

# ALSTER

## MAGAZIN

LOCAL PEOPLE & LIFESTYLE

**GRATIS  
AUFS  
TABLET!**  
Als E-Paper via  
alster-magazin.de

### DURCH- GEBOXT

DIE WINTERHUDERIN  
SUSI KENTIKIAN KANN  
NICHT NUR MIT DEN  
FÄUSTEN SPRECHEN

### DATEN? SICHER!

AUTOR MALTE  
SPITZ ERKLÄRT  
UNS, WARUM  
DATENSCHUTZ  
SEXY IST

### PROMIS & EVENTS

SPANNENDE UND  
GLAMOURÖSE  
VERANSTALTUNGEN  
RUND UM DIE ALSTER!

Foto: Fabian Hensel

*Franzi van Almsick*

# Ab ins Wasser!

WIE DIE GOLDMEDAILLEN-GEWINNERIN HAMBURGER KINDERN DAS SCHWIMMEN BEIBRINGEN WILL





### HERRSCHAFTLICHES SCHLOSS NAHE DER OSTSEE BEI STRALSUND

Komplett saniert, ca. 1.036 m<sup>2</sup> Wohnfläche, aufgeteilt auf 12 Mietwohnungen und eine ca. 276 m<sup>2</sup> große Ferienwohnung, parkähnliches Grundstück, zusätzlicher Bauplatz, denkmalgeschützt, Kaufpreis auf Anfrage



### Ihr Immobilienpartner in Deutschland und Spanien

Unser im Hamburger Alstertal gegründetes, inhabergeführtes Familienunternehmen vermittelt seit 25 Jahren erfolgreich Wohn- und Gewerbeimmobilien im mittleren und oberen Preissegment. Jürgen Weiss Immobilien befindet sich mit mehreren Filialen in Deutschland und Spanien im stetigen Wachstum und wird in mittlerweile zweiter Generation fortgeführt.

In Deutschland steht die Vermittlung von Immobilien in Hamburg und Umgebung im Fokus, im spanischen Raum bieten wir Ihnen eine große Auswahl an Immobilien auf Teneriffa, Mallorca sowie in Barcelona und an der Costa Blanca.

Vertrauen Sie uns als professionellem Partner in Sachen Immobilien und profitieren Sie beim Verkauf von vielen Vorteilen. Neben modernsten Vermarktungsmethoden mit höchstem Maß an Individualität übernehmen wir für Sie als Verkäufer kostenfrei die Immobilienbewertung und Energieausweiserstellung.

### Unsere kostenlosen Leistungen für Sie als Verkäufer:

- **Unverbindliche Immobilienbewertung**
- **Professionelle Fotografie**
- **Energieausweiserstellung**
- **Präsentation in renommierten Printmedien**
- **Notarvertragsvorbereitung**



# Schlechte Nachrichten?

VON WOLFGANG E. BUSS



Wie geht es Ihnen mit den **vielen schlechten Nachrichten**?

Ein weiteres **schreckliches** Attentat, nun an der Promenade im wunderschönen Nizza, wo die Menschen ihr Leben einfach genießen wollen, tötet erneut so ein Sch...kerl wahllos Menschen.

Rasch müssen die politischen Pressesprecher für ihre Chefs Betroffenheitsstatements formulieren und

**beschwichtigen**. Viele aber denken heimlich „wieder so ein durchgeknallter Moslem“.

Dann ein **merkwürdig-misslungener** Putsch in der Türkei. Und wieder schreiben die Pressesprecher die üblichen Floskeln über die Bedeutung der Türkei für Europa. Dass viele heimlich hofften, der **machtthungrige** Erdogan könnte einmal Gegenwind vertragen, blieb unerwähnt. Erst als er laut darüber nachdenkt, die **Todesstrafe** wieder einzuführen, wacht mancher auf. Kaum einer sprach vorher öffentlich von der Sorge, dass dieser Mann die erst in den 30-er Jahren von Staatsgründer Atatürk reformierte moderne Türkei, mit einer prowestlich-säkularen Orientierung, zurück in **düstere** Zeiten treiben will. Atatürk schaffte einst das Kalifat ab und die **grausame** islamische „Scharia“, das islamische „Recht“, mit Auspeitschungen, Steinigungen und Handabhacken. Jetzt, so schätzen Experten, droht die Türkei in einen finsternen **Gottesstaat** zu treiben, mit dem kein Europa zu machen ist.

Und das, nach dem nur kurz zuvor die Briten den Brexit wählten, den auffälliger Weise jene Europapolitiker mit dicken Tränen beweinen, die selbst am stärksten von dem kritisierten Kurs profitierten und heftig vorantrieben. Auch hier umgehend Betroffenheitsrituale und für alle, die **nicht** mitweinen wollen, gab es die sogenannte „Weltkriegskeule“: Bist du nicht für **unser Brüsseler** Europa, halten wir dir die Schrecken des zweiten Weltkriegs vor Augen!

Und in den USA lässt sich ein ungewöhnlicher Politikertyp **nicht** abschütteln: Trump nutzt die **Spaltung** Amerikas und das inzwischen tiefe Misstrauen der Amerikaner in die Politik.

Kennen **wir** das nicht auch? Gesellschaftswissenschaftler verbinden auch den Erfolg der Hamburger Olympiagegner, der Befürworter des Netzurückkaufs, den Erfolg der AfD oder die drohende Volksinitiative gegen die Unterbringung tausender Migranten in Hamburg, mit einem tiefen **Misstrauen** gegenüber der Politik. Anders gesagt, die Sorge der Politik vor dem Volk nimmt zu!

Und **andererseits**? Wir klagen auf **hohem Niveau** und feiern ein wenig Endzeitstimmung, fühlen uns genüsslich unzufrieden, um dann drei Mal pro Jahr in den Urlaub zu fahren? Die Medien sind heimlich **froh**, dass viel Erschreckendes passiert, wirkt es doch sinkenden Auflagen und Zuschauerzahlen entgegen.

Tatsächlich hat sich die Börse längst nach dem Brexit **erholt**, der in Brüssel hoffentlich alle **„geweckt“** hat. Nur die Sicherheitskräfte müssen noch verstehen, dass sie an den Flughäfen und anderswo nicht jede 22-jährige Blondine oder ältere Dame zu filzen brauchen, vielmehr diejenigen muslimische Männer zwischen 15 und 35, die diese Terror-Verbrechen verüben und davon träumen, uns ihren schrecklichen Gottesstaat auch ins liberale Europa bomben zu können. Was ihnen allerdings nie gelingen wird!

Auch die **miesepetrigen** Gesichter von Nachrichtensprechern und Kanzlerin scheinen kaum jemanden glücklicher zu machen. Welchen Grund hat es eigentlich, dass wir als reichstes Land auf der **Liste der glücklichsten Länder** der Welt weit abgeschlagen sind? Ist es ein wenig unsere deutsche Identität? Die heimliche Sucht, all die Probleme anderer **mitteilen** zu wollen? Ich denke, es ist entscheidend, wieder in Balance zu kommen zwischen tatsächlichen Bedrohungen und all den „schlechten Nachrichten“.



Sonnenbrillen-  
Sommer bei  
LÜHR-Optik

Sonnenbrillengläser in Ihrer Gläserstärke

(gilt auch für Kinderbrillen)

Kunststoffgläser mit Gläserstärke und **UV-Schutz**

ab  
28 €

Marken-Gleitsicht-Sonnenbrillengläser

Leichte Kunststoffgläser mit **UV-Schutz**

jetzt ab  
148 €



Relaxed Vision® Partner  
2016

Eppendorf · Eppendorfer Baum 18  
T. 040. 460 29 93 · luehr-optik.de

**LÜHR**

FÜR GUTE BRILLEN MUSS MAN EINE NASE HABEN

OPTIK GMBH  
SEIT 1983

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

**Polsterei - Stuhlflechtere - Möbelaufarbeitung**

**GRÖNICH**  
Polstereibetrieb  
Eppendorfer Landstraße 130 Tel.: 0 40 / 4 80 79 12  
[www.polstereibetrieb-groenich.de](http://www.polstereibetrieb-groenich.de)



**5-Sterne Ferienhäuser in exponierten Lagen**  
[www.traumhaussylt.de](http://www.traumhaussylt.de) Tel.: 040 53 69 40 06



# 12

Franzi van Almsick verrät uns, warum jedes Kind schwimmen lernen sollte!



Foto: Thomas Faehrmich



## Kingsgard Reinigung

**2 Hosen special**  
**€ 6,99**

**1 Hemd waschen & bügeln**  
**€ 1,20**

**Rothenbaumchaussee 78**  
**20148 Hamburg**  
**Tel.: 040 - 450 608 23**  
**Öffnungszeiten:**  
**Mo. - Fr.: 7.00 - 20.00 Uhr**  
**Sa: 8.00 - 16.00 Uhr**

## Markisen und Sicherheitsrollläden von Atzert - aus eigener Produktion -

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



**Atzert**  
Rollläden, Markisen, Sonnenschutz  
[www.rolladenatzert.de](http://www.rolladenatzert.de), Ahrensburger Str. 66  
Tel: 040/68 91 36 16, Fax: 040/68 91 34 27



# 10

Die Winterhuderin Susi Kentikian im Interview über ihre Boxkarriere

Foto: Andreas Schmitt

# 18

Beatbox-Professor: der Uhlenhorster Guido Höper bringt jungen Leuten den richtigen Rhythmus bei!



Foto: obs/news aktuell GmbH/Robert Schlesinger



# INHALT

August 2016

## Magazin

- 3 **Kolumne**
- 6 **News: Benefiz-Lauf**, Herzpiraten und ganz viel Jazz!
- 10 **Interview: Boxerin Susi Kentikian** schlägt wieder zu
- 12 **Franzi van Almsick** sprach mit uns übers Schwimmenlernen
- 14 **Datenschutz ist sexy** – sagt Aktivist Malte Spitz im Interview
- 16 **Die Eppendorfer Schriftstellerin Anneke Mohn** schrieb über eine Patchwork-Familie
- 18 **Der Uhlenhorster Guido Höper** bringt jungen Talenten das Beatboxen bei!
- 20 **Reiseführer:** Zwei Hamburgerinnen erklären, was die Stadt so besonders macht
- 22 **Prominenter Gast: Prof. Dr. Dr. Reichenspurner** diskutierte auf der Alster-Lounge
- 50 **What's up in town:** Prominente auf den glamourösesten Events der Stadt!

## Servicethemen

- 26 **Alster med:** Experten zu medizinischen Top-Themen
- 32 **Besser hören & sehen:** Das sind die Sonnenbrillen-Trends des Sommers!
- 34 **Beauty:** So kommen Sie schön durch die heißen Monate
- 38 **Bauen & renovieren:** Mit Farbe den Sommer zu Hause behalten
- 44 **Auto-Magazin:** Auszeichnung für Audi
- 45 **Immobilien:** Warum Immobilienkäufern Stadtnähe immer wichtiger wird
- 43 **Kleinanzeigen/Impressum**



Auf der ALSTER Lounge beantwortete Prof. Dr. Dr. Hermann Reichenspurner (2. v.l.) Fragen zu Organspende und Herzgesundheit.

## SECOND HERZOG

HAMBURG - BERLIN - MÜNCHEN - FRANKFURT - KÖLN - DÜSSELDORF - WIEN

DIREKTANKAUF - SOFORT GELD/ ÜBERWEISUNG

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

**Gucci - Louis Vuitton - Prada - Boss - Chanel uvm.**

[www.secondherzog.de](http://www.secondherzog.de)

Secondherzog Hamburg - Hegestraße 8 - 20251 Hamburg

☎ Telefon: 040-878 82 893 ✉ email: [info@secondherzog.com](mailto:info@secondherzog.com)

Ankaufszeiten: Di 11:00 bis 18:00 Uhr - Do 11:00 bis 18:00 Uhr - Sa 11:00 bis 14:00 Uhr





### Praxis-Einrichtungen

### Büroeinrichtungen

### Empfangstresen

jede Abmessung und Oberfläche  
1500 m² große Ausstellung

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

# DAT UHLENFEST

Straßenfestival für  
Uhlenhorst + Winterhude







## 27. + 28.8.16

Hofweg / Papenhuder Straße

Sa 11 - 23 Uhr + So 11 - 21 Uhr






KARTEN  
verlosung!

Der Chor Music rocks!  
tritt auch mit Kindern und  
Jugendlichen mit Migrati-  
onshintergrund auf.

Foto: Danny Merz

## EINZIGARTIGES CHOR-EVENT

Das Chorprojekt Music rocks! unter der musikalischen Leitung von Doris Vetter kommt mit dem großen Music rocks! Projektchor, der Europäischen Kammerphilharmonie und Band sowie mit Roberta Valentini und Yngve Gasoy-Romdal als Solisten auf die Bühne. Der Konzertmeister und Hildegard Pabelik-Jentsch Preisträger Arsen Zorayan aus Armenien spielt die Solovioline. Die Europäische Kammerphilharmonie und Band präsentieren gemeinsam mit den 100 Sängerinnen und Sängern des Music rocks! Chores Welthits aus Musical, Film, Rock und Pop. Die Kombination aus Chor, Sinfonieorchester, Band und Solisten verspricht ein einmaliges Klang- und Konzerterlebnis. Wir verlosen 3x2 Karten für den 11.09. um 19.30 Uhr in der Laeishalle. Wer gewinnen möchte, sendet bitte bis zum 25.08. eine E-Mail mit dem Stichwort „Music rocks“ an [m.kettner@alster-net.de](mailto:m.kettner@alster-net.de). Viel Glück! Mehr Infos zur Show gibt's unter [www.elbphilharmonie.de/de/laeishalle](http://www.elbphilharmonie.de/de/laeishalle).



Initiatoren Malte Kamrath (l.) und  
Nova Meierhenrich mit Dr. Rainer  
Kozlik-Feldmann, Facharzt für  
Kinder-Kardiologie des UKE.

## Segeltörn mit den HerzPiraten

Herzkranken Kindern einen außergewöhnlichen Tag beschere, fernab des Krankenhausaustags – das ist das Ziel der HerzPiraten-Regatta. Die HerzPiraten wurden 2014 von Moderatorin und Schauspielerin Nova Meierhenrich und Segler und Arzt Malte Kamrath gegründet. Dieses Jahr konnten 16 Kinder an dem vierten Segeltörn der Hamburger Stiftung teilnehmen. Mit vier J22er Keilbooten des Norddeutschen Regatta Vereins starteten die Kinder mit erfahrenen Seglern auf der Außenalster. Danach gab es noch ein Grillfest mit Musik von Tobias Tadday. Die eingenommenen Spendengelder in Höhe von 7.000 Euro unterstützen auch dieses Jahr die Kinder-Kardiologie des UKE.

## SUMMERJAZZ IN EPPENDORF

Schon zum fünften Mal gibt es vom 26.-28. August wieder Summerjazz in Eppendorf – nach „Elbjazz“ das zweitgrößte Jazz-Festival der Stadt. Diesmal sind u.a. das Karl Allaut Quartett, Side by Side feat. Leandro Saint-Hill und Ulita Knaus mit dabei. Nicht nur Jazzliebhaber sollten am Marie-Jonas-Platz vorbeischaun, denn der Eintritt ist dank Sponsoren und Gastronomie frei! Mehr Infos unter [www.summerjazz-in-ependorf.de](http://www.summerjazz-in-ependorf.de).



Die Hamburger  
Jazzerin Ulita  
Knaus sorgt in  
Eppendorf für  
sommerliche  
Grooves!

Foto: Steven Haberland





Regionalleiter Frank Ennen mit dem Geschäftsführer des Goldbekhauses Bernd Haß sowie der Assistentin Ann-Kristin Landgraf (Haspa).

## Die Haspa gratuliert dem Goldbekhaus zum 35-jährigen Jubiläum!

Die Winterhuder Traditionseinrichtung Goldbekhaus feiert am 10. und 11. September ein großes Jubiläumsfest anlässlich des 35. Geburtstages - die Haspa als langjähriger Partner freut sich auf die tolle Veranstaltung!

Am 5. September 1981 wurde das Kulturzentrum Goldbekhaus feierlich an seinem jetzigen Standort am wunderschönen Goldbekkanal eröffnet. Seit 35 Jahren nun ist das Kreativzentrum im Herzen Winterhudes schon ein Ort für Kommunikation und Begegnung, für Kultur, Kreativität und Bewegung – und das für fast alle Altersgruppen. Das Motto dabei lautet: „Mit allen Wassern gewaschen“. Hier wird getanzt, musiziert, gesportelt und vieles mehr! Das bunte Kursprogramm bietet viele Möglichkeiten, sich um sein Wohlbefinden zu kümmern. Hinzu kommt jeden Monat das anspruchsvolle und professionelle Veranstaltungsprogramm, das Angebot reicht von Konzerten über Filmen bis hin zum Flohmarkt.

Die enge Beziehung zwischen der Hamburger Sparkasse und dem Goldbekhaus besteht dabei schon seit geraumer Zeit, immer wieder kommt es zu gemeinsamen Aktionen, beispielsweise freuten sich die Winterhuder über einen musikalischen Umzug zwischen den Haspa-Filialen Dorotheenstraße und Mühlenkamp zum Tag der Musik. Das Kulturzentrum erhält Zuwendungen aus dem Haspa Lotteriesparen, u.a. für Stand-up-Paddling Boards. Hier finden auch regelmäßige Mitarbeiterveranstaltungen statt, aber auch für Kundenveranstaltungen der Haspa werden die Räumlichkeiten des Goldbekhauses gerne genutzt. „Gemeinsam unterstützen und fördern wir das kulturelle Leben im

Stadtteil“, so Frank Ennen von der Haspa. „Als Regionalleiter der Region Uhlenhorst-Winterhude bin ich sehr stolz, ein Teil der 35jährigen Geschichte des Goldbekhauses zu sein.“ Und dieses Jubiläum wird nun am Wochenende vom 10. bis 11. September mit einem tollen Programm zelebriert. Von 13 bis 21 Uhr wird viel los sein auf dem Gelände. Es wird Ausstellungen, Performances und Kleinkunst geben. Die kleinen Gäste können den spannenden Liedern und Geschichten von Hexe Knickebein lauschen und für die Großen gibt es Konzerte von Künstlern der unterschiedlichsten Stilrichtungen. Da ist für jeden etwas dabei! Das komplette Programm ist einzusehen auf [www.goldbekhaus.de](http://www.goldbekhaus.de).



## ES DARF GEGROOVT WERDEN!

Bereits kommenden Montag, den 8. August steht in der Fabrik wieder „The Hamburg Boogie Woogie Connection“ auf der Bühne! An diesem Tag, dem „Tag des Klaviers“ (da jedes Klavier 88 Tasten hat!) versammeln Axel Zwingenberger und Vince Weber bereits seit dem 8.8.88 die Größen des Boogie Woogie zu einer illustren Session. Mit dabei sind dieses Jahr unter anderem Keito Saoito, der als bester Boogie-Pianist Japans gilt, der Österreicher Daniel Ecklbauer, Michael Kaeshammer aus Kanada und viele weitere Künstler aus der New Orleans-Boogie und Blues-Szene. Überraschungsgäste werden ebenfalls erwartet! Einlass ist in der Fabrik, Barnerstraße 36, um 19 Uhr, Beginn ist 20 Uhr. Infos und Karten unter [www.fabrik.de](http://www.fabrik.de).

Diese Boogie Woogie Künstler stehen am 8.8. auf der Bühne der Fabrik.



Artwork: Eva Hennigs

## BENEFIZLAUF FÜR KINDER-UKE

Zugunsten des Kinder-UKE findet am 17. September wieder ein Benefizlauf statt. Zusätzlich gibt es ein buntes Rahmenprogramm rund um die Laufstrecke. Nach dem Startschuss um 15 Uhr werden die Läufer im Eppendorfer Park bis 17 Uhr so viele Runden drehen wie sie wollen (oder können). Das Startgeld der Läufer (Erwachsene: 10, Kinder 5, Staffeln pro Läufer 5 Euro) kommt dabei zu 100 Prozent dem Projekt Kinder-UKE zugute. Auch Laufpatenschaften sind möglich. Wer mehr wissen, sich zum Lauf anmelden oder einfach so spenden möchte: Die Website des Kinder-UKE ist [www.kinder-uke.de](http://www.kinder-uke.de)

Der Benefizlauf durch den Eppendorfer Park macht nicht nur Spaß, sondern hilft auch noch dem Projekt Kinder-UKE!

Fotos: Axel Kirchhoff





# PINKES STAND-UP-PADDELN FÜR ALLE UND DEN GUTEN ZWECK!



Die Brustkrebs-Initiative 'Hamburg wird pink' möchte mit 'Paddle for Hope' auf die Krankheit aufmerksam machen: Am 28. August treffen sich rund um das 'breast cancer awareness'-Event alle Stand-up-Paddle-Interessierte. Jeder, der ein Board, Kanu, Kajak, Padelboot u.ä. besitzt, kann für die gute Sache mitfahren. Dresscode: Pink - die internationale Farbe für Brustkrebs. Wer kein eigenes Board besitzt, kann sich vertrauensvoll an SUPco wenden. Ein Event für die ganze Familie, denn Jung und Alt sind herzlich willkommen! Treffpunkt: SUPco am Bootshaus Barmeier, Eppendorfer Landstraße 180. Um 11.30 Uhr startet der pinke Padel-Corso.

Am 28. August findet ab 10 Uhr das große Stand-up-Paddle-Event statt: Jeder kann mitmachen!

Foto: dreysse.de

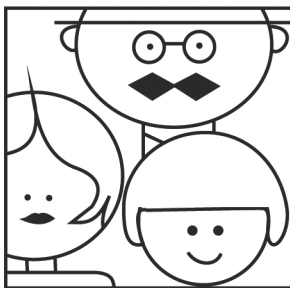
*LuxusGut* **Räumungsverkauf**  
Designermode Secondhand • Geschäftsaufgabe nach 35 Jahren  
Anette Kellner • Grindelberg 86 • Di-Fr 11-18h | So 11-15h

**PTA** **NEU ERÖFFNUNG Herbst 2016**  
Pharmazeutisch-technische/r Assistent/in  
**Ausbildung**  
mit staatlich anerk. Berufsabschluss  
**Bernd-Blindow-Schule Hamburg**  
Info: Tel. 05722 95050 • hamburg@blindow.de [www.blindow.de](http://www.blindow.de)

**Kitsch-Kunst-Kram**  
Samstag, 17. September 2016

## Flohmarkt am Turmweg

**Hamburgs echter Flohmarkt**  
Information  
[info@melan-nord.de](mailto:info@melan-nord.de)



Veranstalter: **Bürgerverein vor dem Dammtor/Pöseldorf**

**EIN GENUSS DER SINNE**  
KÜCHEN FÜR HÖCHSTE ANSPRÜCHE!



**cardinahl**  
die küche

Robert-Koch-Str. 24, 20249 Hamburg  
Telefon: 040 / 46 88 22 33 • [www.cardinahl.de](http://www.cardinahl.de)

**poggen pohl**

**DORN BRACHT**

**LEICHT**

**noite**  
KÜCHEN

**Miele**  
IMMER BESSER

**BORA**

**GAGGENAU**

**SIEMENS**





Mit zwölf fing Susi Kentikian mit dem Boxen an: Ihr Bruder nahm sie mit zum Training nach Winterhude.

# Durchgeboxt!

Am 30. Juni lud die **Profiboxerin Susi Kentikian** zu ihrer **ersten Boxgala** in die Alsterdorfer Sporthalle, wo die Weltmeisterin im Fliegengewicht ihre Titel gegen die Kroatin Nevenka Milovic verteidigte. Wir sprachen mit der 28-Jährigen über ihre Erfahrungen und die eigene Vorbildfunktion.

**Alster-Magazin:** Seit Regina Halmich im Ruhestand ist, hört man vom Frauenboxen recht wenig. Zusammen mit Deinem Team startest Du eine ganze Veranstaltungsreihe mit dem Auftakt in Hamburg. Wie bist Du auf die Idee gekommen, deine eigene Boxgala zu veranstalten?

**Susi Kentikian:** Ich habe vor einiger Zeit einen Veranstalter kennengelernt, der mich überzeugen konnte, mit ihm gemeinsam die Veranstaltung zu organisieren. Und so ist das alles jetzt entstanden. **Sozial engagierst du dich u.a. für behinderte Menschen, hast für diese Menschen auf Deiner Boxgala Plätze geblockt. Gab es einen Beweggrund für Dich?**

Mich persönlich haben ihre Geschichten sehr berührt, zum Beispiel die von Christian. Er sitzt im Rollstuhl und ist seit einem Unfall querschnittsgelähmt. Er kommt auch zum Kampf und freut sich riesig. Daraufhin habe ich auch noch andere Leute eingeladen und schenke ihnen somit hoffentlich einen schönen Abend. Aber auch Flüchtlinge sind eingeladen. Die freuen sich natürlich auch riesig! Ich finde, dass die Flüchtlinge dadurch erkennen können, dass man mit viel Arbeit alles erreichen kann. Schließlich bin auch ich als Flüchtling nach Deutschland gekommen und schau, was ich alles geschafft habe!



Vor dem großen Kampf traf sich Redakteurin Lena Schäfer mit Susi Kentikian.

**Deine Familie ist aus Armenien geflohen, als Kind hattest Du es nicht immer leicht. War der Boxsport für Dich also ein Türöffner?**

Ja, das auf jeden Fall. Der Sport hat mich ja zu dem gemacht, was ich jetzt bin. Natürlich musste ich mich da wirklich durchboxen, es wurde mir nichts geschenkt! Ich musste wirklich hart arbeiten. Und irgendwann hat es geklappt!

**Siehst Du dich heutzutage denn auch als Vorbild, sei es für Sportler, junge Mädchen und Frauen oder auch für Flüchtlinge?**

Also ich hoffe, dass ich für viele Menschen eine Vorbildfunktion habe. Und ich denke, viele können an mir sehen, dass man was schaffen kann! Man muss nur an sich glauben, ehrgeizig sein und Disziplin haben.

**Hat eine mehrfache Boxweltmeisterin denn auch noch Boxvorbilder oder Lieblingsboxer?**

Es ist nicht so, dass ich Lieblingsboxer oder Vorbilder habe. Es ist so, dass ich mir sehr gerne gute Boxer an-  
gucke, um mir ein wenig von denen abzuschauen.

**Deine Kindheit hast du hier in Hamburg verbracht. Hast Du hier Lieblingsorte, wo Du gerne mal bist um dich abzulenken oder zum Entspannen?**

Ich bin zum Beispiel sehr gerne an Seen, wo ich super relaxen kann. Ansonsten bin ich eher ein Hausmensch. Wenn ich mal frei habe, dann bin ich auch gerne einfach mal zu Hause und entspanne mich. *Lena Schäfer*





# SCHICKE PROZENTE. IMMER.

Über 80 Designer-Marken  
immer 30-70%\* günstiger.



\*gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung, solange der Vorrat reicht.

**Nur 40 Minuten von  
Hamburg, direkt an der A7.  
designeroutlet**soltau.com



ESPRIT



LIEBESKIND  
Berlin



Marc O'Polo



HALLHUBER



# „Schwimmen lernen ist lebensnotwendig!“

Die mehrfache **Schwimm-Welt- und Europameisterin Franziska van Almsick** kommt am **27.8.** nach Hamburg. Als **Botschafterin von ‚Deutschland schwimmt‘** möchte sie auf die Nichtschwimmerproblematik hinweisen.

*Alster Magazin: Die Kampagne ‚Deutschland schwimmt‘ macht auf die Nichtschwimmerproblematik aufmerksam. Was ist damit gemeint?*

Es sterben noch zu viele Kinder im Wasser. Dagegen muss etwas getan werden: den Kindern Mut machen und sie motivieren ihre Schwimmabzeichen zu machen, sich dem Wasser anzunähern und Schwimmen zu lernen.

**Welches Abzeichen sollte jedes Kind haben?**

Mehr als das Seepferdchen. Das befähigt nicht zum Schwimmen. Erst mit dem Freischwimmer, Silber und Goldabzeichen wird das Schwimmen gelernt und das ist lebensnotwendig!

**Also sollte jeder mindestens den Freischwimmer erreichen?**

Es gibt zahlreiche Orte, an denen es keine Schwimmhallen gibt und die Möglichkeit ins Wasser zu kommen, wirklich schwer ist. Wenn wir es vorerst schaffen, jedem Kind das Seepferdchen zu ermöglichen, wäre das großartig.

**Warum können verhältnismäßig wenige Kinder schwimmen?**

Es gibt viele Eltern, die sich Schwimmkurse aus finanziellen Gründen nicht leisten können. Andere Eltern warten darauf, dass die Schulen Schwimmunterricht anbieten und geben die Verantwortung somit ab.

**Ist das Angebot an Schwimmkursen zu gering?**

Absolut, vor allem für Erwachsene. Auch die Schul-Schwimmkurse sind meist mehr Chaos, als dass sie was lernen. Wenn eine Lehrerin mit 25 Kindern in eine Schwimmhalle geht, kann die eine Hälfte schwimmen, der Rest nicht. Einige weinen, andere stehen unter der Dusche oder haben keine Lust.

**Kann man den Schul-Schwimmunterricht verbessern?**

Schulpolitisch muss sich viel verändern. Der Schwimmunterricht gehört in jeden Schulplan und in den ersten zwei Jahrgängen sollten alle schwimmen lernen. Es ist nicht Radfahren, Fechten oder Musikmachen: Wer nicht schwimmen lernt, läuft potenziell Gefahr zu ertrinken.

**Wie geht man mit einer Angst vor dem Wasser um?**

Generell sollte jedes Kind einen Schwimmkurs belegen. Wenn Angst eine Rolle spielt, sollte man das Kind spielerisch ans Wasser gewöhnen. Viel duschen und in der Badewanne plantschen. Sie sollen das Wasser mit etwas Positivem verbinden, etwas, das Spaß macht.

**Auch das Tauchen bereitet vielen Probleme.**

Man kann sich leicht einreden, dass man dies und jenes nicht kann. Ich habe gelernt, dass es ‚ich kann nicht‘ mit dem richtig Biss nicht gibt. In dem Fall könnte man üben z.B. beim Duschen den Kopf unter Wasser zu nehmen.

**Was erwartet die Interessenten bei der Aktion?**

Schöne Tage im Wasser mit tollen Angeboten für Familien: kleine Kurse, wo man was lernen kann, Informationstische, Spielmöglichkeiten für die Kinder, und das Charity-Schwimmen.

**Wie oft sind Sie noch im Wasser?**

Nicht mehr so häufig. Ich betreibe Schwimmen auch nicht mehr als Sport, habe aber zwei Kinder, die das Wasser lieben.

**Was fühlen Sie, wenn Sie im Wasser sind?**

Es ist besonders – mein Element, ich fühle mich wahnsinnig wohl. Kann abspannen und entspannen.

Valeska Fuhlenbrok

Schwimm-Weltmeisterin Franziska van Almsick ist Botschafterin der Kampagne ‚Deutschland schwimmt‘. Gemeinsam mit Disney möchte sie diesen Sommer ein Zeichen setzen und alle für das Schwimmen begeistern.





## Mit der Lipomassage zur Strandfigur – wirkt dort, wo Sport und Diät an ihre Grenzen stoßen.

Fast jede Frau hat ihre Problemzonen und ist genervt von Fettpolstern, Cellulite, Schwangerschaftsbauch oder Reiterhosen. Besonders frustrierend ist es, wenn sich trotz gesunder Ernährung und regelmäßigem Fitness-Programm einfach kein Erfolg abzeichnen will. Viele Frauen lehnen dennoch invasive Eingriffe wie Fettabsaugungen ab – aus Risikogründen und weil eine dauerhafte Wirkung nicht garantiert ist.

Die Lipomassage ist da als Alternative ein echter Segen! Sie wirkt zu 100% auf natürlicher Basis. „Die Ergebnisse, die innerhalb weniger Wochen erzielt werden, überraschen uns immer wieder“, so HautKultur-Chefin Soraya Hajibigli. Dabei überzeugt ganz besonders die Wirkungsweise. Die motorisierte Knet-Roll-Massage stimuliert die körpereigenen Zellen dazu, die resistenten Fettzellen abzubauen. Gleichzeitig wird die Produktion

von Kollagen und Elastin angekurbelt, die als Stützfasern für die Festigkeit und Elastizität der Haut zuständig sind.

Durch den Abbau der Fettpolster wird die Figur geformt und bekommt wieder eine harmonische Silhouette. Cellulite wird deutlich gemindert oder verschwindet ganz. Die Haut wird glatter, straffer und wirkt jünger – auf natürliche Weise und das ganz ohne Nebenwirkungen.

Damit der Strandfigur nichts mehr im Wege steht, empfiehlt HautKultur parallel zur Lipomassage-Kur von 11 Behandlungen (2 bis 3 pro Woche) Sport sowie gesunde Ernährung mit viel grünem Gemüse, Eiweiß, gesunden Fetten und wenig Kohlenhydraten. 1 Anwendung, idealerweise, alle 2 bis 4 Wochen sorgt für eine langanhaltende Wirkung.

**Vereinbaren Sie jetzt einen Termin mit uns. Wir freuen uns darauf, Sie auf Ihrem Weg in einen wunderschönen Sommer zu begleiten.**





it Parkschein oder  
ewohnerparkaus-  
weis für Zeite 29  
9-24 h

Foto: Miguel Hahn



# „Datenschutz ist

„Daten sind das Öl des 21. Jahrhunderts“ – das ist der Titel des Vortrags, den der **Berliner Autor und Politiker Malte Spitz** am 24. August auf Kampnagel hält. Wir fragten den 32-Jährigen, ob wir **zu lasch mit Datensicherheit** umgehen.

**Alster Magazin: Sie setzen sich seit Jahren für den Datenschutz ein. Fühlen Sie Resignation, wenn, wie aktuell, Millionen von Menschen mit Spielen wie Pokémon Go ihre Daten freiwillig preisgeben?**

Malte Spitz: Datenschutz bedeutet nicht Verzicht, sondern informationelle Selbstbestimmung. Ich streite dafür, dass die Menschen wissen, was mit ihren Daten passieren kann, wenn sie solche Apps herunterladen. Und ich kämpfe gegen die Praktiken vieler Unternehmen und Staaten, die unsere Daten weitergeben, mit anderen Daten vermischen, um umfassende Personenprofile zu erstellen, und unsere Daten nicht ordentlich schützen. **Selbst Jahre nach den Snowden-Enthüllungen und etlichen katastrophalen Datenlecks scheinen Themen wie Datenschutz, Vorratsdatenspeicherung etc. noch immer nicht in den Köpfen vieler Menschen angekommen zu sein. Wie kann man das ändern?** Die Sensibilität vieler Menschen ist gestiegen, leider ist aber die Bequemlichkeit noch nicht

„Deutschland hat den digitalen Wandel verschlafen“, sagt Malte Spitz.

## Schmerzfrei und wunschlos glücklich Neue Lebensqualität durch Zahnimplantate!

- wir bieten die Gesamtheit der Zahnheilkunde aus einer Hand und unter einem Dach
- **Kompetenz und langjährige Erfahrung** durch zahlreiche Implantationen
- Zahnimplantate made in Germany - **modernste Implantate aus Titan**
- **24-Std.-Betreuung** nach Implantatbehandlung

**Dr. Z**  
Zähne gut,  
alles gut!

Zahnmed. Zentrum Dr. R. Zolmajd  
Jungfernstieg 41-42, 20354 Hamburg  
[hamburg.doktor-z.net](http://hamburg.doktor-z.net)

**Jetzt Termin vereinbaren!**  
☎ 040 350 171 40



Oralchirurg Dr. R. Zolmajd



sexy“

gewichen. Wir sind bisher nicht bereit für Datenschutz und Datensicherheit auch zu bezahlen oder dafür Zeit zu investieren. Wir geben 100 Euro für einen Fahrradhelm aus, Tausende Euros für die Sicherheit unserer Häuser. Die große Mehrheit ist aber

nicht bereit, für einen Euro pro Monat eine sichere Mailadresse zu bestellen. Die Bundesregierung ist mit der Wiedereinführung der Vorratsdatenspeicherung und der Verweigerung der Modernisierung des Datenschutzes auch kein Vorbild. Wir brauchen Aufklärung, die Möglichkeit Selbstbestimmung zu leben, sicherere Angebote und ein Ende unserer eigenen Bequemlichkeit. Datenschutz und Datensicherheit sind sexy.

**Wie würden Sie diejenigen unserer Leser, die Datenschutz nicht so wichtig finden, dazu animieren, sich Ihren Vortrag auf Kampnagel anzuhören?**

Auf Kampnagel werde ich darüber diskutieren, welche Auswirkungen die Digitalisierung und Verdichtung unserer Gesellschaften haben werden. Der Einfluss wird größer sein als der von Ö1 auf das 20. Jahrhundert. Alle Lebensbereiche werden betroffen sein, egal ob Pflege, Mobilität oder Bildung. Es betrifft uns alle. Ich habe den Anspruch unsere digitale Zukunft positiv für das Gemeinwohl zu gestalten und an der Diskussion sollte jeder interessiert sein, ganz egal in welcher Filterblase man sich bewegt.

**Generell gilt in Deutschland das Internet für viele auch**

**einflussreiche Personen selbst Jahrzehnte nach seiner Entwicklung noch als „Neuland“. Glauben Sie, dies wird Deutschland auf längere Sicht wirtschaftlich schaden?**

Deutschland hat den digitalen Wandel verschlafen und wacht erst langsam auf. Vermutlich blieben eine Billion Euro an möglichen Unternehmenswerten liegen, weil sowohl die Politik als auch die Wirtschaft zu ängstlich und oft auch blind waren. Die Voraussetzungen mit unseren Hunderttausenden Informatikern, Ingenieuren und Technikern waren gegeben, gerade bei Themen wie Mobilität, Energie und Gesundheit führend zu sein. Stattdessen schauen wir immer noch zu oft zu, machen, was andere machen, und packen es zu zögerlich an. Aus Angst vor Fehlern oder dem Ungewissen wagen wir viel zu selten etwas Neues. Mit meiner neuen Arbeit zu Daten und Ö1 will ich diese Ängste nehmen und neue Gestaltungsmöglichkeiten aufzeigen, auch basierend auf den Erfahrungen, die wir aus dem Umgang mit Ö1 ziehen können.

*Christian Luscher*

## Buch und Vortrag:

Der Berliner Autor, Aktivist und Grünen-Politiker Malte Spitz lebt mit seiner Frau und seinen Kindern in Berlin. Derzeit ist er Bucerius Lab Fellow der ZEIT-Stiftung. Sein Buch „Was macht ihr mit meinen Daten?“ ist 2014 bei Hoffmann & Campe erschienen. Infos zur Veranstaltung und Anmeldung via [kampnagel.de](http://kampnagel.de)



# Wir sind für Sie da.



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



MDK-Ergebnis  
2 0 1 5  
**Sehr gut**  
(1,2)

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

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

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

Gast- und Krankenhaus, Hinsbleek 12, 22391 Hamburg  
Tel. 040 606894-0, [info@gast-und-krankenhaus.de](mailto:info@gast-und-krankenhaus.de), [www.gast-und-krankenhaus.de](http://www.gast-und-krankenhaus.de)

Ab sofort - Muster-Küchen-Abverkauf:  
**SPAREN SIE JETZT BIS ZU  
10.000 €!**

**WIR BRAUCHEN PLATZ FÜR MESSENEUHEITEN!**  
Besuchen Sie jetzt unsere Ausstellung und sichern Sie sich Ihren günstigen Vorteilspreis, 0%-Finanzierung möglich!\*

\* Sonderpreis auf einzelne Ausstellungsstücke solange verfügbar  
\*\* Bonität vorausgesetzt

**40** QUALITÄT BESTEHT!  
**meyerKÜCHEN**  
Lübecker Strasse 101 • 22087 Hamburg • Tel: 040 - 35003910  
[www.meyer-kuechen-hamburg.de](http://www.meyer-kuechen-hamburg.de)

**GARANT. KÜCHEN AREAL**

[www.alster-net.de](http://www.alster-net.de)



Anneke Mohn schreibt in ihrem Roman „Unter einem Dach“ über das chaotische, kummervolle aber auch fröhliche Leben in einer Patchworkfamilie.

Vom **Scheitern** zum

# Happy End

Foto: Sabrina Adeline Nagel



## SOFORTFOTO?

Finden Sie zum günstigen Dauerpreis in Ihren dm-Märkten in Hamburg:

- Eppendorfer Landstraße 108 / Eppendorfer Marktplatz
- Winterhuder Marktplatz 8



HIER BIN ICH MENSCH  
HIER KAUF ICH EIN



**Patchworkfamilien** – jeder kennt welche oder lebt selbst in einer. Dieses Modell ist verbreitet wie nie. Die **Eppendorfer Autorin Anneke Mohn** lässt in ihrem Roman „**Unter einem Dach**“ alle Parteien zu Wort kommen und schildert humorvoll die Herausforderungen.

Jill, die Jugendliebe, mit der Mattis einen Sohn hat, Maren, die Ehefrau mit den zwei gemeinsamen Töchtern und Dana, die neue (und jüngere) Freundin – das sind die drei Protagonistinnen in „Unter einem Dach“. Was für manche vielleicht absurd klingt, ist für viele Menschen bereits Realität. Denn nach dem Bericht „Stief- und Patchworkfamilien in Deutschland“ sind 7-13 % der Familien Patchworkfamilien – und der Anteil steigt. Anneke Mohn dazu: „Man darf natürlich nicht denken, dass es leicht ist, nur weil es weit verbreitet ist. Aber es ist natürlich eine Erleichterung, dass es nicht mehr so ist wie in den 70ern, wo man das einzige Scheidungskind in der Klasse war und es den Unterschied zwischen zerrütteten und heilen Familien gab.“ Doch wie geht man mit der ungewohnten Situation am besten um? Anneke Mohn spricht aus Erfahrung, denn der Vater ihrer Tochter brachte bereits Kinder mit in die Beziehung. Nach der Trennung war sie lange alleinerziehend und ist gerade frisch verheiratet mit einem Mann, der keine Kinder hat. „Das Ganze steht und fällt mit den Kindern, die Kinder ernst nehmen, zuhören und mit ihnen reden. Aber auf gar keinen Fall aus einem schlechten Gewissen heraus die Kleinen verwöhnen, mit Geschenken überhäufen etc. Das richtet nur mehr Schaden an, als es irgendetwas gut macht.“ Im Roman kommen alle Beteiligten mit ihren Sorgen und Ängsten zur Sprache. „Ich wollte alle Perspektiven zeigen“, so Mohn. „Auch die dunkle Seite gehört dazu, das Scheitern,

die Trauer und nicht nur die bunte happy Chaos-Familie.“ Wichtig sei es zu wissen, dass man es nicht allen recht machen kann und man seine Wünsche offen äußern sollte. Vertrauen und „ein starkes Paar im Zentrum“ seien entscheidend für das Gelingen des Patchwork-Experiments. „Unter einem Dach“ spielt zum großen Teil an der Alster, „meine Viertel“, berichtet Anneke Mohn nicht ohne Stolz. „die Märkte, kleinen Läden und Cafés – es lebt sich einfach schön hier! Und es spielt natürlich auch eine Rolle, dass hier sämtliche Familienformen vorhanden sind.“ Wie steht es denn um die Pläne zum vierten Buch?

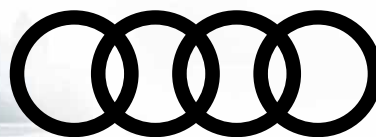
„**Habt kein schlechtes Gewissen!**“

„Es kommen tatsächlich schon die ersten Ideen, aber jetzt stehen erst mal Flitterwochen an“ erzählt sie strahlend. „Das ist auch ein bisschen der Geist, den dieses Buch mitträgt, es kann eben ein ‚Happy End‘ geben. Ich war lange alleinerziehend, nach einer Trennung ist man ja ein gebranntes Kind, deshalb ist es jetzt umso schöner!“

Milena Kettner

**BUCHTIPP:**

Anneke Mohn: „Unter einem Dach“, Rowohlt Taschenbuch Verlag, 320 Seiten, 9,99 Euro. Erschienen im Juli 2016.



**Der Audi A3 Sportback. Jetzt günstig finanzieren.**

Ein Audi A3 Sportback Finanzierungsangebot:  
z. B. **Audi A3 Sportback 1.0 TFSI, 6-Gang\***.

Audi music interface, Außenspiegel elektrisch einstell- und beheizbar, Einparkhilfe hinten, Mittellarmlehne vorn

Ein Angebot der Audi Bank, Zweigniederlassung der Volkswagen Bank GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasingvertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Bonität vorausgesetzt. Angebot gültig 31.08.2016. Abgebildete Sonderausstattungen sind im Angebot nicht unbedingt berücksichtigt. Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes. \*Kraftstoffverbrauch l/100 km: innerorts 5,7; außerorts 4,1; kombiniert 4,7; CO<sub>2</sub>-Emissionen g/km: kombiniert 108-107; Effizienzklasse A. Angaben zu den Kraftstoffverbräuchen und CO<sub>2</sub>-Emissionen sowie Effizienzklassen bei Spannweiten in Abhängigkeit vom verwendeten Reifen-/Rädersatz.

**€ 199,-**  
monatliche  
Finanzierungsrate

Leistung: 85 kW (116 PS)  
Fahrzeugpreis: € 25.075,-  
Nettodarlehensbetrag: € 19.472,22  
inkl. Überführungskosten  
und zzgl. Zulassungskosten  
Sollzinssatz (gebunden) p.a.: 3,83 %  
Effektiver Jahreszins: 3,90%  
Vertragslaufzeit: 48 Monate  
Laufleistung p. a.: 10.000 km  
Darlehenssumme: € 21.939,05  
Schlussrate: € 12.387,05

[www.audizentrum-hamburg.de](http://www.audizentrum-hamburg.de)  
**Audi Hamburg GmbH**

Audi Zentrum Hamburg  
Kollastraße 41-63, 22529 Hamburg, Tel. 040 / 54800-0

**WIR sind Audi**   
**in Hamburg**  
[audizentrum-hamburg.de](http://audizentrum-hamburg.de)





Mit 15 nahm Guido Höper bei einem Workshop mit Samy Deluxe und Beatboxer Alberto teil. Mittlerweile ist er Beatbox-Dozent an der Hip Hop-Academy Hamburg.

# Erzieher mit Beat!

Der Uhlenhorster **Guido Höper** ist einer der coolsten **Erzieher**, denn der 28-Jährige arbeitet als einer der wenigen Männer in der Ganztagsbetreuung, ist einer der begabtesten deutschen Beatboxer und Dozent an der **Hip Hop-Academy Hamburg**. Wir sprachen mit dem vielseitigen Talent.

*Alstertal Magazin:* **Wann hast du mit Beatboxen angefangen?**

**Guido Höper:** In meiner Jugend durch die alten Freunde aus Lemsahl. Ich habe eine Aufnahme von Rahzel (der bekannteste US-Beatboxer, Anm. d. Red.) gehört und war sofort geflashed.

**Kann jeder Beatboxen?**

Ja, jeder kann Beatboxen lernen.

**Wieso bist du Erzieher geworden?**

Dieser Berufswunsch kam mir erst in den Sinn, als ich meinen Zivildienst absolvierte - Hausmeister in einem Kindergarten. Dort fragten mich die Erzieher manchmal, ob ich ihnen helfen könne. Die Arbeit mit den Kindern war cool und hat mir sehr viel Spaß gemacht.

**Wieso haben wir so wenig männliche Erzieher?**

In Hamburg ist die Quote an Erziehern ziemlich hoch. Das liegt unter anderem an der tollen Kampagne 'Vielfalt, MANN! Dein Talent für Hamburger Kitas', die drei Jahre lang lief. Die hat schon einiges bewirkt, so dass wir teilweise mehr Bewerber als Plätze hatten. In Bayern dagegen liegt der Männeranteil weit darunter. Im Süden von Deutschland ist es gesellschaftlich noch nicht so akzeptiert wie hier im Norden.

**Warum ist es wichtig, dass Männer auch in die Betreuung einbezogen werden?**

Für Kinder ist es prinzipiell wichtig ein männliches Vorbild zu haben. Dabei ist es egal, was für ein Typ Mann du bist. Ob schwul, oder kein Fußballer - Hauptsache es sind emotional intelligente Männer. Besonders bei Kindern, die ohne Vater aufwachsen, spüre ich das Bedürfnis oder die Freude darüber, dass ich in deren Leben bin, umso mehr.

**Was versuchst du, deinen Kindern beizubringen?**

Ich möchte ihnen nicht die Welt erklären. Sie sollen lernen, alles zu

hinterfragen. Ich selber habe auch Probleme damit, Regeln einzuhalten, wenn ich den Sinn dahinter nicht verstehe. Und sie sollen lernen, spontan und selbstbewusst auf bestimmte Situationen zu reagieren.

**Kannst du das Beatboxen in deine Arbeit als Erzieher integrieren?**

Auf jeden Fall. Ein Jahr lang durfte ich für den paritätischen Wohlfahrtsverband und dem damaligen Verein von Samy Deluxe 'Crossover e.V.' von Kita zu Kita fahren, um mit den ganz Kleinen komische Geräusche zu machen. Das Projekt lief so gut, dass ich mich entschieden habe die nächsten Jahre selbstständig als Beatboxer zu arbeiten, bis ich mir an einer Grundschule in Wandsbek eine Festanstellung gesucht habe.

**Wieso wolltest du schlussendlich in eine Festanstellung?**

Jeden Tag gesundes Essen, inspirierende Kids und eine schon bezahlte Krankenversicherung haben mich dazu verleitet. *Valeska Fuhlenbrok*

Bei den Beatboxmeisterschaften 2011 in Berlin schaffte es Guido Höper unter die ersten Acht.

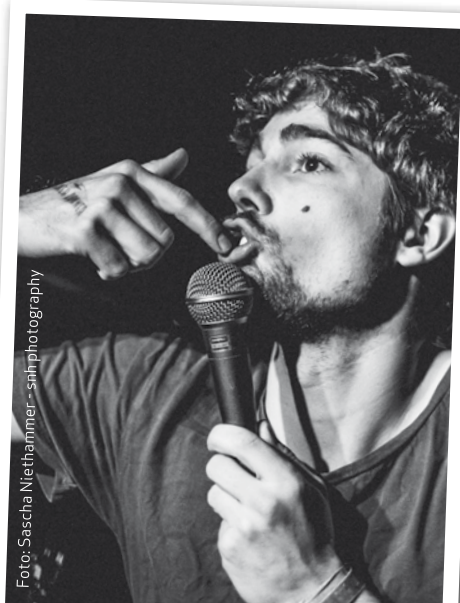


Foto: Sascha Niehammer - smhphotography



# In guten Händen bei B!aesthetics



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

## HYALURONSÄURE

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

## RADIESSE® FACELIFT

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

## DIE FETTWEGSPRITZE

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

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

## BOTOX & CO.

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



## ULTHERAPY®

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



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



Foto: Sophia Mahmert

Die Autorinnen Anna Weilberg, Lisa van Houtem und Katharina Charpian (v.l.) beim Launch ihres Buches „Hamburg for Women only“.

# Hamburg nur für Frauen?

DIE WÄSCHEREI  
Das Möbelhaus

## DIE WÄSCHEREI

WWW.DIE-WAESCHEREI.DE

f t y g+ v i p

↓



Das Wäscherei-Restaurant / Hamburgs schönste Sommerterrasse



ACCESSOIRES



LEUCHTEN



MODE



Sofa LATIANO 999,-



SUMMER SALE %



WÄSCHEREI KUNDENKARTE

MY MEXIKO

WÄSCHEREI OUTLET-STORE  
*Möbel, Lampen, Tequila*

MEXIKORING 27

EINZELSTÜCKE  
TOTAL REDUZIERT!

899,-



×

SofaKombi AMINE

799,-



×

Sofa CASTLE



Die drei **Hamburgerinnen** Katharina Charpian, Lisa van Houtem und Anna Weilberg haben den ersten **Hamburg Guide** „only for Women“ verfasst! Wir trafen die Drei beim Launch ihres neuen **Buches** „Hamburg for Women only“ und fragten u.a. nach, was ihre Anreize waren.

**A**lster Magazin: **Wie seid ihr dazu gekommen einen Reiseführer für Frauen in Hamburg zu schreiben?**

**Lisa van Houtem:** Wir wurden tatsächlich klassisch als Autorenteam vom Verlag angefragt. Wir sind alle drei Journalisten. Vor einem Jahr haben wir uns mit dem Blog femtastics.com selbstständig gemacht. Auf diesem Blog schreiben wir über Frauenthemen. So wurde der Verlag auf uns aufmerksam.

**Katharina Charpian:** Wir machen viele Homestories und große Interviews mit Frauen, daher passte das wirklich gut. Und ich denke, der Design-Faktor hat auch eine große Rolle gespielt.

**Ist denn eine von euch besonders designaffin?**

**Anna Weilberg:** Eigentlich sind wir das alle drei. Uns interessiert die kreative Arbeit von Leuten, die eigene Labels haben oder kreativ etwas Tolles auf die Beine stellen.

**K. C.:** Zudem sind wir viel auf Instagram und generell auf den Social Media-Kanälen unterwegs. Aber auch offline natürlich. Wir schauen oft in diversen Stores vorbei.

**Wie habt ihr euch die Arbeit der Kapitel aufgeteilt?**

**A. W.:** Das hat sich sehr schnell und spontan durch Interessen und Kontakte, die wir haben, ergeben. Lisa hat beispielsweise viele Kontakte in die Kunst-, Event- und Kultur-Branche, ich habe ein ausgeprägtes Gastro-Interesse und Katharina interessiert sich sehr für den Modebereich.

**Woher habt ihr eure Inspiration genommen?**

**K. C.:** Zum einen kennen wir die Stadt mittlerweile relativ gut, zum anderen bekommen wir schnell mit, wenn etwas neu aufmacht. Aber wir waren zusätzlich auch in gewissen Vierteln unterwegs, haben geschaut, was auch in den Seitenstraßen passiert. Mal ein bisschen weg von dem klassischen Schulterblatt und der City.

**K. C.:** Viele Leute kennen wir aber auch persönlich. Sei es eine Designerin oder eine Shop- oder Barbesitzerin.

**Wieviel Geld benötigt man für einen tollen Tag in Hamburg und das eine oder andere Souvenir?**

**A. W.:** Ich denke, im Buch ist für jedes Budget etwas dabei. Wir haben Designer-Kunst für Tausende Euros, die man entdecken kann, aber auch kleine Shops, wo man Souvenirs kaufen kann.

**L. v. H.:** Wir haben aber auch tolle Ausflugsziele, für die du kein Geld benötigst. Zum Beispiel kann man sich in den Park Fiction setzen, auf die Rollschuhbahn gehen oder mit dem HVV-Ticket für 2,20 € nach Övelgönne fahren und sich an den Strand legen.

vff/ju



**BUCHTIPP**

Egal ob Sie Hamburg erstmals erkunden oder vielleicht für sich neu entdecken möchten, der **Hamburg-City Guide „Hamburg for Women only“** beinhaltet tolle, interessante Ausflugsziele, Tipps und stellt u.a. Designerinnen und Köchinnen vor, die ihre Geheimtipps preisgeben. Veröffentlicht durch den **Brandstätter Verlag**, 208 Seiten, broschiert, 24 Euro.



**droste**

markisen·rollläden·jalousien·terrassendächer

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

filialen: eppendorfer weg 260  
tel.: 040 - 300 607-20

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

[www.markisen-droste.de](http://www.markisen-droste.de)



FACHBETRIEB  
Rolladen- und  
Sonnenschutz-  
techniker-  
Handwerk

**IKON ROLF KAPPLER EINBRUCHSCHUTZ KESO**

Montagefestpreise in ganz Hamburg

90 Fachbetrieb seit 1922

ASBUS Alarmanlagen

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

Eppendorf ☎ 46 46 22 • Volksdorf ☎ 6 03 03 90

Notdienst bis 22 Uhr ☎ 0163 - 4 60 780 0

[www.kappler-einbruchschutz.de](http://www.kappler-einbruchschutz.de)

**HEIDELBEEREN**

**Hof Soltau**

Gut zu wissen, was man isst!

Ab sofort täglich frische Heidelbeeren

Meienfelde 2  
Stenwarde/Barsbüttel  
Telefon 040/710 6534  
[www.spargel-heidelbeeren.de](http://www.spargel-heidelbeeren.de)

Öffnungszeiten:  
Mo - Fr 9 - 18,30 Uhr  
Sa 9 - 16 Uhr  
So 9 - 13 Uhr





Gastredner Prof. Dr. Dr. Hermann Reichenspurner (2. v.l.) mit den beiden Gastgebern der Haspa Michael Bolte (r.) und Moderator Wolfgang E. Buss.



# Erste „Alster-Lounge“ mit Prof. Dr. Dr. Reichenspurner

Es ist einer der schönsten Plätze Hamburgs: Das Clubhaus des feinen NRV an der Alster. Zur ersten **ALSTER-Lounge** trafen sich ausgesuchte Persönlichkeiten der Stadt zum Talk mit einem der bedeutendsten Herzchirurgen unserer Zeit: **Prof. Dr. Dr. Reichenspurner**.

**E**ingeladen hatte die Hamburger Sparkasse zum Start des neuen Formats „ALSTER-Lounge“. Mit dem Untertitel „HAMBURGER BEGEGNUNGEN“ trifft Verleger und Publizist Wolfgang E. Buss jeweils herausragende Persönlichkeiten der Zeit zu einem Talk. In ihrer Begrüßung hoben die Haspa-Direktoren Michael von Lützow und Arent Bolte die Bedeutung des UKE-Chirurgen Prof. Reichenspurner für die Stadt Hamburg hervor, der unserer Stadt international medizinisch zu Weltrang verholfen hat. Wolfgang E. Buss sprach mit dem berühmten Herzchirurgen über dessen Leben und Wirken (siehe nächste Seite). Umrahmt wurde der Event von der unvergleichlichen Atmosphäre des neuen Clubhauses des NRV (Norddeutscher Regattaverein) in der Uhlenhorster Fährhausstraße, direkt an der Alster. Ein Grillbuffet mit kleinen Köstlichkeiten und guten Weinen rundeten den inspirierenden Abend der Begegnungen harmonisch ab.

*Fortsetzung auf Seite 24*



Bernd, Anja und Julia Glathe von Auto Wichert mit Jürgen Deforth, GF Audi Zentrum Hamburg (v.l.)







Dr. Andreas Gent, Vorstandsmitglied der Hanse Merkur und Haspa-Vorstand Bettina Poullain



Unternehmer Martin Kolbe mit seinem Sohn Maximilian



Leo Eckstein, CEO MeridianSpa mit Melinda Szöke



Unternehmerin Hourvash Pourkian und Unternehmer Hans-Christian Friedman

**Music Rocks!**

Welthits aus **CHICAGO RENT MAMMA MIA JAMES BOND** u.a.

**ROBERTA VALENTINI  
YNGVE GASOY-ROMDAL**

MUSIC ROCKS CHOR  
EUROPÄISCHE KAMMERPHILHARMONIE & BAND  
GESAMTLEITUNG: DORIS VETTER

**JETZT TICKETS SICHERN!** Tickets: Tel. 0157-3394 8691  
[www.music-rocks.de](http://www.music-rocks.de) [www.ticketmaster.de](http://www.ticketmaster.de)

Fr 09.09. Buxtehude Halepagnenbühne  
So 11.09. Hamburg Laeiszhalle **Jeweils 19.30 Uhr**

[www.footinmotion.de](http://www.footinmotion.de)

**footinMotion®**  
Ihr Fußexperte

- individuelle Einlagen, speziell für Ihre Sportart
- elektronische Fußdruckmessung
- Erstausrüster der neuen Bauerfeind Bandagen „Sports Support Line“



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





**Interview**  
mit Prof. Dr. Dr.  
Reichenspurner

Prof. Dr. Dr. Hermann Reichenspurner (l.) sprach mit Wolfgang E. Buss über Organspende, Menschenleben und Musik im OP-Saal.



**Wolfgang E. Buss: Wenn Sie zurückschauen, wie viele Herzen haben Sie in Ihrem Leben schon operiert?**

**Prof. Dr. Dr. Hermann Reichenspurner:** Das weiß ich nicht so ganz genau, aber es müssten mittlerweile so zwischen 3.500 und 4.000 sein.

**Wie viele Transplantationen sind dabei?**

Ungefähr 300. Der Jüngste war vor zehn Tagen ein sechsjähriger Junge, dem es Gott sei Dank sehr gut geht.

**Wie viele Menschenleben haben Sie gerettet?**

Das hört sich immer so dramatisch an. Ich glaube ja, dass alle Mediziner versuchen, das Beste für ihre Patienten zu erzielen. Tatsächlich ist es in der Herzchirurgie so, dass man natürlich so ein bisschen an der Grenze operiert, aber die Erfolgsrate ist schon sehr hoch. Wir haben Gesamtrisiken von vielleicht 2-3 Prozent.

**Bei Operationen lassen Sie Musik von Bach laufen?**

Bei einer schwierigen Operation ist es tatsächlich so, dass ich mir etwas mitnehme, weil ich mich da am besten konzentrieren kann. Aber ansonsten, ganz ehrlich, läuft in der Regel irgendwie Klassikradio oder irgendwas. Sehr zum Leidwesen meiner Mitarbeiter!

**Wenigstens der Patient ist ja in Narkose und merkt nichts.**

Aber ich glaube schon, dass Musik sehr wichtig ist. Ich bin groß geworden, da war bei Chirurgie und vor allem Herzchirurgie alles total angespannt im OP, auch unter den Operateuren. Ich fand das fast unangenehm. Konzentration ist wichtig, aber man muss die Spannung rausnehmen.

**800 Menschen warten auf ein neues Herz. Die Technik gäbe es inzwischen her. Aber uns fehlen Spenderherzen. Wie kommt das?**

Der Grund ist relativ einfach. Der Mensch beschäftigt sich nicht gerne mit seinem Tod. Die Österreicher haben sich schon vor Jahrzehnten ein einfaches Prinzip überlegt: Jeder ist Organspender, außer er wider-

spricht. Die so genannte Widerspruchslösung. Die funktioniert da sehr gut, die Wartezeiten sind weniger lang, die Spanier haben das gleiche Modell, die Belgier auch. In Deutschland ist das politisch nicht umsetzbar. Die Deutschen haben da immer noch mit ihrer Vergangenheit. An zweiter Stelle ist

ein recht gleichwertiger Grund, dass die Organspende sehr umständlich ist und auch mit Kosten verbunden. Die Krankenhäuser stehen heute unter einem extremen wirtschaftlichen Druck, sodass die Organspende bei vielen Häusern nicht beliebt ist. Die Dunkelziffer von Organspendern, die aus diesem Grunde nicht gemeldet werden, ist deshalb relativ hoch in Deutschland. Es gibt Länder, die das professionell gelöst haben: Spanien hat dreieinhalb mal so viele Organspender wie Deutschland.

Zusätzlich zur Widerspruchslösung haben sie an jedem Krankenhaus vom Staat sogenannte Transplantationskoordinatoren eingesetzt, die sofort, wenn ein potentieller Organspender da ist, sichergehen, dass der gemeldet wird. Das wird leider Gottes hierzulande politisch zu wenig verfolgt. Das Bundesamt für gesundheitliche Aufklärung, das eigentlich zuständig ist für die Organspende, macht manchmal ein paar Seiten in einer Illustrierten: „Ich bin für Organspende“ und so. Aber das genügt doch in der heutigen Welt nicht! Sie müssen in die Schulen gehen, Sie müssen in die Unis gehen, Sie müssen in die sozialen Netzwerke. Wann hat irgendjemand von Ihnen auf Facebook oder Twitter jemals etwas über Organspende gesehen? Da müsste viel mehr gemacht werden.

” ICH GLAUBE JA, DASS ALLE MEDIZINER VERSUCHEN, DAS BESTE FÜR IHRE PATIENTEN ZU ERZIELEN.



# M-POINT talkt!

**DieReiser – Schauspielerin und Sprecherin.**

**Die Frau, die Frauen kennen sollten!**

**Alster Magazin: Frau Reiser, was macht eine Schauspielerin in einem Unternehmernetzwerk?**

**Manuela Reiser:** Stimmung! (grinst) Bei M-POINT finde ich Unternehmer, die in meinen ungewöhnlichen Geschäftsideen das Potential erkennen.

**Aha, wie ungewöhnlich ist denn ungewöhnlich?**

Da ist vor allem mein Diva-Training. Ich begleite Frauen dabei, die Frau in sich wieder zu entdecken, die vielleicht im Alltag, in der Routine verloren gegangen ist. Mit all ihren Facetten und Talenten. Ein Magnet für ihr Glück, voller Selbstliebe und Selbstbewusstsein, attraktiv und anziehend.

**Oh Gott, das gibt doch Zickenkrieg bei lauter Diven.**

(lacht) Gott ist das passende Stichwort. Diva kommt von di-

vus, d.h. göttlich. Eine Diva ist für mich ein Synonym für Selbst-Bewusst, sinnlich, in voller Kraft, weiblich. Die Frau also, die sich fast (lacht) jeder Mann wünscht.

**Und wie geht so ein Diva-Training?**

Dieses Jahr gibt es ein besonderes Projekt. Unter dem Titel: „La dolce Diva“ biete ich mit KooperationspartnerInnen aus dem Netzwerk vier tolle Erlebnis-Abende an. Von August bis November feiern wir die Einzigartigkeit der Frauen und bieten spannende Themen an, mit denen sie ihre Schönheit, ihr Selbstbewusstsein und ihr Charisma zum Vorschein bringen können. Mit Cornelia Wolf von active life concept zeige ich den Frauen, wie mit einfachen Tricks ein gutes Körpergefühl entsteht. Mit dem Karate-Weltmeister Maximilian Baden geht es um mehr Selbst-

bewusstsein bei seinem Selbstverteidigungstraining. Für die weibliche Ausstrahlung habe ich mich mit einer Burlesque-Tänzerin zusammen getan. Und zum Finale macht Ursula Heiligenberg fit für den glamourösen Auftritt auf dem roten Teppich. **Das klingt ja grandios. Und wie genau geht es jetzt weiter?**

Ganz einfach, unter [www.diereiser.de](http://www.diereiser.de) gibt's Details und die Anmeldung.

Foto: Christine Henke Fotografie

Feiert beim Diva-Training die Einzigartigkeit der Frauen: DieReiser.



Mehr über  
M-POINT  
erfahren:  
[www.mpoint.biz](http://www.mpoint.biz)



**TAVAGROUP**  
Consulting | Real Estate | Partner

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!



## Anlageberatung

Niedrige Zinsen und schwankende Investmentmärkte sind Themen, die jeden Depotinhaber aktuell bewegen.

Zu unseren Beratungen und Dienstleistungen gehören:

- Kostenlose Überprüfung der Anlage- und Vermögensstruktur
- Kostengünstige Depotbanken
- Transparente und zuverlässige Abwicklung
- Monatliche Marktberichte und Vermögensaufstellung
- Neukunden erhalten eine max. Wechselprämie in Höhe von 800 €

## Finanzierung

Das niedrige Zinsumfeld am Kapitalmarkt hält weiter an. Verwirklichen Sie jetzt Ihren Traum vom Eigenheim.

Wir helfen Ihnen dabei:

- Wir übernehmen für Sie einen Marktvergleich von über 300 Banken und Versicherungen in Deutschland
- Einbindung staatlicher Förderung
- Langfristige Zinsabsicherung
- Individuelles Finanzierungs-konzept
- Fair und transparent

## Immobilien

Da der Immobilienmarkt in den letzten Jahren einen großen Wandel durchlebt hat, schaffen wir Klarheit im Immobilienbereich.

Unser Leistungspaket für Sie:

- Beratung und Bestandsaufnahme
- Mietpreis- und Wohnmarktanalyse
- Exposé Erstellung
- Kostenlose Immobilienbewertung
- Immobilienpräsentation im Internet
- Anfragemanagement, Vorauswahl von Interessenten
- Vertragsverhandlungen – Vorbereitungen, Begleitung zum Notar, Ämtern und der Übergabe

TAVAGROUP • Ramskamp 71-75 • 25337 Elmshorn • T 04121 5780 57-0  
Harksheider Straße 3 • 22399 Hamburg • T 040 6116 794-0 • [tava-group.com](http://tava-group.com)





All-on-4™ -  
Konzept

# Neue Zähne an einem Tag

In seiner modern eingerichteten Zahnklinik sorgt Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay mittels einer besonders schonenden Methode für ein neues Lächeln an nur einem Tag. Hier erläutert er die revolutionäre Technik.

„Dahinter steckt das so genannte All-on-4™-Konzept“, erläutert Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay, der seit Jahren mit seiner Zahnklinik Alstertal erfolgreich im Alstertal Einkaufszentrum in Poppenbüttel praktiziert. „Hierbei wird der Zahnersatz nur auf vier exakt platzierten Implantaten verankert.“ Millimetergenau werden zwei Implantate vorne und zwei etwas versetzt und abgewinkelt (anguliert) eingesetzt. Diese werden dann von dem Zahnersatz verbunden und zusätzlich stabilisiert. „Für diese Methode braucht man nicht nur jahrelange Erfahrung im Bereich der Chirurgie und Implantologie“, erklärt Prof. inv. Borsay. „Es wird auch modernste Technik benötigt.“ So verwendet Prof. inv. Borsay beispielsweise zur Planung digitale Volumentomografie, um den Kiefer exakt und dreidimensional im Voraus abzubilden. Dies gewährleistet, dass die Implantate später minimalinvasiv an genauestens berechneten Stellen eingesetzt werden können und das Provisorium schon während des Eingriffs parallel im eigenen Meisterlabor gefertigt werden kann. Eine enge Abstimmung während der Behandlung ermöglicht auch eventuelle Nachjustierungen. Der minimal invasive Eingriff geht dabei in der Regel weit weniger „blutig“ vonstatten als herkömmliche Operationen, wodurch in vielen Fällen auch der nachträgliche Wundschmerz und die Heilungsdauer beträchtlich reduziert werden können. Außerdem entfällt auch der Knochenaufbau vieler bisheriger Methoden, bei denen erst Knochenmaterial aus der Hüfte entfernt wurde, um es im Kiefer einzusetzen, was nicht nur mit erheblichem Zeit-, sondern auch mit Kostenaufwand verbunden war. Bei der All-on-4™-Technik hingegen kann der Patient in

vielen Fällen schon nach wenigen Stunden die Praxis mit festen Zähnen verlassen. Nach ca. sechs Wochen erhält er dann seine endgültigen Keramikzähne auf einem individuellen Titantag.

In der Praxis von Prof. inv. Borsay werden auch weitere Techniken angewendet, um mit möglichst schonenden Mitteln zu hochwertigem Zahnersatz zu kommen, etwa Sofort-Implantate, Stege und Teleskopkronen. Bei Patienten mit Zahnzusatzversicherung können sogar zwischen 50 und 80 Prozent der Kosten erstattet werden. Um die Behandlungsmöglichkeiten vorzustellen, die die neue Technik bietet, veranstaltet Prof. inv. Borsay für alle Interessierten übrigens regelmäßig unverbindliche und kostenlose Patientenseminare. Mehr Infos unter **Tel. 50 68 86 23** und auf **www.zahnklinikalstertal.de**.



Einsatz des hochwertigen Zahnersatzes



Einziges All-on-4®  
Kompetenzzentrum  
in Hamburg



Prof. inv.  
Dr. (H) Peter Borsay,  
geprüfter Experte  
der Implantologie  
(DGOI)

# ZAHNKLINIK ALSTERTAL im AEZ

Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay und Dr. Salehi

## PATIENTENSEMINAR

### ZAHNIMPLANTATE OHNE SKALPELL ODER BOHRER FESTE ZÄHNE AN EINEM TAG

Lernen Sie bei unseren kostenfreien Patientenseminaren verschiedene minimalinvasive Implantatlösungen (Laser, Piezo, 3D) oder das innovative Sofortversorgungs-Verfahren „Feste Zähne an einem Tag“ (All-on-4®) kennen.

Referent ist Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay, unser Spezialist für Implantologie (DGZI) mit mehr als 25 Jahren Erfahrung aus über 10.000 Implantationen.

Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit, Ihre Fragen direkt an den Referenten zu stellen.

**Minimalinvasive Zahnimplantate  
ohne Skalpell oder Bohrer**

**Feste Zähne an einem Tag**

#### Die Vorteile für Patienten

- ▶ Intraoral-Scanner:  
Abdruck mit einer Kamera,  
statt Abdruckmasse
- ▶ weniger Blutungen und Schwellungen
- ▶ bessere Wundheilung
- ▶ keine Nähte, keine Narben
- ▶ keine oder weniger Betäubung notwendig
- ▶ Implantatbettvorbereitung ohne Bohrer
- ▶ 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

## Unsere nächsten kostenfreien PATIENTENSEMINARE

Die Teilnehmerplätze sind begrenzt.

**Melden Sie sich zeitnah  
telefonisch oder per E-Mail an:**

- ▶ **Dienstag, 13. Sep. 2016, 18.00 Uhr**
- ▶ **Mittwoch, 14. Sep. 2016, 14.00 Uhr**
- ▶ **Donnerstag, 15. Sep. 2016, 18.00 Uhr**

**Telefon: 040 - 602 42 42**

**040 - 50 68 86 23**

**info@zahnklinikalstertal.de**





# Jumping Fitness jetzt auch im MeridianSpa

Ab aufs **Trampolin!** Jumping Fitness macht nicht nur **Spaß**, sondern auch **fit**. Noch **bis zum 29. September 2016** können Interessierte im MeridianSpa Wandsbek und Eppendorf sich selbst vom effektiven **Ausdauer- und Ganzkörpertraining** überzeugen. Das Besondere: Nicht-Mitglieder sind ebenfalls mit 12 Euro pro Kurs bei Anmeldung über [www.gymflow.com](http://www.gymflow.com) herzlich willkommen.

Ab dem 16. Juli 2016 bringt MeridianSpa, der Premium-Anbieter für Fitness, Wellness und Bodycare, das Kursformat Jumping Fitness ins Loft. Beim Power-Workout mit dem Trampolin werden mehr als 400 Muskeln gefordert, was die einstündige Fitness-Einheit zum perfekten Ausdauer- und Ganzkörperprogramm macht. Während des Trainings führen die Personen teils schnelle, teils langsame Sprünge, Schritte und Kombinationen aus der traditionellen Aerobic sowie aus dem Kraftsport stammende Moves aus – allerdings im Zusammenspiel mit der Schwerkraft. Dadurch ist Jumping Fitness, das seinen Ursprung in Tschechien hat, weitaus gelenkschonender als viele andere Formate. Darüber hinaus verbrennen die Teilnehmer ordentlich Kalorien und verbessern den Gleichgewichtssinn und die Koordinationsfähigkeit. Jumping Fitness ist übrigens dreimal effektiver als Joggen. Vor allem aber macht es glücklich. Beim Trampolinspringen werden Endorphine und Serotonin freigesetzt. Die Glückshormone des Körpers sorgen für gute Laune und für eine positive Sicht der Dinge. Das perfekte Mittel für mehr Power im Alltag.

Das energiegeladene Workout findet zunächst bis Ende September 2016 im MeridianSpa Wandsbek und Eppendorf statt.

#### Jumping Fitness für alle:

**MeridianSpa Wandsbek**, Wandsbeker Zollstraße 87-89  
**montags** (bis 26. September 2016) von 17.45 bis 18.45 Uhr  
**donnerstags** (bis 29. September 2016) von 11.15 bis 12.15 Uhr und  
 19.00 bis 20.00 Uhr  
**samstags** (bis 24. September 2016) von 11.00 bis 12.00 Uhr

**MeridianSpa Eppendorf**, Quickbornstraße 26  
**montags** (bis 26. September 2016) von 18.00 bis 19.00 Uhr  
**mittwochs** (bis 28. September 2016) von 18.00 bis 19.00 Uhr  
**donnerstags** (bis 29. September 2016) von 9.30 bis 10.30 Uhr

**Kosten:** Für Mitglieder innerhalb ihrer vertraglichen Nutzungszeit kostenfrei. Gäste zahlen 12 Euro pro Kurs bei Anmeldung über [www.gymflow.com](http://www.gymflow.com).

Weitere Informationen zum Angebot im MeridianSpa finden Interessierte auf [www.meridianspa.de](http://www.meridianspa.de).

So wichtig ist eine starke

## Fußmuskulatur



Mit den richtigen Spezialmaschinen B3/B4 lassen sich die tiefen Muskeln des Sprunggelenks effizient stärken und stabilisieren.

Umgeknickt, Bänder verletzt, danach instabile Fußgelenke und ein Körper, der seine sichere Statik einzubüßen droht – das ist ein Szenario, das viele Menschen nur allzu gut kennen. Ein gezieltes Training der Fußmuskulatur kann die verlorene Stabilität zurückbringen. Stabilisiert wird der Fuß durch die Muskeln des Unterschenkels um die untere Sprunggelenkachse – die Pronatoren und Supinatoren. Auf der Außenseite sind das insbesondere die Wadenbeinmuskeln. Und auf der Innenseite die tiefen Flexoren – vor allem der hintere Schienbeinmuskel und der lange Großzehenbeuger. Diese Muskeln in der Tiefe des Unterschenkels sind sehr schwierig zu trainieren, doch zwei neue Spezialmaschinen garantieren nun eine hocheffiziente Kräftigung. Ergebnis: Kontrolliertes Abrollen. Kürzere Reaktionszeiten. Besserer Schutz vorm Umknicken. Verletzungen und Operationen lassen sich durch die gezielte Kräftigung vermeiden. Senk-, Spreiz- und Plattfüße können zudem Beschwerden an Rücken, Hüfte und Knie verursachen. Eine Fußkräftigung vermag dann mit einer Stärkung des ganzen Körpers die Körperstatik wieder ins Lot zu bringen.



### Expertentipp von Tim Reinecke

Betriebsleiter des Kieser Training-Studios Winterhude und BA in Fitnessökonomie.

**KOSTENLOSES EINFÜHRUNGSTRAINING**

**DER MENSCH WÄCHST AM WIDERSTAND**  
#WIRSINDSTARK

*Werner Kieser, Gründer*

## MIT KIESER TRAINING ZU EINEM STARKEN KÖRPER

- Keine Fitnesstrends,** sondern physiologische Tatsachen
- Mit einem Trainingsprogramm,** das so individuell ist wie Sie
- Mit kompetenten Instruktoren,** die Sie gezielt anleiten

**Hamburg-Eimsbüttel**  
Kieser Training GmbH  
Heussweg 37d  
Telefon (040) 357 40 90

**Hamburg-Winterhude**  
Kieser Training GmbH  
Winterhuder Marktplatz 6-7a  
Telefon (040) 460 76 90

8x in Hamburg | [kieser-training.de](http://kieser-training.de)

**KIESER TRAINING**  
JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER



# Mundhygiene

## ist wichtig!

Im September findet wieder der Tag der Zahngesundheit statt. Mit diesem soll ein Bewusstsein dafür geschaffen werden, dem Thema Mundhygiene und Vorsorge schon von Klein auf genug Raum zu geben. Deshalb sollten Eltern mit der Zahnpflege ihrer Kinder beginnen, sobald der erste Milchzahn durchbricht. Später putzen die Kinder zwar selbst ihre Zähne, aber die Eltern sollten weiterhin nacharbeiten. Denn wer bereits von der Pike auf lernt, richtig Zähne zu putzen, hat bessere Chancen auf eine gute Mundgesundheit – ein Leben lang. Den ersten Tag der Zahngesundheit, den 25 Organisationen aus Zahnärzteschaft und Krankenkassen ins Leben gerufen haben, gab es bereits 1991. Sie haben den 25. September dafür festgelegt. Ziel des Aktionstages ist es, über Prophylaxe, Mundhygiene und -gesundheit aufzuklären. So sollen die Eigenverantwortung des Einzelnen gestärkt und Zahn-, Mund und Kiefererkrankungen verhindert werden. Im Jahr 2016 steht der Aktionstag unter dem Motto: „Gesund beginnt im Mund – Fakten gegen Mythen“. Mehr Informationen gibt es auf [www.tagderzahngesundheit.de](http://www.tagderzahngesundheit.de)!



Foto: AOK

Früh anfangen: Wer schon in jungen Jahren den Wert guter Zahnpflege erkennt, hat später weniger Probleme!

**DR. BURKART M. ZUCH**  
Zahnarzt MS MS (Master UCLA/USA)

**R. SCHROETER & Dr. B.M. ZUCH MS MS & G. ZARGARAN M.Sc.**  
**ZAHNÄSTHETIK | ZAHNIMPLANTATE | ZAHNERHALTUNG**

Spaldingstraße 74 · 20097 Hamburg · Telefon 040/23 09 83  
E-Mail [info@praxis-spaldinghof.de](mailto:info@praxis-spaldinghof.de) · [www.praxis-spaldinghof.de](http://www.praxis-spaldinghof.de)

## PATIENTENSEMINAR

– Teilnahme kostenfrei –

### ZAHNIMPLANTATE OHNE SKALPELL & BOHRER

**Montag, 08. August 2016 · 18 Uhr**  
**Montag, 12. September 2016 · 18 Uhr**

**im Hotel Park Hyatt**

Bugenhagenstr. 8 · 20095 Hamburg

Unser international zertifizierter Spezialist Dr. Burkart M. Zuch MS MS (Master UCLA/USA) informiert Sie an diesem Abend ausführlich über die innovative Neuheit zum Thema

„Implantate ohne Skalpell & Bohrer“ und die  
Weltneuheit des **REPLICATE™** Systems -

„Naturidentische 3 D Zahnwurzeln“. Im Anschluss steht Ihnen unser Experte für Ihre persönlichen Fragen zur Verfügung.



**Wir sind immer für Sie da - selbst in der Sommerpause. !**

Aufgrund begrenzter Plätze bitte vorher telefonisch anmelden unter:

**Telefon: 040 / 23 09 83**

# Hamburg vertraut „Dr. Alster“



## Hamburgs echter Gesundheitsratgeber.

Dr. Alster erscheint rund um die Außenalster, in der City, im Alstertal und in den Walddörfern. Hier berichten Hamburgs Ärzte über ihre Kompetenzen.

Anzeigen-Infos:  
Frau Passarge,  
Tel.: 040 536 536 5

Das  
nächste Heft  
erscheint am  
7. Oktober



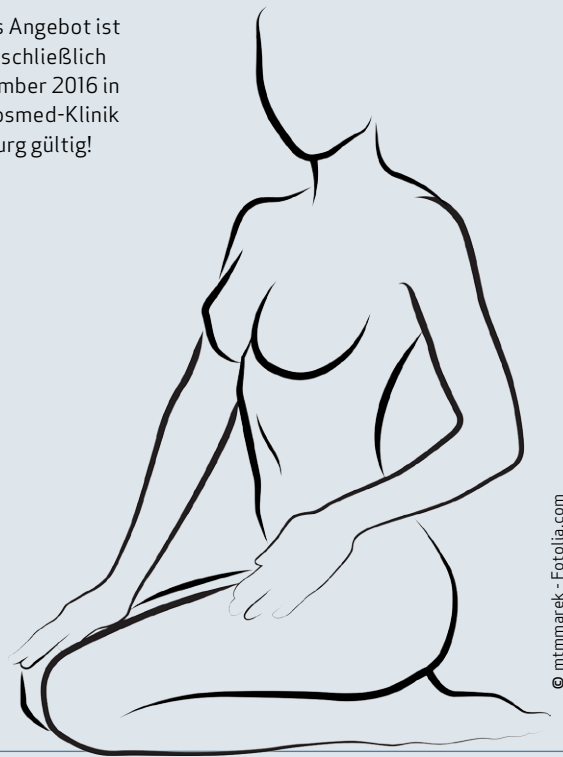
BEAUTY-NEWS

# 40%

## ANGEBOT SOMMER-SPECIAL

### BRUSTVERGRÖßERUNG mit hochwertigen Implantaten nur 3500,- EUR

Dieses Angebot ist  
bis einschließlich  
September 2016 in  
der Kosmed-Klinik  
Hamburg gültig!



© mtmmarek - Fotolia.com

Die Schönheits-Spezialisten

KO\$MED  
KLINIK

Kosmed-Klinik  
Mönckebergstr. 5  
Tel.: 040 - 35 71 11 22  
www.kosmed-klinik.de





Sonnen-  
brillen-  
Trends  
2016

# Alles andere als dezent



Darf an keinem  
Strandtag fehlen: Die  
perfekte Lektüre und die  
passende Sonnenbrille!

Neues Jahr, **neue Sonnenbrillen**. Und dieses Jahr können sie nicht extravagant genug sein, **je auffälliger, desto besser!** Ob Seventies-Brille mit den typisch runden Gläsern, farbige Gläser oder grafische Formen – alles geht!

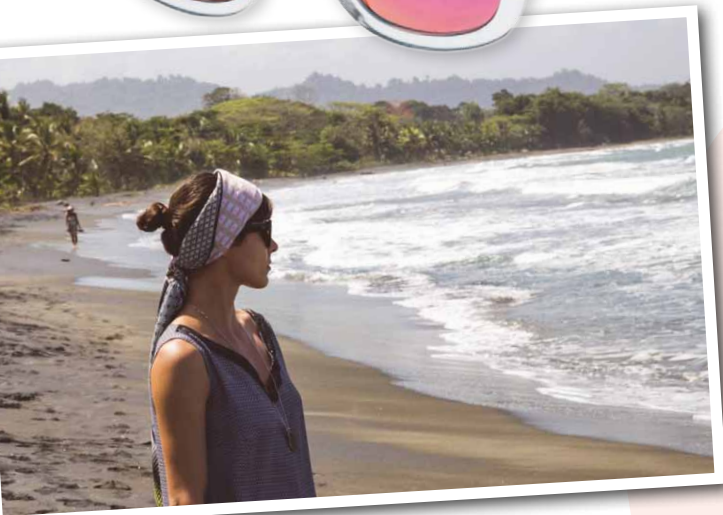
Lena Kayser, Milena Kettner



Perfekter Durchblick dank  
pink verspiegelter Gläser:  
„Runaways Luxe“ von Le Specs,  
ca. 70 Euro, über myclassico.com.



Für den großen  
Auftritt: große,  
runde Gläser im  
Farbton Vanilla  
matt. Von comma,  
ca. 70 Euro.



Angesagt: Die  
Cat-Eye-Form.  
Modell von Marc  
by Marc Jacobs,  
ca. 170 Euro, über  
misterspex.de.



Extravagante Bügel: Rundes Modell, in  
schwarz oder dark havana, von Prada, ca.  
243 Euro, über misterspex.de.



# Ein Leben **ohne Brille**

Der Wunsch, bis ins hohe Alter mit den eigenen Augen scharf sehen zu können, kann jetzt erfüllt werden. Moderne Multifokal-Implantate ermöglichen ein komfortables Sehen in Nähe, Ferne und in der Zwischenzone. Fehlsichtigkeiten wie Kurz- und Weitsichtigkeit, die Hornhautverkrümmung und die Alterssichtigkeit werden gleichzeitig in einem Vorgang korrigiert. Die Alterssichtigkeit trifft in der Regel alle Menschen ab dem 45. Lebensjahr.

Im täglichen Leben erscheint Menschen die schwindende Fähigkeit sich auf unterschiedliche Entfernungen einzustellen zunehmend lästig. Kurzsichtige, die schon immer eine Brille getragen haben, stellen fest, dass sie immer öfter unter Ihrer Brille hindurchschauen müssen um lesen zu können. Andere, die immer „Adleraugen“ hatten, brauchen plötzlich mehr Licht oder sogar schon eine Lesebrille. Die Betroffenen entscheiden sich dann für Fern-, Lese-, Computer und Gleitsichtbrillen. In der Altersgruppe über 40 Jahre klagen Kontaktlinsenträger immer öfter über trockene Augen, die sie zum unliebsamen Brillentragen zwingen. Leider wird das Ziel, nämlich die Unabhängigkeit, keine Brille tragen zu müssen, nicht erreicht. „Eine wirklich geniale Möglichkeit, um das ‚Rad der Zeit‘ ein Stückchen zurück zu drehen, ist die Versorgung mit einem multifokalen Implantat“, erklärt Augenarzt Andreas Otto vom **AOZ Hamburg** am Heegberg 2. „Dieses wird in einer Operation gegen die natürliche Augenlinse ausgetauscht. Diese modernen Verfahren erfordern eine ausführliche Beratung und interessierte Patienten sollten diese Mög-

Echte Brillenunabhängigkeit ist möglich, sagt Augenarzt Andreas Otto vom AOZ.

lichkeit nutzen, um in den Genuss einer neuen Sehkraft zu kommen.“

Das AOZ-Hamburg im Heegberg 2 ist DIN-zertifiziert und mit dem Gütesiegel „Augenchirurgie des Berufsverbandes BDOC“ ausgezeichnet. So können sich die Patienten sicher sein,

dass sie bestens aufgehoben sind. Schließlich ist Vertrauen der Grundstein für eine Arzt-Patient Beziehung.

Das AOZ bietet auf insgesamt 400qm Praxis und OP-Bereich die gesamte Palette der modernen Augenheilkunde aus einer Hand.

Vielleicht haben auch Sie bald die Chance ohne Brille leben zu können?

Mehr Infos unter **Tel.: 61 18 26 07** und auf [augenlasern-in-hamburg.de](http://augenlasern-in-hamburg.de)



## ENDLICH KEINE BRILLE MEHR!

**EINFACH  
SPITZE!**



# AOZ

ANDREAS OTTO

Augen  
Operationszentrum  
Hamburg

Heegberg 2  
22391 Hamburg  
[direkt gegenüber  
vom AEZ]



☎ 040/61 18 26 07

[www.augenlasern-in-hamburg.de](http://www.augenlasern-in-hamburg.de)



Unsere  
Styling-  
Tipps

# für heiße Tage

Inmitten des **Hochsommers** freuen wir uns natürlich über sagenhaft heiße Temperaturen. Dennoch kann es schnell anstrengend und nass werden, wenn das Thermometer die 30 Grad-Marke knackt. Damit Sie sich trotzdem wohl in Ihrer Haut fühlen, haben wir hier ein paar **Styling-Tipps für Gesicht, Haar** und das passende **Outfit!**



Wenn es heiß ist, erfrischt uns das kühle Nass einfach am besten! Kaltes Wasser ins Gesicht schütten, kann wahre Wunder bewirken.

Foto: NIVEA, beautypress.de

## 1 Die Haare



Schwitzen lässt sich bei hochsommerlichen Temperaturen kaum vermeiden. Was machen wir an solch Tagen aber mit unseren Haaren?

**Unsere Favoriten:**

Am beliebtesten sind derzeit **Flechtfrisuren!** An heißen Tagen eignet sich ein geflochtener Kranz hervorragend. Dann haben Sie keine lästigen Haare herunterhängen. Mittlerweile gibt es viele tolle Varianten an Flechtfrisuren. Sowohl Anfänger als auch Profis können sich Inspiration und Tipps unter [hamburg-woman.de](http://hamburg-woman.de) holen.

Foto: Pantene Pro V, beautypress.de

## 2 Das Gesicht

An heißen Tagen achten besonders Frauen darauf, dass das Gesicht nicht zu glänzen anfängt.

**Das sind unsere Tipps:**

- fettthaltige Cremes vermeiden, lieber Feuchtigkeit in Form von Gels auf Wasserbasis
- spezielle Cremes aus der Apotheke helfen gegen glänzende Haut. Wie die Pflegecreme „Sanfte Pflege für Tag und Nacht“: überschüssige Talgproduktion wird reduziert, 10,90 €, 50 ml.
- Make-ups gegen fettige Haut: „Mattifying Foundation“ von **BABOR**: leichte Lotion-to-Powder-Textur, mattes Finish, 32,50 €, 30 ml, drei Nuancen.



**Das sagen Dermatologen:**

- morgens Haut mit abgekühltem, frischen Salbeitee abtupfen
- Pflanzenextrakte wie Nelkenblüten und Bartflechte wirken ebenfalls hautberuhigend
- „AHC sensitive - Antitranspirant“ ist für empfindliche Haut, wie im Gesicht, ca. 18 Euro, 30 ml

## 3 Das Outfit



Damit alles stimmig ist, haben wir noch Ideen für das richtige Outfit an heißen Tagen! Und machen wir uns nichts vor, wenn es heiß ist, würden wir am liebsten den ganzen Tag im Bikini rumlaufen. Nur leider lässt der Job das nicht zu und wir wollen uns schließlich auch nicht Jedem

Popeline-Hemd von MANGO, ca. 40 €. Sandalen von Sparta Column Beads (links) für ca. 230 € über mytheresa.com.

im Strandoutfit zeigen! **Deshalb hier unsere Styling-Favoriten für heiße Tage:**

- Culotte, kurze Bluse und Birkenstocks
- Midi Rock, kürzeres Top mit Espadrilles
- **Lange Hemdbluse mit Sandalen!**

Jetzt sollten Sie bestens ausgerüstet sein für den Hochsommer! Genießen nicht vergessen! ju





# BELLARI

R O S E N P A R K

## WIR MACHEN HAMBURG\* SCHÖNER



### BELLARI Rosenpark

- Hautdiagnose
- Profi-Pflege
- Individualpflege
- Augen & Make-up
- Männer-Treatments
- Haut Intensiv

### BELLARI Medical

- Botulinum
- Hyaluronsäure
- Laser
- Ultherapy®
- Gentlelift

HIGH CLASS AESTHETIC MEDICINE  
MEETS PROFESSIONAL COSMETICS

\* BELLARI HAMBURG · HANSE-VIERTEL · GROSSE BLEICHEN 36

[WWW.BELLARI.DE](http://WWW.BELLARI.DE)

HAMBURG · FRANKFURT

THE SEVEN SECRETS OF BEAUTY





In diesem exklusiven Ambiente werden die Kunden im BELLARI Rosenpark Store im Hanse-Viertel empfangen.

# Neuer Schönheitsspot

Im Juni feierte die BELLARI Rosenpark feierliche Eröffnung ihres zweiten Standorts. Nach Frankfurt findet man die BELLARI Rosenpark nun auch im exklusiven Hanse-Viertel. Experten aus den Bereichen Ästhetische Medizin und professioneller Kosmetik-Anwendungen bieten hier ihr umfangreiches Angebot an.

**D**as innovative Konzept von **BELLARI** stammt von dem Ärzteehepaar Dres. Sonja und Gerhard Sattler. Gemeinsam gründeten sie bereits vor über 19 Jahren die Rosenpark Klinik in Darmstadt und möchten nun in der Privatpraxis BELLARI Medical ihre langjährigen Erfahrungen in der Gesichtsverjüngung für mehr Menschen zugänglich machen. Neben traditionellen Einzelbehandlungen mit Botulinumtoxin oder Hyaluronsäure, bietet BELLARI Medical eine einzigartige Spezialbehandlung an, das sogenannte „Gentlelift“. Dies ist eine medizinische Kombinations-Gesichts-Anwendung mit Filler-, Botulinumtoxin- und Ultraschallbehandlung (Ultherapy). Alle drei Behandlungsmethoden werden beim Gentlelift so kombiniert, dass der Liftingeffekt für den Patienten optimiert wird. Die Zusammensetzung und das Einsatzgebiet werden selbstverständlich individuell auf den jeweiligen Patienten abgestimmt. Der Verspannungsblocker Botulinumtoxin kommt beim Gentlelift überwiegend in der oberen Gesichtshälfte zum Einsatz. Je nach individuellem Bedarf werden quere Stirnfalten, Zornesfalte und Krähenfüße geglättet sowie die Augenbrauen „geliftet“. Dadurch können z.B. auch Schlupfflider minimiert werden. Die Hyaluronsäure hebt Partien des Gesichts optisch an und es erhält verloren gegangenes Volumen zurück. Die ultraschallgestützte Technik von Ultherapy kommt bevorzugt in der unteren Gesichtshälfte zur Straffung der Wangen-Kinnlinie zum Einsatz. Durch diese Therapie wird das Gewebe langfristig gestrafft. In der ca. zweistündigen Sitzung werden diese drei Behandlungsmethoden optimal kombiniert und der Kunde kann im Anschluss direkt wieder mit Arbeit oder Sport



Die kosmetischen Gesichtsbehandlungen finden in diesen exklusiven Räumlichkeiten in Wohlfühlatmosphäre statt.

loslegen, riskiert also keine Ausfallzeiten. Die Behandlungen finden in den neuen exklusiven Räumlichkeiten im Hanse-Viertel statt. In der BELLARI Rosenpark verwöhnen speziell geschulte Kosmetikerinnen die Kunden mit dermatokosmetischen Anwendungen und hochwertigen Produkten wie SkinCeuticals, SENSAI und UNIVER-SKIN. Infos und Termine unter: **Tel. 41 91 67 20** und **www.bellari.de**.

# GESUND ZUM WOHLFÜHLGEWICHT

Keine Zeit oder Lust zu kochen, aber trotzdem den Wunsch sich leicht und gesund zu ernähren? Viele greifen aus Zeitmangel zum einfachen Fast Food. Doch es geht auch anders – und genauso schnell! Das **Hamburger Unternehmen Diäko** bietet seit 30 Jahren leichte Fertiggerichte für Zuhause an. Diese Gerichte werden von Profiköchen zubereitet und anschließend schockgefrostet, so dass alle wichtigen Nährstoffe enthalten bleiben. Bei den Gerichten wird auf qualitativ hochwertige Zutaten geachtet, ohne Konservierungs-, Farbstoffe sowie Geschmacksverstärker. Geeignet sind die Gerichte für alle, die Wert auf eine gesunde, ausgewogene Ernährung legen und lieber essen statt kochen. Perfekt auch für Berufstätige, die in Unternehmen ohne eigene Kantine arbeiten. Wer gerne ein paar überflüssige Pfunde loswerden möchte, der kann bei Diäko aus acht abwechslungsreichen Programmen wählen und erhält für 6, 15 oder 18 Tage ein Komplettpaket (fünf Mahlzeiten / Tag, ca. 1.100 kcal). So nimmt man automatisch ab und fühlt sich durch die ausgewogene Nährstoffzusammensetzung fit und zufrieden. Diäko-Produkte sind in ausgesuchten Supermärkten, im Diäko-Laden (Krähenweg 7) und online erhältlich. Die Lieferung in einer recyclefähigen Styroporbox erfolgt per Express zum Wunschtermin. Infos und Bestellung unter **Tel: 55 100 01** und **www.diaeko.de**.



Lecker: Veganes Gemüseragout mit Vollkornnudeln (o.) und Hähnchenmedaillons in Orangensojahurt-Soße mit Reis-Wildreis-Gemüse-Mischung.

## MINZE GEGEN HITZE!



Bei starker Hitze ist Minz-Eistee optimal. Minze sorgt auf natürliche Weise für Abkühlung unseres Körpers.

Leider können wir die heißen Tage im Jahr nicht durchgängig am, oder besser gesagt „im“ Wasser verbringen. Wusste Sie aber, dass Minze ein echtes Wundermittelchen bei Hitze ist? Sie sorgt auf natürliche Weise für eine Abkühlung. Die Minzblätter haben eine kühlende Wirkung auf den Körper und leiten die Wärme aus ihm heraus. Das liegt am vorhandenen Menthol. Die kühlende Wirkung von Menthol kommt durch die Beeinflussung von Kälterezeptoren in der Haut zustande.

Minz-Eistee ist besonders erfrischend bei der Hitze. Ein paar Minzblätter, Zitronen- und Limettenscheiben und Mineralwasser und Voila! Vermeiden Sie Eiswürfel. Am besten sollte das Getränk auf Zimmertemperatur „gekühlt“ sein. Denn eiskalte Getränke geben dem Körper bei äußerer Hitze ein falsches Signal. Er produziert zusätzlich Wärme. Lauwarme Getränke sind optimal.

## Beauty Special für Sie + Ihn zum Kennenlernen:

Radiofrequenz Lifting und sofortige Straffung Ihres Gesichts, Bauchs oder Ihrer Arme  
nur 99,99€,  
statt 128,00€  
Angebot gültig bis 17.09.2016

Anwendung: Meersalzpeeling, straffendes Körperserum, straffende Algenbandagen und Radiofrequenz Anwendung. Für eine sofort nachhaltige Umfangreduktion und Straffung Ihrer Haut.

Verwöhnzeit: ca. 70 Min

Modernste innovative Beauty Anwendungen, wie:

- ✓ Radiofrequenz-Lifting
- ✓ Aquapeel
- ✓ ... und noch viele mehr
- ✓ Nimue Hautpflege: die medizinische Anti-Aging-Innovation für allerhöchste Ansprüche u. Hautgesundheit (mehrfach als bestes Anti-Aging-Produkt prämiert)

Zertifizierte Fachkosmetikerin & Dipl. Ernährungsberaterin

Ageless Beauty  
AntiAging-SkinCare  
by Susan Niederellmann im ABC-Forum

www.ageless-beauty-abc.de  
(040) 34 96 07 70  
ABC Straße 46  
20354 Hamburg, im ABC - FORUM





# So bleibt der

Selbst wenn die Saison enttäuscht, können Sie sich mit **frischen Farben** und **individuellen Tapeten** das Sommergefühl in Ihre vier Wände holen – zu jeder Jahreszeit. Wir geben Inspiration!

Naturnah, aber nicht zu aufdringlich: So lassen sich auch große Flächen farblich originell und harmonisch gestalten.



# Sommer

Das Punktedesign  
ist inspiriert von  
einem Muster des  
Architekten Le  
Corbusier von  
1931.

Foto: ARTE

**35**  
JAHRE

KÜCHENKÖNNER AUS HAMBURG

**HANSA**<sup>®</sup>  
COMPLET-KÜCHEN

**SieMatic**



**Sichern Sie sich einen von 350 Gutscheinen  
im Wert von 500 EUR für Ihre neue SieMatic-Küche!**

**JETZT**  
in unserem  
Küchenstudio

**HANSA Complet-Küchen GmbH**

Lübecker Straße 126, 22087 Hamburg, Mo.-Fr. 10-19 Uhr, Sa. 10-17 Uhr, [www.hansa-kuechen.de](http://www.hansa-kuechen.de)



Hochwertige Renovierungen und Gestaltungen im Innen- und Außenbereich bietet die Ingo & Patrick Berndt Malermeister GbR.



## MALERMEISTER MIT TRADITION

1986 gründete Ingo Berndt den Malereibetrieb Ingo Berndt Malermeister in Hamburg-Poppenbüttel. Zu einem richtigen Familienbetrieb wurde das Unternehmen, als Sohn Patrick im Jahr 2009 einstieg und auch seinen Meisterbrief erhielt. Im Jahr 2013 folgte Tochter Ann-Kathrin. Seit dem 1.1.2015 besteht nun die **Ingo & Patrick Berndt Malermeister GbR**. Der Familienbetrieb führt ein breites Spektrum an Leistungen aus – von Wohnungsrenovierungen und Fassadengestaltung im Innen- und Außenbereich bis hin zu aufwendigen und edlen Malertechniken wie z. B. Marmorimitationen, Spachtel- und Wischtechniken. Auf Grund 30-jähriger Erfahrung verfügt er über gute Kontakte zu weiteren Gewerken wie z. B. Bodenlegern, Fliesenlegern, Tischlern, Elektrikern und Sanitärfachbetrieben. Mehr Informationen unter **Tel.: 606 29 44** und auf **www.ipb-malermeister.de!**

### HÖRMANN Garagentore u. Hauseingangstüren



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

**Hb**  
**HANSABAUSTAHL**  
BAUELEMENTE · MOBILE RÄUME

40 Jahre

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

## Nasse Wände? Feuchte Keller?



### Das gute Gefühl, in den besten Händen zu sein.

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

ISOTEC Hamburg GmbH  
Tel. 040-41339033  
oder [www.isotec.de](http://www.isotec.de)

Mitarbeiter gesucht!

**ISOTEC®**  
... macht Ihr Haus trocken!

Flächen und Strukturen: Der Fachmann betont und vereint ihre Unterschiede durch frische Farbkompositionen.



**ipb-malermeister.de**

Wir führen sämtliche Malerarbeiten aus, beraten Sie bei der Raumgestaltung und helfen beim Möbelrücken

Ingo & Patrick Berndt Malermeister GbR  
Krischan-Kreibohm-Weg 14  
22399 Hamburg  
Tel: 606 29 44 Mobil: 0172 401 75 71

## Schlosserei - Metallbau

Alufenster & -Türen • Kunststofffenster & -Türen  
Aluminium-Fassaden • Edelstahlverarbeitung  
Wintergärten • Geländer • Blechverarbeitung

M.KUMMERFELD  INH. A.HARTFEL

Alter Teichweg 67 • 22049 Hamburg • Tel.: 54 57 92  
Fax: 54 57 51 • www.ff-metallbau.de • info@ff-metallbau.de



Ich berate Sie gerne bei Ihren **Anzeigen in Hamburg** mit dem Schwerpunkt Winterhude.

**Anne Linke, Mediaberatung**  
Tel.: 538 930 67  
Mobil: 0172 / 903 74 40  
Mail: a.linke@alster-net.de




**TÜMLER & PEIL**

**ROLLÄDEN MARKISEN ROLLTORE**  *Seit 1865*

**6 93 20 45**

Wintergartenmarkisen  
Scheren- u. Rollgitter  
Vordächer  
Motorisierungen  
feste Vergitterungen

Am Stadtrand 58  
22047 HH-Wandsbek  
[www.tuemler-peil.de](http://www.tuemler-peil.de)

Beratung Montage Reparatur Wartung

**SUN Concept!**

Wolfgang Jermann - Sonnenschutz in Perfektion



Markisen  
Sonnensegel  
Sonnenschirme  
Rollläden  
Jalousien

Plissees  
Flächenvorhänge  
Shutters  
Insektenschutz  
u.v.a.m.

Ich freue mich auf Ihren Anruf!

Vertriebsbüro • Obenhauptstr. 7 • 22335 Hamburg • Tel. (040) 226 347 123  
[info@sunconcept-jermann.de](mailto:info@sunconcept-jermann.de) • [www.sunconcept-jermann.de](http://www.sunconcept-jermann.de)





# Themen, die Frauen bewegen

– in Ihrer **Hamburg Woman** und auf **Hamburg-Woman.de**



IMPRESSUM

**Verlagszentrale:**  
040 / 538 9 30-0  
Mo.-Fr.: 9.00 bis 17.00 Uhr

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

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

**Verteilung/Vertrieb**  
040 / 538 34 52

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

**ANZEIGEN-VERMARKTUNG:**  
**Direktwahl:**  
Fragen Sie unser Beratungsteam auch nach den herausragenden Titeln

**ALSTERTAL MAGAZIN, HAMBURG WOMAN, DR.ALSTER, HOME & LIFE, AEZ-INSIDE.**  
Gabriele Bergerhausen (Poppenbüttel), Tel. 538 930-55; Jutta Brandes (AEZ), Tel. 538 930-50; Arnd Freisenhausen (Hamburg Woman, Alster- & Alstertal-Magazin) Tel. 538 930 49; Gabriele Gödicke (Eppendorf), Tel. 538 930-53; Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538 930-0; Mia Heubel (Hamburg), Tel. 538 938 71; Annegret Linke (Winterhude), Tel. 538 930-67; Sabine Merbach (AEZ), Tel. 538 930-17; Sabine Meyerrose, Schwerpunkt Sassel, Tel. 538 930-52; Simone Niklaus (Wellingsbüttel, Duvenstedt und

Lemsahl-Mellingstedt), Tel. 538930-14; Barbara Passarge (Dr. Alster, Home & Life) Tel. 5365365; Andreas Rohloff (Schwerpunkt Autohäuser), Tel. 538 930-51; Barbara Suhr (Makler/Immobilienwirtschaft), Tel. 538930-54; Boris Scheffler, Tel.: 538 930 -18; Helmut Wegner, (Volksdorf), Tel. 538 930-56.

**Internet:**  
www.alster-net.de  
www.alstertv.de  
**Fax:** 040 / 538 9 30 11



**Verlagsanschrift:** Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg; Mail: redaktion@alster-net.de, anzeigen@alster-net.de | **Herausgeber/Verleger:** Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.)

**Chefredakteur:** Kai Wehl | **Stellv. Chefredakteur:** Christian Luscher (CvD) | **Redaktion:** Valeska Fuhlenbrok, Milena Kettner, Lena Schäfer, Julia Ulbrich | **Produktion/Anz.-Disponentin:** Carmen Garrot, Birgit Schümann | **Buchhaltung:** Carmen Garrot | **Chefgrafiker:** René Kriese | **Grafik:** Annabell Dschenfzig, Juliane Duczmal, Susanne Kaps, David Nagel, Luka Plepp | **Titelgestaltung:** René Kriese | **EDV- und DTP-Beratung:** IT-Service Thilo Noack | **Druck:** Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel | **Vertrieb:** Sandra Schmelter-Haun, Magazin Verlag Hamburg, Eigenvertrieb © 2016 Magazin Verlag Hamburg.

Das Alster-Magazin wird kostenlos an ausgewählte Haushalte verteilt und liegt zusätzlich in ausgewählten Unternehmen für Sie bereit.

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

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

**Kaminglasschutz:** 2 Stück, hochwertig, neu, NP je: € 300, jetzt je: € 100. Kaminbesteck: neu, NP: € 380, jetzt € 100. Kärcher Trocken- und Nass-Sauger, 1400Watt, 18 Liter, 210mbar, einmal benutzt: € 25. Küchenhängeschrank; Kiefer massiv; dreitürig; Höhe x Breite x Tiefe in cm: 70x143x35; € 50. **Tel.: 0175 374 92 69**

**Mercedes-Modelle,** Maßstab 1:18, ca. 20 Stück, SL, Pagode, div. Cabrios, kompl. VB 200,-, **Tel.: 0170 204 38 44**

**LANDGESTÜT TRAVENTHAL**  
**GROSSER Landmarkt**  
MIT PFERDEMESS  
**!!Einhorn · Zorro · Shows!!**  
**17. + 18. September**  
23795 Traventhal (bei SE) • www.landgestuet-traventhal.de  
**HISTORISCHER HENGSTSAAL**

**Defekte PCs** zum Ausschlichten ohne Festplatte abzugeben. **Telefon: 040-538 93 00**

**Das nächste Alster-Magazin erscheint am 16. September 2016**

**Der MAGAZIN VERLAG HAMBURG sucht:**

# Media-Sales-Mitarbeiter/in

**Wir sind Marktführer im Segment Premium Freemags in Hamburg und wollen unsere Position weiter ausbauen.**

Zur Erweiterung unseres 12-köpfigen Vermarktungsteams suchen wir eine/n Media-Sales-Mitarbeiter/in im Bereich Anzeigen- und Mediavermarktung als freie/r Handelsvertreter(in).

Gefragt sind Engagement, Verkaufstalent und relevante Vorerfahrungen. Wir bieten unsere Marktführerschaft und beste Regional-Magazine für die schönsten Stadtteile Hamburgs.

**Bitte bewerben Sie sich unter w.buss@alster-net.de.**

**www.alster-net.de.** MAGAZIN VERLAG HAMBURG GMBH | BARKHAUSENWEG 11  
22339 HAMBURG | TELEFON 538 9 30-0 | VERLEGER: WOLFGANG E. BUSS

# Ihre ONLINE-Druckerei

- Geschäftsdrucke für Industrie und Handel!
- Privatdrucksachen!
- Einladungen – für Hochzeit, Geburt, Jubiläum!
- Broschüren, Magazine, Digitaldruck, Flyer, Layout- und Satzerstellung nach Ihren Wünschen und viele weitere Dienstleistungen!

**Gerne beraten wir Sie!**

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

**Druckerei Krüper & Co. GmbH**  
Stadtbahnstraße 30  
22393 Hamburg  
**Tel. (040) 600 95 070**  
**mail@krueperdruck.de**  
Öffnungszeiten: Mo-Fr: 8.30-18.00 Uhr  
Mittagspause von 11.30-12.30 Uhr



# AUDI Q7 IST „AUTO TEST SIEGER 2016“

Der Audi Q7 3.0 TDI quattro gewinnt den Titel **Gesamtsieger 2016** des Fachmagazins „**AUTO TEST**“. Neben dem sportlichen SUV fährt der Audi A6 Avant 2.0 TDI ultra in der oberen Mittelklasse als Preis-/Leistungssieger durchs Ziel. Die Experten-Jury stellt bei ihrer Würdigung in Berlin besonders die innovative Technik des Audi Q7 3.0 TDI quattro heraus – darunter vor allem in den Bereichen Leichtbau, Antrieb, Fahrwerk, Bedienung und Anzeige-Konzept des Premium-SUV. Das V6-Aggregat überzeugt durch enorme Kraftentfaltung und Effizienz, das neu entwickelte, adaptive Fahrwerk durch Sportlichkeit und Komfort. Im Innenraum hat der Q7 zahlreiche technische Innovationen, so die Jury, die insbesondere das **„Audi virtual cockpit“** mit seiner Darstellung aller wichtigen Fahrerinformationen und einer hohen Display-Auflösung hervorhebt. Ebenso an Bord ist eine Vielzahl an Assistenzsystemen der neuesten Generation, die den Fahrer sicher und effizient ans Ziel bringen. Der Audi A6 Avant 2.0 TDI ultra liegt in der **oberen Mittelklasse** mit dem besten Preis-Leistungs-Verhältnis in der Gunst der Juroren ganz vorne, punktete mit effizienten Antrieb sowie mit hoher Zuverlässigkeit. Die Redaktion der AUTO TEST prämiert die Zuverlässigkeit und Qualität ausgewählter Autos aller Automobilklassen und gibt Kaufempfehlungen aus rund 500 Modellen.

Auch für den Innenraum gab es lobende Worte, u.a. für das **„Audi virtual cockpit“**.

Der Audi Q7 überzeugte die Jury mit seiner innovativen Technik.



Fotos: AUDI AG

## Sommerangebote wie Sand am Meer.



**30 x verfügbar. Bis zu 9.215,- € Preisvorteil.<sup>1</sup> Bis zu 5 Jahre Garantie.<sup>2</sup>**

### z. B. Beetle Design ALLSTAR 1.2 TSI, 77 kW (105 PS)

Kraftstoffverbrauch, l/100 km: innerorts 6,6/außerorts 4,7/kombiniert 5,4/CO<sub>2</sub>-Emissionen, g/km: kombiniert 125.

**Hauspreis: 17.480,- €**

inkl. Überführungs- und zzgl. Zulassungskosten

Kraftstoffverbrauch des neuen Beetle Cabriolet in l/100 km: kombiniert 5,4-4,3, CO<sub>2</sub>-Emissionen in g/km: kombiniert 127-114.

<sup>1</sup>Der Preisvorteil setzt sich zusammen am Beispiel des angegebenen Sondermodells in Verbindung mit dem jeweiligen optionalen Ausstattungspaket und dem Händlerpreisvorteil gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers für ein vergleichbar ausgestattetes Modell und so lange der Vorrat reicht. Nur bei Inzahlungnahme eines Volkswagen PKW oder Volkswagen Nutzfahrzeugs. Das in Zahlung genommene Gebrauchtfahrzeug muss zum Zeitpunkt der Zulassung des Neufahrzeugs mindestens 4 Monate auf den Kunden zugelassen sein. Angebot gültig bis 31.08.2016. <sup>2</sup>Über die Einzelheiten zur Garantie informieren wir Sie gern. Abbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.



**Volkswagen**

**Auto Wichert GmbH**



Stockflethweg 30, 22417 Hamburg, 040/527227-0  
Wendenstraße 150-160, 20537 Hamburg, 040/251516-0  
Bornkampsweg 4, 22761 Hamburg, 040/89691-0  
Holsteiner Chaussee 190, 22457 Hamburg, 040/577097-90  
[www.auto-wichert.de](http://www.auto-wichert.de), [info@auto-wichert.de](mailto:info@auto-wichert.de)

Segeberger Chaussee 181, 22851 Norderstedt, 040/529907-0  
Hoheluftchaussee 153, 20253 Hamburg, 040/423005-0\*  
Ohechaussee 194, 22848 Norderstedt, 040/30985447-0\*  
Blankeneser Landstr. 43, 22587 Hamburg, 040/866660-0\*\*

\*Volkswagen Agenturen im Auftrag der Auto Wichert GmbH

\*\*Volkswagen Service Betrieb



# BREXIT VERSTÄRKT DEN IMMOBILIENBOOM

„Der Brexit führt zu **Unsicherheiten** auf den Finanzmärkten, die Auswirkungen sind bereits zu spüren. Anleger suchen nach krisensicheren Anlagen, wodurch der anhaltende Immobilienboom weiter verstärkt wird“, erklärt Immowelt-CEO Carsten Schlabritz. Davon könnten vor allem die **B-Standorte profitieren**, weil sie verstärkt in den Fokus der Anleger rücken. Der Finanzstandort Frankfurt könnte vom EU-Austritt der Briten jedoch am stärksten betroffen sein. Experten rechnen mit einem verstärkten Zuzug von Bankern. Das würde die ohnehin schon angespannte Situation auf dem Frankfurter Wohnungsmarkt weiter zuspitzen. Mit rund 13 Euro pro Quadratmeter liegen die Mieten in Frankfurt im Median noch deutlich unter den Mieten in München (16,10 Euro). Zusätzlicher Zuzug würde die Preise in Frankfurt weiter in die Höhe treiben. „Um dem entgegenzusteuern, müsste in kurzer Zeit **neuer Wohnraum** geschaffen werden“, so Immowelt-CEO Carsten Schlabritz. Datenbasis für die Berechnung der Mietpreise (Nettokalmmieten bei Neuvermietung) waren 9.050 auf immowelt.de inserierte Angebote. Die Preise geben jeweils den Median der zwischen August 2015 und April 2016 angebotenen Wohnungen wieder. Der Median ist der mittlere Wert der Angebotspreise.



London verliert an Zugkraft:  
Werden deutsche Städte von den  
Abwanderungen profitieren?

**WOHNEN AM SPECHTORT**

Jetzt und später:  
**EFH 1geschossig**

Familienklassiker:  
**EFH 2geschossig**

Wohlgefühl:  
**Doppelhaus**

Großes Wohnen:  
**Reihenhaus**

Schon 20% reserviert/verkauft · Vertrieb II. BA ab 25.07.2016 · Infos und Anfragen über [www.spechtort.de](http://www.spechtort.de)





Von der Idee  
bis zum Einzug. HGK.

**HGK**  
WIR BAUEN EXKLUSIVE HÄUSER

Besuchen Sie unsere neue Homepage!

HGK Hamburger Grundstückskontor GmbH • An der Reitbahn 5 • 22926 Ahrensburg  
Telefon 04102 7066-0 • hgk@hgk-hamburg.de • www.hgk-hamburg.de



Wenn Sie **Interesse an Immobilienanzeigen** haben, berate ich Sie gern.

**Barbara Suhr, Mediaberatung**

Mobil: 0172 / 923 36 82

Tel.: 538 930 54

Mail: b.suhr@alster-net.de



Gemütliches Ambiente  
und Stadtnähe muss  
in Hamburg kein  
Widerspruch sein!

# Stadtnä

**Haus auf dem Land** schön und gut – wie eine aktuelle Studie zeigt, ist ein **Eigenheim in Stadtnä** für Kaufinteressenten doch von großer Bedeutung. Was spielt noch eine Rolle?

**N**eben Ausstattungsmerkmalen spielen die Lage und Faktoren der direkten Umgebung eine wichtige Rolle bei der Entscheidung für ein Eigenheim. So ist es für Kaufinteressenten von großer Bedeutung, wie lange sie täglich zu ihrer Arbeit fahren. Das ist ein Ergebnis des aktuellen „Immobilienbarometers“, für das im Auftrag von Interhyp und ImmobilienScout24 im Mai 2016 insgesamt 2.225 Kaufinteressenten befragt wurden.

Prinzipiell sucht die große Mehrheit der befragten Kaufinteressenten ein Objekt in der Stadt bzw. in Stadtnä (90,5 Prozent). Eine Immobilie auf dem Land ist nur für knapp jeden Zehnten interessant (9,5 Prozent). Die Entfernung zum Arbeitsort spielt hierbei eine wichtige Rolle: Fast zwei Drittel (59,8 Prozent) der Befragungsteilnehmer erklärten, dass für sie die Fahrtzeit zum





Hausverwaltung **H G U**

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

Colonaden 72, 20354 Hamburg, Tel. 040 37 86 00 65, hgu@hgu.de  
www.hausverwaltung-hgu.de



Grundstücksbewertung  
- unabhängig - marktgerecht

**Stephan Teschke**

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

Ihr Ansprechpartner für  
GuTe-Immobilienberatung

Tel.: 040/ 61 18 77 01  
auch abends und am Wochenende

# he zählt

Arbeitsort ausschlaggebend für die Kaufentscheidung sei. Wie weit die tägliche Anfahrtszeit sein darf, ist dabei unterschiedlich. Knapp 37 Prozent möchten nicht länger als 30 Minuten zur Arbeit fahren. Für knapp zehn Prozent der Befragten (9,9 Prozent) wäre ein Arbeitsweg von bis zu 60 Minuten pro Strecke in Ordnung. Nur rund 2 Prozent nähmen Entfernungen von 90 Minuten bis zu zwei Stunden in Kauf. „Immobilien auf dem Land sind zwar meist deutlich erschwinglicher – über ein Drittel der Hauskäufer in Deutschland sind aber nicht bereit, regulär mehr als eine Stunde täglich im Auto oder im öffentlichen Nahverkehr zu verbringen“, erklärt Michiel Goris, Vorstandsvorsitzender der Interhyp AG.

Es gibt aber auch Gründe, warum weitere Anfahrtswege akzeptiert werden: Rund 42 Prozent möchten eine Immobilie, die im Grünen liegt. Das entspricht einem Anstieg zum Vorjahr um knapp 35 Prozent. 28,4 Prozent erklärten, dass sie ihre Traumimmobilie gefunden hätten und deshalb der Anfahrtsweg eine untergeordnete Rolle spiele. Für fast genauso viele, 26,9 Prozent, hat das Pendeln von über einer Stunde pro Strecke finanzielle Gründe: Demnach war der Immobilienpreis außerhalb des Stadtzentrums günstiger. Nur etwa 3 Prozent der Befragten haben Haus oder Wohnung geerbt und der Anfahrtsweg war deshalb kein Auswahlkriterium.



*Unsere Marktnähe ist Ihr Erfolg!*

2 von 3 unserer Immobilienangebote werden innerhalb unseres Netzwerks veräußert – ohne eine öffentliche Vermarktung.

Für eine ausführliche und unverbindliche Marktwertermittlung stehen wir Ihnen gern zur Verfügung.

Rufen Sie uns an!

**DAHLER & COMPANY Außenalster-Ost**

Poelchaukamp 15 | 22301 Hamburg |  
Telefon 040.87 87 87-0 | aussenalster-ost@dahlercompany.de

[www.dahlercompany.de](http://www.dahlercompany.de)



Hier finden Sie über 1000 ALSTER-MAGAZIN

# Sharepoints!

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

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

**ABC-Straße** Nr.44 Shalimar, The Indian Restaurant; Nr. 46 im ABC-Forum, Ageless Beauty, Anti Aging Skin Care;

**Alsterdorfer Markt** Nr.6 Tabak-Börse, Zeitschriften etc.; Nr.8 Apotheke am Alsterdorfer Markt, Homöopathie, Kosmetik; Nr.8 Edeka aktiv Markt, Lebensmittel; Nr.10 alster-arbeitGmbH, Second Hand Shop; Nr.10 Flore pleno, Floristik und Wohnambiente; Nr.10 Selami´s Dönerhaus, Döner Imbiss; Nr.12 infostudio; Nr.14 Kesselhaus, Restaurant; Nr.18 Eiscafé il Gelato, Eisdielen; Nr.7 alsterspectrum;

**Alsterdorfer Straße** Nr.2 Kleiderbad Winterhude, Reinigung; Nr.2 VIA ROMA Ital. Damenschuhe; Nr.6 First Class Clean Textilpflege; Nr.8 Linda Arabella Salon Nr.10 Salatperle, Imbiss; Nr.20 Sportsbar, Wirtschaft; Nr.30 Th.Kümper, Uhren; Nr.44 Arabella, Restaurant; Nr.48 Cafe Galao, Portugiesische Spezialitäten; Nr.48 Kirat, Asia Imbiss; Nr.56 Betten-Remstedt, Bettenfachgeschäft; Nr.70 Peter Warnecke, Sanitärtechnik; Nr.76 ARIN, Mode-Design; Nr.84 a Reimers & Weber hairstyle; Nr.84 a Cafe MAY; Nr.90 Back-Shop, Steh-Cafe; Nr.90 Alster-Grill-Eck; Nr.254 Zoo-Markt Alsterdorf; Nr.258 a little fun, Kinderspielzeug; Nr.260 Perfect Nails, Nageldesign; Nr.274 Alexandros; Nr.286 SEHKRAFT Optik in Alsterdorf, Optiker; Nr.288 Roxie, Restaurant/Cafe; Nr.290 Asian Imbiss Seoul, Asia-Imbiss; Nr.292 Konditorei Fastert, Konditorei; Nr.7 Wein-Michel, Wirtschaft; Nr.7 Schanzener-Bäckerei; Nr.9 Bode, Hörakustik; Nr.13 Cuisinette, Delikatessen; Nr.13 Blumengeschäft; Nr.15 Echtzeit Studio, Cafe-Galerie; Nr.17 Effenberger, Bäckerei; Nr.29 Sauberland, Reinigung; Nr.29 Bagno, Bäder-Accessoires; Nr.31 Stahn, Euronics; Nr.35 Today, Restaurant; Nr.35 Alsterdorfer Fruchthaus; Nr.35 Blende 11, Foto etc.; Nr.37 Russell´s, Cafe Bar; Nr.41 H. Wolf, Alles vom Lande; Nr.61 Bäckerei Boldt; Nr.61 H. Lüschen, Obst+Gemüse; Nr.69 a Königskinder, Friseur; Nr.69a Super Blume; Nr.79 Second Style; Nr.79 Croquerie; Nr.85 Echt Asien, Sushi Restaurant; Nr.99 S. Ibis-Kiosk; Nr.103 Mass-Schneiderei; Nr.253 Alsterdorfer Hosenmatt, Kinderladen Second Hand; Nr.263 Friseursalon Mojian, Friseur; Nr.271 Spungfedern, Raumaustattung; Nr.277 Änderungssoffendienst, Änderungsschneiderei; Nr.281 a Blumen Exotica, Blumen; Nr.283 Inger Moden, Mode;

**Alsterort** Nr.18 Zahnarztpraxis Katarina Bellgart  
**Am Dalmannkai** Nr.6 Nissis Kunstkantine, Galerie und Restaurant; Nr.6 Aynur Ayhan; Nr.8 Atelier Abele;

**An der Alster** Nr. 72-79 Energy Clinic, Hotel Atlantic;

**Alsterufer** Nr. 1-6 Schanzener Bäckerei;

**Ballindamm** Nr.25 Trachtendiele GmbH; Nr.40 Die Balkönigin, Abendmode & Schneiderei; Nr.40 Touch Jewelry, Schmuck;

**Ballindamm Europapassage** Nr.40 funke-ticket, Ticket Shop; Kult; L´Italiana Gelateria, Eispalast GmbH; TE Hamburg, Textilhandels GmbH; Kodak Express; Elklime GmbH, Mode; E-Plus Retail; Leonidas Fresh Belgian Chocolates GmbH; Stofftiergarten; Udo Lindenberg & More; Watentowski Galerien; Wiener Kaffeehaus Julius Meini; Seven Oceans Hamburg; Vodafon; Steiff Kids Fashion & more GmbH; Levi´s Store; Harley Davidson Fashion Hamburg; Meinecke´s Barbiershop; Yin & Yang, Restaurant & Bar;

**Barmbeker Straße** Nr.38, Dat Backhaus; Nr.18 048x-Tinter, Drucker-Toner; Nr.148 Artefakt, Schuhe; Nr.150 Arizona, Steakhouse; Nr.152 C&M, Friseur; Nr.152 Videopalast, Videos; Nr.158 Budenhagen, Euronics; Nr.5 rooster cafe mit schwung; Nr.45 Haspa; Nr.47 Arno Sierck, Lotto-Toto-Oddsset; Nr.55 Goldbek Apotheke; Nr.153 REBIKE, Schnell Reparatur Service; Nr.153 Tauchen-Hamburg, Taucherartikel; Nr.165 Dialog, Restaurant; Nr.167 Jay Tis, Steakhouse; Nr.169 Froindlichst, Restaurant; Nr.177 Kaffee mit Geschmack; Nr.177 Schuh/Schlüsseldienst; Nr.179 Bravo, Reinigung; Nr.181 Wein-Gesing, Weiner; Nr.181 Stirling -Fashion, Second Hand Mode; Nr.181 Bauelemente Galerie; Nr.187 modern nails; Nr.189 Die Lakritzerei;

**Beethovenstr.** Nr.30, Ergo Versicherungen  
**Bleichenhof Passage** Kryolan City Hamburg, Professional Make-up; Cafe Ole, Bar u. Restaurant; Shoes, Schuhe aus Ungarn u. Italien;

**Borgweg** Nr.5 Picobello, Reinigung - Schneiderei; Nr.7 Podologie Praxis Rinkus; Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrabi; Nr.11 u. Nr.11 Hier;

**Brandsende** Nr.7 Biffar;  
**Cäcilienstraße** Nr.2 Tafelberg, Restaurant;  
**Colonaden** Nr.22 Weinhandlung Brodhage; Nr.36 abrahams ambiente; Nr.46 Schattschneider, Sanitätshaus; Nr.70 HPS Porzellanmalerei; Nr.96 Sabine Wiedenhaus, Mode; Nr.108 Papier u. Feder; Nr.15 games workshop;

**Dorothenstraße** Nr.48 Hotel Cristobal, Hotel; Nr.54 Schewel, Modetalier; Nr.54 Haar Pur, Friseur; Nr.54 La Figlia, Ital. Restaurant; Nr.54 Ristorante Caruso; Nr.78 Gemeinschaftspraxis Wolf, Thiel, Zahnärzte; Nr.102 Haspa; Nr.108 Rothaus, Möbel; Nr.112 Schanzener-Bäckerei, Bäckerei; Nr.116 Kaya, Feinkost; Nr.116 Stadtbäckerei, Bäckerei; Nr.116 Schumacher; Nr.128 Blumen; Nr.132 DerMaßschuh, Schuhe; Nr.134 BHB, Hockey; Nr.136 Änderungs-Dienst; Nr.138 Zeitschriften; Nr.138 Tabak-Lotto, Sh. Pourkazemi; Nr.140 Call a Pizza, Restaurant; Nr.144 misaki Sushi Restaurant; Nr.174

Charade, Bistro; Nr.176 Schönes & Nützliches; Nr.176 Udsloopen, Cafe Nr.182 il Gelato, Eiscafe; Nr.182 a La Strada, Restaurant; Nr.182 Couture 182, Mode; Nr.184 ann idstein, Deko; Nr.184 Herzkammer, Schenken+Wohnen; Nr.184 Nur Hier, Bäckerei; Nr.184 a Zellmanns, Weinmarkt; Nr.184 a Winterhuder Kindersalon, Kindermode; Nr.188 Fromage Francaise; Nr.107 Wohnwerte Hamburg Immobilien Käse; Nr.188 envy fashion; Nr.188 Ky Lam, Asia Restaurant; Nr.190 Dorotheen Eck, Restaurant; Nr.190 Thasos, Grill Imbiss; Nr.35 Restaurant La Bruchetta, Restaurant; Nr.57 Block House, Restaurant; Nr.95 Reitenbach, hair and make-up; Nr.97 a Trattoria Rosati, Restaurant; Nr.99 Frozen-Yoghurt Welt; Nr.109 alia, Wellness; Nr.113 Dorotheen-Apotheke, Apotheke; Nr.121 St.Johannis Apotheke; Nr.159 Babette Becher, Floristik; Nr.161 Ihre Reinigung;

**EKZ Nedderfeld** Star Car, Autovermietung; Ernstings-Family, Kleidung, Mc.Paper, 155-Gut gutbürgerlich, Restaurant; 1.Etage: Eyesprünzen 182, 1.Etage: Klinkck, Friseur; 1.Etage: Nailly; 1.Etage: 70 Sonnenklar.TV Partner, Reisewelt Hamburg; 1.Etage: Sparda Bank; 1.Etage: New Nails, Nagelstudio; 1.Etage: Oliver Grey, Schuhe;

**Eppendorfer Baum** Nr.4 Früchte Gleitzmann, Feine Früchte - Feines Gemüse; Nr.6 Marc O´ Polo, Mode; Nr.8 Classico Women, Mode; Nr.12 Meister Parfumerie seit 1888; Nr.14 Meissler & Co Immobilien; Nr.16 P. Eisenherz, Kindermode; Nr.16 Labels for Less, Mode; Nr.18 Lühr Optik; Nr.18 Struve Lederwaren & Gepäck; Nr.20 engelke, Pasta-Olio-Vino; Nr.22 Maral, Restaurant & Cafe; Nr.22 von Allwörden, Backwaren; Nr.24 World Coffee, Restaurant; Nr.24 02 Partner Shop; Nr.32 RiekhofGalerie, Parfümerie Eppendorf; Nr.32 Lejaby Palmers Rosouel, Wäsche; Nr.34 Pyjama Royal, Wäsche; Nr.34 Broterbe Gaus; Nr.34 mobilejoker.de; Nr.34 catwalk Hamburg; Nr.38 Speicherstadt Kaffeeösterei; Nr.42 Paulina expert in style, Umstandsmode; Nr.44 four; Nr.5 HAGEL The Hair Company, Friseur; Nr.7 JF Flebbe GmbH, Männermode; Nr.9 Glenfield, Fine Knitwear; Nr.9 Pura Via, Schmuck; Nr.11 Optik Martin Carl, Optiker; Nr.11 AUST, Collezione d'Italia; Nr.11 Quartier 11; Nr.13 Lienau hat das Zeug z.Spielen, Spielwaren; Nr.31 Peter Potzer, Friseur; Nr.31 Bettenhaus Bürger; Nr.43 Tee-Handels-Kontor Bremen; Nr.43 Vodafone Shop Eppendorf; Nr.47 Back-Werk;

**Eppendorfer Landstraße** Nr.2 Haspa, Bank; Nr.4 Blumenhaus Radau, Blumen; Nr.6 Gandhi, Indisches Restaurant; Nr.12 footinmotion; Nr.19 ARTEM Bluse und Hemd; Nr.32 Wolffheim&Wolffheim, Immobilien; Nr.36 Morellino, Restaurant; Nr.36 Locke, Friseur; Nr.54 Petite Gourmande, Confiserie; Nr.54 Van Laack, Mode; Nr.56 Das Buch, Buchhandlung; Nr.56 Augenblick, Optiker; Nr.58 Happy Heels, Schuhmacher; Nr.58 Ihr Sonnenstudio, Sonnenstudio; Nr.70 Deutsche Bank, Bank; Nr.74 Ristorante da Franco, Restaurant; Nr.76 Anneli Rieck, Goldschmiede; Nr.80 Schlüsselzentrum, Schlüssel; Nr.80 Terzozentrum Hamburg, Hörgeräte; Nr.84 Lampen Westler, Lampen; Nr.84 Apotheke, Apotheke; Nr.86 Optik Köpke, Optiker; Nr.86 Haspa, Bank; Nr.88 Konditorei Lindner, Konditorei; Nr.90 Frucht-Haus Datasen, Obst und Gemüse; Nr.92 top o top, Damentekleidung; Nr.92 Thor Straten, Juwelier; Nr.96 Tabakwaren Presse; Nr.100 Balzac Coffee, Cafe; Nr.102 Samt & Sonders, Geschenke; Nr.106 Sigjidi; Nr.112 Verena Moden, Mode; Nr.112 Klemann Brillen, Brillen; Nr.112 a Friseur Löhdorff, Friseur; Nr.120 Second-Hand, Second-Hand; Nr.122 Dietrich Niesitka, Teppichboden; Nr.130 Thomas Cook, Reisebüro; Nr.130 Grünich Aufpolstern & Beziehen, Holzauferarbeitung; Nr.144 Piazza Mercato, Südl. Spezialitäten; Nr.1 JB Exclusiv, Mode; Nr.5 Shirley Mae, Schuhe; Nr.9 Namenlos, Friseur; Nr.9 Cord Stehr, Weiner; Nr.11 Optiker Carl, Optiker; Nr.19 Nygaards, Kinderschuhe; Nr.19 ARTEM, Bluse und Hemd; Nr.21 Geers Hörakustik, Hörakustik; Nr.31 Greeni, Cafe/Restaurant; Nr.39 Loop, Kindermode; Nr.43 Edeka Schlemmermarkt, Supermarkt; Nr.45 Vital-Center Eppendorf, Sanitätshaus; Nr.51 Travel Overland, Reisebüro; Nr.53 Ryf of Switzerland, Coiffeur; Nr.61 Bar Italia, Restaurant&Weinbar; Nr.65 masoud-shuhs, Schuhe; Nr.111 Varia Hochwertige Präsen- u. Wohnaccessoires; Nr.121 Stern, Änderungsschneiderei; Nr.123 Jutta Basner Friseurmeisterin;

**Eppendorfer Marktplatz** Nr.2 Apotheke a. d. Friedenseiche, Apotheke; Nr.2 BoConcept Hamburg Eppendorf, Einrichtungen/ Möbel; Nr.5 Haspa, Bank;  
**Eppendorfer Weg** Nr.168 JLOVES; Nr.170 Gala Atelier, Die Änderungs-Schneiderei; Nr.176 Dal Fabbro, Winebar; Nr.180 Fischfeinkost Egon Geißens; Nr.210 Ristorante Come Prima; Nr.210 sandro magris, Antipasti; Nr.234 Cafe Lektario, Nr.244 Apotheke am Falkenried; Nr.244 EA Taliano, Antipasti - Pasta - Bar; Nr.244 Trainingsraum, Ems Training; Nr.248 Müller´s Jeans & Interiors; Nr.248 Gantert, Konditorei; Nr.252 RuBios, Bio & Delikatessen; Nr.254 Büning, Creative Wohngestaltung; Nr.256 Camocas, Stoffe & Kleider; Nr.256 Azzuro.shoes & more; Nr.260 eve in paradise; Nr.264 Claudia Paulus, Design; Nr.264 Loewen, Gastwirtschaft; Nr.266 Kallensee GmbH, TV-VIDEO-HIFI; Nr.268 mein mein Immobilien; Nr.270 Unzer trennlich essen & trinken; Nr.276 Caprice, Mode; Nr.276 Meersachen e.K.; Nr.280 Ristorante Fezzi; Nr.189 Kosmetik Eppendorf; Nr.189 Lady Perle, Schuhgeschäft; Nr.193 Cafe Brodsky, Russische Cuisine; Nr.193 CD Bistro; Nr.195 Stadtteilmakler Eimsbüttel; Nr.207 Schritt für Schritt, Mode für Kinder, Kinderschuhe und Mode; Nr.229 lille synd, trendige mode; Nr.229 Outfit Friseur; Nr.235 Steinberg - the Living room, Geschenke; Nr.237 Cafe Tempo; Nr.245 Gabriele Wiese, Friseur; Nr.249 Obst + Gemüse, Eddy Caliscan; Nr.255 LD Leder Design Hamburg, Shop + Manufaktur; Nr.255 Hebammenpraxis im Kleinen General; Nr.265 Zimmerchen; Nr.269 Eiscafé Dante; Nr.271 Shape Haircutters; Nr.279 Kinderreife, Party und Spiel; Nr.281 42 Plus Second Hand, Designermode ab Gr. 42; Nr.283 Peter Judd, Modeschmuck; Nr.287 Poletto Winebar, Weinstubbe;

**Erikastraße** Nr.42 Das Hand und Fuß Team, Hand u. Fußpflege; Nr.44 Lotto, Zeitschriften; Nr.44 Wichern, Haarinstitut; Nr.48 Je suis l´, Secondhand fashion; Nr.48 petite princesse, Mode, Accessoires; Nr.48 kelko; Nr.50a Hülsen Petit Fisch Bistro, Fischbistro; Nr.58 Käse, Wein und mehr; Nr.66 Wohndecor, Raumaustattung; Nr.70 Primacrema, Feinkost; Nr.45 Rolf Kappeler, Einbruchschutz, Schlüssel etc.; Nr.57 Flugbörse, Flüge;

**Fährhausstraße** Nr. 8 HPM Vermögensverwaltung;  
**Friedr. Schütter Platz** Ernst Deutsche Theater; Theatergastonomie Schütters;

**Galleria** World in Travel, Reisebüro; Bagger&Gehring, Goldschmiede; Linus, hochwertige Herrengarderobe;  
**Gänsemarkt Passage** ELB Fashion Store, Mode; Mercede+Shoes, Umkleidekabine, T-Shirt, Druck;

**Gänsemarkt Parfümerie**; Görtz 17; Eiscafe San Remo; Hello Kitty, Mode u. Accessoires; Block House, Restaurant; Super Cut, Friseur; Nr.43 Praxis Dr. Maik und Kirsten Hums;

**Geibelstraße** Nr.12 SantaFe, Restaurant, Cockailbar;  
**Gertigstraße** Nr.4 Kartenhaus, Tickets; Nr.6 Futternel, Tiernahrung; Nr.20 Smart Sun, Sonnenstudio; Nr.24 Yellow Möbel; Nr.40 RS - Möbel GmbH; Nr.42 Rothaus Möbel; Nr.48 Kiosk 48; Nr.58 Kokon, Fashion & More; Nr.68 Grill Shop Winterhude; Nr.1 Jamka, Textilien; Nr.3 Konditorei Boyens; Nr.11 Deseo, Tapasbar; Nr.17-19 my favorite store, Designermode; Nr.23 C2M, Friseur; Nr.23 Salat Quelle; Nr.25 Georg Kramer, Uhrmachermeister, Juwelier; Nr.25 quando Vietnamese, Street Kitchen; Nr.27 Holz connection, Möbel; Nr.27 Thaysen Fashion; Nr.31 halleLula! Schönes für Engel und Bengel; Nr.33 Moucla Moda; Nr.37 Pastalaria Porto, portugiesische Spezialitäten; Nr.41 Der Bioladen Winterhude; Nr.59 Bäckerei Daube; Nr.59 einnullneins, Notebook & Co Service; Nr.61 Mama Trattoria, Ristorente;

**Geschw.-Scholl-Straße** Nr.6 Mrs. Sporty, Fitness für Frauen; Nr.23 Eppendorfer Gaden und Lädchen;  
**Goldbekplatz** Nr.1 Home & Garden; Nr.2 Goldbek Medical;

**Grasweg** Nr.2 Ihr Frisör; Nr.6 Cafe Quiddie;  
**Grindelallee** Nr.18 Cafe Campus; Nr.32 Spiesserei Speis & Trank; Nr.32 Print- und Copyhaus GmbH; Nr.34 Cafe´Dilo; Nr.40 Papier & Co., Bürobedarf; Nr.40 Base /E-Plus Shop Uni Hamburg; Nr.44 SHALOM, Israel Bijoux u. Kunstgewerbe; Nr.80 Lavante Deli & Coffeeshop; Nr.80 text & töne, An u. Verkauf von Büchern, CDs & DVDs; Nr.104 a McPaper; Nr.106 Atlantic Apotheke; Nr.106 Eiscafe La Veneziana; Nr.106 Schweden Optik; Nr.110 Vodafone; Nr.114 Cafe Coffee, the fairest coffee;



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



Nr.116 BackWerk; Nr.126 EDEKA aktiv markt Anders; Nr.134 Bodega Bar „Las Tapas“; Nr.134 Arabbiata, Orient Bistrot; Nr.136 Die Brille Susan Timm; Nr.138 Tabak-Shop Lüchua, Zeilungen; Nr.146 Asia Lounge, Restaurant; Nr.148 Comestibles, Wein; Nr.150 Outlet King; Nr.158 Football Factory; Nr.164 everglaze, Schmuck; Nr.168 Cafe Pastelaria, Portugiesische Spezialitäten; Nr.170 Matratzen Markt Concord; Nr.180 Carlotta Secondhand; Nr.182 Joey's Pizza Service; Nr.186 BOBS FRISÖR; Nr.188 MFO Matratzen Factory Outlet; Nr.7 Alnatura; Nr.17 Campus Suite; Nr.21 Studioline Photography; Nr.45 Haspa; Nr.53 Haspa, Bank; Nr.77 Andere Welten, Medienvertretung; Nr.79 Qrito Grindel, fresh californian cooking; Nr.79 Schneiderei am Grindel; Nr.83 Internetcafe; Nr.83 Ali´s Grillhaus; Nr.87 ak deniz, Schnellimbiss; Nr.87 Der Friseur, Campus Cut; Nr.89 SO NA MU, koreanisches Restaurant; Nr.105 Reckrad, Fahrräder; Nr.117 Afro-Asia-Shop, Cosmetics & Hair, Food & Fish; Nr.117 Ihr Sonnenstudio; Nr.129 Monkey Donuts; Nr.131 Kiosk; Nr.131 Drucker Tanke; Nr.131 Pearlypop, Schmuck; Nr.131 Beautiful Nails, Nagelstudio; Nr.139 Happy Copy Digital, Digital & Werbetechnik; Nr.141 Grindel Schuhmacherei; Nr.159 Änderungsschneiderei; Nr.159 Restaurant Gopalam, Vegetarisch-ayurvedisch; Nr.161 Fahrrad Gebrauchtmarkt; **Grindelberg** Nr.86 KA 1, Mode; Nr.86 intertel gmbh, mobile kommunikation; Nr.88 Paracelus-Apotheke, Schwerpunkt Homöopathie; Nr.3 ANDREAS APOTHEKE, Apotheke; Nr.39 S.Z. Fahrradservice; Nr.39 Friseursalon KASKADE, Friseur; Nr.41 Japan Feinkost, Sushi-Party-Service; Nr.41 Studioline Photography; Nr.45 Tinten-Toner-Tankstation; Nr.83 Susanne Bielefeldt, Tabakwaren-Spirituosen-Lotto; **Große Bleichen** Nr.32 Privatdozent Dr. Tesch; **Großer Grasbrook** Nr.9 Hafenhanger; Nr.9 Hafencity Schuhmacherei; **Hagedornstraße** Nr.53 Zahnarztpraxis Dr. Marcus Richter; **Hallerstraße** Nr.36 Dr. Jörg Brette, Zahnarzt; Nr.78 Edeka Niemerszein; **Hamburger Hof** Parfümerie Hamburger Hof; cappuccino-doe, Cafe/Bar/Restaurant; Springfield Homedesign, Bilder, Möbel, Accessoires, Lifestyle; Hamburger Hof, Blumengeschäft; **Hamburger Meile** EG Information; EG, Ernstings Family; EG, Mc Paper; EG Nails; EG 19, Friseur Essanelle; EG 21 Jensens Landschafterei; EG 22 Oil & Vinegar; EG 23 MIMA; EG 28 Apollo Apotheke; EG 29, Friseur Nicolaisen; EG 31 Bäckerrei Junge; EG 39 Unisex, Friseur; EG 40 Multi Express, Schuhmacherei/Schlüsseldienst; EG 44 Camel Shop; EG 45 Sticheh Textilreinigung; EG 47 Spiele Max; EG 52 Friseur; EG 62 Freigang Shirts; OG Apotheke Appollo 2; OG 108 Vodafone; OG 116 Bäckerrei Nitt; OG 116 Nur Hier; OG 117 Dat Backhus; OG 118 Reformhaus Engelhardt; OG 122 Eiscafé Fiore; OG 140 Sansibar; OG 147 Jens Koch; OG 27 Tom Tailor; OG 27 Sparda Bank; OG 55 Haspa; OG 85 Thalia Bücher; OG 92 Studio Line Photography; OG 97 Starbucks; OG 98 Pan Asia; OG 121 Schuback, Parfümerie; **Hanseviertel** Roekkel, Handschuhe; Quartier 30, exklusive Mode; Leysieffer kleiner Shop, Confiserie und Konditoreispezialitäten; Leysieffer, Confiserie und Konditoreispezialitäten; Restaurant les parisiennes, Restaurant; La Moda, Abendkleider; Caffee Rouge, Cafe Bistrot; Falke-Store, Strümpfe; Sansibar-Sylt, Fashion; Hamburg Business Center; Endeca, Passion f. Wein u. Spirituosen; Postelbume, exklusive Kindermode; im Hanseviertel, Tott & Co., Herrenschuhe; **Hartungsstraße** Nr.16 beautiful day, Mode & Café **Hartwicusstraße** Nr.6 Uhlenhorster Reisedienst, Reisebüro; Nr.6 Kosmetik u. Mode an der Alster; **Hebelstraße** Nr.15 ekline GmbH; **Hegesstraße** Nr.8 FOLKERH, Der Friseur; Nr.8 Laura & Louis, Fashion Room for Kids; Nr.12 Restaurant Da Remo; Nr.50 Umland Delikat-essen, und Party-Service; Nr.13 Das Kleine Kinder Kaufhaus; Nr.15 REINDL, secondhand; Nr.21 Botho Nickel, Hochzeitsausstattung; Nr.31 Uhrwerk 31, Uhren für Astheten; Nr.31 SMITH´s, Clothes for Men & Women; Nr.33 schokovida, Feinste Schokoladen; **Heinrich-Hertz-Straße** Nr.101 Blumenladen Dieter Ahlf; **Herderstraße** Nr.2 Änderungsschneiderei Julia; Nr.2 Goldankauf 111; Nr.14 Werkhaus Shop Hamburg; **Heubergredder** Nr.34 Mode & Accessoires, Mode; Nr.34 Blumenhaus Daebler, Blumen; Nr.34 Villa Salis, Relax-u. Wellness-Lounge; Nr.38 Big Eys, Bistrot; Restaurant; Nr.48 Lotto, Kiosk; Nr.52 Alsterdorfer Backhus, Bäckerrei/Café; Nr.27 Mein Friseur, Friseur; **Hofweg** Nr.4 Edeka Sören Lade, Lebensmittel; Nr.12 Engel & Völkers Hamburg, Immobilien GmbH; Nr.14 H.S. Wagner Friseur; Nr.20 Maxim Lebensmittel; Nr.22 Casa Nova, Eiscafe; Nr.24 Haspa; Nr.46 Hofweg Apotheke; Nr.46 Kape, Bistrot; Nr.48 Zeitschriften-Shop; Nr.50 La Fee; Nr.68 Judy-2Rad, Fahrräder; Nr.72 Farda, Syrische sRestaurant; Nr.98 Burg Apotheke; Nr.102 HENNYs Restaurant & Events; Nr.1 HIFI-STUDIO am Hofweg; Nr.21 Wäscherei, Reinigung; Nr.29 Travel & Home, Reisebüro; Nr.31 N&N Reisen; Nr.33 Stöbe-Wittlinger, Immobilien; Nr.45 FLIQUA

GmbH Body Energising Studio; Nr.45 Cafe Boyens, Konditorei; Nr.57 Augenärzte im Hofweg; Nr.59 Post am Hofweg; Nr.61 a Rindchen´s, Weinkontor; Nr.63 Emmas Konditorei Cafe Deli; Nr.65 Dalivi, Stoffe; Nr.73 Boulevard Hotel; Nr.75 Nippon-Shop; Nr.77 Viale Grande, Restaurant; Nr.81 Edeka Niemerszein, Edeka; Nr.95 Frau Ultrafris, Bistrot-Catering; Nr.99 SAFA, Schuh + Schlüsseldienst; Nr.101 Dilof-Cafe, Cafe; **Hoheluthchusssee** Nr.18 Osaka Sushi, Restaurant; Nr.18 Wolsdorff Tabacco GmbH; Nr.28 Sub Way Sandwiches HH 2; Nr.13 Style Lounge, Friseur; Restaurant; Nr.30 aktuell ROLLO, Vertriebsgesellschaft mbH; Nr.32 Vodafone Shop; Nr.32 Broterbe Gaus; Nr.52 My Way, best of asia; Nr.56 Eiscafé Toscana; Nr.56 SCHNELLREINIGUNG, Najiba Adina; Nr.56 Friseur Team Hoheluth, Friseur; Nr.56 Oberdorffers Apotheke; Nr.60 Din Hau, Asiatische Spezialitäten; Nr.68 Buchhandel Frank & Steinwarter; Nr.68 nipala functional sportswear, Sportausrüstung; Nr.17 Eisen + Haushaltswaren Harms; Nr. 45 Lichthaus Friedrich Hass; Nr.85 News+Cent Point; Nr.85 News + Cent Point, Schreibwaren/Presse; Nr.119 Funk-Schlöss-Nordtisen; **Hudtwalckerstraße** Nr.8 Dr. Trettn, Neurologie; Nr.16 Paolino, Ristorante Sardegna; Nr.18 Fährhaus Apotheke; Nr.20 Kleine Freiheit, Sexdossus; Nr.24 Schwi-Computer, Computer; Nr.24 Moringa, Das Plus an Lebensqualität; Nr.28 Die Pampi, Mode für Groß und Klein; Nr.28 Schamotte, Pizza Suppen Salat; Nr.30 Urban-Spa, Schönheit; Nr.11 Arbeit u. Mehr, Arbeitsvermittlung; Nr.13 Winterhuder (Restaurant & Cafe) Nr.13 Komödie Winterhuder Fährhaus; Nr.17 Blumen-Börse; Nr.19 Nur Hier, Bäckerei; Nr.23 G.Freytag, Hüte; Nr.29 Nine to Five, Shoes & More; Nr.31 Concept Leger, Mode; Nr.33 Effenberger, Bäckerei; Nr.35 Heymann, Bücher; Nr.37 Da Lui, Restaurant; **Humboldtstraße** Nr.5 UNIFLOTT, Textil-u. Lederpflege; **Isestraße** Nr.86 my perfect Sunday; Nr.77 Tiefenthal Bar Restaurant, Restaurant; **Jarrestraße** Nr.26 H & B, Bäckerei; Nr.26 Kiosk Avant; Nr.28 Haspa; Nr.42 DUBARA, Döner; Nr.44 Rewe, Lebensmittel; Nr.55 Die Bäckerei; Nr.57 Döner-Queen; Nr.42 Jarre-Apotheke; **Jungfernstieg** Nr.16 City Fresh, Gastronomie; Nr.38 Schuhhaus Prange; Nr.40 Jack & Jones Vero Moda; Nr.44 Langhagen & Harnisch, Gemälde & Kunsthaus; Nr.48 Roth's Alte Englische Apotheke; Nr.54 ALEX Hamburg im Alsterpavillon; Nr.58 MIO Bistrot Caffé Gelato; Nr.51 Optiker Bode **Kaufmannshaus** Brahmsekeller, Wein u. Bierstube; Böcker Design Optic, Optiker; **Kleine Johannes Straße** Nr.4 Theaterkasse; **Klosterallee** Nr.80 Kloster Stuben; Nr.80 Ise Apotheke; **Klosterstern** Nr.6 Evelin Brandt, Mode; Nr.5 Tabakwaren-Zeitschriften, Lotto-Toto Hessamian; Nr.5 Haspa; Nr.5 Tabakwaren, Zeitschriften, Postfilialpartner; **Kronskamp** Nr.15 Wijnhus, Weine; **Körnerstraße** Nr.2 Kult Kiosk Mühlenkamp **Lange Reihe** Nr.18 Hotel Senator; Nr.18 nahhaut, Supermarkt; Nr.34 Balkan Magazin, Balkan-Spezialitäten; Nr.48 Everest, Geschenk-Basar; Nr.50 plateau, Herrenbekleidung; Nr.60 Lagerwerkstatt Speicherstadt; Nr.62 Casa Nostra, Restaurant; Nr.66 Hair Joy, Friseur; Nr.66 vodafone-shop; Nr.1 My Nails, Nagelstudio; Nr.23 Georgie, Friseursalon; Nr.27 Lagerhaus Hamburg; Nr.47 caffe due; Nr.47 Eiscafe Triboli; Nr.57 Werkhaus, Friseur; Nr.63 Cafe 'Uhrlauf; Nr.67 Vasco da Gama, Restaurant; Nr.73 Weinkauf St.Georg; Nr.83 O´Pote, portugisische Spezialitäten; Nr.87 Mercado iberico, spanische Lebensmittel; Nr.87 Kiosk 87, Zeitschriften; Nr.87 Alice Weimann, Schneiderin; Nr.91 Ticketkontor, Reisebüro; Nr.91 Petra Nentwig, Kosmetik u. Fußpflege; Nr.101 Das Haarwerk, Friseur; Nr.103 Body Vital Shop, Sportlernahrung u. Fitnessbekleidung; Nr.111 Tempur Studio, Premium Schlaf; Nr.113 Rahimi Beauty; Nr.117 Feinkost Läufer; **Lattenkamp** Nr.4 Lotto + Toto; Nr.6 Elbschön, Friseur; Nr.8 Cafe Memorandum; **Lehweg** Nr.28 Queen for a day, Mode; Nr.28 Cengiz Aydin, Master Hair Stylist; Nr.36 Haarkunst, Cladia Ossege; Nr.36 Sense of Beauty, Die Wellness Lounge; Nr.40 Style your Cake, Süßigkeiten; Nr.40 Fine Antique Interiors; Nr.46 Galerie in Eppendorf; Nr.46 Clou, Geschenke; Nr.46 Blumenladen B.Sannman; Nr.48 Zuckerpuppe, Mode; Nr.50 UMS Ute Münzer Spiess, Make up; Nr.50 die FASSE, Wein, Essig, Öl, Whisky; Nr.56 Fleischerei Harms; Nr.58 jolite Karla-Maria Osterstetzer, Friseurmeisterin; Nr.58 Ristorante Italiano; Nr.31 Fashion Cut, Kostümbildner Änderungsschneider; Nr.31 a Cafe Estoril 2; Nr.35 China Garten, Restaurant; Nr.35 Haare Manuel Oliveira; Nr.41 Kratzfest, Naildesign; Nr.43 Milchzahn, Baby-u. Kinderausstattung; Nr.43 Son Sara, Boutique; Nr.43 Yilmaz, Änderungsschneider; Nr.43 Askrafi Antiques & Feines; Nr.51 Stoffkunst; Britta Grumann, Kurwaren; Nr.53 Eppendorfer Haushaltsstücken;

Nr.55 Outfit Haare & Kosmetik; Nr.57 ANIMAL finearts; **Lenhartzstraße** Nr.16 LoBo Frisuren GmbH, Meisterhafte Haargestaltung; **Levantehae** Steiff, Spielwaren; Flane Chocolaterie Cafe; Swatch, Uhren; Bar Levante, Restaurant; Drössel & Rademacher, Schreibwaren; Park Hyatt Hamburg, Hotel; Calvin Klein Jeans Store; Sansibar The Store Shop, Kleidung; Marc O´Polo, Kleidung; Schubbecks Gewürze; Princeps tam.tam Boutique Hamburg; 1.Etage Tschebull Österr. Restaurant; 1.Etage Asia Restaurant; 1.Etage B.O.S.Caviar Gourmeettecke; 1.Etage Fon Friseur; 1.Etage Sushy Factory; **Lilienstraße** Nr.8 Body Focus GmbH; **Lokstedter Weg** Nr.1. Cleopatra Schönheitssalon; Nr.1 Tessa Petzoldt, Blumen; Nr.9 Erika Apotheke, Apotheke; **Löwenstraße** Nr.4 Der Löwenschuster; **Löwenstraße, Ecke Eppend. Weg** Nr.22 China Restaurant Lotusblut; **Ludolfstraße** Nr.60 KYODAI Restaurant, Restaurant; Nr.43 Trattoria Campo, Restaurant; Nr.53 Alma Hoppes Lustspiel Haus; **Maria-Louisen-Straße** Nr.92 a Edey-Kaesow, Augenarzt; Nr.100 St.Johannis Apotheke; Nr.3 Maria-Louisen Apotheke; Nr.3 Restaurant Louise; Nr.7 Fleischerei R.Schuster; **Martinistraße** Nr.6 Saadet´s Portog. Cafe+Schneideiri; Nr.14 Saigon, Restaurant; Nr.64 Edeka Arff im Spektrum am UKE; Nr.11 Neo Cafe; **Milchstraße** Nr.2 Juwelier Perlen Müller; Nr.26 Grundig Couture; Nr.28 Ristorante Da Mario, Pizzeria; Nr.1 Vodafone Shop im Pöseldorfer Center; Nr.1 La Scarpa, Boutique; Nr.3 Chocolate Society; Nr.3 Koob & Theissen Immobilien GmbH; Nr.3 Pluto Das Restaurant in der Milchstraße; Nr.3 OLGUN Änderungsschneiderei; **Mittelweg** Nr.18 Beauty Klinik; Nr.20 Die 2 friseur; Nr.24 La Bottega; Nr.24 Ristorante Torcello, Italiener; Nr.26 six 26, Restaurant/Bar; Nr.30 Hautkultur, High Care; Nr.122 Blockhaus; Nr.130 Enoteca Passion für Wein; Nr.138 Pöseldorfer Brillenhaus; Nr.140 Änderungs Atelier Pöseldorf; Nr.140 Blumenpavillon Pöseldorf; Nr.146 TH 2 Finest Food; Nr.148 Commerzbank; Nr.172 Broders CULINARIUM; Nr.21 Ercan & Kindereit, Schneider; Nr.21 Änderungsschneider, Schneider; Nr.25. . Shop Mittelweg; Nr.25a Schanzbäckerei; Nr.27 II Gelato, Eisdielie und Lattemacchiato; Nr.31 Bistrot Masur; Nr.31 Gurke, Kneipe; Nr.41 a Bio Sun, Sonnenstudio; Nr.41a Pöseldorf; Nr.41 c Schemsi Shala, Friseur; Nr.123 Höpoldorf Apotheke; Nr.125 Gebr. Jürgens, Haushaltswaren; Nr.151 Dr. Schrank, Orthopäde; Nr.157 Haspa; Nr.161 Raven, Restaurant; Nr.165 Apotheke Carjells; Nr.173 Bäckerrei Bamian; Nr.173 Blumen Jürs am Mittelweg **Mönckebergstraße** Nr.8 Ittala, Mode; Nr.3 MÖ-CITY-APOTHEKE; Nr.29 Hirmer Grosse Größen; **Mühlenkamp** Nr.2 Harms & Schacht, Restaurant; Nr.4 Hund & Katze, Tierartikler; Nr.6 a Kaffee elbgold, Cafe + Rösterei; Nr.8 Edelsatt, Imbiss; Nr.8 Pittarello, Restaurant; Nr.10b Masana Fashion; Nr.12 Qrito, Restaurant; Nr.14 Weinstub, Weinhandel; Nr.16 d´Agate, Antipasti etc.; Nr.16 Liman, Fischrestaurant; Nr.16 Die Suppenudel, Imbiss; Nr.18 Mü - 18 Pizza Profis; Nr.22 Optiker Coffee 42; Nr.42 Fee, Textilien; Nr.48 Das Frohlein, Restaurant; Nr.54 Trüffel Wein; Nr.1 Portici, Restaurant; Nr.3 plus espresso bar; Nr.3 Xocolaterie Hamburg; Nr.9 Mercearia, Restaurant; Nr.9 Die Camera, Fotoservice; Nr.13 Adam-Eve, Beauty Lounge; Nr.15 Engelhardt, Reformhaus; Nr.17 Fisch Böttcher, Fischgeschäft; Nr.17 Tee-Gschwender; Nr.19 Bonbao, Restaurant; Nr.21 Enjoy it, Eis; Nr.23 Alfa, Reinigung; Nr.29 Tageszeiten, Restaurant; Nr.29 Dr.C.Rosenboom, Zahnarzt; Nr.33 a Orthopädie Mühlenkamp; Nr.33 Haspa; Nr.35 Butter Lindner, Lebensmittel; Nr.35 Gundlach, Schuhe; Nr.37 Effenberger, Bäckerei; Nr.45 Edeka Niemerszein; Nr.59 Jacques Weindepot; Nr.59 Fetich Restaurant; Nr.63 Tanzkult, Die Tanzschule; **Mundsburger Damm** Nr.24 Esso-Station; Nr.36 Cafe Bäckerei Morgenstund; Nr.36 Outletstore, Stoffe & Männen; Nr.52 Aktuell Rollo; Nr.56 HISTORIA Hamburg, Männen; Nr.35 Randhava, Blumen; Nr.35 Obst, Geschäft; Nr.37 Gerda Hüsch, Dekoration; Nr.39 Likopol polnische Lebensmittel und Feinkost; Nr.47 Total Station; Nr.51 Tobias Grau, Licht & Raum; Nr.45 II Nonnino, Ital. Restaurant; Nr.55 Kiosk; Nr.55 Plott, Copy-Shop; Nr.59 Süd Morris, Apotheke; Schuhe; Nr.61 Subway, Imbiss; Nr.63 Double Coffee, Cafe; Nr.65 Rostor Bau GmbH, Immobilien; **Mundsburger Tower** Nur Hier, Bäckerei; ICHIBAN Japanisches Restaurant; Sonnenstudio; nah & frisch- eat & fresh to go; COCOON- Hair, Friseur; Louisiana Restaurant **Nedderfeld** Nr.12 Audi Zentrum, Autohaus; Nr.22 Wibo-Werk, Heizungen; Nr.30 Fiat, Autohaus; Nr.34 Nissan, Autohaus; Nr.36 Mitsubishi, Autohaus; Nr.38 BMW, Autohaus; Nr.40, Renault, Autohaus; Nr.80 Renault Niederlassung Hamburg, Autohaus; Nr.94 Kartbahn; Nr.98 B.O.C, Fahrräder; Nr.21 Smart, Autohaus; Nr.29 BMW, Autohaus; Nr.55 Peugeot, Autohaus; Nr.65 Toyota, Autohaus; **Nedderfeld/Offakamp** Nr.10 BMW Niederlassung

Hamburg; **Neuer Jungfernstieg** Nr.9 Hotel Vier Jahreszeiten; **Neuer Wall** Nr.42, Cravatterie Hamburg Nr.10 Nespresso Boutique; Nr.26 Waßmann, Juweliere; Nr.42 Ewig Lampe; Nr.44 Ermengildo Zegna GmbH Hamburg Boutique; Nr.46 Loro Piana; Nr.50 SOR, Mode; Nr.50 Liz Malraux Design; Nr.54 habitat, Möbel-Store; Nr.64 ligne roset Möbel GmbH; Nr.80 JOOPI Store Hamburg; Nr.80 ST. EMILE Store Hamburg; Nr.80 GANT Store; Nr.17 Palmers, Mode; Nr.25 Möhring, Wäschegeschäft; Nr.43 Jil Sander, Mode; Nr.43 van Laack Store; Nr.61 Marlies Möller, Friseur; Nr.77 Walter Steiger; Nr.77 Riviéra Maison; **Oberstraße** Nr.1 Weinviertel; Nr.1 Juwelier Georg Frisch; Nr.3 Sisters, Hair- u. Naildesign; **Ohlsdorfer Straße** Nr.2 Zoo, Tiergeschäft; Nr.4 Bistrot; **Osakaallee** Nr.2 Bistrot Paris; Nr.6 Lieblingsplatz; Nr.6 RR Plus, Friseur; **Papenhuder Straße** Nr.24 Handt-Werk, schöne Wolle; Nr.24 Pappenhaimer, Wirtschafft; Nr.28 Sturm, Teehandelskontor; Nr.30 Näscherrei-Cafe; Nr.32 Koch-u. Designhaus; Nr.36 TAYAS Kaffeehaus; Nr.40 Uhlenhorster Apotheke; Nr.40 Taucherzentrum; Nr.42 Majoli, Kinderspielzeug; Nr.58 Blumengeschäft; Nr.25 Lange, Feinwäscherei; Nr.27 Xocolaterie Hamburg; Nr.35 Rexrodt, Restaurant; Nr.39 Konditorei Pritsch; Nr.67 Obst& Gemüse; Nr.67 Änderungsschneideri; **Parkallee** Nr.15 Feinkost Sarikaya; **Parkchauskamp** Nr.2 Broterbe Gaus; Nr.4 Anne Schuhknecht, Mode; Nr.4 Gertrauden-Moden, Maßanfertigung; Änderung; Nr.4 Lotto am Pöselchauskamp; Nr.4 Clips Haare; Nr.16 KARIN MILLER Hamburg; Nr.24 Bazaar Boutique; Nr.36 TAYAS Kaffeehaus; Nr.1 Ristorante Salentino; Nr.1 TIP Reisen; Nr.3 Eiscafe am Poelchauskamp; Nr.7 Cafe Canale; Nr.7a LÖOK I Schule, Karen Bühe; Nr.7a Kanne Obst; Nr.9 twice Mode GmbH; Nr.11 Life & Gemüse Lieferservice; Nr.17 Klünder Uhrmachermeister; Nr.17 Carl-Heinz Schwartau; Nr.19 Oliver Hintze Immobilien GmbH; Nr.21 Blumen-Hahn; Nr.23 Trixi, Mode; Nr.23 Schmucktoilette Carolin Winkl; Nr.25 Pasta & Vino; Nr.25 Hackbarth´s InterTex Studios; **Pöseldorf Center** Corner, Mode; **Rothenauchmaesse** Nr.10 Grand Elysee, Hotel; Nr.48 Brodersen Restaurant; Nr.70 Vapiano; Nr.70 Bolero Restaurant; Nr.70 Dat Backhus; Nr.70 first Reisebüro; Nr.70 Schönheit am Rothenbaum; Nr.76 Apotheke am Rothenbaum; Nr.27 Commerzbank; Nr.49 Dat Backhus; Nr.55 Balzac Coffee; Nr.61 Mrs Sporty; Nr.63 Verdi Restaurant; Nr.75 Sweet Home, Antiquitäten; Nr.93 Micardo; Nr.101 Cucina d´Elisa, Italienisches Restaurant; Nr.105 Sush; Nr.107 Hotel am Rothenbaum; Nr.107 Zala, Restaurant; Nr.119 Haspa; Nr.137 Terrassen Cafe Funk-Eck, Restaurant-Konditorei-Cafe; Nr.189 Peemüller, Raumausstattung; Nr.209 Dirk Brinkmann, Friseur; **Sandtorkei** Nr.44 Andronaco **Schinkelstraße** Nr.2 Köbes, Restaurant & Bar; **Schrankreye** Nr.73 Bäckerei Allaf; **Schloßstraße** Nr.4 Haspa; **Semperstraße** Nr.18 Kiosk Forsmannstraße, Kiosk; **Sierichstraße** Nr.30 Asia Wok, Asiatische Spezialitäten; Nr.30 Ergo, Versicherungen; Nr.40 Hoffriisr Zimmermann, Friseur; Nr.40 Jennys Kindermoden; Nr.42 Marco Fops, Exklusive Damenmode; **Spitalerstraße** Nr.2 Nike; Nr.8 promod; Nr.16 Deutsche Bank; Nr.1 Dat Backhus; Nr.1 Runners Point, Warenhandel; Nr.7 Lush, Hand made Cosmetics; Nr.9 VIVET, Restaurant - Bar - Cafe; Nr.9 Opti Weser; **Tarpenbekerstraße** Nr.56 Praxis f. Krankengymn. & Physiotherapie, Dietke Dörrre, Nr.62 Fahrschule Hopfenher; **Uhlenstraße** Nr.2 Le Beau Voisin **Uhlenhorster Weg** Nr.12 Alpenwunder; Nr.30 Schönefeld, Gärtnerrei; **Überseebolevard** Nr.2 Kids House & Co., Kindermode; Nr.2 Hafen Spezierei; Nr.2 Nbody is feerk; Nr.4 Witty Knitters, Outlet Hafencity; **Wiesendamm** Nr.149 Kiosk Stehcafe; **Wiesendamm Forum** Apotheke; Bücher&Co, Zeitschriften; Bücherhalle Winterhude, Von Allwörden; **Winterhuder Marktplatz** Nr.2 Le Chic, Friseur; Nr.2 Schuback, Parfümerie; Nr.4 Outlet, Matratzen; Nr.6-7 media@home; Nr.16 D.F.Wulf, Reformhaus; Nr.16 Viva Wurst; Nr.1 Krenzfelds, Obstgeschäft; Nr.1 Sunpoint, Sonnenstudio; Nr.1 BARISTA, Asia-Quick Restaurant; Nr.5 Curvy Shapes; Nr.21 Nur Hier, Bäckerei; Nr.21 d Haspa, Bank; Nr.37 Apotheke; **Winterhuder Weg** Nr.86 Movie Star, Video Center; Nr.88 Scharlau Copy-Center für Profis; Nr.114 Kumpirhaus, Café Bistrot; Nr.116 Haspa; Nr.20 Ali Demiroglu, Kiosk; Nr.120 Schinkenkatte Uhlenhorst, Party-Service; Nr.122 Sculpt Cut, Friseur; Nr.122 wax art, natural brazilian waxing; Nr.142 hüftgold Cafe Bistrot; Nr.144 Haspa; Nr.146 Amaranito, Tapas & Vino; Nr.19 La Pasta Da Vino, Ristorante Italiano; Nr.57 Fruchthaus Bescherrer, Obst-u. Gemüse-Service; Nr.65 Zigarren Bel Etage; Nr.65 Ulf Friedrich Schneidermeister, Maßanfertigung; Nr.65 Schnittpunkt, Damen u. Herrenfrisier; Nr.65 Matratzen Concord; Nr.65 Cafe Le Ma´



# What's up in TOWN?



Schauspielerin Lilli Hollunder und Moderator Alexander Bommes



Die drei Gastgeber des Abends und Macher des Rothenbaumturniers: Detlef Hammer (GF HSE), Eventagenturchef Jens Pelikan und Turnierdirektor Michael Stich (v.l.)



Texter und Rapper von den Fantastischen Vier: Smudo

## PLAYERSNIGHT

Die Macher der **German Open Tennis Championships** am Rothenbaum um den **Wellingsbüttler Michael Stich** hatten zur Players Night diesmal in die **Spielbank Hamburg** geladen. Über 300 Gäste smalltalkten bei Fingerfood und lecker BBQ vom Tarantella mit kühlen Drinks in der Hand auf dem Balkon oder groovten drinnen zu Klängen von DJ Mr. Happy alias Morris Teschke. Gespielt wurde auch, aber kein Tennis - wer wollte, konnte sein Glück am Roulettetisch versuchen. Die Stimmung war so gut, dass die letzten Gäste um 2.30 Uhr nach Hause geschickt werden mussten.



Schauspieler Till Demtröder



Hot Banditoz-Sänger Silva Gonzales mit Bandkollegin Danika Wist und Eventprofi Gunnar Henke (v.l.)



Sebastian Kühn und Florian Kairat, Vorstand GC Walddörfer (r.)



Daniela und Rando Aust (Alexander Otto Sportstiftung) mit Moderator Uli Pingel (r.)

Fotos: Kai Wehl



Stogie Cup-Organisatoren: Simon Eckhardt, Schauspieler Julian Sengelmann, Musikmanager Florian Pongs, Ex-Fußballprofi Patrick Owomoyela und der Finanz- und Markenexperte Fabian Moritz (v.l.)



Ex-HSVer Marcell Jansen mit Schülern der Fritz Köhne Schule



Peter Merck, Inhaber Golf Lounge, Chefredakteur Kai Wehl und Hockeylegende Christian Blunck (v.l.)

## CHARITYGOLF

Kürzlich fand zum dritten Mal das etwas andere Charity Turnier statt: der vom Round Table 72 organisierte **STOGIE CUP**. Rund 90 Golfer aus der Musikszene, Sport, Showbiz und Wirtschaft begaben sich auf den Rasen des GC Gut Kaden, zum Spaß und für den guten Zweck. Abends wurden im Alten Mädchen gefeiert und die Sieger geehrt. Die Erlöse von rund 8.000 Euro gehen an die Kinder der Fritz-Köhne-Grundschule in Rothenburgsort, die in das Event eingebunden waren. Infos: [stogie-cup.de](http://stogie-cup.de)



Die UHC-Hockeyjungs Moritz Fürste und Patrick Breitenstein (r.)



Courtagefreie  
Eigentumswohnungen +  
Reihenhäuser

PROJECT  
Immobilien



KFW-55-  
STANDARD

[www.mein-aspelohe.de](http://www.mein-aspelohe.de) Brahmweg/Ecke Aspelohe - 22848 Norderstedt



NUR  
NOCH WENIGE  
EINHEITEN  
VERFÜGBAR

[www.ratsmuehlen-carre.com](http://www.ratsmuehlen-carre.com)

Heschredder 7 - 22335 Hamburg-Fuhlsbüttel



IM  
BAU

[www.quellenttal-gaerten.de](http://www.quellenttal-gaerten.de)

Diestelstraße 30 - 22397 Hamburg-Ohlstedt



[www.suennsied.de](http://www.suennsied.de)

Thomas-Mann-Straße 33 - 22175 Hamburg-Bramfeld



BAU-  
BEGINN  
ERFOLGT!

[www.eichtal-terrassen.de](http://www.eichtal-terrassen.de)

Walddörferstraße 292-296, 22047 Hamburg-Wandsbek

[www.project-immobilien.com](http://www.project-immobilien.com) ☎ 040.75 66 398 100





**6** Monate  
Testmitglied-  
schaft  
bei Abschluss bis  
31.08.2016

**SEI DU SELBST  
... NUR FITTER**



**MERIDIAN SPA**  
Fitness. Wellness. Bodycare.

5x in Hamburg • 040/65 89-0 • [www.meridianspa.de](http://www.meridianspa.de)  
MeridianSpa Hamburg GmbH, MeridianSpa Barmbek GmbH • Wandsbeker Zollstr. 87-89 • 22041 Hamburg