Bei der Technik handelt es sich um eine Weiterentwicklung des automatischen Notbremssystems mit Fußgänger- und Fahrradfahrerkennung, das Volvo auch in Deutschland anbietet. Es gibt aber einen wichtigen Unterschied: "Während die Volvo Fußgänger-Erkennung auf den Stadtverkehr ausgelegt ist, konzentriert sich unsere Känguru-Sicherheitsforschung auf Situationen bei Autobahntempo", erläutert Martin Magnusson, Senior Safety Engineer bei Volvo Cars. "Kängurus sind unberechenbare Tiere, denen man nur schwer ausweichen kann, aber wir sind zuversichtlich, unsere Technik so verfeinern zu können, dass wir die Tiere erkennen und Kollisionen auf dem Highway vermeiden können."





DER VOLVO V40 CROSS COUNTRY VINTER EDITION.

Der Volvo V40 Cross Country ist wie geschaffen für ein spontanes Abenteuer nach Feierabend.

INKL. WINTERKOMPLETTRÄDERN, SENSUS NAVI, EINPARKHILFE HINTEN, DUAL-XENON SCHEINWERFERN, TEMPOMAT, LED-TAGFAHRLICHT, HIGH PERFORMANCE SOUND, FRACHT UND VOLVO PRO WARTUNGSPAKET!

Volvo V40 Cross Country D2 LINJE YOU!

für **€ 249,-**/Monat*

V40 CC D2 88 kW (120 PS). Kraftstoffverbrauch (in I/100km) 4,2 (innerorts), 3,4 (außerorts), 3,7 (kombiniert), CO2-Emissionen (kombiniert): 96 g/km (gemäß vorgeschriebenem Messverfahren).

*Ein Privat-Leasing-Angebot der Volvo Car Financial Services, ein Service der Santander Consumer Leasing GmbH, Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach, für den Volvo V40 Cross Country D2 Linje YOU 88 kW (120 PS). Unverbindliche Preisempfehlung der Volvo Car Germany GmbH 31.980,- Euro. Nettodarlehensbetrag 23.630,39 Euro, Leasing-Sonderzahlung 0,- Euro, Monatliche Leasingrate 249,- Euro, Vertragslaufzeit 48 Monate, Laufleistung pro Jahr 10.000 km, Gesamtbetrag 11.952,- Euro, Effektiver Jahreszins 3,84%, Gebundener Sollzinssatz p.a. 3,77%. Inkl. MwSt. und Überführungskosten. Repräsentatives Beispiel: Vorstehende Angaben stellen zugleich das 2/3-Beispiel gem. §6a Abs. 3 PAngV dar. Bonität vorausgesetzt. Solange der Vorrat reicht.





ALSTERTAL

MEIENDORFER MÜHLENWEG 29 TEL.: 040/ 60 17 19-0 SONNTAGS SCHAUTAG VON 11.00 - 17.00 UHR. KEINE BERATUNG, VERKAUF, PROBEFAHRTEN. KRUELL.COM



"Wish-Trees" mit insgesamt 2.000 Patenpässen

In diesem Jahr beteiligt sich Auto Wichert erstmals an der Aktion "Wish-Tree" der Stiftung Kinderjahre. Der Erlös geht an dessen Charity-Outlet "Glücks-Griff", mittels dem die Stiftung Menschen mit notwendigen Textilien versorgt und Kleidertalergutscheinhefte an 1.000 bedürftige Schulkinder verteilt. Diese kosten 10 € und hängen (rund 2.000 Stück) an 11 großen Weihnachtsbäumen in 11 Auto Wichert-Standorten im ganzen Stadtgebiet. Die Aktion beginnt mit prominenter Unterstützung am 4. Dezember um 15

Uhr im Audi terminal in der Langenhorner Chaussee 666 – jeder kann mitmachen und so etwas Gutes tun! Kekse, Stollen, Kaffee und Glühwein sorgen für passende Vorweihnachtsstimmung. "Wir möchten diese engagierte Aktion der Stiftung Kinderjahre von Herzen unterstützen. Wer es nicht am 4.12. schafft, kann bis Heiligabend die Tannenbäume in einem Auto Wichert Standort in seiner Nähe abschmücken", sagt Bernd Glathe, Geschäftsführer Auto Wichert. Infos: auto-wichert.de und stiftung-kinderjahre.de



Audi A1. Alles andere ist Plan B.

Unser attraktives Angebot für Sie:

Audi A1 Sportback 1.0 TFSI ultra, 5-Gang*

Leistung: 70 kW (95 PS), Mythosschwarz Metallic.

Inkl. Starterpaket mit 16-Zoll-Aluminium-Gussrädern und Metallic-/ Perleffektlackierung. Sportlenkrad im 3-Speichen-Design, Start-Stop-System, Kindersitzbefestigung ISOFIX, 5 Jahre Herstellergarantie bis 100.000 km, u.v.m.

*Kraftstoffverbrauch in I/100 km:

innerorts 5,0; außerorts 3,7; kombiniert 4,2; 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.

¹ Angebot und Prämie gilt für private Einzelkunden inkl. Sonderabnehmer. Die Prämie in Höhe von 1.000, - Euro wird im Angebot des Audi Partners für den Audi A1 bereits berücksichtigt. Angebot und Prämie gültig nur solange der Vorrat reicht für alle Audi A1 Modelle außer Audi S1 und Audi S1 Sportback.

Service mit Leidenschaft.

Audi A1 mit kostenlosem Starterpaket und

1.000,- Euro Prämie¹ sichern.

Auto Wichert GmbH | www.auto-wichert.de



Audi Langenhorn

Langenhorner 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



www.lackmueller.de info@lackmueller.de







Focus auf

Vom Prototypen zur Serienreife: Acht YouTube-Episoden zeigen, wie der neue Ford Focus RS entwickelt wurde!

Von der sengenden Wüstenhitze in Arizona bis hin zum ewigen Eis der Arktis und vom ersten Entwurf im Design-Studio bis hin zu einem unglücklichen Unfall im Entwicklungslabor: Auf YouTube dokumentiert Ford in insgesamt acht Episoden die Entwicklung der neuen, dritten "RS"-Modellgeneration – von den Anfängen bis zur Serienreife. Titel: "Rebirth of an Icon" ("Wiedergeburt einer Ikone"). Zu Wort kommen in diesem Zusammenhang Ingenieure des globalen Ford Performance-Teams, darüber hinaus Raj Nair, Group Vice President, Global Product Development and Chief Technical Officer, Ford Motor Company - sowie der weltberühmte Gymkhana- und Rally-Cross-Superstar Ken Block. Die neue Ford Focus RS ist ab sofort zum Einstiegspreis von 39.000 Euro bestellbar. Sein 2,3-Liter-EcoBoost-Turbo-Motor mit 257 kW (350 PS) ermöglicht eine Höchstgeschwindigkeit von 266 km/h und eine Beschleunigung von 0-100 km/h in nur 4,7 Sekunden.

Das maximale Drehmoment von 440 Nm steht zwischen 2.000 und 4.500 Umdrehungen an. Durch die Overboost-Funktion des Turbos stehen für maximal





YouTube

15 Sekunden sogar 470 Nm zur Verfügung.

Die neue, dritte Generation des Focus RS ist die erste mit "Ford Performance"-Allradantrieb und "Torque Vectoring"die Handling und Traktion sowie die erzielbaren Kurvengeschwindigkeiten verbessern sollen.

Die "Twinster"-Kupplungen am Differenzial der Hinterachse übertragen bei Kurvenfahrt bis zu 100 Prozent des hinteren Antriebsmoments auf ein einzelnes Rad. Das Fahrzeug wird somit noch effektiver in die Kurve gelenkt und profitiert von einer höheren Traktion, wobei Untersteuern nahezu vollständig unterbunden wird.

Die Markteinführung des neuen Ford Focus RS ist in Deutschland für März 2016 geplant.

Zur Playlist der Ford-Videos auf YouTube!





Der Fahrer kann zwischen verschiedenen Fahrprogrammen, u.a. einem "Drift"-Modus, wählen!







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

PRAKTIKUM FÜR 40 FLÜCHTLINGE





Mit seinem Praktikumsprogramm will Daimler längerfristig mehrere Hundert Flüchtlinge auf den Arbeitsmarkt vorbereiten.

Bei Daimler haben 40 Flüchtlinge und Asylbewerber ein sogenanntes Brückenpraktikum begonnen. Die Teilnehmer kommen aus Afghanistan, Eritrea, Gambia, Nigeria, Pakistan sowie Syrien und sind zwischen 20 und 51 Jahre alt. Das Brückenpraktikum dauert 14 Wochen. Die Teilnehmer wurden von der Bundesagentur für Arbeit und den zuständigen Jobcentern ausgewählt. Sie stehen nicht in Konkurrenz zur Stammbelegschaft oder zu Zeitarbeitskräften. Erfolgreiche Teilnehmer können an andere Unternehmen, Zeitarbeitsfirmen oder in eine Berufsausbildung weitervermittelt werden. Die Bundesagentur für Arbeit finanziert die ersten sechs Wochen der Brückenpraktika. In den folgenden acht Wochen vergütet Daimler die tägliche Arbeitszeit von dreieinhalb Stunden auf Basis des Mindestlohngesetzes. Die Finanzierung der Deutschkurse übernimmt Daimler für die komplette Dauer. Das jetzt gestartete erste Brückenpraktikum findet im Mercedes-Benz Werk in Stuttgart-Untertürkheim statt. Das Programm soll in den kommenden Wochen und Monaten auf zusätzliche Standorte ausgeweitet werden. Insgesamt will Daimler mit dem Brückenpraktikum in Zusammenarbeit mit der Bundesagentur für Arbeit mehrere Hundert Flüchtlinge und Asylbewerber auf den deutschen Arbeitsmarkt vorbereiten.

ANZEIGEN-SPEZIAL

NANO-TECHNIK LÄSST LACK "ERSTRAHLEN"

Ein "strahlendes" und sauberes Auto – ein Traum und fast immer möglich. Denn die innovative Nano-Technologie lässt Autolacke stärker glänzen und ermöglicht gleichzeitig dank dem Lotusblüteneffekt, dass Schmutz fast komplett und permanent von alleine mit Wasser ohne Putzmittel abfließt. "Milliarden Millimeter kleine Keramikmoleküle versiegeln die Oberfläche. Sie werden in mehreren Schritten vorsichtig aufgetragen und verbacken anschließend unter Wärmezufuhr mit dem Lack – "verglasen" quasi. Das lässt den Lack dauerhaft glänzen und macht ihn um bis zu 300 Prozent härter als zuvor", erklärt Thorsten Schmidt von **Perfekt Nano**. Die Firma mit Hauptsitz in der Braaker Mühle 18 in Braak ist europaweit als Experte für dieses Verfahren begehrt. Wegen der hohen Qualität gibt sie 5 Jahre Garantie auf ihre Arbeit. Ungewöhnlich! Das Verfahren lässt sich auch auf Scheiben – das Wasser fließt besser ab - und Cabrio-Verdecken anwenden. Aber der größte Effekt lässt sich am Lack erzielen: So lassen sich beispielswiese nicht nur kleine Kratzer ausbessern – größere werden im "smart-repair"-Verfahren vor der Veredelung in der angeschlossenen eigenen Lackiererei beseitigt -, sondern auch ausgeblichene

Farben von Oldtimern wieder herstellen. "Behandelte Fahrzeuge sehen besser aus als Neuwagen", verspricht Schmidt. Die Kosten für einen Mittelklassewagen beginnen bei rund 500 €. Mehr Infos unter Tel. 040 675 888 88 und www.perfectnano.de



Europaweit anerkannter Experte in der Oberflächen-Veredlung von Pkw's: Thorsten Schmidt, Inhaber von Perfekt Nano.



Nur am Ring 3: Alstertal Sterne®

Eine andere Bezeichnung wird unseren ausgewählten Fahrzeugen nicht gerecht.

- 24 Monate Fahrzeuggarantie
- Inzahlungnahme aller Fabrikate
- Kundenvorteilskarte inklusive
- 12 Monate Mobilitätsgarantie
- Wartungsfreiheit für 6 Monate (bis 7.500 km)
- Garantierte Kilometerlaufleistung
- HU/AU Siegel jünger als 3 Monate
- Probefahrt innerhalb von 24 Stunden
- attraktive Finanzierungs-, Leasing- und Versicherungsangebote
- 10 Tage Umtauschrecht
- Preisvorteil inklusive



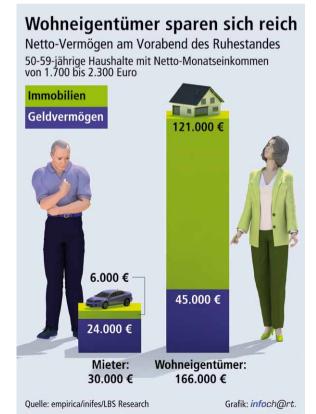


Vermögensaufbau

Erfolgreicher Vermögensaufbau ist nicht allein eine Frage des Einkommens, sondern insbesondere eine Frage der Bereitschaft, für Wohneigentum zu sparen. Das ist das Ergebnis einer Sonderauswertung der aktuellen Einkommens- und Verbrauchsstichprobe (EVS 2013*) des Statistischen Bundesamtes durch das Forschungsinstitut empirica in Zusammenarbeit mit LBS Research.

ie Forscher haben untersucht, wie sich die Vermögensbildung von Mieter- und Eigentümerhaushalten bei ansonsten vergleichbaren wirtschaftlichen Verhältnissen im Zeitablauf entwickelt. Dabei stellt sich heraus, dass beide Gruppen eine ganz unterschiedliche "Vermögensbildungs-Biographie" aufweisen. Für die Auswertung betrachtet wurden Mieter und Wohneigentümer im Alter zwischen 50 und 59 Jahren mit einem monatlichen Haushaltsnettoeinkommen zwischen 1.700 und 2.300 Euro. In die Vermögensbilanz fließen Immobilienvermögen (selbstgenutzte und vermietete Immobilien), Geldvermögen (Wertpapiere, Kapitalversicherungen, Bausparverträge und Spareinlagen),

aber auch Schulden aus offenen Krediten ein. Laut LBS Research verfügten Wohneigentümer am "Vorabend des Ruhestandes" unter dem Strich nicht nur über den Wert ihrer Immobilie von durchschnittlich 152.000 Euro (bzw. 121.000 Euro nach Abzug noch nicht getilgter Baukredite), sondern zusätzlich über ein Nettogeldvermögen von 45.000 Euro (nach Abzug von Konsumentenkrediten). Mieterhaushalte derselben Einkommensgruppe hingegen kommen nur auf ein Nettogeldvermögen von durchschnittlich 24.000 Euro. Hinzu kommen 6.000 Euro an Immobilienvermögen, dabei handelt es sich um den Wert vermieteter Objekte. Der geringe Durchschnittswert erklärt sich dadurch, dass nur ein geringer Teil



Eine eigene Immobilie ist nicht nur selbst eine Wertanlage, sie beeinflusst auch darüber hinaus das Sparverhalten der Besitzer — sagen Wissenschaftler.

von Mieterhaushalten Immobilien als Kapitalanlage besitzt. In der Gesamtschau bauen Wohneigentümer bis zum 60. Lebensjahr fast sechsmal so viel Vermögen auf wie vergleichbare Mieter, so die LBS-Experten.

Die Wissenschaftler erklären den riesigen Vorsprung der Eigentümerhaushalte mit unterschiedlichem Konsum- und Sparverhalten. "Wer eigene vier Wände erwirbt, ist offenbar in den ersten 10 bis 15 Jahren weitgehend, immun' gegen den Reiz größerer Anschaffungen

Fo to:

oder Konsumausgaben", erläutern die Experten von LBS Research. Durch hohe Tilgungsbeiträge bei der Rückzahlung von Wohnungsbaudarlehen findet ein selbst auferlegtes "Zwangssparen" statt, das sich später auszahlt. Obwohl die laufenden Finanzierungsaufwendungen für das Wohnen bei den Eigentümern im Zeitablauf deutlich abnehmen, behalten sie meistens eine hohe Sparneigung bei, so dass sie im Alter neben ihrer größtenteils entschuldeten Immobilie noch ein stattliches

Geldvermögen aufweisen.

Laut LBS Research wird die Bedeutung der selbstgenutzten Immobilie für die Vermögensbildung auch im internationalen Vergleich deutlich. So zeigte etwa eine Analyse der Bundesbank, dass die Menschen in Ländern mit hohen Wohneigentumsquoten entsprechend höhere Vermögen aufweisen. Deutschland, das mit einer Wohneigentumsquote von 43 Prozent im EU-Vergleich immer noch am Tabellenende liegt, schnitt hingegen schwach ab.



VOLKSDORF.

Zweigeschossiges Endreihenhaus in ruhiger und bevorzugter Wohnlage. Etwa 157 m² Wohnfl. Holzdielen, klassische Holztreppenanlage. Renovierungsbedarf. 500 m² Süd-/West-Grdst. Garage. B, Gas, 189,3 kWh, Bj. 1960. € 420.000,--.

HOCHWERTIGES WALMDACHHAUS.

An der Grenze zu Wellingsbüttel. Etwa 215 m² Wohnfl. Biberschwanz-Tonpfannen, Siematic Küche, hoher Wohnbereich, Kamin. Alles sehr gepflegt. 905 m² Süd-Grdst. Garage. Absolut ruhige Spielstraße. B, Gas, 166,9 kWh, Bj. 1975. € 780.000,--.

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,—.

AHRENSBURG.

Eigentumswohnung im Villenviertel. Ca. 143 m² Wohnfl. Ausstattung nach Ihren Wünschen, Erstbezug. Wunderschöner Weitblick und zu Fuß in den Stadtkern. B, Gas, 60,30 kWh, Bj. It. Energieausweis 2013. € 563.390,-- / 2 TG à € 17.500,--.

WOHLDORF - OHLSTEDT.

2.822 m². Bauen Sie auf diesem breiten Grdst. direkt am Naturgebiet mit See. Ideal geeignet für großzügiges Einfamilienhaus/ Villa. Süd-/Westlage. Wunderschöner Ausblick. Abrissgebäude, kein Energieausweis erforderlich. € 925.000,---.

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 Eulenkrugstraße 7 22359 Hamburg Volksdorf





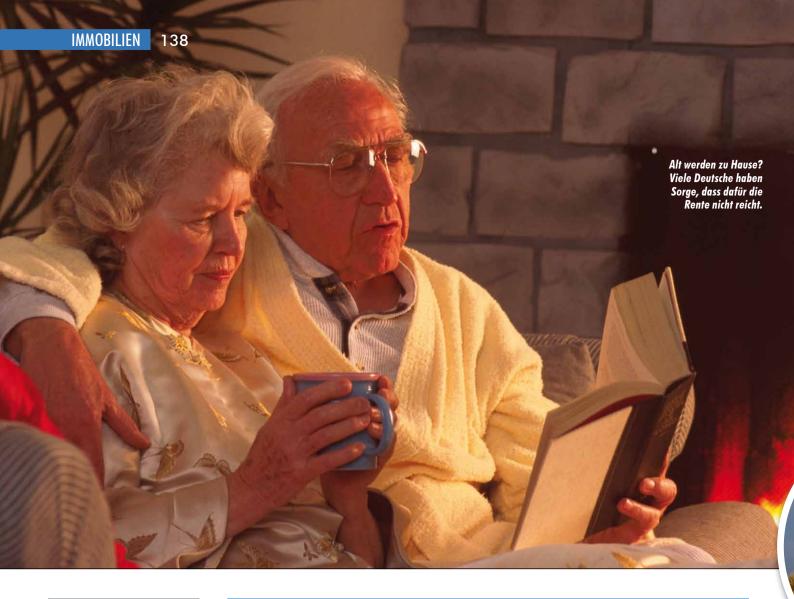
Mit Eigenheim durchs Leben

Drei Viertel der Deutschen möchten laut GfK-Investmentbarometer in der eigenen Immobilie leben. Nicht nur das Haus, auch die Finanzierung muss dafür auf einem soliden Fundament stehen. Das ist machbar – in fast allen Lebenssituationen!

ie Hälfte der Deutschen legt nach Angaben von Forsa Geld für ihre Kinder an. Durchschnittlich 986 Euro sind es jährlich, laut Anlagebarometer der Fondsgesellschaft Union Investment. 21 Prozent tun das mit dem Gedanken an eine eigene Wohnung. Ob Geburtstag, Kommunion, Konfirmation oder andere festliche Anlässe: Schon wer kleine Summen bspw. in einen Bausparvertrag einzahlt, unternimmt große Schritte auf dem Weg ins Wohneigentum – und vertieft "ganz nebenbei" das Wissen der Sprösslinge rund ums Thema Geldanlage, erklärt Schwäbisch Hall-Expertin Carolin Schneider.

Ab dem 16. Lebensjahr können sich Bausparer die Wohnungsbauprämie von maximal 45,06 Euro pro Jahr sichern. Mit dem Start ins Berufsleben bieten sich weitere Fördermöglichkeiten: Viele Arbeitgeber zahlen ihren Auszubildenden zusätzlich zum Lohn vermögenswirksame Leistungen. Nach der ersten eigenen Wohnung folgt für viele Menschen die erste gemeinsame. Spätestens nach der Hochzeit reift bei vielen der Gedanke ans "eigene Nest". Einkommensschwachen oder kinderreichen Familien verhelfen die Bundesländer mit dem Wohnraumförderungsgesetz zum Eigenheim. Darüber hinaus gibt es in rund 730 Städten und Gemeinden weitere Förderprogramme. Mit der Geburt der eigenen Kinder verringert sich häufig das Budget (Stichwort: Elternzeit und Jobpause). Gerade dann wird der Wohn-Riester attraktiv: Mit diesem Instrument gibt es keine monatliche Rentenzahlung in ferner Zukunft, sondern günstige Immobilienkredite. Ist der Nachwuchs aus dem Haus, nutzen viele Eltern ehemalige Kinderzimmer gerne für sich. Für diese und weitere Umbauten und Modernisierungen profitieren Wohneigentümer von diversen Zuschüssen und Förderungen vom Staat wie Förderprogramme und zinsgünstige Darlehen von der KfW. Den letzten Lebensabschnitt weiter in den eigenen vier Wänden verbringen - mit altersgerechten Wohnungen wird dieses Szenario wahrscheinlicher. Auch für den altersgerechten Umbau stehen Förderprogramme und zinsgünstige Darlehen von der KfW und einzelnen Ländern bereit. Wer bereits Leistungen aus der Pflegeversicherung erhält, hat Anspruch auf bis zu 4.000 Euro zur Verbesserung seines Wohnumfelds oder für technische Hilfsmittel.







Baufinanzierung:

- 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



Studie:

Umziehen im Alter?

40 Prozent der deutschen Mieter glauben, dass sie im Alter umziehen müssen, weil ihre Rente nicht für die Miete reicht – das zeigt eine repräsentative Studie von immowelt.de. Mehr als die Hälfte aller Befragten würde versuchen die Wohnung zu halten.

> Zu wenig Rente für die Miete: 40 Prozent der deutschen Mieter gehen davon aus, dass sie im Alter

> > sich ihre Wohnung nicht mehr leisten können. Das zeigt eine repräsentative Studie des Immobilienportals immowelt.de. Sollte die Rente im Alter tatsächlich nicht mehr reichen, haben die

> > umziehen müssen, weil sie

Deutschen unterschiedliche Strategien. Jeder 2. Mieter (54 Prozent) würde mit allen Mitteln versuchen, seine Wohnung zu halten: 29 Prozent indem sie Wohngeld beantragen, 25 Prozent

Eigenes Häuschen? Für viele der ideale Ruhestandsort. Doch reicht das Geld?

Die Wohnung aufgeben und in eine günstigere Gegend umziehen, ist für 38 Prozent der Befragten eine Option. Die meisten zieht es aufs Land (20 Prozent) oder ins Ausland (13 Prozent). Ein Umzug in ein Mehrgenerationenhaus mit den eigenen

durch einen zusätzlichen Minijob.

Kindern (3 Prozent) oder in den zumeist günstigeren Östen Deutschlands (2 Prozent) kommt selten infrage. 8 Prozent der deutschen Mieter würden hingegen völlig verzweifeln, wenn die Rente nicht reicht. Sie hätten keinen Plan, wie sie die Wohnung

Von einem möglichen Umzug im Alter ist Reich wie Arm betroffen: So rechnen 46 Prozent der Geringverdiener damit, dass ihre Rente nicht für die Miete genügt – aber auch 40 Prozent der Besserverdiener.

Erhebliche Unterschiede gibt es allerdings bei der Lösung des Problems: Während 36 Prozent der Geringverdiener Wohngeld beantragen würden, planen lediglich 7 Prozent der Besserverdiener mit staatlicher Hilfe. Sie würden eher weiterhin arbeiten gehen (32 Prozent), was hingegen nur für jeden 5. Geringverdiener (19 Prozent) in Frage kommt.

Immerhin 60 Prozent der deutschen Mieter gehen davon aus, dass sie sich ihre Wohnung auch im Alter leisten können. Sie planen bis dahin selbst eine eigene Immobilie zu besitzen (29 Prozent) oder sich durch eine Riester-Rente, betriebliche Altersvorsorge oder Lebensversicherung abzusichern. Mehr als ein Viertel glaubt, dass die gesetzliche Rente ausreichen wird, um die Wohnung zu halten.







MEYER-WOLTERS + YEGER

Langenstücken 29 22393 Hamburg Fax 040 / 63 60 36-91 www.mwy-architekten.de

ARCHITEKTEN Fon 040 / 63 60 36-90 info@mwy-architekten.de

Immobilienverkauf: stressfrei & sicher

Für 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

Immobilien Tel. 040 / 608 75 100

KÖPKE IMMOBILIEN

Wir haben den richtigen Käufer für Ihr Haus!

Für unsere Kunden suchen wir dringend Häuser, Baugrundstücke und altersgerechte Wohnungen speziell in den Walddörfern. Rufen Sie uns an für eine marktgerechte und kostenfreie Werteinschätzung Ihrer Immobilie.

Wir vermitteln zu besten Konditionen.

ZU VERKAUFEN



Charmante Kaffeemühle



Kaufpreis: € 695.000,-



Attraktives Klinkerhaus in Feldrandlage Kaufpreis: € 359.000,-



Repräsentatives Einfamilienhaus Kaufpreis: € 698.000.-



Historisches Hofensemble mit Potential Kaufpreis: € 425.000,-

Wir beraten Sie gern Tel.: 040 - 64 50 88 46



konsequent und kompetent



In zentraler Lage in Sasel

Vielseitig nutzbarer Mietraum im Kellergeschoss mit Fenster, m. WC-Nutzung, Strom und Wasser geeignet z.B. als Werkstatt, Studio etc., ca. 14 qm, direkt v. Vermieter, coutagefrei

Tel.: 603 10 77

Handwerker/Gärtner/ Marktbeschicker!!!

Hallenflächen ca. 300m² und 25m²- 100m² zu vermieten. Hamburg-Sasel Büro: 040-633 177 50 Mobil: 0172-953 65 75

Maison Wellbü 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-/Solarheiz., Kl.A, 45kWh/(m²a)Energiebedarfsausw., courtagefrei, 850.000€ zzgl. STP www.maison-wellbue.de

Cranberry Park



Die grüne Insel zum Wohne in **Bramfeld / Wellingsbüttel** Wohnen Erstbezug ab Februar 2016

3 Zi.Wohnung zu verkaufen

3-Zimmer Whg., 92 m²,S/W-Lage, Aufzug, BJ 2016,Gas-BHKW,KI.A, Energiebedarfausw. 41 kWh/(m²a), 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, GasBHKW, Energiekl. A, Energiebedarfausw. 45 kWh/(m²a), courtagefrei



Telefon 040 - 636 036 94

Grundstücksbewertung - unabhängig - marktgerecht

Stephan Teschke

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

Gutachter im Hause Witthöft - Hausmakler RDM/VHH

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



Volker Warnke Immobilien

Saseler Kamp 25 22393 Hamburg vw@immo-warnke.de www.immo-warnke.de

040/601 78 74



Vorteile für Immobilienverkäufer:



⊠schriftliche Garantie für unsere umfangreichen Leistungen

☑ Transparenz durch online basierte Verfolgung unsere Aktivitäten

☑ Betreuung durch ein motiviertes Team mit hohem Ausbildungsstandard

Frahmredder 7 22393 Hamburg Telefon: 040- 600 10 600 www.zimmermann-ivd.de



Katzen, Treppe

Das Alstertal-Magazin stellt auf seinen Immobilienseiten in lockerer Reihenfolge aktuelle Urteile zur Rechtsprechung rund um die Immobilie vor. Diesmal geht es um gefährliche Treppen, haushaltsnahe Katzensitter und strittige Umzugskosten!

Katzenfreundliche Justiz

Wenn von einer haushaltsnahen Dienstleistung im Sinne des Steuerrechts die Rede ist. dann denkt die Mehrheit der Menschen wohl zunächst nicht an die Betreuung von Hunden und Katzen durch eine dritte Person während der Abwesenheit von Frauchen oder Herrchen.

Aber auch das kann nach Auskunft des Infodienstes Recht und Steuern der LBS dazu gehören. (Finanzgericht Düsseldorf, Aktenzeichen 15 K 1779/14; unter dem Aktenzeichen VIR 13/15 beim Bundesfinanzhof anhängig)

Der Fall: Ein Steuerzahler hielt sich eine Katze. Während der Zeiten, in denen er sich nicht selbst um das Tier kümmern konnte, beschäftigte er für 12 Euro pro Tag eine Kraft, die für das Füttern und das Reinigen der Katzentoilette zuständig war. Die Ausgaben in Höhe von 302,90 Euro pro Jahr machte der Betroffene in seiner Steuererklärung geltend. Das Finanzamt akzeptierte dies allerdings nicht. Die Tierbetreuung gehöre im Sinne des Gesetzgebers nicht zu den haushaltsnahen Dienstleistungen.

Das Urteil: Die Gerichtsbarkeit widersprach der Finanzverwaltung. Die Betreuung von Haustieren habe naturgemäß einen engen Bezug zur Hauswirtschaft des Halters und falle deswegen auch unter die Steuerbegünstigung.

Man könne hier von einer regelmäßigen Arbeit sprechen, die sonst vom Halter bzw. dessen Familienangehörigen erledigt werde. Wichtig sei in dem Zusammenhang auch, dass die Versorgung der Katze ausschließlich in der Wohnung des Steuerzahlers stattgefunden habe.

Nur der Beruf zählt

Wenn es nicht ganz klar zu entscheiden ist, ob Arbeiten im Zusammenhang mit einem Umzug eher in die berufliche oder in die private Sphäre eines Steuerzahlers fallen, dann zieht der Betroffene den Kürzeren. Denn nach Auskunft des Infodienstes Recht und Steuern der LBS darf für eine Absetzbarkeit fast ausschließlich die berufliche Sphäre betroffen sein. (Bundesfinanzhof, Aktenzeichen X B 153/11)

Der Fall: Ein Selbstständiger zog aus betrieblichen Gründen um und ließ vor dem Bezug seines neuen Obiekts Malerarbeiten durchführen. Diese betrafen teils den privaten, teils den beruflichen Teil seiner Wohnung. Die Kosten dafür wollte er steuerlich geltend machen. Das zuständige

Fortsetzung auf S. 142







Maisonette-ETW, Bj. 1983, 4 Zimmer, ca. 161 m² Wohnfl., 2./3. Obergeschoss, Gas-Heizung, Verbr.-Ausw., 170 kWh/(m²a)

Kaufpreis: € **550.000,-** (6,25% inkl. MwSt.)



Doppelhaushälfte, Bj. 1991, 5 Zimmer, ca. 116 m² Wohnfl., ca. 383 m² Grundstück, Gas-Heizung, Verbr.-Ausw., 109 kWh/(m²a)

Kaufpreis: € 449.000,- (6,25% inkl. MwSt.)



Einfamilienhaus, Bj. 1932, 8 Zimmer, ca.

210 m² Wohnfl., ca. 1.268 m² Grundstück,

Öl-Heizung, Bedarfs-Ausw., 383 kWh/(m²a)

Kaufpreis: € 575.000,- (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



Fortsetzung von S. 141

Finanzamt verweigerte sich dieser Lösung mit der Begründung, dass sich nicht eindeutig nachweisen lasse, wie hoch der Anteil der Arbeiten bzw. Kosten sei, der auf die berufliche Sphäre entfalle. Deswegen scheide eine Absetzung als Betriebsausgaben aus.

Das Urteil: Auf höchstrichterlicher Ebene sah man die Angelegenheit ähnlich wie schon zu Beginn des Rechtsstreits auf der Ebene des Fiskus. Der Antrag des Steuerzahlers wurde abgelehnt. Es habe hier nach der Beweisaufnahme an objektivierbaren Kriterien für eine Aufteilung der Kosten gefehlt und deswegen könne auch niemand sagen, welche Summe genau auf die berufliche Tätigkeit entfalle.

Marode Treppenstufe

Wenn eine Treppenstufe zusammenkracht, während sie von einem Hausbewohner oder Gast gerade betreten wird, dann spricht der erste Anschein dafür, dass der Eigentümer der Immobilie seine Verkehrssicherheitspflicht verletzt hat. Wenn er nicht andere Gründe für die Unvermeidlichkeit des Unfalles anführen kann, so muss er nach Information des Infodienstes Recht und Steuer der LBS haften. (Oberlandesgericht Hamm, Aktenzeichen I-6 U 16/12)

Der Fall: In einem Mehrfamilienhaus führte eine in die Dachluke integrierte Holztreppe zum Speicher. Ein Mann war gerade damit beschäftigt, Gegenstände hinunter zu tragen, als eine Stufe zerbrach. Der Betroffene stürzte und verletzte sich schwer. Unter anderem trug er einen Schaden am Lendenwirbel davon und war deswegen sechs Monate lang arbeitsunfähig. Die Hauseigentümerin verweigerte sich jedoch einem Schadenersatz mit der Begründung, schuld an dem Einbrechen der Stufe



sei nicht so sehr der schlechte Zustand der Treppe, sondern das hohe Körpergewicht des Verunfallten. Er wog etwa 110 Kilogramm.

Das Urteil: Die Richter am Oberlandesgericht konnten das Argument mit dem zu hohen Gewicht des Mannes nicht nachvollziehen. Die Treppe sei für eine Auslastung von bis zu 150 Kilo ausgelegt gewesen, darum sei das nicht entscheidend. Man müsse vielmehr von einer mangelhaften Unterhaltung der Treppe ausgehen. Der Geschädigte habe schließlich nichts anderes getan als den Aufgang zum Speicher bestimmungsgemäß zu nutzen. Der Mann erhielt ein Schmerzensgeld in Höhe von 8.000 Euro zugesprochen.











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

Wenn es um Ihre Immobilie geht

Grundeigentümer-Verband Hamburg – die Institution seit 1832



Vorsitzender: Heinrich Stüver

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. grunde igentuemer verband. de



Grundeigentümer-Verband Hamburg von 1832 e.V. Glockengießerwall 19 · 20095 Hamburg · Telefon 040 30 96 72 0 · Fax 040 32 13 97

Barrierefreie Wohnungen fehlen

Die Bevölkerung altert zunehmend, doch der Wohnungsmarkt wird dieser Entwicklung nicht mehr gerecht. Rund 2,5 Millionen barrierefreie Wohnungen werden in den nächsten Jahren benötigt, um der Zahl an pflegebedürftigen Menschen eine ihren Anforderungen entsprechende Unterkunft zu bieten. Das ist ein Ergebnis der Studie "Wohnen 65plus" des Pestel-Instituts.

Für rund 15.600 Euro lässt sich eine durchschnittliche Wohnung barrierearm umgestalten. Ein Investition, die sich rechnet, wenn dadurch der Umzug in ein Senioren- oder Pflegeheim vermieden wird. Hinzu kommt, dass die meisten Menschen ohnehin so lange wie möglich in ihren eigenen vier Wänden leben möchten.

Ihr angespartes Riester-Kapital dürfen Immobilieneigentümer seit 2014 zur Finanzierung von Modernisierungsmaßnahmen für mehr Barrierefreiheit nutzen. Voraussetzungen: Die Hälfte der Summe wird für Arbeiten eingesetzt, die den gesetzlichen Vorgaben für einen barrierefreien Umbau entsprechen. Der übrige Kostenanteil muss ebenfalls der Reduzierung von Barrieren in oder außerhalb der Immobilie dienen. Beides ist von einem Sachverständigen zu bestätigen und der Sparer kann keine weiteren Zuschüsse oder Steuererleichterungen in Anspruch nehmen. Je nachdem, wie lange ein Immobilieneigentümer sein Haus oder seine Wohnung bereits besitzt, werden zudem unterschiedliche Mindestentnahmebeträge vorausgesetzt.

Treppen, Absätze und andere Barrieren müssen überwindbar gemacht werden!





Appartement-Brünig, 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

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

nachtshaus, Keramik, 1 Stumpenkerze klein 1 groß, 1 Kerzenhalter (Porzellan) für Teelicht und Kerze, 1 Kerzenhalter aus Glas, 3 Tannenbaumkugeln und 4 Teile Weihnachtsdeko. Wert ca. 30,00 € nur 9,95 €. Tel. 630 56 08

10 Teile Weihn.-Artikel NEU. 1 Weih-

Wer sucht stabile gut erhaltene 2 Schlafzimmerschränke? (Mahagoni, H230, Br1m, T60cm) **Tel.: 651 44 27** / **601 02 76**

Heißmangel - Wäscherei

für Wäsche jeder Art

Langenhorn, Krohnstieg 82 Karina Wirth, Tel.: 531 94 43

Schlafzimmer, Kiefernholz, Bett 1,80x2,00m, Lattenrost, Matratzen, Nachtschränke, 2 Kleiderschränke, auch einzeln zu verkaufen, ab Cuxhaven, Preis: VB. **Tel.: 528 14 77**







BERNSTEIN - (BUTTERSCOTCH)

+ GOLD UND SILBERANKAUF. neben der Bücherhalle Tel: 547 55 222



- IMPRESSUM

Hummelsbüttel), Tel. 538 930-50;

Verlagszentrale:

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

Buchhaltung:

Mo - Do · 8 00 his 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 (Poppen hüttel Hasna) Tel 538930-55: Jutta Brandes (AEZ, Fuhlsbüttel,

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.alstertv.de www.alster-talk.de www.talkhamburg.de www.hamburgerherbstempfang.de

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: Annabell Dschenfzig, Juliane Duczmal, Susanne Kaps, David Nagel, Luka Plepp

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.

Ihre Kleinanzeigen können Sie uns auch per E-Mail schicken: kleinanzeigen@alster-net.de

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

FRAUEN DER STADT, DIE ETWAS BEWEGEN:



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!





Die Designerin Sibilla Pavenstedt hatte im Namen des von ihr mitinitiierten Integrationsprojektes MADE AUF VEDDEL erneut zum High Fashion Tea ins Meßmer Momentum geladen. In dem Projekt entsteht Haute Couture, die von Frauen mit Migrationshintergrund genäht, gehäkelt oder gestrickt wird – diesmal Taschen in Teebeutel-Optik hergestellt. Der Verkaufserlös kommt dem Projekt zugute, das sich die Verbesserung der Lebensqualität und die Eröffnung beruflicher Perspektiven für die Teilnehmerinnen auf die Fahnen geschrieben hat. Infos: madeaufveddel.de







BUSINESSTALK

Auf Einladung der VdU-Landesvorsitzenden Kristina Tröger sprach Prof. Dr. Phil. Jens Weidner, Autor und Professor für Erziehungswissenschaft, Kriminologie & Viktimologie, vor rund 80 Mitgliedern und Gästen zu dem Thema "Die Peperoni-Strategie: Setzen Sie sich durch, um Gutes zu tun!". In seinem Vortrag referierte er darüber, wie man sich mit Schärfe und dem richtigen Biss, am Arbeitsplatz und im gesellschaftlichen Leben richtig durchsetzt.





Segler des Jahres: Heiko Kröger, Paralympic-Goldmedaillengewinner und 7facher Weltmeister!

SAILINGAWARD

Vor 550 Gästen wurde im "Zum Alten Rathaus" der "Sailor Award 2015" verliehen. "Segler des Jahres" wurde der Ammersbeker Heiko Kröger (NRV/KYC), weltweit der erfolgreichste Segler mit Behinderung. Die Jury würdigte seine Leistungen aus 2014 und 2015, darunter seinen siebten WM-Titel. Alle Preisträger unter: sailing-team-germany.de (Initiative).









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

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...

Besuchen Sie unseren Online-Shop! www.krueperdruck.de

Gern beraten wir Sie!

Druckerei Krüper & Co. GmbH Stadtbahnstraße 30, 22393 Hamburg Tel. (040) 600 95 070, mail@krueperdruck.de Öffnungszeiten: Mo-Fr: 8.30 – 18.00 Uhr





Machen Sie Ihren Lieben zu Weihnachten eine ganz besondere Freude: Mit einer Wellness-Tageskarte oder einem unserer Verwöhnpakete verschenken Sie einen Tag "Urlaub im Alltag" – Gesundheit, Entspannung und Wohlgefühl inklusive. Diese und weitere Gutscheine erhalten Sie in jedem Hamburger MeridianSpa oder im E-Shop auf www.meridianspa.de/eshop mit Versand an Ihre Wunschadresse oder zum Selbstausdrucken – auch noch kurz vor der Bescherung.

Wir wünschen Ihnen eine entspannte Weihnachtszeit und schöne Stunden im MeridianSpa!



5x in Hamburg • 040/65 89-0 • www.meridianspa.de